

δήμος & ΠΟΛΙΤΕΙΑ

πρώτοι
με την
πρώτη!

ΠΡΟΤΥΠΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

25 χρόνια
πρώτοι!

Πρόγραμμα
Μελέτης
για Δημοτικό
& Γυμνάσιο

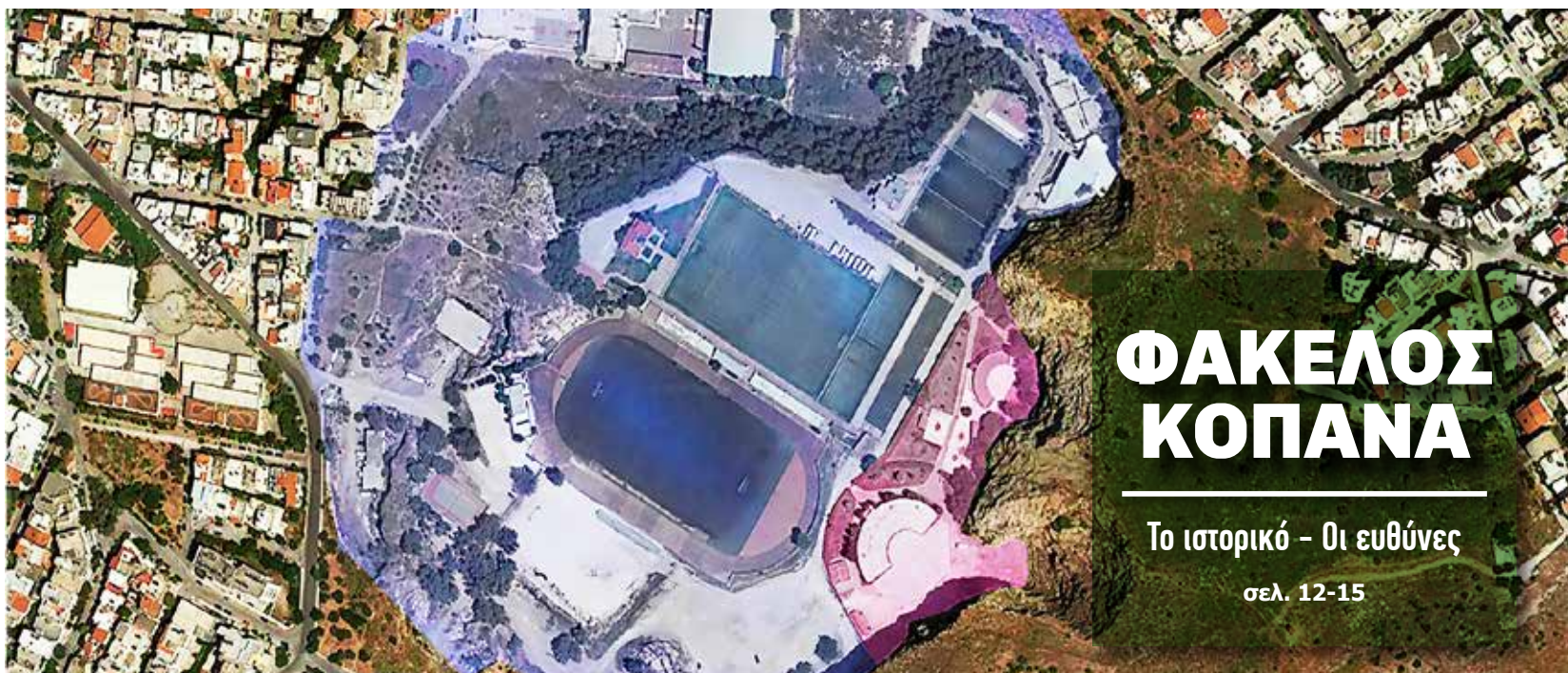
Προετοιμασία
για εισαγωγή σε
Πρότυπα Σχολεία

roula.
makri

ΒΕΤΙΜΟ / ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ

πρώτοι με την πρώτη!

ΠΑΓΚΡΑΤΙ Τ. 210 7010660, 210 7520100
ΒΥΡΩΝΑΣ Τ. 210 7626623, 210 7643700
ΚΑΡΕΑΣ Τ. 210 7600150
www.roulamakri.gr



ΦΑΚΕΛΟΣ ΚΟΠΑΝΑ

Το ιστορικό - Οι ευθύνες

σελ. 12-15



Τα οφέλη του Αθλητισμού για τα Παιδιά

Του Ξενοφώντα Χολέβα

σελ. 16-17

ΦΕΣΤΙΒΑΛ
ΠΡΑΞΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

14 | 6
19 | 9

Φεστιβάλ
«Στη σκιά των
Βράχων»

σελ. 20

Απόψεις

Γ. Αληθινός: Κοινωνική Αποξένωση

Αντ. Αντωνόπουλος: Νικημένο μου ξεφτέρι,
δεν αλλάζουν οι καιροί...

Θ. Παπαθανασίου: Προς Θεού, όχι αεροστεγείς!

Ρ. Πεφάνης: Επιστροφή στις Πόλεις-Κράτη;

Άλλα θέματα



Μαθήματα
Μαγειρικής

Με τον Σεφ
Λεωνίδα Φραντζολά

σελ. 20



Οι Δημοτικοί Σύμβουλοι

ΑΜΙΩΣ

Ας τους ξαναγνωρίσουμε!

Μας μιλούν οι:

Δάφνη Πηνελόπη, Δερμπόνης Βασίλειος,
Ζιώρα Μαρία, Καλύβας Βασίλειος

σελ. 4-5



- Γουρνοπουλα σούβλας, συνταγή από την ΜΑΝΗ
- Νόστιμα καλαμάκια κοτόπουλο
- Ξεχωριστό κοντοσούβλι χοιρινό
- Τραπεζάκια μας μες στο πράσινο και στη δροσιά

House
SOUVLA

Στα κάρβουνα

Υμηττού 130 & Βρυαξίδος 23, Παγκράτι
Τ.: 210.7514897



Σταθερά σημεία παρουσίας:



28ης Οκτωβρίου 2, Καρέας, 210 7600150
Μεταμορφώσεως 16, Βύρωνας, 210 7626623
Παλ. Πατρών Γερμανού 36, Βύρωνας, 210 7643700
Φιλολάου 62 & Εκφαντίδου 26, Παγκράτι, 210 7010660
Υμηττού 117, Παγκράτι, 210 7520100



Καραολή & Δημητρίου 63
Βύρωνας
210 7658530



Χρεμωνίδου 63
Βύρωνας
210 7664052



Δαυλείας 2,
Βύρωνας
210 7648538
210 7648598



Καραολή & Δημητρίου 61,
Βύρωνας
211 4086939



Ιθώμης 16,
Βύρωνας
210 7623246



Τμώλου 35,
210 7656136
Ιθώμης 7,
213 044848



Ταταούλων 3,
Βύρωνας
210 7600027



Λεωφ. Καρέα 96,
Καρέας
210 7669222,
210 7651414



Καραολή & Δημητρίου 59
Βύρωνας
211 1156907



Ν. Ελβετίας 32,
Βύρωνας
210 7663602,
210 7665269



Λεωφ. Κύπρου 47,
Βύρωνας
211 0124096



Χειμάρρας 14,
Βύρωνας
216 9396034,
216 9396035



Αγ. Σοφίας 9
& Χρ.Σμύρνης,
Βύρωνας
210 7601661



Φλέμινγκ 78,
Πλατεία Φατσέα
210 7655004

Θα την βρείτε, επίσης, σε όλους τους διαφημιζόμενους επαγγελματίες, στο Δημαρχείο, καθώς και σε δημόσιες υπηρεσίες (ΚΕΠ, ΟΑΕΔ, κλπ).

66 editorial

Όπισθεν ολοταχώς... Για το καλό μας... Το τελευταίο διάστημα λαμβάνουν χώρα μια σειρά από σοβαρά κοινωνικά και πολιτικά γεγονότα, τα οποία εξώφθαλμα μας γυρίζουν πίσω σε σχέση με μια σειρά από κοινωνικές κατακτήσεις και ελευθερίες που θεωρούσαμε (αφελώς) ως δεδομένες. Το τραγικότερο, ωστόσο, είναι ότι όλο αυτό το σχέδιο οπισθοδρόμησης, περιτυλίγεται επικοινωνιακά με το μανδύα της κοινωνικής εξέλιξης και προόδου, η οποία είναι «για το καλό μας». Διαστροφή της πραγματικότητας και του λόγου, για τη διασφάλιση μιας ελάχιστης κοινωνικής συναίνεσης. Όσο ομορφότερα τα λόγια που μας λένε, τόσο χειροτερεύει η ζωή μας! Ζούμε μια σύγκρουση του «λογικού» και του «παράλογου», η οποία εκφράζει τη σύγκρουση του δυνατού με τον αδύνατο αυτής της κοινωνίας.

Είναι παράλογο για τον εργαζόμενο, παρά την επιστημονική και τεχνολογική πρόοδο, να εργάζεται όλο και περισσότερο, αλλά να αμειβεται όλο και λιγότερο, να είναι μόνος του απέναντι στον πανίσχυρο εργοδότη. Είναι όμως «λογικό» και ωφέλιμο για τον εργοδότη.

Είναι παράλογο για τον πολίτη, παρά την αύξηση του πλούτου της κοινωνίας, αυτός να μην απολαμβάνει δωρεάν ασφάλιση, υγεία, παιδεία, αναψυχή, πολιτισμό. Είναι όμως «λογικό» και ωφέλιμο για αυτούς που λυμαίνονται, ως ιδιώτες, αυτές τις υπηρεσίες.

Είναι παράλογο για την γυναίκα, όσο προσδεύει και αναπτύσσεται η κοινωνία, να υποβαθμίζεται η δική της θέση σ' αυτήν και να παραμένει άνθρωπος δεύτερης κατηγορίας στην εργασία, αμοιβή, οικογένεια, ένα αναπαραγωγικό εργαλείο. Είναι όμως «λογικό» και ωφέλιμο για την ανδροκρατική εξουσία.

Κι εδώ στο Δήμο Βύρωνα, δεν πάμε πίσω... Η Δημοτική Αρχή, επιχειρεί με όρους μικροπολιτικής και μικροεξουσίας να επιλύσει το σημαντικότερο ζήτημα που έχει κληθεί να διαχειριστεί μέχρι σήμερα, την υπόθεση του Κοπανά. «L' état c'est moi» ή αλλιώς, εγώ είμαι Δήμαρχος και κάνω ό,τι θέλω...

Χρειαζόμαστε επειγόντως ένα «πρόσω ολοταχώς» για να ξεφύγουμε από το «όπισθεν ολοταχώς» στο οποίο ταχύτατα και μεθοδευμένα επιχειρούν εκ νέου να μας εγκλωβίσουν.



Για την καθημερινή σας,
τοπική -και όχι μόνο- ενημέρωση:
www.dimoskaipoliteia.gr



dimoskaipoliteia.byron



dimoskaipoliteia

Έκδοση:

ΜΑΡΙΑ ΒΛΑΔΙΜΗΡΟΒΙΤΣ
MV COMMUNICATIONS
ΕΚΔΟΣΕΙΣ
ΑΣΤΥΔΑΜΑΝΤΟΣ 73, ΠΑΓΚΡΑΤΙ

Επικοινωνία:

dimoskaipoliteia.byron@gmail.com
Τ. 6936 717421, 6934 717873

ΤΕΧΝΗ GROUP

Διανομή αερίου
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

Φυσικό Αέριο Υγραέριο

Αίτηση - Μελέτη - Εγκατάσταση
Έκδοση Αδείας - Πιστοποίηση

Υδραυλικά Θέρμανση

Κύπρου 3, Βύρωνας - Πλ.Δεληολάνη

210 75 10 474 6947 40 18 34

technigroup1@gmail.com www.technigroup.gr

ΤΟΥΣ

ΟΠΤΙΚΑ

Δ. Δημάκας - Α. Στάθης

Σας περιμένουμε στο κατάστημά μας, όπου θα βρείτε μεγάλη ποικιλία σε γυαλιά ηλίου και οράσεως!

ΕΠΩΦΕΛΗΘΕΙΤΕ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ ΜΑΣ!

Αγ. Σοφίας 29-33, Βύρωνας, 210 7665381



«Νικημένο μου ξεφτέρι, δεν αλλάζουν οι καιροί...»

Του **Αντώνη Ι. Αντωνόπουλου**
m: aantonopoulos10@gmail.com



Λεωφόρος Βασ. Σοφίας, Σάββατο 22/5/21, 10.30 π.μ.: Ένα αγροτικό αυτοκίνητο, με πολλές μετατροπές που αλλοιώνουν εντελώς την αρχική του κατασκευή, όπως η προσθήκη «κλωβού» που στηρίζεται με σιδερένιους στύλους στις γωνίες του ταλαιπωρημένου αυτοκινήτου. Στον κενό χώρο που υπάρχει ανάμεσα στο «κλουβί» και την καρότσα υπάρχουν διάφορα αντικείμενα που έχουν συλλεχθεί από τα σκουπίδια. Μέσα στο «κλουβί» που ταλαντεύεται, βρίσκονται τρία μικρά παιδάκια. Γαντζωμένα στα σύρματα του κλουβιού κοιτούν με γουρλωμένα ματάκια και ένα αμήχανο χαμόγελο, έναν κόσμο που κινείται γύρω τους με ιλιγγιώδη ταχύτητα. Είναι ένας κόσμος πολύ μακρινός για αυτούς. Απλησίστος. Ενίοτε και εχθρικός. Είναι μια οικογένεια που έχει βγει για το μεροκάματο... Ρομά, αθίγγανοι ή όπως θέλει ο καθένας να τους ονομάσει... Έχει σημασία; Κανένας γύρω δεν δείχνει να ενοχλείται. Ή αν συμβαίνει γίνεται σιωπηλά... Και όμως δεκάδες παρόμοια «αυτοκίνητα-σπίτια» κυκλοφορούν συνεχώς στο κέντρο της Αθήνας και συνήθως δεν γίνεται ούτε ο τυπικός έλεγχος. Τέτοιες εικόνες πληθαίνουν πλέον όχι μόνο στην Αθήνα αλλά σε ολόκληρη τη χώρα. Αυτός είναι ο τρόπος ζωής ανθρώπων που πρέπει ταυτόχρονα να ζήσουν και να βγάλουν ένα μεροκάματο. Ζουν ανάμεσα μας. Ωστόσο η συχνότητα του φαινομένου, μας κάνει να εθιζόμαστε με αυτές τις εικόνες και να μην μας ενοχλούν.

Το ίδιο συνέβη και με τα «παιδιά των φαναριών» ή τα παιδιά που χρησιμοποιούνται σαν «εργαλεία δουλειάς», ως «ντεκόρ στην επαιτεία» ενηλίκων. «Παιδιά ενός κατώτερου Θεού» όπως αναφέρει εκείνο το περίφημο πλέον κλισέ. Στο σημείο αυτό η ψυχρή γλώσσα των αριθμών έρχεται να προκαλέσει τουλάχιστον ανατριχίλα: Στην Ελλάδα υπολογίζεται κάποια στιγμή έφτασαν να ζουν στον δρόμο περίπου 6.000 παιδιά... Ένας τρομακτικός αριθμός που μεταβάλλεται διαρκώς.

«Σύμφωνα με εκτιμήσεις των Ηνωμένων Εθνών, στις μεγαλουπόλεις και στις παραγουπόλεις όλου του κόσμου, από την Ευρώπη ως την Αφρική, την Ασία και τη Λατινική Αμερική σχεδόν 100 εκατομμύρια παιδιά ζουν στους δρόμους και επιβιώνουν με κάθε τρόπο, εύκολα θύματα σε κάθε μορφής εκμετάλλευση. [...] Οι βασικότεροι από τους κινδύνους που αντι-

μετωπίζουν αυτά τα παιδιά είναι το άσχημο έως τραγικό επίπεδο διαβίωσης και διατροφής, η έλλειψη στέγης, η αδυναμία πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες, η αδυναμία τακτικής παρακολούθησης του σχολείου, η βία και η εγκληματικότητα στους δρόμους, η πίεση για χρήση και διακίνηση ναρκωτικών, η σεξουαλική εκμετάλλευση και κακοποίηση, ο ακρωτηριασμός ή ακόμα και η φόνευσή τους από εμπόρους οργάνων, ο κοινωνικός αποκλεισμός και η περιθωριοποίηση» αναφέρει μεταξύ άλλων σε σχετικό άρθρο της η κοινωνιολόγος Έφη Γιακουβάκη.

Και πάμε στο διά ταύτα. Εμείς ως χώρα μικρή, ταλαιπωρημένη και πολιτισμένη τι κάνουμε για όλα αυτά; Όσο και αν φαίνεται απίστευτο, τα τελευταία χρόνια η Πολιτεία έχει εκπονήσει ένα σημαντικό πλέγμα δράσεων για αυτές τις κοινωνικές ομάδες και ειδικά για τη προστασία των παιδιών. Τα αποτελέσματα όμως είναι επιεικώς φτωχά. Πιο φτωχά από τις κοινωνικές ομάδες που απευθύνονται... Είτε φτάνει τα γρανάζια της γραφειοκρατίας, είτε οι ίδιες αυτές ομάδες που είδαν «φως και μπιήκαν» και εκμεταλλεύονται τις αδυναμίες του συστήματος. Είτε, είτε... Το αποτέλεσμα είναι το ίδιο. Αυτοί παραμένουν στο περιθώριο με τις γνωστές συνέπειες και οι αρμόδιοι στον κόσμο τους.

Εκ των αρμοδίων, οι πιο πολλοί καλύπτονται πίσω από την εκπόνηση ανάλογων δράσεων και μελετών που αρχαιοθετούνται επιμελώς υπερασπίζοντας την λογική ότι «εμείς κάνουμε ότι μπορούμε, αλλά αυτοί δεν ανταποκρίνονται». Και η ζωή συνεχίζεται... Είναι γεγονός ότι δεν μιλάμε για κάτι απλό, ούτε κάτι εύκολο που αντιμετωπίζεται με τεχνοκρατική αντίληψη. Θέλει και όραμα, θέλει και συναίσθημα. Θέλει και κόπο, θέλει και τρόπο. Θέλει και χρόνο. Και αυτά είναι δύσκολα πράγματα. Προς το παρόν λοιπόν παραμένουμε στη γνώριμη ευσπλαχνική έκφραση «τι κρίμα ρε γαμάτο, τα παιδάκια»... και τραβάμε τη τελευταία ρουφηξιά από το φρέντο μας... «νικημένο μου ξεφτέρι δεν αλλάζουν οι καιροί,

με φωτιά και με μαχαίρι πάντα ο κόσμος προχωρεί

Καληνύχτα Κεμάλ, αυτός ο κόσμος δε θα αλλάξει ποτέ

Καληνύχτα...»

ΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑΚΙΑ
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ

Λ. Καρέα 96 - ΚΑΡΕΑΣ
Τηλ. 210 7669222 - 210 7651414 - Κιν. 6945 407855

DELIVERY:
ΔΕΥΤ-ΠΑΡ
13:30-24:00
ΣΑΒ-ΚΥΡ
13:00-24:00

ΚΑΤΣΙΚΑΚΙΑ
ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ
EST. 2016

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- | | | |
|---|---|---|
| .3
Εν τύπω... | .10
Γράμμα στον Νίκο Γαρυφάλλου | .18
Βουλγαροκτόνος |
| .4-5
Οι Δημοτικοί Σύμβουλοι... αλλιώς! | .11
Προς Θεού, όχι αεροστεγείς! | .18
Ψυχολογία |
| .6
Πόλεμος θέσεων σε νοτιοανατολική Ευρώπη και Μεσόγειο | .12-13
Φάκελος Κοπανά: Το Ιστορικό | .19
Άστρων Ψιθυρίσματα |
| .8
Κοινωνική Αποξένωση | .14-15
Υποκριτικό και όψιμο ενδιαφέρον για το λόφο Κοπανά | .20
Φραντζολομαγειρέματα |
| .10
Επιστροφή στις Πόλεις-Κράτη; | .16-17
Τα οφέλη του αθλητισμού για τα Παιδιά | .21
Φεστιβάλ «Στη Σκιά Των Βράχων 2021» |
| | | .22-23
Αγορά Βύρωνας |



Οι Δημοτικοί Σύμβουλοι

ΑΜΙΩΣ

As tous ξαναγνωρίσουμε!

Η εφημερίδα μας, μετά την ολοκλήρωση του κύκλου συνεντεύξεων με τους επικεφαλής των Δημοτικών Παρατάξεων, εγκαινιάζει μια στήλη γνωριμίας με τους εκλεγμένους Δημοτικούς Συμβούλους. Σε κάθε τεύχος, 4 Δημοτικοί Σύμβουλοι (με αλφαβητική σειρά), θα απαντούν σε ένα μίνι ερωτηματολόγιο, πιο ελεύθερου χαρακτήρα, με στόχο μια πιο προσωπική απεύθυνση προς τους δημότες!

Αυτές είναι οι ερωτήσεις:

1. Ποια είναι η αγαπημένη σου «γωνιά» στην πόλη;
2. Ένα προσωπικό σου βίωμα από το Βύρωνα
3. Ένα ελάττωμα κι ένα προτέρημα του χαρακτήρα σου
4. Μια αγαπημένη ταινία κι ένα αγαπημένο τραγούδι
5. Αν ήσουν Δήμαρχος, ποια θα ήταν η πρώτη σου παρέμβαση στην πόλη;
6. Η συνεισφορά σου για τη βελτίωση της ζωής στην πόλη
7. Αγαπημένη άτάκα/motto



Δάφνη Πινελόπη
«Μαζί για τον Βύρωνα»

1. Τα σχολεία στα οποία φοίτησα, οι γειτονιές με το άρωμά τους!
2. Τα αυτοσχέδια γηπεδάκια στις αλάνες του βύρωνα.
3. Ξεχνώ... και συγχωρώ!
4. Ταινία: «Ο μπακαλόγατος» - Τραγούδι: «Κεμάλ» του Χατζηδάκη.
5. Πλήρης πρόσβαση στα Άτομα με Αναπηρία.
6. Γόνιμη κριτική, εποικοδομητικές προτάσεις!
7. Ναι, μπορούμε!

1. Κάθε γωνιά της πόλης μας έχει για μένα εξαιρετική σημασία και ομορφιά. Σημαντική θέση στην καρδιά μου έχει όμως το «Θέατρο Βράχων»: Το στολίδι του Δήμου μας που τον κάνει ξεχωριστό και σημαντικό σε σύγκριση με τους υπόλοιπους δήμους.
2. Έχω ζήσει δυστυχώς πολλά σημαντικά και καθοριστικά, προσωπικά γεγονότα στην πόλη μου. Έχουν να κάνουν με δικούς μου ανθρώπους, φίλους μου που χάθηκαν μπροστά στα μάτια μου από διάφορους λόγους, προκαλώντας μου αρνητικά συναισθήματα.
3. Βασικό μου ελάττωμα είναι ότι νοιάζομαι πάρα πολύ για τους γύρω μου, που μερικές φορές φτάνει στην εκμετάλλευση. Βασικό μου προτέρημα είναι το ότι έχω αυτοέλεγχο όσον αφορά κάποια συναισθήματά μου, είμαι δηλαδή αρκετά ψύχραιμη σε πολλές περιστάσεις.
4. Ταινία: Σιωπηλός Μάρτυρας /Rear Window. Τραγούδι: Το μέτρημα, της Νατάσσας Μποφίλιου.
5. Αν γινόμουν Δήμαρχος θα ήθελα να δω την πόλη μου ν' αποκτά τα αυτονόητα και στοιχειώδη: καθαριότητα, ευταξία, ασφάλεια, πράσινο, φωτισμό, πολιτισμό και να παίρνει τον δρόμο για ανάπτυξη και ποιότητα ζωής για όλους ανεξαιρέτως τους πολίτες... επίσης την αναβάθμιση και τον εκσυγχρονισμό όλων των σχολικών εγκαταστάσεων του Δήμου μας.
6. Προσπαθώ πάντα με την κατάθεση των απόψεών μου να στηρίζω το κοινό όφελος.
7. ...Για να είναι ο πολιτισμός στην καθημερινότητά μας.



Δεμπόνος Βασίλειος
Ανεξάρτητος Δημ. Σύμβουλος



Καλύβας Βασίλειος
«Λαϊκή Συσπείρωση»

1. Γέννημα θρέμμα Βυρωνιώτης και εγώ, θα μπορούσα να απαριθμήσω αρκετά τέτοια σημεία. Η αγαπημένη μου «γωνιά» πάντως είναι εκεί όπου έζησα το μεγαλύτερο μέρος των παιδικών και εφηβικών μου αναμνήσεων, επί της οδού Κεσκινίου στην Ανάληψη.
2. Στα όμορφα βιώματα, οι σχέσεις με τους παιδικούς μου φίλους που παρέμειναν παρά το πέρασμα των ετών, η οργάνωσή μου στο Κ.Κ.Ε και φυσικά η γνωριμία και ο γάμος με την σύζυγό μου και ο ερχομός των δύο παλικαριών μου. Στα δυσάρεστα η απώλεια της μητέρας μου.
3. Γκρινιάρης και ενίοτε επικριτικός. Ειλικρινής, φιλότιμος, μετρίοφρων και θερμός υπερασπιστής των ιδεών μου.
4. Ξένη ταινία «Ο κύκλος των χαμένων ποιητών» και ελληνική «Ο μπακαλόγατος». Ξένο τραγούδι το «Stand by me» του Ben King και ελληνικό το «Πριν το τέλος» του Β. Παπακωνσταντίνου.
5. Να ενημερώνεις και να μην αποκρύπτεις από τον λαό του Βύρωνα ζητήματα που αφορούν την καθημερινότητα του, όπως το πρόσφατο θέμα με τον Λόφο Κοπανά. Να αποκαλύπτεις και να μην συγκαλύπτεις το αντιδραστικό πλαίσιο λειτουργίας της Τοπικής Διοίκησης. Να βρίσκεσαι δίπλα στον καθημερινό αγώνα που δίνουν οι εργαζόμενοι και η νεολαία μέσα από τα σωματεία, τους φορείς και τους συλλόγους τους απέναντι στα αδιέξοδα του συστήματος.
6. Ό,τι κάνω τόσα χρόνια εντός ή εκτός Δ.Σ ή θεσμικών ρόλων. Ως εργαζόμενος μέσα από το σωματείο μου, ως γονιός μέσα από τους Συλλόγους Γονέων, με ανιδιοτέλεια να βρίσκομαι μπροστά στην υπεράσπιση των δικαιωμάτων του λαού, στην εργασία, στην παιδεία, στην υγεία, στον πολιτισμό, στον αθλητισμό.
7. «Δεν έχει σημασία πόσες φορές θα πέσεις, αλλά πόσες φορές θα σηκωθείς»

1. Η πόλη μας είναι γεμάτη από υπέροχα σημεία και ωραίες κρυμμένες «γωνιές». Η δική μου αγαπημένη είναι η περιοχή που βρίσκεται το Κέντρο Μελέτης Χορού Ισιδώρας και Ραϋμόνδου Ντάνκαν. Είναι ένα σημείο κοντά στην γειτονιά μου, το οποίο εκτός από το εμπνευσμένο από το παλάτι του Αγαμέμνονα σπίτι της μεγάλης καλλιτέχνης, έχει υπέροχη θέα που φτάνει μέχρι και την θάλασσα.
2. Η γνωριμία μου με τα παιδιά της Εθελοντικής Ομάδας Πυροπροστασίας του Δήμου μας. Εκεί είδα πραγματικά τι σημαίνει αυταπάρνηση, ανιδιοτέλεια και αγάπη για τον Υμηττό, τον οποίο προστατεύουν από τις αρχές του 1980, αλλά και αγάπη για την Πόλη μας.
3. Προτέρημα: Είμαι πολύ εργατική. Ένα ελάττωμά μου, που προσπαθώ όμως να βελτιώσω με τον χρόνο, είναι η παρορμητικότητα μου.
4. «Ο Σκοτεινός Ιππότης» του Κρίστοφερ Νόλαν. «Wind of change» των Scorpions.
5. Μια από τις πρώτες μου παρεμβάσεις θα ήταν να δοθεί επιτελούς μια λύση στο θέμα του οικοπέδου στο τέρμα του Αγ. Αρτεμίου. Θα ήθελα πολύ να δω αυτό το εγκαταλειμμένο οικόπεδο να μετατρέπεται από εστία μόλυνσης, σε έναν κοινόχρηστο χώρο πρασίνου, που έχουν όλοι τόσο ανάγκη στην πυκνοδομημένη περιοχή μας. Επίσης, θα συνέδεα, με συχνότερα αλλά και περισσότερα δρομολόγια της Δημοτικής Συγκοινωνίας, την Νεραίδα με τον υπόλοιπο Βύρωνα για να σταματήσουν πλέον οι κάτοικοι να νιώθουν αποκομμένοι από τον Δήμο τους.
6. Σε αυτή, την πρώτη μου θητεία, προσπαθώ να μεταφέρω στο Δημοτικό Συμβούλιο προβλήματα της καθημερινότητας των συνδημοτών μου ώστε να μπορούν να δοθούν άμεσες και αποτελεσματικές λύσεις, όπου αυτό είναι εφικτό.
7. It ain't over till the fat lady sings- Τίποτα δεν έχει τελειώσει μέχρι τραγουδήσει η χοντρή κυρία.



Ζιώγα Μαρία
«Μαζί για τον Βύρωνα»



ΑΘΗΝΑ ΣΦΥΡΗ
Business Consultant

Λογίστρια | Φοροτεχνικός | Συνεργάτης Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών

ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 4, ΒΥΡΩΝΑΣ
E-MAIL. athinasfyri@gmail.com T. 2110120336 KIN. 6943780228



Η εκπαίδευση γυρίζει σελίδα...

...κι εμείς στον **ΓΕΡΜΑΝΟ** είμαστε δίπλα σου υποστηρίζοντας το **πρόγραμμα Ψηφιακή Μέρα!** Εξαργύρωσε εδώ το **voucher** σου για να αποκτήσεις **Tablet ή Laptop** από μια μεγάλη γκάμα και επιπλέον σου προσφέρουμε:
ΔΩΡΟ 12GB COSMOTE Mobile Internet για έναν χρόνο



ΓΕΡΜΑΝΟΣ / Κατάστημα Βύρωνα
ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΚΥΠΡΟΥ 102-104, ΤΗΛ: 210 765 3421



Πόλεμος θέσεων σε νοτιοανατολική Ευρώπη και Μεσόγειο

Γνωρίζετε φίλοι αναγνώστες, από προηγούμενα άρθρα μας στην «ΔΗΜΟΣ & ΠΟΛΙΤΕΙΑ» (Δ&Π), ότι βρισκόμαστε στην δίνη μιας συνεχώς οξυνόμενης σφοδρής και αδυσώπητης μάχης των μεγάλων πολυεθνικών κολοσσών και των κυβερνήσεων εκείνων των χωρών (**Η.Π.Α. – Ρωσία – Κίνα – Ε.Ε. – Ν.Α.Τ.Ο.**), που πολιτικά έχουν αναλάβει την «κάλυψη» και «εκπροσώπηση» τους. **Μιας σύγκρουσης που στοχεύει στην αναθεώρηση γεωγραφικών συνόρων, εθνικών κυριαρχικών δικαιωμάτων, ζωνών πολιτικής και οικονομικής επιρροής.**

Παρακολουθώντας την εξέλιξη των γεγονότων του τελευταίου διαστήματος, παρατηρούμε ότι οξύνεται με ιδιαίτερη ένταση ένα «πόλεμος θέσεων» γύρω απ' τα καυτά μέτωπα αυτής της αντιπαράθεσης στην ευρύτερη περιοχή μας, Νότιο-Ανατολική Ευρώπη και Μεσόγειο. **Μια αντιπαράθεση, στην οποία εμπλέκεται και η χώρα μας.** Ας δούμε τα γεγονότα, τα οποία στηρίζουν τις παραπάνω εκτιμήσεις μας.

Ουκρανία - Ρωσία

Ο πόλεμος θέσεων συνεχίζεται:

- Απελαύνονται διπλωμάτες και ανακοινώνονται ανεπιθύμητοι υψηλόβαθμα κρατικά και επιχειρηματικά στελέχη μεταξύ Η.Π.Α. και Ρωσίας, για τη στάση της Ρωσίας στο «**Ουκρανικό**» και την **Κριμαία**.

- Απελαύνονται **Ρώσοι διπλωμάτες από την Τσεχία** για κάποια προ ετών έκρηξη σε εργοστάσιο της, δήθεν από ρώσους πράκτορες. (Τσεχικό δικαστήριο έχει αποφανθεί ότι επρόκειτο για ατύχημα). Φυσικά, η Ρωσία απαντά με ανάλογες απειλές.

- Κατόπιν αυτού η Τσεχία, με την στήριξη (υπόδειξη;) των Η.Π.Α. ζητά συμπαράσταση από άλλες ευρωπαϊκές χώρες και κάποιες απ' αυτές επίσης απελαύνουν Ρώσους διπλωμάτες.

- Συζητούνται και λαμβάνονται **νέες κυρώσεις κατά της Ρωσίας** και κατά εταιρειών που συνεργάζονται μαζί της για την κατασκευή του «Βόρειου Αγωγού».

- Αναγκαστική προσγείωση του αεροπλάνου στη **Λευκορωσία** και η σύλληψη του αποδεδειγμένα ναζιστή **Προτασέβιτς**, που «συνόδευε» ως δημοσιογράφος την «ηγέτιδα της Λευκορωσικής αντιπολίτευσης» κατά την επίσκεψή της στην Ελλάδα, όπου συναντήθηκε με Πρόεδρο και Πρωθυπουργό της χώρας μας.

- Κανείς όμως, «απ' τους υπερασπιστές της δημοκρατίας» δεν διαμαρτυρήθηκε και δεν ζήτησε κυρώσεις κατά της **Τουρκίας, οι μυστικές υπηρεσίες της οποίας «απήγαγαν» από την Κέ-**

Του Δημήτρη Μεσογείου



ννα (θυμάστε τον Οτσαλάν;), έναν **ανιψιό του Φετουλάχ Γκιουλέν**, για υποτιθέμενη συμμετοχή στην απόπειρα πραξικοπήματος το 2016 στην Τουρκία.

Ανατολική Μεσόγειος – Τουρκία – Ελλάδα

Ο πόλεμος θέσεων συνεχίζεται:

Η **Τουρκία**, ως κύριο πιόνι των Η.Π.Α. στην περιοχή και διεκδικώντας ρόλο περιφερειακής δύναμης:

- Επιδιώκει να εμφανίζεται ως παγκόσμιος ηγέτης των μουσουλμάνων, προκαλώντας τους μουσουλμάνους του Κόλπου, με «επικεφαλής» τα Αραβικά Εμιράτα και στήριξη της Σαουδικής Αραβίας.

- Μετά την Λιβύη, προσπαθεί να συνάψει συμφωνίες για ΑΟΖ με την Αίγυπτο, ακόμη και με την Συρία!

- Εμφανίζεται ως υποστηρίχτης των Παλαιστινίων. (Για την σφαγή των οποίων κανείς δεν απήτησε κυρώσεις κατά του Ισραήλ).

- Προωθεί λύση δύο κρατών στην Κύπρο και μετατροπή του νησιού σε στρατιωτική βάση του Ν.Α.Τ.Ο.

- Προωθεί πολυεθνική διάσκεψη για τους **υδρογονάνθρακες της Ανατολικής Μεσογείου**.

- Επιδιώκει την επιβολή των θέσεών της στο Αιγαίο και διαπραγματεύσεις χωρίς προαπαιτούμενα, όρους και προϋποθέσεις με την Ελλάδα.

Η **Ελλάδα**, απ' την άλλη πλευρά, διαγκωνιζόμενη να αποκτήσει ρόλο υπάκουου συμμάχου των Η.Π.Α. και του Ν.Α.Τ.Ο. και να αναβασμισθεί ως χρήσιμο πιόνι στην σκακιέρα της Μεσογείου:

- **Συντάσσεται με όλα τα μέτρα και κυρώσεις των Η.Π.Α. και της Ε.Ε. εναντίον της Ρωσίας**, παρά τις διπλωματικές δηλώσεις περί διάθεσης για βελτίωση των σχέσεων με τη Ρωσία.

- **Αποδέχεται όλα τα τετελεσμένα για το θέμα των υδρογονανθράκων στη Μεσόγειο**. Κανείς δεν μιλάει για τον «περίφημο» EastMed, ο οποίος υποτίθεται ότι θα αναβάθμιζε το ρόλο της χώρας στον παγκόσμιο χάρτη.

- **Για την ΑΟΖ της χώρας προς τα ανατολικά, «σιγή ασυρμάτου»**, παρά τα όσα διαδραματίζονται. Επισκέπτεται ο Πρωθυπουργός την Λιβύη και «τρώει κατάμουτρα» το σύμφωνο Λιβύης-Τουρκίας.

- Καμμία σοβαρή αντίδραση για το **Κυπριακό**.

- Έρχεται ο **Τσαβούσογλου στην Ελλάδα**, «αλωνίζει» στη Θράκη, θέτει ευθέως τη θέση της Τουρκίας για διαπραγματεύσεις χωρίς προαπαιτούμενα και ο Δένδιας του δίνει συγχαρητήρια για την νίκη της Εφές μπάσκετ! Τα υπόλοιπα, λέει ο Δένδιας, στη σύνοδο του Ν.Α.Τ.Ο., στις 14 Ιούνη, παρουσία του Μπάιντεν.

- Ο οποίος **Μπάιντεν** δηλώνει ότι έρχεται στην Ευρώπη για να δημιουργήσει μια «**Δημοκρατική Συμμαχία**» **κατά Ρωσίας και Κίνας!**

Σωθήκαμε τώρα!!!

Όπως αντιλαμβάνεστε, δεν είναι καλοί οιωνοί για τα συμφέροντα της χώρας και του λαού μας αυτές οι εξελίξεις. Όσο οι αντιπαραθέσεις μεταξύ των «μεγάλων» στην περιοχή μας θα οξύνονται και όσο οι λαοί δεν αντιδρούν, τόσο περισσότερο θα πλησιάζει ο κίνδυνος χρήσης πιο δυναμικών λύσεων. Και ο νοών νοείτο!

Αυτό που χρειάζεται είναι να δουν οι λαοί της περιοχής καθαρά τα προβλήματα, να κατανοήσουν τα συμφέροντά τους, να βρουν τρόπους υπεράσπισής τους και δρόμους επιβολής τους.



ΠΡΟΤΥΠΟΣ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

πρώτοι
με την
πρώτη!



ΠΑΓΚΡΑΤΙ

• Φιλοθόδου 62 & Εκφαντίδου 26, Τ. 210 70.10.660, info@roulamakri.gr

• Υμντού 117, Τ. 210 75.20.100, pagrati@roulamakri.gr

ΒΥΡΩΝΑΣ

Μεταμορφώσεως 16, Τ. 210 76.26.623, vironas@roulamakri.gr

ΚΑΡΕΑΣ

28ns Οκτωβρίου 2, Τ. 210 76.00.150, kareas@roulamakri.gr

www.roulamakri.gr



Ακουστικά Βαρηκοΐας
ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ



ΔΩΡΕΑΝ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ

Κολοκοτρώνη 62, Βύρωνας



Μπαταρίες | Service | Αναλώσιμα

Τ. 211 11 82 406, 6956 300 421
panos.ch@windowsslive.com

Κοινωνική Αποξένωση

Του Γιώργου Αλθινοῦ

Διαβάζοντας, αγαπητέ αναγνώστη, το τίτλο του άρθρου, θα έρθει στο μυαλό σου να είναι «εδώ καιγόμαστε, με φιλοσοφίες θα μπλέξουμε;». Διάβασε το άρθρο και θα δεις πως αφορά ακριβώς όλα αυτά που μας καίνε.

Ο πρόγονός μας, φιλόσοφος Αριστοτέλης είπε ότι **ο άνθρωπος είναι απ' τη φύση του κοινωνικό και πολιτικό ον** (με την έννοια του πολίτη, του μέλους της κοινωνίας μιας πόλης).

Ό,τι έχει πετύχει ο άνθρωπος στην μακρά ιστορία του, το έχει πετύχει ενεργώντας από κοινού, στα πλαίσια μιας κοινωνικής ομάδας, (φυλή, έθνος, κράτος, τάξη). Η δημιουργία των εθνών, η απελευθέρωσή τους από αυτοκρατορίες ή αποικιοκρατικά καθεστώτα, η δημιουργία εθνικών κρατών, η κατάκτηση πολιτικών, κοινωνικών, φυλετικών (γυναικείο ζήτημα) δικαιωμάτων ήταν, ιστορικά αποδεδειγμένα, αποτελέσματα μεγάλων κοινωνικών αγώνων και κινημάτων, ποτέ «κατά μόνας».

Τα κοινωνικά μας δικαιώματα, που σήμερα θεωρούμε δεδομένα, όπως τα εργασιακά (ωράριο, μισθός, υπερωρίες, επιδόματα, άδειες κ.λ.π.), οι συντάξεις, η ιατροφαρμακευτική περίθαλψη, η δημόσια υγεία και η δημόσια παιδεία, τα πολιτιστικά αγαθά και ούτω καθεξής, ήταν αποτέλεσμα κοινωνικών αγώνων των εργαζομένων.

Σήμερα, το παγκόσμιο οικονομικό σκηνικό, κατά συνέπεια και το πολιτικό, αλλάζει ταχύτητα και απάνθρωπα σκληρά, με βασικό οδηγό τα συμφέροντα των μεγάλων εταιρειών, των παγκόσμιων οικονομικών κολοσσών. Απαραίτητη προϋπόθεση για την επίτευξη των στόχων τους και την ικανοποίηση των συμφερόντων τους αποτελεί η διάλυση κάθε οργανωμένης κοινωνικής αντίστασης στα σχέδιά τους.

Έτσι λοιπόν προκύπτει ότι κύριος στόχος των παγκόσμιων οικονομικών κολοσσών, με την χρησιμοποίηση των πολιτικών «υπαλλήλων» τους (εθνικών κυβερνήσεων και διεθνών οργανισμών) είναι η διάλυση κάθε κοινωνικού ιστού, η κοινωνική αποξένωση του ανθρώπου ή ας το πούμε κι αλλιώς, η κοινωνική απομόνωση ανθρώπου από άνθρωπο.

Εδώ θυμηθείτε το «Διαίρει και βασίλευε!»

Πάμε να δούμε τώρα πως προωθείται και υλοποιείται αυτός ο στόχος των παγκόσμιων οικονομικών κολοσσών, της κοινωνικής αποξένωσης του ανθρώπου, διεθνώς, συντονισμένα και ταυτόχρονα σ' όλες τις χώρες.

>>> Ψηφιοποίηση της κοινωνίας συνολικά, κάθε πτυχής και πλευράς της: Τα πάντα που αφορούν την προσωπική και κοινωνική μας ζωή εντάσσονται στον παγκόσμιο ψηφιακό ιστό.

Η ίδια η θεραπεία πρόοδος της τεχνολογίας αποτελεί αυτή καθαυτή αποτέλεσμα της κοινής εργασίας μεγάλων κοινωνικών ομάδων σε όλο τον κόσμο, συνεπώς της κοινωνικής υπόστασης του ανθρώπου.

Τα προϊόντα όμως της τεχνολογίας χρησιμοποιούνται εναντίον αυτής της κοινωνικής υπόστασης του ανθρώπου και υπέρ της κοινωνικής του αποξένωσης και απομόνωσης.

Και αντί να καρπώνεται ο κάθε άνθρωπος τα επιτεύγματα της τεχνολογικής προόδου – βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης και εργασίας, περισσότερος ελεύθερος χρόνος, καλύτερη υγεία, αναβαθμισμένη παιδεία, περισσότερα πολιτιστικά αγαθά – βλέπουμε και διαβάζουμε για τα τεράστια κέρδη εταιρειών και τα τρι-



«Κύριος στόχος των παγκόσμιων οικονομικών κολοσσών, με την χρησιμοποίηση των πολιτικών «υπαλλήλων» τους (εθνικών κυβερνήσεων και διεθνών οργανισμών) είναι η διάλυση κάθε κοινωνικού ιστού, η κοινωνική αποξένωση του ανθρώπου ή ας το πούμε κι αλλιώς, η κοινωνική απομόνωση ανθρώπου από άνθρωπο.»

σεκατομύρια των ιδιοκτητών τους.

>>> Εργασιακά: Όλοι ζούμε την κατάσταση στην αγορά εργασίας.

Σε συνθήκες μεγάλης ανεργίας νομοθετούνται ρυθμίσεις που εντείνουν την κοινωνική αποξένωση του ανθρώπου:

- κατάργηση συλλογικών και θέσπιση ατομικών συμβάσεων εργασίας,
- διευθέτηση του χρόνου εργασίας σε ατομική βάση σύμφωνα με τις ανάγκες του εργοδότη,
- ψηφιακή ατομική κάρτα εργασίας

• ουσιαστική διάλυση των συνδικάτων και υποβάθμιση της Επιθεώρησης Εργασίας

>>> Τηλεργασία: Η συνεχιζόμενη διεύρυνση της τηλεργασίας αυξάνει και εντείνει την απομόνωση του εργαζόμενου, του δημιουργεί την αίσθηση και παγώνει σιγά-σιγά την αντίληψη «ο καθένας μόνος του».

>>> Τηλεκπαίδευση: Η ίδια διαδικασία, η ίδια τακτική στην εκπαιδευτική κοινότητα. Μακριά ο ένας απ' τον άλλον μαθητές, φοιτητές, καθηγητές.

Όλοι σας βέβαια γνωρίζετε, γιατί το ζείτε, ότι τηλεργασία και τηλεκπαίδευση επιβαρύνουν τον ατομικό ή τον οικογενειακό προϋπολογισμό του εργαζόμενου ή εκπαιδευόμενου.

Ακόμα και για την αποξένωσή μας εμείς οι ίδιοι πληρώνουμε!

>>> Υγειονομική απομόνωση – καραντίνες – λοκντάουν:

Αυτό κι αν είναι απροκάλυπτη προσπάθεια κοινωνικής απομόνωσης του ανθρώπου. Χρησιμοποιείται το πραγματικά υπαρκτό, μεγάλο πρόβλημα με τον κορονοϊό για να «εκπαιδευτεί» ο άνθρωπος και να συνηθίσει την απομόνωσή του. Να φοβάται και να αποστρέφεται τον συνάνθρωπό του, να επιδιώκει ο ίδιος την αποξένωσή του.

>>> Περιορισμός και τηλεδιοργάνωση κοινωνικών εκδηλώσεων:

Ο καθένας μόνος του ή σε μικρές ομάδες θα χαίρεται και θα πενθεί, θα διασκεδάει, θα παρακολουθεί θέατρο, κινηματογράφο και μουσικές συναυλίες, θα βλέπει αθλητικούς αγώνες, μόνος του θα αθλείται.

>>> Ατομική ευθύνη: Είναι ατομική ευθύνη όλων μας, όπως λυσσασμένα προσπαθούν να μας εμφυσήσουν και να το «φυτέψουν» βαθιά στο μυαλό μας, όχι μόνο για την υγεία μας, αλλά για στιδήποτε μας συμβαίνει, για οποιοδήποτε πρόβλημα αντιμετωπίζουμε. Αποτελεί ατομική μας ευθύνη η απομόνωσή μας, η κοινωνική μας αποξένωση!

Είναι τελικά «φιλοσοφίες» τα περί κοινωνικής αποξένωσης, αγαπητέ αναγνώστη, ή τελικά είναι η ωμή, σκληρή και απάνθρωπη πραγματικότητα της ζωής μας;

Προσπαθούν, και δυστυχώς μου φαίνεται ότι αρχίζουν και τα καταφέρνουν, να μετατρέψουν τους όρους και τις συνθήκες της ζωής μας σε ζούγκλα. Όπως οι ύαινες: να απομονώνουν τα θύματά τους, ένα – ένα, για να τα κατασπαράξουν εύκολα και γρήγορα!

Και το ερώτημα είναι αμελίκτο. Τι κάνουμε; Θα δεχτούμε τη μοίρα του απομονωμένου θύματος της ύαινας ή θα παραμεινουμε κοινότητα, κοινωνική ομάδα για ν' αντιμετωπίσουμε και να νικήσουμε τις ύαινες, να κερδίσουμε τη ζωή μας;

GREAT PLACE TO BE

HELLO

ΚΕΝΤΡΟ ΞΕΝΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ
Επανεγγραφές & νέες εγγραφές
από 17 Μαΐου
Καλοκαιρινά προγράμματα
Μεταφορά από και προς το κέντρο μας

Ξένες Γλώσσες
Επαναληπτικά & εντατικά μαθήματα

Μελέτη
Επανάληψη και Προετοιμασία για την επόμενη τάξη
Δημοτικό-Γυμνάσιο

Φύλαξη
Μουσικό-Θεατρικό Εργαστήρι
Aloha Mental Arithmetic

Summer Camp

Hello radio

www.helloedu.gr
www.helloradio.gr

Παγκράτι - Βύρωνας - Καρέας t: 210 7010660
You Tube f i www.helloedu.gr / www.helloradio.gr



Επιστροφή στις Πόλεις-Κράτη;

Του Ρόμπερτ Πεφάνη*

Η αρχαία Ιστορία της χώρας μας, χαρακτηρίζεται από την λάμψη συγκεκριμένων πόλεων-κρατών, που συσπείρωσαν, άλλοτε με ειρηνικά και άλλοτε με επιθετικά μέσα, τους κατοίκους όλης της Ελληνικής επικράτειας. Αναφέρομαι προφανώς, στην Αθήνα και την Σπάρτη.

Αντίστοιχα, στην πλειοψηφία της, η Ιστορία των ανά των κόσμο κρατών, ξεκινά από ελάχιστες πόλεις-κράτη, οι οποίες ασκούν επιρροή στις υπόλοιπες, με αποτέλεσμα, τη συγκρότηση εθνικών ή μη, κρατών. Η γειτονική Ιταλία, δημιουργήθηκε μέσω της ισχυρότατης επιρροής της Φλωρεντίας, της Βενετίας και της Γένοβας.

Η Ιστορία όμως, διαγράφει κύκλους. Άλλοτε με μεγαλύτερη και άλλοτε με μικρότερη διάμετρο.

Συνασπισμοί κρατών καταλύονται, όπως σχετικά πρόσφατα η ΕΣΣΔ και η Γιουγκοσλαβία, για δημιουργηθούν άλλοι, όπως η Ευρωπαϊκή Ένωση, η οποία με τη σειρά της, αποσυντίθεται.

Στρατιωτικοί συνασπισμοί, όπως το ΝΑΤΟ, αποδυναμώνονται, αν λάβει κανείς και την πρόσφατη δήλωση του Γάλλου Προέδρου Μακρόν, ότι «η συμμαχία είναι πλέον εγκεφαλικά νεκρή».

Ολοένα και περισσότερο, διαμορφώνεται κλίμα απομονωτισμού από πλευράς ΗΠΑ, θυμίζοντας την περίοδο μεταξύ Α' και Β' Παγκοσμίου Πολέμου.

Επίσης, παραμένουν -με περιοδικές εξύνσεις, τα τοπικιστικά κινήματα που ζητούν ανεξαρτησία από τα κράτη στα οποία ανήκουν. Πλείστα τα μέτωπα εντός της Ευρώπης: Καταλονία, χώρα των Βάσκων, Γροιλανδία, Φλάνδρα, Παδανία (η βόρεια Ιταλία), Σκωτία και ούτω καθεξής.

Ο κύριος λόγος για τον οποίον υφίστανται έντονα αποσχιστικά μέτωπα στην Ευρώπη, δεν είναι σε πείσμα των κινδυνολόγων, εθνικιστικός. Είναι αμιγώς οικονομικός.

Αν εξετάσει κάποιος τις περιοχές που ανέκαθεν παρουσίαζαν τάσεις ανεξαρτητοποίησης. Θα αντιληφθεί ότι πρόκειται για πλέον οικονομικά ανεπτυγμένες σε σχέση με την χώρα στην οποία ανήκουν.

Η Καταλονία, η Φλάνδρα, η Βόρεια Ιταλία παρουσιάζουν υψηλότερους ρυθμούς ανάπτυξης και ανώτερο βιοτικό επίπεδο σε σχέση με την Ισπανία, το Βέλγιο και την Νότια Ιταλία, αντιστοίχως.

Στο ίδιο πνεύμα, στο Λονδίνο που παράγει το 1/3 του ΑΕΠ της Βρετανίας, κατά καιρούς ακούγονται φωνές υπέρ της πιθανότητας δημιουργίας μιας πόλης-κράτους, με χαμηλότερη φορολογία και ιδιαίτερο καθεστώς προσέλευσης επενδύσεων, σε σχέση με την υπόλοιπη Βρετανία.

Είναι εύλογο οι κάτοικοι των εύπορων πόλεων να δυσανασχετούν, θεωρώντας ότι υπόκεινται σε βαριά φορολόγηση, λόγω των φτωχότερων και λιγότερα ανεπτυγμένων περιοχών της χώρας τους.

Όσο η ψαλίδα της οικονομικής ανισότητας ανοίγει, το φαινόμενο θα γιγαντώνεται.

Σε μια Ευρώπη στην οποία περίπου ο μισός πληθυσμός έχει δηλώσει ότι δεν θα πολεμούσε για την πατρίδα του, την σκυτάλη έχει πάρει πλέον η προσωπική ευημερία και ο έντονος τοπικισμός.

Ευελπιστώ ότι δεν θα παρατηρηθεί αντίστοιχο φαινόμενο στην Ελλάδα μας!

* Ο Ρόμπερτ Πεφάνης είναι Καθηγητής Επικοινωνίας και Δημοσιογράφος



Γράμμα στον Νίκο Γαρυφάλλου

Για έναν παράξενο λόγο ο Μάης μας «δίνει» και μας «παιρνει». Δεν είμαι καλός σε τέτοιους υπολογισμούς ωστόσο.

Να μη σας τα πολυλογώ, στα μέσα του Μαΐου ο Νίκος πέρασε απ' το κατώφλι της ζωής σ' αυτό της Εντροπίας. Δε θα σας πω για προεδρiliκία και καμώματα κομματικά, μήτε αν ήταν καλός στου λόγου το παιχνίδι, στις τράπουλας τα μυστικά, στους ήχους απ' το τάβλι. Έχει καλύτερους σ' αυτό το γήπεδο από μένα.

Θα σας πω για το Νίκο, του δικού μας κόσμου. Το Νίκο στο «ταξίδι». Περάσματα στην κόψη της καρδιάς, σε ήχους των κρυστάλλων, στη φλόγα από τα κάρβουνα, στην κνίσσα του μεζέ, παρέα με τη σύντροφο τη Θεσσαλονικιά, στον ίσκιο απ' τα πεύκα της αυλής, στη χώρα του Απόλλωνα του Δήλιου, εκεί στην άκρη της Αυλίδας.

Μας έβρισκε ο Εύριπος μαζί αγκαλιασμένους, σε κόσμους μαγικούς, σε μυστικά περάσματα στο πνεύμα των αγγέλων. «Ταξίδια» στα νερά του Βόσπορου, στο μπλε του Voronet, στις στοές του Καϊμακλή, στις πέτρες της Πυρσόγιαννης, στους λόφους της Ερμούπολης, μαζί με τους φίλους τους καλούς... πλην Λακεδαιμονίων. Ο Νίκος ήταν πάντα εκεί... Κύριος. Αυτόν το Νίκο ξέρω.

Κι όταν μάλωσαν τα βουβάλια στις Στέγης το λαβύρινθο και βγήκα απ' το κάδρο, μου ζήτησε συγγνώμη. Φτώχυνε, μου 'πε, ο μπαξές που είχαμε γεννήσει. Αυτόν το Νίκο ξέρω. Μου στάθηκε στα δύσκολα μαζί με τη Μαρία. Και επειδή το επιδόρηιο είναι για το τέλος, στους λουκουμάδες πέρασε ξημέρωμα Σαββάτου στο 2017, στις Σωκράτους τα περάσματα, παρέα με της νύχτας τα καμώματα, τα νυσταγμένα φώτα. Αυτόν το Νίκο ξέρω.

Αυτόν να μη ξεχάσω...

Γιώργος Τζανίνης, 19.5.2021



Προς Θεού, όχι αεροστεγείς!

Εχόραιο στη γιορτή του Αγίου Πνεύματος και της Πεντηκοστής

Του Θανάση Ν. Παπαθανασίου,
Αν. Καθηγητή της Ανώτατης Εκκλησιαστικής Ακαδημίας
Αθήνας, Διευθυντή του περιοδικού «Σύναξη»



ματιά, φυσά στην καρδιά για να την αποτοξινώσει, φυσά απελευθέρωση, φυσά ώστε η ζωή να γίνει **κοινωνία** με την ουσιαστικότερη έννοια του κοινωνείν: **ολόκληρη η ζωή να είναι ολονών, κι όχι να κατακερματίζεται σαν λεία που την μοιράζονται μεταξύ τους πειρατές**. Και κάθε εταίρος αυτής της ζωής να είναι πρόσωπο διαφορετικό και μοναδικό, μα όχι μοναχικό – σαν τη συντροφιά που προανέφερα δηλαδή.

Μπορεί όλα αυτά να μοιάζουν αφηρημένες καλολογίες. Τι να κάνουμε όμως; Ακόμα κι όταν μιλάμε για τα αβυσσαλέα του έρωτα, πάλι ο λόγος μπορεί να ηχεί σαν φλυαρία. Μα, ποιον άλλο δρόμο έχουμε, εκτός του να σμι-

λεύουμε τις φράσεις μας με σεβασμό στις λέξεις, ώστε αυτές να μας παραπέμπουν σε νοήματα και σε πράγματα πέρα κι απ' αυτές τις ίδιες; Αυτήν ή αυτόν που αγαπώ δεν έχει νόημα να τον αναλύσω χημικά. **Τη φωτιά της αγάπης την συνδουλίζει η ποίηση, όχι οι μικροβιολογικές απαντήσεις**. Παρόμοια, δεν έχω να αναλύσω το Πνεύμα, έχω όμως να λέω για τις εκπλήξεις του και για τις ανατροπές του και για το σδάμαστό του. **Έτσι, λοιπόν, το Άγιο Πνεύμα είναι σαν άνεμος (μα δεν είναι άνεμος), είναι σαν περιστέρι (μα δεν είναι περιστέρι), είναι σαν φωτιά (μα δεν είναι φωτιά)!**

Πώς περιγράφει το ευαγγέλιο την εισβολή του Πνεύματος κατά την ημέρα της Πεντηκοστής στο σπίτι όπου ήταν μαζεμένοι οι μαθητές του Χριστού; Σαν τη βουή που κάνει ο δυνατός άνεμος, και σαν γλώσσες φωτιάς. Και με την εισβολή του ανοίγει την παρέα εκείνη στην οικουμένη. **Η αφήγηση μιλά για το άνοιγμα στην ετερότητα και στην πολυεθνικότητα, στους ανθρώπους από δεκαέξι διαφορετικούς λαούς που βρίσκονταν στην πόλη τότε, και οι οποίοι καταλάβαιναν τα λόγια των αποστόλων καθένας στη δική του γλώσσα**. Αυτό κι αν είναι φώτιση! Εκείνο που είχε φέρει πριν από πενήντα μέρες ο Χριστός (δηλαδή η Ανάσταση, η θανάτωση του θανάτου) γίνεται τώρα δώρο και πρόσκληση προς όλη την οικουμένη.

Στην καθιερωμένη (βυζαντινή) εικόνα της Πεντηκοστής **οι μαθητές δεν σχηματίζουν κύκλο**, δηλαδή δεν συγκροτούν πια μια αυτάρκη παρεούλα ή μια περιλκειστη φράξα. **Κάθονται έτσι ώστε να σχηματίζεται ημικύκλιο ή πέταλο, δηλαδή μια κοινότητα ανοιχτή**. Δείτε ότι στο κάτω μέρος της εικόνας ζωγραφίζεται ανθρωπομορφικά, γενειοφόρος και με ανοιγμένα χέρια, ο κόσμος όλος. **Στου κόσμου τα πάθια και τις αγωνίες μάς ανοίγει το Πνεύμα!** Και θα ανταποκριθούμε, αν μείνουμε ασκεπείς την ώρα της επίσκεψής του, και αν γουστάρουμε τρελά να εκτεθούμε στον ανυπόταχτο άνεμο. Αναμαλλιασμένοι ναι, αεροστεγείς όχι!

Το όνειρό μας... το μεράκι μας...
το δικό μας τεφτέρι!
Το ζεστό μαχαζι με τους όμορφους
και γελαστούς ανθρώπους, το
άφογο έρβις και τους υπέροχους
μεζέδες σε προσιτές τιμές!

Βουτζά 21 & Καισαρείας,
Βύρωνα
Τηλ: 210 7656393



Η υπόθεση του λόφου Κοπανά είναι το θέμα που απασχολεί σήμερα την πόλη μας κι όχι άδικα, καθώς αφορά την ποιότητα της ζωής μας, την περιουσία μας ως Δήμος, τις αθλητικές και πολιτιστικές δραστηριότητές μας για περισσότερα από 40 χρόνια και φυσικά πρόκειται για μια δασική έκταση, η οποία – έχει μεγάλη σημασία να μη το ξεχνάμε – είχε ενταχθεί από τον ΣΠΑΥ στο LIFE99 και στο Natura99.

Το πώς φτάσαμε ως εδώ σηκώνει πολύ συζήτηση. Ευθύνες υπάρχουν διαχρονικά. Αδιαφορία, ολιγωρία, λανθασμένοι χειρισμοί από το δημόσιο και τις δημοτικές αρχές, σαφώς και συνέβαλαν στη διαδρομή αυτή. Όμως η πραγματικότητα είναι ξεκάθαρη, άσχετα από το τι πιστεύουμε ως πολίτες όλα αυτά τα χρόνια.

Ποτέ δεν ανήκαν στον δήμο Βύρωνα οι διεκδικούμενες από τους ιδιώτες εκτάσεις. Δεν ήταν ποτέ δικές μας και δυστυχώς δεν φροντίσαμε να γίνουν δικές μας όλα αυτά τα χρόνια, με αποτέλεσμα σήμερα να ψάχνουμε εναγωνίως -και αρκετά όψιμα- στήριξη από κάθε δυνατή πλευρά.

Κερδίσαμε πρωτόδικα. Χάσαμε στο Εφετείο. Θεσμικά ο αγώνας συνεχίζεται στον Άρειο Πάγο.

Κοινωνικά και πολιτικά ωστόσο οφείλουμε να περιφρουρήσουμε, όλοι μαζί ενωμένοι, φορείς, παρατάξεις, συλλογικότητες, πολίτες, το δημόσιο δασικό χαρακτήρα του λόφου Κοπανά με τα θέατρα και τα γήπεδά του.

Ας δούμε όμως πως φτάσαμε σε αυτή την αρνητική απόφαση του εφετείου.

Οι **κληρονόμοι ιδιοκτήτες (18)** ισχυρίζονται ότι έχουν **νόμιμους τίτλους** που προέρχονται από το **1860**, ότι αγόρασαν κτήματα στη θέση Κοπανά (σ. 13 απόφασης Εφετείου). Ο ορισμός της περιοχής στα συμβόλαια είχε γίνει με τοπωνύμια, όπως συνηθιζόταν τότε, ενώ η αρχική κτήση από το 1860 βεβαιώνεται βάσει χρησιμεύσεως επί εποχής τουρκικού κράτους. Αξίζει να επισημάνουμε πως **η περιοχή το 1800 ήταν παντελώς έρημη** και ακόμη και ο αρχικός τίτλος ορίζει μεγάλο μέρος της περιοχής ως «βουνό ακαλλιέργητο». Είναι απορίας άξιο τι χρησιμεύσε γίνονταν τότε και γιατί δεν αμφισβητήθηκε αυτός ο αρχικός τίτλος από το ελληνικό δημόσιο αλλά έγινε αποδεκτός και επάνω σε αυτόν συνέχισαν να θεμελιώνονται δικαιώματα κτήσης.

Το **1926** με συγκεκριμένο **τοπογραφικό** ορίζεται στους ενδιαφερόμενους τότε η διανομή της έκτασης επί του λόφου Κοπανά και της γύρω περιοχής και καθορίζονται σαφώς τα οικόπεδα.

Το **1927** λειτούργησαν τα **λατομεία επί του λόφου Κοπανά**, ενώ διαμορφώνεται το σχέδιο πόλης και **απαλλοτριώνεται το βόρειο κομμάτι της περιοχής από την Ελληνική πολιτεία** για την μετεγκατάσταση προσφύγων. Το κομμάτι αυτό αφορά τη διαμόρφωση της περιοχής έως τη σημερινή οδό Ταταούλων. Με αυτή την πράξη απαλλοτρίωσης η τότε **ελληνική πολιτεία αναγνωρίζει ουσιαστικά τους φερόμενους ιδιοκτήτες της περιοχής**.

Το **1964** οι ιδιοκτήτες του λατομείου συστήνουν την ομόρρυθμη εταιρεία **“Εργάνη”** που αργότερα έγινε Α.Ε. Ένα κομμάτι της έκτασης είναι της επιχείρησης και διάφορα διπλανά κομμάτια που ανήκουν στην ατομική ιδιοκτησία των επιχει-

ρηματιών ενοικιάζονται στην εταιρεία.

Το **1970** ξεκινούν οι έντονες **διαμαρτυρίες των κατοίκων για τις χωματουργικές εργασίες** που παρενοχλούν την περιοχή. Γίνονται οι πρώτες μεγάλες κινητοποιήσεις με τη συμβολή του επόμενου **δημάρχου Βύρωνα κ. Φατσέα**.

Το **1971** το Υπουργείο Εθν. Οικονομίας σταματά τη λειτουργία των εξορυκτικών εργασιών του λατομείου και **παραχωρεί στους ιδιοκτήτες την έκταση στο Κακρόρεμα του Υμηττού**, -πάνω από τα στρατόπεδα Σακέτα- για να κάνουν εκεί λατομείο. Στα νταμάρια της Ταταούλων μένει μόνο η μονάδα παραγωγής σκυροδέματος. Το λατομείο της ΕΡΓΑΝΗ στο Κακρόρεμα τελικά ανέστειλε εντελώς τη λειτουργία του τα χρόνια της οικονομικής κρίσης..

Το **1975** με απόφαση του αρμόδιου Υπουργείου **σταματά και η λειτουργία εξορυκτικών εργασιών** στο λατομείο του Κακρόρεματος.

Το **1976** εκδίδεται ο Ν. 248/76 «σύνταξης προσωρινού φύλλου καταγραφής και μητρώου ιδιοκτησίας των δασικών εκτάσεων, δημοσίων τε και ιδιωτικών», όπου **καθορίζονται οι δασικές εκτάσεις**.

Το **1977** επεκτείνεται το σχέδιο πόλης και περιλαμβάνει την περιοχή που ορίζεται χώρος ανέγερσης σχολείων. Δύο χρόνια μετά, το **1979** το δημόσιο μέσω του **ΟΣΚ αγοράζει 15,8 στρέμματα για να οικοδομήσει τα σχολεία** που όλοι γνωρίζουμε. Αρχικά το 3ο Γυμνάσιο- Λύκειο που κατασκευάστηκε και εγκαινιάστηκε από τον Ανδρέα Καραλαμάνη, υπουργό παιδείας στις 4 Απριλίου 1985. Ουσιαστικά **ο ΟΣΚ με την αγορά περιοχής για την ανέγερση σχολείων, αναγνωρίζει επί της ουσίας το νομικό καθεστώς και τους ιδιοκτήτες της περιοχής**.

Έχει προηγηθεί το **1977** η απόφαση 47/1977 του δημοτικού συμβουλίου με **δήμαρχο τον Δημήτρη Κωνσταντινιέρη** αποφασίζει ομόφωνα **να απαλλοτριώσει το χώρο των νταμαριών στο λόφο Κοπανά για να διαμορφωθεί σε άλσος**. Η απόφαση αυτή ψηφίζεται από όλες τις πτέρυγες του Δ.Σ., εγκρίνεται από την Νομαρχία Αθηνών και δημοσιεύεται σε ΦΕΚ το 1979. **Με την απόφαση αυτή επίσης αναγνωρίζονται ουσιαστικά οι ιδιοκτησίες και οι ιδιοκτήτες της περιοχής από το δήμο**.

Οι κάτοικοι του Βύρωνα, με τους κομμουνιστές Δημάρχους Φατσέα, και στη συνέχεια τον Δ. Νικολαΐδη, έδωσαν αγώνες, έκαναν καταλήψεις στο χώρο, από το 1979, για να περάσουν τα παλιά λατομεία ΕΡΓΑΝΗ στο δημόσιο και να αξιοποιηθεί η περιοχή για τις ανάγκες των κατοίκων.

Ανάλογη αγωνιστική στάση διεκδίκησης και σημαντική συμβολή για την τύχη της περιοχής είχε και ο **Δήμαρχος Υμηττού Ανδρέας Λεντάκης**.

Την ίδια περίοδο (1979), η πολιτεία σχεδίαζε στην περιοχή αυτή να γίνει νεκροτομείο. Η αντίδραση των κατοίκων και της δημοτικής αρχής Νικολαΐδη, είχε ως αποτέλεσμα να απομακρύνει αυτή την προοπτική.

Το **1981** γίνεται η σύνταξη προσωρινών κτηματικών χαρτών δασικών εκτάσεων βάσει του Ν.248/76. **Το λατομείο χαρακτηρίζεται ως δημόσια δασική έκταση**. Γίνονται προσφυγές από τους ενδιαφερόμενους.

Το 1981 έπεσε η ιδέα από το σκηνοθέτη **Μίνο Βολονάκη**, τον ηθοποιό **Γιάννη Βόγλη** και άλλους να γίνει θέατρο στα βράχια. Το όραμα του Μίνου Βολονάκη και των τότε ανθρώπων της τέχνης ήταν να μετατραπουν οι σκουπιδότοποι και τα νταμάρια των φτωχών περιοχών σε θεατρικούς χώρους και χώρους καλλιτεχνικής δημιουργίας με μεγάλη εμβέλεια. Μιλούσαν όχι μόνο για το Βύρωνα αλλά για την Πετρούπολη, την Νίκαια, τη Νεοχωρούδα στη Θεσσαλονίκη για όλη τη χώρα.

Το καλοκαίρι του 1981 έγινε και η **πρώτη συναυλία στα νταμάρια**, με δήμαρχο το στέλεχος του ΚΚΕ **Δ. Νικολαΐδη**.

Το **1984-1986** οι δήμοι Βύρωνα και Υμηττού με δημάρχους τον Δημήτρη Νικολαΐδη και Ανδρέα Λεντάκη αντίστοιχα, προχωρούν σε νέες λαϊκές κινητοποιήσεις και καταλήψεις. Στη συνέχεια άρχισαν να διαμορφώνουν το χώρο σε θέατρο και γήπεδα.

Ο Δήμος Υμηττού καταλαμβάνει τμήμα της έκτασης και το διαμορφώνει για γήπεδο. Οι φερόμενοι ιδιοκτήτες κάνουν αίτηση ασφαλιστικών μέτρων από τους ενδιαφερόμενους. Και καταδικάζονται οι δήμαρχοι Νικολαΐδης και Λεντάκης.

Με Απόφαση εισαγγελέα εφετών κάνει δεκτή την αίτηση και διατάζει τον Δήμο Υμηττού να αναφέρει την έκταση στην προηγούμενη κατάσταση. Ο Δήμος δεν συμμορφώνεται.

Το **1986** ο δήμος Βύρωνα καταλαμβάνει την υπόλοιπη έκταση.

Νέα αίτηση ασφαλιστικών μέτρων κατά των Δήμων. Οι δήμοι δεν συμμορφώνονται και κατασκευάζουν το **Θέατρο Βράχων Μ. Μερκούρη 3000 θέσεων στα νταμάρια**. Μέρος των υλικών προσφέρθηκαν από την υπουργό πολιτισμού Μελίνα Μερκούρη,

Αρχικά οι κυβερνήσεις του ΠΑΣΟΚ και στη συνέχεια και άλλες που ακολούθησαν χρηματοδοτούσαν το δήμο για την οργάνωση του Φεστιβάλ στο

θέατρο των Βράχων. Όμως στους Δήμους Βύρωνα και Υμηττού δεν υπήρξε –όσο γνωρίζουμε παραχωρητήριο από το δημόσιο, έστω για τις χρήσεις των εγκαταστάσεων.

Το **1987 απόφαση εισαγγελέα εφετών κάνει δεκτή την αίτηση των ιδιωτών** και διατάζει τον Δήμο Βύρωνα να επαναφέρει την έκταση στην προηγούμενη κατάσταση. Ο Δήμος δεν συμμορφώνεται.

Το **1987** το **ειρηνοδικείο αποδέχεται τις προσφυγές κατά των κτηματικών χαρτών του 1981** και διατάζει τη διόρθωσή τους. Όμως την επόμενη χρονιά (1988) ο Δήμος Υμηττού ανοίγει δρόμο στην έκταση με νέα κατάληψη. Νέα ασφαλιστικά μέτρα που καταλήγουν σε εισαγγελική απόφαση για βίαια έξωση. Οι δήμοι για άλλη μία φορά δεν πειθαρχούν.

Το **1995 – 1997** κατασκευάζεται το δεύτερο **θέατρο Άννα Συνοδινού**.

Το **1996** απαλλοτριώνεται νέος χώρος από τον **ΟΣΚ** για να μπορέσει να χτιστεί το **5ο δημοτικό**.

Το **1998** το **δημοτικό συμβούλιο (617/1998) αποφασίζει ότι άρει την απόφαση του 1977, περί απαλλοτρίωσης του χώρου των νταμαριών** ισχυριζόμενο ότι ανήκει στο δημόσιο ο χώρος και έχει παρέλθει 20ετία από την απόφαση του 1977 και αποφασίζει να μην την εκτελέσει. Νομικά αυτή η απόφαση ανοίγει το δρόμο για τις επόμενες αγωγές περί ιδιοκτησίας του χώρου από τους ιδιώτες το 2003 και το 2005. Δεν κρίνουμε την ομόφωνη, επίσης πολιτική, απόφαση του δημοτικού συμβουλίου να μην εκτελέσει την απαλλοτρίωση. Ωστόσο η απραξία που την ακολουθεί όσον αφορά τις ενέργειες καθορισμού του ιδιοκτησιακού καθεστώτος (ουσιαστικά δεν έγινε απολύτως τίποτα) πυροδότησε όλη τη δικαστική διαμάχη που οδήγησε στις αρνητικές εξελίξεις του σήμερα.

Το **1999** η **νοτιοανατολική πλευρά του λόφου Κοπανά** (ουσιαστικά η έκταση κάτω από την Κατεχάκη, η οποία είχε ενταχθεί από τον ΣΠΑΥ στο LIFE99 και στο Natura99) **καταπατείται από τον δήμαρχο Ηλιούπολης κ. Γιωργάκη για να δημιουργηθούν δρόμοι, πάρκινγκ, σχολεία και κτήρια**. Ο δήμος Βύρωνα -παρ’ όλο που το θέμα ήλθε με υπογραφές κατοίκων στο δημοτικό συμβούλιο- δεν λαμβάνει καμία πρωτοβουλία. Τελικά αφού ταϊμεντώνεται η αρχή της ρεματιάς που ανήκει στο ρέμα της Πικροδάφνης, επεμβαίνει το ΣτΕ το 2003, μετά από προσφυγή κατοίκων και σταματά την καταπίτση με τελική απόφαση το 2005. Την ίδια περίοδο γίνεται προσπάθεια μεγάλης εγκατάστασης κεραίας κινητής τηλεφωνίας στον λόφο Κοπανά επί της δασικής έκτασης που απομακρύνεται μετά τις κινητοποιήσεις κατοίκων.

Το **2000** γίνεται αυτοψία της πολεοδομίας Αθήνας στις εργασίες κατασκευής των θεάτρων. Διατάσσεται η διακοπή των εργασιών διότι δεν υπήρχε οικοδομική άδεια.

Το **2000** επί **δημαρχίας Ρογκάκου κτίστηκε το αναψυκτήριο - εστιατόριο «Άστρα», παρ’ ότι ο χώρος προστατευόταν ως Β΄ ζώνη Υμηττού**, δεν επέτρεπε τέτοιες χρήσεις και δεν υπήρχε καμία άδεια. Στα μέσα της δεκαετίας θα αποδειχθεί πως και πολεοδομικά τα «Άστρα» είναι σαθρό οικοδόμημα καθώς η στατικότητα του χαρακτηρίζεται επικίνδυνη, γίνονται έργα αντιστήριξης και έκτοτε περνά ουσιαστικά σε αναστολή λειτουργίας. Ανοίγει μόνο για μεμονωμένες εκδηλώσεις, ενώ σήμερα χρησιμοποιείται ως χώρος παρασκευής του κοινωνικού συσσιτίου, με αναφορές δημοσίων υπηρεσιών που τον καθιστούν ακατάλληλο.

Το **2004** επί **δημαρχίας Χαρδαλιά** δημιουργήθηκαν νέα **γήπεδα 5x5, κατασκευάστηκε παιδική χαρά, αναδιαμορφώθηκε ο χώρος σε μια όαση, πολιτισμού, άθλησης και αναψυχής**. Αλλά και ο χώρος στην είσοδο της Ταταούλων προς τα Θέατρα μετατράπηκε σε χώρο ανάθεσης των άχρηστων υλικών ασφαλτοστρώσεων. Για αυτό καταδικάστηκε ο κ. Χαρδαλιάς από τα δικαστήρια, μετά από προσφυγή πολιτών.

Το **2006** εγκαινιάστηκε το **Κλειστό Γυμναστήριο «Δημήτρης Καλτσάς»**.

Στους Δήμους Βύρωνα και Υμηττού δεν υπήρξε –όσο γνωρίζουμε- παραχωρητήριο από το δημόσιο, ούτε ακόμη και για τις χρήσεις του χώρου.

Στις αγωγές που κατέθεσαν το **2003, 2005** οι φερόμενοι ως ιδιοκτήτες, το δημόσιο ισχυρίζεται στην πρωτοδική δική, ότι τα γεωμετρικά που διεκδικούν οι ιδιοκτήτες είναι δημόσιες δασικές εκτάσεις που έχουν περιέλθει στην κυριότητα του. Και με την πρωτοδική **απόφαση αρ.715/2016**, απορρίφθηκαν οι αγωγές διεκδίκησης των ιδιωτών. Στην απόφαση αυτή του Πολυμελούς Πρωτοδικείου Αθηνών αναφέρεται μεταξύ άλλων: «Οι επίδικες εκτάσεις είχαν κατά το χρόνο 1875-1878 την μορφή δασικής εκτάσεως καθώς καλύπτονται από δάσος χαμόδεντρων».

«Ακριβώς λόγω της μορφής τους αυτής ήτοι δασικής εκτάσεως, αποτελούν δημόσιες γαίες, οι οποίες προ της απελευθέρωσης του Ελληνικού Έθνους ανήκουν σύμφωνα με το Οθωμανικό νόμο περί γαιών κατά κυριότητα στο Τουρκικό κράτος και περιήλθαν επίσης κατά κυριότητα στο Ελληνικό κράτος με την συνθήκη της Κωνσταντινουπόλεως στις 9 Ιουλίου 1832».

Το **2017** οι φερόμενοι ως ιδιοκτήτες προσφεύγουν στο Εφετείο Αθηνών κατά της πρωτοδικής απόφασης.

Στις **10.09.2019** με την απόφαση του Εφετείου **αρ.4891/2020** έρχονται τα πάνω κάτω. Γίνεται δεκτή η Έφεση των ιδιωτών, δεν αποδέχεται τις παρεμβάσεις των Δήμων και απορρίπτει την παρέμβαση του Ελληνικού Δημοσίου. Αναγνωρίζει ως ιδιοκτήτες τους ενάγοντες σε εκτάσεις 104 στρεμμάτων. Επιπλέον αμφισβητείται η ταυτότητα της περιοχής ως δασική έκταση.



ΧΩΝΔΡΙΚΟ - ΛΙΑΝΙΚΟ ΕΜΠΟΡΙΟ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ & ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

☎ 211 41 02 783 - 6994 68 37 61

- SERVICE
- ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ
- ΑΛΛΑΓΗ ΛΑΔΙΩΝ
- ΛΙΠΑΝΤΙΚΑ
- ΦΙΛΤΡΑ
- ΠΩΛΗΣΕΙΣ

3ης Σεπτεμβρίου 8, Βύρωνα



Υποκριτικό και όψιμο ενδιαφέρον της Δημοτικής Αρχής για το λόφο Κοπανά

Των Δημ. Χατζηστελίου
και Χρ. Παναγιωτόπουλου



Δεν χωρά αμφιβολία ότι η αρνητική και αντι-κοινωνική απόφαση **4891/2020 του Εφετείου Αθηνών** που αναγνωρίζει την ιδιοκτησία 104 στρεμμάτων στους φερόμενους ως ιδιοκτήτες στα πρώην νταμάρια στο λόφο Κοπανά, **τάραξε τα νερά στην πόλη και τους κατοίκους της.**

Η απόφαση αυτή, έρχεται και κουμπώνει με τα **κυβερνητικά σχέδια για τους ελευθέρους χώρους στην Αττική** (βλέπε ΠΥΡΚΑΛ, Ελληνικό, Υμηττό και πύλες εισόδου κ.λ.π.)

Οι **ευθύνες κυβερνήσεων και δημοτικών αρχών είναι δεδομένες**, όσο και εάν προσπαθούν να πείσουν για το αντίθετο, αρκετές δημοτικές παρατάξεις και κυρίως αυτές που βρέθηκαν να διαχειρίζονται την δημοτική εξουσία, από τότε (1977) μέχρι και σήμερα. Καμία κυβέρνηση, καμίας απόχρωσης από το 1980 έως σήμερα δεν νομοθέτησε για να λυθεί οριστικά το θέμα και όλες οι δημοτικές αρχές από το 1987 σταμάτησαν να διεκδικούν να περάσει οριστικά ο χώρος στο δημόσιο, εφησυχάστηκαν και αρκέστηκαν στην εμπορευματοποίηση του πολιτισμού και του αθλητισμού.

Τα ερωτήματα είναι πολλά για το πως φτάσαμε σε αυτή την αρνητική απόφαση του εφετείου.

Μοιάζει να είναι **υποκριτικό και όψιμο το ενδιαφέρον της δημοτικής αρχής και του δημάρχου κ. Κατωπόδη** για την υπεράσπιση του δασικού, δημόσιου χαρακτήρα του λόφου Κοπανά, που περιλαμβάνει και τα θέατρα και τα γήπεδα.

Και αυτό γιατί **γνώριζε ότι οι φερόμενοι ως ιδιοκτήτες δεν σταμάτησαν να διεκδικούν μέρος της έκτασης στην περιοχή των Νταμαριών στην Μεταμόρφωση.** Γνώριζε πως το 2017 και ενώ έχουν χάσει την υπόθεση στο πρω-

τοδικείο υπέρ του δημόσιου προσέφυγαν στο Εφετείο Αθηνών για να ανατρέψουν την απόφαση, κάτι που πέτυχαν. Η επίμαχη απόφαση του Εφετείου Αθηνών τους δικαιώνει.

Η **δημοτική αρχή έχει τεράστιες ευθύνες για τον τρόπο με τον οποίο χειρίστηκε το σοβαρό αυτό θέμα** για την πόλη και τους κατοίκους της και μάλιστα εν αγνοία τους, αφού δεν μίληκε ποτέ στον κόπο να ενημερώσει.

Γιατί, δεν ενημέρωσε και δεν κινητοποίησε τους κατοίκους, τους φορείς, συλλογικότητες της πόλης, έτσι ώστε να σημάνει συναγερμό ενάντια στις διεκδικήσεις των ιδιωτών; Δημοτικοί σύμβουλοι της αντιπολίτευσης ισχυρίζονται ότι, **ούτε το δημοτικό συμβούλιο ενημερώθηκε.**

Δεν έκανε καμία δημόσια ανακοίνωση για το ζήτημα αυτό, δεν έθεσε θέμα στην τότε κυβέρνηση ΣΥΡΙΖΑ για την διασφάλιση του δημόσιου δασικού χαρακτήρα του λόφου Κοπανά και το αίτημα να περάσει οριστικά και αμετάκλητα στο δημόσιο.

Ενώ **πρωτόδικα στο δικαστήριο ο Δήμος Βύρωνα είχε αναθέσει την υπεράσπιση του και την αντίκρουση των επιχειρημάτων των ιδιωτών σε μεγάλο, εξειδικευμένο δικηγορικό γραφείο**, και κέρδισε μαζί με το δημόσιο την υπόθεση αντικρούοντας τους ισχυρισμούς των φερόμενων ιδιοκτητών, στο εφετείο που οι ιδιώτες αμφισβητούσαν την θετική και το δημόσιο πρωτοδική δικαστική απόφαση η δημοτική αρχή Κατωπόδη έκρινε χωρίς καμία συζήτηση, να μην απευθυνθεί και να αναθέσει και πάλι σε ειδικευμένο μεγάλο δικηγορικό γραφείο, αλλά αντί αυτού να προσέλθει στο δικαστήριο ο δήμος με τους δικηγόρους του δήμου. **Ο λαός μας λέει «ομάδα που κερδίζει δεν την αλλάζει».**

Και όμως η δημοτική αρχή την άλλαξε, την δικηγορική υπερασπιστική ομάδα

Και αυτό δημιουργεί εύλογα και καλόπιστα ερωτήματα, χωρίς καμία διάθεση υποτίμησης της νομικής υπηρεσίας του Δήμου. Πως γίνεται πρωτόδικα ο Δήμος να ζητά την συνδρομή μεγάλου δικηγορικού γραφείου με επικεφαλής καθηγητή Πανεπιστημίου και να κερδίζεται η υπόθεση και όταν προσφεύγουν στο Εφετείο οι ιδιώτες να ανατρέψουν την σε βάρος τους απόφαση, αντί η δημοτική αρχή να αναθέτει -αν όχι στο ίδιο- σε ανάλογο δικηγορικό γραφείο την υπόθεση και να αναλαμβάνουν τα... «ταϊκό», για να αναφερθούμε με όρους αθλητικούς.

Και το ερώτημα που τίθεται είναι, **ποιος αποφάσισε για αυτό;** Ο Δήμαρχος, η εκτελεστική επιτροπή, η οικονομική επιτροπή, το δημοτικό συμβούλιο; Το γνώριζαν αυτό έστω οι επικεφαλές των δημοτικών παρατάξεων; Αν ναι τι έκαναν για αυτό;

Και έστω πως το δικηγορικό γραφείο δεν είναι ο μόνος καθοριστικός παράγοντας. Πώς όμως εξηγείται πως για ένα τόσο σοβαρό ζήτημα δεν ενημερώθηκε όλη η περιοχή και οι κάτοικοι και δεν ξεκίνησε έστω μία κινητοποίηση;

Στη συνέχεια φτάνουμε στην απόφαση του Εφετείου Αθηνών που ανατρέπει την πρωτοδική απόφαση και δικαιώνει τους φερόμενους ως ιδιοκτήτες.

Η **απόφαση βγήκε το 2019**, κάτι που λογικά η νομική υπηρεσία του Δήμου είχε την δυνατότητα να πληροφορηθεί, και τον **Νοέμβριο του 2020 κοινοποιήθηκε στο Δήμο.** Και αυτή την φορά ο δήμαρχος και η δημοτική αρχή έκριναν ότι όχι μόνο δεν έχουν την υποχρέωση να ενημερώσουν το λαό της πόλης, ούτε όμως και το δημοτικό συμβούλιο. Ο κ. Δήμαρχος στο πρόσφατο δημοτικό

χωρίς να δίνουν λογαριασμό σε κανέναν. Και αυτό το θεωρούν δημοκρατική -αν όχι και αριστερή πολιτική διαχείριση της ζωής των κατοίκων.

Στα μέσα Απριλίου ενημερώθηκαν από τη δημοτική αρχή οι επικεφαλές των παρατάξεων ότι πρέπει να αποφασίσουν εκ περιφοράς και όχι μέσω συνεδρίασης την ανάθεση σε μεγάλο αυτή την φορά δικηγορικό γραφείο και όχι στους δικηγόρους του Δήμου, την αίτηση αναιρέσης στον Άρειο Πάγο της απόφασης του Εφετείου Αθηνών. Οι επικεφαλές των παρατάξεων συναινεσαν σε αυτό και ορισμένες **παρατάξεις ζήτησαν να γίνει έκτακτο δημοτικό συμβούλιο για το θέμα κάτι που απορρίφθηκε από το Δήμαρχο και τον πρόεδρο του Δ.Σ.**

Το θέμα γνωστοποιήθηκε στους κατοίκους της πόλης μετά από αρθρογραφία πολιτών για την υπερασπίση του λόφου Κοπανά και ανακοινώσεις δημοτικών παρατάξεων.

Το διάστημα αυτό ο **Δήμαρχος** με συνεντεύξεις του, αλλά και τα πανώ και οι αφίσες του Δήμου που έχουν αναρτηθεί προς ενημέρωση των κατοίκων, αναφέρονται ότι **διεκδικούμε τα θέατρα και τα γήπεδα και ΟΧΙ όλη τη δημόσια δασική έκταση του λόφου Κοπανά** που ασφαλώς περιλαμβάνει και τα θέατρα και τα γήπεδα.

Αυτή είναι μια αρνητική εξέλιξη για την πόλη, τους κατοίκους, το περιβάλλον και τον Υμηττό που μέρος του είναι και ο λόφος Κοπανά.

Το **δημοτικό συμβούλιο που συζήτησε το θέμα αυτό, στις 10 Μαΐου δεν κατέληξε σε συγκεκριμένη απόφαση για την διεκδικητική θέση του Δήμου.** Ανατέθηκε σε διαπαραταξιακή επιτροπή να επεξεργαστεί ένα σχέδιο απόφασης - διεκδίκησης και να έρθει για έγκριση στο δημοτικό συμβούλιο κάτι που μέχρι σήμερα (6 Ιουνίου) που γράφεται το κείμενο αυτό, δεν έχει γίνει.

Στην συγκέντρωση φορέων το **Σάββατο 15 Μαΐου ο Δήμαρχος στην ομιλία του αναφέρθηκε ότι υπερασπιζόμαστε το δημόσιο δασικό χαρακτήρα του λόφου Κοπανά.** Την τοποθέτηση αυτή την εξέλαβαν ως θετική εξέλιξη αρκετοί παρευρισκόμενοι, ενώ άλλοι την χαρακτήριζαν υποκριτική. Δεδομένου της στάσης της

παρούσας δημοτικής αρχής για τον Υμηττό -που όπως και οι προηγούμενες- έχει προσπαθήσει επανειλημμένα να «φορτώσει» χρήσεις στις δασικές εκτάσεις του Υμηττού ασύμβατες με το περιβάλλον, **φοβόμαστε πως η δημοτική εξουσία ενδιαφέρεται αποκλειστικά και μόνο για τη σωτηρία των υποδομών** του και θεωρεί πως η υπόλοιπη έκταση δεν είναι τόσο σημαντική και ίσως θα μπορούσε να επεκτείνεται και χρήσεις για τις ανάγκες του Δήμου.

Κρίνουμε πως η τοποθέτηση του δημάρχου είναι μία φραστική υποκριτική τοποθέτηση, για τον καθησυχασμό των κατοίκων και τίποτα άλλο. Εάν ο κ. Δήμαρχος εννοούσε τα όσα έλεγε το πλαίσιο διεκδίκησης του Δήμου, το ενημερωτικό υλικό προς τους πολίτες και τους φορείς και οι ενέργειες προς τους θεσμούς καθώς και οι κινητοποιήσεις του θα ήταν διαφορετικές.

Επιπλέον, εντελώς αντιδημοκρατικά την Τετάρτη **2 Ιουνίου ο κ. Δήμαρχος κάλεσε σε συνάντηση στο Θέατρο Βράχων βουλευτές** του κοινοβουλίου, για να τους ενημερώσει, εν αγνοία των παρατάξεων της αντιπολίτευσης. Συμπεριφέρεται η δημοτική αρχή σαν να είναι τσιφλίκι της ο Δήμος, **προσδοκώντας σε κομματικά και παραταξιακά οφέλη** ξεχνώντας τον δασικό χαρακτήρα της περιοχής και ότι αποτελεί μειοψηφία στο δημοτικό συμβούλιο.

Σε κάθε περίπτωση το ζήτημα της υπεράσπισης του δημόσιου, δασικού λόφου Κοπανά, με τις πολιτιστικές, αθλητικές του υποδομές, και τους χώρους αναψυχής και περιπάτου, ως μέρος του ορεινού όγκου του Υμηττού πρέπει να γίνει **υπόθεση υπεράσπισης των ιδίων των κατοίκων και των φορέων και συλλογικοτήτων της πόλης.**

Ο αγώνας για την σωτηρία του δημόσιου δασικού χαρακτήρα του λόφου Κοπανά που περιλαμβάνει και θέατρα και γήπεδα μας χρειάζεται όλους και όλες. Από αυτό τον αγώνα δεν πρέπει να απουσιάζει κανένας κάτοικος αυτής της πόλης, ανεξάρτητα από κόμμα, παράταξη, θρησκεία, κοινωνική τάξη.

Συνεργαζόμενη εταιρεία

ERGO

Νεαπόλεως 29, ΒΥΡΩΝΑΣ, Τ.Κ. 16232
ΤΗΛ. & FAX: 210 7641106 - ΚΙΝ: 6944303788

email: dnikolia@otenet.gr

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΟ



Τα οφέλη του αθλητισμού για τα Παιδιά

Του Ξενοφώντα Χολέβα*

Β' μέρος

Πλησιάζει η στιγμή όπου οι Αθλητικοί χώροι του Βύρωνα θα γεμίσουν ξανά με τα Παιδιά μας, αυτή η εικόνα ειλικρινά μας έχει λείψει σε όλους! Όλοι εμείς που υπηρετούμε τον Αθλητισμό του Βύρωνα θα είμαστε εκεί πιστοί σε ένα ραντεβού που αξίζει όσο τίποτα!

Στόχος του άρθρου είναι να θυμίσουμε τα πολλά και σημαντικά οφέλη που αποκομίζουν τα Παιδιά ηλικίας 5-10 ετών από τον αναπτυξιακό Αθλητισμό (τμήματα Ακαδημιών).

Διαβάστε σε αυτό το τεύχος το δεύτερο και τελευταίο μέρος του αφιερώματος.

* Ο Ξενοφώντας Χολέβας είναι γεννημένος στο Βύρωνα όπου και διαμένει με την Οικογένειά του. Ασχολείται με τον Αθλητισμό του Βύρωνα πολλές δεκαετίες και τα τελευταία είκοσι χρόνια με τα τμήματα ακαδημιών, δημιουργώντας και αναπτύσσοντας το μότο: «Το Παιδί στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος». Όλα αυτά τα χρόνια έχει οργανώσει πολλές αθλητικές, φιλανθρωπικές, και εκπαιδευτικές εκδηλώσεις για Παιδιά, Γονείς, Προπονητές και αθλητικά Στελέχη Ακαδημιών.

Από τα παιχνίδια στις αναπτυξιακές Αθλοπαιδιές

Στον Αθλητισμό, θα δοθεί η δυνατότητα στο Παιδί για την **προσέγγιση στο παιχνίδι της «αλήθειας» και της «πραγματικότητας»**, σε αντίθεση με τα μέχρι πρότινος διασκεδαστικά παιχνίδια του, που αποτελούσαν συνήθως μυθικοί ήρωες με υπερφυσικές δυνάμεις.

Πολύ ενδιαφέροντα στοιχεία που κερδίζει το Παιδί στον Αθλητισμό με τις Αθλοπαιδιές επίσης είναι ότι θα αρχίσει να αντιλαμβάνεται καλύτερα τον χώρο, το μέτρο και τους κανόνες του «παιχνιδιού».

Οι προπονητές του χρησιμοποιούν πολλά **εκπαιδευτικά παιχνίδια αθλοπαιδιών συστηματικά και μεθοδικά** έχουν κύριους στόχους να αντιλαμβάνεται πλέον καλύτερα τον χώρο που βρίσκεται ανά πάσα στιγμή όπου θα κινηθεί, να εντάσσεται πειθαρχημένα και συντονισμένα σε αυτό, έπειτα από παραγγέλματα. Εξαιρετικά κρίσιμο και χρήσιμο στοιχείο η «αναγνώριση» στο πρόσωπό του, που έρχεται με τα «μπράβω», με τα αυτοκολλητάκια επιβράβευσης στην μπλούζα, με το χειροκρότημα. **Προπονητές, συμπαίκτες, εξέδρα είναι εκεί να αναγνωρίσουν την κάθε προσπάθεια και όχι μόνο το καλό αποτέλεσμα.** Αυτή είναι ίσως και μία από τις βασικότερες διαφορές των τμημάτων Ακαδημιών από τις επόμενες ηλικίες.

Η ήττα ως κίνητρο επιτυχίας

Μπορούμε να πούμε πάρα πολλά για την εξοικείωση και την αποδοχή της «ήττας», ως απλά ένα απαραίτητο μέρος του παιχνιδιού ή ως ένα κίνητρο πείσματος για να διεκδικήσει την αυριανή του νίκη! Σε αυτή την ηλικία η ήττα μπορεί να πάρει το πραγματικό μέγεθος που της αναλογεί, σε αντίθεση με ενήλικες όπου η καθυστερημένη γνώριμία τους με την αποτυχία, συχνά τους κάνει να της προσδίδουν τεράστιες διαστάσεις με πολύ οδυνηρά ψυχολογικά αποτελέσματα και δυσκολίες στο να την ξεπεράσουν.

Από τις σημαντικότερες στιγμές της αθλητικής εκπαίδευσης στα Παιδιά, είναι το **πώς να αποδεχόμαστε και να εκπαιδευόμαστε στη διαχείριση της αποτυχίας, ατομικά και ομαδικά.**



Οι αδυναμίες ως σημεία βελτίωσης και όχι ντροπής

Εμπράκτως διαπιστώνει ο νεαρός Αθλητής μέσα από τους αγώνες, τις ήττες και τις αποτυχίες, ότι **η πραγματική «δύναμη» του ανθρώπου, προέρχεται μέσα από την αποτυχία και την ήττα** και όχι από το πώς θα καλύψει, κρύβοντας εντέχνως την αδυναμία του ώστε να φανεί «ψευδώς» δυνατός...!

Αποβάλλουμε πολύ νωρίς την πιθανή ντροπή για τις αδυναμίες που έχουμε, δεν έχουμε κανένα λόγο να τις κρύβουμε, αντιθέτως η προπόνηση περιλαμβάνει μεθοδολογία για να τις βελτιώσουμε, μπορούμε όμως να ζήσουμε και με αδυναμίες που δεν θα βελτιωθούν. Θα τις γνωρίζουμε και δεν θα εστιάζουμε στις αδυναμίες μας αλλά στα δυνατά μας σημεία.

Επενδύουμε από τις πρώτες μέρες και για όλη την αθλητική σταδιοδρομία του, στο πώς θα διαχειριστεί ο αθλητής το πλήγμα της ήττας-αποτυχίας όταν αυτό έρθει! Έπειτα εστιάζουμε στο να μπορεί γρήγορα να ανταπεξέλθει ψυχολογικά, πνευματικά και σωματικά έπειτα από μία αποτυχία. Μόνο τότε αντιλαμβάνεται τα ισχυρά κίνητρα που δημιουργεί η ήττα για να προετοιμάσει με έντονο πείσμα την επόμενη προσπάθειά του για τη νίκη και την επιτυχία του. Μόνο τότε η χαρά της νίκης μπορεί να είναι πραγματικά μεγάλη, γιατί τότε αποδεσμεύει ένα χείμαρρο θετικών συναισθημάτων για το Παιδί, γιατί προέρχεται μέσα από το προγενέστερο βίωμα της ήττας, κυρίως όμως της επίμονης και επιτυχημένης προσπάθειας του να ανταπεξέλθει!

Χρόνος με νέα ενδιαφέροντα και νέους Φίλους

Όσον αφορά το χρόνο που μοιραζόμαστε με τα Παιδιά στον Αθλητισμό, δίνεται η δυνατότητα στην Οικογένεια υγιώς να μειώσει σταδιακά την αποκλειστική παρακολούθηση του Παιδιού. **Ο Προπονητής μαζί με τους συμπαίκτες, είναι οι καινούργιοι ρόλοι υποστήριξης γύρω του!** Το «μοιράζομαι» είναι ένα νέο ρήμα που μπαίνει στη ζωή του ίσως για πρώτη φορά, κυρίως για Παιδιά που δεν έχουν αδερφάκια. Η νέα του Παρέα είναι εκεί για να μοιράζεται μαζί του συναισθήματα, προσπάθειες, εμφανίσεις, σήματα, επιφωνήματα, φωτογραφίες και όμορφες αθλητικές στιγμές κεφιού!



Τα αυτονόητα σωματικά οφέλη

Δεν έχουμε κάνει αναφορά για τα προφανή ή αυτονόητα σωματικά οφέλη του αθλητισμού στα Παιδιά. Πολλές έρευνες πλέον έχουν δείξει ότι **η συστηματική σωματική δραστηριότητα και η άσκηση επιφέρουν θετικά αποτελέσματα στη σωματική υγεία του παιδιού.** Συγκεκριμένα:

- Ενδυνάμωση των μυών και των οστών
- Έλεγχος του σωματικού λίπους – προστασία από την παιδική παχυσαρκία
- Βελτίωση της φυσικής κατάστασης και σωματικής απόδοσης
- Ελάττωση του κινδύνου για ανάπτυξη διαβήτη τύπου 2 και καρδιαγγειακών παθήσεων τόσο κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας αλλά και κατά την ενηλικίωση
- Καλύτερος κινητικός έλεγχος και λειτουργική ικανότητα

Επίλογος

Συνοψίζοντας τα οφέλη του Αθλητισμού για τα Παιδιά πέραν των ευεργετικών ωφελημάτων του σώματος που προαναφέραμε, θα μπορούσαμε να τα κατατάξουμε περιληπτικά σε 4 μεγάλες κατηγορίες:

Κοινωνικά Οφέλη: Ο αθλητισμός για το Παιδί δημιουργεί φίλους, παρέα, σύνδεση, απαιτεί την αναγνώριση της αξίας του αντιπάλου, όπου μέσα από την αγωνιστικότητα και την ανταγωνιστικότητα προκύπτει ο σεβασμός στον αντίπαλο. Δημιουργεί πρότυπα για τα Παιδιά. Κερδίζουν καθημερινά την ομαδικότητα που την ανταγωνίζεται ένα αρχικά μεγάλο εγώ. Κερδίζει την αλληλεγγύη, τη συνεργασία, την αλληλεπίδραση, τον ευγενή συναγωνισμό. Την ανάληψη της ευθύνης απέναντι στην ομάδα, την εξοικείωση με τη συνάντη με τους άλλους συναθλητές του ή τον προπονητή του. Πολλοί μεγάλοι Αθλητές τη στιγμή του λάθους σηκώνουν το χέρι αναλαμβάνοντας την ευθύνη!

Ηθικά οφέλη: Εκπαιδεύει τα Παιδιά στον έντιμο αγώνα, στην πειθαρχία, σε κανόνες, στο μέτρο, στο σεβασμό των άλλων, στην ύπαρξη των ρόλων που σημαίνει διαφορετικότητα.

Πνευματικά Οφέλη: Ο αθλητισμός στα Παιδιά αναπτύσσει αρμονικά το σώμα και το πνεύμα, προσφέρει υγεία στον οργανισμό, λειτουργεί ως εξαιρετικό αντίβαρο στα ναρκωτικά και αρκετές άλλες εξαρτήσεις. Η σωματική κατάσταση πολλές φορές επηρεάζει την πνευματική κατάσταση κι αντίστροφα. Το Παιδί μαθαίνει να δεσμεύεται απέναντι στους στόχους του και όταν τους επιτυγχάνει και τους ξεπερνά να τους επαναπροσδιορίζει.

Ψυχολογικά οφέλη: Με τη σωματική άσκηση το Παιδί κατακτά την απαραίτητη αγωνιστικότητα, την αυτοκυριαρχία του, βελτιώνει το θάρρος του για την αντιμετώπιση του κάθε αγώνα, δημιουργεί και εκπαιδεύει τη θέληση του και αναπτύσσει καθημερινά την αποφασιστικότητα του για τις γρήγορες επιλογές που απαιτεί ο αθλητισμός και η ζωή.

Σε λίγες μέρες οι Αθλητικοί Χώροι του Βύρωνα θα είναι ξανά ανοιχτοί!

Εκεί θα περιμένουν τα Παιδιά και τους Γονείς οι κατάλληλοι άνθρωποι, αυτοί που επί σειρά ετών έχουν υπεύθυνα αυτό το ρόλο, να υποδεχτούν και να συμβάλουν στο να «δημιουργήσουμε» με αληθινό ενδιαφέρον ξανά του νέους Βυρωνιώτες Αθλητές μας!

Σας περιμένουμε για να γεμίσουν ξανά οι αθλητικοί χώροι του Βύρωνα με κέφι, φωνές και πολλά πολλά Παιδιά, αυτή είναι η πιο αισιόδοξη εικόνα του Βύρωνα, τα Παιδιά του!

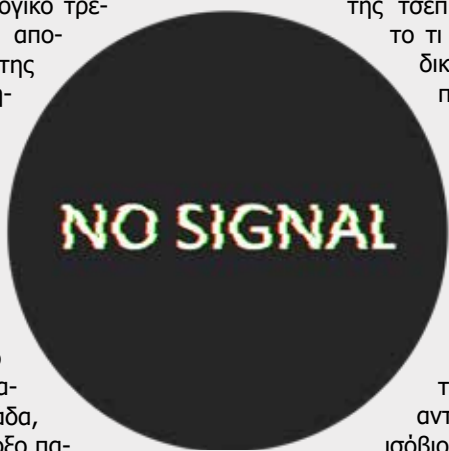




Βουδχαροκτόνος

περί τέχνης & άλλων

Του **Γιώργου Βούλγαρη**,
Ηθοποιού - Θεατρικού Σκηνοθέτη



Ζούμε στα χρόνια της απόλυτης ισοπέδωσης αξιών, στα χρόνια του απόλυτου τίποτα. Το άδειο, το επιδερμικό, το αντιαισθητικό ανάγεται σε στάση ζωής, σε τέχνη, σε μουσική, σε επιλογή. Το αδιανόητο τεχνολογικό τρεχαλήτό μας οδήγησε στο να απομακρυνθούμε από την ουσία της ύπαρξής μας. Την ενσυναίσθηση, την αντίληψη, τη νόηση. Εξελίσσεται η τεχνολογία και εμείς μένουμε στάσιμοι σαν άνθρωποι, σαν Έθνος. Η αλήθεια είναι ότι με τα θετικά ή και τα αρνητικά του, ο υπόλοιπος κόσμος προχωράει γιατί οραματίζεται και αποζητά ένα μέλλον περισσότερο απ’ όσο εκστασιάζεται με το παρελθόν του. Σε εμάς, στην Ελλάδα, συμβαίνει το αντίθετο. Το ένδοξο παρελθόν μας ορίζει όπως ο ήλιος την ημέρα.

Σε όλη αυτή την παρωχημένη παρακμιακή αντίληψη, έρχεται η τηλεόραση να γίνει καθρέφτης της κοινωνίας μας και της κουλτούρας μας, χωρίς να μένει ανεπηρέαστη. Η ελληνική τηλεόραση στο σύνολό της (πολύ μικρές οι εξαιρέσεις) είναι γεμάτη από προϊόντα που προκαλούν αμηχανία

έως και εμετό. Στην ουσία της δεν εξελίσσεται, γιατί αποτελείται από ισόβια στελέχη μιας άλλης εποχής και κουλτούρας, που έχουν πάψει να εξελίσσονται. Τους ενδιαφέρει μόνο η «εξέλιξη» της τσέπης τους, διαφορώντας για το τι παράγουν. Προβάλλουν σαν δικαιολογία την αισχρότητα-διάπίστωση ότι «ο Έλληνας θέλει αυτό» ή «το κοινό θέλει εκείνο». Σίγουρα υπάρχουν και άνθρωποι μέσα σε αυτήν με αισθητική, με γνώση, με αντίληψη του σήμερα, που προσπαθούν να ορθώσουν τη φωνή τους για τηλεοπτικά προϊόντα που δεν θα αποχαυνώσουν το δύσμοιρο τηλεθεατή. Αλλά θα βρεθούν αντιμέτωποι με τη γνώμη του ισόβιου ρυτιδιασμένου πνεύματος-στελέχους, που θα αφορίσει κάθε τι όμορφο, καινούργιο, εξελίξιμο και θα το κάνει σαν τα μούτρα του!

Να τονίσω εδώ ότι αγαπώ την τηλεόραση και αυτό που στην ουσία πρεσβεύει. Μπορεί η καλλιτεχνική μου ουσία να ξεκινάει και να τελειώνει στο θεατρικό σανίδι, αλλά αγαπώ την τηλεόραση

και τα οφέλη-δώρα που μου προσέφερε το μεγάλο διάστημα που δούλεψα σε αυτήν ως ηθοποιός. Για αυτό είμαι και τόσο καυστικός απέναντί της. Γιατί δεν μπορώ να βλέπω άλλο πρόχειρα κατασκευάσματα που πλασάρονται ως αριστουργήματα, με υποτυπώδη σενάρια, χωρίς να έχουνε αντίκρισμα στην πραγματικότητα και στο σήμερα. Σενάρια που γελοιοποιούν τη νοημοσύνη του τηλεθεατή. Ερμηνείες από συναδέλφους που ανταγωνίζονται επάξια σχολικές παραστάσεις, σκηνικά τελάρα-προσώψεις βγαλμένες λες από θέατρο σκιών.

Ονειρεύομαι μια τηλεόραση μακριά από την αισθητική της αρένας και του κανιβαλισμού. Μια ελληνική τηλεόραση που θα εμπιστευτεί νέες γενιές στην κατάρτωση περιεχομένου και στρατηγικής. Που θα εμπνεύσει επιμόρφωση και -επί της ουσίας- θα ψυχαγωγήσει και θα εξελίξει την ποπ κουλτούρα, μακριά από αλαζονικά στελέχη και τηλεοπτικές περσόνες που μεταφέρουν την «ρόμπα» ζωή τους. Μια τηλεόραση μακριά από την αντίληψη «Στους τυφλούς βασιλεύει ο μονόφθαλμος». Ζητάω πολλά;

Ψυχολογία

Τώρα που...

Της **Ηλιάννας Πεσσάρη**

Ψυχολόγος, ειδικευμένη στην βιωματική ψυχοθεραπεία μέσω ψυχοδράματος, καθοδηγήτρια yoga

www.prosopikianaptixi.gr

Πολέμωνος 8, Παγκράτι, 215 5051995 | 6938 165911
iliannapessaris@gmail.com



Τώρα που όλα ανοίγουν και υπάρχει μία αίσθηση κανονικότητας, τώρα που κινούμαστε πιο ελεύθερα, τώρα που φαίνεται ότι υπάρχει μία χαλαρότητα, τώρα είναι η περίοδος που όσα περάσαμε το προηγούμενο διάστημα ενσωματώνονται μέσα μας. **Τώρα όλη η προηγούμενη εμπειρία μπορεί να κάτσει μέσα μας, να συνειδητοποιηθεί, να γίνει αντιληπτή.**

Τώρα μπορούμε να κοιτάξουμε πίσω και να δούμε τι έγινε μέχρι τώρα, να καταλάβουμε τι κουβαλήσαμε το προηγούμενο διάστημα. Μπορούμε να δούμε τον εαυτό μας να κρατάει την αναπνοή του, να φοβάται, να νιώθει εγκλωβισμό, να προσπαθεί να επιβιώσει.

Αυτός ο εαυτός είναι ακόμα εδώ... Μία πλευρά μας μπορεί να ανανέει πιο ελεύθερα και μία άλλη ακόμα κρατάει την αναπνοή της και περιμένει... Δεν είναι σίγουρη ότι όλα θα πάνε καλά, δεν είναι σίγουρη ότι δεν θα συμβεί ξανά το ίδιο.

Το προηγούμενο διάστημα είναι ένα διάστημα **πολύ τραυματικό σε συλλογικό επίπεδο**. Όλα όσα ξέραμε ανατράπηκαν και πολλά νοήματα επιβλήθηκαν αλλιώς. **Το σπίτι έγινε η ασφάλεια και το μαζί η απειλή. Η μοναξιά έγινε σταθερός συνοδός μας.** Η ενοχή και η ευθύνη για πράγματα που πριν ήταν καθημερινά και φυσιολογικά εγκαταστάθηκαν.

Καθώς προχωράμε και νομίζουμε ότι όλα όσα έχουν γίνει μένουν πίσω, **σημάδια μένουν πάνω μας, νοήματα έρχονται μαζί μας, τραυματικά μηνύματα ηχούν μέσα μας.**

Η ζωή δεν είναι πια η ίδια.

Πολλά πράγματα είναι οικεία και μας δίνει χαρά που τα ξαναβρίσκουμε και ταυτόχρονα είναι σαν καινούρια γιατί εμείς είμαστε διαφορετικοί. Πολλά πράγματα άλλαξαν μέσα στο προηγούμενο διάστημα, μάθαμε, μεγαλώσαμε, χάσαμε, πονέσαμε, αξιολογήσαμε ξανά, δώσαμε νέα νοήματα...Κι

ακόμα αλλάζουμε, φοβόμαστε, προσαρμοζόμαστε, χάνουμε, κερδίζουμε.

Είναι σαν να βγήκαμε από ένα σκοτεινό τούνελ, απότομα στο φως. Θέλει χρόνο να προσαρμοστούμε. Κι αυτό το φως δεν είναι εξασφαλισμένο. Η ανασφάλεια είναι πιο μεγάλη από πριν, ο φόβος είναι ακόμα εδώ, για κάποιους πιο έντονος. **Η ελευθερία για κάποιους από μας δίνει χώρο και αναπνοή και για άλλους αυξάνει την αγωνία.**

Το τραύμα είναι αυτό που συνέβη μέσα μας εξαιτίας όλων όσων συνέβησαν έξω από μας, και είναι μοναδικό για τον καθένα. **Το τραύμα θέλει το χρόνο του να αφομοιωθεί και να κατανοηθεί** και αναγνωρίζεται όταν έχουμε βγει από την κατάσταση.

Τώρα που επιστρέφουμε σε μία «κανονικότητα» υπάρχει και το τραύμα. Ας το δούμε, ας το αναγνωρίσουμε, ας του δώσουμε χρόνο να υπάρχει.



Άστρων ψυθιρίσματα

Αυτός ο Ιούνης φίλες και φίλοι ξεκίνησε από τα τέλη του Μάη, με την πρώτη Σεληνιακή έκλειψη που έγινε στις 26 Μάη. Μπήκαμε στον Ιούνη με ανάδρομο Ερμή που τετραγωνίζει τον Ποσειδώνα και μια άγρια αντίθεση Άρη-Πλούτωνα. Και φυσικά στις 10 Ιούνη είχαμε την Ηλιακή Έκλειψη που συμπληρώνει το παζλ του παραλογισμού. Μεταβλητοί του 2ου δεκαημέρου προσοχή σε ό,τι κάνετε και ό,τι λέτε...

Καλό καλοκαίρι να έχουμε!

Του **Μιχάλη Κλαδίτη**, ερευνητή ψυχολογικής αστρολογίας

Για προσωπική ανάλυση: 6980135602



ΚΡΙΟΣ: Στον έρωτα, οι αδέσμευτοι -μετά τις 11/6 που ο Άρης περνάει στον Λέοντα- θα έχουν την τιμητική τους. Στις 27/6 περνάει και η Αφροδίτη στον Λέοντα και τα Κριάρια δε κρατιούνται.

ΤΑΥΡΟΣ: Η Αφροδίτη στον Καρκίνο, από 2/6 μέχρι 26/6, αναδύει πιο πολύ το φλερτ σαν κάτι τρυφερό και ανάλαφρο κι αυτό αρέσει. Μ’ αυτό το όπλο και με το Ταυρίσιο πείσμα, δεν έχουν άλλη επιλογή, θα ενδώσουν.

ΔΙΔΥΜΟΙ: Η έκλειψη στις 10/6 θα ταράξει τα νερά στις ήδη υπάρχουσες σχέσεις σας, αν ήδη έχετε συνειδητοποιήσει από πριν ότι δεν ταιριάζετε. Όμως αν περάσετε μαζί και αυτό, τότε δεν θα σας χωρίσει τίποτα.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ: Με την Αφροδίτη πάνω σας όλο τον Ιούνη, θεωρείστε υπερτυχεροί στα ερωτικά. Γι’ αυτό, αν εκμεταλλευτείτε αυτή την περίσταση και ξεπεράσετε φόβους και αναστολές θα αποκτήσετε την αυτοπεποίθηση που τόσο έχετε ανάγκη.

ΛΕΩΝ: Από τις 11/6 που ο Άρης περνάει σε εσάς, γίνεται μια αυτόματη ανάφλεξη μέσα σας. Γίνεστε πιο επιθυμητοί, πιο ελκυστικοί, πιο δυνατοί και κάθε γνωριμία σας θα είναι κάτι συναρπαστικό.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ: Για τους γεννημένους τέλη Αυγούστου, η Πανσέληνος στις 24/6 θα φέρει καλά νέα στον ερωτικό τομέα. Θα αμφιταλαντευτείτε μεταξύ φίλιας και έρωτα.

ΖΥΓΟΣ: Αν θέλετε κάτι να επισημοποιήσετε, καλύτερα να γίνει αργότερα. Η αντίθεση Άρη-Πλούτωνα στις 5/6 και η αντίθεση Αφροδίτης-Πλούτωνα με την πανσέληνο στις 24/6, θα σας πιέσει να δώσετε λύση σε ό,τι σας ταλανίζει καιρό.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ: Στις 5/6 και 24/6, οι όψεις με τον κυβερνήτη σας τον Πλούτωνα θέλουν προσοχή στο τι λέτε και τι κάνετε, γιατί θα είναι για εσάς «casus belli». Και κάτι καλό: η Αφροδίτη σε τρίγωνο με τον Ποσειδώνα το 3ημερο του Αγίου Πνεύματος θα σας φέρει ερωτικές γνωριμίες.

ΤΟΞΟΤΗΣ: Ο ανάδρομος Ερμής στους Δίδυμους και η Έκλειψη στις 10/6 θα κλονίσουν τις σχέσεις σας έως τις 22/6, που ο Ερμής επανέρχεται. Τότε θα περάσει και κείνη η Αφροδίτη στον Λέοντα κι όλα θα πάνε καλύτερα.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ: Με την Αφροδίτη σε αντίθεση στον Καρκίνο όλο τον Ιούνη, θα είστε λίγο πιο ευαίσθητοι, τρυφεροί και γαλήνιοι στις σχέσεις σας. Όμως με την Πανσέληνο στις 24/6 προσέξτε με τις ζήλιες και τις εμμονές.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ: Θα υπάρξει μια αστάθεια και αβεβαιότητα στον τομέα των σχέσεων και της επικοινωνίας, λόγω ανάδρομου Ερμή και λόγω Έκλειψης στις 10/6. Με την επιρροή όμως του Άρη από τον Λέοντα, ήρθε η ώρα να ξεκαθαρίσετε όλους τους τομείς της ζωής σας.

ΙΧΘΥΣ: Με τον ανάδρομο Ερμή και την Έκλειψη στις 10/6 σε τετράγωνο, είστε λίγο πιο ανήσυχoi και στρεσαρισμένοι. Κυρίως στον επαγγελματικό τομέα και λίγο τον οικογενειακό.

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΔΗΜΟΥ ΒΥΡΩΝΑ Α.Ε. Ο.Τ.Α.



Με υπευθυνότητα & εμπειρία αναλαμβάνουμε:

- Κατασκευές Μνημείων
- Κοπή & Επεξεργασία Μαρμάρων (κατόπιν παραγγελίας)
- Μνημόσυνα / Υπηρεσίες κυλικείου
- Αναμμα Κανδηλίων & περιποίηση μνημείων
- Στολισμούς

Πληροφορίες στα γραφεία μας εντός του Δημοτικού Κοιμητηρίου ή στο τηλέφωνο 2107641774

ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΥ ΑΘΗΝΩΝ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ 17
(εντός Κοιμητηρίου Βύρωνος) 16233 ΒΥΡΩΝΑΣ
Τ.:2107641774 F.:2107656666 Email: deadb@otenet.gr

ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΗΡΙΟ
ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ

“Το Ιδιαίτερο”

Μπάμπης Κοτούλας

- Δίσκοι μνημοσύνων
- Τσαντάκια
- Σακουλάκια
- Κουβέρ
- Τσουρέκια - Κέικ
- Προγράμματα αναγγελίας
- Ανθοστολισμοί
- Σέρβις

Ηρώς Κωνσταντοπούλου 79 & Νεοχωρίου 1, Βύρωνας
τηλ. 210 766 6986



www.to-idiatero.gr
To Ιδιαίτερο



Bonus συνταγές!

Ζύμη! Ένα υλικό, τρεις διαφορετικές συνταγές!

Μιας και το καλοκαιράκι μπαίνει δυναμικά, σε αυτό το τεύχος σας παρουσιάζουμε 3 διαφορετικές συνταγές, οι οποίες έχουν ως βασικό συστατικό τη ζύμη. Θα δούμε πως από με το ίδιο ζυμάρι μπορούμε να φτιάξουμε τρία τελείως διαφορετικά πιάτα: μια πίτα φούρνου, πιτάκια γεμιστά για τηγάνι και πιτάκια γεμιστά για άτμισμα, τα γνωστά dumplings!

Υλικά για τη ζύμη (10 μερίδες)

750 γρ. αλεύρι
400 γρ. νερό
15 γρ. λάδι
Αλάτι-πιπέρι

Υλικά για σπανακόπιτα (8 μερίδες)

1200 γρ. σπανάκι
1 ματσάκι άνηθο
1 ματσάκι κρεμμύδι φρέσκο
500 γρ. φέτα

Υλικά για τηγανιτά ζαμπονοτυροπιτάκια (6 μερίδες)

100 γρ. ζαμπόν
200 γρ. μίξ τυριών
75 γρ. μπέικον
50 γρ. βούτυρο
80 γρ. γάλα
30 γρ. αλεύρι
500 γρ. ηλιέλαιο για το τηγάνισμα

Υλικά για Dumplings (3 μερίδες)

150 γρ. κιμάς
20 γρ. φρέσκο κρεμμύδι
5 γρ. κάσιους
10 γρ. παχύρευστη σάλτσα σόγιας
10 γρ. γλυκόξινη sauce
10 γρ. σταφίδα
5 γρ. ούζο

Υλικά για τη γλυκόξινη σάλτσα (2 μερίδες)

5 γρ. φρέσκο κρεμμύδι
5 γρ. κάσιους
10 γρ. παχύρευστη σάλτσα σόγιας
10 γρ. γλυκόξινη sauce
5 γρ. ούζο

Δείτε εδώ το video με τις οδηγίες για την παρασκευή της ζύμης



Κι εδώ το video με την παρασκευή των τριών διαφορετικών πιάτων



Οι ζωμοί

Το δεύτερο και πολύ βασικό βήμα στη μαγειρική τέχνη (μετά τους βασικούς τρόπους κοπής, που είδαμε στο τεύχος #11) είναι η **παρασκευή των ζωμών**. Οι ζωμοί είναι εξαιρετικά σημαντικοί για τη βελτίωση της γεύσης, τη νοστιμιά του φαγητού κι ένα άριστο μαγειρικό αποτέλεσμα. Ουσιαστικά η χρήση των ζωμών στα φαγητά, είναι αυτό που κάνει πολλές φορές τους επαγγελματίες μαγείρους να ξεχωρίζουν από τους ερασιτέχνες! Ας δούμε λοιπόν ποια είναι τα βασικά είδη ζωμών, και πως αυτά παρασκευάζονται:

Βοηθητικά υλικά για τη γεύση:

ΜΙΡΕΠΟΥΑ (χορταρικά): Κρεμμύδι, καρότο, πράσο, σέλερι

ΜΠΟΥΚΕ ΓΑΡΝΙ (αρωματικά): Πιπέρι, Δάφνη, Θυμαρί

Βασικά είδη ζωμών:

- 1. ΦΟΝ ΜΟΣΧΟΥ ΑΣΠΡΟ:** Κόκκαλα μόσχου + Μιρεπούα + Μπουκέ γαρνί. Βράσιμο για 3-4 ώρες.
- 2. ΦΟΝ ΜΟΣΧΟΥ ΣΚΟΥΡΟ:** Κόκκαλα στο φούρνο + Μιρεπούα + Μπουκέ γαρνί. Σωτάρισμα όλα μαζί στο φούρνο και μετά στην κατσαρόλα για 3-4 ώρες.
- 3. ΦΟΝ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ:** Κόκκαλα κοτόπουλου, μιρεπούα και μπουκέ γαρνί για 3-4 ώρες στο νερό.
- 4. ΦΟΝ ΨΑΡΙΟΥ:** κόκκαλα ψαριού, μιρεπούα σε μικρά κομμάτια, μπουκέ γαρνί. Επειδή το ψάρι έχει έντονη γεύση, σε μόλις 40 λεπτά βρασμού έχουμε έτοιμο ζωμό ψαριού.
- 5. ΦΥΜΕ ΨΑΡΙΟΥ:** κόκκαλα ψαριού σωτέ, μιρεπούα, μπουκέ γαρνί. 30 λεπτά βράσιμο.
- 6. ΖΩΜΟΣ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ:** Μιρεπούα και μπουκέ γαρνί. 60 λεπτά βράσιμο
- 7. ΚΟΥΡΜΠΟΥΓΙΟΝ:** Ο πιο «elegant» ζωμός. Βράζουμε γαρίδες, αστακούς και οστρακοειδή σε νερό. Προσθέτουμε λίγο ξύδι, κόκκους πιπεριού ή μπαχάρι, δάφνη, κρεμμύδι, πράσο και σέλερι. 60 λεπτά βράσιμο.

Σημείωση: Οι άσπροι ζωμοί γίνονται με τον απευθείας βρασμό των υλικών σε νερό. Αντίθετα, στους σκουρόχρωμους ζωμούς, τα υλικά πρώτα τσιγαρίζονται και μετά βράζονται.

Ανεξάρτητα από την τεχνική που χρησιμοποιούμε (άσπρος ή σκούρος ζωμός), για την παρασκευή ενός λίτρου ζωμού θα χρειαστούμε: 700 γρ. κόκκαλα, 1 λίτρο νερό, 100 γρ. Μιρεπούα, 1 γρ. Μπουκέ γαρνί, 10-15 κόκκους πιπεριού.

Βασικές προϋποθέσεις για τη σωστή παρασκευή των ζωμών:

1. Κατά την παρασκευή τους δεν προστίθεται αλάτι.
2. Φιλτράρουμε πολύ καλά τους ζωμούς περνώντας τους από σινοιά (σουρωτήρι).
3. Ένας καλός ζωμός περιέχει ζελατίνη. Η ζελατίνη βρίσκεται στο κέντρο του κόκκαλου και γι' αυτό πρέπει να σπάμε τα κόκκαλα πριν μπουν στην κατσαρόλα.
4. Δεν ανακατεύουμε τους ζωμούς κατά τη διάρκεια του βρασμού, για να μην θολώσουν.
5. Για το βράσιμο των ζωμών, χρησιμοποιούμε στο ξεκίνημα κρύο νερό, το οποίο επιτρέπει το πέρασμα περισσότερων θρεπτικών συστατικών σε αυτόν. Τα θρεπτικά συστατικά περνούν στο νερό, προτού αυτό πιάσει τη θερμοκρασία στην οποία πήζουν οι πρωτεΐνες.



Φεστιβάλ «Στη σκιά Των Βράχων»

Πρόγραμμα Ιούνιος & Ιούλιος 2021

Δευτέρα, 14 Ιουνίου 2021

«Γυναίκες Μαχήτριες» – Θεατρική Παράσταση – **Εισόδος Ελεύθερη**

Τετάρτη, 16 Ιουνίου 2021

Χρήστος Λεοντής: «Καντάτα Ελευθερίας» - Συναυλία - **Εισόδος Ελεύθερη**

Παρασκευή, 18 Ιουνίου 2021

«Ιστορία χωρίς όνομα» – Θεατρική Παράσταση

Τρίτη, 22 Ιουνίου 2021

«Ναπολεοντία» του Ανδρέα Στάικου – Θεατρική Παράσταση – **Εισόδος Ελεύθερη**

Πέμπτη, 24 Ιουνίου 2021

«Οθέλλος» του Σαίξπηρ – Θεατρική Παράσταση

Τετάρτη, 30 Ιουνίου 2021

Λάμπρος Φισφής: «Best of» - Stand Up Comedy

Παρασκευή, 02 Ιουλίου 2021

«Πώς να σωπάσω...» - Μουσικοθεατρική παράσταση

Δευτέρα, 05 Ιουλίου 2021

«Τα σχήματα των Αστεριών», Λίνα Νικολακοπούλου & Τάνια Τσανακλίδου - Συναυλία - **Εισόδος Ελεύθερη**

Τετάρτη, 07 Ιουλίου 2021

Υπόγεια Ρεύματα/Δ. Μητσότακης & Π. Κασιμάνης (Ενδελέχεια)/Magic De Spell – Συναυλία

Πέμπτη, 8 Ιουλίου 2021

Solmeister + Marseaux present: "hot hell summer", featuring wnc – Συναυλία

Δευτέρα, 12 Ιουλίου 2021

«Ιφιγένεια εν Ταύροις», σε σκηνοθεσία Γιώργου Νανούρη – Θεατρική Παράσταση

Τρίτη, 13 Ιουλίου 2021

«1821 –Η επιθεώρηση», Φοίβος Δεληβοριάς & Δημήτρης Καραντζάς – Επιθεώρηση

Παρασκευή, 16 Ιουλίου 2021

«Αντιγόνη» του Σοφοκλή – Θεατρική Παράσταση

Δευτέρα, 19 Ιουλίου / Τρίτη, 20 Ιουλίου

«Βιοχημεία» του Παύλου Μάτεσι – Θεατρική Παράσταση – **Εισόδος Ελεύθερη**

Τετάρτη, 21 Ιουλίου 2021

«Οι πεταλούδες είναι ελεύθερες» – Θεατρική Παράσταση

Πέμπτη, 22 Ιουλίου 2021

Μελίνα Κανά & Λιζέτα Καλημέρη - Συναυλία - **Εισόδος Ελεύθερη**

Τρίτη, 27 Ιουλίου 2021

«Μ' ένα όνειρο τρελό»: Αφιέρωμα στην Ευτυχία Παπαγιαννοπούλου – Θεατρική Παράσταση – **Εισόδος Ελεύθερη**

Τετάρτη, 28 Ιουλίου

«Φαίδρα Καλυπτόμενη» – Θεατρική Παράσταση

Παρασκευή, 30 Ιουλίου 2021

«Κάποτε στον Βόσπορο», του Άκη Δήμου – Θεατρική Παράσταση



Πληροφορίες για τη διάθεση των Δελτίων Ελεύθερης Εισόδου στα τηλέφωνα: 213 2008600, Δημαρχείο Βύρωνα, Ώρες: 13.00 - 15.00 // 213 2085521, Δημαρχείο Δάφνης Ψηφτού

Περισσότερες πληροφορίες και αναλυτικό πρόγραμμα, εδώ



ECO-MONOSI
ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟΣ
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ
20 χρόνια εμπειρία

ΘΕΡΜΟΣΤΕΓΑΝΩΣΗ ΤΑΡΑΤΣΑΣ
CLIMA ROOF - ECO ROOF
ΣΤΕΓΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΜΕ ΑΣΦΑΛΤΙΚΕΣ
MEMBRANES ΚΑΙ ΕΠΑΛΕΙΦΟΜΕΝΑ
ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΘΕΡΜΟΜΟΝΩΣΗ
ΣΤΕΓΑΝΩΣΗ ΚΕΡΑΜΟΣΚΕΠΩΝ
ΜΟΝΩΣΗ, ΣΤΕΓΑΝΩΣΗ
ΥΠΟΓΕΙΩΝ ΔΕΞΑΜΕΝΩΝ
ΣΤΕΓΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΚΗΠΩΝ
ΖΑΡΤΙΝΙΕΡΩΝ - ΦΡΕΑΤΙΩΝ

Προύσης 3-9
Βύρωνα 162 32
Τηλ: 210 7664052
Κιν: 6947158480
www.eco-monosi.gr
e-mail: info@eco-monosi.gr



εξοικονόμηση

πρωτόπορα υλικά

αξιόπιστη εργασία



ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ
24ωρη εξυπηρέτηση

ΚΕΝΤΡΟ ΥΔΡΑΥΛΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΙΣ ΟΙΚΙΩΝ & ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ
Νέας Ελβετίας 23 - Βύρωνα, Τηλ. 697 728 6567



ΓΕΝΙΚΟΙ & ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΙ

ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ
οικιών, γραφείων,
καταστημάτων, σχολείων,
κλιμακωστών κλπ. με τη
ΜΕΘΟΔΟ ΤΗΣ ΝΕΦΩΣΗΣ
Τηλ. 210 7669741 - 6970 292624
elenibalabani60@gmail.com

ΠΡΟΣΦΟΡΑ
έως 100m² - 60 €





ΤΟ ΚΕΛΑΡΙ ΤΟΥ ΘΩΜΑ

Κρασί βαρελίσιο - Τσίπουρο
Όσπρια - Παραδοσιακά προϊόντα
ΠΑΡΑΔΟΣΗ 4 ΓΕΝΕΩΝ
Φιλολάου 132, Αθήνα
Τηλ. 210 7518666 - 693 659 1222

ΔΙΚΤΑΜΟ
ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΦΤΙΑΓΜΕΝΑ ΜΕ ΕΡΩΝΤΑ

Εξειδικευμένο Παντοπωλείο
Καραολή & Δημητρίου 63
Βύρωνας - Τηλ. 210 76 58 530
www.diktamo.gr

ΕΚΛΕΚΤΑ ΚΡΕΑΤΑ

ΤΟ ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ
ΤΗΣ ΦΙΛΟΛΑΟΥ

Φιλολάου 115, Αθήνα
Τηλ. 21 1117 6447
@tokreopoleiotisfilolaou
tokreopoleiotisfilolaou@gmail.com

Η ΦΡΟΥΤΑΓΟΡΑ ΤΟΥ ΒΥΡΩΝΑ

DELIVERY

ΝΤΑΛΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

Φρούτα - Λαχανικά
Όσπρια - Αυγά - Κρασιά
ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ
Ιθώμης 9, Αγορά Βύρωνας
Τηλ. 210 7668310 - 6983 904392
www.froutagorabyrona.wix.com/1

SKOUTELOGIORGIS
MEAT & MORE

CLASS: ARISTOCRATIC
e-mail: skoutelogeorgis9@gmail.com

Κρεοπωλείο - Delicatessen
Κύπρου & Ερυθραίας 1 - Βύρωνας
Τηλ. 210 76 68 588
Παράδοση κατ' οίκον
εντός του δήμου Βύρωνας

Το Οινοπωλείον Της Αγοράς

Τοπικές ποικιλίες κρασιών που ξεχωρίζουν, από όλη την Ελλάδα!

ΤΣΙΠΟΥΡΟ, ΡΑΚΗ, ΡΑΚΟΜΕΛΟ, ΟΥΖΟ
Μεγάλη ποικιλία σε εμφιαλωμένα
Ιθώμης 9, Αγορά Βύρωνας
Τ. 211 71 52 524
To Οινοπωλείον Της Αγοράς
to_oinopwleion_ths_agoras

ΦΡΟΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ ΤΣΙΒΓΟΥΛΗΣ
Εμπόριο φρούτων & λαχανικών

Συβρισαρίου 1-3 & Κολοκοτρώνη
Στην πόρτα σας με ένα τηλεφώνημα
Βύρωνας - Τηλ. 210 7642550
Υμηττός - Τηλ. 210 7625791
Άνω Ηλιούπολη - Τηλ. 210 9731646

Τα αγαθά της φύσης

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ

Ευαγγελικής Σχολής 12 - Βύρωνας
Πλατεία Αγίου Λαζάρου
Τηλ.: 213 0457829
www.taagathatisfysis.gr

Nails by Beauty Matters

Μανικιούρ - Πεντικιούρ
Αποτρίχωση
@beautymatters4!
210 7569240
Αρτύβου 18-20
Παγκράτι

SENSE Yvone
Εσώρουχα - Lingerie

ΠΡΑΤΗΡΙΟ ΒΙΟΤΕΧΝΙΑΣ
ΕΣΩΡΟΥΧΑ - ΚΑΛΣΟΝ
Ι. Νικολοπούλου - Έλλη Φώτογλου
Ιθώμης 18 - Βύρωνας
Τηλ. 210 7626485
email: ellifotoglou@gmail.com

PET SHOP ΚΙΒΩΤΟΣ

Τροφές - Αξεσουάρ - Καλλωπισμός
Καραολή & Δημητρίου 22Α
Βύρωνας - Τηλ. 213 0035921
@ Kivotos Pet Shop
kivotospets@gmail.com

Garden Eco
Γεωπονικό Κέντρο Βύρωνας

Φυτά - Σπόροι - Χώμα - Γλάστρες
Λιπάσματα - Γεωργικά Φάρμακα
Εργαλεία Κήπου - Αυτόματο Πότισμα
Φλέμινγκ 59 & Καραολή Δημητρίου
Τ. 210 7657 457 - 6945 948 193
www.gardeneco.gr - f GardenEco

...περί στριφτού

Είδη καπνιστού
Νικηφορίδη 8
Νέο Παγκράτι (Πλ. Δελιολάνη)
Τηλ.: 210 76 64 042

ΕΙΔΗ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ - ΧΑΡΤΙΚΑ
Εξοπλισμοί καταστημάτων

Δέσποινα Στεργίου
Χαρτικά, Απορρυπαντικά
Πλαστικές σακούλες, Καλλυντικά
Μαγνησίας 63
Τηλ 210.7667163 6944580257

Shoe & Leather Care Accessories

Bekas
Est. 1991
Orthopedic Comfort For Shoes

ΕΙΔΗ ΥΠΟΔΗΜΑΤΟΠΟΙΪΑΣ

Κολοκοτρώνη 80, Βύρωνας
Τηλ. 210 7641824
www.gbekas.gr
dimitris.g.bekas@gmail.com

Η ΓΩΝΙΑ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ

ΒΙΒΛΙΟ ΧΑΡΤΟΠΩΛΕΙΟ

Σταματίου Μαρία
Χρεμωνίδου 63 - Βύρωνας
Τηλ./Fax : 210 7664052
e-mail: hgoniatoubibliou@gmail.com

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΠΟΥΛΟΣ SERVICES

SERVICE-ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ-ΕΜΠΟΡΙΑ

Βασίλης Χααραλμπόπουλος
2107643801 - 6973562080
Καίσαρεια 36 - 42, Βύρωνας
info@xaralampoulosservices.gr

TopGas
ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ

ΦΙΑΛΕΣ ΥΓΡΑΕΡΙΟΥ & ΣΥΣΚΕΥΕΣ

211 416 7885
694 069 9706
698 014 1093
693 653 3076

ΑΝΟΙΚΤΑ: ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ & ΚΥΡΙΑΚΕΣ
09:00 - 21:00

Φορμίωνος & Τμώλου 52 - Βύρωνας

3S Protection

ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑ - ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ

Πυροσβεστήρες - Αναγομώσεις
Γραφεία - Έκθεση:
Κωνσταντινουπόλεως 75, Βύρωνας
Τηλ./Fax: 210 76 49 555
www.3Sprotection.gr

TENTES

ΠΕΡΓΚΟΛΕΣ

Κώστας Συρεσιώτης
Χρυσ. Σμύρνης 19 - Βύρωνας
210 76 47 137 - 210 69 96 060
694 78 65 772



Γρήγορο Κοτόπουλο
ΤΣΩΝΗΣ

DELIVERY

Ν. Ελβετίας 32 - Βύρωνας
210 76 63 602 - 210 76 65 269
Γρήγορο Κοτόπουλο Τσώνης
DELIVERY Καθημερινά:
12.00 π.μ. - 12.00 μ.μ.

το μαγειρείο της αγοράς

DELIVERY

οπισθικό φαγητό στην καρδιά του Βύρωνας

Ιθώμης 16, Βύρωνας
Τηλ. 210 76 23 246
Delivery: 12:00 - 17:00
Ελάχιστη παραγγελία 4,5 €

Το Τρελό Βισοί

Τηλ. 210 7600060
Νέας Ελβετίας 38, Βύρωνας

Κρέπα - Hot dog - Sandwich
Κοτομπουκιές - Αραβική - Βάφλα
Νέας Ελβετίας 38 - Βύρωνας
Τηλ. 210 7600060
Καθημ. 12.00 - 1.00 / Κυρ. 17.00 - 1.00

Sou...Baki
Ψητοπωλείο

DELIVERY

Φορμίωνος 259, Βύρωνας
Τηλ. 2107665556 - 2107665557
Delivery: 12:00 - 12:00
ελάχιστη παραγγελία 5 €
Κυριακή κλειστά

ΤΑ...ΜΑΜ
στο Βύρωνας

DELIVERY

Ψητοπωλείο
γεύσεις Ανατολής
Καραολή Δημητρίου 1 - Βύρωνας
Τηλ. 2107647009
delivery: 5.00 μ.μ. - 12.30

Κάτι ψήνεται
...στο Βύρωνας

DELIVERY

ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ

Αγίας Σοφίας 105
Πλατεία Τσιρακοπούλου
Βύρωνας
Τηλ. 210 76 44 344
DELIVERY: 12.30 - 24.00

Θαλαμίσ
Coffee Bar Spirits & More...

DELIVERY

Coffee - Bar
Γλυκά, Πίτσες, Ποικιλίες
Καραολή Δημητρίου 61
Βύρωνας
Τηλ. 211 40 86 939

Boomerang
all day - coffee - bar

DELIVERY

Καραολή Δημητρίου 59 & Φορμίωνος
Βύρωνας
Τηλ: 21 115 6907
delivery: 7.30 π.μ. - 8.00 μ.μ.

ΚΑΦΕ ΟΥΖΕΡΙ

Βύρων
Των φιλάθλων

Ερμού 32, Πλατεία Φατσέα, Βύρωνας, Τηλ. 210 7668752

το Καφεεντάκι
καφέ - σουβέρ - μεζεδοπωλείο

Νίκος Έξαρχος

nova sports
OTE TV

ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ! Φορμίωνος 92

τηλ.: 213 02.93.263-4

ΠΑΛΑΒΗ
All day bar
Coffee cocktails spirits & more

Κyprou 47 Vironas
211-0124096

ΠΑΛΑΒΗ ΜΑΙΜΟΥ // Loony monkey
ΠΑΛΑΒΗ ΜΑΙΜΟΥ // Loony monkey

Top Chef

πίτσες-μακαρόνια-σαλάτες-πείνιρλι

Αυθεντικές ιταλικές γεύσεις στο σπίτι σας!

Μένουμε ασφαλείς, μένουμε σίτι και παραγγέλνουμε την αγαπημένη μας πίτσα, με αγνά υλικά & φρέσκια ζύμη!

Χειμώνας 14 Βύρωνας, Τηλ: 216 9396034-035
delivery 12:00-02:00, ελάχιστη παραγγελία 5 ευρώ

ΣΠΗΛΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ
ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ MD

Πνευμονολόγος
Φυματιολόγος

Σειρήνων 18-22
Βύρωνας, 1ος όρ.
τηλ. 211 1112100
κιν. 6944 573838
e-mail: machispil@yahoo.gr

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤ.: καθημερινά με ραντεβού

ΠΛΑΚΕΤΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
Ειδικός Παθολόγος MD
Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών

Χρυσ. Σμύρνης & Παν. Τσαλδάρη 24
Βύρωνας, 2ος όρ.
Τ./F. 210 7641302 - Κ. 6944 733 796
e-mail: pplaketas@gmail.com

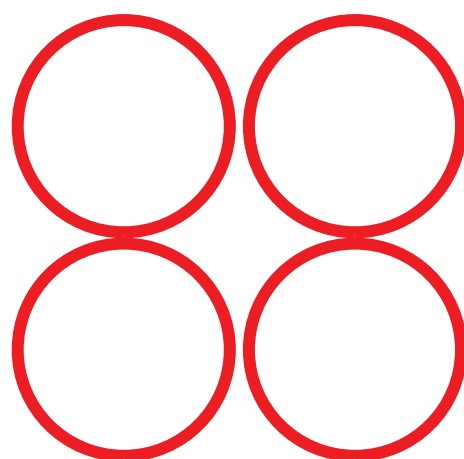
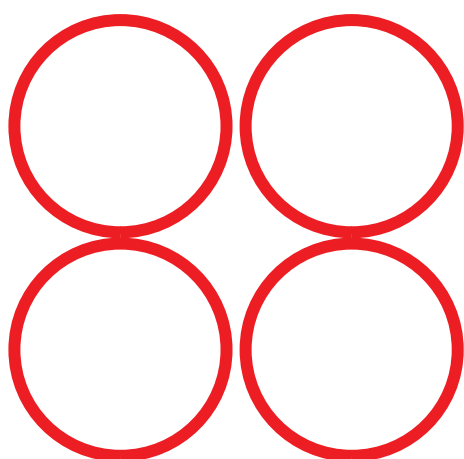
ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓ.: Δευτ. - Πέμ.: 17.30 - 21.00
Παρ. 9.00 - 14.00 / Σάββατο με ραντεβού

GOLD SPOT
Αγορά Χρυσού
Ενεχυροδανειστήριο

ΜΑΡΟΥΣΙ ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ ΠΑΓΚΡΑΤΙ

Θησέως 28 Τ. 212 1040 444 Λεωφ. Μεσογείων 76 Τ. 211 1828 800 Φιλολάου 39Α Τ. 211 41 80000

>>> Τηλ. 24ωρης εξυπηρέτησης: 699 695 9090 <<<



Ψηλοπηλείο



ΠΑΡΑΓΕΛΙΕΣ
ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Κατεβάστε την εφαρμογή
«2 σουβλάκι»



2 σουβλάκι



2souvlaki



210 76 48 538

210 76 48 598

ΔΑΥΛΕΙΑΣ 2, ΒΥΡΩΝΑΣ

www.souvlaki2.gr



ΩΡΕΣ
ΔΙΑΝΟΜΗΣ

12.00-00.30



ΕΛΑΧΙΣΤΗ
ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ

5€

ΛΟΓΙΣΤΙΚΟ - ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

ΚΩΣΤΑΣ ΑΡΣΕΝΗΣ - ΚΟΣΜΑΣ ΤΣΙΑΚΑΛΟΣ & ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

- Τήρηση Λογιστικών Βιβλίων
- Φοροτεχνικά, Φορολογικά θέματα
- Ισολογισμοί, Οικονομικές καταστάσεις
- Υπηρεσίες myDATA
- Μισθοδοσία επιχειρήσεων
- Εργατικά, Ασφαλιστικά θέματα
- Προγράμματα ΟΑΕΔ, ΕΣΠΑ



ΝΕΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Ευαγγελικής Σχολής 25 - 27 & Χρ. Σμύρνης - 3ος όροφος
Βύρωνας, 16231 - Τηλ: 210 7641365 - email: mfa@otenet.gr