

δήμος & ΠΟΛΙΤΕΙΑ



GS GOLD SPOT
Αγορά χρυσού - Ενεχυροδανειστήριο

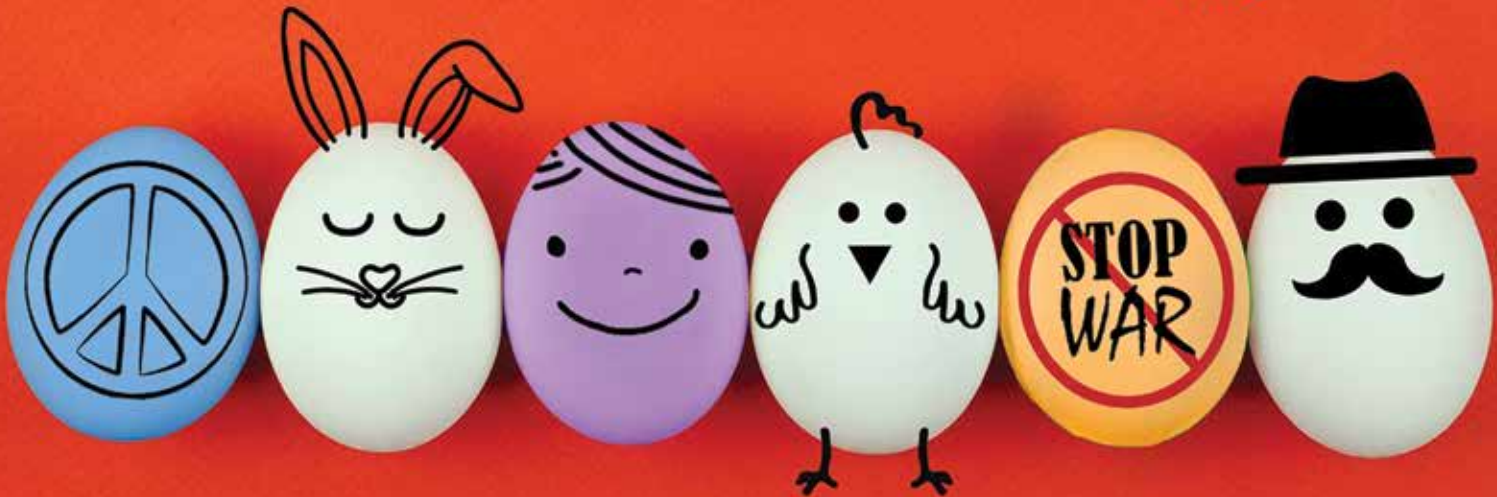
ΑΜΕΣΑ ΜΕΤΡΗΤΑ • ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ
ΑΝΟΙΓΜΑ & ΕΚΤΙΜΗΣΕΙΣ ΤΡΑΠΕΖΙΚΩΝ ΘΥΡΙΔΩΝ ΓΙΑ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΕΣ κτλ.

ΠΑΓΚΡΑΤΙ **ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ** Τηλ. 24ωρης εξυπηρέτησης:
Φιλολάου 39Α Λ. Μεσογείων 76 699 695 9090
τ. 211 41 80000 τ. 211 1828 800 www.goldspot.gr

Καλό Πάσχα!

Τ' όνειρο του παιδιού είναι η ειρήνη
 Τ' όνειρο της μάνας είναι η ειρήνη
 Τα λόγια της αγάπης κάτω απ' τα δέντρα
 είναι η ειρήνη.

Γ. Ρίτσος



Περαστικά μας...
Αντώνης Ι. Αντωνόπουλος



Παιδιά, τα μεγαλύτερα
θύματα των πολέμων
Δημήτρης Βασιλείου



Ένα mall για πάρτη μου!
Θανάσης Ν. Παπαθανασίου



Περί Άσπεργκερ...
Ξενοφών Χολέβας



Οι γυναίκες
του Μπάιρον
Πάνος Τριγάζης



Η γυναικεία εκπαίδευση
στην Σμύρνη
Νίκος Χ. Βικέτος



www.tentes-ksiresiotis.gr

ΤΕΝΤΕΣ ΚΩΣΤΑΣ ΣΥΡΕΣΙΩΤΗΣ

ΠΕΡΓΚΟΛΕΣ

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

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



Πολιτισμός είναι αυτό που δημιουργεί ο άνθρωπος, και αν δεν το δημιουργήσει ο άνθρωπος, αυτό δεν θα

υπάρξει ποτέ. Ο πολιτισμός δηλαδή δεν προκύπτει αυτόματα στον φυσικό κόσμο (όπως ο καρπός ενός δέντρου), αλλά αφορά την νοηματοδότηση του φυσικού κόσμου από τον άνθρωπο. Έτσι συγκροτούνται οι κοινωνίες: με κρίση και επιλογές. Πολύ σοφά έχει πει ο Τέρυ Ήγκλετον, «Είμαστε πηλός στα ίδια μας τα χέρια». Αδιάζευκτα πολύτιμα αμφότερα: και ο πηλός και τα χέρια. Αν, λ.χ., όντας πηλός, αποφασίσω ότι... είμαι σύννεφο, τότε απλώς αντικαθιστώ την πραγματικότητα με μια ναρκισσιστική φαντασίωσή μου. Και το ότι έχω χέρια σημαίνει πως δεν είμαι έρμαιο κάποιας νομοτέλειας, αλλά δύναμαι να προσανατολίσω την ηλιότητα μου σε κάποιο νόημα.

Έτσι ιδωμένος, ο πολιτισμός δεν είναι συλλήβδην κάτι φωτεινό, όπως γενικά λέγεται. Αφού εδράζεται στη δημιουργικότητα και την ευθύνη του ανθρώπου, μπορεί να είναι και κάτι σκοτεινό – ακόμα και καταστροφικό. Αν φωτεινές δημιουργίες είναι ο Παρθενώνας και ο εξαιρετικός ράπερ Λεξ, κατασκότεινες δημιουργίες είναι οι σύριγγες των ναρκωτικών και η αναλγησία μπροστά στην ταξική αδικία. Κοντολογίς, υπάρχουν διαφορετικοί πολιτισμοί από κοινωνία σε κοινωνία, αλλά και εντός της ίδιας κοινωνίας: τρόποι ζωής που απελευθερώνουν και τρόποι ζωής που υποδουλώνουν.

Αν τύχει να συζητάτε για πολιτισμούς και για τις διαφορές τους, προτείνω να κάνετε μια μικρή επιτόπια έρευνα. Ρωτήστε τους συνομιλητές σας, τι θεωρούν ως το σημαντικότερο συστατικό ενός εξαιρετικού φαγητού.

Είναι διαπιστωμένο ότι θα έρθουν ένα σωρό απαντήσεις: το αλάτι, το λάδι, το πιπέρι, το τυρί κλπ – κατά το γούστο καθενός. Και μετά;

Μετά, τίποτα. Αν όλο κι όλο αφορά το γούστο καθενός, το μόνο που μπορεί να γίνει είναι καταγραφή των γούστων. Τίποτα παρακάτω, αφού το γούστο είναι αυστηρά ατομικό γεγονός. Ακόμα κι αν κάποιος ξεκινήσουν να σχολιάζουν πόσο αλάτι κάνει καλό και πόσο αλάτι κάνει κακό, η κουβέντα θα σβήσει εν τη γενέσει της, αν... Αν το ατομικό γούστο έχει θεοποιηθεί, **αν δηλαδή πιστεύεται ότι το εγώ δεν υπόκειται σε κανένα κριτήριο.**

Μερικές φορές όμως σκάει μύτη μια αλλιώτικη απάντηση. Κάποιος φαγμένος απαντά ότι

Ένα mall για πάρτη μου!

το καλύτερο συστατικό είναι κάτι που δεν είναι συστατικό! Δεν είναι δηλαδή ένα χημικό στοιχείο του φαγητού ως αυτόνομης ουσίας, αλλά κάτι έξω από το εν λόγω φαγητό, κι όμως σε άρρηκτη σχέση με αυτό! Είναι η καλή παρέα: Το να πρόκειται για φαγητό που μοιράζεται.

Τα δύο είδη απαντήσεων θυμίζουν δυο διαφορετικές πολιτισμικές αντιλήψεις. Ατομοκεντρική η πρώτη, κοινωνιοκεντρική η δεύτερη. Όχι, δεν καταστρέφει την διαφορά προσωπικότητας η κοινωνιοκεντρική αντίληψη. Δεν τις ομογενοποιεί, υποχρεώνοντας τάχα όλους να δεχτούν υποχρεωτικά το πολύ αλάτι ή το λίγο αλάτι. Το αντίθετο: Η κοινωνιοκεντρική αντίληψη αναδεικνύει τον πλούτο των προσωπικών διαφορετικότητων, ακριβώς διότι τις κάνει ομοτρόπεζες: τις κάνει να μετράει η μία για την άλλη.

Με αυτά ουσιαστικά ψηλαφούμε τον ορισμό του ανθρώπου: Μήπως είμαι απλώς το άθροισμα των συστατικών μου, δηλαδή ό,τι δείχνει η μικροβιολογική μου εξέταση; Ή μήπως είμαι αυτό που είμαι, χάρη στη σχέση μου με ανθρώπους που βρίσκονται έξω από το άτομό μου, και οι οποίοι φυσικά δεν αποτυπώνονται στα μικροβιολογικά αποτελέσματά μου όπως το κάλιο, ο άσβεστος, ο σίδηρος μου;

Η **σχέση μου με τους άλλους** είναι ο προσανατολισμός των συστατικών μου – της ηλιότητάς μου. Τον 17ο αιώνα ένας πατέρας της ευρωπαϊκής ατομοκρατίας, ο φιλόσοφος Καρτέσιος, διατύπωσε την περίφημη φράση «Σκέφτομαι, άρα υπάρχω» (cogito, ergo sum). Υπάρχει ζήτημα εδώ. Όχι στο αν σκεφτόμαστε (φυσικά και σκεφτόμαστε). Ούτε στο αν χρειάζεται ελευθερία σκέψης (φυσικά και χρειάζεται). Το ζήτημα είναι ότι η φράση ορίζει τον άνθρωπο βάσει των ατομικών συστατικών του και μόνο. Και στέκει, είτε υπάρχει παραδίπλα άλλος, είτε δεν υπάρχει δίπλα.

Δείτε όμως τον πελώριο ορίζοντα τον οποίο ανοίγει μια άλλη φράση, ριζικά αλλιώς και θεμελιωμένη στο Ευαγγέλιο: «Αγαπώ, άρα υπάρχω» (απο, ergo sum). Εδώ, ο άλλος αποτελεί όρο της ύπαρξής μου. Δίχως δηλαδή την αγαπητική σχέση με τον άλλον, ο εαυτός μου δεν υπάρχει αυθεντικά. Στην οπτική αυτή, η διαφορετικότητα ούτε καταστρέφεται, ούτε γίνεται ακοινωνήτος πλανήτης.



Έργο του Budi Ubrux

Το λεπτό σημείο που πρέπει να προσεχτεί είναι το εξής: Ο ατομοκεντρισμός (που βλέπει τον άνθρωπο ως άθροισμα των συστατικών του) δεν θα αρνηθεί ότι υπάρχουν οι άλλοι και ότι είναι ωραίο πράγμα η παρέα. Αλλά αυτό είναι πλατσούρισμα που χάνει την μπάλα. Οφείλεται καθαρή απάντηση στο ερώτημα: Χωρίς τον άλλον, υπάρχει σκέτος ο πλήρης εαυτός μου ή, αντιθέτως, χωρίς τον άλλον δεν είναι πλήρης ο εαυτός μου;

Όλα αυτά δεν αφορούν μόνο δι-υποκειμενικές σχέσεις. Αφορούν ολόκληρες κοινωνίες: τον τρόπο ζωής τους, τον εδώ και τώρα πολιτισμό τους. Ετούτη τη στιγμή είναι εξαιρετικά ισχυρός και επεκτατικός ένας πολιτισμός αβυσσαλέα ατομικιστικός, γιγαντωμένος από την νεοφιλελεύθερη κλιμάκωση του καπιταλισμού. Και νοεί τον άνθρωπο πάνω απ' όλα ως καταναλωτή, ο οποίος φρονεί πως φτάνει στο βασίλειο της ελευθερίας όταν απολαμβάνει απεριόριστη κατανάλωση. Αυτό το αποδέχονται βεβαίως οι θιασώτες του άγριου καπιταλισμού (αφού καταστατική τους αρχή είναι η μεγιστοποίηση του ατομικού κέρδους), αλλά πλέον το αποδέχονται και τμήματα της αριστεράς, τα οποία νιώθουν ότι θα χάσουν το τρένο της ιστορίας αν δεν συντονιστούν με τον κυρίαρχο νεοφιλελευθερισμό. Τόσο τα απώτερα οράματα όσο και οι άμεσες βιωματικές παρεμβάσεις για μιαν άλλη κοινωνία, παραμερίζονται από την μεθόδευση για ικανοποίηση του αυτοαναφορικού γούστου. Κι έτσι η μετάλλαξη του ανθρώπου σε καταναλωτή κάνει κατεβασιά χωρίς υπολογισμό αντιπαλά.

Η κατεβασιά αυτή νοεί τα πάντα, από την εργασιακή ανέλιξη μέχρι την διαχείριση του σεξουαλικού γούστου (δείτε π.χ. το σκεπτικό του παγκόσμιου παιδοφιλικού κινήματος), ως θέμα ατομικού κορεσμού – είτε με αλάτι, είτε με λάδι, είτε με πιπέρι. Στο κυρίαρχο σύστημα κάθε γού-

στο είναι δεκτό, όχι από μεγαλοψυχία, αλλά απλώς-στατα διότι κανένα εμπόρευμα δεν απορρίπτεται. Και για άλλη μια φορά επιβεβαιώνεται με τι είναι στρωμένος ο δρόμος για την κόλαση! Πάρτε για παράδειγμα κάτι που φαίνεται κατεξοχήν αγγελικό: την επιθυμία για απόκτηση παιδιού, και τις προσφορές που κάνει προς τούτο η προηγμένη ιατρική τεχνολογία, μαζί με την παρένθετη μητρότητα: Είτε σε μεμονωμένα άτομα είτε σε ζευγάρια (ετερόφυλα ή ομόφυλα), η εγωκεντρικότητα (που όμως εκδηλώνεται με τη μορφή αγαθής επιθυμίας) τακτοποιεί το «θέλω» και το «δικαιούμαι», με εμπορεύσιμες υπηρεσίες και με προγραμματική απόρριψη βρέφους. Απόρριψη (από τις κυήσασες) η οποία αποσιωπάται, διότι προβάλλεται μόνο η πρόσληψη (από τους τεκνοθετούντες). Καλώς ήρθαμε στο mall του **δικαιωματισμού!**

Υπάρχουν πολλοί καλοπροαίρετοι άνθρωποι, γεμάτοι από υπέροχη έγνοια για τον συνάνθρωπο, οι οποίοι όμως εδώ χάνουν το κρίσιμο νήμα. Καλόπιστα νομίζουν ότι **δικαιωματισμός** σημαίνει αποφασιστική έμφαση στα δικαιώματα. Δεν είναι έτσι. Ας μας ξεγελά η ομοιότητα των λέξεων. Τα δικαιώματα είναι κάτι πολύτιμο, και όλα (ακόμα και τα ατομικά) έχουν κοινωνική ρίζα και κοινωνική λειτουργία. Ο **δικαιωματισμός** όμως κατατείνει σε κάτι άλλο: Στην εξάτμιση του κοινωνικού, αφού στο ατομικό αποδίδει αυτόρκεια (καταλαβαίνουμε τι σημαίνει αυτόρκεια;). Ο **δικαιωματισμός** βεβαίως επικαλείται το κοινωνικό, αλλά σε ποια προοπτική; Ουσιαστικά, ώστε το ίδιο το κοινωνικό να θεσπίσει την αυτοκατάργησή του: την δεσποτεία του ατομικού, ακόμα και του φευγαλέου γούστου. Όμως, αν το άτομο καθορίζεται από το φευγαλέο γούστο του, γίνεται φευγαλέο το ίδιο. Γίνεται το «ρευστό μοντέρνο άτομο», όπως έχει καταδείξει εξάισα ο Ζύγκμουντ Μπούμαν. Πελάτης του mall και ταυτόχρονα εμπόρεμά του! Όλη η δυσκολία σήμερα βρίσκεται εδώ: Στο να γίνει καταννητό πως ο **δικαιωματισμός** απεργάζεται την κατάργηση του δικαιώματος!

Σταυρούλα (Ρούλα)

Μακρή

Αντιπρόεδρος
Περιφερειακού
Ταμείου Ανάπτυξης



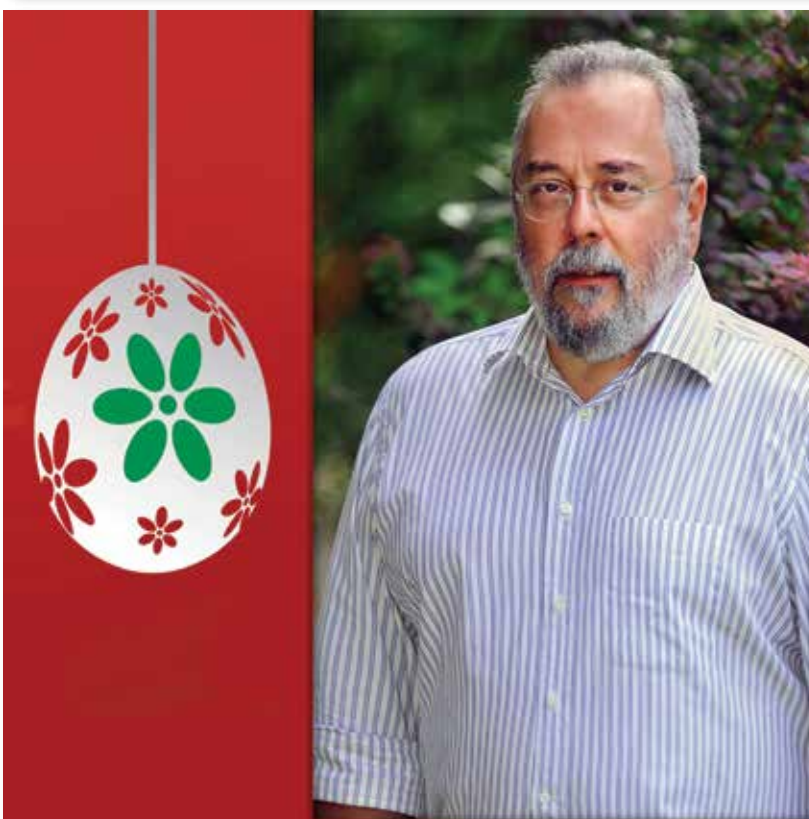
*Χαίρα Πέλλα,
Καλή Ανάσταση!*



Εύχομαι χρόνια πολλά,
καλό Πάσχα &
καλή Ανάσταση!



Θανάσης Κλειάσιος
ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΠΑΙΔΕΙΑΣ



**Καλή Ανάσταση
και Καλό Πάσχα
με υγεία, χαρά
και αισιοδοξία!**

**ΧΡΗΣΤΟΣ
ΒΟΣΚΟΠΟΥΛΟΣ**
ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ ΤΩΡΑ
ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΠΑΡΑΤΑΞΗ



Περί Άσπεργκερ...



του Ξενοφώντα Χολέβα

Ενώ υπάρχουν πολλές ομοιότητες ανάμεσα στο σύνδρομο Άσπεργκερ και τον κλασικό αυτισμό, τα άτομα με Άσπεργκερ έχουν λιγότερα προβλήματα με τη λεκτική επικοινωνία. Δεν υποφέρουν συνήθως από τις μαθησιακές δυσκολίες που συνδέονται με τον αυτισμό, αλλά ενδέχεται να παρουσιάσουν συγκεκριμένα μαθησιακά προβλήματα όπως δυσλεξία, δυσπραξία ή άλλες καταστάσεις όπως την αρκετά γνωστή διαταραχή ελλειμματικής προσοχής – υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ). Με την κατάλληλη υποστήριξη, τα άτομα με Άσπεργκερ είναι απόλυτα ικανά να ζήσουν μια ολοκληρωμένη και ανεξάρτητη ζωή.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΑΣΠΕΡΓΚΕΡ

Το σύνδρομο Άσπεργκερ είναι μια διαταραχή που επηρεάζει το πώς το άτομο αντιλαμβάνεται τον κόσμο, πώς επεξεργάζεται τις πληροφορίες που λαμβάνει αλλά και το πώς αλληλεπιδρά με τα άλλα άτομα.

ΜΕΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ ΑΣΠΕΡΓΚΕΡ

Το σύνδρομο Άσπεργκερ πολλές φορές χαρακτηρίζεται ως «κρυφή διαταραχή». Αυτό σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε αν κάποιος έχει αυτό το σύνδρομο από την εξωτερική του εμφάνιση. Τα άτομα με Άσπεργκερ αντιμετωπίζουν δυσκολίες σε τρεις τομείς. Αυτή είναι η γνωστή «τριάδα των διαταραχών»:

- Κοινωνική αλληλεπίδραση
- Κοινωνική επικοινωνία
- Κοινωνική φαντασία

Τα χαρακτηριστικά αυτά και ο βαθμός εμφάνισής τους, διαφέρουν από άτομο σε άτομο.

Δυσκολίες κατά την Κοινωνική Αλληλεπίδραση

Πολλά άτομα με Άσπεργκερ επιζητούν την κοινωνική συναστροφή, αλλά δυσκολεύονται στο να αρχίσουν και να διατηρήσουν κοινωνικές σχέσεις. Αυτό τους προκαλεί μεγάλο άγχος. Τα άτομα με Άσπεργκερ μπορεί:

- Να θέλει να κάνει φίλους, αλλά να μη διαθέτει τις απαιτούμενες δεξιότητες για να δημιουργήσει και να διατηρήσει φίλιες

- Να μην καταλαβαίνει τα συμβατικά «κοινωνικά σήματα» ή τους άγραφους κοινωνικούς κανόνες συμπεριφοράς
- Να συμπεριφέρεται με κοινωνικά ακατάλληλο τρόπο
- Να είναι κοινωνικά απομονωμένο
- Να βρίσκει τη συμπεριφορά των άλλων ανθρώπων απρόβλεπτη και αγχωτική

Δυσκολίες κατά την Κοινωνική Επικοινωνία

Τα άτομα με Άσπεργκερ δυσκολεύονται να εκφραστούν συναισθηματικά και κοινωνικά. Ένα τέτοιο άτομο μπορεί:

- Να δυσκολεύεται να αντιληφθεί τη σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας όπως χειρονομίες, εκφράσεις προσώπου και στάση σώματος
- Να μη γνωρίζει πότε να αρχίσει ή να δώσει τέλος σε μια συζήτηση
- Να μιλά με μονότονη μη εκφραστική φωνή και να μην κατανοεί τη σημασία της αλλαγής τόνου
- Να αντιλαμβάνεται τα νοήματα πάντα κυριολεκτικά και να δυσκολεύεται στην ανagnώριση αστείων, μεταφορών και ειρωνείας
- Να έχει επιφανειακά τέλειο λόγο που όμως τείνει να είναι τυπικός και σχολαστικός

Δυσκολίες με την Κοινωνική Φαντασία

Τα άτομα με Άσπεργκερ διαθέτουν φαντασία με τη συμβατική έννοια του όρου, αλλά αντιμετωπίζουν δυσκολίες με την κοινωνική φαντασία. Αυτό σημαίνει ότι ένα τέτοιο άτομο μπορεί:

- Να δυσκολεύεται να φανταστεί εναλλακτικά κοινωνικά σενάρια και να προβλέψει τι θα συμβεί κατά την εξέλιξη μιας κοινωνικής επαφής
- Να δυσκολεύεται να ερμηνεύσει τα λόγια, τις πράξεις και τα συναισθήματα των άλλων
- Να έχει περιορισμένα ενδιαφέροντα με τα οποία ασχολείται σχολαστικά και επαναλαμβανόμενα
- Να επιμένει σε συγκεκριμένες ρουτίνες

Προσπαθώντας να κατανοήσουμε περισσότερο αυτά τα Παιδιά, ας δούμε μερικά ακόμα χαρακτηριστικά της καθημερινότητάς τους.

Εμμονή σε ρουτίνες

Τα άτομα με Άσπεργκερ ακολουθούν με εμμονή ρουτίνες (συγκεκριμένους τρόπους συμπεριφοράς) προσπαθώντας να καταστήσουν τον κόσμο γύρω τους λιγότερο μερδεμένο και αγχωτικό. Ορισμένα παιδιά για παράδειγμα μπορεί να επιμένουν να ακολουθούν πάντοτε τον ίδιο δρόμο για το σχολείο ή να αναστατώνονται όταν γίνεται κάποια ξαφνική αλλαγή στο σχολικό πρόγραμμα. Οι ενήλικες Άσπεργκερ συχνά προτιμούν να ακο-

λουθούν ένα συγκεκριμένο και προκαθορισμένο πρόγραμμα για να οργανώσουν την ημέρα τους. Αναπάντεχες αλλαγές στο πρόγραμμα αυτό μπορούν να τους αγχώσουν ή να τους αναστατώσουν.

Ειδικά ενδιαφέροντα

Τα άτομα με Άσπεργκερ μπορεί να αναπτύξουν ένα έντονο ενδιαφέρον για κάποιο χόμπι ή απασχόληση (π.χ. συλλογές). Μερικές φορές αυτό το ενδιαφέρον είναι ισόβιο ενώ σε άλλες περιπτώσεις ο κάθε τομέας ενδιαφέροντος αντικαθίσταται από κάποιον άλλο συχνά ασύνδετο. Για παράδειγμα ένα άτομο με Άσπεργκερ μπορεί να αφοσιωθεί στο να μάθει τα πάντα γύρω από τα αυτοκίνητα ή τους υπολογιστές. Μερικοί γίνονται αυθεντίες στον τομέα με τον οποίο έχουν επιλέξει να ασχοληθούν. Γενικά με τη κατάλληλη ενθάρρυνση τέτοια ενδιαφέροντα και ικανότητες μπορούν να καλλιεργηθούν έτσι ώστε να αποτελέσουν πεδία σπουδής ή εργασίας για τα άτομα με Άσπεργκερ.

Αισθητηριακές δυσκολίες

Τα άτομα με Άσπεργκερ μπορεί να έχουν αισθητηριακές δυσκολίες σε σχέση με μία ή περισσότερες αισθήσεις (όραση, ακοή, όσφρηση, γεύση, αφή). Ο βαθμός δυσκολίας διαφέρει από το ένα άτομο στο άλλο. Συχνά όμως οι αισθήσεις ενός ατόμου με Άσπεργκερ είναι ιδιαίτερα έντονες (υπερευαισθησία ή υποευαισθησία). Ζωηρά φώτα, δυνατοί θόρυβοι, έντονες οσμές και ασυνήθιστες υφές υλικών μπορεί να δημιουργήσουν αισθήματα ανασφάλειας ή ταραχής ή και άγχος σε άτομα με Άσπεργκερ.

Άτομα με τέτοιου είδους αισθητηριακή ευαισθησία εμφανίζουν επίσης μειωμένη επίγνωση της σχετικής θέσης τους στο χώρο με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται να αποφύγουν εμπόδια και να κρατούν αποστάσεις από άλλους ανθρώπους ή να εκτελούν λεπτούς χειρισμούς όπως να δένουν τα κορδόνια τους. Γι αυτό το λόγο μερικά άτομα με Άσπεργκερ καταφεύγουν σε επαναλαμβανόμενες κινήσεις που τους βοηθούν είτε να ρυθμίσουν την ισορροπία και τη στάση του σώματος είτε να αντιμετωπίσουν το στρες.

Κλείνοντας την σημερινή προσπάθεια να περπατήσουμε για λίγο στις διαδρομές των διαταραχών του αυτιστικού φάσματος, ας κρατήσουμε την προτροπή του The Organization for Autism Research (OAR) που υπογραμμίζει, ότι το πρώτο βήμα για να κατανοούμε και να βρισκόμαστε υποστηρικτικά κοντά σε αυτά τα Παιδιά είναι να ενημερωθούμε και να εκπαιδευτούμε.

OAR: The Organization for Autism Research (OAR) is a national non-profit organization formed and led by relatives of children and adults with autism. OAR is dedicated to promoting research that can be applied to help families, educators, caregivers, and individuals with autism find much-needed answers to their immediate and urgent questions.



Ευχόμαι το μήνυμα της Ανάστασης να γίνει δύναμη και ελπίδα και όλοι μαζί να συνεχίσουμε να διεκδικούμε το παρόν και το μέλλον που μας αξίζει!

Καλή Ανάσταση με υγεία & αισιοδοξία!

ΧΡΗΣΤΟΣ Α. ΓΩΓΟΣ
Εντεταλμένος Περιφερειακός Σύμβουλος Αδειοδότησης Αθλητικών Εγκαταστάσεων

Το αναστάσιμο φως βρίσκεται πάντα μέσα στις καρδιές μας!

Χρόνια Πολλά & Καλό Πάσχα!

ΑΡΗΣ ΓΩΓΟΣ
Αντιπρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου

Ευχόμαι ολόψυχα **Καλή Ανάσταση & Καλό Πάσχα** με υγεία, αγάπη και Ειρήνη σε όλο τον κόσμο!

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗ
Δημοτική Σύμβουλος

Εύχομαι το Άγιο Φως να φέρει αγάπη & ελπίδα τις καρδιές όλων μας, για έναν καλύτερο κόσμο με αισιοδοξία και ειρήνη!

Καλή Ανάσταση & Καλό Πάσχα!

Εκ μέρους της δημοτικής ομάδας και των μελών της παράταξης

ο επικεφαλής **Μίλτος Μπαντής**

Για τις αγορές μας επιλέγουμε και στηρίζουμε τα καταστήματα της πόλης μας

Καλό Πάσχα!

Ας είναι η ελπίδα της Ανάστασης αυτή που θα χαλυβδώνει την πίστη μας, θα θωρακίζει τη θέλησή μας, θα συντροφεύει την προσπάθειά μας.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΤΟΒΟΛΟΣ
Φιλολόγος, καθηγητής Βυζαντινής Μουσικής, Αντιπρόεδρος Δημοτικής Επιτροπής Δήμου Βύρωνα

ΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ
ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ
ΑΓΓΛΙΚΑ - ΓΑΛΛΙΚΑ - ΓΕΡΜΑΝΙΚΑ - ΙΣΠΑΝΙΚΑ

26 ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΟΤΟΠΟΡΙΑΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ (Γυμνάσιο - Λύκειο)

ΚΟΡΔΕΛΙΟΥ 12, 13231 ΒΥΡΩΝΑΣ
ΤΗΛ/ΦΑΧ: 210 7657214
ΜΟΒ: 694 2839877
E-mail: anastas.marina154@gmail.com



Άννα Δημάκη
Φιλολόγος

ΠΩΣ ΝΑ ΠΕΙΣ ΑΝΤΙΟ...

Από τη στιγμή που αρχίζει το πανέμορφο και γοητευτικό ταξίδι της ζωής αρχίζει μία περιπέτεια! Στην περιπέτεια αυτή, οι περαστικοί είναι πολλοί αλλά οι συνοδοιπόροι λίγοι. Πορευόμαστε στο άγνωστο και, σιγά σιγά, σταδιακά, με έμφαση και ένταση πολλές φορές, ανακαλύπτουμε την αγάπη, το ενδιαφέρον, το νοιάξιμο, όπως θα λέγαμε... (Δεν θα ήθελα να μιλήσω για κανένα αρνητικό συναίσθημα, ειδικά αυτήν την εποχή.)

Μεγαλώνουμε, ωριμάζουμε, γερνάμε... Αποχωριζόμαστε ανθρώπους που νομίζαμε δικούς μας, ανθρώπους που μπορεί και να ήταν δικοί μας κάποτε... άλλους που δεν υπήρξαν ποτέ, αλλά για κάποιους λόγους ήταν στη ζωή μας... «ο ζωντανός ο χωρισμός παρηγοριά δεν έχει» που λέει και το τραγούδι... Αναλώνουμε τη ζωή μας σε μικρές ή μεγάλες χαρές, μικρές ή μεγάλες λύπες... αλλά δεν προετοιμαζόμαστε για τα «μεγάλα αντίο»! Αυτά που λέγονται με δάκρυα μετάνοιας για όσα δεν είπαμε ή για όσα δεν μας είπαν... αυτά που λέγονται

ντυμένα στα μαύρα και χωρίς μακιγιάζ... «μακιγιάριστα» και αληθινά... αυτά που, εν τέλει, αποτελούν μια υπόσχεση... Την υπόσχεση ότι θα τα πούμε όταν συναντηθούμε στον Ουρανό... στον Θεό... a Dio...

Για αυτά, η όποια προετοιμασία είναι εις μάτην! Δεν υπάρχει! Δεν μπορείς να τα προβάρεις ούτε στον καθρέφτη σου, ειδικά σε αυτόν. Γιατί θα σου δείξει ο καθρέφτης ότι είσαι παράκαυρος! Θα μιλήσει και θα σου πει: «μην προετοιμάζεσαι άδικα... Αυτά τα αντίο λέγονται μία φορά και είναι για πάντα! Ίσως είναι το μόνο αιώνιο γεγονός που θα σου συμβεί!»

Για αυτό, μην αναρωτιέσαι πώς θα πεις αντίο! Κοίτα να είσαι εντάξει πριν από αυτό! Κοίτα να είσαι συνεπής και έντιμος! Ειλικρινής και ευγνώμων! Και τότε το αντίο θα έρθει με μεγάλη ικανοποίηση!

Και μία μέρα, θα εκπληρωθεί η υπόσχεση της συνάντησης κάπου από όπου δεν θα υπάρχει αποχωρισμός ξανά!



Πιο κοντά στο νόημα της θυσίας

του **Γιώργου Πιεράκου**

Πάντα όταν είναι να γράψω κάτι για το Θείο δράμα και το Πάσχα, αδυνατώ να βάλω τις σκέψεις μου σε μια σειρά. Ίσως αυτό, από μόνο του, καταδεικνύει το πόσο λίγοι είμαστε εμείς σε σχέση με Εκείνον και ποιο το μέγεθος της θυσίας του Θεανθρώπου για εμάς...

Άξιζε; Πραγματικά δεν ξέρω και ούτε είμαι ο κατάλληλος να το απαντήσω αλλά με όλα όσα βλέπουμε, σε καθημερινή βάση, να διαδραματίζονται δίπλα μας (και πολλές φορές νιώθουμε ότι δεν μας αγγίζουν) προβληματίζομαι πολύ.

Πόλεμοι σε κάθε γωνιά του πλανήτη, βόμβες να πέφτουν βροχή (αλλά καταπνίχνουν καφέ με γέυση χαρτιού ή οδοντιατρικού εργαλείου), άνθρωποι να χάνονται, όταν αυτοί που αποφασίζουν τους πολέμους είναι σε ασφαλή καταφύγια ή θέρετρα, παιδάκια να πεινάνε, να κρύνουν, να κλαίει, να χάνονται σε πολέμους ή από εγκληματική αδιαφορία...

Κάπως έτσι, η σκέψη μας αυτές τις μέρες είναι σε όλους τους ανθρώπους που είτε το ξέρουμε είτε

όχι, κουβαλάνε τον δικό τους σταυρό... μικρό ή μεγάλο... ανεβαίνουν τον δικό τους Γολγοθά, με υπομονή ακόμα ή όχι, γιατί αυτή στέρεψε... με χαμόγελο που κρύβει τον πόνο ή όχι...

Αλλά και στους ανθρώπους που βοηθάνε άλλους ανθρώπους να κουβαλήσουν τον σταυρό τους και να μοιραστούν μέρος από το βάρος και τον πόνο. Αν και αυτό σπανίζει, ίσως, εάν το συναντάμε πιο συχνά, να έχουμε φτάσει πιο κοντά στο νόημα και της θυσίας και της Ανάστασης.

Και επειδή όλα τα παραπάνω, όχι ευχάριστα -και συγγνώμη για αυτό-, δεν συνάδουν με την ευφορία του χαρμόσунου γεγονότος που ακολουθεί την θλίψη της μεγαλοβδομάδας, εγώ, πάντα σχεδόν εμμονικά, θα γυρίζω στα όμορφα παιδικά μας χρόνια, τότε που ήμασταν όλοι παρόντες, τότε που νομίζαμε ότι όλα μπορούμε να τα αλλάξουμε, τότε που στον Βύρωνα ήμασταν όλοι λίγο έως



Η υψηλότερη μορφή της άνοιξης που ξέρω: μια ελληνική Μεγάλη εβδομάδα.

Γ. Σεφέρης

πολύ γνωστοί, τότε που μοσχοβολούσε ο τόπος νεραντζές και πασχαλιές, θυμιάτα και νοστιμιές σε ένα περίεργο κοκτέιλ, τότε που με περίμενε η γιαγιά μου να ανέβουμε στον Άγιο Δημήτριο και είχε κάνει και τις σχετικές προβλέψεις για τα 12 ευαγγέλια (σκαμπούδακι πτυσσόμενο - οργανωμένη για την εποχή της...) , τότε που θύμωνα για τα γαστρονομικά μας αμαρτήματα.

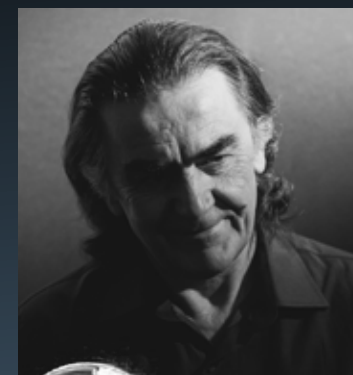
Και μιας και το έφερε η κουβέντα, ας ριξουμε το βάρος στην νηστεία και την καθαρότητα της ψυχής και έπονται και οι μεζέδες.

Ίσως και να δούμε διαφορά...

ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ ΜΕ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΧΑΜΟΓΕΛΟ!

Παγκόσμια ημέρα της μουσκεμένης ΟΜΠΡΕΛΑΣ

του **Αλέξανδρου Στεφάνου**



Κι όμως κανείς δεν νοιάζεται για τα δεινά της ταλαιπωρης Ομπρέλας. Κανείς δεν σκέφτηκε ποτέ να τιμήσει την ομπρέλα για την επίπονη και μοναδική προσφορά της στον άνθρωπο.

Με ήλιους και καταιγίδες. Με κάθε συνθήκη η ομπρέλα είναι παρούσα, με κάθε συνθήκη εκδηλώνει το βαθύ αίσθημα προστασίας για τα δίποδα όντα. Μόνο για τα δίποδα. Κι όμως κανένα απ' αυτά τα δίποδα δεν σκέφτηκε ποτέ να της χαρίσει μια παγκόσμια ημέρα, όταν έχει εφεύρει τόσες και τόσες παγκοσμιοτήτες.

Αυτή η καταφανής παγκόσμια αδικία, η καταφανής παγκόσμια ύβρις, προς το παγκόσμιο αίσθημα δικαίου, μες στην χρονική παγκοσμιοτήτα, θα 'ρθει η στιγμή που θα γυρίσει απολύτως εναντίον μας. Θα 'ρθει η στιγμή που οι ομπρέλες, όλες οι ομπρέλες, κάθε χρώματος, κάθε φυλής, θα ενωθούν, θα συνεδριάσουν και θ' αποφασίσουν αντίποινα για την αγνωμοσύνη μας...

Μα είναι δυνατόν; Ούτε μια παγκόσμια ημέρα γι' αυτές που στέκονται εκεί, πάνω απ' το Υπέρθεο κεφάλι μας, ακαταπόνητες, να μουσκεύουν μέχρι τελευταίας ίνας σε κάθε νεροποντή, να καίγονται μέχρι την τελευταία τους ακτίνα με οποιοδήποτε ήλιο, είτε καταμεσήμερο, είτε στους απογευματινούς περιπάτους. Παγκοσμίως.

Αυτοδικαίως τους πρέπει μια παγκόσμια αναγνώριση, μια Παγκόσμια μέρα δική τους. Τους πρέπει events και τιμές. Κρούω τον κώδωνα!



Σας περιμένουμε με μοναδικές νησιτίσιμες και πασχαλινές γεύσεις!



Το όνειρό μας... το μεράκι μας... το δικό μας τεφτέρι! Το ζεστό μαχαζί με τους όμορφους και γελατούς ανθρώπους, το άψοχο έρβις και τους υπέροχους μεζέδες σε προσιτές τιμές!

Βουτζά 21 & Καισαρείας, Βύρωνα
Τηλ: 210 7656393

Στέλλα Μηχανετζή
Εκπαιδευτικός πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης & Κοινωνική Ανθρωπολόγος
s_michanetzi



"δια-Φθορά"

Δε με πόνεσε ποτέ παραπάνω Άλλη άνοιξη Πέρα από ετούτη εδώ

Δεν προλαβαίνουν τα κορμιά το κύκνειο άσμα τους Και κάποιος χώμα τους πετά

Πέτα πέτα

Δε θάβονται οι δολοφονημένοι

Έχω σώμα που κουβαλά Τα τρένα Τα 12 χρόνια παιδιά Τα κορίτσια Τις γυναίκες Τις μάνες Το άδικο το άδικο το άδικο

-παλιόμυγες- Κανένας δεν τις κυνηγά Στα τραπέζια τα οικογενειακά Δεν κυνηγά κανείς τις μύγες

Στις βαριές καρέκλες του σπιτιού στις πλαστικές των διακοπών Που τραβούν επίμονα τα δέρματα Δεν κάθεται κανείς Παρά παλιόμυγες

Νερατζούλα μου Δεν έπρεπε εδώ να είσαι γιασεμί μου και γαρδένια Μπουγάδες αγαπητικές του δρόμου

Φέτος αίμα ήπιαμε Και σκόνη



Annegret Soltau, Selbst, 1975

Ξεραφίτη εδ... τράστ δε π... ..



ΠΛΑΚΕΤΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

Ειδικός Παθολόγος MD
Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών



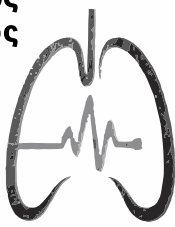
Χρυσ. Σμύρνης & Παν. Τσαλδάρη 24
Βύρωνας, 2ος όρ.
Τ./Φ. 210 7641302 - Κ. 6944 733 796
e-mail: pplaketas@gmail.com

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓ.: Δευτ. - Πέμ.: 17,30 - 21,00
Παρ. 9,00 - 14,00 / Σαββάτο με ραντεβού

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



100 ΧΡΟΝΙΑ ΑΕΚ

Του Γιώργου
Ζαχαρόπουλου



Στις 13 Απριλίου του 2024 συμπληρώθηκαν 100 χρόνια από την ίδρυση της ομάδας της ΑΕΚ.

Η ομάδα που αποτελεί την καρδιά των προσφύγων και την συνέχεια της ιστορίας τους μετά τον διωγμό, σβήνει τα εκατοστά κεράκια της και πάλι εκεί που ανήκει, στο σπίτι της, στη Νέα Φιλαδέλφεια.

Η ΑΕΚ ιδρύθηκε στις 13 Απριλίου του 1924 από Έλληνες Κωνσταντινουπολίτες και Μικρασιάτες που είχαν εκδιωχθεί από τον τόπο τους μετά τη μικρασιατική καταστροφή του 1922. Ως συνέχεια του Πέρα κλαμπ της Πόλης, η ΑΕΚ ιδρύθηκε από ανθρώπους που είχαν χάσει τα πάντα και πάνω απ' όλα το σπίτι τους. Έτσι, βρήκαν στην ΑΕΚ τη χαμένη τους πατρίδα.

Πολύ γρήγορα η ΑΕΚ κάνει έδρα της τη Νέα Φιλαδέλφεια και με ποδοσφαιριστές κυρίως Κωνσταντινουπολίτες γίνεται μια μεγάλη ποδοσφαιρική δύναμη.

Η συνέχεια είναι γνωστή... όχι για τα πρωταθλήματα, όχι για τα κύπελλα, ούτε για τις ιστορικές ευρωπαϊκές βραδιές, αλλά για την ιδέα που σημαίνει

ΑΕΚ. Η ομάδα αυτή δεν είναι απλά ένας αθλητικός σύλλογος. Είναι μια ολόκληρη νοστροπία ζωής, μια αξία που διακατέχει όλους τους ΑΕΚΤΖΗΔΕΣ. Είναι το ταξίδι στο Βελιγράδι το 1999 εν μέσω βομβαρδισμών από το ΝΑΤΟ, είναι ο κόσμος της που στη Γ' εθνική έκανε ρεκόρ εισιτηρίων διαρκείας στην Ελλάδα, είναι ο Ντέμης Νικολαΐδης που κερδίζει πέναλτι σε τελικό κυπέλλου και προς τιμήν του το παραδίδεται και βγάζει τη μπάλα έξω και χιλιάδες άλλοι λόγοι που αποδεικνύουν την διαφορετικότητα της Αθλητικής Ένωσης Κωνσταντινουπόλεως.

Η ΑΕΚ δε έχασε ποτέ τις ρίζες της και την προσφυγιά την τιμά ακόμα και τώρα πιο πολύ από ποτέ, με το σπίτι της που ονομάζεται Αγία Σοφία, με τις θύρες του γηπέδου που φέρουν τα ονόματα από τις πόλεις των αλησμόνητων πατριδών και φυσικά με το μουσείο προσφυγικού ελληνοισμού που είναι εκεί για να μαθαίνει σε όλους, ανεξαρτήτως ομάδας, την ιστορία αυτών των ανθρώπων, πολλοί από τους οποίους εγκαταστάθηκαν και στον Βύρωνα, την περιοχή μας.

Χρόνια πολλά ΑΕΚ!

Μαγειρική

Αστακομακαρονάδα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βράζουμε σε άφθονο αλατισμένο νερό al dente τα спаγγέτι μας και τα διατηρούμε ζεστά. Σε άλλη κατσαρόλα βάζουμε νερό με αλάτι να βράσει και ρίχνουμε τον αστακό με το κεφάλι προς τα κάτω. Βράζουμε για περίπου 15 λεπτά.

Στη συνέχεια βγάζουμε τον αστακό από την κατσαρόλα και κρατάμε ξεχωριστά λίγο από το νερό στο οποίο τον βράσαμε (περίπου 200ml).

Κόβουμε τον αστακό κατά μήκος, με φορά από το κεφάλι προς την ουρά και αφαιρούμε τον αμμόσακο και το έντερο. Σε φαρδύ τηγάνι βάζουμε το λάδι και τηγαρίζουμε το σκόρδο και την καυτερή πιπερίτσα. Σβήνουμε με το κρασί, προσθέτουμε το νερό που κρατήσαμε από τον αστακό, την ντομάτα, τον μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι κι αφήνουμε να πάρει μια μικρή βράση.

Προσθέτουμε τα μακαρόνια, ανακατεύουμε προσεκτικά και από πάνω βάζουμε τον αστακό με την κομμένη πλευρά προς τα κάτω. Σκεπάζουμε και αφήνουμε για 4-5 λεπτά τα ζυμαρικά να ρουφήξουν τα υγρά τους και σερβίρουμε.

**Ένα πεντανόστιμο φαγητό για τις μέρες της νηστείας και όχι μόνο...
Καλό Πάσχα!**



Σεφ Λεωνίδας Φραντζολάς

ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό αστακός
- 100 ml ελαιόλαδο
- 2 σκελίδες σκόρδο φιλοκομμένες
- 1 καυτερή πιπερίτσα
- 150 ml λευκό κρασί
- 150 γρ. ντομάτα τριμμένη
- ¼ ματσάκι μαϊντανός φιλοκομμένος
- 500 γρ. спаγγέτι
- αλάτι
- πιπέρι

Άστρων ψυθιρίσματα



*Φύες και φίλοι μου γεια σας.
Στον απόηχο των δύο εκλείψεων στον Άξονα Κριού Ζυγού, έχουμε την σύνοδο Δία Ουρανού στον Ταύρο στις 21/4 και λίγο μετά έχουμε την πανσέληνο στον Σκορπιό. Στις 29/4 η Αφροδίτη μπαίνει κι αυτή στον Ταύρο και αμέσως μετά ο Άρης μπαίνει στον Κριό ενεργοποιώντας και πυροδοτώντας τις εκλείψεις....*

Καλή Ανάσταση!

Του Μιχάλη Κλαδίτη
ερευνητή ψυχολογικής αστρολογίας
Για προσωπική συνεδρία: 6980135602

Λέων

Τώρα, με την Σύνοδο Δία Ουρανού στον Ταύρο και την Αφροδίτη, εκεί θα έρθουν τα χρήματα που τόσο περιμένετε και φυσικά θα είστε τυχεροί κι στα ερωτικά σας, αφού η Πανσέληνος στις 24/4 στον Σκορπιό, σας δίνει γοητεία και τύχη σε ότι βάλετε στόχο σας.

Παρθένος

Θα είστε από τους εκπροσώπους του ζωδιακού που για ότι σπείρατε και ιδρώσατε θα ανταμειφθείτε κι όλο αυτό σας ανεβάζει και σας κάνει χαρούμενους, με την Σύνοδο Δία Ουρανού που κάνει τρίγωνο, όπως και η Αφροδίτη και σας δίνει φτερά.

Ζυγός

Ο Άρης από τις 30/4 θα είναι απέναντι σας και θα ενεργοποιεί τις εκλείψεις που πέρασαν τον Απρίλιο από πάνω σας και τώρα καλείστε να κλείσετε πληγές, να δώσετε ευκαιρίες, να ανοίξετε ορίζοντες, να μιλήσετε, να επικοινωνήσετε, να ταξιδέψτε.

Σκορπιός

Η Πανσέληνος στις 24/4 πάνω σας, σε συνδυασμό με την Σύνοδο Δία Ουρανού και την Αφροδίτη απέναντι σας θα σας δοκιμάσουν, θα σας ξύσουν παλιά γεγονότα και θα δώσετε αγώνα για να βγείτε νικητές όπως κάνετε πάντα και δίνετε σε όλους τα φώτα να διαβούν το μονοπάτι.

Κριός

Μετά τις δύο εκλείψεις, που σας επηρέασαν ανάλογα, τώρα στις 30/4, ο Άρης έρχεται να σας αναστατώσει πραγματικά. Θα πάρουν φωτιά αισθήματα, εργασιακά και οικονομικά.

Ταύρος

Μετά την σύνοδο Δία Ουρανού πάνω σας και την πανσέληνο να σας επηρεάζει άμεσα στις 24/4 από τον Σκορπιό, έρχεται η Αφροδίτη στις 29/4 στο ζώδιο σας για να δώσει πάθος, πόθο και έξαψη.

Δίδυμοι

Με την Αφροδίτη στον Δωδέκατο ηλιακό οίκο σας έρχονται καρπικές συναντήσεις, τόσο σε συναισθηματικό επίπεδο όσο και σε επαγγελματικό κι αυτό πρέπει να το διαχειριστείτε ανάλογα εσείς τα Διδυμάκια που βλέπετε τη ζωή λίγο ανέμελα, επιπόλαια και ξένοιαστα.

Καρκίνος

Η Αφροδίτη μέχρι τώρα βοήθησε σε εργασιακά θέματα και στην καριέρα σας. Τώρα ο Άρης, από τις 30/4, θα βρεθεί σε τετράγωνο με σας τα Καρκινάκια και θα σας δώσει πίεση και νευρικότητα αλλά και ροπή για ρίσκο, με όλα τα επίπεδα ανοικτά να σας καλούν να δώσετε λύση.



ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΒΥΡΩΝΑ
Αγίας Σοφίας 9 & Χρυσοστόμου Σμύρνης
τηλ. 210 7601661

Δείτε στη σελίδα μας τις προσφορές μας:



@takatsikakia
takatsikakia

ΤΑ ΚΑΤΣΙΚΑΚΙΑ
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ



Λ. ΚΑΡΕΑ 96 ΚΑΡΕΑΣ DELIVERY
ΤΗΛΕΦΩΝΑ 210 7669222 / 2107651414
Delivery (ΣΑΒΒΑΤΟ ΚΑΙ ΚΥΡΙΑΚΗ) 13:00 - 24:00



Η ΦΡΟΥΤΑΓΟΡΑ ΤΟΥ ΒΥΡΩΝΑ

DELIVERY
ΝΤΑΛΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

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

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

Facebook: Το Οινοπωλείον Της Αγοράς
Instagram: to_oinopwleion_ths_agoras

Το Καλαμάκι

Το καλαμάκι σουβλα

ΨΗΣΤΑΡΙΑ
Κύπρου 7 (Πλατεία Χ. Σμύρνης)
Τηλ. 210 7600227
DELIVERY : 1.00 - 1.00

ΤΑΒΕΡΝΑ

ο πεζοδρομος

Παραδοσιακή Ταβέρνα
Λάσκου 31, Παγκράτι
Τηλ. 210 76 55 592
698 740 7298

mini

MINI - MARKET & COFFEE DELIVERY

Παραδίδουμε όλα τα είδη mini market!

DELIVERY
213 010 5906
Δουλειές 13 Βύρωνας

Τα αγαθά της φύσης

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΠΙΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ

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

ΕΙΔΗ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ - ΧΑΡΤΙΚΑ
Εξοπλισμοί καταστημάτων

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

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 - GardenEco



ΚΑΦΕ ΟΥΖΕΡΙ

Βύρων
Των φιλάθλων

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

σο Καφεενεδάκι
καφέ - σουβέρι - μεζεδοπωλείο

Νίκος Έξαρχος

nova sports
OTE TV
ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ! Φορμίντος 92

τηλ.: 210 76 63 503

ΖΑΧΟΣ
Δημοσθένης

ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

30 χρόνια, μόνο το καλύτερο!
Ιθώμης 12, Αγορά Βύρωνας
210 76 66 831
zahpol1993@hotmail.gr

ΦΡΟΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ ΤΣΙΒΓΟΥΛΗΣ

Εμπόριο φρούτων & λαχανικών

αλόφρεσκα προϊόντα της μανάρας

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

PET SHOP ΚΙΒΩΤΟΣ

Τροφές - Αξεσουάρ - Καλλωπισμός
Καραολή & Δημητρίου 22Α
Βύρωνας - Τηλ. 213 0035921

ΚίνOTOS Pet Shop
kivotospets@gmail.com

amica
Woman's Fashion

Ρούλα Ειμητήρη
Παναγιωτοπούλου

Κύπρου 111-113, Βύρωνας
210 7608706 - 210 7652706
amica.donna@gmail.com
AMICA Roula Ximtiri

ΤΥΡΟΠΩΛΕΙΟ ΛΥΚΟΥΔΗΣ

ΕΓΓΥΝΗ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΟ 1962

ΤΥΡΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
ΛΥΚΟΥΔΗΣ
ΙΘΩΜΗΣ 16 ΒΥΡΩΝΑΣ
ΤΗΛ. 210-76 10107
ΔΙΑΝΟΜΗ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ

Facebook: Τυροκομικά προϊόντα Λυκούδης
Instagram: tyria_allantika_likoudis

Η ΓΩΝΙΑ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ

ΒΙΒΛΙΟ ΧΑΡΤΟΠΩΛΕΙΟ

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

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΠΟΥΛΟΣ SERVICES

SERVICE - ΑΝΤΑΛΜΑΚΤΙΚΑ - ΕΜΠΟΡΙΑ

Βασίλης Χαραλαμπόπουλος
2107643801 - 6973562080
Καίσαρειας 36 - 42, Βύρωνας
info@xaralampoulosservices.gr

ΚΡΕΑΤΑΓΟΡΑ ΚΟΥΤΑΒΟΣ

Εξχύση ποιότητας & τιμής

Ιθώμης 15, στην αγορά του Βύρωνας
τηλ.: 2107653289

Facebook: Κρεαταγορα-Κουταβος
Instagram: kreatakoutavos

δίκταμο
προτόντα φτιαγμένα με έρwnτα

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

PG Project G

ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ - ΚΑΜΕΡΕΣ - ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΙ - ΔΙΚΤΥΑ

Ηλίας Λούης Βρυώνης & Αλέξανδρος Μητσόπουλος
Π. Τσαλδάρη 62 - Βύρωνας
2107623649 - 6979220820

ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ
24ωρη εξυπηρέτηση

ΚΕΝΤΡΟ ΥΔΡΑΥΛΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

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

δήμος & ΠΟΛΙΤΕΙΑ

Στηρίζουμε τις επιχειρήσεις της γειτονιάς μας

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

ΑΕ ΟΤΑ
ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΔΗΜΟΥ ΒΥΡΩΝΑ

Με υπευθυνότητα & εμπειρία αναλαμβάνουμε:

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

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

ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΥ ΑΘΗΝΩΝ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ 17
(εντός Κοιμητηρίου Βύρωνας) 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
Facebook: Το Ιδιαίτερο



Δωρεάν Μεταφορά



Με σύγχρονο στόλο και έμπειρο προσωπικό, μεταφέρουμε τα χαλιά σας μέσα σε τρεις μέρες με ένα τηλεφώνημα.

Άπλωμα σε Στεγασμένο Χώρο



Μετά τον καθαρισμό απλώνονται σε στεγασμένο χώρο για γρήγορο ομοίμορφο στέγνωμα και λαμπερά χρώματα.

Δωρεάν Φύλαξη



Τα χαλιά συσκευάζονται και ταξινομούνται σε ράφια σε χώρους ασφαλισμένους μακριά από τη ζέστη και την υγρασία.

1800m³

ΚΟΥΠΟΝΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

έκπτωση 10%
με προκαταβολή €30
με τα χαλιά σας

ΕΚΠΤΩΣΗ
10%

Αναπήρων πολέμου 29, Καρέας Βύρωνα, T: 210 7654000, www.reizidisrugs.gr



ΑΘΗΝΑ ΣΦΥΡΗ

Business Consultant

Λογίστρια | Φοροτεχνικός | Συνεργάτης Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών

ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 4, ΒΥΡΩΝΑΣ

E-MAIL. athinasfyri@gmail.com T. 2110120336 KIN. 6943780228



Νικολία

**ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ
ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΟ**

Συνεργαζόμενη εταιρεία

ERGO

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

email: dnikolia@otenet.gr