

δήμος & ΠΟΛΙΤΕΙΑ



GS GOLD SPOT

Αγορά χρυσού - Ενεχυροδανειστήριο

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

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



Φτιάξε κι εσύ ένα "Κίνημα"... Μπορείς!
Αντ. Ι. Αντωνόπουλος



Δεν αρκούν οι ευχές για μια καλύτερη χρονιά
Χ. Παναγιωτόπουλος



Τα αντίστροφα γενέθλια
Θ. Ν. Παπαθανασίου



Προϋπολογισμός 2025
Γιάννης Τόλιος



Νοερό ταξίδι στην Αμερική
Σπύρος Τζόκας



Βία κατά των γυναικών & κροκοδείλια δάκρυα
Ήλida Ιατρού



Με την ψυχή από τον Μαραθώνα στο Καλλιμάρμαρο!



πρώτοι με την πρώτη!

ρούλα μακρή

2025

Ευχόμαστε το 2025 να είναι για όλους μια χρονιά με υγεία, γεμάτη αγάπη, χαρές και επιτυχίες!

Καλές γιορτές!

ΠΡΟΤΥΠΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

- 3 Φτιάξε κι εσύ ένα “Κίνημα”... Μπορείς!
- 4 Δεν αρκούν οι ευχές για να έχουμε καλύτερη χρονιά
- 5 Καισαριανή, ένα πρωί λίγο πριν την νέα χρονιά!
- 6 Τα αντίστροφα γενέθλια
- 7 Χριστουγεννιάτικο Χωριό στο Πεδίο του Άρεως
- 8 Προϋπολογισμός 2025
- 9 - Δήμος Καισαριανής: Απειθαρχούμε στην τροπολογία Βορίδη
- Με Σωκράτη Πρόεδρο σε δρόμο ανάκαμψης
- 10 - Νοερό ταξίδι στην Αμερική
- Η (Αγία) Οικογένεια
- 12 Βία κατά των γυναικών και κροκοδείλια δάκρυα...
- 13 Με την ψυχή από τον Μαραθώνα στο Καλλιμάρμαρο!
- 14 - Το μαγαζάκι, στην Εμπειδοκλέους
- Το κορίτσι με το σκυλάκι
- 15 Ποιοι και πώς διαβάζουν στις γιορτές
- 16 - Ένας δρόμος προς την ελευθερία
- Μαγεία & Επιστήμη
- 17 - Χριστούγεννα ή Πάρκινγκ;
- Να 'χαμε να λέγαμε...
- 18 - Υπάρχει ο Άγιος Βασίλης;
- Το phantom πέταξε και στον Βύρωνα
- Πρόσκοποι Βύρωνα - 100 χρόνια, 100 δέντρα
- 19 Ο Βύρωνας του αθλητισμού
- 20 Φραντζολομαγειρέματα
- 21 Άστρων ψιθυρίσματα
- 22-23 Αγορά

editorial

Ο ΣΤΟΛΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΔΕΝΤΡΟΥ

Κάθε χρονιά, στη μέση του χειμώνα, στολίζαμε το δέντρο. Κρεμούσαμε στα κλαδάκια του κόκκινες κορδέλες, αστράκια λαμπερά τα όνειρα και τις ελπίδες μας και περιμέναμε. Περιμέναμε μίαν άνοιξη ναρθεί, ευαγγελίστρια ενός καλού καιρού.

Τίποτα όμως! Ανίκανοι και ψεύτες οι προφήτες, προδότες ονείρων... ίσως.

Ευτυχώς που δεν κρεμάσαμε τα μυαλά και τις καρδιές μας. Έτσι, παραμένει βάσιμη η ελπίδα για ένα καλοκαίρι!

Δημήτρης Βασιλείου



Φτιάξε και εσύ ένα “Κίνημα”... Μπορείς!



Δεν ξέρω αν κάνω λάθος αλλά έχω την εντύπωση ότι αρχίζει να παρατηρείται ένα “traffic jam” στο πεδίο των Κινήματων. Μου φέρνει στον νου εκείνο το ευέλικο εφεύρημα με τις Επιτροπές στον ελληνικό κρατικό μηχανισμό: “όταν δεν θέλεις να έχεις αποτέλεσμα ανέθεσε το έργο σε μια επιτροπή”. Με αυτόν τον τρόπο βολεύεις κάποιους δικούς σου -ειδικά αν είσαι έμμισθα μέλη- και δείχνεις ότι λαμβάνεις πρωτοβουλίες. Άσε που ως επικεφαλής μπαίνεις και στο Πάνθεον των Προέδρων! Βέβαια με τα λογής Κινήματα δεν συμβαίνει ακριβώς αυτό... Και σε καμία περίπτωση δεν θέλω να φανώ ισοπεδωτικός. Κάθε άλλο. Έχουμε όμως ως χώρα αλλά και ως “σύστημα εξουσίας” μια τάση απαξίωσης των ιδεών και των οραμάτων, ειδικά όταν αρχίζουν να “ταρακουνούν” τα κεκτημένα. Γενικώς η ροπή προς την υπερβολή είναι βασικό χαρακτηριστικό της φυλής μας.

Οι κοινωνιολόγοι ορίζουν “ως κοινωνικό κίνημα την δυναμική και οργανωμένη προσπάθεια ενός μεγάλου αριθμού ανθρώπων να επιφέρουν ή να αποτρέψουν κάποια κοινωνική αλλαγή. Το

1963, για παράδειγμα, το κίνημα των πολιτικών δικαιωμάτων είχε κινητοποιήσει 200.000 διαδηλωτές στην πόλη της Ουάσιγκτον, ενώ χιλιάδες Αμερικανοί συμμετείχαν σε διαδηλώσεις σε ολόκληρη τη χώρα, ζητώντας -και πετυχαίνοντας τελικά- τον τερματισμό της πολιτικής του φυλετικού διαχωρισμού στα σχολεία και στις δημόσιες υπηρεσίες. Χάρη στη δράση του γυναικείου κινήματος, η κοινωνία έπαψε να περιορίζει τις γυναίκες στα οικιακά καθήκοντα, μετατρέποντας σε μια κοινωνία όπου οι γυναίκες εργάζονται μαζί με τους άνδρες σε όλα, σχεδόν, τα επαγγέλματα. Τα κοινωνικά κινήματα όπως εξάλλου και η συλλογική συμπεριφορά, εκδηλώνονται συνήθως σε περιόδους ραγδαίων μεταβολών, και πολλές φορές συμβάλλουν στην κοινωνική αλλαγή. Τόσο η συλλογική συμπεριφορά όσο και τα κοινωνικά κινήματα συνιστούν παρεκβάσεις από το θεσμικό πλαίσιο που διέπει την καθημερινή ζωή και διασπούν την καθημερινότητα και τις συνηθισμένες κοινωνικές αξίες και συμπεριφορές. **Σε αντίθεση, όμως, με τον αυθόρμητο και ανοργάνωτο χαρακτήρα της συλλογικής συμπεριφοράς, τα κοινωνικά κινήματα διακρίνονται από ένα σημαντικό βαθμό εσωτερικής οργάνωσης καθώς και συνειδητών στόχων και προσανατολισμών. Αυτή η οργάνωση είναι που δίνει στα κοινωνικά κινήματα τη δύναμη που έχουν να αμφισβητούν τους εδραιωμένους θεσμούς.** Στοιχειώδες...!

Σύμφωνα με τον Anthony Giddens το κοινωνικό

ΕΝ ΤΥΠΩ...

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



κίνημα μπορεί να οριστεί ως «μια συλλογική προσπάθεια προώθησης ενός κοινού συμφέροντος ή πραγματοποίησης ενός κοινού σκοπού εκτός της σφαίρας των κατεστημένων θεσμών». Αποτελούν στην ουσία εναλλακτικές μορφές δράσης και συμμετοχής σε διάφορα κοινωνικά ή πολιτικά ή θρησκευτικά ή οικολογικά ζητήματα.

Βασικός πυλώνας της έννοιας του κοινωνικού κινήματος είναι ότι οι άνθρωποι μπορούν να παρέμβουν στη διαδικασία της κοινωνικής αλλαγής. “Οι άνθρωποι δεν είναι παθητικοί θεατές της ζωής και των προβλημάτων της, αλλά προσπαθούν ενεργά να αλλάξουν την πορεία της ιστορίας. Μεγάλη σημασία έχει επίσης το στοιχείο της ανάληψης συλλογικής δράσης. Τα άτομα συνεργάζονται συνειδητά και νιώθουν ότι μετέχουν σε ένα κοινό εγχείρημα”. Μην ξεχνάμε πως ο χριστιανισμός, οι Σταυροφορίες, η θρησκευτική Μεταρρύθμιση, η Αμερικάνικη και η Γαλλική Επανάσταση, το κίνημα κατά της δουλείας, το εργατικό κίνημα, ο σιωνισμός, ο φασισμός, και πολλά άλλα κοινωνικά κινήματα επηρέασαν βαθιά τις κοινωνίες στις οποίες εκδηλώθηκαν και όχι μόνο. (Πηγή: Michael Hughes & Carolyn J. Kroehler: Κοινωνιολογία - Οι Βασικές Έννοιες).

Το “me too” στις μέρες μας γκρέμισε στερεότυπα και αχαράκτηριστες συμπεριφορές με βαθιές ρίζες στην κοινωνία. Και στη δική μας εγχώρια πολιτική σκηνή από Κινήματα, δεν έχουμε παράνομο, χορτασμένοι είμαστε!

“Κίνημα με κίνημα” όμως έχει διαφορά. Μπορεί το όραμα να είναι ο κοινός παρονομαστής για τη δημιουργία ενός Κινήματος, όμως οι “παρεμβολές” προκαλούνται από τις σκοπιμότητες. Και αυτές υπάρχουν πάντα. Η ιεράρχηση κάνει τη διαφορά. Πρόσφατα ο Κινηματικός Χάρτης της χώρας εμπλουτίστηκε με ακόμη ένα... Κίνημα Δημοκρατίας. “Τίναμε κίνημα από αντίσταση στην κατάλυση της εσωκομματικής δημοκρατίας. Γίναμε κίνημα μέσα από μια διαδικασία πρότυπο ψηφιακής δημοκρατίας. Φιλοδοξούμε να γίνουμε η επιστροφή της πραγματικής δημοκρατίας στη χώρα που τη γέννησε” υποστήριξε ο επικεφαλής του κ. Στέφανος Κασσελάκης... Είναι γεγονός: μαθαίνει γρήγορα! Εμείς πάλι, όχι!

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ ΣΑΒΒΑ ΤΣΙΜΠΟΥΡΗ ΕΤΟΣ ΙΔΥΣΕΩΣ 1952

Τελετές οικονομικές και αξιοπρεπείς

ΚΗΔΕΙΕΣ • ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ • ΣΤΟΛΙΣΜΟΙ • ΑΠΟΤΕΦΡΩΣΕΙΣ
ΑΡΙΣΤΗ & ΑΜΕΣΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ, ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΣΕΒΑΣΜΟΣ
ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΠΟ ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ Σ.Ι.Γ.Τ.Α.

ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ ΣΜΥΡΝΗΣ 49, ΒΥΡΩΝΑΣ
ΤΗΛ. 210 7661853 • ΚΙΝ. 6944285084



Έκδοση:

Αθανασόπουλος Βασίλης

Επικοινωνία:
dimoskaipoliteia.byron@gmail.com
T. 6995 351435

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

f **dimoskaipoliteia.byron**
i **dimoskaipoliteia**

Τα άρθρα που δημοσιεύονται στην Εφημερίδα «Δήμος & ΠΟΛΙΤΕΙΑ» απηχούν τις απόψεις των συντακτών τους και δεν εκφράζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της εφημερίδας. Την ευθύνη για τα ενυπόγραφα άρθρα φέρουν αποκλειστικά οι συντάκτες τους. Η εφημερίδα είναι στη διάθεση κάθε άλλης άποψης, εφόσον κατατίθεται ενυπόγραφα.



Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας Ψυχοθεραπεύτρια

- Γνωσιακή - Συμπεριφορική Θεραπεία
- Ατομική & Ομαδική Ψυχοθεραπεία
- Συμβουλευτική Ενηλίκων
- Online Συνεδρίες

Ζηνοδότου 24, Παγκράτι (περιοχή Caravel)
email: joanna_psimiadi@yahoo.gr
κιν. 697 36 98 122

ΨΩΜΙΑΔΗ
ΙΩΑΝΝΑ

ΟΠΤΙΚΑ Δ. Δημάκας - Α. Στάθης

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

ΕΠΙΦΕΛΗΘΕΙΤΕ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΣ ΜΑΣ!
Αγ. Σοφίας 29-33, Βύρωνας
210 7665381



Δεν αρκούν οι ευχές για να έχουμε μια καλύτερη χρονιά

Με την αύξηση - ψίχουλα 2,4% το μήνα, δεν θα είναι καλύτερο το 2025

Του Χρήστου Παναγιωτόπουλου - Πρώην προέδρου του Σωματίου Εργαζομένων Δήμου Βύρωνα



Το 2024 ήταν μια δύσκολη χρονιά για μισθωτούς και συνταξιούχους. Μια ακόμη χρονιά που βάλαμε βαθιά το χέρι στην τσέπη για την υγεία, την πρόνοια, την τροφή, τη στέγη. Που ταλαιπωρηθήκαμε όταν χρειάστηκε να πάμε σε νοσοκομείο. Μια χρονιά με πολέμους και φυσικές καταστροφές στην ευρύτερη γειτονιά μας.

Οι χαμηλοί μισθοί και οι συντάξεις δεν καλύπτουν το κόστος ζωής και δύσκολα θα τα βγάλουμε πέρα και τη νέα χρονιά -2025- αφού η αύξηση του 2,4% είναι ψίχουλα και υπολείπεται κατά πολύ του κόστους ζωής. Η αγοραστική δύναμη των εργαζομένων και των συνταξιούχων μειώνεται συνεχώς.

Όσο και αν προσπαθούν, ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης, το κυβερνητικά στελέχη και τα φιλικά τους ΜΜΕ, δεν μπορούν να κρύψουν την πραγματικότητα.

Ο μισθωτός και ο συνταξιούχος το 2024 έγινε φτωχότερος εξ αιτίας της αύξησης του κόστους ζωής σε όλα τα βασικά είδη ανάγκης. Σε ενοίκιο, διατροφή, στέγη και φάρμακα η πλειονότητα των συνταξιούχων δαπανά μέχρι και το 80% της σύνταξης. Σε ακόμη δυσμενέστερη θέση βρίσκονται οι άνεργοι και οι μερικούς απασχολούμενοι.

Την ίδια στιγμή τα στοιχεία δείχνουν ότι τα κέρδη των μεγάλων επιχειρηματιών και των τραπεζών, καλά κρατούν.

Οι επιχειρηματικοί όμιλοι θησαυρίζουν!

Οι πλούσιοι στη χώρα μας γίνονται πλουσιότεροι και οι φτωχοί φτωχότεροι.

Μόνο στο πρώτο 6μηνο του 2024 οι τράπεζες είχαν κέρδη 2,3 δισ. ευρώ! Οι Έλληνες εφοπλιστές έκαναν, μόνο φέτος, νέες παραγγελίες πλοίων αξίας σχεδόν 200 δισ. ευρώ! Οι ενεργειακοί όμιλοι είχαν συνολικά κέρδη, μόνο το Α' εξάμηνο του 2024, 770 εκατ. ευρώ! Οι εισηγμένες εταιρείες στο χρηματιστήριο είχαν κέρδη πάνω από 11 δισ. ευρώ σε έναν χρόνο!

Το 2023 το οικονομικό χάσμα πλούσιων - φτωχών μεγάλωσε, σύμφωνα με στοιχεία της ΕΛΣΤΑΤ.

Η κυβέρνηση πανηγυρίζει για την αύξηση των εσόδων του κράτους, για το πλεόνασμα που χτίστηκε με υπερβολικούς φόρους, κάτι που δείχνει ότι η φοροληστεία καλά κρατεί, το κράτος κάνει διαρκώς αφαίμαξη από το πενιχρό εισόδημα των μισθωτών και συνταξιούχων, που μάταια προσπαθούν να ανταπεξέλθουν στο διαρκώς αυξανόμενο κόστος ζωής, με την ακρίβεια να καλπάζει στις τιμές των αγαθών, της ενέργειας και της στέγασης. Οι μισθοί και οι συντάξεις, και για το 2023, αποτέλεσαν την κύρια εισοδηματική πηγή για το ελληνικό κράτος συνεισφέροντας το 71,5% επί του συνολικού φορολογητέου εισοδήματος, 69,793 δις ευρώ.

Λεφτά το κράτος εισπράττει. Το ερώτημα είναι πού τα δαπανά και ποιες είναι οι προτεραιότητές του; Μήπως είναι η δημόσια Παιδεία, η Υγεία, οι κοινωνικές δομές, η βελτίωση των δημοσίων συγκοινωνιών, η προστασία του περιβάλλοντος, η ενίσχυση της κοινωνικής πολιτικής και πρόνοιας; Σαφώς και Όχι.

Προτεραιότητες της κυβέρνησης Μητσοτάκη είναι η χρηματοδότηση αποστολής φρεγάτας στην Ερυθρά Θάλασσα. Συνολικά πάνω από 7 δισ. τον χρόνο δαπανά η κυβέρνηση για ΝΑΤΟικούς εξοπλισμούς και σκοπούς. Η ενίσχυση των δυνάμεων καταστολής με 650.000.000 ευρώ, οι παχουλοί μισθοί του πολιτικού προσωπικού της χώρας, η αύξηση μισθών των δημάρχων και αντιδημάρχων, η τοποθέτηση 100 καμερών στους δρόμους της Αθήνας, που θα λειτουργούν ως συσκευές καταγραφής των παραβάσεων του κώδικα οδικής κυκλοφορίας.

Η αύξηση που έδωσαν σε 2 εκατ. συνταξιούχους είναι κοροϊδία και δεν φτάνει για τους περισσότερους ούτε για δυο κιλά φέτα το μήνα.

Υπάρχουν και 500.000 συνταξιούχοι που έχουν προσωπική διαφορά και δεν πήραν τίποτα, ή πήραν

το βοήθημα -κοροϊδία των 100-200 ευρώ για όλο το χρόνο.

Η ζωή όμως δεν βγαίνει πέρα έτσι. Ο μισθός και η σύνταξη, εξανεμίζονται για τους περισσότερους το πρώτο 20ημερο.

Μας λένε ότι βγήκαμε από τα μνημόνια και ότι η οικονομία πάει καλά, αλλά την προσωπική διαφορά του νόμου Κατρούγκαλου δεν την καταργούν, την Εισφορά Αλληλεγγύης Συνταξιούχων δεν την καταργούν, τον 13ο - 14ο μισθό (δώρα) δεν τον επαναφέρουν και τα αναδρομικά δεν μας τα δίνουν.

Και εμείς τι κάνουμε; Τι περιμένουμε;

Διαθέτουμε εμπειρία ζωής, ώστε να βρούμε στους δρόμους με τα σωματεία, και τις οργανώσεις συνταξιούχων και να απαιτήσουμε ουσιαστικές αυξήσεις στους μισθούς και τις συντάξεις για να ζούμε με αξιοπρέπεια.

Να σταματήσει επιτέλους η κοροϊδία σε βάρος μας.

Να καταργηθούν οι μνημονικοί νόμοι, να επιστρέψουν το 13ο -14ο μισθό (δώρα) . Να καταργηθεί η εισφορά αλληλεγγύης συνταξιούχων. Να φέρουν πίσω τα κλεμμένα από τα ασφαλιστικά μας ταμεία. Να μην καταργηθεί η εθνική σύνταξη σε όσους παίρνουν και σύνταξη χηρείας. Να μας δοθούν αυξήσεις που να καλύπτουν το πραγματικό κόστος ζωής, για να βελτιωθεί η ζωή που μας αξίζει.

Καμία κύρια σύνταξη κάτω από 1000-1100 ευρώ καθαρά. Ανάλογη αύξηση στις συντάξεις μέχρι 1500 ευρώ καθαρά.

Επαναφορά της Αυτόματης Τιμαριθμικής Αναπροσαρμογής (ΑΤΑ) για μισθούς και συντάξεις.

Εάν δεν σηκωθούμε από τον καναπέ, εάν δεν βρούμε μαζί με τα εργαζόμενα παιδιά μας στους δρόμους να διεκδικήσουμε τη ζωή που μας αξίζει και να ανατραπεί η αντιλαϊκή πολιτική της κυβέρνησης Μητσοτάκη, το 2025 θα είναι μια ακόμη χειρότερη χρονιά για εμάς και τα παιδιά μας.



Καισαριανή, ένα πρωί λίγο πριν τη νέα χρονιά!

Τελικά, η εφημερίδα κλείνει την ύλη μέχρι το βράδυ! Δεν την προλαβαίνω μάλλον! Η κούραση της μέρας κάνει τα μάτια να κλείνουν!

Όμως επιμένω... Μάταια!

Η ώρα είναι τέσσερις, πέντε... Κάπου μακριά, οι πρώτοι συρμοί του μετρό χώνονται στη γη για να μεταφέρουν τους εργαζόμενους στις δουλειές τους, τα λεωφορεία ξεκινούν τις ίδιες διαδρομές κι ακούω στο δρόμο τα απορριμματοφόρα που αδειάζουν τους κάδους. Εγώ ξαπλωμένος, ασάλευτος ακούω τα πάντα, την πόλη να γρυλίζει, ακούω το τριέμι, το θρόισμα του κόσμου στον οποίο ανήκω!

Ένας χρόνος πέρασε και η πόλη είναι πάντα παρούσα, επιβάλλεται τότε με τη σιωπή της και την υπόκωφη ανάσα της, τότε με τους ήχους της!

Με την πόλη αυτή, έχω πιά διαμορφωμένη μια άλλη πραγματικότητα που μοιάζει μ' αυτήν των ζευγαριών όταν αποφασίζουν να μείνουν λίγο χωριστά για να σκεφτούν τη σχέση τους! Εν τω μεταξύ φεύγω, περιπλανιέμαι αλλά πάντα επιστρέφω! Φορές που βρίσκω χρόνο να μαζέψω τις σκέψεις μου, σκέφτομαι συχνά την Καισαριανή!

Πώς θα μπορούσε άλλωστε να γίνει διαφορετικά, όταν κάποιος έχει ζήσει τον τόπο του με όλους τους τρόπους, με κάθε πιθανή ιδιότητα; Παιδί, μαθητής, φοιτητής, γονιός, ενεργός πολίτης, δημοτικός σύμβουλος, δήμαρχος. Κάθε χαρά, κάθε λύπη, κάθε ευθύνη, κάθε νοιάξιμο έχει τη ρίζα του εδώ. Κάθε πρωτοβουλία έχει απαρχή τις γειτονιές της. Σκέψεις, ιδέες, αφορούν στους κατοίκους της, στο αύριο της γειτονιάς!

Τέτοιες μέρες, την τιμητική τους είχαν τα Ξύλινα, που έγιναν πόλος έλξης για μεγάλους και παιδιά. Το Χριστουγεννιάτικο Χωριό με τις δραστηριότητες, η ταβέρνα με τους μεζέδες και τα τραγούδια. Η Πλατεία φωταγωγημένη, που τώρα θα δείχνει ακόμα πιο ανοιχτή στο να υποδεχτεί τη νέα χρονιά με αλλαγές. Μεγάλες αλλαγές. Αλλαγές που αρμόζουν σε δημότες έτοιμους να τις υποδεχτούν και να τις ζήσουν.

Στους δύσκολους αυτοδιοικητικούς -και όχι μόνο- καιρούς που ζούμε, η φροντίδα και το ενδιαφέρον για τα κοινά για κάποιους είναι πολυτέλεια, για άλλους ρίσκο... Για μένα είναι ανάγκη! Μια ανάγκη που με ωθεί να ευχηθώ η νέα χρονιά να φέρει τις αλλαγές που σχεδιάσαμε για την Καισαριανή (και ας έχουν καθυστερήσει)! Μια ανάγκη που προκύπτει από την ίδια την Καισαριανή! Μια ανάγκη που είναι η ίδια η Καισαριανή!

Καλή Χριστούγεννα & Καλή Χρονιά!

Χρήστος Βοσκόπουλος
Τ. Δήμαρχος Καισαριανής



Χαρές γιορτές με υγεία
για εσάς και τις οικογένειές σας!

Θανάσης Κλειάσιος
ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



Χαρούμενα Χριστούγεννα
και Καλή Χρονιά
με υγεία και δύναμη!



Ακουστικά Βαρηκοΐας
ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ



ΔΩΡΕΑΝ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ

Κολοκοτρώνη 62, Βύρωνας



Μπαταρίες | Service | Αναλώσιμα

T. 211 11 82 406, 6956 300 421
panos.ch@windowslive.com



Τα αντίστροφα γενέθλια ή: μια πασχαλινή εικόνα των Χριστουγέννων!

Το Θανάση Ν. Παπαθανασίου

Αν. Καθηγητή της Ανώτατης Εκκλησιαστικής Ακαδημίας
Αθήνας Διευθυντή του περιοδικού «Σύναξη»

Εκκλησιαστική εικόνα, δηλαδή εικόνα που αφορά την χριστιανική λατρεία, είναι η απεικόνιση κάποιας μορφής (του Χριστού, της Παναγίας ή αγίων) με οιονδήποτε τρόπο, αρκεί η εν λόγω μορφή να είναι αναγνωρίσιμη – κι έτσι να δηλώνεται η ταυτότητα του συγκεκριμένου προσώπου. Αυτό σημαίνει ότι οι εικόνες μπορούν να φτιαχτούν με οιαδήποτε τεχνολογία, παραδοσιακή ή μοντέρνα*. Εδώ ωστόσο θα σταθώ στις εικόνες του βυζαντινού τρόπου, οι οποίες κατεξοχήν βρίσκονται σήμερα στις εκκλησίες.

Ο βυζαντινός τρόπος αποτελεί πλούσια εικαστική γλώσσα. Γλώσσα φτιαγμένη όχι με ήχους ή με γράμματα, αλλά με σχήματα και χρώματα. Εδώ λοιπόν θα στήσω αυτή (για την ακρίβεια: θα στήσω μάτι) σε κάτι που έχει να μας πει η βυζαντινή εικόνα της Γέννησης του Χριστού. Είναι σπουδαία προίκα το ότι ο άνθρωπος δύναται να στήνει αυτή (ή: να στήνει μάτι). Αν παραπετάξει αυτή του την προίκα, τότε χάνονται νοήματα, όπως για παράδειγμα χάνεται ένα τραγούδι όταν συναντά ντουβάρι αντί για αυτιά, όπως χάνεται η ευκαιρία για προβληματισμό όταν προσκρούσει σε αντιθηρσκευτικό φανατισμό, όπως χάνεται η δυνατότητα για φως όταν η θρησκοληψία χρησιμοποιεί τις εικόνες σαν μαγικά αντικείμενα...

Αν λοιπόν παρατηρήσουμε την βυζαντινή εικόνα των Χριστουγέννων, θα εντοπίσουμε κάποια στοιχεία που θυμίζουν... πλαστογραφίες! Σύμφωνα με τα ευαγγέλια η γέννηση του Χριστού έγινε σε στάβλο και η Παναγία απίθωσε το νεογέννητο σε παχνί ζώων. Στην εικόνα όμως βλέπουμε σπηλιά, κι αντί για παχνί βλέπουμε μια κτιστή κατασκευή σαν τάφο, με τις φασκίες να θυμίζουν σάβανα! Μπορεί λοιπόν να παραπονεθεί κανείς ότι η εικόνα αυτή δεν αποτυπώνει με ακρίβεια ό,τι έγινε, δηλαδή ότι δεν λειτουργεί σαν φωτογραφία.

Γιατί άραγε αυτές τις αλλαγές; Ο βυζαντινός τρόπος βέβαια διαμορφώθηκε σε μακρά πορεία διαλόγου με την γύρω του κοινωνική συνάφεια, αλλά εδώ θα κάνω μόνο μερικές επισημάνσεις που αφορούν το νόημα της γιορτής.

Στόχος της εν λόγω εικόνας είναι ακριβώς να μην λειτουργήσει σαν φωτογραφία. Ας σκεφτούμε: Τι κάνει μια φωτογραφία που φιλοδοξεί να αποτυπώσει με ακρίβεια μια χρονική στιγμή; Αιχμαλωτίζει την στιγμή, και από κει και πέρα ο άνθρωπος που στέκει μπροστά στην φωτογραφία εισπράττει το μήνυμα ότι ο ίδιος αδιάκοπα απομακρύνεται από το αποτυπωμένο γεγονός όσο περνά ο χρόνος... Ακόμα κι αν ο άνθρωπος αναπολεί το φωτογραφημένο, καθαυτό το γεγο-

νός είναι κάτι τελειωμένο – περικλειστο στο παρελθόν.

Αντίθετα προς αυτή την λογική της φωτογραφίας, η εν λόγω εικόνα σκαρφίζεται τρόπους ώστε να μιλήσει για κάτι ριζικά διαφορετικό: όχι απλώς για την αναπόληση, αλλά για την «προέκταση» του γεγονότος στο μέλλον! Βνάζει μάτι το ότι η βυζαντινή εικόνα είναι ηθελημένα τσακωμένη με την κλασική έννοια της προοπτικής, του βάθους. Βάθος έχει κάθε φωτογραφία, δηλαδή όσοι βρίσκονται μπροστά αποτυπώνονται (όπως είναι φυσικό) μεγάλοι σε μέγεθος, κι όσοι είναι παραπίσω αποτυπώνονται μικρότεροι. Στην βυζαντινή εικόνα όμως αίρεται το βάθος, δηλαδή η πιστότητα στο παρελθόν. Βλέπουμε, για παράδειγμα, ότι η Παναγία, βρίσκεται παραμέσα, αλλά ικονίζεται μεγαλύτερη από αυτούς που βρίσκονται σε πρώτο πλάνο. Η εικόνα δημιουργεί άλλο βάθος, αντίστροφα: Όχι από την επιφάνεια της εικόνας προς τα μέσα της, αλλά από την επιφάνεια της εικόνας προς τα έξω της: προς τον άνθρωπο ο οποίος **σήμερα** στέκει μπροστά της. Η εικόνα δηλαδή γίνεται τρισδιάστατη σε σχέση με το εκάστοτε σήμερα.

Τα Χριστούγεννα δεν είναι ακριβώς γιορτή γενεθλίων. Παρ' όλη την τρυφερότητα με την οποία γιορτάζουμε τα γενέθλια μικρών και μεγάλων, αν τολμήσουμε να στοχαστούμε δίχως πλάσμιμο, θα αναγνωρίσουμε ότι τα γενέθλια στην πραγματικότητα σημαίνουν την αδιάκοπη φθορά μας: την ασταμάτητη απομάκρυνση από την γέννησή μας και το ξέφρενο πλησίμα στο τελειώμα μας. Αυτή είναι η αλήθεια, με όσα ωραία λόγια κι αν την κουκουλώσουμε. Είναι μια πικρή νομοτέλεια. Και η μόνη πιθανότητα να ρηγματωθεί αυτή η νομοτέλεια, θα προκύψει μόνο αν εισβάλει μία έκπληξη, αν μια επανάσταση φέρει ανατροπή. Ώστε η κίνηση της ζωής να γίνει όχι από την ζωή προς τον θάνατο, αλλά από τον θάνατο προς την ζωή! Ίδου ο εορτασμός των Χριστουγέννων ως εορτασμός αντίστροφων γενεθλίων!

Για την χριστιανική συνείδηση ο Θεός δεν έκανε απλώς μια περατζάδα από την ανθρώπινη ζωή. Αντίθετως, έγινε κυριολεκτικά άνθρωπος. Έκανε ζωή του την πραγματικότητα του ανθρώπου: την πείνα, την δίψα, την τραγικότητα, την ελπίδα. Η Βηθλεέμ λοιπόν δεν είναι ένα κλείσιμο, αλλά ένα ξεκίνημα. Αυτό που ξεκίνησε εκεί, ολοκληρώνεται στην Σταύρωση. Αυτό μας φιθυρίζει ο τάφος που βλέπουμε στην βυζαντινή εικόνα της Γέννησης. Εξηγουμαι:



Στον Γολγοθά ολοκληρώθηκε η πρόσληψη και των τελευταίων στοιχείων της ανθρώπινης συνθήκης: του άδικου, της οδύνης, της προδοσίας, της εγκατάλειψης, του θανάτου. Δεν θα ήταν αληθινή η ενανθρώπησή του (αυτό που έγινε στη Βηθλεέμ) αν ο ίδιος δεν βίωνε και αυτές τις πραγματικότητες της ανθρώπινης ζωής – για να τις οδηγήσει στην απελευθέρωση που σημαίνεται με την Ανάσταση. Και η Ανάσταση αφορά όλη τη ζωή, το σύμπαν. Ζωγραφίζοντας τα ζώα σαν μπροστά σε παχνί, η εικόνα κρατά τον στάβλο με όλα τα συμφραζόμενά του: ο Θεός καταφτάνει στην ανθρώπινη εσχάτη, στο περιθώριο 'δεν γεννιέται ούτε σε παλάτι, ούτε σε σπίτι, ούτε καν σε πανδοχείο. Ταυτόχρονα όμως η εικόνα αυτό το τοποθετεί μέσα στα σπλάχνα της γης: σε σπηλιά. Η Γέννηση είναι «καταδρομική» εισβολή στο σκοτάδι, δηλαδή στην δεσποτεία της φθοράς, του άδικου, του παραλογισμού, ακριβώς για να την ρηγματώσει. Πλησιάζουν Χριστούγεννα, μυρίζει Ανάσταση!

Ναι, χάριν της Ανάστασης έγινε η Χριστού Γέννα! Ώστε να γκρεμιστεί το αδιέξοδο πάνω στο οποίο ο θάνατος συνθλίβει το κάθε τι, και ώστε πάνω από τα χαλάσματα του αδιέξοδου να ανοίξει προοπτική με ορίζοντες απεριόριστους! Ενώ όλοι πεθαίνουμε αναπόφευκτα, επειδή γεννηθήκαμε, ο Χριστός γεννήθηκε ηθελημένα για να πεθάνει, και να πεθάνει τον θάνατο. Πράξη δηλαδή υπαγορευμένη από την ελευθερία και μόνο: από την παθιασμένη αγάπη και την απόλυτη αλληλεγγύη. Ώστε η αγάπη να υπερισχύσει του θανάτου, κι όχι ο θάνατος να τερματίζει την αγάπη.

Προφανώς ακούγεται θεοπάλαβο. Μα, η πληρέστερη ανταλλαγή ευχών για τον εορτασμό των αντίστροφων γενεθλίων είναι, νομίζω, δυο φράσεις:

Χριστός γεννάται, καλή Ανάσταση!

* Για όσους τυχόν ανησυχούν με αυτή την ευρύτητα, τους προτείνω να δουν τι έχει ορίσει η 7η Οικουμενική Σύνοδος (787), καθώς και ο άγιος Θεόδωρος Στουδίτης (759-826).



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΧΩΡΙΟ

στο Πεδίον του Άρεως

**Χριστούγεννα στην Περιφέρεια Αττικής:
Η Μαγεία των Εορτών στο Πεδίον του Άρεως**

Οι γιορτές των Χριστουγέννων πλησιάζουν και η Αττική ντύνεται στα γιορτινά της για να υποδεχθεί την πιο φωτεινή και ζεστή εποχή του χρόνου. Η περιφέρεια Αττικής, με σεβασμό στις ανάγκες της κοινωνίας και αγάπη για την οικογένεια, έχει προετοιμάσει φέτος ένα ξεχωριστό δώρο για μικρούς και μεγάλους: τη φωταγώγηση του Χριστουγεννιάτικου Δέντρου στο Πεδίον του Άρεως και τη δημιουργία ενός μαγευτικού **Χριστουγεννιάτικου Χωριού για τα παιδιά**.

Η μεγάλη γιορτή ξεκινά με τη φωταγώγηση του δέντρου, που θα φωτίσει με χιλιάδες λαμπερά φώτα έναν από τους πιο αγαπημένους χώρους της Αθήνας. Το δέντρο, σύμβολο ελπίδας και αναγέννησης, συνοδεύεται από γιορτινές μελωδίες και καλλιτεχνικές δράσεις που θα γεμίσουν την ατμόσφαιρα με μαγεία.

**Το Χριστουγεννιάτικο Χωριό:
Ένας Παραμυθένιος Κόσμος**

Στην καρδιά του Πεδίου του Άρεως, το Χριστουγεννιάτικο Χωριό ανοίγει τις πύλες του, προσκαλώντας τα παιδιά να ζήσουν μια αξέχαστη εμπειρία. Ο Άγιος Βασίλης τους περιμένει να φωτογραφηθεί μαζί τους, ενώ τα σπιτάκια που στολίζουν τον χώρο κρύβουν εργαστήρια χειροτεχνίας, ζωγραφική προσώπου και πολλές άλλες εκπλήξεις.

Τα παιδιά μπορούν να συμμετέχουν σε θεατρικές παραστάσεις, να γράψουν τα γράμματά τους και να πάρουν μέρος σε δημιουργικές δραστηριότητες που έχουν σχεδιαστεί ειδικά για να τους προσφέρουν χαρά και χαμόγελα.



Μήνυμα της Προέδρου της Επιτροπής Προετοιμασίας του Χριστουγεννιάτικου Χωριού, Ρούλας Μακρή

Αγαπητοί φίλοι,

Με μεγάλη τιμή και αγάπη σας καλωσορίζουμε στο Χριστουγεννιάτικο Χωριό της Περιφέρειας Αττικής. Αυτή η πρωτοβουλία είναι αφιερωμένη στα παιδιά, τα οποία είναι η πηγή της έμπνευσής μας και το μέλλον του τόπου μας. Η ομάδα μας εργάστηκε με μεράκι και ζήλο για να δημιουργήσει έναν χώρο γεμάτο φως, χαρά και δημιουργικότητα, όπου τα παιδιά θα νιώσουν τη μαγεία των Χριστουγέννων και οι οικογένειές τους θα μοιραστούν όμορφες στιγμές.

Σε μια περίοδο που πολλοί συνάνθρωποί μας έχουν ανάγκη από υποστήριξη και αίσιοδοξία, το Χριστουγεννιάτικο Χωριό αποτελεί μια όαση ζεστασιάς και ανθρωπιάς. Μέσα από τις δράσεις μας, θέλουμε να στείλουμε ένα μήνυμα αγάπης και αλληλεγγύης σε όλη την κοινωνία.

Με ιδιαίτερη χαρά, θα βρίσκομαι κάθε μέρα στο Χριστουγεννιάτικο Χωριό, περιμένοντας να συναντήσω όλους τους μαθητές μου και τις οικογένειές τους. Η παρουσία σας θα κάνει αυτή τη γιορτή ακόμη πιο ξεχωριστή και θα γεμίσει τις στιγμές μας με χαμόγελα και αγάπη.

Σας προσκαλούμε να επισκεφθείτε το Χριστουγεννιάτικο Χωριό, να μοιραστείτε τη μαγεία των γιορτών μαζί μας και να δημιουργήσετε πολύτιμες αναμνήσεις με τα αγαπημένα σας πρόσωπα.

Καλά Χριστούγεννα και Ευτυχισμένο το Νέο Έτος!

Με τις θερμότερες ευχές μας,

Ρούλα Μακρή, Πρόεδρος Επιτροπής Προετοιμασίας Χριστουγεννιάτικου Χωριού

A GREAT PLACE TO BE
Εκπαιδευτικά Κέντρα

HELLO

• ΠΑΓΚΡΑΤΙ
• ΒΥΡΩΝΑΣ

www.helloedu.gr

21 1418 0258

Καλά Χριστούγεννα & ευτυχισμένο το νέο έτος!

Ρούλα Μακρή
Αντιπρόεδρος Περιφερειακού Ταμείου Ανάπτυξης



Εισαγωγή

Ο Κρατικός Προϋπολογισμός συννομίζει κάθε χρόνο τα αποτελέσματα της οικονομικής πολιτικής της κυβέρνησης και προσδιορίζει τις επιλογές της στον επόμενο χρόνο. Βέβαια οι εργαζόμενοι και τα λαϊκά στρώματα έχουν «εμπειρία» των αποτελεσμάτων της, η οποία είναι σε μεγάλη απόσταση από την εξωραϊσμένη εικόνα που δίνει η Εισηγητική Έκθεση. Στην τελευταία σημειώνεται με έμφαση, η «καλή πορεία της ελληνικής οικονομίας» (υπερδιπλάσιο ρυθμό ανάπτυξης από την ευρωζώνη, άνοδος εξαγωγών, αύξηση διαθέσιμου εισοδήματος μισθωτών, αποκλιμάκωση πληθωρισμού, άμβλυνση κοινωνικών ανισοτήτων, κ.ά.) και φυσικά εμμένει στη συνέχιση της ίδιας πολιτικής ως εγγύηση για θετική πορεία στο μέλλον.!!

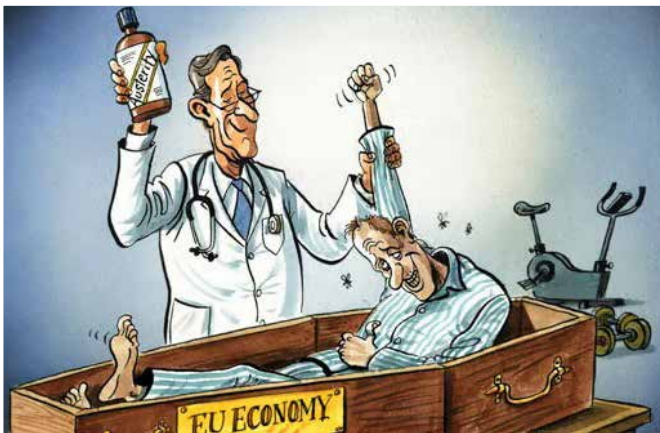
Η προσεκτική ανάλυση...

Ωστόσο η προσεκτικότερη ανάλυση των οικονομικών δεικτών, αποκαλύπτει ότι η ελληνική οικονομία και κοινωνία, αντιμετωπίζει σοβαρά δομικά προβλήματα, με πρώτο το υψηλό ποσοστό ανεργίας (άνω του 10%), υψηλό πληθωρισμό και ακρίβεια, ιδιαίτερα στα τρόφιμα, ηλεκτρικό, στέγαση, κ.ά., οριακές αυξήσεις σε μισθούς που μόνιμα υστερούν του ΔΤΚ (Δείκτη Τιμών Καταναλωτή), οι συντάξεις διαχρονικά είναι «παγωμένες», μεγάλο έλλειμμα στο Ισοζύγιο Τρεχουσών Συναλλαγών που μειώνεται χάρις στο τουριστικό συνάλλαγμα, κλπ. Η επίκληση αύξησης του ΑΕΠ 2,2%, σε σχέση με 0,8% στην Ευρωζώνη, ως απόδειξη της καλής πορείας, δεν δίνει «πιστοποιητικό υγείας» στην ελληνική οικονομία, διότι η Ευρωζώνη είναι ...«άρρωστη», δεδομένου ότι η αύξηση του ΑΕΠ σε διεθνές επίπεδο, κινείται κατά μέσο όρο 3,2%.!!! Συνοπτικά η ελληνική οικονομία βραδυπορεί και το βιοτικό επίπεδο του ελληνικού λαού υποβαθμίζεται (πάνω από το 70% των εργαζόμενων έχει πρόβλημα αξιοπρεπούς διαβίωσης). Ο νέος Προϋπολογισμός, μέσω των εσόδων και των δαπανών, εντείνει την ανισοκατανομή εισοδημάτων, σε βάρος μισθωτών και συνταξιούχων και ευρύτερων λαϊκών στρωμάτων, επιτείνοντας τη φτωχοποίηση τους.!!

Διαίωνιση του αντιλαϊκού φορολογικού συστήματος

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Εισηγητικής Έκθεσης (σελ.102), τα συνολικά φορολογικά έσοδα το 2025, θα ανέλθουν σε 69,2 δις €, σε σχέση με 66,7 δις € το 2024 (αύξηση 3,7% σε σχέση με 2,8% του προβλεπόμενου ΔΤΚ. Το μεγαλύτερο μέρος της αύξησης θα προέλθει από την έμμεση φορολογία (από 36,4 δις σε 38,1 δις ή 4,7%) η οποία ως γνωστόν επιβαρύνει τα λαϊκά στρώματα. Ειδικότερα τα έσοδα από ΦΠΑ θα αυξηθούν από 25,3 δις, σε 26,6 δις € ή 5,1%!! Από την άλλη, οι φόροι εισοδήματος αυξάνονται από 24,2 δις σε 25,2 δις. Κι εδώ το μεγαλύτερο μέρος καλύπτεται από φόρους εισοδήματος φυσικών προσώπων (από 14,3 δις σε 15,2 δις ή αύξηση 6,3%) που κατά κύριο λόγο προέρχονται από μισθωτούς και συνταξιούχους. Αντίθετα οι φόροι εισοδήματος «νομικών προσώπων» που αφορούν κυρίως τη φορολογία κερδών (ΑΕ, ΕΠΕ, κλπ) αυξάνονται οριακά (από 7,8 δις σε 7,9 δις ή 1%). Όσο για το μεγάλο θέμα της φοροδιαφυγής, που αφορά τους «έχοντες και κατέχοντες» και κυρίως τις μεγάλες εταιρίες και πολυεθνικές,

Προϋπολογισμός 2025:



Στήριγμα στους λίγους και ... υποσχέσεις στους πολλούς!

Γιάννης Τόλιος

διδάκτωρ Οικονομικών, ερευνητής-συγγραφέας

που με πρακτικές υπέρ/υπό-τιμολογήσεων, την απόκρυψη κερδών και εισοδημάτων σε «φορολογικούς παραδείσους» μέσω off-shore εταιριών και άλλες πρακτικές φοροδιαφυγής (λαθρεμπόριο καυσίμων, κ.ά.), δεν προβλέπεται κανένα ουσιαστικό μέτρο ελέγχου, πέρα από δημαγωγικές δηλώσεις για «πάταξη» φοροδιαφυγής και δίωξη μικρομεσαίων-επιχειρήσεων και ...φορολόγηση των «μπουρμπουάρ» στην εστίαση.!! Επί πλέον έχουμε τη «νόμιμη» φοροαποφυγή των μεγάλων εταιριών με χαμηλούς φορολογικούς συντελεστές κερδών και διάφορα «αναπτυξιακά κίνητρα», καθώς και τις σκανδαλώδεις φοροαπαλλαγές του εφοπλιστικού κεφαλαίου. Όλα τα παραπάνω σηματοδοτούν την αντιλαϊκή δομή του φορολογικού συστήματος, που διατηρείται με το νέο Προϋπολογισμό.

Οι κοινωνικές δαπάνες στην «κλίνη του Προκρούστη»

Οι συνολικές δαπάνες στο νέο Κρατικό Προϋπολογισμό (τακτικές και επενδύσεων) υπολογίζονται το 2025 σε 80,5 δις σε σχέση με 76,5 δις το 2024, αύξηση 5,2%. Ωστόσο οι δαπάνες κοινωνικού χαρακτήρα και μισθοδοσίας εργαζόμενων βρίσκονται στο στόχαστρο της «εξοικονόμησης πόρων»! Ειδικότερα οι συνολικές δαπάνες προς εργαζόμενους από 14.939 εκατ. το 2024, θα ανέλθουν σε 14.889 εκατ. το 2025 (-0,3%).! Επίσης οι τακτικές δαπάνες του Υπ. Παιδείας αυξάνονται οριακά, από 5.583 εκατ. σε 5.594 εκατ., του Υπ. Υγείας από 6.051 σε 6.608 εκατ., του Υπ. Πολιτισμού από 324 εκατ. σε 257 εκατ., του Υπ. Κοινωνικών Ασφαλίσεων από 18.047 σε 18.215 εκατ., του Υπ. Ανάπτυξης από 126 σε 123 εκατ., του Υπ. Αγροτικής Ανάπτυξης από 389 σε 222 εκατ., του Υπ. Εσωτερικών από 3.511 εκατ. σε 3.449 εκατ. κλπ. Όσο για τις αναπτυξιακές δαπάνες (δημοσίων επενδύσεων και Ταμείου Συνοχής), μετά το 2020 κινούνται γύρω στο 4,7%-5,7% του ΑΕΠ. Ειδικότερα το 2025, προϋπολογίζονται σε 14,1 δις σε σχέση με 13,1 δις το 2024. Το ιδιαίτερα χαρακτηριστικό των συγκεκριμένων δαπανών, είναι ότι σε μεγάλο βαθμό έχουν μορφή επιχορηγήσεων και κινήτρων, κυρίως προς μεγάλες επιχειρήσεις. Για παράδειγμα η αξιοποίηση των πόρων του «Ταμείου Ανάπτυξης και Ανθεκτικότητας» (ΤΑΑ), με την ένταξη 814 έργων συνολικού ύψους 35,95 δις €, τα 18,22 δις

αφορούν επιχορηγήσεις και τα 15,73 δις € είναι σε δάνεια.!! Όσο για τις επιχορηγήσεις προς στους ΟΤΑ, τους λεγόμενους «Κεντρικούς Αυτοτελείς Πόρους» (ΚΑΠ), η αύξηση τους είναι οριακή (από 3.303 εκατ. σε 3.330 εκατ. €). Ειδικότερα στους ΟΤΑ α' βαθμού, από 2.35 εκατ. το 2024 σε 2.557 εκατ. το 2025 και στους ΟΤΑ β' βαθμού από 768 εκατ. σε 773 εκατ.!!

Σημαντικό μέρος των δαπανών θα πάει για πληρωμή τοκοχρεολυσίων του δημόσιου χρέους και δημιουργίας «αιματηρών» πλεονασμάτων, σύμφωνα με τις δεσμεύσεις των Μνημονίων (από 4,4 δις ή 1,9% του ΑΕΠ το 2024, σε 3,5 δις ή 1,4% του ΑΕΠ το 2025). Οι συνολικές πληρωμές τοκοχρεολυσίων το 2024 εκτιμώνται σε 20,45 δις (13,4 δις χρεολύσια και 7,1 δις τόκοι). Το συνολικό δημόσιο χρέος το 2024 ανήλθε σε 365 δις ή 154% του ΑΕΠ, ενώ το 2025 εκτιμάται και πάλι σε 365 δις ή 147,5% του ΑΕΠ, το οποίο από 236,9 δις το 2024 προβλέπεται να ανέλθει σε 247,5 δις €

το 2025. Η τεράστια ετήσια «αιμορραγία» πόρων, εκτός από την επιβολή διαχρονικής λιτότητας σε βάρος εργαζόμενων, συνταξιούχων και λαϊκών στρωμάτων, έχει «θύμα» και τη δημόσια περιουσία μέσω της συνεχιζόμενης πολιτικής ιδιωτικοποιήσεων. Τα έσοδα από τις αποκρατικοποιήσεις από 4,8 δις το 2024 προβλέπονται σε 1,9 δις το 2025. Το δημόσιο όλο και περισσότερο απογομνώνεται από κερδοφόρους τομείς και τομείς προσφοράς κοινωνικών υπηρεσιών (συγκοινωνίες, υποδομές, επικοινωνίες, ύδρευσης, ενέργειας, κλπ), με αρνητικές κοινωνικές και αναπτυξιακές συνέπειες.

Η ανάγκη εναλλακτικής πολιτικής, ζωτικά αναγκαία

Η κυβέρνηση του Κ.Μητσότακη προσπαθεί με κάθε τρόπο να εξωραΐσει τις αντιλαϊκές επιλογές του νέου Προϋπολογισμού, καταφεύγοντας στο μοίρασμα προσωρινών μικρο-επιδομάτων εν όψει εορτών, δίνοντας παράλληλα πολλές υποσχέσεις για μείωση φόρων, αύξηση μισθών και συντάξεων... το 2027!! Πρόκειται για άκρως ανάληψη πολιτική συμπεριφορά!

Αυτό που χρειάζεται άμεσα είναι, δραστική μείωση έμμεσων φόρων και μηδενικός συντελεστής ΦΠΑ σε βασικά είδη πρώτης ανάγκης. Αύξηση αφορολόγητου και μείωση συντελεστών άμεσης φορολογίας σε μισθούς και συντάξεις. Άμεση αύξηση μισθών και συντάξεων στο ύψος του πληθωρισμού για την ενίσχυση της αγοραστικής δύναμης και την τόνωση της ανάπτυξης και της απασχόλησης. Αύξηση φορολογίας μεγάλων εισοδημάτων και κερδών, κατάργηση φορολογικών προνομίων εφοπλιστών και μεγάλων επιχειρήσεων, ουσιαστική καταπολέμηση φοροδιαφυγής «εχόντων και κατεχόντων». Έλεγχος της ακρίβειας στα τρόφιμα και στο ηλεκτρικό ρεύμα, αύξηση δαπανών για την υγεία, παιδεία, πρόνοια, πολιτισμό, μείωση αντιπαραγωγικών δαπανών και δη στρατιωτικών που εξυπηρετούν σχεδιασμούς του ΝΑΤΟ, κ.ά. Βασική προϋπόθεση για την πρόκληση των παραπάνω, είναι η ενεργητική διεκδίκηση τους, από τους εργαζόμενους και τα λαϊκά στρώματα, καθώς και η γενικότερη αλλαγή του συσχετισμού πολιτικών δυνάμεων για το άνοιγμα του δρόμου προς μια γενικότερη ριζοσπαστική στροφή στις ασκούμενες πολιτικές.

ΠΗΓΗ: https://www.aristerorevma.gr/archives/24392?utm_source



ΔΗΜΟΣ ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗΣ:

ΑΠΕΙΘΑΡΧΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΑΠΑΡΑΔΕΚΤΗ ΤΡΟΠΟΛΟΓΙΑ ΒΟΡΙΔΗ ΟΙ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ ΕΧΟΥΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΤΗ ΜΟΝΙΜΗ ΚΑΙ ΣΤΑΘΕΡΗ ΔΟΥΛΕΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΔΗΜΟΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Δεν είμαστε υποχρεωμένοι να σκύβουμε το κεφάλι απέναντι σε νόμους που μας σπρώχνουν να υλοποιούμε ως υποτακτικοί αντιλαϊκές αποφάσεις! Η απαράδεκτη τροπολογία Βορίδη αναγκάζει από το 2022 τους Δήμους να πετάνε «σαν στυμμένες λεμονόκουπες» τους εργαζόμενούς τους, ακόμα κι αν κέρδισαν την παραμονή τους στη δουλειά με θετικές αποφάσεις από τα ελληνικά δικαστήρια!

Το Δημοτικό Συμβούλιο της πόλης μας, παρά τα πειθαρχικά και άλλα μέτρα με τα οποία απειλείται, αποφάσισε να μην ασκήσει έφεση στη δικαστική δικαίωση 5 εργαζομένων και να τους τοποθετήσει στις θέσεις τους απαλλάσσοντάς τους από την ομηρία που ζουν χρόνια.

Πρόκειται για την πλέον σημαντική απόφαση του παρόντος Δημοτικού Συμβουλίου από την ανάληψη των καθηκόντων του.

Μια απόφαση όχι μόνο πέρα για πέρα δίκαιη, αλλά που μπορεί επιπλέον να δημιουργήσει και μία δυναμική για νέους αγώνες, να δώσει αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση.

Με την τροπολογία Βορίδη, οι Δήμοι υποχρεούνται να ασκήσουν έφεση σε πρωτόδικη απόφαση ευνοϊκή για τον εργαζόμενο. Κάπως έτσι «πάει περίπατο» και η περιβόητη «αυτοτέλεια» των Δήμων την οποία έκλιναν σε όλες τις πτώσεις οι περισσότεροι εκ των συμμετεχόντων στο πρόσφατο Συνέδριο της ΚΕΔΕ όπου –με εξαίρεση τους εκπροσώπους της Λαϊκής Συσπείρωσης- η τροπολογία Βορίδη βρέθηκε στο απουρόβλητο.

Εδώ και χρόνια απαγορεύονται κατ' ουσίαν οι προσλήψεις μόνιμου προσωπικού στους Δήμους ή αυτοί που προσλαμβάνονται είναι ελάχιστοι. Οι διαγωνισμοί των τελευταίων ετών είναι ακόμα σε εξέλιξη και δεν καλύπτονται ούτε καν οι συνταξιοδοτήσεις.

ΜΕ ΣΩΚΡΑΤΗ ΠΡΟΕΔΡΟ σε δρόμο ανάκαμψης



του Πάνου Τριγάζη

Τον εμπιστεύτηκα επί σχεδόν ένα χρόνο στο όνομα της κομματικής δημοκρατικής νομιμότητας, η οποία συχνά ακινητοποιεί το κριτικό πνεύμα, με αρνητικές συνέπειες για το κίνημα της Αριστεράς. Η ρήση "όταν θέλεις να γνωρίσεις πραγματικά έναν άνθρωπο, δώστου εξουσία" ισχύει αντίστροφα για την περίπτωση του, καθώς χάνοντας την κομματική εξουσία, έδειξε όλα τα μειονεκτήματά του.

Η ηθική στην πολιτική απουσιάζει κραυγαλέα από την πρόσφατη πολιτική συμπεριφορά Κασσελάκη. Αρχικά μίλησε περί "κοκοιλοφόρων" της ΚΕ, επειδή η εις βάρος του μομφή εγκρίθη

κε με μυστική ψηφοφορία. Στη συνέχεια, μάζεψε τα πράγματά του από την Κουμουνδούρου, αποδεχόμενος την απόφαση, για να την αρνηθεί λίγο μετά, υπογράφοντας εξώδικο εις βάρος της κόμμιάς του. Εύλογη η συμπάρασταση της οποίας έτυχε από κορυφαιούς της ΝΔ σαν τον Άδωνι Γεωργιάδη, πολύ περισσότερο που το πιο πρόσφατο "κατόρθωμα" Κασσελάκη ήταν να κατηγορήσει τον ΣΥΡΙΖΑ και για το Μάτι.

Κορύφωμα της ανηθικότητας, οι αποχωρήσεις βουλευτών που αθετούν την υπογραφή τους ότι η έδρα ανήκει στο κόμμα, επιλέγοντας να φέρουν στην αξιωματική αντιπολίτευση το πολλαπλά αμαρτωλό ΠΑΣΟΚ.

Λυτρωτική, λοιπόν, η αποχώρηση Κασσελάκη από τον ΣΥΡΙΖΑ-ΠΣ, που σκόπημα "φουσκώνει" και τον αριθμό όσων τον ακολούθησαν. Πάντοτε όμως στην ιστορία, μετά την κρίση έρχεται η αναγέννηση, ελπίζω και για τον ΣΥΡΙΖΑ-ΠΣ με την εκλογή νέας ηγεσίας.

Στο ερώτημα γιατί επιλέξαμε τον Θεσσαλονικίο βουλευτή Σωκράτη Φάμελλο για πρόεδρο,

Αυτή η λογική έχει αποτέλεσμα να έχουμε σήμερα στον Δήμο μας 156 εργαζόμενους με συμβάσεις, οι 84 με ασφαλιστικά μέτρα και οι υπόλοιποι στα κοινωνικά προγράμματα, ΛΑΕΚ κλπ. Μόνιμοι και αορίστου είναι 217. Μάλιστα στις αρχές του επόμενου χρόνου αυτός ο αριθμός ενδέχεται να πέσει και κάτω από 200 δεδομένου ότι αναμένονται συνταξιοδοτήσεις. **Καθίσταται έτσι σαφές ότι ο Δήμος δεν μπορεί να ανταποκριθεί ακόμα και σε στοιχειώδεις ανάγκες.**

Απειθαρχούμε έχοντας επίγνωση ότι το κράτος μπορεί να έρθει απέναντι στο Δημοτικό Συμβούλιο με πειθαρχικά και άλλα μέτρα. Μέτρα που περιλαμβάνουν πειθαρχική ποινή παύσης από 6 μήνες και πάνω, καταλογοισμό στην προσωπική περιουσία κάθε δημοτικού συμβούλου καθώς και ποινικά δικαστήρια.

Δεν θα υποκύψουμε σε αυτόν τον εκβιασμό και θα καλέσουμε το λαό να πάρει θέση.

Ο Πάνος Τριγάζης
είναι μέλος της Κεντρικής Επιτροπής του ΣΥΡΙΖΑ-ΠΣ

ΣΑΡΟΛΑ

ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΜΕΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Χρόνια πολλά & Καλή χρονιά

Χρυσοστόμου Σμύρνης 32, Βύρωνα • Τηλ. 210 7654035, 210 7663033 • Fax: 210 7654035
www.sarolas.gr • facebook.com/sarola.frontisthria • info@sarolas.gr

Από το 1974
δίπλα στο μαθητή
με συνέπεια και
υπευθυνότητα!



ΣΠΥΡΟΣ ΤΖΟΚΑΣ
Πανεπιστημιακός, συγγραφέας

νοερό ταξίδι στην ΑΜΕΡΙΚΗ

Το λέγε - λέγε με τις αμερικάνικες εκλογές τον πή-γε πίσω... χρόνια πίσω. Τότε... υποτροφία για μεταπτυχιακές σπουδές σε αμερικάνικο Πανεπιστήμιο!!! Και οι «φονιάδες των λαών Αμερικάνοι» που κραύγαζε στις διαδηλώσεις; Δεν αφορούσε βέβαια τον λαό, αλλά τις ηγεσίες του.

Με την ανακρίση των αποτελεσμάτων των υποτροφιών ταξίδευε ήδη για τη χώρα του αγαπημένου του μπάσκετ, τη χώρα Τζέρι Γουέστ, του Χακίμ Ολάζουν, του Σακίλ Ο' Νιλ, του Ουίλτ Τσάμπερλεϊν, του Μπιλ Ράσελ, του Μάτζικ Τζόνσον και του απίστευτου Μάικλ Τζόρνταν.

Ταξίδευε για τη χώρα των μεγάλων δασκάλων του αθλήματος, όπως του Γκρέγκ Πόποβιτς, του Ρεντ Άουερμπαχ, του προπονητή που έκανε καλό στην Ελλάδα, φράζοντας το δρόμο του Νίκου Γκάλη για το NBA, τον άρχοντα των δακτυλιδιών και τον κόουτς που έδειξε το δρόμο σ' έναν ολόκληρο κόσμο κάνοντας ντραφτ από το κολεγιακό πρωτάθλημα τον πρώτο Αφροαμερικανό παίκτη, τον Τσακ Κούπερ. Ακόμα τον ιδιόρρυθμο Μπόμπι Νάιτ με την κίνηση χωρίς μπάλα και τα ξεσπάσματα και τις αντιπαιδαγωγικές μεθόδους εκμάθησης, τον Φιλ Τζάκσον με την τριγωνική επίθεση, τον Πατ Ράιλι με την "κοστούμαρι-σμένη" ζώνη 1-3-1 με παγίδες που έπαιζε με τους Λέικερς και τόνους άλλους.

Και το αγαπημένο του σινεμά εκεί, στη μακρινή χώρα. Ταξίδευε για τη χώρα των αγαπημένων του ταινιών, Καζαμπλάνκα, Νονός, Όσα Πάιρνι ο Άνεμος, ο Λώρενς της Αραβίας, Τραγουδώντας στη βροχή, Η Γέφυρα του Ποταμού Κβράι, Ψυχώ, Τα Σταφύλια της Οργής, Οργισμένο είδωλο, Μπόι και Κλάιντ, West Side Story, Λεωφορείον ο Πόθος, Ο Πύργος των Καταιγίδων, Επαναστάτης Χωρίς Ατμία, Όσο υπάρχουν άνθρωποι, και τόσες άλλες.

Ταξίδευε στη χώρα των μύθων, του ροκ, της ποπ και της κάντρυ, των Ρόλιγκ Στόουνς και των εξαιρετικών μουσικών συγκροτημάτων, των Τζο Κόκερ, Τζων Φόγκερτ, Τζέρι Λι Λιούις, Ροντ Στιούαρτ, Τζιμ Μόρισον, Έλτον Τζων, Μπρους Σπρίνγκκιν, Γουίτνι Χιούστον, Νίνα Σιμόν, Τζάνις Τσόπλιν, Μπομπ Μάρλεϊ, Τίνα Τάρνερ, Μικ Τζάγκερ, Μπομπ Ντύλαν, Έλβις Πρίσλεϊ, Τζων Λένον, Φρεντ Ασταίρ, Στίβι Γουόντερ, Τζόνι Κας, Τζον Μπαέζ και τόσων άλλων σπουδαίων που έδωσαν νόημα στη ζωή και στην νιοή του πλανήτη.

Ταξίδευε στη χώρα των μύθων, των παραδόσεων, των χαμένων ονείρων, τη χώρα της επαγγελίας και του εθνικού ονείρου, του αμερικανικού. Τη χώρα της ποταπαγόρευσης, των γκάγκστερ και του φιλμ νουάρ, του Χίσκοκ, του Τζέιμς Ντην, του Φρανκ Σινάτρα, του Άρθουρ Μίλλερ και του Τενεσί Ουίλιαμς, των μεγάλων αντιπολεμικών κινημάτων αλλά και των ιμπεριαλιστικών επεμβάσεων, αλλά και της χώρας που καταδυνάστευσε τους ανίχους λαούς.

Μέσα από το όνειρο ξετυλίχτηκε σαν road monie, το κλασικό τοπίο της Δύσης, αυτό που βλέπεις στο σινεμά με τους απέραντους αυτοκινητόδρομους, τους έρημους που μοιάζουν με ζωγραφιά. Στη διαδρομή αυτή ζωντανεύουν οι μύθοι των πιστολέρο, των γουέστερν, των ντεσπεράντο, των Ντιξ, των Πόνι Εξπρές, του Μπίλι δε Κιντ, του «Αγρίου» Μπιλ Χίκοκ, του Τζέσι Τζέιμς. Ζωντανεύουν οι ιδιαιτερότητες της γεωγραφίας και της πολιτισμικής διαμόρφωσης και γενικά η παραφιολογία της «Άγριας» Δύσης, Καλάμιτι Τζέην, Μπάφαλο Μπιλ.

Συνεχίζει τη διαδρομή στο λυκαυγές του ονείρου.

Εκεί έμεινε...

Η (Αγία) Οικογένεια



Άννα Δημάκη
Φιλολόγος

Θα έπρεπε να ήταν πολύ δύσκολη η κατάσταση όταν έπιασαν οι πόνοι τη Μαρία και αναγκάστηκε να γεννήσει στο σπήλαιο της Βηθλεέμ!

Ακόμα και για εκείνη την εποχή ένα απροσπάτετο μικρό πλασματάκι που κρύωνε, δεν είχε τα απαραίτητα, η μητέρα του ήταν ταλαιπωρημένη, ο κατά κόσμον πατέρας του δεν ήξερε από ποιο κακό να το προστατέψει, εγείρει συναισθήματα ανυπερβλήτα, ακόμα και σε αυ-

τόν που δεν είναι γονιός! Βεβαίως, δεν ήταν μόνον αυτά τα προβλήματα: κάπου εκεί παραμόνευε και η απειλή της σφαγής των νηπιών από τον Ηρώδη! Δεν θα μπορούσε να μην υπάρχει αυτή η εξωτερική απειλή, κάτι που κάνει ακόμη πιο τραγικές τις συνθήκες στις οποίες βρισκόταν το θείο βρέφος, ακόμα πιο σημαντική την παρουσία των τριών μάγων, ακόμα πιο μεγαλειώδη τη θυσία της οικογένειάς του!

Φυσικά -μεταφέροντας την κατάσταση στο σήμερα- όλα αυτά δεν τα λέω γιατί μου αρέσει να ταλαιπωρούνται οι γονείς, να θυσιάζονται, να εργάζονται σκληρά, να αιμορραγούν οικονομικά προκειμένου να απολαύσουν μια ζωή ανέφελη τα τέκνα τους. Και οι γονείς άνθρωποι είναι! Τους αξίζει να χαρούν, να ζήσουν, να διασκεδάσουν! Ωστόσο, τον τελευταίο καιρό βλέπουμε το άλλο άκρο, κάτι που, για μένα δείχνει πως η κοινωνία μας έχει πιάνει πάτο κυριολεκτικά... Κατηγορίες για δολοφονίες βρεφών κατά συρροή, εμπορευματοποίησή τους, αντιμετώπισή τους σαν βάρους... Πού είναι ο σεβασμός στη νέα ζωή; Στην ίδια τη ζωή;

Για άλλη μία φορά, βρισκόμαστε ενώπιον της βαρβαρότητας... όχι μόνο αυτής που εκδηλώνεται εδώ και έναν χρόνο στην περιοχή εκείνη της Παλαιστίνης, με θύματα αθώες ψυχές, αλλά και της βαρβαρότητας του λεγόμενου δυτικού κόσμου, του ακραίου υλισμού, αυτού που βλέπει τα παιδιά σαν οικονομική συναλλαγή... Ενώπιον

της έλλειψης των αξιών που επέβαλαν στην Μαρία και τον Ιωσήφ να προστατέψουν το παιδί τους από τον κίνδυνο... Ενώπιον της εγκληματικής αδιαφορίας που αφήνει ορισμένους να αποτελούν τον μέγιστο κίνδυνο για τα ίδια τους τα παιδιά...

**Ευχή μου για φέτος
η ασφάλεια και
η ειρήνη...
και το καλό
παράδειγμα
του Ιωσήφ
και της
Μαρίας...**

**Της
Οικογένειας!**



Καλά Χριστούγεννα & ευτυχισμένο το νέο έτος!

Εκ μέρους της δημοτικής ομάδας & των μελών της παράταξης
Ο επικεφαλής
Μίλτος Μπαντής

ΒΥΡΩΝΑΣ ΜΠΡΟΣΤΑ

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

Σας εύχομαι από καρδιάς
Καλά Χριστούγεννα
και ο νέος χρόνος να φέρει
υγεία & χαρά στα σπίτια σας
και Ειρήνη σε όλο τον κόσμο!

Κατερίνα Σφακιανάκη
Δημοτική Σύμβουλος

ΒΥΡΩΝΑΣ ΜΠΡΟΣΤΑ

ΔΙΚΤΑΜΟ
προϊόντα φτιαγμένα με έρωτα

www.diktamo.gr

**ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ
ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ**

Καραολή & Δημητρίου 63
Βύρωνας
Τηλ. 210 76 58 530

Ευχόμαι σε όλους
Καλά Χριστούγεννα
και το Νέο Έτος να φέρει
ελπίδα και δύναμη για να
συνεχίσουμε να διεκδικούμε
το παρόν και το μέλλον
που μας αξίζει!

Καλή Χρονιά!

ΧΡΗΣΤΟΣ Α. ΓΩΓΟΣ
Εντεταλμένος Περιφερειακός
Σύμβουλος Αδειοδοτήσης
Αθλητικών Εγκαταστάσεων

ΒΥΡΩΝΑΣ ΜΠΡΟΣΤΑ

Εύχομαι
καλά Χριστούγεννα
και το 2025 να φέρει
αγάπη, ελπίδα &
ειρήνη στον κόσμο!

ΑΡΗΣ ΓΩΓΟΣ
Αντιπρόεδρος Δημ. Συμβουλίου

ΒΥΡΩΝΑΣ ΜΠΡΟΣΤΑ



Το Δίκταμο γεννήθηκε το 1999, βασισμένο στην ιδέα του πατέρα μας, όπου ο καταναλωτής θα απολάμβανε τα αγαθά της ελληνικής φύσης χωρίς την προσθήκη χημικών και συντηρητικών, όπως ακριβώς τα δημιουργήσε η μάνα γη.

Εμείς, ο Γιώργος και η Κάλια, τα παιδιά του, κάναμε το όραμα του πραγματικό. Ταξιδεύοντας σε όλη τη χώρα, συλλέγουμε τις καλύτερες πρώτες ύλες, φέρνοντάς τις καθη-

μερινά στο τραπέζι σας, με γνώμονα πάντα την αγάπη μας για το ξεχωριστό και ιδιαίτερο προϊόν, δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή στις παραδοσιακές ποικιλίες.

Προχωρώντας στο χρόνο, το Δίκταμο γέννησε το εργαστήριο του, όπου εκεί όλα τα καλούπια της ελληνικής φύσης δένονται μαγειρικά μεταξύ τους, με περίσσια αγάπη, φροντίδα και στοργή, προσφέροντας σας τις καλύτερες συνταγές βασισμένες στην ελληνική παράδοση.



της Ήλιας Ιατρού

Με αφορμή την **Ημέρα Εξάλειψης της Βίας κατά των Γυναικών**, έχουμε γεμίσει αφίσες και σποτάκια με κακοποιημένες γυναίκες. Το κρατικό διαφημιστικό σποτάκι μας ενημερώνει πως μία στις τρεις γυναίκες πέφτει θύμα κακοποίησης, μία στις 5 θύμα βιασμού.

Το συμπέρασμα βγαίνει αβίαστα: η βία κατά των γυναικών είναι κοινωνική πραγματικότητα.

Το νήπιο και το παιδί που βλέπουν παντού τις ίδιες σκηνές, (ιδιαίτερα εκείνες που δείχνουν την κακοποιημένη γυναίκα με μια ανδρική μπουνιά κάπου στο πλάνο) χωρίς φίλτρα, χωρίς κάποια αντίθετη εικόνα για εξισορρόπηση, τι συμπέρασμα βγάζουν; Τα παιδιά απορροφούν όσα βλέπουν ως αξιώματα. Η μαμά μαγειρεύει κι ο μπαμπάς φεύγει για δουλειά; Άρα, αυτοί είναι οι ρόλοι των φύλων. Με τον τρόπο τους, οι αφίσες αυτές συμβάλλουν στο να απορροφήσουν τα παιδιά, εξ απαλών ονύχων, το ότι οι γυναίκες δέρνονται και οι άντρες δέρνουν. Ασυνείδητα, η ζημιά έχει γίνει.

Γι αυτό οι διαφημίσεις αυτές είναι λάθος. Οι διαφημίσεις που μας χρειάζονται είναι εκείνες που παρουσιάζουν το θετικό, το σωστό μοντέλο ως κανόνα και τη βία ως κάτι σπάνιο, αρρωστημένο και καταδικαστέο. Στον δημόσιο χώρο θα έπρεπε να παρουσιάζονται σχέσεις αγάπης και αμοιβαίου σεβασμού, που θα άφηναν να εννοηθεί «Έτσι είναι οι φυσιολογικές σχέσεις. Αν η δική σου δεν είναι έτσι, τότε κάτι είναι πολύ λάθος».

Έπειτα, οι διαφημίσεις απευθύνονται σε γυναίκες με το σύνθημα «Αν σε δέρνουν, δεν είσαι η μόνη». Δηλαδή, λίγο-πολύ, όλες τα ίδια παθαίνουν. Τι άλλο είναι αυτό εκτός από προτροπή σε μοιρολατρεία;

Για να μην αναφέρω τη φοβερή λύση «Πάρε τηλέφωνο». Ε, λοιπόν, τα ίδια τα νούμερα της διαφήμισης αποκαλύπτουν την αποτυχία του προγράμματος: αν μία στις τρεις γυναίκες έχει κακοποιηθεί αλλά μόλις 25 χιλιάδες έχουν απευθυνθεί στα σχετικά τηλέφωνα, πού είναι οι υπόλοιπες; Σε μια χώρα με 5 εκατομμύρια γυναίκες, δεν θα έρπε να είναι κάπου 1,5 εκατομμύριο;

Βέβαια, πόσες γυναίκες θα τολμήσουν να πάρουν τηλέφωνο όταν βλέπουν στις ειδήσεις άλλες που το έκαναν και βρέθηκαν δολοφονημένες έξω από την υπηρεσία που θα τις προστάτευε; Γι αυτό ερμηνεύω αυτή τη διαφήμιση ως προσπάθεια του κράτους να αποφύγει τις ευθύνες του: «Εγώ πάντως υπηρεσίες έστησα, αν οι γυναίκες δεν έρχονται, αυτές φταίνε.» Δεν είναι αυτή η στάση ενός κράτους που νοιάζεται –τάχα– για τους πολίτες. Ενόσ κράτους που θέλει οι υπηρεσίες του να εκπληρώνουν τον προορισμό για τον οποίο φτιά-



Βία κατά των γυναικών και κροκοδείλια δάκρυα...

χτηκαν. Δεν είναι καν η στάση ενός κράτους που διαρρηγνύει τα ιμάτιά του για το δημογραφικό πρόβλημα. Γιατί κάθε νεκρή κοπέλα, σημαίνει μια μάνα λιγότερη σήμερα και τουλάχιστον ένα παιδί λιγότερο στην επόμενη γενιά.

Αλλά δεν είναι μόνο οι κρατικές διαφημίσεις. Είναι κι άλλες, από οργανώσεις και συλλόγους που έχουν κάθε καλή πρόθεση.

Αλήθεια, πιστεύει κανείς πως η εικόνα μιας δακρύβρεχτης γυναίκας που σηκώνει το χέρι σε άμυνα, θα συγκινήσει κανέναν κακοποιητή και θα τον κάνει ν' αλλάξει;

Ας είμαστε σοβαροί. Οι κακοποιητές βλέπουν την κοπέλα ή τη γυναίκα τους καθημερινά σ' αυτή τη στάση, ζωντανά, και συνεχίζουν. Η αφίσα θα τους σταματήσει;

Όπως όλοι μας, ο κακοποιητής έρχεται σ' επαφή με πολλούς που τον εκνευρίζουν κάθε μέρα: συναδέλφους, πελάτες, αφεντικά, οδηγούς στο δρόμο κτλ. Τους δέρνει; Όχι βέβαια. Ξέρει ότι δεν τον παίρνει. Αντίθετα, μαζεύει τα νεύρα του για να τα ξεσπάσει εκεί που τον παίρνει: στη γυναίκα, που την περνά τουλάχιστον ένα κεφάλι και καμιά τριανταριά κιλά. Φυσικά δεν θα την ξυλοφορτώσει δημοσίως, αλλά στο σπίτι, πίσω από κλειστές πόρτες, όπου ξέρει ότι δεν θα τη βοηθήσει κανείς.

Το μόνο που μπορεί να φρενάρει ένα τέτοιο άτομο είναι αυτό που μας εμποδίζει να βγούμε από το σπίτι λέτσκι και απεριποίητοι: η κοινωνική αποδοκιμασία.

Όμως, ο άνθρωπος που έχει χωνέψει από μικρός ότι ανδρισμός σημαίνει ιπποτισμός και όχι νταηλίκια, δεν πρόκειται ποτέ να σηκώσει χέρι σε γυναίκα (ή σε παιδί, γέρο, ανάπηρο – γιατί τα έχουμε δει κι αυτά). Ο άνθρωπος που από παιδί ακούει στις αντροπαρέες ότι το ξύλο δεν παίζει σε μια σχέση, θα διστάσει. Κι ο άνθρωπος που ξέρει ότι αν αύριο

η γυναίκα του εμφανιστεί με μαύρο μάτι, θα έχει να αντιμετωπίσει ολόκληρη την πολυκατοικία ή το χωριό, θα το σκεφτεί δυο-τρεις φορές πριν ρίξει τη σφαλιάρα.

Γι αυτό οι διαφημίσεις δεν πρέπει να απευθύνονται μόνο σε γυναίκες, αλλά να στοχεύουν και τους άντρες. Εξ ορισμού, οι νταήδες δεν σέβονται τον πιο αδύναμο, αλλά υποκύπτουν μπροστά στην απειλή του ισού ή πιο δυνατού. Η παρέμβαση ενός άλλου άντρα είναι το μόνο που μπορεί να τους σταματήσει. Και οι άντρες (που αναρωτιούνται γιατί οι γυναίκες είναι τόσο επιφυλακτικές απέναντί τους) θα πρέπει να γίνουν πιο εχθρικοί σ' αυτούς που χαλάνε την πιάτσα για όλους.

Για να περιορίσουν τα φαινόμενα βίας κατά των γυναικών, οι διαφημιστικές εκστρατείες θα πρέπει να παρουσιάζουν τους δράστες με όσο το δυνατόν πιο απαίσια και μελανά χρώματα. Πρέπει να τους εμφανίζουν δειλούς, αφού τα βάζουν με κάποιον πιο αδύναμο. Ηλίθιους ή άρρωστους, αφού επιλέγουν μια σχέση βασισμένη στον τρόμο, αντί για τη χαρά. Πρέπει να φτάσουμε στο σημείο που ο νταής θα νιώθει ντροπή για τις τάσεις του και θα αναζητεί βοήθεια από ειδικό. Στο σημείο που δεν θα υπάρχει άνθρωπος που να τολμά να πει στο καφενείο πως «έβαλε τη γυναίκα του στη θέση της».

Κανονικά, οι διαφημίσεις που παρουσιάζουν το πώς είναι μια ιδανική σχέση και το πόσο απαίσιος είναι ο κακοποιητής, θα πρέπει να συνεχίζονται και να ανανεώνονται διαρκώς, ώσπου να εδραιωθεί το μήνυμα σε όλο το μήκος και το πλάτος της κοινωνίας. Παράλληλα, οι υπηρεσίες που υποτίθεται ότι προστατεύουν τις γυναίκες θα πρέπει να λειτουργούν πραγματικά σωστά.

Μόνο τότε θα έχουμε μπει στο σωστό δρόμο για την εξάλειψη του φαινομένου. Μόνο τότε τα δάκρυα που χύνονται κάθε χρόνο για τη βία κατά των γυναικών θα πάψουν να είναι κροκοδείλια.



Με την ψυχή από τον Μαραθώνα στο Καλλιμάρμαρο!

από "δήμος & Πολιτεία"

Για τρίτη φορά, ο Βυρωνιώτης, ο δικός μας Ξενοφώντας Χολέβας και ο Γιάννης Τσιγκάκος, ολοκλήρωσαν μαζί τον Αυθεντικό Μαραθώνιο της Αθήνας τρέχοντας με ειδικό αγωνιστικό αμαξίδιο ΑμεΑ, αποδεικνύοντας πως η επιμονή, η αλληλεγγύη και η αγάπη μπορούν να κατακτήσουν κάθε στόχο.

Ο Ξενοφώντας, αθλητής Μαραθωνίου των «Δρομέων Ελπίδας» μιας ομάδας που σαν αποστολή της έχει την υποστήριξη ΑμεΑ σε δρομικούς αγώνες, έτρεξε ξανά ως συνοδός του Γιάννη, στα δύσκολα 42 χιλιόμετρα της κλασικής διαδρομής.

Ο Ξενοφώντας δεν προετοιμάστηκε ολοκληρωμένα όπως τις άλλες χρονιές, γιατί ένα χειρουργείο στο γόνατο τον Απρίλιο τον άφησε πολλούς μήνες εκτός προγράμματος, όμως ο φίλος του ο Γιάννης με τον τρόπο του τον έπεισε και τον κινητοποίησε ότι μπορούν και αυτή τη φορά να τα καταφέρουν.

Σε κάθε χιλιόμετρο, εισέπραξαν την αγάπη και την υποστήριξη του κόσμου, με επευφημίες και δυνατά χειροκροτήματα που γέμιζαν την ατμόσφαιρα και έβαζαν φτερά στο αμαξίδιο τους.

Ο Γιάννης, με τη δύναμη της ψυχής του και το χαμόγελο του, έγινε ξανά πηγή έμπνευσης για τον Ξενοφόντα, για μικρούς και μεγάλους θεατές της διαδρομής αλλά και για τους άλλους δρομείς του Αυθεντικού Μαραθωνίου της Αθήνας!



Ο τερματισμός, όμως, ήταν το πραγματικό αποκορύφωμα.

Στο Καλλιμάρμαρο, μπροστά σε ένα κοινό που συγκινημένο χειροκροτούσε όταν τα megάφωνα ανακοίνωναν την είσοδο στο στάδιο των Δρομέων Ελπίδας, ο Ξενοφώντας λίγα μέτρα πριν τον τερματισμό σήκωσε από το αμαξίδιο τον Γιάννη...

Τα τελευταία μέτρα βρήκαν όρθιο τον Γιάννη! Στηριζόμενος από τη μητέρα του που τον περίμενε εκεί συγκινημένη και τον Ξενοφόντα, πέρασε ευτυχισμένος τη γραμμή του τερματισμού μέσα σε καταγισμό χειροκροτημάτων!

Η εικόνα αυτή, γεμάτη αγάπη, πίστη και συγκίνηση, ενσάρκωσε το νόημα του Μαραθωνίου: την υπέρβαση, τη συνεργασία και τον θρίαμβο του ανθρώπινου πνεύματος.

Ίσως δεν ήταν απλώς ένας τερματισμός, ήταν μια υπενθύμιση πως οι πιο μεγάλες αποστάσεις χρειάζονται εκτός από την πολύμηνη σκληρή προπόνηση, τη δύναμη της ψυχής, τη στήριξη των ανθρώπων που πιστεύουν σε εμάς και τη δύναμη της αλληλεγγύης!

Τρεις φορές μαζί, τρεις φορές νικητές. Ο Ξενοφώντας και ο Γιάννης μάς έδωσαν για ακόμη μια φορά το πιο πολύτιμο μήνυμα:

«Να έχουμε πίστη, υπομονή και πείσμα στις προσπάθειες μας, να παλεύουμε σκληρά για τους στόχους μας και τίποτε δεν είναι ακατόρθωτο!»

- ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΕΙΔΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ
- ΣΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΟΝΕΩΝ

Επιστημονική υπεύθυνη κέντρου:
Αντιγόνη Χολέβα
Φιλόλογος -Ειδική Παιδαγωγός Msc
Υποψήφια Διδάκτωρ
Ιατρικής Σχολής Αθηνών



- ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ
- ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
- ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ & ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΕΣΩ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ
- ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΙΑΤΡΟΥΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΩΝ

Κρουσάλλη 58, Βύρωνα
(1ος & 2ος όροφος)
210 7647347
diapaidagwgein@gmail.com
Διαπαιδαγωγείν Διά λόγου
diapaidagwgein

Νικολία

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΟ

Συνεργαζόμενη εταιρεία

ERGO

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 29, ΒΥΡΩΝΑΣ, Τ.Κ. 16232
ΤΗΛ. & FAX: 210 7641106 - ΚΙΝ: 6944303788
email: dnikolia@otenet.gr



ΤΟ ΜΑΤΑΖΑΚΙ, ΣΤΗΝ ΕΜΠΕΔΟΚΛΕΟΥΣ

του Βασίλη Παπαστεργιόπουλου
Δημοσιογράφου (...και ενίοτε, πολιτιστικού παράγοντα της γειτονιάς...)

Ήταν, που λέτε, κάποτε, ένα μικρό μαγαζάκι. Μικρό, δεν θα το έλεγε, μάλλον πολύ μικρό, θα ήταν ο σωστός του προσδιορισμός. Θα 'τανε περί τα... 3 τετραγωνικά. Σε μια άκρη του βύρωνα, αλλά απάνω στη στάση των λεωφορείων, στην αρχή της Εμπεδοκλέους. Ακριβώς, φάτσα, στη στάση αποβίβασης, γωνία Π. Τσαλδάρη και Χρυσοθέμιδος. Στο ισόγειο ενός όμορφου νεοκλασικού σπιτιού, σε κάποια αποθηκούλα, είχε βολευτεί, ένας καλός άνθρωπος, μάστορας και τεχνίτης, στο μικρό χώρο, 2 μέτρα επί 2, περίπου. Τόσος δα, ο χώρος του καταστήματος, όρθιος δούλευε, ο καλός ο άνθρωπος. Έφτιαχνε τα πάντα, σε όλους. Έραβε κουμπιά, διόρθωνε δερμάτινα, τσάντες, παπούτσια, ζώνες, κι ότι βάλει ο νους σου. Κόλλαγε όσα ξεκόλλαγαν, κι επιδιόρθωνε ότι μπορούσε να διορθωθεί, από ρούχα, τσάντες, γιλέκα, από φερμουάρ, μέχρι ραψίματα και βαψίματα. Βέβαια, χώραγε κι όλος ο εξοπλισμός, μέσα στο συμπαθητικό αυτό... πολυκατάστημα. Είχε και ραπτομηχανή, για τα δύσκολα, και τροχό, κι άλλα, που τα ξεχνάω τώρα. Το κατάστημα, ήταν γεμάτο, με είδη και

...ανταλλακτικά, μέχρι το ταβάνι. Τι υπήρχε που δεν το έκανε, έραβε, ξήλωνε, κόλλαγε... Μια μικρή βιτρίνα- πάγκος μπροστά, στον χώρο της... υποδοχής. Κι από πίσω του, ο καλός μας ο τεχνίτης, πάντα όρθιος. Στεκόταν ο πελάτης, στο πεζοδρόμιο, με το προς επισκευή ή μεταποίηση είδος του. Σύνομη στιχομυθία, περί της βλάβης, της επισκευής ή της αλλαγής. Οι κυράδες, που είχαν ένα παπούτσι ή μια τσάντα, που ξεκόλλησε, και να μην την πετάξουμε, βρε παιδί μου. Ένα σακάκι, που ξηλώθηκε το μανικέτοκουμπο, κι έψαχνε ο κύριος, ένα ίδιο, ή το παλτό, για το στρίφωμα, ή το καινούργιο παπούτσι, που έπρεπε να μπει, στο καλαπόδι, για να ανοίξει λίγο, να μη με χτυπάει. Χάλασε και το φερμουάρ, το ρημάδι, κι ούτε 2 χρόνια δεν το 'χω, τούτο το παντελόνι. Δούλευε η ραπτομηχανή, του καλού μας του ανθρώπου, μύριζε ο χώρος με δερματόκολλα, ποτισμένα τα χέρια του, και σκληρά σαν πέτρα, από τις δεκαετίες, της...σκληρής χρήσης τους. Το κράταγε, το ...πληγωμένο είδος σου, από μερικές ώρες, ή μια δύο μέρες, για τα δύσκολα. Όλα φτιαχνόντουσαν.

Κι ήταν μαζί, ένα μικρό στολίδι, για τη γειτονιά, αυτό το...μικρό πολυκατάστημα. Είχε βγάλει και καρέκλες, να ξαποσταίνουν οι διαβάτες, στο πεζοδρόμιο. Κάτι κουκλάκια νάνινα, στόλιζαν μόνιμα, τον χώρο. Γλαστρούλες, τριγύρω, μέχρι μια μικρή δεξαμενή, φυτεμένη στο πεζοδρόμιο θυμάμαι, που φιλοξενούσε, πριν καιρό, μερικά χρυσόψαρα. Είχε στολίσει, ο καλός ο άνθρωπος, τη γωνιά του, με ένα ιδιαίτερο κι όμορφο τρόπο.

Αλλά, όλα έχουν κι ένα τέλος. Γύρω στον Οκτώβριο, μπήκαν ταμπέλες στην γωνιά, στο όμορφο διώροφο νεοκλασικό σπιτάκι. Μην σταθμεύετε, κατεδάφιση. Κι ήρθε καληπάζοντας, ο εκσυγχρονισμός της πολυκατοικίας. Έκλεισε το μαγαζάκι, έφυγε από τη γειτονιά, ο καλός ο μάστορας. Τώρα που διαβάζετε εδώ, μάλλον θα έχει φύγει κι όλο το κτίριο από εκεί, και θα σηκώνεται μια νέα αστραφτερή πολυκατοικία.

Μικρή η σημασία, μικρή κι η απώλεια του καταστήματος. Αλλά το τοπικό χρώμα της γειτονιάς, δεν θα είναι ποτέ πια ίδιο.

Ώρα σου καλή, μάστορά μου...



Το κορίτσι με το σκυλάκι

70 χρόνια πριν, η 15χρονη Στεφανία Σάββα, μαθήτρια της Εμπορικής Σχολής, φωτογραφίζεται αγκαλιά με το σκυλάκι της, την Ίρμα.

Στην πίσω πλευρά της φωτογραφίας γράφει με καλλιγραφικά γράμματα: «Στον πολυαγαπημένο μου Πέτρο, για να με θυμάσαι τώρα που θα είσαι μακριά μου. Με άπειρη αγάπη, Στεφανία».

Και πράγματι, αυτή η αγάπη ήταν άπειρη. Γύρισε ο Πέτρος, παντρεύτηκε κι έζησαν μια ευτυχισμένη ζωή με τα δύο παιδιά τους. Μόνο ο θάνα-

τος τους χώρισε, όταν το 2002 ο αγαπημένος της έφυγε από τη ζωή, αφήνοντας απαρνήγρητη τη Στεφανία που τώρα πια ζει παρέα με τις όμορφες αναμνήσεις της.

Η λήψη της φωτογραφίας έγινε στην ταράτσα επί της οδού Νέας Ζηλανδίας (σημερινή Νέας Εφέσου) και Κιλιμανόγλου (σημερινή Κοιμ. Θεοτόκου). Στην αριστερή πλευρά της φωτογραφίας φαίνεται η μονοκατοικία της οδού Κιλιμανόγλου 55 που υπάρχει μέχρι σήμερα και για μικρό χρονικό διάστημα η οικογένεια Ευσταθίου είχε παραχωρήσει το ισόγειο στον Δήμο Καισαριανής και λειτουργούσε ως Δημαρχείο. Η εκκλησία πίσω, είναι ο Ι.Ν.Κοιμήσεως Θεοτόκου (Παναγίτσα).

Σοφία Τριανταφυλλοπούλου - Association of European Journalists AEJ - sofiarose1900@gmail.com



Ποιοι και πώς διαβάζουν στις γιορτές;



Αυτές τις γιορτές τις περιμένουμε όλοι με αίσθημα ανυπόμονης χαράς! Οι μικροί, γιατί περνούν τέλεια, δέχονται περισσότερη αγάπη και δίνουν, με τη σειρά τους, περισσότερα χαμόγελα και χαρμόσυνο νόημα στις ζωές μας. Οι μεγάλοι, γιατί ξαναγίνονται παιδιά και ζουν λίγες μέρες πιο ξέγνοιαστα και αληθινά.

Ωστόσο, η περίοδος των γιορτών δεν σηματοδοτεί κάποιο είδος οριστικής παύσης των υποχρεώσεων, που τρέχουν... Εννοείται πως οι μικροί μαθητές του Δημοτικού και του Γυμνασίου μπορούν να περάσουν πιο ξέγνοιαστα. Μπορούν να κλείσουν τα σχολικά βιβλία για λίγες μέρες, όμως θα ήταν εξαιρετικό να δώσουν στους εαυτούς τους την ευκαιρία να γνωρίσουν τον μαγικό κόσμο των βιβλίων, ζώντας μέσα από τις σελίδες τους τις συγκλονιστικές περιπέτειες ηρώων που έζησαν κάποτε παλιά ή που ...θα ζήσουν στο μέλλον!

Οι μαθητές του Λυκείου, όμως, και, κυρίως, αυτοί που προετοιμάζονται για την εισαγωγή τους στα Πανεπιστήμια, καλούνται να μετατρέψουν τις ημέρες των γιορτών σε έναν δυνατό σύμμαχο, που θα τους βοηθήσει να έρθουν πιο κοντά στον στόχο τους. Και δε λέμε εδώ πως δεν πρέπει να ξεκουραστούν, να διασκεδάσουν, να συμμετέχουν σε γιορτινά τραπέζια με συγγενείς και φίλους. Μπορούν και έχουν την ανάγκη να τα κάνουν όλα και να ευχαριστηθούν. Η ζωή, σε κάθε φάση της, είναι όμορφη και γεμάτη εμπειρίες, που, καλό είναι να τις γευόμαστε με όρεξη και ...προτεραιότητες!

Στις επόμενες σειρές του άρθρου αυτού, προτείνω μια οπτική με την οποία θα μπορούσαν οι

υποψήφιοι να δουν τις μέρες των γιορτών σαν μια ευκαιρία να τα κάνουν όλα! Η επιτυχία θέλει μέθοδο! Ξεκινάμε, λοιπόν!

- Ανήμερα τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά δεν διαβάσετε ούτε ώρα. Την Παραμονή των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς βγάξτε ένα πρόγραμμα πρωινού διαβάσματος 3-4 ωρών.
- Τις υπόλοιπες μέρες τις χωρίζετε στα δύο: 4 ώρες διάβαση το πρωί (ενδεικτικά 10.00-14.00) και 4 ώρες το απόγευμα (ενδεικτικά 15.00-19.00). Κάθε ώρα, κάνετε ένα διάλειμμα 10 λεπτών, ενώ το μεσημέρι τρώτε και ξεκουράζεστε για μια ώρα.
- Όσο διαβάσετε, αφήνετε το κινητό σας μακριά. Ιδανικά το απενεργοποιείτε. Κι επειδή είναι γνωστός τοις πάσι ο εθισμός... μπορείτε να το ανοίγετε σε κάποια από τα διαλείμματά σας... έτσι για την «αλητεία»...
- Κάθε ημέρα έχει το δικό της πρόγραμμα διαβάσματος. Το προηγούμενο βράδυ έχετε φτιάξει τη λίστα των υποχρεώσεων και τους στόχους σας.
- Τα αντικείμενα διαβάσματος σας τα έχει δώσει το Φροντιστήριο, καθώς έχετε να τηρήσετε ένα πρόγραμμα επαναληπτικών διαγωνισμάτων αμέσως μετά τις γιορτές. Είναι καλό να εναλλάσσετε τα μαθήματα, π.χ. άλλο μάθημα στο πρωινό διάβαση και άλλο στο απογευματινό, ώστε να μην κουράζεστε και να αποδίδει στο μέγιστο η μελέτη σας.
- Ξεκινήστε από τα δύσκολα! Στην αρχή οι δυνατόι είναι ακμαίες και θα τα «βγάλτε πέρα» πιο εύκολα μαζί τους. Συνήθως, όταν αναβάλλετε τα δύσκολα και τα αφήνετε για το τέλος, διαμαρτύρεστε ότι ο χρόνος δεν ήταν αρκετός και, γι' αυτό δεν κάνατε καλή δουλειά!

- Καθώς κάνετε την επανάληψή σας, φροντίστε να κατανοείτε απόλυτα και να αφομοιώνετε τη γνώση. Κάθε επανάληψη σας φέρνει πιο κοντά στην κατάρκτησή της. Η ασφάλεια που χαρίζει η βαθιά κατανόηση ενός αντικείμενου είναι το μεγαλύτερο και αποτελεσματικότερο όπλο κατά του άγχους!
- Να τρώτε υγιεινά! Τα μικρά και τακτικά γεύματα «φορτίζουν τις μπαταρίες» πιο αποτελεσματικά και κρατούν τον οργανισμό σε εγρήγορση, υγεία και ισορροπία.
- Να μελετάτε σε χώρο καθαρό, φωτεινό και περιποιημένο, γιατί ένας τέτοιος χώρος απονέμει αίσθημα δημιουργικότητας και χαράς.
- Να κοιμάστε, τουλάχιστον, 7-8 ώρες. Όπως θα παρατηρήσατε από το προτεινόμενο πρόγραμμα διαβάσματος, υπάρχουν πολλές ώρες καθημερινά για διασκέδαση και χαλάρωση. Αξιοποιήστε τις με τρόπο που δεν θα επιβαρύνει το διάβαση της επόμενης μέρας.

Εν κατακλείδι, το πιο σημαντικό από όλα είναι να έχετε στόχο! Να μένετε προσηλωμένοι σε αυτόν, να μην κάνετε «εκπτώσεις», και, φυσικά, να ζείτε τη ζωή σας με νόημα και ισορροπία!

Κι επειδή, εύλογα, ο χώρος ενός άρθρου είναι περιορισμένος, μπορείτε, αν θέλετε, να αναζητήσετε αναλυτικές συμβουλές μελέτης ανά γνωστικό αντικείμενο, ανά προσανατολισμό στην ιστοσελίδα του «περί αγωγής»: www.fresh.peri-agogis.gr

Χαρές Γιορτές, με Ήγεια και Χαμόγελο!

Ευδοξία Πούλιου - Φιλόλογος,
MSc-Med στην Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση,
Διευθύντρια του φροντιστηρίου «περί αγωγής»

περί αγωγής
μεταίτητο να μεταίτητο
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Π.Ε. - ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ

Γυμνάσιο - Λύκειο - ΕΠΑΛ

Μαζί σχεδιάζουμε...εσύ πετυχαίνεις!

Στη συνοικία του Βύρωνα η οικογένεια συναντάει τον επαγγελματισμό!

Κέντρο μελέτης
για μαθητές δημοτικού

Διαβασμένα παιδιά... γονείς χωρίς άγχος!

περί αγωγής
μεταίτητο να μεταίτητο
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Π.Ε. - ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ

Λητούς 4 - Βύρωνας | Τηλ. 210 7669059 | periagogis@gmail.com | fresh.peri-agogis.gr

AS GOLDEN SOLUTIONS

ΑΘΗΝΑ ΣΦΥΡΗ
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

Τ.: +30 211 0120 336 -7
E: athinasfyri@gmail.com
W: www.asgs.gr

**ΛΟΓΙΣΤΙΚΟ
ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΟ
ΓΡΑΦΕΙΟ**

- ✓ Κολοκοτρώνη 4, 162 32 Βύρωνας
- ✓ Χρυσοστόμου Σμύρνης 48, 162 32 Βύρωνας
- ✓ Σπυριδίου 10, 106 75 Κολωνάκι



Ένας δρόμος προς την ελευθερία



Χάραξε έναν δρόμο προς την ελευθερία
Προς την δική σου προσωπική ελευθερία
Αυτήν που θα ξεκινά από σένα
Εκεί όπου πρώτα εσύ δεν θα σε περιορίζει
Που θα είσαι πιστός στον εαυτό σου
Στα θέλω σου
Στο βαθύ σου χτυποκάρδι
Έναν δρόμο που θα νιώθεις σε κάθε βήμα πιο πολύ εσύ
Έναν δρόμο που θα σου ταιριάζει
Κι ας μην ξέρεις πού οδηγεί
Απλά δεσμεύσου στην ελευθερία και στον εαυτό σου
Χωρίς αυτό να σημαίνει αναρχία ή παρόρμηση
Αγκάλιασε τον αυθορμητισμό
Αυτό που σε κάνει να είσαι συνδεδεμένος με τον εαυτό σου και τους άλλους την κάθε στιγμή στο εδώ και τώρα, αυτόν τον αυθορμητισμό
Αγκάλιασε την αυθεντικότητα σου
Αυτόν τον εαυτό που για καιρό δεν μπορούσε να εκφραστεί, δεν του επέτρεπαν και έμαθε να κάθεται πίσω και να υποχωρεί
Αυτόν τον εαυτό που νομίζει ότι για να αγαπηθεί πρέπει να θυσιάσει
Αυτόν αγκάλιασε τον και πες του ότι δεν θες άλλο να τον θυσιάζεις

Όταν όλα αυτά τα βρεις, θα μπορείς και να τα δώσεις

Αγάπα με έναν τρόπο που ο άλλος θα νιώθει ελεύθερος
Αγάπα με έναν τρόπο που θα δίνεις ελευθερία και χώρο και αποδοχή
Αγαπήσου με έναν τρόπο που θα δέχεσαι ελευθερία και χώρο και αποδοχή
Αγάπα με έναν τρόπο που θα νιώθεις ελεύθερος
Αγάπα με ανοιχτή καρδιά, αγάπα με χώρο, αγάπα με γενναιοδωρία προς εμένα και τον άλλον

Χάραξε αυτόν τον δρόμο μέσα σου και μετά όλα θα είναι πιο καθαρά
Ξεκινάει από μέσα σου
Κάπου μέσα στα σωθικά σου θα βρεις την αρχή του δρόμου αυτού
Εκεί που κρύβεται ο αυθεντικός σου εαυτός
Κοίτα μέσα σου, θα τον βρεις
Είναι εκεί και σε περιμένει

Ηλιάννα Πεσσάρη

Ψυχολόγος, βιωματική ψυχοθεραπεύτρια
"Προσωπική Ανάπτυξη"
Χώρος ψυχοθεραπείας και ψυχοδράματος
Ψηλορείτου 11, Καλλιθέα, 215 5051995 / 6938 165911
www.prosopikianaptixi.gr

Μαγεία & Επιστήμη



JUMPING JACK FLASH
του Αντώνη Μακρή

Η μάγισσα που σπέρνει τρόμο με τα ακατάληπτα που λέει, καλείται ενώπιον του Ιεροεξεταστή να αποκαλύψει το βδελυρό πνεύμα από μέσα της μπροστά στο ποίμνιο!

Τότε, με φωνή που όλοι ορκίζονται ότι ακούστηκε απ' το υπερπέραν, είπε τα εξής σημεία και τέρατα:

Είμαστε πεπερασμένοι!
Μπορούμε να δούμε το άπειρο;
Αν μπορούσαμε να παρατηρήσουμε επ' άπειρον ένα κουτί, βάζαμε ένα μήλο μέσα και το σφραγίζαμε καλά, ύστερα από λίγο το μήλο θα σαπίσει.
Αργότερα θα λιώσει!
Σε εκατό χρόνια θα γίνει σκόνη!
Το μήλο περιέχει ενέργεια, αυτή που μας δίνει όταν το τρώμε.
Η ενέργεια κάποτε θα απελευθερωθεί, η θερμοκρασία μέσα στο κουτί θα αυξηθεί χιλιάδες βαθμούς!

"Η μάγισσα παραληρώντας εκστόμιζε ακατανόητες λέξεις!"

Θα γίνει πυρηνική σύντηξη, θα πάρει πολύ χρόνο μα θα συμβεί!
Το μήλο θα γίνει καυτό πλάσμα και η καύση θα δημιουργήσει πυρήνες σιδήρου και πολλά φωτόνια!
Δισεκατομμύρια χρόνια αργότερα τα νετρόνια θα αποσυντεθούν σε πρωτόνια και υποατομικά σωματίδια και θα παραμείνουν για πάρα-πάρα πολλά χρόνια!

Τα στοιχεία θα υπακούν πάντοτε στους νόμους της φύσης, η κατάσταση του κουτιού θα αλλάξει συνεχώς.

Αν στο μήλο υπήρχαν δέκα στην 24η σωματίδια, τότε έχουμε δέκα στην δεκάτη στην 24η διαφορετικές καταστάσεις που ίσως βρίσκονται τα σωματίδια.
Τεράστιος αριθμός αλλά όχι άπειρος!
Το κουτί επ' άπειρο θα περάσει από όλες τις πιθανές καταστάσεις δέκα στην δεκάτη στην 24η, και έπειτα θα ξαναπεράσει από όλες τις προηγούμενες καταστάσεις επειδή δεν θα μπορεί να εξελιχθεί σε κάτι νέο!

"Επικρατεί σιγή, η φωνή της χαμηλώνει"

Αν περιμένουμε κι άλλο θα δούμε τη δύναμη του απείρου πάνω στο πεπερασμένο. Θα ανοίξουμε το κουτί και θα δούμε ξανά το μήλο!
Αλλά και ότι μπορούμε να φανταστούμε θα εμφανιστεί άπειρες φορές!
Το σύμπαν είναι το κουτί, και σε κάθε γωνία του υπάρχει πεπερασμένη ενέργεια από πεπερασμένα σωματίδια με πεπερασμένο αριθμό διαφορετικών σχηματισμών και πεπερασμένους τρόπους να ενωθούν.
Στο άπειρο οι σχηματισμοί κάποτε θα επαναληφθούν!

"Συνεχίζει με σταθερή φωνή..."

Υπάρχουν αντίγραφά μας άπειρα!
Που κάνουν ότι κάνουμε, κάποια συνεχίζουν να ζούνε, άλλα πεθαίνουν.
Κάπου ίσως υπάρχει μια άλλη Γη.
Ίσως και το σύμπαν μας με διαφορετική ιστορία.
Ίσως υπάρχουν δεινόσαυροι, ίσως εκεί εσύ, Μέγα Ιεροεξεταστή, είσαι μια μάγισσα!

Αποκαωμένη ψέλλισε...
"Ότι μαρτυράω συμβαίνει!"

Η μάγισσα "εξαγνίστηκε" στην πυρά.

Η ιστορία προφανώς είναι φανταστική, όσα είπε όμως βασίζονται στην πραγματικότητα!
Γι αυτό μας διαβεβαιώνουν τα Μαθηματικά του Απείρου και η Κβαντομηχανική!
Διακεκριμένοι καθηγητές των πιο εξελιγμένων κλάδων της Σύγχρονης Επιστήμης προσπαθούν να μεταφράσουν μια γλώσσα που ανατρέπει την κοινή λογική και ακούγεται παράξενη ακόμα και στους ίδιους!
Για τον μέσο νου που έχει εκπαιδευτεί εκατομμύρια χρόνια να λύνει προβλήματα του τύπου πως να αποφύγουμε την αρκούδα η τι θα βρούμε να φάμε, και τα υπόλοιπα τα αφήνει στην πίστη σε κάτι ανώτερο, όλα αυτά βρίσκονται στην σφαίρα της μαγείας!



Βουρχαροκτόνος

περί τέχνης & άλλων
Του Γιώργου Βούλγαρη
Ηθοποιού - Θεατρικού Σκηνοθέτη

Η περίοδος των Χριστουγέννων κρύβει για όλους μας, μα κυρίως για τα παιδιά, μια πραγματικά σαγηνευτική αύρα. Λίγο οι σχολικές διακοπές, λίγο τα δώρα που είθισται να λαβαίνουν, λίγο οι οικογενειακές συγκεντρώσεις, κάνουν το όλο κλίμα πραγματικά μαγικό!

Κι όμως, δυστυχώς, αυτήν ακριβώς την περίοδο που οι ψυχές τους θα έπρεπε να πλημμυρίζουν με αθωότητα και στοργή, **τα παιδιά βομβαρδίζονται** από έναν κατακλυσμό «δωρών», με την ιδέα πως η ευτυχία τους εξαρτάται μονό από αυτά και αυτό οφείλεται (όπως και πολλά άλλα που δεν είναι της παρούσης γιορτινές μέρες) στην δική μας παρουσία και επιρροή στις ζωές τους. Καταρχάς **δεν μπορούμε να λέμε ότι «γιορτάζουμε Χριστούγεννα» όταν γιορτάζουμε Χριστούγεννα χωρίς Χριστό.**

Ούτε δικαιούμαστε να λέμε ότι γιορτάζουμε Χριστούγεννα, όταν στο επίκεντρο της γιορτής βρίσκεται ο εαυτός μας, παραβλέποντας, ή και περιφρονώντας ίσως, τον συνάνθρωπό μας. **Τα Χριστούγεννα δεν είναι μια ετήσια αναμνηστική γιορτή αλλά μια καθημερινή βίωση της Αγάπης.** Μιας Αγάπης που φανερώθηκε στον κόσμο την ημέρα της Γέννησης του Θεανθρώπου.

Γιατί λοιπόν **γιορτάζουμε τόσο συμβατικά και τόσο υποκριτικά το θρίαμβο της πίστης μέσα σε ένα τραγικό πανηγύρι απιστίας, καμουφλαρισμένο από χιλιάδες φωτάκια και στολίδια, που σκοπός τους είναι μιν να τονίσουν το γιορτινό κλίμα, μα πιο πολύ σε βυθίζουν σε μία**

ακατανόητη μεγαλοχολία, παρά σε κάνουν να νιώθεις χαρούμενος. Διότι, τι ωφελεί άραγε να στολίσουμε τα σπίτια μας και τους δρόμους και να μην ζεστάνουμε τις καρδιές μας, να μην τις καθαρίσουμε από τα πάθη του εσωτερικού μας κόσμου, να μην δώσουμε επιτέλους **προβάδισμα στην αγάπη** για την επίλυση των αδιεξόδων μας;

Πρέπει να παραδεχτούμε, εάν βέβαια είμαστε τίμιοι με τους εαυτούς μας, ότι το πρόβλημα δεν είναι θεολογικό αλλά ηθικό. Κάτι δηλαδή δεν πάει καλά στη γη και όχι στον ουρανό και ειδικά σε αυτή την χώρα που οι επιλογές μας (πολιτικές και μη) μας έχουν φέρει σε τέτοιο ψυχολογικό αδιέξοδο που έχει χαθεί κάθε ουσιαστική σπίθα χαράς και αυτό (οπώς λέμε και στο θέατρο) περνάει προς τα έξω (όπου έξω, βάλε τα παιδιά σου, τους δικούς σου, τους φίλους σου). Σίγουρα η κατάσταση είναι δικαιολογημένη, αφού σε κυβερνά ένα σύστημα (ότι χειρότερο έχει περάσει ποτέ από την σύγχρονη πολιτική ιστορία της χώρας) που σου κλέβει τη ζωή, το παρόν και το μέλλον σου και σε ξεγελά με **υποσχέσεις, ψέμματα και επιδόματα.**

Ενα σύστημα που αναδεικνύει ανθρώπους σαν τον Σπυρίδωνα (ναι, ναι αυτόν, τον εθνικό μας κωλοτούμπα που έχει ψηφίσει τα πιο αντεργατικά νομοσχέδια, που γλείφει τον εκάστοτε αρχηγό του κόμματος που ανήκει, που υποστηρίζει τις πιο μισάνθρωπες ιδεολογίες με στόχο την καταστροφή κάθε δημόσιας και κοινοφελούς δομής... Κάλε αυτόν, που τα μεγάλα σκάνδαλα, κυρίως οικονομικά που

έγιναν στην Ελλάδα, γυροφέρνουν το ονομά του και αυτό τον κάνει τον δεύτερο πιο "επιτυχημένο" Έλληνα, μετά τον Εφιάλτη). Πάλι με παρέσυρε ο τρισκατάρατος μέρες που είναι!!!

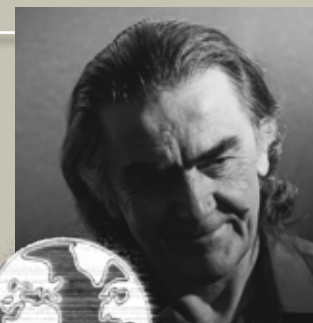
Τι λέγα; Α ναι... Πρέπει καταρχάς να κατανοήσουμε τον προσανατολισμό στον οποίο μας οδηγεί το μήνυμα των Χριστουγέννων. **Τα Χριστούγεννα μας προσανατολίζουν, όχι στον εαυτό μας αλλά στον Θεό.** Ο Χριστός δεν περιμένει τα Χριστούγεννα για να εγκατασταθεί στις καρδιές μας. **Γεννιέται καθημερινά** μέσα μας, αρκεί βέβαια εμείς να δημιουργήσουμε τις κατάλληλες προϋποθέσεις για αυτήν τη συνάντηση. Αφιερώστε χρόνο, τώρα ειδικά που τα παιδιά σας θα έχουν διακοπές, κι έλατε σε επαφή με άτομα που χρειάζονται βοήθεια. Μην αρκεστείτε σε συγγενείς ή γείτονες και μην επικεντρωθείτε μόνο σε υλικές ανάγκες. **Μάθετε στα παιδιά σας την αξία της αγάπης Του Χριστού και μην τα παρκάρετε στην ευκολία της ζωής** (τάμπλετ, κινητά κλπ).

Μάθετέ τα, πως όλες οι αξίες και οι αλήθειες δεν ισχύουν μόνο για τα Χριστούγεννα! Κάνοντάς τις κατευθυντήριες αρχές για όλη τους τη ζωή, **θα τα βοηθήσετε να γίνουν πραγματικά ευτυχημένα, να αγαπούν, να δίνουν και να ξέρουν πραγματικά πώς να απολαμβάνουν και να εκτιμούν ό,τι λαβαίνουν από τη ζωή!**

Ευλογία Χριστουγέννων σε όλες και όλους!

Χρόνια καλά!

του Αλέξανδρου Στεφάνου



Πολίτης του Κόσμου

Να 'χαμε, να λέγαμε...

Αναρωτιέσαι γιατί δεν ξημερώνει μια καινούρια μέρα... γιατί η μιζέρια κι η δυστοπική πραγματικότητα παγιώνονται κι ευδοκιμούν... Αναρωτιέσαι.

Η απάντηση είναι πολύ απλή. Αρκεί να κοιτάξεις στον καθρέφτη σου. Κατά κανόνα θα δεις έναν άνθρωπο που έπαψε να ανησυχεί, να ερευνά, να ανατρέπει. Να παίρνει δηλαδή την ευθύνη της ζωής του.

Θα δεις έναν κατ' επίφαση άνθρωπο, που έχει παραδώσει τα κλειδιά του εαυτού του σε διαχειριστές και εξουσίες, που στην πραγματικότητα ουδόλως τους ενδιαφέρει η κοινωνία των Ανθρώπων, παρά μόνον στο μέτρο που αυτή υπηρετεί την Λου-

δοβικεια αντίληψή τους για το γίνεσθαι. Οπότε, αν εσύ έχεις αναθέσει στον κάθε Λουδοβίκο να πράττει για σένα εν λευκώ, το να αναρωτιέσαι, είναι απλώς: Να 'χαμε, να λέγαμε...

Αυτό ακριβώς κάνει ο ραγιάς. Αποποιείται την ευθύνη έναντι του εαυτού του, τρώει με βουλιμία κι ευχαρίστηση τα ψίχουλα που πέφτουν απ' το πλούσιο τραπέζι του Λουδοβίκου κι αναρωτιέται δήθεν για τα κακώς κείμενα, καταριέται την μοίρα του, κι ύστερα πάει για ύπνο ήσυχος και σίγουρος πως έπραξε το βαθύ ιστορικό του χρέος κυρίως έναντι του εαυτού του.

Να 'χαμε, να λέγαμε...





Υπάρχει ο Άγιος Βασίλης;

του Γιώργου Πιερράκου

Κάθε χρόνο τέτοιες μέρες επανέρχεται στο προσκήνιο το αιώνιο ερώτημα... Υπάρχει τελικά Άγιος Βασίλης ή όχι?

Όπως είναι φυσικό, αναβιώνουν και στην δικιά μου μνήμη οι ατελείωτοι καυγάδες στο δημοτικό για τον εάν υπάρχει ή όχι Άγιος Βασίλης.

Ο φανατισμός και η πόλωση είχαν φτάσει σε τέτοιο σημείο που στα διαλείμματα στο προαύλιο, οι ομάδες ποδοσφαίρου χωρίζονταν σε Santa Claus supporters και μη..

Για να μην πω για τα πάρτι που για να χορέψεις με τον έρωτά σου έπρεπε να δείξεις την σχετική ωριμότητα ή όχι.

Έτσι και εγώ, πίστευα πολύ μέχρι την στιγμή που ο ξάδερφός μου αποφάσισε, άκομψα, να μου κόψει το όνειρο με ένα ξερό «μα καλά χαζός είσαι!» (το άλλο.. λογοκρίνεται!).

Το ίδιο άκομψα κόπηκε και του κατά πολύ μικρότερου αδερφού μου το όνειρο, όταν ξυπνήσαμε άγρια χαράματα (και εμείς και οι γείτονες στην Κολοκοτρώνη) από τον θόρυβο, γιατί είχε πέσει με το κεφάλι κάτω και τα πόδια πάνω ανάμεσα στον καναπέ και τον τοίχο, σε μια γωνία που κρύβανε τα δώρα. Το τρενάκι το βρήκε, όπως και το ραμματάκι στο κεφάλι..

Υπάρχει τελικά Άγιος Βασίλης;

Μα φυσικά και υπάρχει και είναι στο δικό μας χέρι, και να ζει, και να δίνουμε απλόχερα χαρά

και αγάπη, κάνοντας τρόπο ζωής την ανεπίδεκτη προσφορά.

Γιατί ο «Άγιος Βασίλης» δεν είναι, ή δεν θα έπρεπε να είναι, συνδεδεμένος με γνωστό αναψυκτικό, φανφάρες και επίδειξη αλλά με πράξεις που κάνουν ή θα μπορούσαν να κάνουν την ζωή καλύτερη.

Έτσι λοιπόν, για τα φετινά Χριστούγεννα ασ κοιτάξουμε πέρα από τα δέντρα και τα ακριβά, για τα φθηνά αλλά ουσιαστικά. Ας κοιτάξουμε δίπλα μας για ανθρώπους που το δεδομένο δικό μας δεν είναι και τόσο δεδομένο για αυτούς...

Ας πάμε μια βόλτα σε ένα ορφανοτροφείο, ας κρατήσουμε τους μαχητές της ζωής σπίτι και να μην νιώσουν ποτέ την αχρεία μοναξιά του γηροκομείου...

Ας υιοθετήσουμε ένα αδελφοτάκι να κάνει γιορτές με οικογένεια και όχι σε κλουβί. Ας είναι αυτό το φετινό δώρο για τα παιδιά μας. Θα το θυμούνται μια ζωή!

Και πολλά άλλα... αρκεί να νιώσουμε τον πόνο του άλλου και να βρούμε για λίγο από την δική μας «ζώνη άνεσης».

Καλά Χριστούγεννα με Υγεία, Χαμόγελο, Αισιοδοξία, Δύναμη να ανταπεξέλθουμε στην δύσκολη καθημερινότητα...

Και πολύ-πολύ χρόνο με όσους αγαπάμε.

Ζήστε με στιγμές και όχι με αναμνήσεις...



Μετά την επιτυχημένη ολοκλήρωση, την Κυριακή 24 Νοεμβρίου, της δενδροφύτευσης 200 δενδρυλλίων μπροστά στο Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη Καρέα από 300 προσκόπους, γονείς και φίλους, η Οργανωτική Επιτροπή των εκδηλώσεων εορτασμού των 100 χρόνων προσκοπισμού στο Βύρωνα, θα ήθελε να εκφράσει τις ευχαριστίες της στον Δήμαρχο κ. Αλέξη Σωτηρόπουλο που έθεσε τη δράση υπό την αιγίδα του Δήμου, τον Αντιδήμαρχο κ. Γεώργιο Γκαρμπουνιώφ και την Διευθύντρια Πρασίνου κ. Ιωάννα Αλεξιάδου που φρόντισαν για την προμήθεια των δενδρυλλίων και την οργάνωση του εγχειρήματος, καθώς και τους Δημοτικούς Συμβούλους που παρέστησαν.

Εκ μέρους της Οργανωτικής Επιτροπής
Μιχάλης Σιδερίδης



Το phantom πέταξε και στον Βύρωνα...

του Γιώργου Πιερράκου



Ο Νίκος του Ηλυσιακού, της Καστοριάς, του Ολυμπιακού, του Παναθηναϊκού, του δικού μας Αθηναϊκού.

Ο Νίκος της Εθνικής Ελλάδας, ο Νίκος όλων!

Ο Νίκος, που ό,τι θέση και να παίζαμε, κατά βάθος την δόξα του τερματοφύλακα ονειρευόμασταν.

Ο Νίκος, που όταν φύλαγε τα δοκάρια και είχε μπροστά του τον Κώστα Μαυρίδη, ένοιωθε ότι και 11 επιθετικούς να έχει ο αντίπαλος, γκολ δεν θα βάλει...

Ο Νίκος Σαργκάνης, από όπου και να πέρασε, λατρεύτηκε!

Λατρεύτηκε τόσο για τις αθλητικές του επιδόσεις όσο και για την ακεραιότητά του, σπάβιο στις μέρες μας.

Εμείς οι Βυρωνιώτες, για άλλη μια φορά πολύ τυχεροί γιατί ο Νίκος Σαργκάνης - δεν θα πω στην δύση της καριέρας του γιατί μόνο δύση δεν ήταν - στο νέο του ξεκίνημα μας τίμησε χαρίζοντάς μας στιγμές και εμπειρίες με τη φανέλα του ΑΘΗΝΑΪΚΟΥ που θα μείνουν για πάντα χαραγμένες στην μνήμη μας, με αποκορύφωμα τους Ευρωπαϊκούς αγώνες με την Manchester United!

Για το μόνο που πραγματικά λυπάμαι Νίκο, είναι όταν τελευταία φορά συναντηθήκαμε με αφορμή τα δημοτικά, η συνειδητή μου επιλογή να μην γίνωμι κολλιτσιόδας με τις φωτογραφίες «κλέβοντας» την δική σας λάμψη, μου στέρησε την δυνατότητα να έχω έστω μια φωτογραφία μαζί σου σαν ανάμνηση. Αλλά ίσως και να μην χρειάζεται τελικά, γιατί ζεις στις καρδιές όλων μας!

Νίκο, σε ευχαριστούμε για τις αξέχαστες στιγμές που τόσο απλόχερα μας χάρισες, μαζί σου όμως έφυγε ένα πολύ μεγάλο κομμάτι των πιο όμορφων χρόνων μας - αυτών της παιδικής μας ηλικίας..

Συγκλονιστική η δήλωσή σου και αντιπροσωπευτική του χαρακτήρα σου..

«Όλοι είμαστε τερματοφύλακες στη ζωή... Όλοι φυλάμε κάτι»

Υ.Γ - Τι σύμπτωση, το δικό μας phantom να έφυγε από κοντά μας σχεδόν ταυτόχρονα με την απόσυρση των αντίστοιχων πτητικών μέσων!

ΚΑΛΟ ΤΑΞΙΔΙ !



Ο ΒΥΡΩΝΑΣ του ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

του Γιώργου Πιερράκου

ΕΙΡΗΝΗ ΦΡΑΓΚΟΠΟΥΛΟΥ του Α.Ο. Καρέα

“Με κέρδισε η Τοξοβολία”

Η Ειρήνη Φραγκοπούλου είναι 30 χρονών και ασχολείται με τον αθλητισμό τα τελευταία 10 χρόνια, με τον στίβο και την Καλλισθενική Γυμναστική. Το καλοκαίρι του 2023, ξεκίνησε την τοξοβολία και σε πολύ σύντομο διάστημα σημείωσε σημαντικές επιτυχίες.

Πανελλήνιο πρωτάθλημα 2024 Κόλυδρος 17-18/02/2024

- 1η θέση στην κατάταξη και 4η θέση στην τελική βαθμολογία στην κατηγορία Σύνθετου τόξου Γυναικών
- 1η θέση στο μεικτό ομαδικό Σύνθετου τόξου με τον συναθλητή της Μάρκο Κροαζέ
- 2η θέση στο Κύπελλο Ελλάδος στο Βόλο 19-20/10/2024 στην κατηγορία Σύνθετου τόξου Γυναικών

Η φετινή της χρονιά κλείνει με 2 ακόμα πρωτίες στο σύνθετο τόξο γυναικών.

- 1η στον αγώνα ΚΧ 10/11 στην Κερατέα
 - 1η στον αγώνα ΚΧ 30/11 στο Μαυρομάτι Βοιωτίας
- Είναι πτυχιούχος διατροφολόγος, ενώ παράλληλα έχει BA (Hons) στο Business Management από το University of Derby, UK.



Χρυσό μετάλλιο για τον Δημήτρη Πιερράκο



Ο Βυρωνιώτης αθλητής της ομάδας handball του Αθηναϊκού, **Πιερράκος Δημήτρης**, κατέκτησε το **χρυσό μετάλλιο** (ατομική συμμετοχή) στα **1000 μέτρα του 3ου Spata Run** που διοργανώθηκε στις 01.12.24.

Αργυρό μετάλλιο για την Δήμητρα Χαρδαλιά



Η **Δήμητρα Χαρδαλιά** στο **Διεθνές τουρνουά Edusport Trophy** στο Βουκουρέστι, εκπροσωπώντας για πρώτη φορά την Ελλάδα, διακρίθηκε στη 2η θέση ανάμεσα σε αθλήτριες από 9 χώρες, στην κατηγορία της (Recreational advanced Girls 12-15), κατακτώντας έτσι το **Αργυρό μετάλλιο!**

Το μέλλον της ανήκει...
Η Ελλάδα ψηλά!

Ceramica Kymbe

Handmade Ceramics

ΦΤΙΑΧΝΩ ΤΑ ΚΕΡΑΜΙΚΑ ΜΟΥ

μαθήματα κεραμικής ενηλίκων

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ
Χρυσάφης 17 - Βύρωνα
Τ.6947 981290 - 211 2674387
www.ceramica-kymbe.com



Blossom Blends & Bites

ΤΣΕΡΙ

COFFEE, SNACKS, PASTRIES & MORE

2168080037
Φορμίωνος 76
@cherry.coffeeshop



Τηλέφωνο επικοινωνίας: 693 247 2334

Σεφ Λεωνίδας Φραντζολάς

Αγριογούρουνο Σαλμί



ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 4 ΑΤΟΜΑ

Αγριογούρουνο

Αγριογούρουνο (μπούτι) μικρό	1 kg
Λαχανικά αρωματικά (Καρότα, Κρεμμύδια, Σέλινο)	300gr
Σκόρδο	2 σκελ.
Μπουκέ γκαρνί (Θυμάρι-πράσο-μαϊντανός-δάφνη)	1 τεμ.
Ελαιόλαδο	κ.π.
Κρασί κόκκινο	κ.π.
Ξίδι	κ.π.
Κονιάκ	40 ml
Ντεμί-γκλας	300 ml
Φον κυνηγιών	200 ml
Μανιτάρια τρούφες	κ.π.
Βούτυρο	60 ml

Πουρές γλυκοπατάτας

Γλυκοπατάτες	600 gr
Γάλα	40 ml
Κρέμα γάλακτος	40 ml
Μοσχοκάρυδο	κ.π.
Αλάτι	κ.π.
Πιπέρι λευκό	κ.π.

κ.π. = κατά προτίμηση

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προετοιμάζουμε τον χώρο εργασίας.

Καθαρίζουμε εξωτερικά το αγριογούρουνο, το κόβουμε σε μερίδες και προετοιμάζουμε τη μαρινάδα. Πλένουμε, καθαρίζουμε και χοντροκόβουμε τα αρωματικά λαχανικά. Κάνουμε ένα μπουκέ γκαρνί και καθαρίζουμε τα σκόρδα. Τα βάζουμε όλα σε μια λεκάνη και προσθέτουμε τα κομμάτια μπουτιού του αγριογούρουνο. Τα σκεπάζουμε με το κόκκινο κρασί, το ξίδι και το ελαιόλαδο, το κλείνουμε ερμητικά με μια μεμβράνη και το αφήνουμε να μαριναριστεί 12 ώρες.

Βγάζουμε το αγριογούρουνο από τη μαρινάδα και το βάζουμε να τσιγαριστεί με λίγο ελαιόλαδο ανακατεύοντας κατά περιόδους.

Βάζουμε τη μαρινάδα να πάρει μια βράση και την προσθέτουμε μέσα στην Παρασκευή αφήνοντας να βράσει 10 λεπτά περίπου. Προθέτουμε την ντεμί γκλας και το φον κυνηγιού, σκεπάζουμε με καπάκι και ψήνουμε στον φούρνο για περίπου 2 ώρες σε χαμηλή θερμοκρασία. Μόλις ψηθεί το κρέας, περνάμε την σάλτσα από εταμίν, αρωματίζουμε με κονιάκ, προσθέτουμε το άρωμα τρούφας ή τρούφες ψιλοκομμένες και δένουμε με βούτυρο παγωμένο ελέγχοντας τα καρυκεύματα.

Πλένουμε, καθαρίζουμε και χοντροκόβουμε τις γλυκοπατάτες και τις βάζουμε να βράσουν αλ' ανγγλαιζ. Τις αλέθουμε και τις περνάμε από σίτα. Τις βάζουμε σε μια κατσαρόλα και προσθέτουμε το γάλα και την κρέμα γάλακτος ανακατεύοντας και διορθώνοντας στα καρυκεύματα.

Σερβίρουμε το αγριογούρουνο συνοδεύοντας με γαρνιτούρα πουρέ γλυκοπατάτας.

Τοπικές ποικιλίες κρασιών που
εξεχωρίζουν, από όλη την Ελλάδα!

ΤΣΙΠΟΥΡΟ, ΡΑΚΗ, ΡΑΚΟΜΕΛΟ, ΟΥΖΟ

Μεγάλη ποικιλία σε εμφιαλωμένα

Το Οινοπωλείον Της Αγοράς

Ιθώμης 9, Αγορά Βύρωνα, τηλ. 211 7152524

Facebook: Το Οινοπωλείον Της Αγοράς Instagram: to_oinopwleion_ths_agoras



Αστρων γιθυρίσματα



Του **Μιχάλη Κλαδίτη** - ερευνητή ψυχολογικής αστρολογίας
Για προσωπική συνεδρία: 6980135602

Φίλες και φίλοι μου, με τούτα και με τ' άλλα τελείωσε και το 2024.

Μια χρονιά σταθμός για τις παγκόσμιες ανατροπές κι έρχεται το 2025, που θα μας δείξει δρόμους κι εμείς θα ακολουθήσουμε όποιον θέλει ο καθένας μας. Γιατί υπάρχει το κάρμα αλλά υπάρχει και η ελεύθερη βούληση παιδιά μου. Η τελευταία πανσέληνος του 2024 γίνεται στις 15 Δεκέμβρη, 23 μοίρες των Διδύμων, με επιρροή στα μεταβλητά των τελευταίων ημερών. Την τελευταία μέρα του 2024, στις 31 του Δεκέμβρη, θα έχουμε τη δεύτερη Νέα Σελήνη για τον Δεκέμβριο, στην 10η μοίρα του Αιγόκερω, με επιρροή στα παρορμητικά των πρώτων ημερών. Οπλιστείτε με υπομονή και θα δείτε με δέος τις απίστευτες αλλαγές των πλανητών και των κρατών... στο Παγκόσμιο γίνεσθαι. Θα πω ότι είμαστε η γενιά η τυχερή που θα δει αυτήν τη μετάβαση! Να έχετε όλες κι όλοι καλές γιορτές και να περάσετε τέλεια όπου πάτε. **Χρόνια σας πολλά, όμορφα Χριστούγεννα κι ευτυχές το νέο έτος 2025. Ευχαριστώ!**

Κριός: Ανάδρομοι ο Ερμής στον Τοξότη και ο Άρης στον Λέοντα, κάνουν πρόσχαρο τρίγωνο με σας τα Κριάρια και παρά τις κάποιες αναβολές στα ταξίδια και στις επαφές, θα έχετε προς τα Χριστούγεννα μια απίστευτη εύνοια.

Ταύρος: Ενώ στα θέματα οικογένειας υπάρχει ένας αναβρασμός και γίνεσαι διαιτητής των άλλων στα επαγγελματικά φαίνεστε πιο τυχεροί γιατί στη δουλειά άτομο σας σκέφτεται πολύ. Το Τρίγωνο Αφροδίτης κι Ουρανού έχει εκπλήξεις.

Δίδυμοι: Ο ανάδρομος Ερμής απέναντι σας δεν άφησε πολλά για να κάνετε κυρίως σε επαφές και συνεργασίες οι οποίες θέλουν οριοθέτηση και κλείσιμο πριν τις γιορτές.

Καρκίνος: Στις 7 Δεκεμβρίου μπαίνει η Αφροδίτη στον Υδροχόο και ευνοούνται ιδιαίτερα όλες οι μετακινήσεις επισκέψεις και εκδρομές ταξίδια με ή χωρίς συνοδό αξιοποιήσέ τα.

Λέων: Τα οικονομικά σας απασχολούν γιατί καθυστερεί ο ανάδρομος Ερμής μια απόφαση που έχετε πάρει από πριν και έχετε σχεδιάσει πολύ καιρό. Όλα όμως θα είναι καλύτερα μέσα στις γιορτές για εσάς.

Παρθένος: Η ανάδρομη πορεία του Άρη στον Λέοντα από 7 Δεκέμβρη στερεί πολύ την εύνοια σας μα δεν παύει να προωθεί τα σχέδια σας έστω και αργά. Από τις 20 Δεκέμβρη επαφές και γνωριμίες σας αλλάζουν ζωή.

Ζυγός: Με ανάδρομους Ερμή και Άρη στα μέσα Δεκέμβρη, πρέπει να προσέχεις τις υποχρεώσεις σε θέματα εγγράφων, επαφών, υπογραφών και συμβολαίων. Υπάρχει περίπτωση σύνδεσης με κάτι απ' τα παλιά, σχέση η βαθειά φίλια θα σας βρει πάλι.

Σκορπιός: Ήδη από τον Νοέμβρη υπάρχει σχετική πίεση στην δική σας καθημερινότητα και οι των πρώτων ημερών, με την έλευση του Πλούτωνα στον Υδροχόο, αναλαμβάνουν να βγάλουν τα κάστανα από την φωτιά.

Τοξότης: Ο Ερμής σε σας ανάδρομος, δεν σας αφήνει να φτάσετε εκεί που έχετε βάλει στόχο και ο Άρης ανάδρομος στον Λέοντα, στα μέσα Δεκεμβρίου σας κόβει λίγη απ' τη λίμπιντο.

Αιγόκερως: Έφυγε επιτέλους ο Πλούτωνας που σας είχε στο στόχαστρο από το μακρινό 2008 και τώρα θα είστε πιο χαλαροί κι έτοιμοι να πάτε όσο ψηλά θέλετε, σαν τα αγριοκάτσικα που αναζητούν πάντα την κορυφή.

Υδροχόος: Μπήκε ο Πλούτωνας στο ζώδιο σας, θα μείνει μέχρι το 2044 και θα σας αλλάξει τα πάντα σε σχέση με το πώς θα βλέπετε τον εαυτό σας και τα πάντα γύρω σας. Δηλαδή, θα σας ... απελευθερώσει.

Ιχθύς: Με ανάδρομο Κρόνο αλλά και Ποσειδώνα στο ζώδιο σας, μα και ανάδρομο Ερμή, εσείς θα έλεγα ότι έχετε πιάσει γωνία και περιμένετε σαν τα ψάρια να φύγει ο «κίνδυνος άνωθεν».

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



Με υπευθυνότητα & εμπειρία αναλαμβάνουμε:

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

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

ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΥ ΑΘΗΝΩΝ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ 17
(εντός Κοιμητηρίου Βύρωνα) 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, Βύρωνα
τηλ. 210 766 6986



www.to-idiatero.gr

Facebook, Twitter, Instagram, YouTube icons and text: Το Ιδιαίτερο



amica
Woman's Fashion

Ρούλα Ξιμητήρη
Παναγιωτοπούλου

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

Garden Eco
Γεωπονικό Κέντρο Βύρωνας

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

Η ΓΩΝΙΑ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ

**ΒΙΒΛΙΟ
ΧΑΡΤΟΠΩΛΕΙΟ**

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

Το καλαμάκι
Το καλαμάκι σουβλά

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

**ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΠΟΥΛΟΣ
SERVICES**

SERVICE-ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ-ΕΜΠΟΡΙΑ

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

**ΑΡΤΟΠΟΙΙΑ
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ**
Αριστοποίηση

ΠΥΡΡΝΟΣ 48, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ, ΤΗΛ: 210 9932458
ΑΓ. ΣΟΦΙΑΣ 1-3, ΒΥΡΩΝΑΣ, ΤΗΛ: 210 7657570

**ΦΡΟΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ
ΤΣΙΒΓΟΥΛΗΣ**
Εμπόριο φρούτων & λαχανικών

ολόφρεσκα
προϊόντα
της μανάβης

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

ΤΕΝΤΕΣ
ΚΩΣΤΑΣ ΣΥΡΕΣΙΩΤΗΣ

ΠΕΡΓΚΟΛΕΣ

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

**PET SHOP
ΚΙΒΩΤΟΣ**

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

ΕΙΔΗ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ - ΧΑΡΤΙΚΑ
Εξοπλισμοί καταστημάτων

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

mini market

Παραδίδουμε
όλα τα είδη
mini market!

DELIVERY
213 010 5906

MINI - MARKET
& COFFEE DELIVERY

Δαυλείας 13 Βύρωνας

**το μαγειρείο
της αγοράς**

σπιτικό φαγητό στην καρδιά του Βύρωνας

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

**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

**ΤΥΡΟΠΩΛΕΙΟ
ΛΥΚΟΥΔΗΣ**

ΕΓΓΥΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΟ 1962

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

Τυροκομικά προϊόντα Λυκούδης
tyria_allantika_likoudis

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.: Δευ. - 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

ΑΝΤΩΝΗΣ Π. ΖΑΦΕΙΡΗΣ
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΦΘΑΛΜΙΑΤΡΟΣ
ΠΑΙΔΟΟΦΘΑΛΜΙΑΤΡΟΣ

ΔΕΧΕΤΑΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
5:00 - 8:30 μ.μ.

ΙΑΤΡΕΙΟ:
Νικηφορίδη 27, Παγκράτι
Τ. 210 7669722 - 6977 344697

Ευαγγελία Δανιήλ
ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΟΣ
ΦΥΜΑΤΙΟΛΟΓΟΣ

ΙΑΤΡΕΙΟ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

Δέχεται καθημερινά
5:00 - 9:00 μ.μ.

ΙΑΤΡΕΙΟ:
Φρόνης 55, Παγκράτι
Τ. 210 7560361 - 6944 566834



**ΚΑΡΑΟΛΗ ΣΤΗ ΚΑΡΕΝΑ
Ο ΤΑΒΙΣ**

ΜΟΝΟ ΕΔΩ ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ
ΚΑΛΑΜΑΚΙΑ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
ΤΟΥΤΑ ΔΕ ΦΑΚΤΙ!

delivery 12:00 - 01:00 (ελαχ. παραγγελία 6,00€)
αρχιμήδους 1, παγκράτι (πλ. πλαστήρα)
τηλ. 210 75 660 66 | 6944 559 651

**ΨΗΣΤΑΡΙΑ
TABERNA**
"ΜΑΝΔΡΑΚΗ"

ΔΙΑΝΟΜΗ
ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ

ΕΘΝ. ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 11
ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗ
ΤΗΛ: 210 72 44 072

**Ευαγγελία
Κυριακού**
ΕΜΠΟΡΟΣ ΞΥΛΕΙΑΣ

- Κρασί
- Κάρβουνα
- Καυσόξυλα

ΣΕΒΔΙΚΙΟΥ 16, ΥΜΗΤΤΟΣ
Τηλ. 215 5104255 - 6939 190989 - 6979 257152

Coffee Bar Spirits & more

ο πεζόδρομος

Καραολή & Δημητρίου 61
Τ. 211 4086936

**ΤΑΒΕΡΝΑ
ο πεζόδρομος**

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

Τα αγαθά της φύσης

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ
ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ

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

Βιολέττα

Ανθοπωλείο

Χρεμωνίδου 58, Βύρωνας
2107648249 - 6944415804
Ελένη Τούμπανη
toumpana

ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ
24ωρη εξυπηρέτηση

ΚΕΝΤΡΟ ΥΔΡΑΥΛΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

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

**...και φέτος...
"κοκορευόμαστε"**

ΓΙΑ ΤΗ
ΕΟΡΤΙΑΣΤΙΚΑ
ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΑΣ

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΕΜΙΣΤΟ
συκωτάκια-ρύζι-κάσιους
σταφίδες-κουκουναίρι

ΚΟΤΑ ΚΟΚΚΙΝΗ ΓΕΜΙΣΤΗ
αϊκής εκτροφής 85 ημερών
ρύζι-σταφίδες- μπαχαρικά
κάσιους-κουκουναίρι

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΟΚΚΙΝΟ
γεμιστό ειδ. εκτροφής 75 ημερών
δαμάσκηνο-βερύκοκο-κάσιους
αλάτα bbq-κάστανο-σταφίδες

ΡΟΛΟ
εορταστικό
γραφιέρα-ρύζι
δαμάσκηνο
βερύκοκο
σταφίδες-κουκουναίρι

ΡΟΛΟ ΚΟΚΟΡΙ
κόκκινο ειδικής
εκτροφής
φέτα-ελιές

ΡΟΛΟ
κλασσικό
μπέικον
γκούντα
πιπεριές

ΡΟΛΟ special
γραφιέρα
λαστή ντομάτα

ΡΟΛΑΚΙ ΓΕΜΙΣΤΟ
μπέικον-γκούντα
πιπεριές

**ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ
ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ**
Μεγαλώνον
με καλαμάκια
ΚΟΝΤΟΧΡΗΤΟΣ

Παραγγελίες:
210 7601661

Αγίας Σοφίας 9
Χρ. Σμύρνης
Βύρωνας

ΤΕΧΝΗ ΞΥΛΟΥ
Βασίλειος Γκέκας

- Επιπλα Κουζίνας
- Ντουλάπες Υποδωματίου
- Ειδικές Κατασκευές
- Συναρμολόγηση Επίπλων
- Επισκευές Ρολλών
- Ανακαινίσεις Καταστημάτων - Οικιών

Κρατερού 22, Ζωγράφου
gbelegr@yahoo.com

Τηλ. 6945856821

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ



ΔΗΜΟΣ ΒΥΡΩΝΑ
www.dimosbyrona.gr

ΧΡΙΣΤΟΥ ΓΕΝΝΑΣΤΗΝ ΠΟΛΗ ΜΑΣ



Κυριακή 15.12 6.00 μ.μ. | Πλατεία Φατσέα

ΥΠΟΔΕΧΟΜΑΣΤΕ ΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

ΦΩΤΑΓΩΓΗΣΗ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟΥ ΔΕΝΤΡΟΥ
ΜΕ ΤΟ ΜΟΥΣΙΚΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ «48 ΩΡΕΣ»

- ΑΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ • ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΤΟΥ ΧΙΟΝΙΟΥ • ΤΑΧΥΔΡΟΜΕΙΟ ΤΩΝ ΕΩΤΙΚΩΝ
- ΜΑΣΚΟΤ • ΡΗΘΟ ΒΟΟΤΗ • ΜΠΑΛΟΝΙΑ • ΖΕΣΤΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ
- ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΕΥΧΩΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΠΡΟΣΚΟΠΟΥΣ ΒΥΡΩΝΑ
- ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗΣ ΚΑΡΤΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΣΩΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΟΔΗΓΙΣΜΟΥ ΤΟΠΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΒΥΡΩΝΑ

Σάββατο 21.12

6.00 μ.μ. | Ιερός Ναός Αγίας Τριάδος Βύρωνα

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟΙ ΥΜΝΟΙ

ΜΙΚΤΗ ΧΟΡΩΔΙΑ «ΜΕΛΩΔΙΚΟΙ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ»

7.00 μ.μ. | Δημ. Κινηματογράφος «Νέα Ελβετία»

Ο ΧΟΡΟΣ ΤΩΝ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΩΝ ΕΥΧΩΝ

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΧΟΡΟΥ

ΤΜΗΜΑ ΜΕΛΕΤΗΣ ΧΟΡΟΥ I. & P. ΝΤΑΝΚΑΝ

Κυριακή 22.12

6.00 μ.μ. | Ιερός Ναός Αγίου Γεωργίου Καρέα

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟΙ ΥΜΝΟΙ

ΜΙΚΤΗ ΧΟΡΩΔΙΑ «ΜΕΛΩΔΙΚΟΙ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ»

8.00 μ.μ. | Δημ. Κινηματογράφος «Νέα Ελβετία»

ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΚΛΑΣΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

Δευτέρα 23.12 6.00 μ.μ.

Αγορά Βύρωνα & Αγίας Σοφίας

(από Κολοκοτρώνη έως Χρυσοστόμου Σμύρνης)

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΠΑΡΤΥ

- DJ • ΑΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ • ΤΑΧΥΕΩΤΙΚΑ • ΑΡΧΗΕΩΤΙΚΟ
- ΜΑΣΚΟΤ • FACE PAINTING • ΜΠΑΛΟΝΙΑ

Τρίτη 24.12 10:00 π.μ.

Αίθουσα Δημ. Συμβουλίου (Δημαρχείο)

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΑΛΑΝΤΑ

- ΠΡΟΣΚΟΠΟΙ ΒΥΡΩΝΑ
- ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΟΝΤΙΩΝ ΚΑΡΕΑ ΒΥΡΩΝΑ
- ΕΝΩΣΗ ΗΠΕΙΡΩΤΩΝ ΒΥΡΩΝΑ
- «ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ο ΕΞ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ»

Παρασκευή 27.12 7:00 μ.μ.

Δημ. Κινηματογράφος «Νέα Ελβετία»

ΕΓΩ ΤΟ ΕΩΤΙΚΟ

ΠΑΙΔΙΚΗ ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

ΑΠΟ ΜΗΧΑΝΗΣ ΘΕΑΤΡΟ - ΠΑΙΔΙΚΗ ΣΚΗΝΗ

Σάββατο 28.12 6.00 μ.μ.

Δημ. Κινηματογράφος «Νέα Ελβετία»

IT'S A WONDERFUL LIFE, Frank Capra

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΤΑΙΝΙΑ

ΓΙΑ ΟΛΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

ΜΕ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥΣ ΥΠΟΤΙΤΛΟΥΣ

Δευτέρα 30.12 12.00 μ.μ.

Πάρκο Καραολή & Δημητρίου

(έναντι Δημαρχείου)

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΣΥΝΑΥΛΙΑ

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ ΚΑΙ

ΑΓΑΠΗΜΕΝΑ JAZZ-SWING-STANDARDS

Τρίτη 31.12 10:00 π.μ.

Αίθουσα Δημ. Συμβουλίου (Δημαρχείο)

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΑΛΑΝΤΑ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΡΗΤΩΝ ΒΥΡΩΝΑ - ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΥ -

ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗΣ «Η ΑΛΛΗΛΟΒΟΗΘΕΙΑ»

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΤΜΗΜΑ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΕΥΑΓΓΕΛΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ 26, 162 32 ΒΥΡΩΝΑΣ, 6^{ος} ορ., Τ: 210 7609340-350



Ο Δήμαρχος Βύρωνα **Αλέξης Σωτηρόπουλος**,

το Δημοτικό Συμβούλιο και οι εργαζόμενοι του Δήμου, σας εύχονται

Καλά Χριστούγεννα & Ευτυχισμένο το 2025!



★ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ ΜΑΣ ΑΓΟΡΕΣ ΠΡΟΤΙΜΟΥΜΕ ΤΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΒΥΡΩΝΑ!