

**ΠΑΣΧΑΛΗΣ**  
Το πάρτυ  
συνεχίζεται  
στη Βούλα

συνέντευξη σελ. 10-11



**ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΙ**  
Κολυμβητές  
παντός καιρού  
στη Βουλιαγμένη

σελ. 16-17



**INVENTORS**  
Από τη  
ρομποτική  
στην καινοτομία

σελ. 21



**ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ**

**Ο Παύλος Μελάς  
και η άσβεστη  
φλόγα  
της αυτοθυσίας**

Ένα συγκινητικό αφιέρωμα στα 120 χρόνια  
του Μακεδονικού Αγώνα, παρουσία της εγγονής  
του Παύλου Μελά και της στρατιωτικής ηγεσίας

σελ. 25



**ΑΔΕΣΠΟΤΑ**

Σημαντικές  
επενδύσεις  
και το 2024  
στην ευζωία των  
μικρών ζώων

σελ. 13

**ΦΑΣΚΟΜΗΛΙΑ**

Πώς  
προστατεύεται  
από τη δόμηση

σελ. 27

**ΦΥΤΕΥΣΕΙΣ**

Πρασινίζει  
το παραλιακό  
μέτωπο της Βάρκιζας

σελ. 6



**ΔΗΜΟΣ**

Συγκροτήθηκε  
νέα Επιτροπή  
ισότητας  
των φύλων

σελ. 4

**ΙΣΤΟΡΙΑ**

Τα υπόγεια  
καταφύγια  
σε Βούλα  
και Υδρούσα

σελ. 14

**ΤΕΛΗ**

Ποιοι  
δικαιούνται  
απαλλαγές  
και μειώσεις

σελ. 5

**The Talk of  
The Town**

Μεγάλη πληγή στο οδόστρωμα  
των αστικών δρόμων αλλά και  
στην αισθητική της πόλης συνι-  
στούν οι τομές που διάφορα  
εργολαβικά συνεργεία σκάβουν  
διαρκώς για να περάσουν νέα  
δίκτυα ή να επισκευάσουν τα  
υφιστάμενα. Ο Δήμος τακτοποι-  
εί και ελέγχει τα έργα στο βαθμό  
που έχει αρμοδιότητα και ταυ-  
τόχρονα αφιερώνει μεγάλα  
ποσά σε ασφαλτοστρώσεις που  
αναδεικνύουν την αδυναμία  
του κράτους για προγραμματι-  
σμό στα έργα υποδομής.

σελ. 3

2 Έγραψαν στα social media για τα 3B

@xanthikritsinelia



#EnPlo #Vouliagmeni

@Climate\_rubbish

Εγω τώρα είμαι στο ζακούζι μετά από personal με πολύ διάσημη γυμνάστρια, από εδώ έχω θέα τον Παρθενώνα, μετά θα πάμε Βουλιαγμένη για ντίνερ, όνομα δεν λέω γιατί θα κουβαληθούν τα κανάλια, μετά ξενύχτι στα κλαμπ με σαμπάνιες και φίνγκερ φουντ, για την ώρα τρώω τα δάκτυλά μου

@marilita\_z



#vouliagmeni #Sunset\_lover

@missvasileiou

Η κίνηση τις Δεύτερες στη Βουλιαγμένης είναι η τιμωρία για τις αμαρτίες του Σαββατοκύριακου. Δεν μπορώ να δώσω άλλη εξήγηση.

@alessandracanu



#Varkiza #Carte\_Postale

@dontworryexplorehappy



#vouliagmeni

@fun\_tennis\_greece\_



#vouliagmeni

Δημοσιογράφος

ΒΑΡΗ | ΒΟΥΛΑ | ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ

Εκδότης-Διευθυντής  
Γιώργος Λαουτάρης

Αρχισυντάκτης  
Ρόμπερτ  
Κιουτσουκαλτιντζόγλου

Design  
Λουκία Ζερβουδάκη

Διεύθυνση  
Λεωφ. Ποσειδώνος 5,  
Ελληνικό, 167 77

Επικοινωνία  
editor@dimosiografos.com

Διαφημίσεις  
697 3792302

Εκτύπωση  
Νέες Καθημερινές  
Εκδόσεις MON. ΑΕ

Αναζητήστε τον «Δημοσιογράφο» στα εξής σημεία:

1. Δημαρχείο Βούλας (Κ.Καραμανλή 18, Βούλα)
2. Δημαρχείο Βάρης (Βασίλ.Κωνσταντίνου 25, Βάρη)
3. ΚΕΠ Βουλιαγμένης (Αφροδίτης 2,Βουλιαγμένη)
4. ΚΕΠ Βάρης (Βάκκου & Δήμητρας, Βάρη)
5. ΚΕΠ Βούλας (Λ.Βασιλέως Παύλου 108, Βούλα)
6. ΚΑΠΗ Βάρης (Τερψιχόρης 4,Βάρη)
7. ΚΑΠΗ Βούλας (Λ.Βασιλέως Παύλου & Ζεφύρου, Βούλα)
8. ΚΑΠΗ Βουλιαγμένης (Αφροδίτης 2, Βουλιαγμένη)
9. Καφετέρια Dio Mio (Λ.Βασιλέως Παύλου 63)
10. Ηπειρώτισσα (Λ.Βάρης 32, Βούλα)
11. Φούρνος Στεργίου (Σωκράτους 20, Βούλα)
12. Φούρνος Μαριγώνη (Δημοκρατίας 4, Βούλα)
13. Mini Market (Αθανασίου Διάκου 2, Βάρη)
14. Φούρνος Δρόσος (Λ.Αναγυρούντος 26, Βάρη)
15. Αρτοποιήματα (Αφροδίτης 1, Βουλιαγμένη)
16. Καφέ Πλατείας Άλσους (Πανόραμα Βούλας)
17. Mini Market (Κρήνης & Δημητράκοπούλου, Βούλα)
18. Εν Πλώ (Λεωφ. Ποσειδώνος 4, Βουλιαγμένη)
19. Riviera coast (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 18)
20. Notos café (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 12)
21. Asteras café (Δημοτικό Στάδιο Βάρης)



#voula

@Sotigrisi

Στα Βλάχικα στη Βάρη το νέο μπλόκο των αγροτών. Ύψωσαν πανό Κοκορέτσι ή θάνατος...

@n\_aggelakis

Η κοπή της βασιλόπιτας της ένωσης μας, Ένωση Κρητών Βάρης, Βούλας, Βουλιαγμένης, Βάρκιζας στο κρητικό κέντρο Αόρη έγινε την Παρασκευή 2 Φεβρουαρίου με πλήθος φίλων και μελών της ένωσης μας

# Το αέναο «ράβε ξήλωνε» στους δρόμους της πόλης



ποιότητας του έργου που άφησαν. Η περίπτωση του Δήμου Βύρωνα είναι χαρακτηριστική για την προχειρότητα αλλά και τους κινδύνους που παραμονεύουν στην ανεξέλεγκτη δράση διάφορων εργολάβων στο δημόσιο χώρο. Στις 7 Φεβρουαρίου ο Δήμαρχος Βύρωνα Αλέξης Σωτηρόπουλος εξέδωσε μια πολύ έντονη ανακοίνωση με την οποία δημοσιοποίησε την ανάκληση άδειας ενός εργολάβου, σημειώνοντας ότι με τις εκσκαφές του «καταστρέφεται συστηματικά το δίκτυο ηλεκτροφωτισμού, βυθίζοντας έτσι στο σκοτάδι ολόκληρες γειτονιές του δήμου μας». Δυστυχώς όμως ο έλεγχος αυτός και η συνεννόηση που μπορεί να επιτευχθεί για τις νέες οπτικές ίνες δεν επαρκεί.

Το σημαντικότερο πρόβλημα σύμφωνα με τη δημοτική αρχή των 3B σήμερα δημιουργείται στην πόλη από τα συνεργεία της ΕΥΔΑΠ. Με την επίκληση των επείγουσών αναγκών από τις βλάβες που προκύπτουν στο δίκτυο ύδρευσης, οι εργολάβοι της εταιρείας χωρίς να περιμένουν άδεια ή επίβλεψη από κανέναν, δημιουργούν τρύπες σε οδόστρωμα και πεζοδρόμια τις οποίες καθυστερούν συστηματικά να αποκαταστήσουν. Είναι σύνηθες να αφήνονται για εβδομάδες ανοιχτά μπαλώματα και ορύγματα και να εγκαταλείπονται δομικά υλικά, δημιουργώντας μια μόνιμη εικόνα εργοταξίου. Η επούλωση του οδοστρώματος σε αυτές τις περιπτώσεις γίνεται κατά το δοκούν... Και όπως αναφέρθηκε ήδη, το φυσικό αέριο επίσης εξαιρείται από την υποχρέωση να λάβει άδεια τομής από τον Δήμο. Ποιος θα συντονίσει ποιον σε αυτό το κουβάρι;

Το αποτέλεσμα είναι το οδικό δίκτυο να παρουσιάζει μια οικτρή εικόνα σε διάφορα σημεία, την ίδια στιγμή που ο δημοτικός προϋπολογισμός αφιερώνει πολύ σημαντικά ποσά. Σύμφωνα με τα στοιχεία της διοίκησης στα 3B, μόλις ολοκληρώθηκε μια πολυετής δαπάνη ύψους 5 εκατομμυρίων ευρώ που έστρωσε το μεγαλύτερο μέρος των οδών του αστικού ιστού με νέο υλικό το προηγούμενο διάστημα.

Για την επόμενη διετία έχουν δεσμευτεί άλλα 4 εκατομμύρια ευρώ για ασφαλτοστρώσεις και 2 εκατομμύρια ευρώ για επισκευές πεζοδρομίων. Και το ταμείο είναι καταδικασμένο να ματώνει μάταια διότι το πρόβλημα είναι δομικό και αφορά στη νοοτροπία του σχεδιασμού των πόλεων στη χώρα μας και την αδυναμία συγκρότησης ενός κεντρικού σχεδίου που να προβλέψει στοιχειωδώς τις μελλοντικές ανάγκες. Για παράδειγμα ήταν γνωστό ότι πολλές εταιρείες ενδιαφέρονται να αναπτύξουν δικό τους δίκτυο οπτικών ινών. Για ποιο λόγο δεν προβλέφθηκε κεντρικά να γίνει στο οδικό δίκτυο μία και ενιαία τομή ώστε οι διάφορες εταιρείες να περνούν τα χωριστά τους καλώδια από ένα κοινό κανάλι; Διότι οι αρμόδιοι φορείς για τις υποδομές της χώρας δεν το σκέφτηκαν.

του Γιώργου Λαουτάρη

**Μ**ια έξυπνη επιγραφή που τοποθετείται κατά καιρούς σε σημεία του δημόσιου χώρου όπου εκτελούνται τεχνικά έργα αναφέρει «η ταλαιπωρία είναι προσωρινή, τα ωφέλη του έργου μόνιμα». Συμβαίνει όμως σε κάποιες περιπτώσεις το νόημα να αντιστρέφεται και η ταλαιπωρία να είναι μόνιμη, σε αντίθεση με την αμφίβολη διάρκεια από τα ωφέλη των έργων. Αυτή είναι η περίπτωση των συνεχών επεμβάσεων στο οδόστρωμα της πόλης από τις ιδιωτικές και δημόσιες εταιρείες που περνούν διάφορα δίκτυα. Σε άτακτους χρόνους κάνουν τομές στην ασφάλτο, προσθέτοντας συνήθως με διάφορες κακοτεχνίες καρούμπαλα σε φρεσκοστρωμένους από τον Δήμο δρόμους. Και αφού επουλωθούν οι πληγές, έρχεται ένα νέο συνεργείο σε διαφορετικό σημείο λίγους μήνες αργότερα και ούτω καθ' εξής. Εύλογα ρωτούν οι πολίτες «γιατί δεν συνεννοούνται;».

Σήμερα στον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης περνά νέο δίκτυο κάτω από τους δρόμους το φυσικό αέριο αλλά και οπτικές ίνες η Cosmote, η ΔΕΗ και η Vodafone και προγραμματίζει εργασίες η Nona, χωριστά η κάθε εταιρεία. Επιπλέον, η ΕΥΔΑΠ επεκτείνει το δίκτυο της ύδρευσης και επεμβαίνει σε περιπτώσεις βλάβης και διαρροών ενώ το δίκτυό του υπογειοποιεί σημειακά και ο ΔΕΔΔΗΕ. Τα συνεργεία αυτά αποτελούνται από ιδιώτες εργολάβους με διαφορετικά επίπεδα εξειδίκευσης και εμπειρίας το καθένα, που επιλέγονται από τις εταιρείες και όχι από τον Δήμο. Η εξίσωση γίνεται χαοτική καθώς το αστικό δίκτυο δρόμων σε Βάρη, Βούλα και Βουλιαγ-

“

**Οι εργολάβοι πλέον καταβάλλουν χρηματικές εγγυήσεις για τήρηση προδιαγραφών προκειμένου να πάρουν άδεια**

μένη εκτείνεται σε 254 περίπου χιλιόμετρα τα οποία καλείται να συντηρήσει ο Δήμος ούτως ή άλλως από τη φυσική φθορά.

Με εξαίρεση το φυσικό αέριο που θεωρείται βασική υποδομή αλλά και τις περιπτώσεις επείγουσας βλάβης στην ύδρευση και το δίκτυο της ηλεκτρικής ενέργειας, οι υπόλοιποι κάτοχοι δικτύων υποχρεούνται να λάβουν άδεια τομής του οδοστρώματος από τον Δήμο. Εκεί η δημοτική αρχή θέτει όρους και προδιαγραφές για κάθε έργο. Για παράδειγμα, πλέον επιβάλλει στις εργολαβικές εταιρείες ακόμα και για τομή πλάτους μισού μέτρου να αποκαθιστά το σύνολο του ρεύματος κυκλοφορίας με νέο ασφαλτικό υλικό. Προκειμένου να λάβουν άδεια τομής, υπογράφουν σχετικές συμφωνίες και καταβάλλουν τραπεζικές εγγυητικές επιστολές (δηλαδή χρήματα ως εγγύηση) που επιστρέφονται μόνο μετά τον έλεγχο

## Νέα Επιτροπή για την Ισότητα των Φύλων

**Στόχος  
μεταξύ άλλων  
η πρόληψη  
της βίας  
κατά  
των γυναικών**

Τη σύνθεση της Επιτροπής Ισότητας των Φύλων για τη νέα δημοτική θητεία υπερψήφισε το Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης στις 19 Φεβρουαρίου. Σύμφωνα με την απόφαση, οι αρμοδιότητες της Επιτροπής είναι σε συνεργασία με την αρμόδια υπηρεσία του Δήμου να υποστηρίζει την ένταξη της ισότητας των φύλων στις πολιτικές της διοίκησης, να εισηγείται και να συμμετέχει στην εκπόνηση των σχετικών σχεδίων δράσης, να διατυπώνει προτάσεις και να εισηγείται τη λήψη των αναγκαίων μέτρων για την προώθηση της ουσιαστικής ισότητας των φύλων σε όλους τους τομείς της οικονομικής, πολιτικής και κοινωνικής ζωής. Παράλληλα, η Επιτροπή συνεργάζεται με την Περιφερειακή Επιτροπή Ισότητας των Φύλων, τις δομές και συλλογικότητες που δραστηριοποιούνται στο πεδίο αυτό αλλά και με τις δομές του Δικτύου της Γενικής Γραμματείας Ισότητας Φύλων, με στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών. Επισημαίνεται ότι τα μέλη της επιτροπής δεν λαμβάνουν για τη συμμετοχή τους σε αυτή κανενός είδους αμοιβή ή αποζημίωση.

Η Επιτροπή προβλέπεται να έχει ως μέλη

του αιρετούς, αρμόδια στελέχη του Δήμου αλλά και μέλη της κοινωνίας των πολιτών που σχετίζονται με θέματα ισότητας, όπως γυναικείοι σύλλογοι και σύλλογοι γονέων. Μετά από προτάσεις της διοίκησης του Δήμου και της αντιπολίτευσης διαμορφώθηκε η παρακάτω σύνθεση του νέου οργάνου, στο οποίο πρόεδρος παραμένει η δημοτική σύμβουλος Κατερίνα Σταμπέλου και μέλη είναι τα εξής: Ανθή Βέλλη, δημοτική σύμβουλος των λοιπών παρατάξεων του Δημοτικού Συμβουλίου. Ιωάννα Χατζάτογλου, υπάλληλος της Υπηρεσιακής Μονάδας Κοινωνικής Πολιτικής και Πολιτικών Ισότητας των Φύλων του Δήμου. Φίλιππος Μπουραΐμης, εκπρόσωπος της Ένωσης Συλλόγων Γονέων του Δήμου. Σοφία Αποστολοπούλου, εκπρόσωπος τοπικού επαγγελματικού συλλόγου. Μαριάννα Μαυραγάνη, εκπρόσωπος τοπικού γυναικείου συλλόγου. Μίμα Νικηφοράκη, δημοτική σύμβουλος και Στυλιανός Παπαδόπουλος, ως εμπειρογνώμονες δημότες.

Για το θετικό έργο και αποτύπωμα της Επιτροπής κατά την πρώτη της θητεία μίλησε τόσο ο Δήμαρχος όσο και η Ανθή Βέλλη. Ενδιαφέρον όμως είχε η στάση της Λαϊκής



Συσπείρωσης, η οποία μάλλον απρόσμενα καταψήφισε τη συγκρότηση της Επιτροπής. Όπως είπε ο επικεφαλής της παράταξης, Βαγγέλης Σερίφης, «στο όνομα της ισότητας των φύλων έχουν καταργηθεί μια σειρά από κατακτήσεις και δικαιώματα των γυναικών», φανερώνοντας ότι δεν πιστεύει στο νόημα της πάλης για επιμέρους ζητήματα του κοινωνικού ανταγωνισμού.

## Πρόγραμμα εκδηλώσεων Τριήμερες εκδηλώσεις ξεφαντώματος

Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης γιορτάζει τις Απόκριες με ένα διασκεδαστικό πρόγραμμα εκδηλώσεων το τριήμερο 8-10 Μαρτίου. Συναυλία, θέατρο για παιδιά, αποκριάτικα έθιμα, δρώμενα, νησιώτικο γλέντι και μια μέρα αφιερωμένη στα παιδιά με εργαστήρια, χορό, διαγωνισμούς, μουσική, παιχνίδια λούνα παρκ και πολλές εκπλήξεις, που θα ψυχαγωγήσουν και θα διασκεδάσουν τους πολίτες και τους επισκέπτες της πόλης.

Το αποκριάτικο πρόγραμμα θα ανοίξει την Παρασκευή 8 Μαρτίου στο Πολιτιστικό Κέντρο «Ιωνία» με μια συναυλία με τους «Swingin' Cats». Το γνωστό συγκρότημα, με έντονη ρετρό αισθητική και επηρεασμένοι από τις μελωδίες των δεκαετιών '50 και '60, θα παρουσιάσουν ένα δικό τους μείγμα από ελληνικά και ξένα τραγούδια, διαχρονικούς ροκ εν ρολ ρυθμούς, πολύ κέφι και ενέργεια πάνω στην σκηνή. Οι «Swingin' Cats», η μοναδική μουσική μπάντα που κάνει το κοινό χαρούμενο σε τόσο ελάχιστο χρόνο, μετρούν 14 χρόνια εμπειρίας και εκατοντάδες ζωντανές εμφανίσεις σε χώρους και φεστιβάλ ανά την Ελλάδα. Ο τραγουδιστής του σχήματος, Γιώργος Ζερβός, με την ξεσηκωτική ροκ εν ρολ διάθεσή του, θα παρασύρει το κοινό σε ένα μοναδικό αποκριάτικο πάρτι για μικρούς και μεγάλους.

Την επόμενη μέρα, Σάββατο 9 Μαρτίου θα παρουσιαστούν στην πλατεία Ιμίων στη Βούλα (12 μ.), αποκριάτικα έθιμα και δρώμενα των νησιών του Αιγαίου από τον Λαογραφικό Όμιλο «Μαντηλάκι». Θα παρουσιαστούν ο Δετός Χίου με σταυρωτή λαβή, αναμμένα κεράκια και δίστιχα της αγάπης, ο Αγέρανος της Πάρου με δίστιχα της αγάπης, ο συρτός Συμπεθέρα της Ικαρίας με περιπαιχτικά στιχάκια για την αγροτική ζωή και τον έρωτα και το δρώμενο της Σκούπας από την Λέρο, όπου οι συμμετέχοντες χορεύουν σε ζευγάρια και ένας καταλήγει με την σκούπα ενώ στη συνέχεια θα ακολουθήσει νησιώτικο γλέντι.

Τέλος, η τρίτη μέρα των αποκριάτικων εκδηλώσεων θα είναι αφιερωμένη αποκλειστικά



στα παιδιά. Συγκεκριμένα, την Κυριακή 10 Μαρτίου από τις 12 το μεσημέρι έως τις 3 μ.μ. το πάρκο Μικρασιατών στη Βούλα (πίσω από την εκκλησία του Αγίου Ιωάννη) θα μετατραπεί σε ένα πολύχρωμο λούνα παρκ που θα περιλαμβάνει εργαστήρια εικαστικών, μουσικοκινητικής, face painting, ζαχαροπλαστικής, διαγωνισμούς, μάγους, ζογκλέρ, ανιματέρ, ταχυδακτυλουργούς και πολλά διαδραστικά παιχνίδια. Η είσοδος σε όλες τις αποκριάτικες εκδηλώσεις του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης θα είναι δωρεάν.

## Δημοτικό Συμβούλιο

### Απαλλαγές και μειώσεις τελών για άπορους, ΑμεΑ, άνεργους, πολύτεκνους

Τις προϋποθέσεις για την απαλλαγή ή τη μείωση των δημοτικών τελών και του δημοτικού φόρου που δικαιούνται ειδικές κατηγορίες πολιτών ψήφισε και φέτος το Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Πρόκειται για μια απόφαση που λαμβάνεται κάθε χρόνο και απαλλάσσει άπορους, άτομα με αναπηρίες, πολύτεκνους, τρίτεκνους, μονογονεϊκές οικογένειες και μακροχρόνια άνεργους από το σύνολο ή μέρος των τελών που συμπεριλαμβάνονται στους λογαριασμούς για την κατανάλωση ρεύματος. Όπως εξήγησε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, η νομοθεσία θέτει αυστηρότατα όρια τόσο για τον ορισμό κάθε κατηγορίας, όσο και για τα δικαιολογητικά που οφείλει κάθε ενδιαφερόμενος να προσκομίσει. Μια προσπάθεια που έγινε το 2017 να διευρυνθούν, με μια κοινωνική αντίληψη, τα όρια των ωφελομένων προσέκρουσε όπως ανέφερε ο Δήμαρχος στην Αποκεντρωμένη Διοίκηση Αττικής, το ελεγκτικό όργανο νομιμότητας των αποφάσεων του Δημοτικού Συμβουλίου, η οποία απέρριψε την απόφαση και την επέστρεψε για διόρθωση.

Η διοίκηση του Δήμου θέτει εισοδηματικά κριτήρια για να έχουν ισχύ οι απαλλαγές και οι μειώσεις, αλλά και τον όρο η κύρια κατοικία των ωφελομένων να μην υπερβαίνει την επιφάνεια των 170 τετραγωνικών μέτρων. Άποροι θεωρούνται όσοι βάσει στοιχείων έχουν εισόδημα μέχρι 6.000 ευρώ τον χρόνο και απαλλάσσονται από τέλη. Άτομα με αναπηρίες σε ποσοστό 67% και πάνω επίσης απαλλάσσονται κατά 100% από τέλη και φόρους αν το οικογενειακό εισόδημα είναι μέχρι 30.000 ευρώ ή μειώνονται στο μισό για εισόδημα από 30.000 μέχρι 50.000 ευρώ τον χρόνο. Πολύτεκνοι, τρίτεκνοι και μονογονεϊκές οικογένειες (όπως άγαμες μητέρες χωρίς αναγνώριση τέκνου από τον πατέρα, χήρες κ.λπ.) επίσης απαλλάσσονται από τέλη σε διάφορα ποσοστά ανάλογα με το εισόδημά τους. Μια ιδιαίτερη κατηγορία είναι οι μακροχρόνια άνεργοι,



ο ορισμός της οποίας είναι «οικογένεια μακροχρόνια άνεργων (και οι δύο σύζυγοι άνεργοι με ανήλικα τέκνα) που έχουν συμπληρώσει αδιαλείπτως επί 12μηνο εγγραφή στον ΟΑΕΔ».

Κριτική στους πολύ στενούς ορισμούς των κοινωνικών κατηγοριών άσκησε ο Θάνος Ματόπουλος κατά τη συζήτηση στο Δημοτικό Συμβούλιο, ζητώντας από τον Δήμαρχο να παρέμβει μέσω της ΚΕΔΕ ώστε να γίνει νομοθετική ρύθμιση των στρεβλώσεων όπως είπε που δημιουργούνται. Ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος απαντώντας τόνισε ότι έχουν καταγραφεί οι στρεβλώσεις αυτές, όπως το γεγονός ότι μόνο δύο παντρεμένοι μακροχρόνια άνεργοι μπορούν να επιτύχουν απαλλαγή, όμως η κυβέρνηση δεν δείχνει να λαμβάνει υπόψη τις προτάσεις της αυτοδιοίκησης.



## FULL BODY CHARGER

Χρόνια Κόπωση \* Χρόνιος Πόνος \* Long Covid \* Διαταραχές Ύπνου



System4 Technologies GmbH

### ΕΠΑΝΑΦΟΡΤΙΣΤΕΙΤΕ

Φορτίστε με ενέργεια το σώμα και το μυαλό σας, όπως δεν έχετε νοιώσει ποτέ. Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας, στο ΜΟΝΑΔΙΚΟ **Human Regenerator**, περιβάλλεστε από Κρύο Ατμοσφαιρικό Πλάσμα, το οποίο ενεργοποιεί τα κύτταρα του σώματος. Η διαδικασία αυτή υποστηρίζει όλες τις αναγεννητικές διαδικασίες και φορτίζει το σώμα σαν να είναι μπαταρία.

Κράτηση για συνεδρία: Corpus Regem, Leoforos Evelpidon 40, Voula 16673  
tel. 210-8958960 website: [www.corpusregen.com](http://www.corpusregen.com)

## Εντατικές φυτεύσεις

# Αλλάζει το παραλιακό μέτωπο της Βάρκιζας

Μία μεγάλη παρέμβαση για την αναβάθμιση του παραλιακού μετώπου της Βάρκιζας υλοποιεί ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης με χρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Αντώνης Τρίτσης». Φυτεύσεις, νέος αστικός εξοπλισμός, διαδρομές περιπάτου και υπόγειο δίκτυο άρδευσης από τα «Κανάρια» έως τη δεύτερη είσοδο της οργανωμένης ακτής Βάρκιζας συνθέτουν τις παρεμβάσεις ανάπλασης με στόχο την αναζωογόνηση και αισθητική ανάδειξη της περιοχής.

Το πρώτο στάδιο εργασιών ξεκίνησε το καλοκαίρι από τα «Κανάρια» έως τις Αλκυονίδες, σειρά πήρε το πλακόστρωτο της Βάρκιζας, ενώ αυτές τις ημέρες εργασίες πραγματοποιούνται στο χώρο έξω από το πρώην Yabanaki. Συνολικά, έχουν φυτευθεί 200 μεγάλα δέντρα κυρίως φυλλοβόλα και αειθαλή αλλά και εκατοντάδες φυτά. Το φυτικό υλικό αποτελείται κατά κύριο λόγο από είδη που χαρακτηρίζουν τη μεσογειακή χλωρίδα και είναι απόλυτα προσαρμοσμένα στις τοπικές συνθήκες, ώστε να μη διαταραχθούν τα τοπικά οικοσυστήματα, αλλά και να εξασφαλιστεί η ταχεία, υγιής και εύρωστη ανάπτυξή τους. Τα δέντρα έχουν φυτευθεί σε θέσεις που η δενδροκάλυψη είναι ελλιπής. Η φύτευση αλλού είναι ελεύθερη, σε διάσπαρτες θέσεις και αλλού σε σειρές, σχηματίζοντας δενδροστοιχίες. Οι δενδροστοιχίες έχουν δημιουργηθεί κατά κύριο λόγο εκατέρωθεν των διαδρομών περιπάτου, ενώ δένδρα φυτεύθηκαν επίσης σε επιλεγμένες θέσεις γύρω από θέσεις στάσης και ανάπαυσης.

Όπως σημειώνουν οι γεωπόνοι του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, ο συνδυασμός αειθαλών και φυλλοβόλων ειδών θα αυξήσει τη βιοποικιλότητα, θα κάνει πιο άνετες τις συνθήκες διαβίωσης και θα αναβαθμίσει αισθητικά την εικόνα της περιοχής. Σε όλη την έκταση που πραγματοποιείται η πράσινη ανάπτυξη έχει εγκατασταθεί εξελιγμένο υπόγειο σύστημα αυτόματου ποτίσματος. Η συνέχιση των εργασιών αφορά την τοποθέτηση προπαρασκευασμένου φυσικού χλοοτάπητα, σε έκταση 9.350 τ.μ. Ο νέος χλοοτάπητας έχει τη δυνατότητα ανάπτυξης κοντά σε παραθαλάσσιες περιοχές, ακόμη και σε εδάφη κακής ποιότητας. Κύρια χαρακτηριστικά του είναι η



αντοχή στα υδροσταγονίδια της θάλασσας, η μειωμένη ανάγκη του για κουρέματα, καθώς και οι μειωμένες απαιτήσεις του σε νερό, λίπανση και φυτοπροστασία. Παράλληλα, θα αντέχει στις πολύ υψηλές θερμοκρασίες που επικρατούν στην περιοχή κατά τους θερινούς μήνες και θα παρουσιάζει μεγάλη αντοχή σε μυκητολογικές ασθένειες. Επίσης λόγω της μεγάλης του αντοχής και πυκνότητας, θα έχει εξαιρετική συμπεριφορά στην έντονη χρήση και μεγάλη ικανότητα αναβλάστησης. Το τελευταίο στάδιο της ανάπλασης του παραλιακού μετώπου της Βάρκιζας θα αφορά την εγκατάσταση νέου αστικού εξοπλισμού (παγκάκια, κάδοι και φωτιστικά σώματα).

**200 νέα μεγάλα δέντρα και εκατοντάδες φυτά  
πρασινίζουν την περιοχή**

## Βουλιαγμένη

# Διάκριση για την πλατεία Νυμφών

Έπαινο στον πρόσφατο διαγωνισμό αρχιτεκτονικής, εσωτερικών χώρων και φωτισμού με την ονομασία «Grail Awards» απέσπασε η νέα πλατεία της Βουλιαγμένης. Ο διαγωνισμός διοργανώθηκε για πρώτη φορά φέτος στις 24 Ιανουαρίου. Η εννεαμελής επιτροπή, αποτελούμενη από Έλληνες και διεθνείς κριτές, εξέτασε συνολικά διακόσια έργα για να καταλήξει στη βραχεία λίστα των 56 επιλεγμένων έργων και από εκεί σε 14 βραβεία και 25 επαινούς που παρουσιάστηκαν, διεξοδικά, στο αμφιθέατρο του Ωδείου Αθηνών.

Η πλατεία Νυμφών απέσπασε έπαινο στην κατηγορία «Σχεδιασμός Τοπίου - Αστικός Σχεδιασμός». Συγκεκριμένα, το αρχιτεκτονικό γραφείο Athens creative επαινέθηκε για τον επανασχεδιασμό της κεντρικής πλατείας Βουλιαγμένης. Ακολουθώντας τη μεθοδολογία του συμμετοχικού σχεδιασμού και εμπλέκοντας την τοπική κοινότητα, στόχος της νέας παρέμβασης ήταν η δημιουργία ενός ενεργού δημόσιου χώρου με συμπεριληπτικό χαρακτήρα και πλούσια βλάστηση. Στην ίδια κατηγορία, βραβεύτηκε το αρχιτεκτονικό γραφείο που σχεδίασε την αστική ανάπτυξη του κεντρικού μνημειακού άξονα της Θεσσαλονίκης. Το αστικό πεδίο, γύρω από τα ρωμαϊκά μνημεία, ενοποιήθηκε και αναβαθμί-

στηκε, αισθητικά, μέσα από πράσινα παρτέρια και υδάτινα στοιχεία που οδηγούν τον περιπατητή από τη Ροτόντα στην αγκαλιά του Θερμαϊκού με θέα τον Όλυμπο.

Στόχοι των «Grail Awards», όπως δηλώνουν οι διοργανωτές, είναι η ηθική αναγνώριση και επιβράβευση των δημιουργών και των διακριθέντων έργων, η προβολή και η ανάδειξη της δημιουργικότητας, σε συνδυασμό με την αισθητική και εκτελεστική αρτιότητα των διαγωνιζομένων έργων, η δημιουργία ενός σημείου αναφοράς για τους εγχώριους σχεδιαστές και η προβολή της ελληνικής δημιουργικότητας στο εξωτερικό. Στο πλαίσιο αυτό, ο έπαινος που απέσπασε η πλατεία Νυμφών αποδεικνύει ότι λειτουργεί ως ένα υπόδειγμα δημόσιου χώρου που μέσω της ποιότητάς του, της αρμονικής λειτουργίας του και της



ορθής συντήρησής του, ενισχύει το σεβασμό και την εκτίμησή του από τους ίδιους τους χρήστες του και είναι η θετική απόδειξη ότι ο δημόσιος χώρος διαμορφώνει συμπεριφορές.

**Έπαινος στα Grail Awards  
για τον σχεδιασμό τοπίου**

# *The Ultimate Fine Dining Experience*



Με το εξαιρετικό φυσικό πλεονέκτημα της ειδυλλιακής θέας του λαιμού Βουλιαγμένης, για περισσότερο από δύο δεκαετίες το εστιατόριο Ιθάκη παραμένει η πρώτη επιλογή για σημαντικές προσωπικότητες της διεθνούς αφρόκρεμας, όπως η Αθηνά Ωνάση, ο Μπιλ Κλίντον, ο Σον Κόνερι, ο Χούλιο Ινγκλέσιας και ο Λεονάρντο ντι Κάπριο. Παρέχοντας υψηλού επιπέδου υπηρεσίες, φρέσκα θαλασσινά μαγειρεμένα στην τελειότητα, καθώς και την πιο διαδεδομένη λίστα κρασιών, που περιέχει επιλεγμένες φιάλες από όλο τον κόσμο, το εστιατόριο Ιθάκη κατέχει επάξια το όνομα του στολιδιού της Βουλιαγμένης. Το διακεκριμένο στο είδος του μενού σούσι, βασισμένο σε φρέσκα υλικά και φυσικά στην δεξιοτεχνία έμπειρων σεφ, εξελίσσει την ασιατική κουζίνα, κατατάσσοντας το εστιατόριο Ιθάκη στις πρώτες επιλογές για σούσι.

ΑΠΟΛΛΩΝΟΣ 28, ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ  
RSV: 2108963747



Γρηγόρης Κωνσταντέλλος

**Στους 100 πιο επιδραστικούς Έλληνες για το 2023**

Τιμητική διάκριση απέσπασε ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, καθώς ψηφίστηκε ένας από τους 100 πιο επιδραστικούς Έλληνες για το 2023. Η λίστα «mononews100», δημιουργήθηκε πρώτη φορά στη χώρα το 2019 από την ενημερωτική ιστοσελίδα mononews.gr με σκοπό να ξεκινήσει «μια σύνθετη, υψηλών απαιτήσεων και συνάμα πρωτοποριακή δημοσιογραφική πρωτοβουλία για τα ελληνικά digital media», αναδεικνύοντας τα 100 επιδραστικότερα πρόσωπα της χώρας όπως σημειώνει η συντακτική του ομάδα. Μια κίνηση που αποκτά πλέον θεσμική υπόσταση, καθώς είναι η πέμπτη χρονιά που δημοσιεύεται η λίστα mononews100, με όλους όσοι άφησαν το δικό τους ξεχωριστό αποτύπωμα στη διάρκεια του 2023. Οι διακριθέντες κινούνται σε ένα ευρύ πεδίο δραστηριοτήτων: Επιχειρηματίες, πολιτικοί παράγοντες, τραπεζίτες, εφοπλιστές, εκπρόσωποι της δικαιοσύνης, άνθρωποι του πολιτισμού, της επιστημονικής

κοινότητας και του αθλητισμού, managers, διαχειριστές funds, στελέχη νομικών γραφείων που παρέχουν χρηματοοικονομικές υπηρεσίες, όπως επίσης χρηματιστές και πρόσωπα που υλοποιούν καινοτόμες ιδέες σε διάφορους τομείς. Η δημοσιογραφική ομάδα του mononews αξιολόγησε μέσα από μια σειρά κριτηρίων τους 100 με τον ισχυρότερο βαθμό επιδραστικότητας. Κατέληξε επίσης σε ένα πλουραλισμό ισάξιων επιλογών σε ό,τι αφορά τα κυρίαρχα πρόσωπα της περσινής χρονιάς.

Ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος επιλέχθηκε στην κατηγορία «Οραματιστής». Όπως σημείωσαν οι κριτές, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος είναι μια από τις ηχηρότερες περιπτώσεις. «Μόνο τυχαίο δεν ήταν το απογειωτικό ποσοστό που έλαβε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος. Η επίδοσή του ήρθε ως απόρροια των σημαντικών παρεμβάσεων που υλοποιεί και οι οποίες αναγνωρίζονται διαχρονικά από τη συντριπτική πλειοψηφία των δημοτών». Συνεχίζοντας το σκεπτικό τους, οι κριτές ανέφεραν τα εξής: «Αφοσιωμένος στην Τοπική Αυτοδιοίκηση, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος την υπηρετεί σταθερά επί σειρά ετών, χωρίς να ενδίδει στις σειρήνες μετακίνησής του στην κεντρική πολιτική σκηνή. Στο Δήμο 3Β ξεχώρισε η πρωτοβουλία του να τον καταστήσει πρότυπο σε θέματα ενεργειακής μετάβασης και πολιτικής προστασίας, πολύ πριν αυτά μπου απαιτητικά στην ατζέντα όλων. Διαμόρφωσε έτσι έναν Δήμο πράσινο, βιώσιμο και ανθρώπινο. Είναι ο πρώτος που αξιοποίησε τη νέα τεχνολογία και ειδικότερα τα drones. Όσον αφορά την εξοικονόμηση ενέργειας, από το 2015 ο Δήμος των 3Β διαθέτει οδικό χάρτη για τα ενεργειακά. Με αποτέλεσμα να έχει μειώσει από τότε περίπου 60% τις ενεργειακές καταναλώσεις και μέσα στην τρέχουσα χρονιά αυτό το νούμερο μπορεί να φθάσει και το 70%. Γενικότερα, όλες οι δημοτικές λειτουργίες έχουν μειώσει τις καταναλώσεις περισσότερο από οποιονδήποτε άλλον δήμο στη χώρα. Με νεοφυείς παρεμβάσεις, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος έχει αντιμετωπίσει και το θέμα της διαχείρισης απορριμμάτων. Δανείστηκε ιδέες από χώρες της Βορείου Ευρώπης και τις προσαρμοσε στην ελληνική πραγματικότητα. Καταφέρνοντας να εκτρέπεται από την ταφή περίπου 35% των απορριμμάτων του Δήμου, με άμεσο στόχο ξεπεράσει το 50%», ήταν μερικά από τα εγκωμιαστικά σχόλια προς το πρόσωπο του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου.

**Βούλα****Νέα δωρεά του Θανάση Μαρτίνου στο Ασκληπιείο**

Ακόμα μια προσφορά στον κρίσιμο τομέα του συστήματος υγείας της χώρας μας πραγματοποίησε η αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία «Αιγέας» του Θανάση Μαρτίνου. Όπως γνωστοποίησε ο διοικητής του Ασκληπιείου Βούλας, Αιμίλιος Βουγιουκλάκης, ο Έλληνας εφοπλιστής χρηματοδότησε τις εργασίες για την ανακαίνιση και την επέκταση των χώρων του Αιμοδυναμικού Ηλεκτροφυσιολογικού εργαστηρίου της Καρδιολογικής Κλινικής. Μετά την ολοκλήρωση των εργασιών, το εργαστήριο διπλασιάστηκε σε μέγεθος, ενώ παράλληλα μια νέα αίθουσα ηλεκτροφυσιολογίας και βηματοδότησης έχει ήδη τεθεί στην υπηρεσία των ασθενών, ενισχυμένη με τον πιο σύγχρονο εξοπλισμό. Ο διοικητής του Ασκληπιείου νοσοκομείου, Αιμίλιος Βουγιουκλάκης ευχαρίστησε τον Θανάση Μαρτίνο αναφέροντας χαρακτηριστικά. «Ένα μεγάλο ευχαριστώ στην αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία Αιγέας για μια ακόμα σημαντική δωρεά καθώς επίσης και την Rolex Hellas. Συνεχίζουμε».

Η οικογένεια Μαρτίνου προσφέρει ανιδιοτελώς στο

κοινωνικό σύνολο με σημαντικές ευεργεσίες σε αρκετούς τομείς. Μεταξύ των πολλών δράσεων, ο «Αιγέας» στον τομέα της δημόσιας υγείας προσανατολίζεται στην πραγματοποίηση έργων υποδομής που εξασφαλίζουν την αναβάθμιση των υπηρεσιών που προσφέρουν τα δημόσια νοσοκομεία στους πολίτες. Επιπρόσθετα, πραγματοποιεί δωρεές εξειδικευμένου ιατρικού εξοπλισμού, ανακαινίζει κέντρα υγείας και εκσυγχρονίζει νοσοκομειακές μονάδες. Ειδικότερα, τα τελευταία χρόνια έχουν πραγματοποιηθεί δεκάδες δωρεές προς το Ασκληπιείο Βούλας, όπως η κτιριακή ανακαίνιση και αναδιμόρφωση της Μονάδας Τεχνητού Νεφρού, η ανακατασκευή 2ου και 3ου ορόφου και χώρων αποστείρωσης 4ου ορόφου, την αναδιάρθρωση και τον εκσυγχρονισμό ΜΕΘ, την προμήθεια νέου εξοπλισμού 28 κλινών, την προμήθεια νέου αξονικού τομογράφου, την ανακαίνιση ακτινολογικού τμήματος και άλλες μικρές ή μεγάλες δωρεές. «Η υγεία και



το δικαίωμα πρόσβασης σε προληπτικές ιατρικές υπηρεσίες αποτελεί υπέρτατο κοινωνικό αγαθό το οποίο πρέπει να διασφαλίζεται για όλους τους πολίτες», είναι το μήνυμα της μη κερδοσκοπικής εταιρείας «Αιγέας».



Το landmark πλέον της αθηναϊκής ριβιέρας, το αγαπημένο στέκι των νοτίων προαστίων με τον πολυδιάστατο χαρακτήρα ανανεώθηκε ξανά και περιμένει να ταξιδέψει τους επισκέπτες του πάνω κυριολεκτικά στα κύματα του Σαρωνικού. Οι στιγμές στο Riviera Coast στη Βούλα γίνονται μοναδικές από τη θαλασσινή αύρα αλλά και τις γεύσεις του chef Γιώργου Παππά που επιμελήθηκε ένα ισορροπημένο μενού με κάθε επιλογή να εγγυάται μια γαστρονομική εμπειρία. Ο ανακαινισμένος χώρος δεξιώσεων άνοιξε για να φιλοξενήσει μοναδικές εκδηλώσεις που θα αφήσουν ανεξίτηλο το στίγμα τους στον χρόνο, προσφέροντας ένα μοναδικό σκηνικό. Ενώ το μπαρ και το καφέ στο νέο deck, με μια αίσθηση ταξιδιού σε ιστιοφόρο, χαρίζουν κάθε ώρα στιγμιότυπα άξια να τα μοιραστεί κανείς.

**ΛΕΩΦΟΡΟΣ**  
**Κ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ 18, ΒΟΥΛΑ**  
**RSV: 210 8992453**



*Riviera*  
 COAST  
 LIFE MOMENTS

Πασχάλης

# Παραμένοντας ποπ επί έξι δεκαετίες

Συνέντευξη στον Γιώργο Λαουτάρη

Πάνω στη σκηνή ακτινοβολεί μια ενέργεια που ξεσηκώνει μικρούς και μεγάλους. Και κάτω από τα φώτα εκπέμπει μια ευγένεια και συστολή ενός ανθρώπου περισσότερο προσγειωμένου από όσο θα περίμενε κανείς, μετά από τις δεκαετίες δόξας που γνωρίζει. Ο Πασχάλης, ο άνθρωπος που ακούει στο προσωνύμιο «αιώνιος έφηβος», έχει βάλει τη σφραγίδα του στην ελληνική μουσική όσο λίγοι, πετυχαίνοντας τα τραγούδια του να ακούγονται ανελλιπώς από τη δεκαετία του '60 μέχρι σήμερα. Θα μπορούσε να τον πει κανείς βασιλιά του ρετρό, αλλά αυτό θα αδικούσε τον απίστευτα σύγχρονο τρόπο με τον οποίο στις εμφανίσεις του ζωντανεύει εποχές και φέρνει στο σήμερα ακούσματα και νοήματα. Η φωνή του, όπως αποδεικνύει κάθε Σάββατο βράδυ που εμφανίζεται στο Riviera Coast της Βούλας, βρίσκεται στην πιο ώριμη και μεστή της φάση, δίχως την παραμικρή απώλεια. Όπως λέει στον «Δημοσιογράφο», πάει όπου τον αγαπούν και επειδή φαίνεται ότι τον αγαπούν πολύ και πολλοί, πέρσι μόνο έκανε πάνω από 130 ζωντανές εμφανίσεις. Στο περιθώριο της συζήτησής μας κανονίζει από τηλεφώνου τις λεπτομέρειες της επόμενης συναυλίας, συνηνοείται να πάρει το εγγόني του από το σχολείο του στη Βούλα και στις off the record κουβέντες εξομολογείται πόσο του αρέσει να μαστορεύει στο σπίτι. Ένας καθημερινός, γλυκός άνθρωπος με μια πολύ γνώριμη, χρυσή φωνή. Σε μια σπανιότατη για επιτυχημένο καλλιτέχνη παραδοχή, αναλύει τον διαχωρισμό που έκανε πολύ νωρίς ανάμεσα στην καλλιτεχνική περσόνα του Πασχάλη και τον άνθρωπο Πασχάλη, δεχόμενος ότι ο θαυμασμός του κοινού κατευθυνόταν κατά βάση στο πρόσωπο που τραγουδούσε στη σκηνή τις επιτυχίες. Όπως εξηγεί, ποτέ του δεν καβάλησε «το καλάμι» της επιτυχίας που το κοινό απλόχερα του χάρισε.

## Πώς εξηγείτε το φαινόμενο ότι οι επιτυχίες σας από τη δεκαετία του 1960 μέχρι σήμερα ακόμη ξεσηκώνουν το κοινό;

Να πω αρχικά ότι δεν σταμάτησα ποτέ τις εμφανίσεις από το 1965 μέχρι σήμερα, με μόνη εξαίρεση την περίοδο που ήμουν στρατιώτης. Ο πρώτος δίσκος που κάναμε με τους Olympians ήταν το 1966. Η πρώτη μας επιτυχία ήταν «Ο τρόπος», μια δική μου σύνθεση, στίχοι και μουσική, το πρώτο τραγούδι που θα έλεγα ότι έκανε την επανάσταση στην ελληνική μουσική πραγματικότητα, στο χώρο της μοντέρνας μουσικής. Ήταν η πρώτη ποπ ελληνική δημιουργία, τότε πιστεύω ότι γεννήθηκε η ελληνική ποπ μουσική. Στο ερώτημα γιατί ξεσηκώνουν ακόμη, απαντώ ότι οφείλεται στη δική μου διάθεση και την ενέργεια στη σκηνή. Αισθάνομαι δυνατός, σε καλή φυσική κατάσταση και η φωνή μου διατηρείται. Δεν είναι αυτά λόγια έπαρσης, προσέχω ιδιαίτερα τη φωνή μου και κάποιοι λένε ότι είναι καλύτερη από παλιά. Φυσικά, αν παρακολουθήσει κανείς τη δισκογραφία μου, διότι εκεί αποτυπώνεται η φωνή μου, από τότε που ήμουν νέος μέχρι τώρα, θα δει ότι η φωνή μου ωριμάζει μέσα στις δεκαετίες. Ακούστε για παράδειγμα «Το σχολείο» με τους Go in' through το 2006. Η κορώνα που κάνω είναι πιο μεστή, ενώ στο δίσκο με τους Olympians είναι πιο παιδική. Στις τωρινές μου συναυλίες βλέπω και μικρά παιδιά που έρχονται με τους γονείς τους και σας βεβαιώνω ότι ενθουσιάζονται. Αυτό είναι κάτι πολύ εντυπωσιακό και για μένα το ίδιο. Η εικόνα μου πιστεύω πως δείχνει ότι δεν είμαι ένας κουρασμένος τραγουδιστής, ένας παππούς. Βέβαια κυριολεκτικά είμαι παππούς, έχω δύο εγγόνια!

## Για να γίνει μια εμπορική επιτυχία, απαιτούνται εκπτώσεις στην ποιότητα;

Η ποιότητα είναι κάτι σύνθετο, δεν έχει να κάνει μόνο με τον στίχο και τη μελωδία, έστω και αν αυτά είναι πρωταρχικά. Χρειάζεται ένας καλόηχος, καλοεργημένος στίχος, ο οποίος όμως να λέει και κάποια πράγματα. Οι καθαρά εμπορικές δημιουργίες έχουν συχνές επαναλήψεις και μια ανάλαφρη ή και καθόλου ιστορία. Ένας ποιητικός στίχος έχει τα σωστά σύμφωνα και φωνήεντα, με λίγα λόγια έχει τέχνη. Το τελικό αποτέλεσμα, μαζί με το ταλέντο του δημιουργού φυσικά, βγαίνει στον κόσμο



Τα τραγούδια μας συντροφεύουν τόσο κόσμο, δεν μπορεί λοιπόν να είναι τυχαία και άμοιρα, έχουν μια πολύ σημαντική αποστολή

και το κοινό πάντα το αναγνωρίζει. Είναι αλήθεια ότι το μεγάλο κοινό δέχεται εύκολα κάποια πράγματα και τα βάζει στη ζωή του, το ίδιο όμως εύκολα τα απορρίπτει κιόλας.

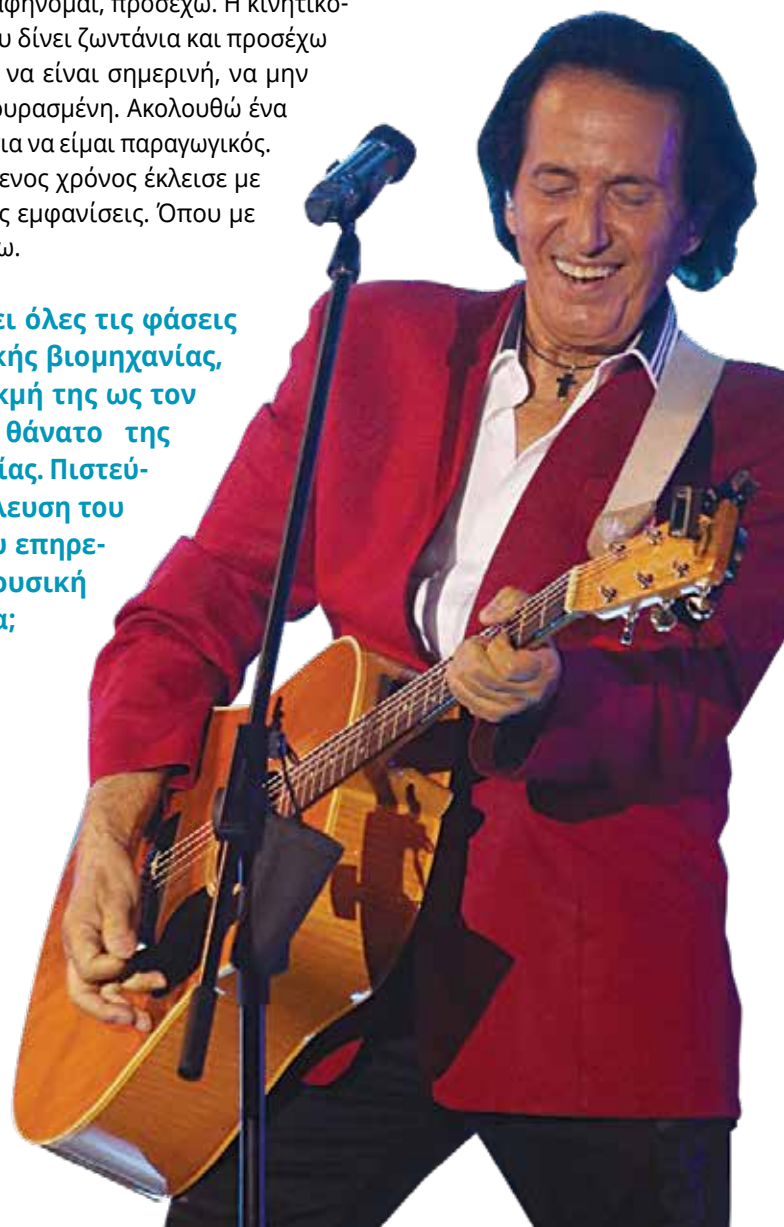
## Στις διασκευές ξένων κομματιών που κάνατε, αλλάξατε εντελώς το περιεχόμενο των στίχων. Γιατί;

Ποτέ δεν ακολουθούσα τους στίχους, έκανα διασκευή μόνο της μουσικής και μάλιστα τις περισσότερες φορές οι διασκευές έχουν την προσωπικότητα, τον χαρακτήρα μου και μπορώ να πω ότι διαφέρουν από το πρωτότυπο, τα έκανα δικά μου. Ακούστε αν θέλετε το «Αν μια μέρα σε χάσω» και παράλληλα βάλτε το πρωτότυπο του Χούλιο Ιγκλέσιας. Θα διαπιστώσετε ότι «εδώ υπάρχει ο Πασχάλης». Στις δεκαετίες του '80, του '90 ακόμη και σήμερα το συγκεκριμένο τραγούδι ξεσηκώνει κόσμο.

## Ο χρόνος είναι καλός μαζί σας, σας αποκαλούν «αιώνιο έφηβο». Εσάς σας απασχολεί το θέμα του χρόνου που περνά;

Και εγώ είμαι καλός μαζί με τον χρόνο, δεν είναι μόνο αυτός μαζί μου. Προσέχω για να έχω, δεν αφήνομαι, προσέχω. Η κινητικότητα μου, μου δίνει ζωντάνια και προσέχω η φωνή μου να είναι σημερινή, να μην ακούγεται κουρασμένη. Ακολουθώ ένα πρόγραμμα για να είμαι παραγωγικός. Ο προηγούμενος χρόνος έκλεισε με 130 ζωντανές εμφανίσεις. Όπου με αγαπούν, πάω.

## Έχετε ζήσει όλες τις φάσεις της μουσικής βιομηχανίας, από την ακμή της ως τον σημερινό θάνατο της δισκογραφίας. Πιστεύετε ότι η έλευση του διαδικτύου επηρεάζει τη μουσική δημιουργία;





“  
Η ηλεκτρονική  
εποχή που ζούμε  
έκανε στην άκρη  
τα ανθρώπινα  
συναισθήματα

Πάρα πολύ. Η ηλεκτρονική εποχή που ζούμε από τη στιγμή που μπήκε στη ζωή του κόσμου και όσο περνάει ο καιρός εδραιώνεται περισσότερο, έκανε στην άκρη κατά τη γνώμη μου τα ανθρώπινα συναισθήματα. Η τεχνολογία καταργεί την ανθρώπινη πρωτοβουλία και αυτή είναι μια τραγική εξέλιξη. Αφού προσφέρει τόσα μέσα η τεχνολογία, πολλοί προσφεύγουν σε αυτήν και πολλές όψεις της ζωής μας πλέον παίρνουν αυτή τη μορφή, την ηλεκτρονική που είναι αναισθητή. Μην απορούμε λοιπόν γιατί πολλά καινούργια τραγούδια δεν έχουν την ευαισθησία που είχαν τα παλαιότερα.

**Είστε ένας καλλιτέχνης που δεν ασχολήθηκε με τα κοινά, ούτε σας είδαμε ποτέ να παρεμβαίνετε για την κοινωνική και πολιτική πραγματικότητα. Πώς διατηρήσατε αυτή την ανεξαρτησία;**

Τα κοινά με ενδιαφέρουν, ενημερώνομαι για το τι συμβαίνει. Θεωρώ ότι η πολιτική είναι ένα αναγκαίο κακό. Δεν με έλκει, ούτε με γοητεύει ως λειτουργία. Με ενδιαφέρει πολύ αυτό που κάνω, να υπηρετώ δηλαδή το ελληνικό τραγούδι και θέλω να το υπηρετώ όσο πιο καλά, πιο πολύ και πιο συνειδητοποιημένα. Εδώ να προσθέσω το εξής: Αν οι καλλιτέχνες γνώριζαν για ποιο λόγο ο θεός τους έκανε καλλιτέχνες, θα ήταν πολύ διαφορετικά τα πράγματα για τους ίδιους αλλά και για τον κόσμο που τους θαυμάζει. Ξέρετε, από κάποια στιγμή της διαδρομής μου, αντιλήφθηκα τον κοινωνικό ρόλο που παίζει ένας τραγουδιστής. Ποια είναι η αποστολή του, τι έργο επιτελεί, όταν είναι συνειδητοποιημένος. Τα τραγούδια μας συντροφεύουν τόσο κόσμο, δεν μπορεί λοιπόν να είναι τυχαία και άμοιρα, έχουν μια πολύ σημαντική αποστολή. Κάθε άνθρωπος συνδέει στιγμές της ζωής του με κάποια τραγούδια. Αισθάνομαι λοιπόν πολύ μεγάλη χαρά και υπερηφάνεια που κάνω κάτι τέτοιο.

**Πώς αντιλαμβάνεστε λοιπόν τον ρόλο σας;**

Θα απαντήσω εξιστορώντας μια στιγμή που έζησα. Ήμουν ακόμη στους Olympians. Ο κόσμος τότε έκανε σαν τρελός, ερχόταν στις συναυλίες και στα κέντρα και μου εξέφραζε αγάπη και θαυμασμό σε βαθμό υπερβολικό. Τη δεκαετία του '60 ήμασταν οι Beatles της Ελλάδας. Αναλογίστηκα λοιπόν: Για ποιον γίνεται όλη αυτή η έκφραση αγάπης και αυτή η θεοποίηση θα μπορούσα να πω; Για εμένα; Ή για αυτόν τον Πασχάλη που τραγουδάει στη σκηνή τα τραγούδια που αγαπάει αυτός ο κόσμος; Ο θαυμασμός πήγαινε λοιπόν στον καλλιτέχνη που ερμήνευε τα τραγούδια. Πρέπει να διαχωρίσουμε τον καλλιτέχνη από τον καθημερινό άνθρωπο. Αυτό το κατάλαβα όταν ο κόσμος μου έσκιζε τα ρούχα, ήθελαν ένα δικό μου αντικείμενο και άλλα τέτοια. Αυτό με βοήθησε όλη μου τη ζωή να μην πάρουν τα μυαλά μου αέρα. Συνέχισα σε όλη μου τη διαδρομή να υπηρετώ το ελληνικό τραγούδι, το καλό ποπ ελληνικό τραγούδι. Το καλάμι που λένε συχνά ότι καβαλούν οι καλλιτέχνες τι είναι; Αυτό που παίρνει κάποιος και πιστεύει ότι έγινε ο Μέγας Αλέξανδρος και ο Ναπολέων. Ο καλλιτέχνης μπορεί εύκολα να το καβαλήσει και να θαυμάζεται στον καθρέφτη. Αυτό το αντιμετώπισα σε μια ευαίσθη-

τη ηλικία, ήμουν 20-25 ετών. Χαίρομαι πολύ που έλεγξα τον εαυτό μου έτσι, ώστε να είμαι σε όλη μου τη ζωή ισορροπημένος.

**Αυτό λοιπόν είναι το μυστικό της διαχρονικότητας;**

Ένα από τα μυστικά, μαζί με το χάρισμα της φωνής, την πολλή δουλειά, αλλά και τις κεραιές του καλλιτέχνη να αφουγκράζεται την κοινωνία και να επισημαίνει προβλήματα ή ευαισθησίες. Τα περισσότερά μου τραγούδια είναι ερωτικά. Πάντα είχα ψηλά τις κεραιές μου για να αντιλαμβάνομαι τον έρωτα και να τον εκφράζω στιχουργικά και ερμηνευτικά.

**Πήρατε την αναγνώριση που θέλατε από τη ζωή, τον κόσμο ή το κράτος;**

Για να ξεκινήσω από το τέλος, το κράτος ποτέ δεν ήταν χορηγός μου. Χορηγός μου ήταν ο κόσμος, το ευρύ κοινό, όπου και απευθυνόμουν. Επαγγελματικά κινήθηκα πάντα στην ιδιωτική πρωτοβουλία. Μπορώ να πω ότι είμαι πολύ ευχαριστημένος από την όλη μου επαγγελματική ζωή αλλά και πολύ υπερήφανος που μπόρεσα και παρήγαγα τέτοια τραγούδια και στιχουργικά και συνθετικά και ερμηνευτικά, που έμειναν διαχρονικά.

**Πώς κυλούν τα σαββατόβραδα στο Riviera Coast;**

Ο κόσμος περνάει υπέροχα, χορεύει και τραγουδάει. Έρχονται όλες οι ηλικίες, γονείς και παιδιά, παππούδες με εγγόνια. Ένα ποικίλο κοινό που περνά εξαιρετικά.

**Ποιες αναμνήσεις έχετε από την περιοχή του Δήμου μας;**

Ήμουν κάτοικος Γλυφάδας από το 1977 και το 1993 έγινα κάτοικος Βούλας, εδώ είναι το σπίτι μου. Αλλά από όλη την περιοχή, είναι τη Βάρκιζα που αισθάνομαι πιο κοντά μου. Για μια δεκαετία εμφανιζόμουν στο On the Rocks. Ήταν ένα κλαμπ από όπου πέρασε χιλιάδες κόσμος. Τα καλοκαίρια γινόταν πλημμύρα, 1.800 άτομα κάθε βράδυ, δεν παίρναμε ρεπό, περνούσαμε όλοι υπέροχα. Έχω πολλά να θυμηθώ από τότε, υπάρχουν ευτυχώς βιντεοσκοπήσεις αλλά και δισκογραφία, το άλμπουμ *Party on the Rocks*. Αυτή η εποχή, από το 1986 ως το 1996, ήταν το κάτι άλλο, μια φοβερή δεκαετία. Δεν τα θυμάμαι με νοσταλγία ακριβώς, γιατί δεν θέλω μια επιστροφή στο παρελθόν, ούτε πιστεύω στην αναβίωση. Με μεγάλη χαρά και καμάρι θυμάμαι ότι έζησα αυτές τις στιγμές, που ήταν στιγμές μεγάλης επιτυχίας, θα έλεγα δόξας.

**Κάθε Σάββατο ο Πασχάλης συνεχίζει το πάρτυ στο Riviera Coast της Βούλας**

**Δημοτικό Συμβούλιο****Οργή υπαλλήλων και ομοσπονδίας για τις απειλές****Διαρκείς προκλήσεις από την Κλαίρη Σαραντάκου**

Ποτέ ξανά δημοτικός σύμβουλος της αντιπολίτευσης δεν έχει αποτελέσει αντικείμενο καταγγελίας από τον Σύλλογο Υπαλλήλων ενός δήμου και ταυτόχρονα της πανελλήνιας ομοσπονδίας των δημοτικών υπαλλήλων λόγω της συμπεριφοράς του. Τα ...κατάφερε με μόλις έναν μήνα θητείας στο Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλευαγμένης η Κλαίρη Σαραντάκου, εξοργίζοντας με τη στάση της τους εργαζόμενους. Αφορμή για να εκδηλωθεί η ένταση αυτή υπήρξαν οι υποδείξεις της δημοτικής συμβούλου για το πώς πρέπει να καταγράφονται οι θέσεις που διατυπώνει στη Δημοτική Επιτροπή στα αποσπάσματα πρακτικών που δημοσιοποιούνται στη «Διαύγεια». Οι επιφυλάξεις που εξέφρασαν οι αρμόδιοι υπάλληλοι και διευθυντές των σχετικών υπηρεσιών απέναντι στις απαιτήσεις της, δεν ικανοποίησαν φαίνεται την Κλαίρη Σαραντάκου, η οποία σύμφωνα με τις καταγγελίες, επικαλέστηκε τον πειθαρχικό κώδικα των δημοσίων υπαλλήλων απειλώντας ότι θα προβεί σε ενέργειες για να καταγγείλει παράβαση καθήκοντος από μέρους τους. Προέβη επιπλέον, σύμφωνα πάντα με όσα κατήγγειλε το σωματείο, και σε τηλεφωνικές απειλές.

**Σφοδρές ανακοινώσεις καταγγελίας**

Οι εργαζόμενοι που δέχτηκαν τα «πυρά» Σαραντάκου απευθύνθηκαν στον Σύλλογο Υπαλλήλων του Δήμου ζητώντας προστασία. Το αποτέλεσμα ήταν η δημοσιοποίηση μιας πολύ έντονης καταγγελίας από τον Σύλλογο για «την απαράδεκτη συμπεριφορά της» δημοτικής συμβούλου στην οποία καταλογίζουν «έγγραφες αλλά και τηλεφωνικές απειλές για πειθαρχικές διώξεις και μηνύσεις σε εργαζόμενους του Δήμου μας». Οι εκπρόσωποι των εργαζομένων κάλεσαν γραπτώς την Κλαίρη Σαραντάκου «να σταματήσει να απειλεί τους εργαζόμενους» και «να ζητήσει συγγνώμη από τους συναδέλφους που απείλησε αναίτια για να τους εκφοβίσει».

Το θέμα ήταν τόσο οξύ, που έφτασε και στην ΠΟΕ-ΟΤΑ, η οποία αξιολόγησε την επίθεση στους εργαζόμενους τόσο σοβαρή, ώστε εξέδωσε και αυτή καταγγελτική ανακοίνωση. Σε αυτήν μεταξύ άλλων τονίζει: «Από μία νεόκοπη πολιτικό στην Τοπική Αυτοδιοίκηση, όπως είναι η επικεφαλής της ελάσσονος αντιπολίτευσης στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλευαγμένης, θα περίμενε κανείς κλίμα συνεννόησης και συνεργασίας. Αντ' αυτού διαπιστώνεται πολύ πρόωρα, έπαρση, αλαζονεία και αυθάδεια από την πλευρά της. Στοιχεία ανησυχητικά, που μπορεί να εξελιχθούν σε επικίνδυνα». Η ομοσπονδία κλείνει την ανακοίνωσή καλώντας την «να ζητήσει συγγνώμη από τους εργαζόμενους που έθιξε και αναίτια απείλησε».

Ο Μανώλης Λουδάρος, πρόεδρος του Συλλόγου Υπαλλήλων Δήμου 3Β με τον Νίκο Τράκα



Ο πρόεδρος της ΠΟΕ-ΟΤΑ Νίκος Τράκας παρενέβη στο Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλευαγμένης για να καταγγείλει τη στάση της επικεφαλής παράταξης

**Και πάλι «επιφυλάσσεται»...**

Ωστόσο, αυτά δεν έβαλαν φρένο στη δημοτική σύμβουλο που σύμφωνα με τα στελέχη της Ομοσπονδίας μετέφερε τις απειλές της στην Εκτελεστική Γραμματεία της ΠΟΕ-ΟΤΑ, από την οποία ζήτησε να ανακαλέσει τα όσα της καταμαρτύρησε, απειλώντας και πάλι ότι θα προβεί «στα νόμιμα». Μάλιστα, με έγγραφό της επανέλαβε τα περί παράβασης καθήκοντος επικαλούμενη άρθρα του δημοσιοϋπαλληλικού κώδικα, σε ύφος πειθαρχικού ελεγκτή και χωρίς να αντιλαμβάνεται τον πολιτικό της ρόλο. Το γεγονός αυτό έφερε τον πρόεδρο της ΠΟΕ-ΟΤΑ Νίκο Τράκα στη συνεδρίαση του Δημοτικού Συμβουλίου Βάρης Βούλας Βουλευαγμένης τη Δευτέρα 19 Φεβρουαρίου, στην οποία και μίλησε στην προ ημερήσιας διάταξης διαδικασία: «Η επίκληση των άρθρων του νόμου είναι απειλή για τους εργαζόμενους, δεν τους γνωρίζετε προφανώς», είπε με ένταση ο Νίκος Τράκας και πρόσθεσε: «Το κάνατε για να τρομοκρατήσετε τους εργαζόμενους. Δεν θα πάρουμε εμείς τίποτα πίσω. Αν γίνετε ποτέ Δήμαρχος, τότε θα μας πείτε για παραπτώματα. Τώρα δεν είναι δική σας αρμοδιότητα». Περαιτέρω ο Νίκος Τράκας τόνισε ότι μολονότι έχει «ιδεολογικές διαφορές» με τον Γρηγόρη Κωνσταντέλλο, η δημοτική αρχή των 3Β ήταν από τις λίγες που στάθηκαν υπέρ των αγώνων των εργαζομένων της αυτοδιοίκησης για τις μονιμοποιήσεις των συμβασιούχων.

Στο θέμα παρενέβη και ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος ο οποίος χαρακτήρισε τη συμπεριφορά Σαραντάκου «κατάπτυστη» καλώντας την «να σταματήσει να δηλητηριάζει τη σχέση των αιρετών με τους υπαλλήλους», προσθέτοντας σε έντονο ύφος: «Δεν σας επιτρέπω να απειλείτε και να τραμπουκίζετε το προσωπικό». Επί της ουσίας του θέματος, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος ανέφερε ότι υπάρχει διαφορά μεταξύ των πρακτικών από τις συνεδριάσεις και των αποσπασμάτων από τα πρακτικά που δημοσιεύονται. Στη δεύτερη κατηγορία δεν εφαρμόζονται οι προβλέψεις αναλυτικής καταγραφής των απόψεων που ζητούσε η Κλαίρη Σαραντάκου, όπως φανερώνει και η πρακτική όλων των δήμων της χώρας. Απαντώντας η Κλαίρη Σαραντάκου σε εμφανώς αμυντική στάση αλλά χωρίς να υποχωρεί πουθενά, έκανε λόγο για «θεατρική παράσταση» καταλογίζοντας «μένους» στον Δήμαρχο εναντίον της. «Με διέσυρε το δελτίο Τύπου» της Ομοσπονδίας πρόσθεσε, καταλογίζοντας στους συνδικαλιστές ότι «δεν μου αντιπαραβάλατε αποδεικτικά». Επιμένοντας μάλιστα στον απειλητικό της λόγο, ανέφερε την τυπική φράση «επιφυλάσσομαι για κάθε δικαίωμά μου αν δεν ανακαλέσετε».

## Έλεγχος στα αδέσποτα

# Φροντίδα για τους τετράποδους φίλους της πόλης

Ευαισθητοποιημένος σε θέματα που αφορούν στην προστασία των ζώων, αλλά και τη δημόσια υγεία και ασφάλεια αποδεικνύεται ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Η δημοτική διοίκηση έχει προχωρήσει τα τελευταία χρόνια σε μια σειρά από σημαντικές δράσεις προκειμένου να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά το πρόβλημα των αδέσποτων ζώων, με στόχο τη μείωση του αριθμού των αδέσποτων μέσω στείρωσεων, την προώθηση των υιοθεσιών, τη σίτιση και πότισμα των αδέσποτων ζώων του Δήμου, τον εμβολιασμό, την ηλεκτρονική σήμανση και την περίθαλψη. Από την 1η Ιουνίου 2022 ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης εφαρμόζει το δημοτικό πρόγραμμα στείρωσης αδέσποτων γατών «Οι Γάτες μας» όπου εκτός από τις δικές του ενέργειες και δράσεις απευθύνεται σε φιλόζωους δημότες και κατοίκους του δήμου οι οποίοι φροντίζουν αδέσποτες γάτες και επιθυμούν να στείρουν αδέσποτες γάτες της περιοχής που διαμένουν.

Η διαδικασία είναι απλή και η αίτηση υποβάλλεται ψηφιακά στην ιστοσελίδα του Δήμου. Το ανωτέρω δημοτικό πρόγραμμα για τη δωρεάν στείρωση γατών συνεχίστηκε με απόλυτη επιτυχία καθ' όλη τη διάρκεια του 2023 καθώς στείρωθηκαν εντός του έτους 1.085 γάτες και θα συνεχιστεί με όποιες βελτιώσεις απαιτηθούν και για το έτος 2024. Συνολικά από την αρχή του προγράμματος μέχρι και 31 Δεκεμβρίου 2023 στείρωθηκαν 1.805 αδέσποτες γάτες. Το πρόγραμμα διαχείρισης αδέσποτων ζώων συντροφιάς, χρηματοδοτείται από ίδιους πόρους του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης και από τις έκτακτες χρηματοδοτήσεις άλλων φορέων (πχ. Υπουργείο Εσωτερικών) στο οποίο περιλαμβάνονται κλινική εξέταση, αιμοληψίες, στείρωσεις, εμβολιασμοί, αποπαρασιτώσεις, ηλεκτρονική σήμανση με microchips, εξετάσεις leishmania, αντιμετώπιση έκτακτων περιστατικών (τραυματισμοί, δηλητηριάσεις) και σταδιακές επανεντάξεις ή υιοθεσίες των αδέσποτων ζώων συντροφιάς σύμφωνα με την κείμενη νομοθεσία. Σε περιστατικά άρρωστων ή τραυματισμένων ζώων εφαρμόζεται από τον συμβεβλημένο εκάστοτε κτηνίατρο η κατάλληλη θεραπευτική αγωγή. Αξίζει να σημειωθεί ότι για το έτος 2024 ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης αύξησε κατά 100.000 ευρώ τις δαπάνες για την περίθαλψη των αδέσποτων ζώων συντροφιάς. Συγκεκριμένα, ο Δήμος για το 2023 δαπάνησε το ποσό των 226.000 ευρώ, ενώ για το τρέχον έτος θα δαπανήσει το ποσό των 322.000 ευρώ.

### Φιλοξενία σε πανσιόν ζώων

Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης δεν διαθέτει καταφύγιο αδέσποτων ζώων λόγω περιορισμών των χρήσεων γης και μη κατάλληλου χώρου για την κατασκευή του. Για το λόγο αυτό, ο Δήμος έχει συνάψει συμφωνητικό με ανάδοχο εταιρεία που διαθέτει το κατάλληλο ενδιαίτημα (πανσιόν) για τη φιλοξενία αδέσποτων ζώων. Η παροχή της υπηρεσίας φιλοξενίας αδέσποτων ζώων σε ενδιαίτημα αφορά αδέσποτα ζώα (σκύλους και γάτες) που διαβιούν στα όρια του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης και χρειάζονται προσωρινή φιλοξενία, όπως ζώα συντροφιάς ηλικίας μικρότερης των πέντε μηνών, φοβικά, επιθετικά σκυλιά κ.λπ. Τα αδέσποτα ζώα θα μεταφέρονται για φιλοξενία στο ενδιαίτημα από τον ανάδοχο που έχει συνάψει σύμβαση με το Δήμο και προσφέρει υπηρεσίες περισυλλογής και μεταφοράς με εκπαιδευμένο, έμπειρο προσωπικό, αδειοδοτημένα οχήματα ασφαλούς μεταφοράς σκύλων, κλιματιζόμενα και σύγχρονο εξοπλισμό περισυλλογής, ενώ σε έκτακτες περιπτώσεις η μεταφορά γίνεται να πραγματοποιηθεί και από τις συνεργαζόμενες με το Δήμο φιλοζωικές οργανώσεις και ενώσεις.

| Πράξη                 | Σκύλοι | Γάτες |
|-----------------------|--------|-------|
| Περυσυλλογή/καταγραφή | 20     | 1.116 |
| Περίθαλψη             | 20     | 74    |
| Εμβολιασμός           | 40     | 1.105 |
| Στείρωση              | 15     | 1.085 |
| Αποπαρασίτωση         | 40     | 1.122 |
| Επανένταξη            | 15     | 1.085 |

Απολογισμός κτηνιατρικών πράξεων σε αδέσποτα ζώα συντροφιάς για το έτος 2023



Για τη διαχείριση των αδέσποτων ζώων ο Δήμος των 3B δαπάνησε 226.000 ευρώ, ενώ για το τρέχον έτος θα δαπανήσει 322.000 ευρώ

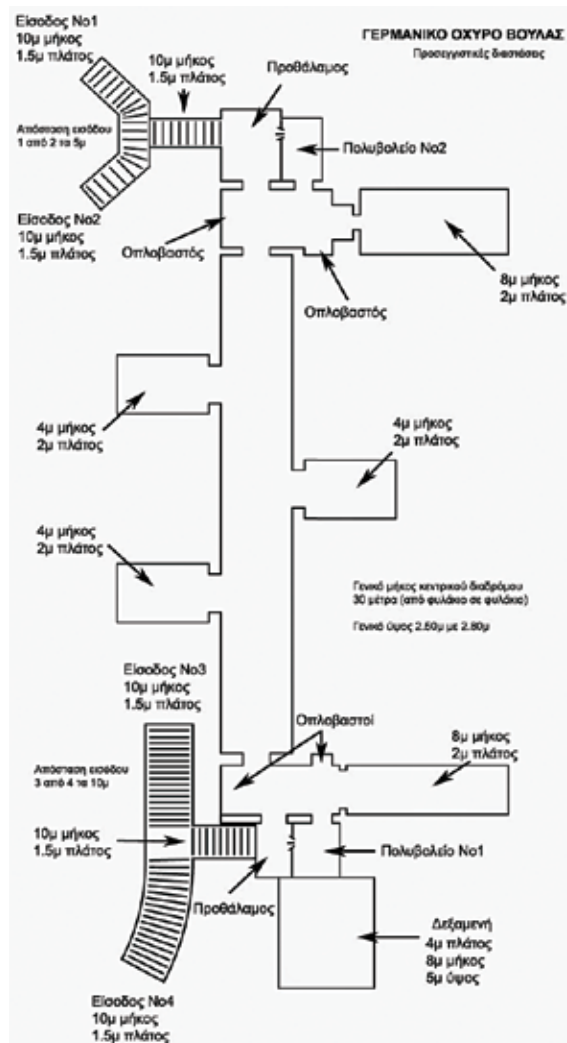
Τα αδέσποτα ζώα αρχικά θα οδηγούνται στους συμβεβλημένους με το Δήμο κτηνιάτρους για τις απαραίτητες κτηνιατρικές υπηρεσίες και εφόσον ο κτηνίατρος κρίνει ότι το ζώο χρειάζεται φιλοξενία και μετά από έγκριση της αρμόδιας υπηρεσίας του Δήμου, θα μεταφέρεται στο ενδιαίτημα για φιλοξενία. Η μεταφορά αδέσποτων σκύλων και γατών από τα διοικητικά όρια του Δήμου στο ενδιαίτημα θα γίνεται μόνο μετά από κλήση του συντονιστή του προγράμματος διαχείρισης αδέσποτων ζώων του Δήμου. Το ενδιαίτημα θα είναι εξοπλισμένο με όλα τα απαραίτητα μέσα για την εξασφάλιση της ευζωίας τους. Τα ζώα συντροφιάς θα σιτίζονται καθημερινά με καλής ποιότητας ξηρά τροφή και θα είναι επισκέψιμο για το κοινό καθημερινά, τις εργάσιμες ημέρες, προκειμένου να προωθηθούν οι υιοθεσίες των ζώων. Η φιλοξενία θα γίνεται σε αδειοδοτημένο στεγασμένο χώρο επιφάνειας από 6 έως 20 τετραγωνικά (ανάλογα με τις ανάγκες των ζώων) προφυλαγμένο από καιρικές συνθήκες, ενώ γύρω από τα δωμάτια θα υπάρχει ειδικός περιφραγμένος χώρος ώστε να καλύπτονται καθημερινά οι ανάγκες προαυλισμού και κοινωνικοποίησης των ζώων. Στα ζώα θα διατίθεται εξειδικευμένη τροφή για ενήλικα σκυλιά ή κουτάβια και γάτες με premium τροφή βάσει της ανάγκης του κάθε ζώου ξεχωριστά. Θα προσφέρεται άθληση και κοινωνικοποίηση σε ειδικά διαμορφωμένο στίβο με έμπειρο εκπαιδευτή και θα δίνεται γραπτή αξιολόγηση ζώου για κάθε επανένταξη. Οι γάτες θα φιλοξενούνται σε ξεχωριστό χώρο σε ειδικά διαμορφωμένα δωμάτια ώστε να μην έρχονται σε επαφή με τα σκυλιά. Η πανσιόν ζώων θα πρέπει να επιβλέπεται από κτηνίατρο ενώ θα πρέπει να γίνεται απολύμανση μετά από κάθε αναχώρηση ζώου.

Ρόμπερτ Κιουτσουκαλτιντζιογλου

**Εξειδικευμένο πρόγραμμα έχει στείρωσει ήδη πάνω από 1.800 αδέσποτες γάτες του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης**

**Κατά τη  
γερμανική  
κατοχή  
οι κάτοικοι  
της περιοχής  
κατέφευγαν  
συνχά  
στην  
ασφάλεια  
των στοών**

Την κάτοψη σχεδίασαν  
οι Μάριος Μιχαήλος  
και Κωνσταντίνος  
Κυρίμης από το  
urbanspeleology.  
blogspot.gr



## Ένας υπόγειος κόσμος Τα καταφύγια πολέμου της Βούλας

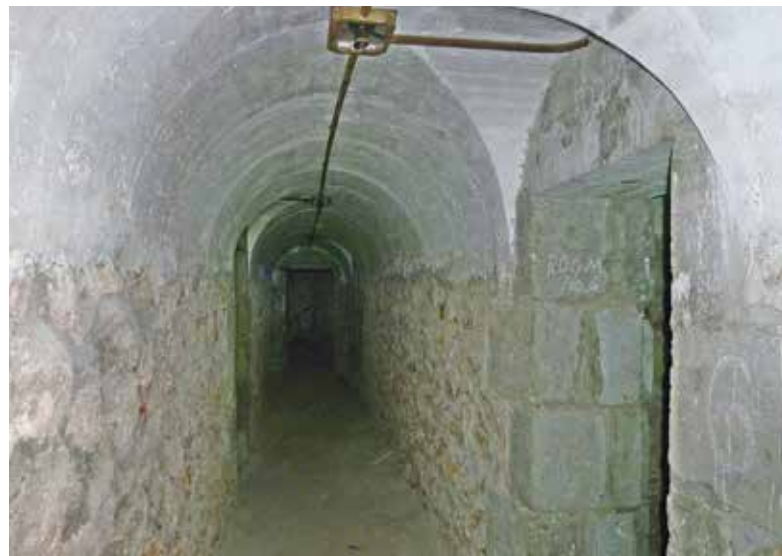
Κατά τη διάρκεια του δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου, στην Ελλάδα κατασκευάστηκαν δεκάδες καταφύγια τα οποία προστάτευαν από τους βομβαρδισμούς και τα οποία συντηρούνται ακόμα και σήμερα. Φυσικά για λόγους εθνικής ασφάλειας οι χώροι των καταφυγίων δεν είναι γνωστοί στο κοινό, ωστόσο με μία μικρή έρευνα στο διαδίκτυο μπορεί κανείς να εντοπίσει πολλές αναφορές για το πού ενδεχομένως να βρίσκονται τέτοιοι χώροι, για το αν λειτουργούν, για το αν γίνεται συντήρηση, ακόμα και για το αν υπάρχει σχέδιο για να φτάσουν έγκαιρα οι πολίτες εκεί. Στην Αττική υπάρχουν αρκετά υπόγεια αντιαεροπορικά καταφύγια της δεκαετίας του 1940. Στην Αθήνα (Λυκαβηττός, Αρδηττός, Πολύγωνο κ.α.), στον Πειραιά (Προφ. Ηλίας, Καστέλα, Δραπετσώνα κ.α.), στα νότια προάστια (Ελληνικό, Βούλα, Γλυφάδα), στα βόρεια (Κηφισιά, Παπάγου, Ψυχικό), στο Σούνιο, στη Ραφήνα.

### Το καταφύγιο της Βούλας

Στα υπόγεια των εγκαταστάσεων του ΠΙΚΠΑ στη Βούλα υπάρχει καταφύγιο σε πάρα πολύ καλή κατάσταση. Την ύπαρξη του εν λόγω καταφυγίου υπενθύμισε ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρης Κωνσταντέλλος σε ξενάγηση που έκανε για λογαριασμό τηλεοπτικής εκπομπής που προβλήθηκε σε πανελλαδικής εμβέλειας σταθμό. Το καταφύγιο της Βούλας βρίσκεται περίπου 15 μέτρα κάτω από την επιφάνεια του εδάφους. «Εδώ έχουν κατασκευαστεί μια σειρά από καταφύγια. Οι αίθουσες που υπάρχουν, έχουν πλήρη αυτονομία σε νερό, ακόμα και ανεμογεννήτρια προκειμένου να έχει ρεύμα. Το καταφύγιο θα μπορούσε να εξυπηρετήσει σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης περίπου 300 άτομα. Υπάρχουν οκτώ μεγάλοι χώροι σαν δωμάτια και άλλοι επτά βοηθητικοί όπως κουζίνες κ.ά. Επιπλέον, υπάρχει δεξαμενή για πόσιμο νερό, μια μεγάλη

στέρνα που θα μπορούσε να καλύψει όλες τις ανάγκες των ανθρώπων σε νερό», ανέφερε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος. Μάλιστα, όπως αποκάλυψε, κατά τη διάρκεια της κατοχής όταν υπήρξε εντατική λειτουργία αυτού του χώρου, είχε κατευθυνθεί εκεί ο παππούς του με την οικογένειά του καθώς επίσης και κάτοικοι της περιοχής προκειμένου να προστατευτούν από τους βομβαρδισμούς. Το καταφύγιο της Βούλας διαθέτει διπλή είσοδο προς τους υπόγειους θαλάμους και διαδρόμους, τα τοιχώματα είναι κατασκευασμένα από λιθοδομή (πέτρα) ενώ η αψιδωτή (καμπυλωτή) οροφή από σκυρόδεμα (μπετόν). Στην ίδια ευρύτερη περιοχή αλλά μέσα στα όρια της Γλυφάδας, υπάρχει ένα ακόμη (δίδυμο) καταφύγιο της εποχής του 1940. Το καταφύγιο της Γλυφάδας είναι σχεδόν πανομοιότυπο με αυτό της Βούλας, λίγο όμως μεγαλύτερο και εντελώς εγκαταλελειμμένο και αφρόντιστο.

Σκαλοπάτια που κατεβαίνουν προς τα κάτω ξεκινούν από την επιφάνεια, από δύο αντικριστά σημεία και καταλήγουν κυκλικά σε έναν κοινό προθάλαμο στο κέντρο του οποίου υπάρχει η είσοδος που οδηγεί σε μια άλλη σκάλα που κατεβαίνει στο χώρο του καταφυγίου. Ακριβώς στην κατάληξη των σκαλοπατιών, υπάρχει μια «φωλιά» για πολυβόλο και ακριβώς από πίσω,



ο αντίστοιχος θάλαμος. Από το ίδιο σημείο ανοίγονται τούνελ (διάδρομοι) που οδηγούν στους υπόλοιπους θαλάμους, οι οποίοι φέρουν αρίθμηση σημειωμένη με κιμωλία πάνω στα τσιμεντένια πλαίσια των εισόδων. Να σημειωθεί ότι η οροφή είναι βαμμένη με άσπρο χρώμα, δείγμα της συντήρησης που είχε δεχθεί ο χώρος, που λόγω της θέσης του έχει διατηρηθεί καθαρός και μακριά από ανεπιθύμητες επισκέψεις περιθωριακών. Πόρτες όμως δεν υπάρχουν στα ανοίγματα, παρόλη την παρουσία μεταλλικών μεντεσέδων. Σύμφωνα με δημοσιεύματα, στην ίδια τοποθεσία πρέπει να λειτουργήσε κατά τη διάρκεια του πολέμου και νοσοκομείο, για τη νοσηλεία Αυστριακών τραυματιών από το μέτωπο της Β. Αφρικής.

### Το καταφύγιο της Υδρούσας

Η Υδρούσα ή Κατραμονήσι είναι μία μικρή νησίδα έκτασης 57 στρεμμάτων σε μικρή απόσταση 0,7 ναυτικών μιλίων από την παραλία της Βούλας και 1,5 από τη Βουλιαγμένη. Διαθέτει δύο παραλίες μήκους μερικών δεκάδων μέτρων, που γεμίζουν με λουόμενους κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού. Η μικρή απόσταση από τις ακτές της Αττικής σε συνδυασμό με τα καταγάλανα νερά της νησίδας, τη καθιστούν ιδανικό προορισμό για όσους μπορούν να φτάσουν εκεί με κάποιο βαρκάκι ή ταχύπλοο. Αξίζει να σημειωθεί πως στη νησίδα υπάρχουν δεκάδες κουνέλια που αποτελούν ατραξιόν για τους επισκέπτες. Η νησίδα προσφέρεται για εξερεύνηση αφού είναι πολλά τα μυστικά που κρύβει. Στη νησίδα υπάρχει ένα εντυπωσιακό καταφύγιο του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Ένα πολύπλοκο σύμπλεγμα λαξευμένων στο υπέδαφος υπογείων διαδρόμων, με περάσματα-σήραγγες, χτισμένες αίθουσες, χώρους αποθήκευσης πυρομαχικών φρέατα αερισμού, μια δεξαμενή, κι ένα υπόγειο μπαλκόνι με θέα στον Σαρωνικό καθώς και ένα οχυρωματικό δίκτυο με χαρακώματα, θέσεις πολυβολείων και πυροβολείων. Το καταφύγιο καλύπτει πολύ μεγάλη έκταση της επιφάνειας του νησιού και βρίσκεται σε βάθος 8 περίπου μέτρων από την επιφάνεια. Είναι άγνωστο εάν το καταφύγιο είναι γερμανικό, ή αν ανήκει στα ναυτικά οχυρά που κατασκεύασε το Βασιλικό Πολεμικό Ναυτικό την περίοδο του μεσοπολέμου, με σκοπό την προστασία των σημαντικότερων λιμένων της χώρας (Πειραιά, Θεσσαλονίκης, Χαλκίδας και Πάτρας) από εχθρικά πλοία επιφανείας και υποβρύχια. Το πιο πιθανό είναι να έχει κατασκευαστεί από τις γερμανικές δυνάμεις, για τη θωράκιση των ακτών, σε συνεργασία με τα υπόλοιπα παράκτια και χερσαία οχυρωματικά έργα της περιοχής.

Πηγές κειμένου: [urbanspeleology.blogspot.com](http://urbanspeleology.blogspot.com), [travel.gr](http://travel.gr)



Your only destination

Vouliagmeni's Marina, 16671 Vouliagmeni  
 Tel.: +30 210 96 70 659, +30 210 89 61 310 • Fax: +30 210 89 61 113  
 info@moorings.gr, moorings.gr



## Χειμερινοί κολυμβητές στα 3B

# Τα δώρα της θάλασσας και τις τέσσερις εποχές

### Αλμυρές ιστορίες για κρύα νερά

Η θάλασσα στον δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης έχει και τους μόνιμους θαυμαστές της, εκτός από τους εποχικούς. Πρόκειται για μια ιδιαίτερη φυλή που ανεξαρτήτως της θερμοκρασίας, αναζητά στο υγρό στοιχείο πολλά περισσότερα από μια καλή άσκηση για το σώμα ή μια δραστήρια διέξοδο στη φύση, έχοντας αποκτήσει μια καλώς νοούμενη εξάρτηση. Επιλέξαμε τέσσερις χαρακτηριστικές προσωπικότητες χειμερινών κολυμβητών από τις διαφορετικές παρέες που τακτικά βουτούν στα νερά της Βουλιαγμένης. Άνθρωποι με διαφορετικό αθλητικό υπόβαθρο, άλλα ζητούμενα κοινωνικοποίησης και διάφορα προγράμματα άσκησης, καταλήγουν σε κοινές διατυπώσεις: Το μυαλό που αδειάζει, το κρύο που δεν αποτελεί εμπόδιο, η ομορφιά του τοπίου. Όλοι περιγράφουν μια αρκετά προσωπική εμπειρία, που έχει στοιχεία διαλογισμού και ψυχοθεραπείας, καθώς φέρνει τους κολυμβητές σε ένα καθεστώς αποσύνδεσης από την πολύβουη καθημερινότητα, μόνους με τις σκέψεις τους. Μια εμπειρία που όλοι μπορούν να δοκιμάσουν.

#### «Αφήνομαι στους ήχους του βυθού, προσεύχομαι»

Η Έλενα Τυρέα περιγράφει την επαφή της με το νερό ως «αναγκαία» στην καθημερινότητά της. «Θεωρώ ότι βρίσκομαι στο φυσικό μου περιβάλλον. Αφήνομαι στους φυσικούς ήχους του βυθού, βάζω τη μέρα μου σε μία σειρά. Είναι η ώρα της ημέρας



**Κοιτάω τον βυθό και αδειάζει το μυαλό από τη δουλειά και τις υποχρεώσεις, δεν υπάρχει τίποτα μέχρι να βγω από τη θάλασσα**

που βρίσκομαι με τον εαυτό μου. Αυτό αναζητώ». Υπήρξε αθλήτρια στα μαθητικά της χρόνια, στην ενόργανη γυμναστική, στον στίβο και αργότερα στο τρίαθλο. Τη θάλασσα όμως την είχε για τα καλοκαίρια, παρόλο που ο πατέρας της ήταν χειμερινός κολυμβητής. Μέχρι το 2017 η τακτική της άσκηση ήταν το τρέξιμο, ώσπου μια εικόνα στο Λαιμό τα άλλαξε όλα: «Ήταν μια μέρα του Μαρτίου και είδα πολύ κόσμο να μπαίνει μέσα στη θάλασσα. Τότε μου γεννήθηκε η επιθυμία να μπω, σκέφτηκα ότι δεν θα είναι τόσο δύσκολο. Ξεκίνησα με μια απλή βουτιά μετά την άσκηση του τρεξίματος». Αργότερα, το στέκι της μεταφέρθηκε στον όρμο Μαλτσινιώτη, στις παλιές «Νηρηίδες» που σήμερα ονομάζονται «Ζεν». Έκτοτε ανήκει σε μια ιδιαίτερη κοινότητα ανθρώπων από κάθε ηλικία. «Αν λείψει κάποιος, ρωτάμε πού βρίσκεται. Στολίζουμε δέντρο τα Χριστούγεννα. Καθένας φέρνει και κάτι από το σπίτι και κερνάει τους υπόλοιπους. Ό,τι σκοτούρες και αν κουβαλάει καθένας από το σπίτι του, μετά φεύγει με χαμόγελο. Βρισκόμαστε κάθε μέρα», περιγράφει την παρέα αυτή η Έλενα Τυρέα. Είναι ηθοποιός και πολλές φορές έχει πρωινές πρόβες. Εκείνες τις ημέρες για να μη χάσει το κούμπι πηγαίνει στις 7.30 το πρωί. Στο ερώτημα «τι σου δίνει η επαφή με τη θάλασσα» απαντά: «Η θάλασσα δίνει ζωή, όταν φτάνω και βλέπω το μπλε αμέσως το μυαλό μου φεύγει, αδειάζει και γεμίζει μετά δημιουργικά. Σκέφτομαι λίγο, προσεύχομαι. Είναι ένας τρόπος να κοιτάζω μέσα μου. Μου έχει γίνει αναγκαία αυτή η επαφή με το νερό». Όσο για το κρύο, αυτό πλέον δεν αποτελεί πρόβλημα: «Τον πρώτο καιρό προσπαθούσα να σκέφτομαι το μετά, πως θα ζεσταθώ όταν βγω. Πλέον απλώς λαχταράω να μπω και δεν το σκέφτομαι, ακόμα και σε μέρες που είναι τσουχτερό το κρύο. Έχω και ένα μακρυμάνικο μπλουζάκι από νεοπρέν, αλλά το βγάζω μετά από λίγο γιατί θέλω την επαφή με το νερό». Η Έλενα Τυρέα δεν έχει κάποιο σωματικό ή αθλητικό στόχο να επιτύχει, ούτε και μετράει με ρολόι τις επιδόσεις της: «Η θάλασσα μου έχει δώσει τόσα δώρα. Έχω δει διπλό ουράνιο τόξο, αστερίες, έχω κολυμπήσει μαζί με ένα κοπάδι κορμοράνους. Οι Νηρηίδες είναι μια τόσο όμορφη παραλία που σε αγκαλιάζει, με βυθό καθαρό που δεν τον αλλάζω. Έχω αγαπήσει την παραλία αλλά και τους ανθρώπους που την πλαισιώνουν».

#### «Μου αρέσει να ξεπερνάω τα όριά μου»

Μια πολύ ιδιαίτερη περίπτωση αθλήτη είναι ο Δημήτρης Μ. που συμμετέχει στην κολυμβητική κοινότητα We Swim του Πέτρου Παρθένη, που κατακλύζει κάθε Κυριακή την πλαζ. Μολονότι ξεκίνησε την επαφή με το υγρό στοιχείο στα 25 του χρόνια, πολύ σύντομα τον τράβηξαν οι μεγάλες αποστάσεις. «Δεν είχα αγοράσει καν γυαλάκια τους πρώτους μήνες που ξεκίνησα κολυμβητήριο, πήγαινα δοκιμαστικά με μαγιό παραλίας», θυμάται για το 2014. Λίγους μήνες αργότερα όμως έβγαλε τα πρώτα του 10 χιλιόμετρα σε ανοιχτή θάλασσα. «Η θάλασσα μου δίνει μια ξεγνοιασιά. Το κούμπι για μένα δεν έχει κάτι ανταγωνιστικό. Το ζητούμενό μου είναι να κάνω κάτι εξεζητημένο, μια πρόκληση που θεωρείται δύσκολη για τους περισσότερους. Βλέπω τη μαραθώνια κολύμβηση σαν ένα εξτρίμ άθλημα». Ο Δημήτρης το 2019 κολύμπησε 29 χιλιόμετρα στον Παγασητικό κόλπο στους αγώνες υπεραποστάσεων που τελούνται στη μνήμη του αθλητή Ιάσονα Ζηργάνου. Και πέρσι συμμετείχε και τερμάτισε στον θρυλικό διάπλου του Τορωναίου κόλπου στη Χαλκιδική, διανύοντας 26 χιλιόμετρα με ασταμάτητη κολύμβηση σε ιδιαίτερα αντίξοες συνθήκες επί 13 ώρες. «Είναι για μένα μια προσωπική πρόκληση, δεν ασχολούμαι τι κάνει ο διπλανός μου αθλητής. Μου αρέσει να ξεπερνάω τα δικά μου όρια», περιγράφει την εμπειρία του.

Ρωτώντας για την ψυχολογία όταν το σώμα υφίσταται δύσκολες εξωτερικές συνθήκες, απαντά: «Προσπαθώ να σκέφτομαι καταστάσεις πιο δυσάρεστες που θα μπορούσα να έχω βιώσει. Και έτσι, συγκρίνοντας κάτι πιο δυσάρεστο με την εξουθένωση που νιώθω εκείνη τη στιγμή, αισθάνομαι ότι είμαι σε πιο ευνοϊκή κατάσταση. Κάνω μια αντιστροφή της ψυχολογίας. Βάζω τον εαυτό μου κάπου αλλού». Με ποια παιχνίδια του μυαλού μπορεί όμως κανείς να κολυμπά συνεχόμενα για τόσες ώρες; «Τις προ-



Η Έλενα Τυρέα



Η Κέλλυ Κοντογεώργη



Ο Χρήστος Μποφίλιος με την ομάδα του

ηγούμενες ημέρες προσπαθούσα να οργανώσω τις σκέψεις μου», αναφέρει για την προετοιμασία του Τορωναίου. «Σχεδιάζα ότι τις πρώτες ώρες θα σκέφτομαι τα χρόνια μου στο Δημοτικό και ανά κάποια χιλιόμετρα θα ανέβαινα σχολική βαθμίδα. Αλλά τελικά δεν λειτούργησε το σχέδιο. Στην πράξη άδειασε τελείως το μυαλό. Η επίδραση που έχει στο μυαλό μου ο αγώνας μεγάλης απόστασης είναι η ίδια υποθέτω με του ναρκωτικού. Δηλαδή το σώμα πηγαίνει μόνο του και το μυαλό αδειάζει. Πήγαίνα αυτομάτως. Ήταν κάτι που μου άρεσε. Βγήκε αβίαστα μια φάση διαλογισμού». Άλλωστε ο στόχος του είναι πολυδιάστατος, όπως λέει. «Μου αρέσουν και οι οργανωμένες μαζώξεις φίλων και τα κολυμβητικά μεγάλα event γιατί τα βλέπω όλα ως ευκαιρίες κοινωνικοποίησης. Αντί να πάω σε μια συναυλία με φίλους, πηγαίνω σε ένα ραντεβού κολύμβησης, βλέπω κόσμο και συμμετέχω σε κάτι με δράση χωρίς να είμαι παθητικός. Και αν ο αγώνας είναι δύσκολος, θα έχω και μια ωραία ανάμνηση».

#### «Ο δικός μου υγρός διαλογισμός»

Η Κέλλυ Κοντογεώργη υπήρξε από τους πρωτοπόρους του υγρού στίβου, κολυμπώντας από παιδί. Συμμετείχε στην πρώτη γενιά της γυναικείας υδατοσφαίρισης παίζοντας στον Ολυμπιακό, αν και ο πρωταθλητισμός σταμάτησε γι' αυτήν στα 20 της χρόνια. Η καθημερινή της άσκηση, ως αντίδοτο στην επαγγελματική πίεση της δημοσιογραφίας που ασκεί σήμερα, συνεχίστηκε σε γυμναστήρια και πισίνες. Μέχρι την πανδημία που τα έκλεισε όλα. «Από μικρή όταν πέφτω στο νερό, νιώθω να επαναβαπτίζομαι. Το μυαλό αδειάζει, είσαι εσύ και η θάλασσα», περιγράφει. Μετά τους περιορισμούς λόγω κορονοϊού, ανακάλυψε «ότι ανά πάσα ώρα και στιγμή η θάλασσα αποτελεί μία διεξοδο. Δεν είναι άθλημα, είναι μία στάση ζωής. Κάθε Σάββατο δεσμεύομαι πλέον στον εαυτό μου ότι ο κόσμος να χαλάσει, θα πέσω στη θάλασσα, είτε με την παρέα που κολυμπάμε μαζί είτε και μόνη μου».

Η Κέλλυ Κοντογεώργη συμμετέχει στην ομάδα της Ευρώπης Κακογιαννάκη που εκπαιδεύει αθλητές και ασκούμενους στα μυστικά της κολύμβησης ανοιχτής θάλασσας. «Είμαστε ένα κράμα ανθρώπων όλων των ηλικιών που όλοι αγαπούν τη θάλασσα και νιώθουμε το ίδιο: Είναι η σαββατιάτικη ψυχοθεραπεία μας». Εκτός από την τακτική της άσκησης, η δημοσιογράφος δίνει το «παρών» και σε όλες σχεδόν τις κολυμβητικές διοργανώσεις: «Συμμετέχω γιατί είμαι ανταγωνιστικός χαρακτήρας και έχω ακόμα το μικρόβιο του πρωταθλητισμού μέσα μου», όπως εξηγεί. «Όποτε υπάρχει μια ωραία διοργάνωση είτε στην Αττική είτε εκτός, το κυνηγάω να λάβω μέρος αλλά και μία καλή θέση. Είναι ωραίο να έχεις και ένα κίνητρο, χωρίς άγχος φυσικά, με άλλη ψυχολογία αλλά θυμάσαι τον αθλητή που υπήρξες». Πώς αντιμετωπίζει το κρύο; «Αρκετοί με λένε τρελή. Έχει συνηθίσει βέβαια το σώμα μου στο κρύο, λόγω προπονήσεων. Ακόμα και όταν πέφτει πολύ η θερμοκρασία, έχω τρομερή όρεξη να κάνω τη βουτιά, νιώθω

σαν παιδί. Βουτάω λοιπόν και δεν το σκέφτομαι. Μετά μπορεί να παγώσω, αλλά με μια τεχνική μπαίνεις σε άλλη κατάσταση».

Ρωτάμε ποιες σκέψεις την συντροφεύουν στις μεγάλες αποστάσεις: «Κοιτάω τον βυθό και αδειάζει το μυαλό από τη δουλειά και τις υποχρεώσεις. Δεν υπάρχει τίποτα μέχρι να βγω από τη θάλασσα, μόνο εγώ και οι εικόνες που καταγράφω, η άμμος, τα κρυστάλλινα νερά. Είναι ο δικός μου υγρός διαλογισμός. Αδειάζει και καθαρίζει ο σκληρός δίσκος και το σώμα γεμίζει ενδορφίνες που φτιάχνουν την ψυχολογία. Θεωρώ ότι είναι ένα πολύ φυσικό αγχολυτικό για όσους το έχουν ανάγκη, πολύ ευεργετικό για όσους θέλουν να αθληθούν και να παραμείνουν σε φόρμα και ζωτικής σημασίας σε όσους θέλουν ένα ξεκαθάρισμα στο μυαλό». Ερχόμενη από το κέντρο της πόλης, περιγράφει τα 3B ως «μια περιοχή που σε κάνει να νιώθεις ότι φεύγεις έστω για λίγο, ότι κάνεις μια απόδραση πολύ κοντά στην Αθήνα και πολύ κοντά στη φύση, με θάλασσα και βουνό». «Τα Σαββατοκύριακα του χειμώνα που είναι άδειες οι παραλίες το τοπίο είναι για φωτογράφιση, είτε με ήλιο είτε με συννεφιά», προσθέτει.

#### «Η ανοιχτή θάλασσα είναι κατάλληλη για όλους»

Ο Χρήστος Μποφίλιος έχει γράψει τη δική του αθλητική ιστορία στις πισίνες και πλέον έχει συγκροτήσει τη

δική του ομάδα κολύμβησης στην ανοιχτή θάλασσα ως προπονητής, έχοντας πάντα ως αφετηρία τη Βουλιαγμένη. Εξιστορώντας την πρώτη του επαφή με το νερό αναφέρει: «Ξεκίνησα σε ηλικία 4 ετών, όταν οι γονείς μου αποφάσισαν να με γράψουν στο κολυμβητήριο και συνέχισα ως αθλητής μέχρι την ηλικία των 25 ετών. Από τότε μέχρι και σήμερα συνέχισα να κολυμπάω ερασιτεχνικά σε πισίνα και θάλασσα». Τι γίνεται όμως όταν πέφτει η θερμοκρασία και ο ήλιος κρύβεται; «Οι καιρικές συνθήκες δεν είναι αποτρεπτικές για κολύμπι στη θάλασσα», λέει με σιγουριά και προσθέτει: «Το κρύο, η συννεφιά ακόμα και μια ήπια βροχή δεν είναι εμπόδιο για να κολυμπήσουμε. Εννοείται πως όταν συμβαίνουν έντονα καιρικά φαινόμενα όπως ισχυρός άνεμος, μεγάλα κύματα και αστραπές, δεν μπαίνουμε». Συνεχίζοντας, αναφέρει τη βασική τεχνική των μεγάλων αποστάσεων: «Σε μεγάλες αποστάσεις φροντίζω να είμαι κατ' αρχήν ήρεμος, να κρατάω τον ρυθμό μου σε επίπεδο που να αισθάνομαι άνετα, να είμαι συγκεντρωμένος ώστε να ελέγχω την κατεύθυνσή μου και να βρίσκομαι στη σωστή πορεία. Οπότε οι σκέψεις μου επικεντρώνονται σε αυτό που κάνω και είμαι σε εγρήγορση για οτιδήποτε ξαφνικό μπορεί να συμβεί, καθώς η θάλασσα θέλει την απόλυτη προσοχή μας». Μπορεί όμως η θάλασσα να προσφέρει σε όλους τα δώρα της; «Η κολύμβηση γενικότερα είναι η πιο ασφαλής μορφή άσκησης για το σώμα, καθώς έχει μηδενικούς τραυματισμούς, γυμνάζει την καρδιά, αυξάνει την ροή του αίματος και ενισχύει το καρδιαγγειακό σύστημα», εξηγεί ο Χρήστος Μποφίλιος. Και συνεχίζει: «Επιπλέον η κολύμβηση ανοιχτής θάλασσας ενισχύει το ανοσοποιητικό, την αντοχή μας και δυναμώνει το σώμα μας. Ναι, είναι μια δραστηριότητα που απευθύνεται σε όλους, ακόμα και σε αυτούς που δεν έχουν γυμναστεί ποτέ. Το βάρος και ο σωματότυπος δεν παίζει κανένα ρόλο. Σταδιακά και ο πιο άπειρος αποκτά αντοχή και γίνεται ικανός να κολυμπάει όλο και περισσότερα μέτρα με μεγαλύτερη ταχύτητα». Κλείνοντας, μιλά για τον αγαπημένο του όρμο: «Στη Βουλιαγμένη έχω πολλές όμορφες εικόνες από παιδάκι μέχρι και σήμερα. Στα μάτια μου είναι το ομορφότερο προάστιο της Αττικής! Πόσω μάλλον όταν είναι από τα πιο φιλόξενα μέρη για κολύμβηση... Μην ξεχνάμε ότι εκεί έχουν δημιουργηθεί οι πιο όμορφες παρέες».

Γιώργος Λαουτάρης



**Στη θάλασσα έχω δει διπλό ουράνιο τόξο, αστερίες, έχω κολυμπήσει μαζί με ένα κοπάδι κορμοράνους**

## Κινδυνολογίας συνέχεια

## Η Βάρη θα καθαρίσει, δεν θα δεχτεί σκουπίδια

Άλλη μία κατηγορηματική διάψευση, πολλοστή μετά το 2018 όταν και συζητήθηκε διεξοδικά για πρώτη φορά το θέμα, έδωσε η δημοτική αρχή Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης ως προς το ζήτημα της πολιτικής διαχείρισης απορριμμάτων και το ενδεχόμενο να κατασκευαστεί «εργοστάσιο επεξεργασίας» εντός του Δήμου. Μπορεί το αντικείμενο να έχει συζητηθεί με κάθε δυνατό τρόπο σε δύο εκλογικές αναμετρήσεις, όμως η παράταξη Σαραντάκου βρήκε καλή ιδέα να το επαναφέρει ελλείψει άλλης πρόσφατης αντιπολιτευτικής θεματολογίας.

Το έναυσμα έδωσε ένα δημοσίευμα σε ιστοσελίδα με βάση τον Δήμο Σαρωνικού, το οποίο αποκάλυψε κάποια «συμφωνία Χαρδαλιά Κωνσταντέλλου» για να έρθει «εργοστάσιο σκουπιδιών στην Ευελπίδων». Ο ανώνυμος «συνεργάτης από τα 3B» που φαίνεται να

υπογράφει το κείμενο περιγράφει μάλιστα τα όσα υποτίθεται ότι διαμείφθηκαν σε μια τηλεδιάσκεψη στην οποία εμπλέκονται και οι Γιάννης Σγουρός, Γιώργος Ιωακειμίδης και Γιώργος Παπανικολάου. Το δημοσίευμα κατέρριψε η δημοτική αρχή Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης με ανακοίνωσή της στην οποία καταγγέλλει το περιεχόμενο του άρθρου ως «πλήρως ψευδές και συκοφαντικό» υπογραμμίζοντας ότι «έχουν ήδη κινηθεί οι πρέπουσες διαδικασίες, προς αποκατάσταση της πραγματικότητας και της αλήθειας». Περαιτέρω, η δημοτική αρχή περιέγραψε το συγκεκριμένο μέσο ως ελεγχόμενο από πρόσωπο που «προσποιείται τον αυτοδιοικητικό, αλλά αποτυγχάνει πολλαπλώς και συνεχώς να εκλεγεί» το οποίο όμως είναι και «πολιτικό συνεταιράκι» όπως χαρακτηριστικά αναφέρεται της Κλαίρης Σαραντάκου. Η οποία άλλωστε χρησιμοποίησε

το συγκεκριμένο άρθρο ως αφορμή για να διατυπώσει δημοσίως τις καταγγελίες της. Στο θέμα αναφέρθηκε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος και σε ραδιοφωνική συνέντευξη που παραχώρησε στην αυτοδιοικητική εκπομπή του Γιώργου Μισιάκα στον Επικοινωνία 94, όπου και επανέλαβε τη βασική δέσμευση της δημοτικής αρχής: Να δημιουργήσει στην ιδιοκτησία του Ταμείου Εθνικής Άμυνας, στις παρυφές της πόλης, όχι κάποια μονάδα επεξεργασίας απορριμμάτων (σχέδιο που έχει απορριφθεί εδώ και χρόνια) αλλά δημοτικές εγκαταστάσεις που θα στεγάσουν μια σειρά από βαριές δημοτικές λειτουργίες: Το αμαξοστάσιο, το συνεργείο, το πεδίο κομποστοποίησης και το πεδίο μεταφόρτωσης. Λειτουργίες δηλαδή που σήμερα επιβαρύνουν τον αστικό ιστό. Επομένως, ο σχεδιασμός της δημοτικής αρχής σκοπεύει να καθαρίσει τη Βάρη.

## Συνωμοσίες παντού

## Είναι οι πεζόδρομοι κάτι κακό;

Η περίεργη καταγγελία ότι «η Βάρη έχει γεμίσει πεζόδρομους» βρήκε τον δρόμο της δημοσιότητας εμφανιζόμενη σε δελτίο ειδήσεων τηλεοπτικού καναλιού πανελλαδικής εμβέλειας. Ο καταγγέλλων υπήρξε υποψήφιος στις πρόσφατες δημοτικές εκλογές στα 3B και αναζητά προφανώς κάποιο ρόλο αφού δεν εξελέγη. «Πεζόδρομοι κατά το δοκούν» ήταν ο τίτλος του ρεπορτάζ στον Άλφα και ο δημοσιογράφος του καναλιού σε καταγγελτικό τόνο είπε ότι «οι σχετικές μπλε πινακίδες φυτρώνουν σαν τα μανιτάρια σε πολλές γειτονιές», ο δε καταγγέλλων καταλογίζει στη δημοτική αρχή «αδιαφορία ή ανικανότητα». Κανείς δεν μπήκε στον κόπο να πει για ποιο λόγο οι πεζόδρομοι είναι κάτι κακό. Και με ποιο ακριβώς τρόπο εμποδίζουν τους ανθρώπους με αναπηρίες να μετακινούνται, όπως ο καταγγέλλων emphaticά έγραψε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Το θέμα πάντως ξεκαθάρισε με παρέμβασή του ο αρμόδιος αντιδήμαρχος Τεχνικών Υπηρεσιών, Νίκος Βάσης, απαντώντας ότι «δεν ξεφύτρωσαν» από το πουθενά οι συγκεκριμένοι πεζόδρομοι. Έγραψε συγκεκριμένα: «Οι περιοχές της Βάρης

που εντάχθηκαν στο σχέδιο το 1989 και η πράξη εφαρμογής για αυτές κυρώθηκε το 1997, Ασύρματος, Μηλαδέζα, Καμίνι, Λαθούριζα, ΣΕΟ και Κορμπι, έχουν από το σχέδιο χαρακτηρισμένους τους μισούς και περισσότερους δρόμους ως πεζόδρομους. Κατά τη γνώμη μου πολύ σωστά. Επειδή οι γειτονιές αυτές όταν μπήκαν στο σχέδιο ήταν κατά το ήμισυ δομημένες, οι δρόμοι που δημιουργήθηκαν ήταν αρκετά στενοί. Έκρινε λοιπόν ο μελετητής ότι πρέπει να γίνουν πεζόδρομοι, κάτι που αποδέχθηκαν οι κάτοικοι αλλά και η τότε δημοτική αρχή. Απλά τώρα τοποθετήθηκε η σήμανση. Αυτό είναι το σχέδιο και μπράβο σε αυτούς που το έκαναν». Είναι αλήθεια ότι ο δημόσιος χώρος έχει πολλά παράδοξα που γεννούν απορίες στους κατοίκους. Ο δρόμος της ανέξοδης καταγγελίας με βαριές εκφράσεις είναι ο πιο εύκολος για να αναδειχθούν πρόσκαιρα προσωπικότητες που αναζητούν την προβολή. Με μια καλοπροαίρετη έρευνα όμως πριν τις καταγγελίες και με προσπάθεια για κατανόηση της πραγματικότητας, μπορούν οι προσωπικότητες αυτές να προστατευθούν από την έκθεση.

## Τα περίεργα της Βασιλόπιτας

## Ο δωρητής και ο ωφελούμενος

Ιδιαίτερα άβολη ήταν η στιγμή κατά την κοπή βασιλόπιτας του Συλλόγου Υπαλλήλων του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, όταν ανακοινώθηκε ένα επιπλέον δώρο που περίμενε 30 τυχερούς εργαζόμενους του Δήμου μετά από κλήρωση: «Θα λάβουν ο καθένας μια δωροεπιταγή αξίας 100 ευρώ από το κρεοπωλείο» τάδε, ακούστηκε από το μικρόφωνο. Και όλοι κατάλαβαν ότι

δωρητής ήταν ο κρεοπώλης, που έτυχε κιόλας να είναι παρών στην αίθουσα και μάλλον έδειξε χαρούμενος από τη γενναιοδωρία που φάνηκε να του αποδίδεται, καθώς είναι ταυτόχρονα εμπλεκόμενος με την τοπική πολιτική. Χρειάστηκε να εκδηλωθεί από ανθρώπους που γνώριζαν καλύτερα το θέμα ενόχληση από αυτή την ασάφεια που πλανήθηκε στην αίθουσα προφανώς

από λάθος, για να γίνει η απαραίτητη διευκρίνιση λίγα λεπτά αργότερα από μικροφώνου: «Να σημειώσουμε ότι τις δωροεπιταγές στο κρεοπωλείο τις προσφέρει ο κύριος Θανάσης Μαρτίνο». Ο οποίος εκτός από τους υπαλλήλους παρά λίγο να ευεργετήσει διπλά και τον πολιτευόμενο κρεοπώλη, που εκτός από τις δωροεπιταγές πήγε να εισπράξει και τη ...δόξα.



# ΕΝ ΠΛΩ

Μια γαστρονομική έκπληξη από το ιστορικό εστιατόριο της Βουλιαγμένης περιμένει τους πιστούς της θάλασσας από την κουζίνα του Λευτέρη Καρέλη.

Ολόφρεσκα ψάρια και θαλασσινά, χειροποίητα ζυμαρικά και κρέατα ψημένα στον παραδοσιακό φούρνο της Αργεντινής θα συνοδεύσουν αξέχαστες στιγμές στα μαγικά ηλιοβασιλέματα της αθηναϊκής ριβιέρας.



Λεωφόρος Ποσειδώνος 4, Τηλ.: 2109671770

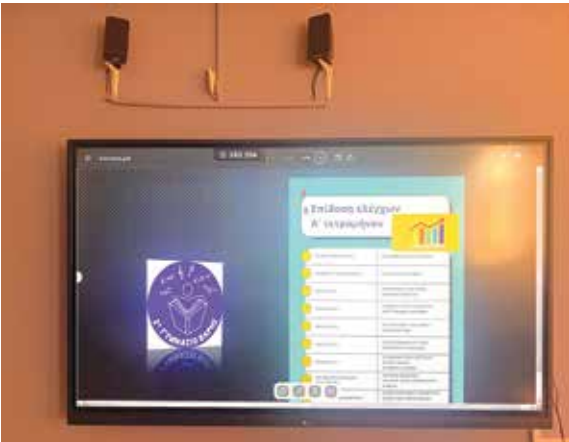
## 4<sup>ο</sup> Δημοτικό Βούλας Μαθητικός διαγωνισμός μηχανικής

Το 4ο Δημοτικό Σχολείο Βούλας και η αγωνιστική ομάδα ρομποτικής The Inventors FTC της Ακαδημίας Ρομποτικής Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, σε συνεργασία με τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, διοργανώνουν ένα φεστιβάλ STEM με τίτλο «Μαθητικός Διαγωνισμός Μηχανικής» που θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 25 Φεβρουαρίου 2024, στο 4ο Δημοτικό Σχολείο Βούλας (Καζαντζάκη 2, Βούλα), από τις 9.30 π.μ. ως τις 4.30 μ.μ. Το φεστιβάλ θα περιλαμβάνει ως κύρια δράση το εντυπωσιακό Engineering Challenge, έναν διαγωνισμό STEM. Στο πλαίσιο αυτού του διαγωνισμού, μαθητές της Ε' και Στ' τάξης θα σχηματίσουν ομάδες 2-4 ατόμων και θα αντιμετωπίσουν ένα πρόβλημα μηχανικής και αρχιτεκτονικής. Έχοντας λίγες ώρες στη διάθεσή τους, θα πρέπει να κατασκευάσουν ένα πρωτότυπο, χρησιμοποιώντας καθημερινά και απλά υλικά όπως ξυλάκια, χαρτόνια, πλαστελίνες, λαστιχάκια κ.λπ. «Μέσα από αυτή τη δοκιμασία οι μαθητές προβληματίζονται, χρησιμοποιούν τη δημιουργικότητά τους και διεκδικούν τους ορίζοντές τους, μαθαίνοντας παράλληλα βιωματικά βασικές έννοιες μηχανικής με σκοπό να φέρουν σε πέρας το πρόβλημα που τους έχει δοθεί», όπως σημειώνουν οι διοργανωτές. Η δοκιμασία θα ανακοινωθεί το πρωί της ημέρας του διαγωνισμού και είναι σχεδιασμένη έτσι ώστε να μπορεί να ολοκληρωθεί κατά τη χρονική διάρκεια του διαγωνισμού. Οι συμμετέχοντες καλούνται να συνεργαστούν, να βρουν καινοτόμους τρόπους για την επίλυση της δοκιμασίας και να παρουσιάσουν την λύση τους στο κοινό και στην κριτική επιτροπή στο τέλος της ημέρας. Το φεστιβάλ STEM όμως απευθύνεται και στους μικρότερους αθητές (μαθητές Α', Β', Γ' και Δ' δημοτικού) αλλά και σε όσους δεν θέλουν να διαγωνιστούν (Ε και Στ) καθώς το σχολείο θα έχει τη χαρά να φιλοξενήσει πολλούς καλεσμένους από το Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο που θα παρουσιάσουν τα εντυπωσιακά τους projects. Συγκεκριμένα: Η φοιτητική ερευνητική ομάδα του ΕΜΠ Prometheus Eco Racing που σχεδιάζει και κατασκευάζει υπερ-αποδοτικά ηλεκτρικά οχήματα και διαγωνίζεται στον παγκόσμιο



διαγωνισμό Shell Eco Marathon. Η φοιτητική ερευνητική ομάδα του ΕΜΠ Oceanos που σχεδιάζει και κατασκευάζει αποδοτικά πλεούμενα για παγκόσμιους διαγωνισμούς πράσινης ναυτιλίας. Ο Ευρωπαϊκός Σύλλογος Φοιτητών Αεροδιαστημικής EUROAVIA που σχεδιάζει και κατασκευάζει μη επανδρωμένα αεροσκάφη και συμμετέχει στο διεθνή διαγωνισμό Air Cargo Challenge. Και ο πανευρωπαϊκός οργανισμός πολυτεχνικών σχολών BESTAthens, που διοργανώνει σεμινάρια, workshops, εκπαιδεύσεις και τον πανευρωπαϊκό διαγωνισμό μηχανικής για φοιτητές. Οι ομάδες του ΕΜΠ θα έρθουν με τα projects τους σε μία έκθεση που θα ξεκινήσει στη 1 μ.μ. και θα ολοκληρωθεί στις 4 μ.μ. Η έκθεση θα γίνει στο ισόγειο του 4ου Δημοτικού.

## 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Βάρης Αισθητική αναβάθμιση με νέα χρώματα



Με τα θερμότερα λόγια και αισθήματα υποδέχτηκε η σχολική κοινότητα του 2ου Γυμνασίου Βάρης την ανανέωση των χρωμάτων στους τοίχους των αιθουσών, κάνοντας λόγο για «ολοκληρωμένη αισθητική αναβάθμιση» και «ένα έργο που δίνει νέα χρώματα και ζωή στον εκπαιδευτικό μας χώρο». Αναλύοντας την αίσθηση που δίνει η μικρή αυτή αλλά σημαντική ανακαίνιση η διεύθυνση του σχολείου σημειώνει: «Η επιλογή ζωντανών, αναζωογονητικών χρωμάτων ως φόντο στους διαδραστικούς πίνακες έδωσε μια νέα διάσταση στον εκπαιδευτικό μας χώρο. Τα ζωντανά χρώματα λειτουργούν ως πηγή έμπνευσης, ενισχύοντας τη δημιουργικότητα και την προ-

σοχή των μαθητών. Πέραν της αισθητικής ανανέωσης, αυτή η αλλαγή αποτελεί ένα επενδυτικό βήμα προς τη διδασκαλία και τη μάθηση, δημιουργώντας ένα περιβάλλον που ενθαρρύνει την αμοιβαία αλληλεπίδραση και τη συνεργασία». Το σχολείο απηύθυνε με ανακοίνωσή του ευχαριστίες προσωπικά στην πρόεδρο της Σχολικής Επιτροπής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Μίμα Νικηφοράκη και στον πρώην αντιδήμαρχο Κώστα Σφέτσα «για την άψογη συνεργασία και την υποστήριξή τους σε αυτήν την προσπάθεια» αλλά και στο κατάστημα Επαφή και την Ειρήνη Βαγενά, που δώρισε κορνίζες.

## Πινγκ πονγκ Ξεκινά το Διασχολικό Πρωτάθλημα

Το Σάββατο 9 Μαρτίου ξεκινούν οι αγώνες επιτραπέζιας αντισφαίρισης στο πλαίσιο του διασχολικού πρωταθλήματος του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης που θα διεξαχθούν στη φιλόξενη αίθουσα πινγκ πονγκ του Άρη Βούλας στην οδό Λευκάδος 1 στη Βούλα (από κάτω από τη γέφυρα της λεωφόρου Βουλιαγμένης). Οι διοργανωτές σημειώνουν ότι η προσέλευση των αθλητών και αθλητριών θα γίνει με ευθύνη των γονέων τους και κάθε μαθητής μπορεί να φέρει τις ρακέτες του, παρόλο που παρέχονται ρακέτες από τους διοργανωτές. Μετάλλια θα απονεμηθούν σε όλους τους συμμετέχοντες, κύπελα και μετάλλια στους 3 πρώτους κάθε κατηγορίας.

Το πρωτάθλημα χωρίζεται στις εξής κατηγορίες για το Δημοτικό: Τάξεις Α' και Β' αγόρια - κορίτσια, τάξεις Γ' και Δ' αγόρια - κορίτσια και τάξεις Ε' και Στ' αγόρια - κορίτσια. Σύμφωνα με το πρόγραμμα που δημοσιοποιήθηκε, η προσέλευση αθλητών ξεκινά στις 9 π.μ., ο καθορισμός των ομάδων ομίλων για γίνει μέχρι τις 10 π.μ. και στις 10.30 π.μ. θα ξεκινήσουν οι αγώνες. Οι απονομές αναμένονται να γίνουν μετά τις 3 μ.μ. Οι ενδιαφερόμενοι μαθητές θα πρέπει να δηλώσουν συμμετοχή στα σχολεία τους, στον αρμόδιο εκπαιδευτικό φυσικής αγωγής.

## Inventors

# Με τη ρομποτική αλλάζουν τον κόσμο

Εισιτήριο για τον πανελλήνιο τελικό του διαγωνισμού First Lego League πήρε και φέτος η ομάδα της Ακαδημίας Ρομποτικής και Καινοτομίας του Δήμου Βάρης Βουλιαγμένης. Στον προκριματικό αγώνα της Αττικής στις 3 Φεβρουαρίου, στον οποίο συμμετείχαν 41 συνολικά ομάδες, απέσπασαν το βραβείο στο Robot Performance και ήρθαν τρίτοι στο Robot Game. Φέτος πραγματοποιήθηκαν άλλοι 7 περιφερειακοί προκριματικοί αγώνες. Στις 9 και 10 Μαρτίου στη Θεσσαλονίκη οι Inventors θα διαγωνιστούν στον τελικό με τις 13 υπόλοιπες καλύτερες ομάδες της χώρας για τα «τρόπαια» της εκπαιδευτικής ρομποτικής που εκτός από συναισθηματική αξία δίνουν και προκρίσεις για τις υπόλοιπες διεθνείς διοργανώσεις του θεσμού.

### Εστιάζοντας στην καινοτομία

Στο ταξίδι αυτό της γνώσης, η ομάδα κερδίζει πολλά περισσότερα από δεξιότητες στον τεχνολογικό σχεδιασμό και στους αυτοματισμούς. Μια παρέα 9 παιδιών από τα γυμνάσια και τα λύκεια της περιοχής μεταχειρίζεται την τεχνολογία ως εργαλείο για την αλλαγή της κοινωνίας και την αντιμετώπιση μεγάλων προβλημάτων. Με την ομαδική εργασία, τη συνεργατικότητα και τη δημιουργική σκέψη οι Inventors κάνουν πολλά περισσότερα από το να σχεδιάζουν μια ρομποτική κατασκευή με τουβλάκια η οποία εκτελεί τις προκαθορισμένες κινήσεις πάνω στην πίστα στο δοσμένο χρόνο. Η ιδιομορφία των διαγωνισμών εκπαιδευτικής ρομποτικής της First είναι ότι μεταξύ των παραδοτέων στην κριτική επιτροπή περιλαμβάνεται και ένα project καινοτομίας πάνω σε μια γενική θεματική. Φέτος το κοινό ερώτημα που έλαβαν όλες οι ομάδες του κόσμου και πάνω στο οποίο θα διαγωνιστούν ήταν «πώς μπορούν οι άνθρωποι να γίνουν πιο δραστήριοι;». Οι Inventors έπρεπε να βρουν μια πρωτότυπη και καινοτόμα ιδέα, να την σχεδιάσουν με λεπτομέρειες και να την υλοποιήσουν σε βαθμό που να μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο παρουσίασης ενώπιον των κριτών. Η απάντηση μετά από συλλογική επεξεργασία ήταν η δημιουργία ενός νέου επιτραπέζιου παιχνιδιού που έχει στόχο να βρουν οι παίκτες ποιο χόμπι τους ταιριάζει περισσότερο. Το Hobby Hunt, όπως ονομάστηκε το παιχνίδι, όχι απλώς σχεδιάστηκε αλλά έγινε ήδη ένα χρηστικό επιτραπέζιο το οποίο θα μπορούσε σήμερα κιάλας να βρεθεί στις προθήκες ενός καταστήματος παιχνιδιών.

### Το «Hobby Hunt»

Ο «Δημοσιογράφος» βρέθηκε στον φιλόξενο και δημιουργικό χώρο της Ακαδημίας Ρομποτικής Βάρης Βουλιαγμένης, στη Βάρη, όπου παρακολούθησε μια πρόβα εξέτασης. Στη θέση των κριτών ήταν οι εκπαιδευτές της Ακαδημίας, Αντώνης Σκέλλας και Αβραάμ Τριανταφυλλίδης, και το project της ομάδας βρέθηκε στο τραπέζι της επίδειξης. «Ενώ για την εύρεση του κατάλληλου επαγγέλματος υπάρχουν πολλά εργαλεία και μέθοδοι, για την αντίστοιχη επιλογή ενός κατάλληλου χόμπι δεν υπάρχουν», ανέφεραν τα παιδιά εισαγωγικά. «Πολλές φορές οι γονείς διερωτώνται ποιο είναι το κατάλληλο χόμπι για το παιδί τους και η αναζήτηση αυτή καταλήγει σε πραγματική πρόκληση», συνέχισαν για να εισάγουν τη βάση του προβληματισμού τους. Όπως ανέλυσαν ακολούθησαν τη μεθοδολογία της σχεδιαστικής σκέψης που ακολουθούν οι επιχειρήσεις προκειμένου να αναπτύξουν καινούργια προϊόντα. Έπειτα ανέλυσαν δεδομένα από συνεντεύξεις και έρευνες γνώμης και τέλος συζήτησαν διεξοδικά ιδέες και λύσεις. Κατέληξαν ότι ιδανικότερη λύση στο πρόβλημά τους ήταν η δημιουργία ενός επιτραπέζιου παιχνιδιού.

Όσο εκπληκτικό και αν ακούγεται, η ομάδα δημιούργησε εκ του μηδενός ένα πλήρως λειτουργικό και όμορφο ομαδικό επιτραπέζιο, με κάρτες, ατομικούς πίνακες, οδηγίες και σενάριο. Για το σχεδιασμό του οι Inventors ζήτησαν τη γνώμη ειδικών: Μία βραβευμένη σχεδιάστρια παιχνιδιών και έναν ψυχολόγο. Έκαναν ακόμη έρευνα αγοράς

**Η ομάδα δημιούργησε εκ του μηδενός ένα πλήρως λειτουργικό και όμορφο ομαδικό επιτραπέζιο παιχνίδι**



Το project των Inventors θα διαγωνιστεί στις 9-10 Μαρτίου στη Θεσσαλονίκη μαζί με τις καλύτερες ομάδες εκπαιδευτικής ρομποτικής της χώρας

και εκτίμηση του κόστους και τιμολόγησαν το παιχνίδι στην περίπτωση που κυκλοφορούσε σε κατάσταση. Έχουν τόση αυτοπεποίθηση για την πληρότητα της πρότασής τους, που η ιδέα τους κατατέθηκε και έγινε με κάθε επισημότητα δεκτή στον ετήσιο θεσμό Toys Awards 2024 ο οποίος έχει «στόχο να αναδείξει και να επιβραβεύσει την αριστεία και την καινοτομία στα παιχνίδια και στις υπηρεσίες παιχνιδιού που αφορούν παιδιά, έφηβους αλλά και ενήλικες». Σε έναν πειραματικό γύρο, στον οποίο συμμετείχε και ο «Δημοσιογράφος», φανερώθηκε ένα πλήρες παιχνίδι με πολλή φαντασία, μελέτη και χιούμορ που οδηγεί στον στόχο του μέσα από προκλήσεις, ερωτήματα και αφηγήσεις που διασκεδάζουν και φέρνουν κοντά μια παρέα.

Πόση σχέση έχει όλη αυτή η περιπέτεια με τη ρομποτική και την τεχνολογία; Οι Inventors στην περιπέτειά τους αυτή, μεταχειρίστηκαν ένα πλήθος ψηφιακών εφαρμογών, ανέπτυξαν τις συνεργατικές τους δυνατότητες, εκτύπωσαν ψηφιακά διάφορα πλαστικά κομμάτια του παιχνιδιού, απευθύνθηκαν στην εκτυπωτική αγορά για να σχεδιάσουν και να υλοποιήσουν τα σταντ παρουσίασης, ακόνισαν τις γλωσσικές και ρητορικές τους ικανότητες προκειμένου να τελειοποιήσουν την παρουσίαση. Αυτή είναι η μαγεία του δικού τους χόμπι, που το κάνουν τόσο καλά ώστε να εισπράττουν συνεχώς διακρίσεις.



## Δημοτικό Συμβούλιο Νέες δημοτικές σχολικές επιτροπές

Μόλις έξι μήνες ορίζοντα λειτουργίας έχουν οι νέες σχολικές επιτροπές για την πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση που ανέδειξε με ψηφοφορία του το Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης στις 24 Ιανουαρίου. Σύμφωνα με την τελευταία νομοθεσία για τους ΟΤΑ, όλες οι σχολικές επιτροπές των Δήμων θα καταργηθούν στις 29 Ιουνίου 2024, περνώντας το σύνολο των αρμοδιοτήτων τους στις υπηρεσίες των Δήμων και στους διευθυντές των σχολικών μονάδων. Εξαιρεση αποτελούν οι μεγάλοι δήμοι εντός των οποίων λειτουργούν άνω των 100 σχολικές μονάδες, περίπτωση που δεν περιλαμβάνει τα 3Β.

Με τον περιορισμό αυτό, ο Δήμαρχος εισηγήθηκε τη σύνθεση των νέων επιτροπών όπου θα συμμετέχουν αιρετοί, πολίτες, εκπρόσωποι της μαθητικής κοινότητας, γονείς και διευθυντές. Στις νέες επιτροπές πρόεδροι παραμένουν τα ίδια πρόσωπα με την προηγούμενη θητεία, δηλαδή στη Σχολική Επιτροπή Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης η Δώρα Τριάντη και στη Σχολική Επιτροπή Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης η Μίμα Νικηφοράκη.

### Τα πρόσωπα

Αναλυτικά, βάσει της απόφασης του Δημοτικού Συμβουλίου, η νέα σύνθεση της Σχολικής Επιτροπής για τα νηπιαγωγεία και τα δημοτικά είναι:

Θεοδώρα (Δώρα) Τριάντη (δημότης) ως Πρόεδρος με αναπληρώτρια της την Αναστασία Κουρετζή (δημότης). Νικόλαος Ψαλλίδας (αιρετός) ως Αντιπρόεδρος με αναπληρώτρια του την Ωσαννά Κάραγιαν (αιρετή). Βασιλική Σφήκα (αιρετή) ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Αντώνιο Κουσαθανά (αιρετό). Μιχαήλ Ανδριόπουλος (αιρετός) ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή του τον Διονύσιο Γεωργουλόπουλο (αιρετό). Άρτεμις Σαχατζιάν (αιρετή) ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Στυλιανό Κλήμη (αιρετό). Βασίλειος Λανάρης (αιρετός), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή του τον Παντελή Τσολομούτη (αιρετός). Ανθή Βέλλη (αιρετή) ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Σάμαρ Αλμπουμέρchi (δημότη). Αριάδνη - Άννα Αγγελάκη (δημότη) ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Αναστασία - Κατερίνα Αγγελουπούλου. Ελένη Ψιλού (εκπαιδευτικός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Ειρήνη Πασσαρή (εκπαιδευτικό). Αλεξάνδρα Μαρκοπούλου (εκπαιδευτικός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Πόπη Θεοδοσιάδου (εκπαιδευτικός). Αικατερίνη Κυμινά (εκπαιδευτικός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Αιμιλία Τζωρτζινάκη (εκπαιδευτικό). Ιωάννα Νικητοπούλου (εκπρ. Ένωσης γονέων), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Χριστίνα Σταματοπούλου (εκπρ. Ένωσης γονέων). Μαρία Σταματέλου (δημότης), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Φώτη Κούτρα (δημότης). Αθανάσιος Πάστρας (δημότης), ως τακτικό μέλος, με αναπληρώτρια του την Μαρία Χαραμή (δημότης). Γεώργιος Πιερράκος (δημότης), ως τακτικό μέλος, με αναπληρωτή του τον Βασίλειο Μιχαλόπουλο (δημότης).

Η νέα σύνθεση της Σχολικής Επιτροπής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης είναι: Δήμητρα (Μίμα) Νικηφοράκη (δημότης) ως πρόεδρος με αναπληρωτή της τον Ελευθέριο Αργυρουδάκη (αιρετός). Νικόλαος Βάσης (αιρετός) ως Αντιπρόεδρος με αναπληρωτή του τον Νικόλαο Μακρή (αιρετό). Βασίλειος Παπαμιχαήλ (αιρετός), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή του τον Ανάστασιο Ζησάκη (αιρετό). Αικατερίνη Σταμπέλου (αιρετή), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Δημήτριο Κακογιαννάκο (αιρετό). Δημήτριος Γεωργιάκος (αιρετός), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή του τον Φίλιπ-



Παραμένουν Δώρα Τριάντη και Μίμα Νικηφοράκη επικεφαλής

πο Ζερβό (αιρετός). Νικόλαος Κρέζος (αιρετός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια του την Αικατερίνη Μπιρμπίλη (αιρετή). Ευαγγελία Ματσούκα (δημότης), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Χρήστο Στεργιόπουλο (δημότη). Σάμαρ Αλμπουμέρchi (δημότης), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της την Σοφία Ηλιοπούλου (δημότης). Ευγενία Παναγιωτοπούλου (εκπαιδευτικός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Αποστολία Παπαγιάννη (εκπαιδευτικό). Μαρία Κασκαντάμη (εκπαιδευτικός), ως τακτικό μέλος με αναπληρώτρια της την Νίκη Μανώλη (εκπαιδευτικό). Αναστασία Χρυσοβελλίδου - Μακρή (εκπρ. Ένωσης γονέων), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Γεώργιο Ντούτσουλη (εκπρ. Ένωσης γονέων). Σταυρούλα Καρτσιδήμα (εκπρ. μαθητών), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Αγγελο Θεοδορίδη (εκπρ. μαθητών). Άννα - Αρίστη (Έννυ) Φαρμακίδη (δημότη), ως τακτικό μέλος με αναπληρωτή της τον Κωνσταντίνο Αμοργιαννό (δημότη). Προκόπης Ηλιού (δημότης), ως τακτικό μέλος, με αναπληρώτρια του την Αικατερίνη Πλίτση (δημότη). Βαλεντίνη Λυκιαρδοπούλου (δημότης), ως τακτικό μέλος, με αναπληρώτρια της την Βασιλική Αμπελικάκη (δημότης).

### Η νέα κατάσταση

Μετά την υποχρεωτική κατάργηση των σχολικών επιτροπών στο τέλος Ιουνίου, πρόθεση της δημοτικής αρχής, όπως τόνισε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος είναι να θεσπίσει μια νέα Επιτροπή Διαχείρισης Σχολικών Θεμάτων, με πρόεδρο μέλος του Δημοτικού Συμβουλίου, η οποία θα αναλάβει τον συντονιστικό ρόλο που απαιτείται από τον Δήμο. Η οικονομική διαχείριση ωστόσο θα μεταφερθεί, όπως ορίζει η νέα νομοθεσία, στους διευθυντές των σχολικών μονάδων, όπως ίσχυε παλαιότερα. Η διαφορά σε σχέση με το σημερινό καθεστώς είναι ότι δεν θα υφίστανται πλέον χωριστά νομικά πρόσωπα, με δικό τους ΑΦΜ, υπόλογα για την οικονομική και λογιστική διαχείριση των πόρων που κατευθύνονται στα σχολεία για τα διάφορα λειτουργικά τους έξοδα.

**Τον Ιούνιο καταργούνται σε όλη τη χώρα τα νομικά πρόσωπα των Δήμων και μια νέα δημοτική επιτροπή διαχείρισης σχολικών θεμάτων θα αναλάβει το συγκεκριμένο έργο**

## Η αυτοδιοίκηση αναδεικνύει τους εκπροσώπους της Εκλογές για ΚΕΔΕ και Περιφερειακή Ένωση Δήμων Αττικής



Στις 2 Μαρτίου κορυφώνονται σε γενική συνέλευση που θα πραγματοποιηθεί στην Αθήνα οι εσωτερικές εκλογικές διαδικασίες της αυτοδιοίκησης με την ανάδειξη της νέας διοίκησης στην Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδος. Όπως έχει κάνει ήδη γνωστό, ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης Γρηγόρης Κωνσταντέλλος θα είναι υποψήφιος για το νέο Διοικητικό Συμβούλιο με την παράταξη «Σύγχρονοι Ισχυροί Δήμοι», η οποία διεκδικεί με πλειοψηφικούς όρους μια νέα θητεία στην ηγεσία της Ένωσης.

### Οι εκπρόσωποι των 3Β

Προηγήθηκαν σε όλη τη χώρα οι γενικές συνελεύσεις στις περιφερειακές ενώσεις δήμων οι οποίες εξέλεξαν νέες διοικήσεις αλλά και τους εκπροσώπους τους που θα συγκροτήσουν το εκλεκτορικό σώμα για την ερχόμενη Γενική Συνέλευση της ΚΕΔΕ. Η Περιφερειακή Ένωση Δήμων Αττικής έκανε εκλογές στις 12 Φεβρουαρίου στο χώρο του Σεράφειου Κολυμβητηρίου του Δήμου Αθηναίων. Την όλη διαδικασία μάλιστα επόπτευσε ως πρόεδρος της Εφορευτικής Επιτροπής ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, ο οποίος σε αντίθεση με το 2019, δεν ήταν υποψήφιος για το νέο Διοικητικό Συμβούλιο. Σε αυτές η παράταξη «Ενωμένη Διοίκηση Αττικής» με επικεφαλής τον απερχόμενο πρόεδρο της ΠΕΔΑ και Δήμαρχο Γαλατσίου, Γιώργο Μαρκόπουλο, θριάμβευσε εξασφαλίζοντας αυτοδυναμία στο νέο ΔΣ. Σύμφωνα με το αποτέλεσμα των εκλογών, η παράταξη Μαρκόπουλου που στηρίχθηκε από τη Νέα Δημοκρατία σε σύνολο 309 ψηφισάντων έλαβε 176 ψήφους (και ποσοστό 57%) και κατέλαβε τις 16 από τις 25 έδρες στο νέο συμβούλιο. Και οι υπόλοιπες παρατάξεις του νέου ΔΣ είχαν στήριξη από πολιτικούς φορείς. Η παράταξη που υποστηρίχθηκε από το ΠΑΣΟΚ «Αυτοδιοικητικό Κίνημα» έλαβε 77 ψήφους και 5 έδρες, η «Λαϊκή Συσπείρωση» του ΚΚΕ 29 ψήφους και 3 έδρες και η παράταξη του ΣΥΡΙΖΑ «Αυτοδιοικητικό Κίνημα» 21 ψήφους και 1 έδρα.

Το εκλεκτορικό σώμα για τη Γενική Συνέλευση της ΠΕΔ Αττικής συγκροτήθηκε με αποφάσεις των Δημοτικών Συμβουλίων των 66 δήμων του Λεκανοπεδίου. Η σχετική ψηφοφορία στο Δημοτικό Συμβούλιο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης πραγματοποιήθηκε στις 24 Ιανουαρίου, για την ανάδειξη των 4 αντιπροσώπων που ο δήμος των 3Β βάσει του πληθυσμού του στέλνει στη διαδικασία της ΠΕΔ Αττικής. Σύμφωνα με την καθορισμένη από τον νόμο διαδικασία, ο Δήμαρχος αποτελεί λόγω της θέσης του αντιπρόσωπο και το σώμα εκλέγει με μυστική ψηφοφορία άλλους τρεις αντιπροσώπους, δύο προερχόμενους από την πλειοψηφία και έναν από την αντιπολίτευση. Μάλιστα, η αυστηρά καθορισμένη διαδικασία προβλέπει και χωριστές κάλπες, τη μία για τους δύο αντιπροσώπους της πλειοψηφίας όπου ψήφισαν μόνο οι σύμβουλοι της παράταξης Κωνσταντέλλου και την άλλη για τον αντιπρόσωπο της αντιπολίτευσης, στην οποία ψήφισαν

Στη Γενική Συνέλευση της ΚΕΔΕ που θα πραγματοποιηθεί στις 2 Μαρτίου, τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης θα εκπροσωπήσουν ο Δήμαρχος, ο Μιχάλης Ανδριόπουλος και ο Δημήτρης Γεωργιάκος

οι εννέα δημοτικοί σύμβουλοι από τις τέσσερις παρατάξεις της αντιπολίτευσης.

Όπως ήταν αναμενόμενο, οι δύο εκπρόσωποι της πλειοψηφίας, ο αντιδήμαρχος Δημήτρης Γεωργιάκος και ο Μιχάλης Ανδριόπουλος εξελέγησαν παμψηφεί. Η έκπληξη έγινε στην κάλπη της αντιπολίτευσης. Ενώ την υποψηφιότητά τους δήλωσαν ο Δημήτρης Δαβάκης, η Κλαίρη Σαραντάκου, ο Βαγγέλης Σερίφης και η Σοφία Νικηφορίδου, το αποτέλεσμα της κάλπης ήταν: Τρεις ψήφοι (όσοι δηλαδή οι σύμβουλοι της παράταξης Δαβάκη) υπέρ του Δημήτρη Δαβάκη και έξι ψήφοι (δηλαδή όλοι οι υπόλοιποι σύμβουλοι της αντιπολίτευσης) υπέρ του Βαγγέλη Σερίφη, ο οποίος και εξελέγη τέταρτος αντιπρόσωπος από τα 3Β στην ΠΕΔ Αττικής. Κλαίρη Σαραντάκου και Σοφία Νικηφορίδου δεν έλαβαν καμία ψήφο.

### Γενική συνέλευση στις 2 Μαρτίου

Κατά τη γενική συνέλευση της ΠΕΔ Αττικής έγιναν και οι εκλογές ανάδειξης αντιπροσώπων στη γενική συνέλευση της ΚΕΔΕ. Ο αντιδήμαρχος των 3Β Δημήτρης Γεωργιάκος και ο δημοτικός σύμβουλος Μιχάλης Ανδριόπουλος συμμετείχαν στο ψηφοδέλτιο «Ενωμένη Αυτοδιοίκηση Αττικής» ως υποψήφιοι εκπρόσωποι στην ΚΕΔΕ και αμφότεροι εξελέγησαν, ο μεν Μιχάλης Ανδριόπουλος με 92 σταυρούς, ο δε Δημήτρης Γεωργιάκος με 77 σταυρούς. Ο δημοτικός σύμβουλος Βαγγέλης Σερίφης ήταν υποψήφιος στο ψηφοδέλτιο «Λαϊκή Συσπείρωση» για τη γενική συνέλευση της ΚΕΔΕ, αλλά δεν εξελέγη.

Η Γενική Συνέλευση, που συγκαλείται μετά από πρόσκληση του Δημάρχου Αθηναίων, θα συγκληθεί στο ξενοδοχείο Κάραβελ το Σάββατο 2 Μαρτίου στις 10.30 π.μ. Η ψηφοφορία αναμένεται να έχει τελειώσει στις 7 μ.μ. την ίδια μέρα. Τα μέλη της γενικής συνέλευσης είναι συνολικά 510 στην οποία συμμετέχουν αυτοδικαίως όλοι οι δήμαρχοι της χώρας και οι εκλεγμένοι εκπρόσωποι από κάθε Περιφερειακή Ένωση. Το νέο Διοικητικό Συμβούλιο της ΚΕΔΕ που θα προκύψει από την ψηφοφορία αποτελείται από 31 μέλη, συμπεριλαμβανομένου και του προέδρου. Από τα μέλη αυτά, δεκαεννέα είναι δήμαρχοι και δώδεκα είναι δημοτικοί σύμβουλοι. Ο δήμαρχος Αθηναίων μετέχει αυτοδικαίως στο ΔΣ.



Ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος θα είναι υποψήφιος σύμβουλος για το νέο Διοικητικό Συμβούλιο της ΚΕΔΕ με την παράταξη «Σύγχρονοι Ισχυροί Δήμοι»

## Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης Δωρεάν σεμινάρια επιχειρηματικότητας

Επτά διαφορετικά σεμινάρια Ανάπτυξης και Διαχείρισης Επιχειρηματικής Λειτουργικότητας εντελώς δωρεάν, προσφέρει ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης σε ιδιώτες και επαγγελματίες της πόλης. Τα σεμινάρια θα τα παρουσιάσουν το εξειδικευμένο προσωπικό της συμβουλευτικής εταιρείας BizKnowIT.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στην ιστοσελίδα bizknowit.gr και μόλις ολοκληρωθεί η διαδικασία των εγγράφων, ο πάροχος των σεμιναρίων θα επικοινωνήσει μαζί τους για τις λεπτομέρειες του δώρου σεμιναρίου. Οι ιδιώτες και επαγγελματίες της πόλης, μπορούν να παρακαλουθήσουν όσα σεμινάρια επιθυμούν, από τις παρακάτω θεματικές ενότητες: Εισαγωγή στις αρχές του ηλεκτρονικού εμπορίου. Οικονομικές καταστάσεις για μη οικονομολόγους. Ανάπτυξη και οργάνωση πωλήσεων B2B. «Θέλω να κάνω την δική μου επιχείρηση». «Ποιος πήρε το τυρί μου». Ψηφιακό μάρκετινγκ στη σύγχρονη επιχείρηση. Ψηφιακός μετασχηματισμός.

Τις διαλέξεις στα σεμινάρια θα παρέχουν οι εκπαιδευτές Ελευθέριος Στρογγιόγλου, Αναστάσιος Καραγγέλης και Ορέστης Νικολουδάκης. «Ξεκινήστε ένα ολοκληρωμένο ταξίδι ανάπτυξης της επιχειρηματικότητάς σας με το Εργαστήρι Ολοκληρωμένων Επιχειρηματικών Διαδικασιών Λειτουργικότητας και εφαρμογής συστημάτων ERP», σημειώνουν στην πρόσκλησή τους οι διο-



Εξειδικευμένη εκπαίδευση από τη συμβουλευτική εταιρεία BizKnowIT προσφέρει σε όλους τους ενδιαφερόμενους ο Δήμος

γανωτές. Και περαιτέρω εξηγούν ότι «η θεματική αυτή ενότητα είναι ειδικά σχεδιασμένη για να ενδυναμώνει τους συμμετέχοντες στην κατανόηση του εξορθολογισμού της επιχειρηματικής τους βιωσιμότητας, της βελτιστοποίησης των λογιστικών διαδικασιών και της χρήσης συστημάτων ERP για την επίτευξη κερδοφόρων logistics. Προσφέρονται ολοκληρωμένες λύσεις και βήματα ανάπτυξης μέσα από το ηλεκτρονικό εμπόριο και την δημιουργία ηλεκτρονικών καταστημάτων. Αυτή η καθηλωτική εκπαιδευτική ενότητα συνδυάζει στρατηγικές αιχμής με πρακτικές λύσεις, καθοδηγώντας και

προστατεύοντας τους συμμετέχοντες από επιπλοκές κατά τη χρήση ERP συστημάτων, αλλά και την οργάνωση των logistics».

Οι συμμετέχοντες θα έχουν την πολύτιμη ευκαιρία να εξοικειωθούν στην αποτελεσματική διαχείριση όλων των λογιστικών διαδικασιών, στην αποτελεσματική εφαρμογή στρατηγικών κινήσεων κερδοφορίας, τη δημιουργία μιας ισχυρής πλατφόρμας ηλεκτρονικού εμπορίου και την κατάρτιση ενός στρατηγικού σχεδίου μάρκετινγκ, κατακτώντας ανεκτίμητες δεξιότητες για την πλοήγηση στο περίπλοκο τοπίο της σύγχρονης επιχειρηματικότητας. Μέσω διαδραστικών συνεδριών, πρακτικών δραστηριοτήτων και πραγματικών περιπτώσεων μελετών, οι πιο έμπειροι επιχειρηματίες αλλά και όσοι κάνουν τα πρώτα τους βήματα, θα πλοηγηθούν σε ολοκληρωμένες προτάσεις και λύσεις για κάθε σύγχρονη ανάγκη, προκειμένου να ευδοκιμήσουν στις προκλήσεις της ψηφιακής εποχής.

**Ηλεκτρονικό εμπόριο,  
logistics και μάρκετινγκ  
«ξεκλειδώνονται»  
από ειδικούς του χώρου**

## Γραφείο Απασχόλησης Θέσεις εργασίας σε τοπικές επιχειρήσεις

Προσωπικό για είκοσι ειδικότητες αναζητούν επιχειρήσεις που δραστηριοποιούνται στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, όπως ανακοίνωσε το Γραφείο Απασχόλησης του Δήμου. Συγκεκριμένα, οι ειδικότητες που ζητούνται αυτή την περίοδο στον Δήμο είναι οι εξής: Γραμματειακή υποστήριξη, βοηθοί παραγωγής, αποθηκάριοι, ανειδίκευτοι εργάτες, υπηρεσίες μπουφέ, μάγειρες, υπηρεσίες καθαριότητας, υπάλληλοι σούπερ μάρκετ, πωλητές/ταμίες, οδηγοί, καμαριέρες, υπηρεσίες φύλαξης, πολιτικοί μηχανικοί, σχεδιαστές, λογιστές, μόνιστροι/μολίστρες, υπάλληλοι ρεσεψιόν, ναυαγοσώστες, σερβιτόροι/ες και φύλαξη παιδιών και ενηλίκων.

Οι αιτήσεις των ανέργων και των επιχειρήσεων που επιθυμούν να συμμετέχουν στις δράσεις του Γραφείου Απασχόλησης υποβάλλονται είτε ηλεκτρονικά μέσω της ιστοσελίδας του Δήμου vvv.gov.gr, είτε με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στη διεύθυνση grafergasias@vvv.gov.gr και dsoutoglou@vvv.gov.gr. Επίσης, όσοι επιθυμούν, μπορούν να επισκεφτούν το Γραφείο Απασχόλησης που βρίσκεται στο Δημαρχείο της Βουλιαγμένης (οδός Αφροδίτης 2), καθημερινά από τις 8.30 π.μ. έως και τις 2 μ.μ. Η Αντιδήμαρχος Εξυπηρέτησης του Πολίτη και Εθελοντισμού, Δήμητρα Σουτόγλου ανέφερε στον «Δημοσιογράφο» ότι τους τελευταίους 12 μήνες μέσω του Γραφείου Απασχόλησης του Δήμου, περισσότεροι από 70 συμπολίτες έχουν βρει δουλειά σε τοπικές επιχειρήσεις που αναζητούσαν εργαζόμενους.

Το Γραφείο Απασχόλησης αποτελεί μια υπηρεσία του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης που δημιουργήθηκε με στόχο την ενίσχυση των μηχανισμών πληροφόρησης για την προώθηση της απασχόλησης σε τοπικό επίπεδο. Οι δράσεις του Γραφείου επικεντρώνονται κυρίως στην απορρόφηση του εργατικού δυναμικού της περιοχής του



Είκοσι ειδικότητες στις αγγελίες που έχει στη διάθεσή του το αφοσιωμένο στην αγορά εργασίας τμήμα του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης

Δήμου, με την ανάπτυξη συμβουλευτικών δράσεων προς τους ανέργους και την προώθηση ίσων ευκαιριών πρόσβασης στην αγορά εργασίας, στη συνεργασία με τοπικές επιχειρήσεις που θέλουν να προσλάβουν προσωπικό ή ζητούν πληροφόρηση σχετικά με προγράμματα επιδότησης εργασίας, επιμόρφωσης προσωπικού και άλλους συναφείς σκοπούς καθώς και στη διοργάνωση επιμορφωτικών σεμιναρίων, ημερίδων και εκδηλώσεων για την επίτευξη των συγκεκριμένων στόχων.

**Διασύνδεση τοπικών επιχειρήσεων με όσους  
αναζητούν εργασία**

## Παύλος Μελάς

# Τιμή στον ήρωα του Μακεδονικού Αγώνα

Εκατόν είκοσι χρόνια συμπληρώνονται φέτος από την έναρξη του Μακεδονικού Αγώνα (1904-2024) και ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης διοργάνωσε την Κυριακή 18 Φεβρουαρίου στο Πολιτιστικό Κέντρο «Ιωνία» στη Βούλα, αφιερωματική εκδήλωση στη ζωή και τη δράση του Μακεδονομάχου Παύλου Μελά. Στο φουαγιέ του «Ιωνία» είχε στηθεί μια εντυπωσιακή έκθεση φωτογραφιών, κειμηλίων και στολών με θέμα τον Μακεδονικό Αγώνα και τον μακεδονομάχο Παύλο Μελά όπου το κοινό είχε τη δυνατότητα να απολαύσει από κοντά τα ιστορικά αντικείμενα.

Κεντρικός ομιλητής της εκδήλωσης ήταν ο Στρατηγός ε.α. Χαράλαμπος Λαλούσης, Επίτιμος Αρχηγός Γενικού Επιτελείου Στρατού και πρώην υπουργός Προστασίας του Πολίτη, ενώ την εκδήλωση τίμησε με την παρουσία της η εγγονή του Μακεδονομάχου Παύλου Μελά, Ναταλία Ιωαννίδη καθώς επίσης και ο Μάνος Καστρινάκης, διεγγόνος της αδερφής του Παύλου Μελά. Επίσης, στην εκδήλωση το παρών έδωσε ο νέος Αρχηγός ΓΕΕΘΑ, Δημήτρης Χούπης, ο πρώην υπουργός Εθνικής Άμυνας, στρατηγός ε.α. Αλκιβιάδης Στεφανής, ο πρώην Αρχηγός ΓΕΕΘΑ, στρατηγός ε.α. Κωνσταντίνος Φλώρος, ο αρχηγός ΓΕΣ, Άγγελος Χουδελούδης, ο Αρχηγός του Γενικού Επιτελείου Ναυτικού, Αντιναύαρχος Στυλιανός Πετράκης, ο Μητροπολίτης Γλυφάδας Αντώνιος, ο βουλευτής Αττικής Στέλιος Πέτσας κ.ά.

### «Κρατάει το ανάστημα της λεβεντιάς»

Στον χαιρετισμό του ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρης Κωνσταντέλλος αναφέρθηκε στην καταγωγή του Μακεδονομάχου και εξήρε τον ηρωισμό και την τόλμη του. «Σε μια εποχή εμφανώς αντιηρωική, όπου οι παραδοσιακές αρχές και αξίες σταθερά αποδομούνται και οι έννοιες παρτίδα, αγώνας, θυσία, μεθοδικά απαξιώνονται, από το βάθος του ιστορικού χρόνου αναδύονται κάποιες μορφές που φωτοδοτούν ακόμα, εμφορούμενες από τα ευγενή και υψηλά ιδανικά της φυλής, υπενθυμίζοντας σε όλους εμάς, τις αρετές της αυτοθυσίας και του διαρκούς χρέους στα ιερά και τα όσια μας», τόνισε ο Δήμαρχος και συνέχισε λέγοντας τα εξής: «Κορυφαία μορφή ο Παύλος Μελάς, αψηφώντας τη νιότη του, άφησε πίσω τη θαλπωρή της φαμίλιας του και διάλεξε το δρόμο του καθήκοντος, όπως του υπαγόρευσε η εθνική του συνείδηση. Αληθινός αντάρτης, στην περιβολή και στο πνεύμα, αποτέλεσε υπόδειγμα γενναιότητας και αυταπάρνησης στην ελληνική ιστορία για την απελευθέρωση της Μακεδονίας, κερδίζοντας τον σεβασμό όλων των Ελλήνων, των οποίων ο λυγμός και το κλάμα μετά τον άδικο θάνατό του, αντηχεί σε ολόκληρο το γένος μέχρι σήμερα. Διαχρονικό σύμβολο του Μακεδονικού Αγώνα ο Παύλος Μελάς, κρατάει το ανάστημα της λεβεντιάς και το μέγεθος της αρχοντιάς, που χτίζουν πάντα πάνω σ' ένα ιδανικό, την ψυχή του άγνωστου Έλληνα Πατριώτη», είπε μεταξύ άλλων ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος.

Παρούσα στην εκδήλωση ήταν η εγγονή του Παύλου Μελά, Ναταλία Ιωαννίδη



Ο επίτιμος αρχηγός ΓΕΣ Στρατηγός Χαράλαμπος Λαλούσης μίλησε για το παράδειγμα του σημαντικότερου Μακεδονομάχου για τις νέες γενιές

### «Δέος και τεράστια ευγνωμοσύνη»

Στη συνέχεια το λόγο πήρε ο Στρατηγός ε.α. Χαράλαμπος Λαλούσης, Επίτιμος Αρχηγός Γενικού Επιτελείου Στρατού ο οποίος αναφέρθηκε λεπτομερώς στον χαρακτήρα και την προσωπικότητα του Παύλου Μελά, τονίζοντας μεταξύ άλλων ότι η Σχολή Ευελπίδων άσκησε τεράστια επιρροή στον Μακεδονομάχο. «Στο διάβα της ελληνικής ιστορίας, υπάρχουν πρωταγωνιστές που αφήνουν ένα μοναδικό αποτύπωμα, διότι με τον τρόπο σκέψης τους και τις πράξεις τους επηρέασαν τις ιστορικές εξελίξεις. Ιδιαίτερη, μάλιστα, μνεία αξίζουν εκείνοι που ηρωικά θυσιάστηκαν για την πατρίδα μας, ενώ αποτελούν αιώνια φωτεινά παραδείγματα για τις επόμενες γενιές. Μια τέτοια προσωπικότητα ήταν ο Παύλος Μελάς. Στον άκουσμα του ονόματός του, όλοι νιώθουμε δέος και τεράστια ευγνωμοσύνη, για τον ήρωα που τόσο πρόωρα μα δοξασμένα έδωσε την ζωή του για την Μακεδονία. Η Ελλάδα του οφείλει πολλά. Η προσπάθειά μου να μελετήσω την συνεισφορά του κορυφαίου ήρωα του Μακεδονικού Αγώνα, εκτός από το ιστορικό ενδιαφέρον, είχε για εμένα και μια ιδιαίτερη συναισθηματική διάσταση για δύο λόγους. Ο πρώτος είναι η κοινή μας ιδιότητα, αυτή του Έλληνα αξιωματικού. Ο δεύτερος είναι η εμψύχωση και η δύναμη που μου έδωσε, ως πρωτοετή εύελπι, η ανάγνωση του γράμματός του Παύλου Μελά, που παραδίδεται από γενεά σε γενεά στη Σχολή Ευελπίδων, από Εύελπι σε Εύελπι, ως παράδοση και ηθική παρακαταθήκη, διατηρώντας το πνεύμα του ζωντανό στη Σχολή στο πέρασμα του χρόνου». Τέλος, ο Χαράλαμπος Λαλούσης αναφέρθηκε και στη σημασία της συγκεκριμένης εκδήλωσης, τονίζοντας ότι εκδηλώσεις σαν αυτή, «συμβάλλουν στην εθνική μας αυτογνωσία, μας κάνουν να αισθανόμαστε υπερήφανοι και γεμίζουν την ψυχή μας με το ιερό καθήκον της προάσπισης της πατρίδας μας, αλλά και το χρέος που έχουμε να τιμούμε τους ήρωές μας, να μνημονεύουμε τις πράξεις τους, να γινόμαστε άξιοι συνεχιστές της ιστορίας που ανεξίτηλα έγραψαν», ενώ συνεχάρη τον Δήμαρχο Γρηγόρη Κωνσταντέλλο για αυτή την πρωτοβουλία του.

### Η «απαγορευμένη» ταινία

Η εκδήλωση συνεχίστηκε με την χορευτική ομάδα του Συλλόγου Κρητών Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης να παρουσιάζουν στο κοινό έναν από τους αρχαιότερους πολεμικούς χορούς που λέγεται «Πεντοζάλι». Η τιμητική εκδήλωση ολοκληρώθηκε με την προβολή της ταινίας «Παύλος Μελάς». Η συγκεκριμένη ιστορική ταινία, είναι η μοναδική ίσως ταινία που είναι αφιερωμένη στο Μακεδονομάχο Παύλο Μελά. Το έργο γυρίστηκε το 1974 με πρωταγωνιστές το Λάκη Κομνηνό και την αείμνηστη Καίτη Παπανίκα. Αυτή η ταινία δεν έχει προβληθεί ποτέ στην ελληνική τηλεόραση. Αν και για την εποχή της χαρακτηρίστηκε υπερπαραγωγή «κόβοντας» στην Α' προβολή της 433.000 εισιτήρια μόνο σε Αθήνα και Πειραιά, μετά τη πτώση της δικτατορίας κατέληξε στη λήθη. Τα χρόνια που ακολούθησαν, δεν προβλήθηκε σε καμία κινηματογραφική αίθουσα ή ελληνικό τηλεοπτικό κανάλι, αλλά ακόμη και για «ιδιωτικές» προβολές την εποχή της βιντεοκασέτας, αφαιρέθηκαν κομμάτια της, προφανώς γιατί ενοχλούσαν, με «πετσοκομμένο» το τελικό αποτέλεσμα. Δεν είναι τυχαίο πως η ταινία, χαρακτηρίστηκε «απαγορευμένη», με εμφανή την προσπάθεια απαξίωσης της αλλά και σύνδεσής της με το στρατιωτικό καθεστώς.

## Τι χαλάει μια μοναδική σχέση; Γονιός, ο πιο απαιτητικός ρόλος

Γράφει η **Γεωργία Μάλεση\***

Ένας ρόλος τον οποίο παίζουμε χωρίς καμία προετοιμασία. Το να είσαι γονιός είναι ίσως ο πιο πολύτιμος, υπεύθυνος και απαιτητικός ρόλος που υπάρχει. Η αληθινή ζωή όμως μας σοκάρει, μας απογοητεύει γιατί κανείς γονιός δεν είναι τέλειος. Ο αγώνας για την επιβίωση δυσκολεύει την επικοινωνία με τα παιδιά που παγιδεύονται ανάμεσα σε εντολές, απαιτήσεις και σχολικά καθήκοντα. Δεν ρωτάμε πια: «Πώς πέρασες στο σχολείο;», αλλά «τι πήρες στην ορθογραφία;» και «τι έκαναν οι άλλοι;», ενισχύοντας τον ανταγωνισμό που επιβάλλει το εκπαιδευτικό σύστημα. Ένα σύστημα που δεν λαμβάνει υπόψη τα δικαιώματα των παιδιών για άλλες μορφές προετοιμασίας στη ζωή.

Τα παιδιά είναι μια ευάλωτη ομάδα διότι δεν ακούγεται η φωνή τους, παρά μόνο έμμεσα. Όταν δεν ακούγεται η φωνή τους στο σπίτι, μέσα από τη φυσιολογική καθημερινή ζωή τους, τα παιδιά ξέρουν να εκφράζονται μέσα από την απόκλιση. Δηλαδή εκείνες τις αντιδράσεις τις ψυχοσωματικές μέχρι την παραβατικότητα, το ψέμα, την αφαίρεση χρημάτων ή πραγμάτων, πράξεις που καταλήγουν να τραβήξουν την προσοχή των γονέων. Ο διάλογος και η ποιοτική επικοινωνία είναι λέξεις κλειδιά για τη φυσιολογική ανάπτυξη και θωράκιση των παιδιών μας. Εάν δεν δούμε τα παιδιά μας ως άτομα με δικαιώματα και δεν προωθήσουμε την επικοινωνία από την πρώτη στιγμή χωρίς να υποτιμήσουμε κανένα στάδιο της ανάπτυξής τους, οι πιθανότητες να αντιμετωπίσουμε προβλήματα αυξάνονται.

### Τα παιδιά δεν χρειάζονται μόνο χρόνο για να διαβάσουν αλλά και για να ζήσουν, να μάθουν κι άλλους τρόπους για να προετοιμαστούν για τη ζωή

#### Επικοινωνία

Και τι εννοούμε επικοινωνία; Τι είπατε στα παιδιά σας χτες το βράδυ, σήμερα το πρωί, πριν πάτε στη δουλειά σας; Το περιεχόμενο είναι ή εντολές ή απαγορεύσεις. «Μην κάνεις αυτό» ή εκείνο, «διάβασες - δεν διάβασες», είσαι καλός ή κακός με το αν διάβασες ή όχι. Δεν μιλάμε για συναισθήματα, δεν μιλάμε για φιλίες, για πράγματα που θέλουμε να κάνουμε μαζί: Π.χ. «πέρασες καλά;», «πώς τα πήγες με τους φίλους σου, με τη δασκάλα σου;». Με τα ιδιαίτερα μαθήματα και τα φροντιστήρια οι δάσκαλοι μπαίνουν βαθμολογούν στο σπίτι. Η αγωνία, το άγχος, οι καυγάδες ανάμεσα σε γονείς και παιδιά για το διάβασμα είναι η κυρίαρχη εικόνα σήμερα στο ελληνικό σπίτι. Συχνά στο Δημοτικό διαβάζουν από τις 4 μ.μ. ως τις 10 μ.μ., ένας μαραθώνιος που συνοδεύεται από φωνές και εκνευρισμούς όταν το παιδί δεν συγκεντρώνεται ή δεν καταλαβαίνει. Και πώς να συγκεντρωθεί όταν η μέγιστη συγκέντρωση για τον ενήλικα, που μπορεί να αποδώσει, δεν μπορεί να υπερβεί τις δύο ώρες; Και το τρομερό είναι ότι αυτό που γονείς και δάσκαλοι προσπαθούν να αποφύγουν, αυτό ακριβώς πετυχαίνουν, να μισήσουν δηλαδή τα παιδιά τη μάθηση. Εκτός του ότι δηλητηριάζουν τη μεταξύ τους σχέση. Μόνο το 2% των μαθητών του δημοτικού σχολείου διαβάζουν μόνοι τους χωρίς καμία βοήθεια. Οι μισοί και πλέον δέχονται τη βοήθεια της μητέρας τους, ενώ το 25% προστρέχει στον πατέρα του.

#### Ελεύθερος χρόνος

Η επιτυχία λοιπόν είναι η ικανοποίηση που οφείλει να δώσει στους γονείς του το παιδί. Οι καλοί βαθμοί είναι για να δίνουν χαρά στον μπαμπά και στη μαμά; Οι δε γονείς αισθάνονται μόνο τις υποχρεώσεις που έχουν προς τα παιδιά τους. Ξεχνούν το δικαίωμά τους να πάρουν από τα παιδιά τους αυτή την ανείπωτη χαρά να ζεις κάθε διαφορετική ημέρα που δεν θα ξαναζήσεις ποτέ! Οι γονείς έχουν μπει σε έναν ανεμοστρόβιλο και κανείς δεν μπορεί να τους κατηγορήσει. Τα παιδιά δεν χρειάζονται μόνο



«Μην κάνεις αυτό» ή εκείνο, «διάβασες - δεν διάβασες». Δεν μιλάμε για συναισθήματα, δεν μιλάμε για φιλίες, για πράγματα που θέλουμε να κάνουμε μαζί.

χρόνο για να διαβάσουν αλλά και για να ζήσουν, να μάθουν κι άλλους τρόπους για να προετοιμαστούν για τη ζωή. Τι χαλάει αυτή τη μοναδική σχέση; Μήπως η πίεση; Τι γίνεται με τον ελεύθερο χρόνο;

Για την αξιολόγηση ενός ανθρώπου δεν μετρούν μόνο οι γνώσεις. Η σχολική αποτυχία αγγίζει την προσωπικότητά τους και μπορεί να τους συνοδεύει για χρόνια μετά. Δεν είναι ώριμα τα παιδιά να μπουν στη διαδικασία του άγχους. Οδηγούμαστε να κάνουμε τα παιδιά πιο αποδοτικά και πιο ώριμα πνευματικά χωρίς να είναι ώριμα συναισθηματικά και βιάζεται η φύση. Το παιχνίδι είναι ένας μεταβατικός χώρος ανάμεσα στο μέσα και στο έξω, ανάμεσα στη φαντασία και στην πραγματικότητα. Αν αυτά συναντηθούν, έχουμε ένα αρμονικό άτομο. Ένα άλλο στοιχείο που προέρχεται από την πίεση είναι ότι έχουμε παιδιά που σε σχέση με παλαιότερα είναι πιο κομφορμιστικά και που μοιάζουν πιο πολύ μεταξύ τους. Αυτό που λέμε ότι «η νεολαία δεν έχει επαναστατικότητα και ιδανικά». Έχουν μπει όλοι σ' έναν μύλο και αλέθονται. Τους έχει περάσει το μήνυμα ότι «αν δεν τα καταφέρετε, την έχετε άσχημα». Με την αδιαφορία τους λοιπόν πολλές φορές μας λένε πόσο διαφωνούν μαζί μας, πόσο απορρίπτουν το σύστημα, εμάς κι όλα αυτά που κάνουμε για το καλό τους!

*\*Η Γεωργία Μάλεση είναι ψυχολόγος του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, ειδικευμένη στην παιδαγωγική και κλινική ψυχολογία*

## Κίνηση Πολιτών Βουλιαγμένης Η Φασκομηλιά και οι αρχαιότητες

Σε δύο σημαντικές για την περιοχή δημόσιες παρεμβάσεις προέβη στα τέλη Ιανουαρίου και στις αρχές Φεβρουαρίου ο Χρήστος Διονυσόπουλος, φιλόλογος και ιστορικός, αλλά και πρόεδρος της Κίνησης Πολιτών Βουλιαγμένης, σχετικά με το λόφο της Φασκομηλιάς.

Εν πρώτοις, η Κίνηση, 5 χρόνια μετά από το πρώτο αίτημά της, ζήτησε εκ νέου από το αρμόδιο Κεντρικό Αρχαιολογικό Συμβούλιο να συγκληθεί και να εισηγηθεί την οριστική κήρυξη και οριοθέτηση των λόφων «Μπαράκο» και «Φασκομηλιά» αλλά και της περιοχής «Καστράκι» ως αρχαιολογικών χώρων απόλυτης προστασίας. Επιπλέον, ο Χρήστος Διονυσόπουλος με ένα αναλυτικό του ιστορικό υπενθύμισε τα στάδια που πέρασε το καθεστώς προστασίας της Φασκομηλιάς από τη δόμηση, ξεκινώντας από το 1986 μέχρι και το 1995, όταν και περιοχή εντάχθηκε στο καθεστώς προστασίας της Λίμνης Βουλιαγμένης.

### Ένα υπαίθριο επιγραφικό μουσείο

Όπως επισημαίνει η Κίνηση, ήδη το 2018 ήταν γνωστά στο λόφο Μπαράκο «χαραγμένα από βοσκούς, 2.000 περίπου graffiti του 6ου και 5ου αι. π.Χ., ιδιαίτερης σπουδαιότητας για την επιγραφική επιστήμη και την πολιτική ιστορία της περιόδου αυτής σε ό,τι αφορά στην αρχαία Αθήνα γενικά και ειδικότερα στον αρχαίο δήμο Αναγυρούντα». Ενώ «στο λόφο της Φασκομηλιάς είχε βρεθεί μία επιγραφή σκαλισμένη σε βράχο που είχε κακοποιηθεί». Και πράγματι οι έρευνες της αρχαιολόγου Μαίρης Γιαμαλίδου αποκάλυψαν «μία βραχογραφία του αρχαίου θεού των ποιμένων Πάνα με έναν οπλίτη πλάι του σε φάση επίθεσης», ένα μοναδικό εύρημα το οποίο «υπαινίσσεται τη δραματική στιγμή της δρομαίας εφόδου των Αθηναίων στο Μαραθώνα, τον Σεπτέμβριο του 490 π.Χ., όπου οι Αθηναίοι απέδωσαν τη νίκη τους στη συμβολή του θεού Πάνα, λόγω του πανικού που υπέστησαν οι Πέρσες στη μάχη και καθιέρωσαν από τότε συστηματικά τη λατρεία του θεού στην Αττική τιμώντας τον σε διάφορα σπήλαια, όπως στο σπήλαιο των νυμφών στη Βάρη». Η Κίνηση ζητά λοιπόν εκ νέου με το επιχείρημα ότι κινδυνεύουν με αφανισμό οι αρχαίες επιγραφές, «την οριστική (και όχι προσωρινή) κήρυξη - οριοθέτηση των λόφων Μπαράκο και Φασκομηλιά αλλά και της περιοχής Καστράκι ως αρχαιολογικών χώρων Απόλυτης AAA προστασίας».

### Η ασπίδα προστασίας του λόφου

Με αφορμή όμως τοπικούς μύθους που διατυπώνονται δημοσίως με διάφορες αφορμές, ο Χρήστος Διονυσόπουλος με ένα αναλυτικό του κείμενο υπενθύμισε και το ιστορικό της μέχρι σήμερα θεσμικής προστασίας που κρατά τη Φασκομηλιά αδόμητη. Στην ανακοίνωση αυτή, που χαρακτηρίζει από τον τίτλο «σκοτεινό αντικείμενο του πόθου» τα σχέδια της Εκκλησίας να δομηθεί η Φασκομηλιά, υπενθυμίζεται αρχικά ότι «ο λόφος της Φασκομηλιάς της Βουλιαγμένης καλύπτει μία έκταση 1.770 στρεμμάτων περίπου, από τα οποία τα 220 στρέμματα, δηλαδή τα 220.000 τ.μ., κατανέμονται σε 4

Βράχος στη Φασκομηλιά με αρχαίο χάραγμα του θεού Πάνα το οποίο βρήκε και ανέδειξε επιστημονικά η αρχαιολόγος Μαίρη Γιαμαλίδη



Θέα στη Λίμνη από τον λόφο της Φασκομηλιάς

οικοδομικά τετράγωνα που ανήκουν ιδιοκτησιακά, από το 1955, στην Εκκλησία της Ελλάδος».

Ακολούθως υπογραμμίζεται η πολεοδομική πρόνοια που πρώτος θέσπισε ο Πατρίκιος Καραγεώργος το 1986 με κοινοτικές αποφάσεις ενόψει της αξιοποίησης που είχε εξαγγείλει και τότε η Εκκλησία, που πρώτον, ανέστειλαν την έκδοση νέων οικοδομικών αδειών και δεύτερον εισηγήθηκαν την αλλαγή των όρων δόμησης στα συγκεκριμένα οικοδομικά τετράγωνα με μείωση του συντελεστή δόμησης από 0,3 σε 0,02 και περιορισμό του ύψους σε 4,5 μ. Η ανακοίνωση συνεχίζει με την περίοδο Κασιδόκωστα, επί δημαρχίας του οποίου διατηρήθηκε ο συντελεστής δόμησης σε 0,02 και αυξήθηκε το ύψος σε 5 μ. από 4,5 μ. Ο Χρήστος Διονυσόπουλος διατυπώνει ακολούθως την εκτίμηση ότι τα πολεοδομικά μέτρα μπορεί να απέκλεισαν τους οικονομικά μέτριους επενδυτές, ευνοούσαν όμως «τους λίγους, τους οικονομικά ισχυρούς». Κι αυτό διότι ο χαμηλός συντελεστής δεν απέκλειε τη δόμηση. Αναλύει συγκεκριμένα: «Η συνολική έκταση των 220 στρεμμάτων, δηλαδή των 220.000 τ.μ. με συντελεστή δόμησης 0,02 αντιστοιχεί σε 4.400 τ.μ.». Ισχυροί οικονομικοί παράγοντες λοιπόν «άνετα θα μπορούσαν να κατασκευάσουν ένα συγκρότημα διώροφων επαύλεων, συνολικής έκτασης 4.400 τ.μ. και ύψους 5 μ.».

Η πραγματική προστασία λοιπόν άργησε και ήρθε μόλις το 1995 από το πέμπτο τμήμα του Συμβουλίου της Επικρατείας. Το ΣτΕ τότε αξιοποιώντας τη γνωμοδότηση της 1ης Εφορείας Νεώτερων Μνημείων, την οποία κινητοποίησε και τροφοδότησε με στοιχεία η Κίνηση Πολιτών Βουλιαγμένης, υιοθέτησε τις υποδείξεις για την προστασία της Λίμνης και του ευρύτερου περιβάλλοντος δημοσιεύοντας «το γνωστό και σωτήριο για τη Λίμνη και τη Φασκομηλιά Προεδρικό Διάταγμα 51 (ΦΕΚ/Δ'/4.2.2003)» το οποίο κήρυξε τη Λίμνη μνημείο της φύσης. «Εν κατακλείδι, όπως στη Λίμνη έτσι και στη Φασκομηλιά τίποτα δεν μπορεί να δομηθεί. Καμμία κυβέρνηση και κανένας νόμος δεν μπορεί να βλάψει τη Λίμνη και τη Φασκομηλιά ούτε να επιτρέψει δόμηση στα Οικοδομικά Τετράγωνα 149, 150, 151, και 152 της Εκκλησίας της Ελλάδος», καταλήγει ο Χρήστος Διονυσόπουλος.

## Νέες τάσεις στη γυμναστική Φεστιβάλ ευεξίας στην Ακτή Βουλιαγμένης



Ο χρόνος μετράει αντίστροφα για το Athens Fitness Festival, το απόλυτο αθλητικό γεγονός της χρονιάς, το οποίο θα πραγματοποιηθεί στις 25 και 26 Μαΐου στην Ακτή Βουλιαγμένης. Μετά την επιτυχημένη εκδήλωση η οποία φιλοξένησε πάνω από 4.500 επισκέπτες πέρυσι, τέθηκαν οι βάσεις για τη διοργάνωση μιας ακόμη πιο εξαιρετικής εμπειρίας φέτος. Πρόκειται για ένα «Fitness, Wellness, Entertainment open space», όπου ο κόσμος μπορεί να παρακολουθήσει φαντασμαγορικές επιδείξεις και να συμμετέχει σε προγράμματα 10 κατηγοριών, καθοδηγούμενα από παραπάνω από 100 κορυφαίους εκπαιδευτές, Έλληνες και ξένους. Εκτός από τα προγράμματα γυμναστικής, οι επισκέπτες επίσης θα έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν στον ανοιχτό

εκθεσιακό χώρο όπου θα φιλοξενήσει εταιρείες και προϊόντα που έχουν να δείξουν κάτι σχετικό, καθώς επίσης και διαδραστικές ομιλίες ειδικών από το χώρο του fitness, της διατροφής και του life-coaching.

Σύμφωνα με τους διοργανωτές, οι επισκέπτες θα δουν τα μεγαλύτερα και νέα fitness stages: Το Athens Fitness Festival περιλαμβάνει νέα είδη προπόνησης, μέσα και έξω από το νερό, καθώς και μεγαλύτερες πλατφόρμες κατά μήκος της παραλίας. Από προπονήσεις υψηλής έντασης έως γαλήνιες συνεδρίες γιόγκα, θα έχετε τη δυνατότητα να ζήσετε μια εμπειρία fitness που καλύπτει κάθε γούστο και προτίμηση. Προπονήσεις με τη πιο σύγχρονη τεχνολογία εξοπλισμού και τάσεις εκγύμνασης: Προετοιμαστείτε να εμπνευστείτε και να προπονηθείτε με τους καλύτερους εκπαιδευτές του χώρου από Ελλάδα και εξωτερικό, αλλά και να δοκιμάσετε νέα είδη γυμναστικής όπως Hybrid, The Challenge, Aqua Fitness, Muscle Beach και άλλα, με τη χρήση κορυφαίου εξοπλισμού. Διαδραστικές εμπειρίες ευεξίας: Με μεγάλη προσοχή έχει σχεδιαστεί το 2ήμερο πρόγραμμα του AFF 2024 για να χορτάσουν οι συμμετέχοντες, αλλά και όσοι απλά θέλουν να παρακολουθήσουν το θέαμα, δραστηριότητες που θρέφουν τόσο το σώμα όσο και τη ψυχή με φόντο το μαγευτικό τοπίο της Βουλιαγμένης.

Το AFF απευθύνεται σε όλους, ανεξάρτητα από την φυσική κατάσταση και ηλικία, αφού στοχεύει στην προώθηση της φυσικής κατάστασης και της ευεξίας ως τρόπο ζωής και στο να εμπνεύσει τους συμμετέχοντες να ζήσουν πιο υγιεινές, πιο ευτυχισμένες ζωές. Με επίκεντρο την κοινότητα, την εκπαίδευση και τη σωματική δραστηριότητα, το φεστιβάλ προσφέρει μια μοναδική και συναρπαστική εμπειρία τόσο στους λάτρεις της φυσικής κατάστασης και τους επαγγελματίες του κλάδου, όσο και σε ανθρώπους που επιθυμούν να περάσουν ένα χαρούμενο Σαββατοκύριακο στην παραλία της Βουλιαγμένης. Το Athens Fitness Festival πραγματοποιείται με την ευγενική υποστήριξη του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Το κόστος συμμετοχής για μια μέρα είναι 35 ευρώ και για τις δύο μέρες είναι 50 ευρώ. Για περισσότερες πληροφορίες: [info@awff.gr](mailto:info@awff.gr) και τηλέφωνο επικοινωνίας 210 3274505.

## NOB

## Έρχεται εμπλουτισμένος ο Θερινός Διάπλους της Βουλιαγμένης

Αντίστροφη μέτρηση έχει ξεκινήσει για τον μεγαλύτερο κολυμβητικό αγώνα της Βουλιαγμένης. Ο «1ος Θερινός Διάπλους Plus+» ανοίγει τις πύλες του τον προσεχή Ιούνιο και προσκαλεί κάθε επαγγελματία και ερασιτέχνη κολυμβητή να γίνει μέρος της μοναδικής αυτής εμπειρίας. Ο Ναυτικός Όμιλος Βουλιαγμένης θέλοντας να εκμεταλλευτεί στο έπακρο τον υπέροχο καιρό του Ιουνίου αλλά και την εξωστρεφή καλοκαιρινή διάθεση όλων, για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά συστήνει στο κοινό τον αγαπημένου διάπλου του NOB, τον Θερινό Διάπλου. Πρόκειται για μια διοργάνωση εμπλουτισμένη τόσο με ποικίλα αθλητικά δρώμενα, όσο και με ακόμα πιο πλούσια έκθεση στις εγκαταστάσεις του NOB που κορυφώνεται την Κυριακή 9 Ιουνίου με ένα Beach Party στο ειδυλλιακό τοπίο του όρμου της Βουλιαγμένης για όλους τους κολυμβητές και τους συνοδούς τους για να γιορτάσουμε τον αθλητισμό ως τρόπο ζωής αλλά και την έναρξη του καλοκαιριού.

Πιο συγκεκριμένα, θα υπάρχει πρόγραμμα σύμφωνα με το οποίο, κυκλικά και παράλληλα με τις κλασικές κολυμβητικές διαδρομές, θα δίνεται η δυνατότητα στους αθλητές να συμμετέχουν και σε groups spinning, yoga, aqua aerobic υπό την καθοδήγηση των κορυφαίων προπονητών του ολοκληρωμένου προγράμματος εκγύμνασης των μελών του NOB, my NOB fitness. Οι εγγραφές έχουν ξεκινήσει και για να δηλώσετε συμμετοχή, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τα γραφεία του συλλόγου στα τηλέφωνα 210 89 62 416. Το κόστος συμμετοχής για ατομική εγγραφή είναι 35 ευρώ, για ομαδική εγγραφή στα 30 ευρώ το άτομο ενώ για τα παιδιά το κόστος ανέρχεται στα 10 ευρώ.



«Μη χάσετε την ευκαιρία να διαγωνιστείτε στα κρυστάλλινα νερά της Βουλιαγμένης, να απολαύσετε τη θεαματική διαδρομή και να ζήσετε μια αξέχαστη θερινή περιπέτεια», σημειώνει ο Ναυτικός Όμιλος Βουλιαγμένης.

Xterra

## Η Βουλιαγμένη υποδέχεται το 11<sup>ο</sup> ορεινό τρίαθλο

Στην ιστορική και εξαιρετικής ομορφιάς πλαζ της Βουλιαγμένης, πρόκειται για μια ακόμη φορά να στηθεί το αθλητικό χωριό της 11ης διοργάνωσης της Xterra, ως επίκεντρο των αγώνων του εκτός δρόμου τρίαθλου για ενήλικες (Σάββατο 27 Απριλίου) και για παιδιά (Κυριακή 28 Απριλίου). Όπως κάθε χρονιά, το κολυμβητικό σκέλος του τρίαθλου θα ξεκινήσει από την πλαζ στον όρμο της Βουλιαγμένης, ενώ το ποδηλατικό και δρομικό σκέλος του αγώνα θα πραγματοποιηθεί στους λόφους του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, τη Φασκομηλιά και το Πευκωτό. Το παιδικό τρίαθλο πρόκειται στο σύνολό του να γίνει εντός της οργανωμένης και προστατευμένης για τους μικρούς φίλους του τρίαθλου, πλαζ. Παράλληλα, θα διεξαχθεί και αγώνας άκουαθλου (κολύμβηση και ορεινό τρέξιμο) σε μισή και πλήρη απόσταση.

Το Xterra Greece Vouliagmeni, αποτελεί παράλληλα και το πανελλήνιο πρωτάθλημα Off Road Τρίαθλου στη μεγάλη του απόσταση και όπως κάθε πόλο τραβά σαν μαγνήτη της του ελίτ αθλητές όλου του κόσμου. Φέτος για έναν λόγο παραπάνω, αφού είναι σταθμός του World Cup της Xterra, στο οποίο οι πρωταθλητές διεκδικούν πέραν του τίτλου και της διάκρισης, χρηματικά έπαθλα ύψους 340.000 ευρώ. Πέραν όμως του ξεχωριστού αγώνα των ελίτ, ερασιτέχνες και αρχάριοι τριαθλητές βουνού όλων των επιπέδων, θα απολαύσουν την ίδια πίστα, δυσκολίες και περιπέτεια, ζώντας ξεχωριστές στιγμές και διεκδικώντας για την πλήρη απόσταση του τρίαθλου, πρόκριση στους τελικούς του Τρεντίνο της Ιταλίας στα τέλη Σεπτεμβρίου.

Λεπτομέρειες του αγώνα παρουσιάστηκαν σε συνέντευξη Τύπου που παραχωρήθηκε στο Δημαρχείο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης την Τρίτη 20 Φεβρουαρίου, καθώς ο Δήμος των 3B είναι συνδιοργανωτής. «Μέσα από αυτή τη καταφέραμε να γνωρίσουμε κι εμείς την πόλη μας καλύτερα», είπε ως οικοδεσπότης ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος σημειώνοντας για την πολιτική της δημοτικής αρχής: «Ανοίγουμε» την πόλη μας στον αθλητισμό! Αυτό σημαίνει εξωστρέφεια πόλης, καταφέρνουμε να



διαφημίσουμε και να προμοτάρουμε την πόλη μας παντού!». Στο ίδιο πνεύμα κινήθηκε στη δική του τοποθέτηση ο γενικός γραμματέας Αθλητισμού, Γιώργος Μαυρωτάς: «Στηρίζουμε σαν πολιτεία τέτοιες διοργανώσεις, έχουμε τις προοπτικές να έχουμε έναν καταπληκτικό αγώνα τον Απρίλιο. Κάθε χρόνο ευελπιστούμε να γνωρίζουν όλοι τη διοργάνωση αυτή, τα μικρά παιδιά να έρχονται να δοκιμάζουν το τρίαθλο και να πάρουν το διαβατήριο για τον αθλητισμό μέσα από το παιδικό τρίαθλο».

## Κυριακή 31 Μαρτίου

## Στην εκκίνηση του Race for Autism και ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος



Μετά την απόλυτη επιτυχία της περυσινής διοργάνωσης τον Απρίλιο του 2023 στο Καβούρι, η οποία προσέλκυσε πάνω από 1.000 συμμετέχοντες, το Race for Autism Gr επανέρχεται την Κυριακή 31 Μαρτίου στην ίδια διαδρομή δίπλα στη θάλασσα. Ο αγώνας έχει στόχο να προωθήσει την ευαισθητοποίηση για τον αυτισμό και την ισότιμη συμμετοχή των ατόμων με νευροδιαφορετικότητα στα αθλητικά δρώμενα της χώρας. Στην συνέντευξη τύπου που πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 2 Φεβρουαρίου στο Δημαρχείο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, η πρόεδρος και ιδρύτρια της AMKE Race for Autism Gr, Άδα Σταματάτου, αναφέρθηκε στις προσπάθειες που κάνει τα τελευταία χρόνια για την αποδοχή και την ενημέρωση σχετικά με τον αυτισμό, ενώ ευχαρίστησε

και τον Γρηγόρη Κωνσταντέλλο για την φιλοξενία και για την ενσυναίσθηση του προς την αναπηρία.

Ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, ανέφερε: «Είναι μεγάλη η χαρά να φιλοξενεί για δεύτερη συνεχή χρονιά ο Δήμος έναν τόσο σημαντικό και αξιόλογο αθλητικό αγώνα και προτρέπει να μην ξεχνάμε ότι ο αθλητισμός, όπως και η υγεία και η εκπαίδευση είναι ένα βασικός πυλώνας για μια υγιή συμπεριληπτική κοινωνία. Ο Δήμος των 3B στέκεται δίπλα στα άτομα με αναπηρία εμπράκτως και στηρίζει δράσεις που προάγουν την ισότιμη διαβίωση τους στην καθημερινότητα». Μάλιστα, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος έδωσε υπόσχεση ότι στις 31 Μαρτίου θα σταθεί και ο ίδιος στη γραμμή της εκκίνησης μαζί με τους υπόλοιπους δρομείς.

Οι συμμετέχοντες θα τρέξουν 5 χιλιόμετρα στην πανέμορφη περιοχή του Καβουρίου, ενώ όσοι δεν επιθυμούν να τρέξουν, θα μπορούν να συμμετάσχουν σε έναν συμβολικό περίπατο 1,5 χλμ. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν άνδρες και γυναίκες, άνω των 12 ετών, οι οποίοι αποδέχονται πλήρως και ανεπιφύλακτα τους όρους συμμετοχής στη διοργάνωση και θα τρέξουν με δική τους ευθύνη (ή με την ευθύνη του κηδεμόνα τους σε περίπτωση που πρόκειται για ανήλικους) ενώ θα πρέπει πρόσφατα να έχουν υποβληθεί σε ιατρικές εξετάσεις, έτσι ώστε να έχει επιβεβαιωθεί η ικανότητά τους να λάβουν μέρος σε δρομικούς αγώνες μεγάλης απόστασης. Ο αγώνας δέχεται ασκούμενους κάθε δυναμικότητας, δρομείς σε αναπηρικά αμαξίδια, δρομείς που τρέχουν με το σκυλί τους σε ένα ανοιχτό πνεύμα ανοχής σε κάθε διαφορετικότητα. Οι εγγραφές πραγματοποιούνται ηλεκτρονικά μέσω της ιστοσελίδας [www.myrace.gr](http://www.myrace.gr) και το κόστος συμμετοχής ανέρχεται στα 15 ευρώ. Όλα τα έσοδα θα διατεθούν για τους σκοπούς της AMKE Race For Autism Gr.

# Μιλώντας στα παιδιά για τον αυτισμό

## Μια ιστορία για τη διαφορετικότητα

Οι άνθρωποι δυσκολεύονται να μιλήσουν για τις αναπηρίες, σωματικές ή νοητικές, αποφεύγουν να εμπλακούν με οποιονδήποτε τρόπο σε αυτή τη δυσάρεστη ανθρώπινη κατάσταση. Αποστρέφουν συνήθως το βλέμμα και βγάζοντας το φαινόμενο από το οπτικό και το γλωσσικό τους πεδίο, θεωρούν ότι ξορκίζουν το κακό. Ταυτόχρονα, έχει επικρατήσει να περιγράφεται η αναπηρία με ευφημιστικές λέξεις, σαν μια ένδειξη καλοσύνης που αποδεικνύει από άλλη μία πλευρά την αποξένωσή μας από το φαινόμενο. Οι «ειδικές ανάγκες», οι «ειδικές δεξιότητες» κ.λπ. που ακόμα ακούγονται στο δημόσιο λόγο και καταγράφονται σε επίσημα έγγραφα εντάσσονται σε αυτό το πλαίσιο. Και πάντα βέβαια υπάρχει και ο κακοποιητικός για τους ανάπηρους λόγος.

Στην προσπάθεια να θεραπευτούν όλα τα παραπάνω και να μικρύνει το χάσμα κατανόησης που φανερώνει η δυσκολία στις λέξεις, έχει αφιερωθεί η Άδα Σταματάτου, η πρόεδρος της AMKE Race for Autism, που διοργανώνει τον μεγάλο αγώνα ευαισθητοποίησης για τον αυτισμό στη Βουλιαγμένη στις 31 Μαρτίου. Ξεκίνησε να απευθύνεται σε ένα ευρύ κοινό με τη σελίδα της στο Facebook «Η ζωή μου με τον Γιάννη» και πέρασε κατόπιν το 2020 σε μια πολύ πιο ολοκληρωμένη προσέγγιση του φαινομένου, με το βιωματικό της βιβλίο *Μεγαλώνοντας ένα αυτιστικό παιδί* (εκδόσεις Memento). Στη νέα της συγγραφική προσπάθεια, το βιβλίο για παιδιά *Τι έχει ο Γιάννης;* που κυκλοφορεί από τις εκδόσεις *Μεταίχμιο*, αλλάζει τόνο και προσαρμόζεται στις αθώες αλλά πάντα εύστοχες και ίσως σκληρές ερωτήσεις των παιδιών, όταν εντοπίζουν τη διαφορετικότητα. Εστιάζει στις μικρές ηλικίες και εξηγεί πάλι βιωματικά αλλά και με επιστημονική επάρκεια τις ιδιαιτερότητες που συνιστούν τη μη ορατή αναπηρία του αυτισμού.

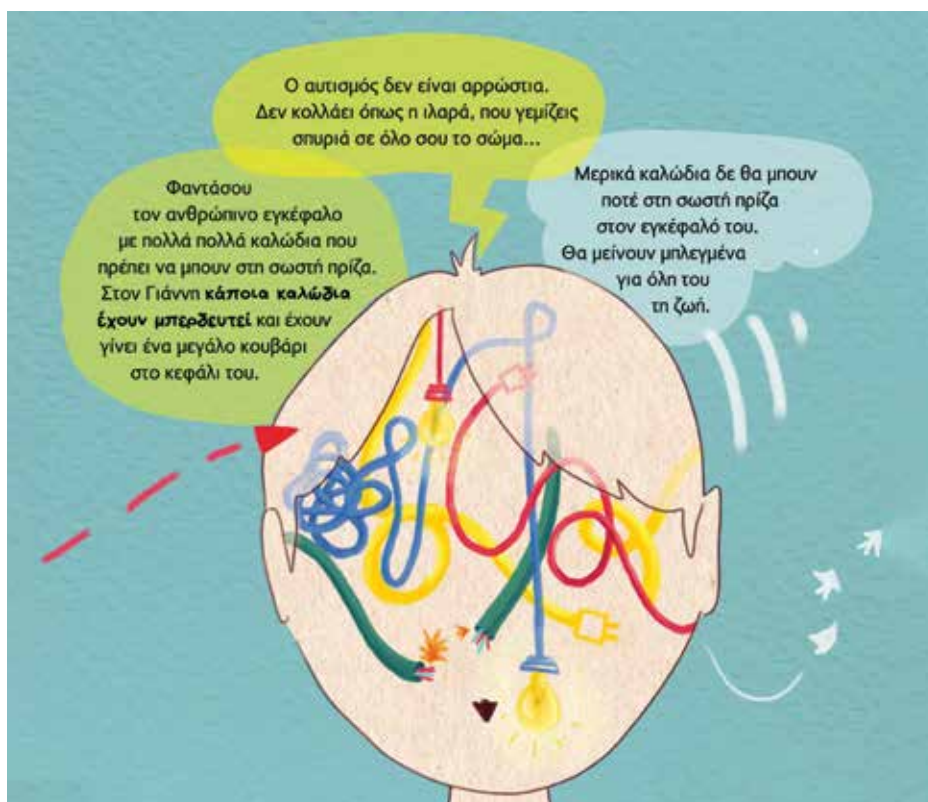
Ερωτήσεις όπως «γιατί ο Γιάννης δεν μιλάει;» και «τι νιώθει ο Γιάννης;» απαντώνται όχι με την αποστασιοποιημένη ιατρική ορολογία, αλλά με το λεξιλόγιο της καρδιάς και του βιώματος που μπορεί να αντιληφθεί άριστα ένα παιδί από 4 ετών και πάνω. Ο γιος της συγγραφέα, Γιάννης, είναι βέβαια ένα υπαρκτό πρόσωπο, ενήλικος πλέον και μάλιστα διάσημος στις αθλητικές διοργανώσεις στις οποίες λαμβάνει μέρος. Στην αφήγηση της Άδας Σταματάτου, ο Γιάννης της γίνεται μοντέλο αυτιστικής συμπεριφοράς και από τις συγκεκριμένες ιδιαιτερότητες της καθημερινής διαβίωσης μαζί του αντλούνται τα κεντρικά συμπεράσματα για τη φύση της αυτιστικής συμπεριφοράς. Η καθημερινότητα στο σπίτι που ξεκινά από την ατομική υγιεινή, οι παραστατικοί τρόποι με τους οποίους επικοινωνεί με τους γονείς του, οι ασυνήθιστες κινήσεις και ήχοι του Γιάννη στον δρόμο, η επιμονή του να μην αφήσει την κούνια στην παιδική



χαρά, ο τρόπος με τον οποίο μπορεί να μοιραστεί ένα παιχνίδι, είναι μερικά παραδείγματα που εξηγούν πώς φέρεται ένα παιδί με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος. Ακολουθούμε τον Γιάννη στο σούπερ μάρκετ και μαθαίνουμε ότι δυσκολεύεται πολύ να περιμένει στην ουρά του ταμείου. Καθόμαστε μαζί του στο τραπέζι σε ένα εστιατόριο και τον παρακολουθούμε να παίρνει μια τηγανητή πατάτα από το διπλανό τραπέζι, διότι δεν έχει υπομονή μέχρι να φτάσει η δική του παραγγελία. «Κάποιοι θα τον πουν κακομαθημένο γιατί έχει τη συμπεριφορά ενός άτακτου παιδιού, αλλά δεν είναι άτακτος, είναι αυτιστικός και γι' αυτό δυσκολεύεται να περιμένει» εξηγεί σε ένα συννεφάκι η φωνή του αφηγητή. «Αν δεις με τους φίλους σου ένα αυτιστικό παιδί, εξήγησέ τους γιατί συμπεριφέρεται διαφορετικά. Μην το κρίνετε, ούτε να το κοροϊδέσετε. Γιατί τώρα ξέρετε τι έχει ο Γιάννης», καταλήγει η γλυκιά ιστορία της Άδας Σταματάτου.

Το βιβλίο εικονογραφείται εξαιρετικά με τα ζωντανά χρώματα και τα γελαστά σχέδια της Αγγελικής Ρελάκη, που συνέβαλε καθοριστικά στο ύφος του βιβλίου. Το *Τι έχει ο Γιάννης;* είναι μια χαρούμενη ιστορία και ο Γιάννης παρουσιάζεται ως ένα ευτυχισμένο παιδί, που πλαισιώνεται ίσως από ένα περιβάλλον που απορεί και παραξενεύεται μαζί του, όμως ο δικός του κόσμος έχει χαμόγελο, χαρά, ενέργεια και πολύ ζωηρά χρώματα. Το βιβλίο μιλά για μια κατάσταση ζωής, όχι για ένα πρόβλημα.

Στο επιστημονικό επίμετρο που υπογράφει ο παιδοψυχίατρος Γιάννης Παπακωνσταντίνου και απευθύνεται στους γονείς εξηγείται πιο αναλυτικά και σε βάθος η συμπεριφορά των ατόμων στο φάσμα και οι βασικοί και ενδεδειγμένοι τρόποι συνύπαρξης μαζί τους, ώστε να ζούμε σε μια συμπεριληπτική κοινωνία χωρίς απόβλητα άτομα. «Η καλύτερη εκπαίδευση για όλα τα παιδιά είναι το παράδειγμα που δίνουμε οι ενήλικες με την κοινωνική στάση και συμπεριφορά μας προς τη διαφορετικότητα» καταλήγει ο επιστημονικός αυτός επίλογος του βιβλίου που συνιστά και έναν οδηγό για εκπαιδευτικούς που επιθυμούν να εντάξουν το βιβλίο σε κάποιο εργαστήριο δεξιοτήτων. «Ας μιλήσουμε τα παιδιά στις αξίες της αποδοχής, της συμπερίληψης και του αλληλοσεβασμού, ας τα βοηθήσουμε να ζήσουν σε μια κοινωνία που η διαφορετικότητα δεν είναι αδυναμία», προτρέπει η συγγραφέας στο οπισθόφυλλο, δίνοντας το περίγραμμα της δικής της διαφωτιστικής προσπάθειας.



## Οφείλουν μια συγγνώμη

του Ρόμπερτ Κιουτσουκαλιντζόγλου

Κατέρρευσε σαν χάρτινος πύργος η προπαγάνδα συγκεκριμένων τοπικών μέσων ενημέρωσης και πολιτών που είχαν επιδοθεί σε μια ανελέητη παραπληροφόρηση. Οι μύδροι που εξαπέλυαν κατά της δημοτικής αρχής και προσωπικά στον Γρηγόρη Κωνσταντέλλο ήταν συνεχής και καθημερινοί. Τα γεγονότα πλέον μιλούν από μόνα τους, αποδεικνύοντας ότι όλα αυτά που έλεγαν και έγραφαν ήταν ψέματα μόνο και μόνο για να δηλητηριάσουν την τοπική κοινωνία προς ιδίον όφελος.

Αξίζει να θυμηθούμε μερικά από τα ψέματα που έγραφαν. Για την μαρίνα Βουλιαγμένης υποστήριζαν ότι θα φιλοξενεί πληθώρα από μεγάλα καράβια και θα προκληθεί περιβαλλοντική ρύπανση στον κόλπο της Βουλιαγμένης. Θα μετατραπεί σε χώρο προσγείωσης και απογείωσης ελικοπτέρων και θα δημιουργηθεί υδατοδρόμιο. Σχεδόν ένα χρόνο μετά τη λειτουργία της μαρίνας Βουλιαγμένης, τίποτα από τα παραπάνω δεν ισχύει όπως θα έχετε διαπιστώσει. Ποιος μπορεί να ξεχάσει τις κραυγές

**Αν κάποιος τους άκουγε και δεν είχε επισκεφτεί την Βάρκιζα, θα νόμιζε ότι η πόλη είναι κρανίου τόπος**

περί «τσιμεντοποίησης» της πλατεία Νυμφών στη Βουλιαγμένη; Έλεγαν ότι θα κοπούν τα δέντρα και η πλατεία που θα φτιάξει ο Κωνσταντέλλος θα έχει μόνο τσιμέντο. Τελικά, οι ίδιοι που υποστήριζαν τα παραπάνω, απολαμβάνουν καθημερινά την βόλτα τους στη σύγχρονη και καταπράσινη πλατεία Νυμφών. Πανηγύριζαν για το «πάγωμα» των εργασιών της διευθέτησης του ρέματος Κόρμπι λέγοντας ότι ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης κοροϊδεύει τους κατοίκους της περιοχής. Το έργο έχει ξεκινήσει να υλοποιείται και προφανώς όλοι όσοι ζητωκραύγαζαν για το αντίθετο έχουν καταπιεί την γλώσσα τους.

Από την ομάδα προπαγανδιστών της Βουλιαγμένης, περνάμε στους αντίστοιχους της Βάρκιζας. Οι συγκεκριμένοι είχαν περάσει σε άλλο επίπεδο προπαγάνδας. Αν κάποιος τους άκουγε και δεν είχε επισκεφτεί την Βάρκιζα, θα νόμιζε ότι η πόλη είναι κρανίου τόπος. Ίδρυσαν περιβαλλοντικό σύλλογο για την προστασία του πρασίνου, επιδίωξαν να κατέβουν στις δημοτικές εκλογές αλλά στο τέλος της ημέρας, τίποτα δεν κατάφεραν διότι πολύ απλά διαλύθηκαν. Η πραγματικότητα δείχνει ότι η Βάρκιζα είναι πιο πράσινη από ποτέ. Η ανάπτυξη του παραλιακού μετώπου για πρώτη φορά στα χρονικά, η δημιουργία πάρκων εντός του αστικού ιστού της πόλης και οι φυτεύσεις δέντρων σε αρκετά σημεία της πόλης αποδεικνύουν ότι όλα αυτά που υποστήριζαν οι «περιβαλλοντολόγοι» ήταν ψέματα.

Φυσικά, όλοι οι προπαγανδιστές βλέποντας ότι ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης είναι σταθερός στις δεσμεύσεις του και ότι υλοποιεί μεγάλα έργα πνοής που βρίσκουν θετική ανταπόκριση στην κοινωνία, έχουν εξαφανιστεί. Μπορεί και να ντρέπονται να εμφανιστούν. Το βέβαιο είναι ότι αποτελούν παρελθόν. Οφείλουν όμως μια συγγνώμη στον Γρηγόρη Κωνσταντέλλο.

## bullets

● ● ● Τους κούφανε τους δημοτικούς υπαλλήλους ο Βαγγέλης Σερίφης ● Στη δεύτερη μόλις παρουσία του στο Δημοτικό Συμβούλιο, το άγχος του να διαφοροποιηθεί από το υπόλοιπο σώμα είναι πλέον εμφανές και κάπως άχαρο ● Ήρθαν στη συνεδρίαση ο πρόεδρος της Ομοσπονδίας μαζί με τον πρόεδρο του Συλλόγου των υπαλλήλων να υπερασπιστούν συναδέλφους τους ● Τους οποίους η γνωστή αιρετή απείλησε με μηνύσεις και αναφορές ● Και αντί να πάρει θέση γι' αυτό, επιτέθηκε στην ομοσπονδία ● «Μακάρι να σας βλέπαμε τόσο μαχητικούς και για τους συμβασιούχους» πέταξε στον Νίκο Τράκα ● Η γνωστή κριτική του ΚΚΕ στους «συμβιβασμένους» όπως λέει συνδικαλιστές των άλλων παρατάξεων ● «Δεν βλέπεις καλά» πήρε αμέσως την απάντηση ● Πραγματικά, αυτή σε αυτή τη θητεία θα τα δούμε όλα.

● ● ● Και επειδή τα δημοτικά δεν εξελίσσονται σε μια γυάλα, ξεκομμένη από την κοινωνία, το

θέμα του γάμου μεταξύ ομοφύλων ήρθε και στο Δημοτικό Συμβούλιο ● Μετά από σχετική ερώτηση, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος απάντησε ότι «ο Δήμος είναι θεματοφύλακας της νομοθεσίας» ● Υπενθύμισε ότι ο ίδιος υπέγραψε το δεύτερο σύμφωνο συμβίωσης στη χώρα, μετά τον Δήμαρχο Αθηναίων ● Ο Βασίλης Παπαμιχαήλ ενημέρωσε μάλιστα ότι ήδη έχει κατατεθεί σχετική αίτηση για τέλεση πολιτικού γάμου ομόφυλου ζευγαριού ● «Είτε συμφωνούμε ή όχι, οφείλουμε να συντασώμαστε με τη νομοθεσία», απάντησε ο Κωνσταντέλλος στα περισσότερα περιπαικτικά σχόλια της αίθουσας να πάρει θέση ● Θα έχει φυσικά ενδιαφέρον να δούμε ποιος από τους αντιδημάρχους θα μπει μπροστά για να τελέσει τον συγκεκριμένο γάμο.

● ● ● Χαρακτηριστική ήταν εντωμεταξύ η διάσταση απόψεων στην αντιπολίτευση για το σύστημα «πληρώνω όσο πετάω» ● Η δημοτική αρχή έκανε μια μικρή τροποποίηση στο σύστημα χρέωσης των αποβλήτων από τα καταστήματα εστίασης ● Το σύστημα δίνει κίνητρο να κάνει μια επιχείρηση ανακύκλωση και αντικίνητρο να τα πετάει όλα στον πράσινο κάδο ● Η καταγραφή των ψήφων είναι εύγλωττη ● Η ΠΙΚΙΠ του Ματόπουλου ψήφισε «υπέρ», ως ταυτισμένη με την πράσινη πολιτική ● Η παράταξη Δαβάκη ψήφισε «παρών» ως γνωστός Πόντιος Πιλάτος ● Και η Λαϊκή Συσπείρωση ψήφισε «κατά», γιατί είδε κάτι αντιλαϊκό σε όλο αυτό.

Π. Ούλιτζερ

  
**ΤΟΓΡΙΔΗΣ**  
ΤΕΛΕΤΕΣ

**Πλαστήρα 8, Βούλα**  
**Τηλ.: 210 8992777**  
**Κιν.: 6944 310580**

**Υποκαταστήματα**

**Γλυφάδα**  
Αγ. Κων/νου 10  
**210 8943888**

**Άνω Γλυφάδα**  
Γούναρη 11  
**210 9601920**

**Νίκαια**  
Π. Ράλλη 507  
**210 4252000**

**Κωνσταντίνος Τογρίδης**  
**mail: konstantinos.togridis@togridis.gr**



Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΕΥΛΟΓΗΣΕ ΤΗ ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ «ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΠΙΚΠΑ ΒΟΥΛΑΣ» ΣΕ ΜΙΑ ΠΟΛΥ ΖΕΣΤΗ ΚΑΙ ΜΑΖΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΙΣ 21/2 ΣΤΟ RIVIERA COAST



Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ 3<sup>Β</sup> ΜΑΝΩΛΗΣ ΛΟΥΔΑΡΟΣ ΑΝΑΜΕΤΡΙΕΤΑΙ ΜΕ ΤΗ ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑ ΣΤΗΝ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΙΣ 7/2 ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΙΩΝΙΑ ΤΗΣ ΒΟΥΛΑΣ



Κατάμεστη η αίθουσα εκδηλώσεων στις 28/1 στην εκδήλωση του Συλλόγου «Απολλωνία» προς τιμήν της Ελένης Γλύκατζη Αρβελέρ, η οποία μπορεί να μην κατάφερε να παρευρεθεί διά ζώσης, όμως συνδέθηκε διαδικτυακά με την εκδήλωση απευθύνοντας πολύ θερμά λόγια στους διοργανωτές και τους παριστάμενους

Η Βουλιαγμένη είναι συνυφασμένη με το τρίαθλο από τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004, υπενθύμισε ο γενικός γραμματέας Αθλητισμού Γιώργος Μαυρωτάς που παρευρέθηκε μαζί με τον Δήμαρχο Γρηγόρη Κωνσταντέλλο στη συνέντευξη Τύπου στις 20/2 για το ορεινό τρίαθλο της Xterra που θα πραγματοποιηθεί στα τέλη Απριλίου στην πλαζ και στη Φασκομηλιά



Προσωπικά αντικείμενα του Παύλου Μελά, κειμήλια του Μακεδονικού Αγώνα και ιστορικές στρατιωτικές στολές του προηγούμενου αιώνα εκτέθηκαν στο φουαγιέ του πολιτιστικού κέντρου «Ιωνία» στο πλαίσιο της εκδήλωσης για τα 120 χρόνια από τον Μακεδονικό Αγώνα στις 18/2, κεντρίζοντας το ενδιαφέρον της στρατιωτικής ηγεσίας που βρέθηκε στη Βούλα



ΜΟΝΙΜΗ ΘΕΣΗ ΣΤΑ ΕΔΡΑΝΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΕΧΟΥΝ ΠΛΕΟΝ ΟΙ ΠΡΟΕΔΡΟΙ ΤΩΝ ΤΡΙΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ, ΝΙΚΟΣ ΜΑΚΡΗΣ (ΒΟΥΛΑ), ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΠΑΠΠΑΣ (ΒΑΡΗ) ΚΑΙ ΛΙΑΝΑ ΣΚΟΥΛΑΞΕΝΟΥ (ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ)