

ΝΙΚΟΣ ΒΟΣΚΟΓΛΟΥ

Οι αστικές
μετακινήσεις
του μέλλοντος

σελ. 10



ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Τα χρυσά
κορίτσια
της Βουλιαγμένης

σελ. 11



ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ

Δυναμική
αυτοδιοικητική
παρέμβαση

σελ. 7



Εφημερίδα έρευνας και άποψης

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ



Δημοσιογράφος

ΒΑΡΗ | ΒΟΥΛΑ | ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ

Απρίλιος 2025 | Φύλλο 85

ΑΣΚΗΣΗ ΙΟΥΛΑΟΣ 2025

Με ετοιμότητα και συντονισμό απέναντι στις πυρκαγιές

Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά Δήμος, Πυροσβεστική, ΕΛΑΣ και άλλοι φορείς διοργάνωσαν άσκηση πεδίου στο Καβούρι με προσομοίωση ρεαλιστικών σεναρίων έκτακτου κινδύνου

σελ. 15



ΒΑΡΚΙΖΑ

Άνθισε
και φέτος
η έκθεση
λουλουδιών
θεσμός

σελ. 4

ΙΣΤΟΡΙΑ

Στην
«Κυανή Ακτή»
του 1910

σελ. 14



ΕΡΕΥΝΑ

Η έκταση του Airbnb
σε Βάρη Βούλα
Βουλιαγμένη

σελ. 16-17

INVENTORS

Ταξίδι
στη
Μέκκα
της ρομποτικής

σελ. 12

ΑΠΟΦΑΣΗ

Τετραπλάσια
τα πρόστιμα
για την
νχορρύπανση

σελ. 6

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Ένα φεστιβάλ
για το
περιβάλλον
στη Βάρκιζα

σελ. 19

The Talk of the Town

Ένα ιστορικό στοίχημα, να ενοποιήσει σε μια ενιαία και αδιάκοπη περιπατητική και ποδηλατική διαδρομή την αττική ακτογραμμή από τη Βουλιαγμένη ως το Φάληρο επιχειρεί ο αστικός περίπατος της αθηναϊκής ριβιέρας, με τις εργασίες να συνεχίζονται εντατικά ώστε να παραδοθεί το έργο φέτος, παρά τις αντιρρήσεις που φέρνει ο Δήμος Ελληνικού Αργυρούπολης για το δικό του κομμάτι.

σελ. 3

2 Έγραψαν στα social media για τα 3B

@terraeurope



#vouliagmeni

@parapolitika901

«Σε ελέγχους που κάναμε για ακαθάριστα οικόπεδα, πέρασε πάνω σε 9 περιπτώσεις όπου ω του θαύματος είχε δηλωθεί καθαρισμός αλλά η αυτοψία έδειξε ότι δεν έγινε», δήλωσε στα Παραπολιτικά 90,1 ο δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης Γ. Κωνσταντέλλος.

@PowergameGr

Η επένδυση στη Β΄ πλαζ Βούλα ξεκινά, η ακτή Βάρκιζας σχεδιάζεται και η ακτή Βουλιαγμένης περιμένει τον μεγάλο επενδυτή.

@sly1986_

Χθες πήγα για φαγητό στα Βλάχικα. Βαρηστομάχιασα.

@benforbesmtb



#vouliagmeni

@VinceIoannou

Λέγαμε τις προάλλες για το «ISLAND Athens Riviera» των 90'ς τότε που κάθε καλοκαιράκι ήταν σε μια πισίνα ξενοδοχείου σε ένα λοφίσκο στη Βουλιαγμένη με εκπληκτική θέα. Όσοι πέρασαν και διασκέδασαν, σίγουρα το θυμούνται. Αργότερα στον andromedanet.com θα ακουστούν κάποια τραγουδάκια από το πρόγραμμα των ημερών αυτών από κασέτες που ψηφιοποιήθηκαν γι' αυτό το σκοπό.

@maria_world44



#voula #rivieracoast

@KourCostas

21/4/1941: Το αντιτορπιλικό «Θύελλα» με κυβερνήτη τον Πλωτάρχη Παναγιώτη Δαμιράλη, βυθίζεται ύστερα από γερμανική αεροπορική επίθεση στον όρμο της Βουλιαγμένης. Το πλήρωμά του ήταν στη στεριά και η βόμβα που το κτύπησε εξερράγη κοντά στην πρύμνη όπου δημιουργήθηκε ρήγμα.

@CGrigorakis

Μόλις γύρισα σπίτι μας από τετραήμερη απουσία! Ξημέρωμα Πέμπτης μια δυνατή κρίση της κολπικής μαρμαρυγής. Κάλεσα το 166. Η μεταφορά μου στο Ασκληπιείο Βούλας ήταν άμεση.

Έκπληξή μου η ζεστή συμπεριφορά των θεραπειών μου νοσοκόμων και ιατρών εφημερίας. Συγγενείς μου!

@vag_rag



#voula

@gothslothradio

Μπήκα στα Βλάχικα της Βάρης και φώναξα «Ψηλά τα χέρια, νηστεία»

@ateneo_vero



#varkiza

@tasos.koukouvitis



#varkiza

Δημοσιογράφος

ΒΑΡΗ | ΒΟΥΛΑ | ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ

Εκδότης-Διευθυντής

Γιώργος Λαουτάρης

Αρχισυντάκτης

Ρόμπερτ
Κιουτσουκαλιντζιόγλου

Design

Λουκία Ζερβουδάκη

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 (Βασιλ.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 Μαριγώνης (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 & Δημητρακοπούλου, Βούλα)
18. Εν Πλω (Λεωφ. Ποσειδώνος 4, Βουλιαγμένη)
19. Riviera coast (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 18)
20. Notos café (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 12)
21. Asteras café (Δημοτικό Στάδιο Βάρης)

Έργο ιστορικής σημασίας ο παραλιακός ποδηλατόδρομος



του Γιώργου Λαουτάρη

Πόσο κοντόφθαλμη και άστοχη μπορεί να γίνει η δημόσια κριτική κατοίκων της περιοχής μπροστά σε ένα υπό εξέλιξη έργο! Μοιάζοντας με εκείνους που όταν τους δείχνουν το φεγγάρι επικεντρώνονται στο δάχτυλο, κάποιοι ενοχλήθηκαν από τις εργασίες κατασκευής του παραλιακού ποδηλατόδρομου, που υποχρεωτικά κατήργησαν κάποιες επιφάνειες με χλοοτάπητα στην ακτογραμμή της Βούλας, και δημοσιοποίησαν την καταγγελία τους ότι πλήττεται το πράσινο. Είναι αλήθεια ότι ένα εργοτάξιο, όπως αυτό που λειτουργεί τις τελευταίες εβδομάδες στη Βούλα και τη Γλυφάδα παράλληλα, προκαλεί ενόχληση, πολλή σκόνη και κατά κανόνα αδικεί κατάφωρα, με την εικόνα του τσιμέντου που χρησιμοποιείται στη βάση, την τελική όψη του έργου όταν αυτό παραδοθεί. Ας δούμε λοιπόν τη μεγάλη εικόνα, ενός μεγάλου έργου.

Ο πεζόδρομος και ποδηλατόδρομος που ονομάστηκε «αθηναϊκή ριβιέρα, αστικός περίπατος» φιλοδοξεί να κάνει το αυτονόητο που η ελληνική πραγματικότητα κατέστησε έναν δυσεπίλυτο γραφειοκρατικό και τεχνικό γρίφο: Την ενοποίηση της αττικής ακτογραμμής με στόχο ένας περιπατητής ή ποδηλάτης να μπορεί να διασχίσει χωρίς εμπόδια, με ασφάλεια και με σύγχρονες υποδομές, την απόσταση από τη Βουλιαγμένη ως το Φάληρο. Το έργο έχει συνολικό μήκος περίπου 18 χιλιόμετρα και αναμένεται να κοστίσει πάνω από 19 εκατομμύρια ευρώ. Σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα που έχει ανακοινωθεί, ο αστικός περίπατος θα παραδοθεί το φετινό Φθινόπωρο και η εξέλιξη των εργασιών αφήνει κάποια περιθώρια αισιοδοξίας ότι αυτή η εξαγ-



**Η δημιουργία της διαδρομής
θα αποκαλύψει συνολικά
μια άλλη, αθέατη
σήμερα όψη της αττικής
ακτογραμμής**

γελία μπορεί και να τηρηθεί σε γενικές γραμμές. Σε αυτή τη φάση εξελίσσονται εντατικά τα έργα στη Βούλα και στη Γλυφάδα και δείχνουν να ολοκληρώνονται, ενώνοτας για πρώτη φορά τις δύο περιοχές σε μια παραλιακή ενιαία διαδρομή. Η Γλυφάδα έχει ήδη ολοκληρώσει σε προηγούμενη φάση μια δική της περιπατητική και ποδηλατική διαδρομή στην παραλία που θα ενσωματωθεί στο έργο. Ανάλογα σχεδιάζει και η δημοτική αρχή Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης να προσαρμόσει στον «αστικό περίπατο» τον πεζόδρομο και ποδηλατόδρομο του Καβουρίου που θα ενώσει Βουλιαγμένη και Βούλα.

Το μεγάλο ερωτηματικό είναι το κομμάτι του Ελληνικού, η ζώνη 6 του έργου, που αφορά σε ένα σημαντικό ποσοστό της διαδρομής (4,2 χιλιόμετρα). Εκεί όπου σήμερα εξελίσσονται εντατικά τα έργα της περιώνυμης οικιστικής επένδυσης, ο Δήμαρχος Γιάννης Κωνσταντάτος έχει επισημάνει το παράδοξο ότι η διαδρομή του πεζόδρομου και ποδηλατόδρομου έχει σχεδιαστεί να περνά μέσα από τη νέα πόλη που δημιουργείται και όχι δίπλα στη θάλασσα όπου είναι η φυσική της διαδρομή.

Σε ένα σημείο μάλιστα, εντός της περιοχής κατοικίας του Μικρού Ελληνικού, προβλέπεται η διέλευση του «περιπάτου» από έναν δρόμο ήπιας κυκλοφορίας όπου θα περνούν ταυτόχρονα πεζοί, ποδηλάτες και μηχανοκίνητα οχήματα για την εξυπηρέτηση των κατοίκων. Το γεγονός ότι το Δημοτικό Συμβούλιο Ελληνικού Αργυρούπολης έχει ανακαλέσει την έγκρισή του για το έργο περιπλέκει αρκετά την κατάσταση, καθώς οι ημερομηνίες παράδοσης πλησιάζουν. Η εκκρεμότητα αυτή απειλεί συνολικά τη φυσιογνωμία και τη λειτουργικότητα του έργου, καθώς βρίσκεται σχεδόν στο μέσο της συνολικής διαδρομής σπάζοντάς την στα δύο.

Ακόμη όμως και στο αρνητικό σενάριο για την εξέλιξη του έργου, κατά το οποίο το κομμάτι του Ελληνικού καθυστερήσει, από μόνη της η παραλιακή πεζοπορική και ποδηλατική σύνδεση της Βουλιαγμένης με τη Γλυφάδα είναι ένα κορυφαίο στοιχείο της περιοχής που αποκτά ιστορικές διαστάσεις, αν αναλογιστεί κανείς ότι τα κάθε είδους εμπόδια που αποτρέπουν την ενιαία διαδρομή υψώνονται από την αρχή της οικιστικής εγκατάστασης τον προηγούμενο αιώνα. Ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος με το γνωστό του δυναμισμό και με αφορμή τα έργα του ποδηλατόδρομου απέτρεψε οριστικά το ενδεχόμενο να υψωθεί ξανά η μη προβλεπόμενη περίφραξη στις εγκαταστάσεις του ΝΑΟΒ, απελευθερώνοντας έτσι ένα πολύτιμο κομμάτι παραλίας. Η δημιουργία της διαδρομής θα αποκαλύψει συνολικά μια άλλη, αθέατη σήμερα, όψη της αττικής ακτογραμμής.

Άλλωστε, από τον Άλιμο και μέχρι την Καλλιθέα σήμερα η παραλιακή διαδρομή είναι πρακτικά ενιαία και προσβάσιμη σε πεζούς. Με την εξαίρεση λίγων σημείων, ένας ποδηλάτης ή ένας δρομέας μπορεί να διανύσει την απόσταση από την Ακτή του Ηλίου μέχρι το Κέντρο Πολιτισμού Σταύρος Νιάρχος, απολαμβάνοντας ανεμπόδιστα μια εξαιρετική βόλτα. Το πιο σύνθετο μορφολογικά και πολεοδομικά κομμάτι της Βουλιαγμένης, της Βούλας και της Γλυφάδας, το οποίο έχει από τη δεκαετία του '50 κατατηθεί με τα τουριστικά παραθαλάσσια ακίνητα των κλειστών ακτών, αποτελεί πλέον την ανορθογραφία, αναδεικνύοντας αυτό το στρεβλό μοντέλο τουριστικής ανάπτυξης στο οποίο ακόμη επιμένει το κράτος και ο κτηματικός του βραχίονας, η ΕΤΑΔ.

Δεν χρειάζεται να είναι κανείς μυημένος στις αρχές της βιώσιμης αστικής κινητικότητας για να αντιληφθεί τη σημασία που έχει η απελευθέρωση του χώρου και η δημιουργία του παραλιακού πεζόδρομου και ποδηλατόδρομου. Σε μια περίοδο που τα κυκλοφοριακά αδιέξοδα εντείνονται, τα αυτοκίνητα παρά την ενεργειακή κρίση αυξάνονται και η καθημερινή ταλαιπωρία επιτείνεται, κάθε διέξοδος προς ένα εναλλακτικό μοντέλο μετακινήσεων, ακόμα και στον ελεύθερο χρόνο, δείχνει τη σωστή κατεύθυνση.

Χρώματα και μυρωδιές της Άνοιξης στη Βάρκιζα

**Η 34η
Ανθοκομική
Έκθεση
στην παραλία
μέχρι τις
18 Μαΐου**



Με πολύχρωμα λουλούδια και αρώματα γεμάτη φύση, η Ανθοκομική Έκθεση της Βάρκιζας επέστρεψε δυναμικά για 34η χρονιά. Από την Παρασκευή 25 Απριλίου έως και την Κυριακή 18 Μαΐου από τις 10 το πρωί έως τις 10 το βράδυ, το πλακόστρωτο της παραλίας γεμίζει και πάλι με ομορφιά και ανοιξιάτικη διάθεση, καλωσορίζοντας την πιο ανθισμένη εποχή του χρόνου. Φέτος για πρώτη φορά η έκθεση διαρκεί τρεις εβδομάδες αντί για δύο, όπως γινόταν μέχρι σήμερα. Όπως εξήγησε ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, το διάστημα παρατάθηκε για να έχουν περισσότεροι επισκέπτες την ευκαιρία να την απολαύσουν και για να δοθεί περισσότερος χρόνος στους παραγωγούς να παρουσιάσουν τη δουλειά τους.

Πάνω από 25 παραγωγοί συμμετέχουν φέτος, φέρνοντας φυτά, λουλούδια, δεντράκια και προϊόντα για τον κήπο, γεμίζοντας την παραλία με τα καλά της φύσης. Οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία

να γνωρίσουν από κοντά μια μεγάλη ποικιλία από φυτά και να βρουν ιδέες για να φροντίσουν το μπαλκόνι ή τον κήπο τους. Τα επίσημα εγκαίνια της έκθεσης έγιναν την Κυριακή 27 Απριλίου, με την παρουσία του Δημάρχου Γρηγόρη Κωνσταντέλλου, του προέδρου του Τοπικού Συμβουλίου Βάρης Παναγιώτη Παππά, του ιστορικού υπεύθυνου της έκθεσης Λευτέρη Αργυρουδάκη αλλά και του τέως υπουργού και βουλευτή της περιοχής Βασίλη Οικονόμου. Τα εγκαίνια της έκθεσης έγιναν με αγιασμό, ενώ ακολούθησαν επιδείξεις από τις παγκόσμιες πρωταθλήτριες των Αμαζόνων που εντυπωσίασαν με τον ομαδικό χορό τους, ενώ ακολούθησαν παραδοσιακοί χοροί και ένα πρόγραμμα ζωντανής μουσικής. Πλήθος επισκεπτών παρέστησαν στη μικρή γιορτή, τιμώντας τον θεσμό παρά τις κακές καιρικές συνθήκες που επικρατούσαν στην πόλη.

Η Ανθοκομική Έκθεση της Βάρκιζας αποτελεί πια μια αγαπημένη ανοιξιάτικη παράδοση για την περιοχή. Δεν είναι απλώς μια έκθεση λουλουδιών. Είναι μια μεγάλη γιορτή για μικρούς και μεγάλους, μια ευκαιρία να έρθουμε πιο κοντά στη φύση και να χαρούμε τη βόλτα μας δίπλα στη θάλασσα. Η ιστορία της ξεκινά το 1987, όταν ο τότε Δήμαρχος Βάρης, Κωνσταντίνος Μπαγλατζής, οργάνωσε την πρώτη έκθεση. Από τότε, κάθε άνοιξη, η Βάρκιζα φοράει τα γιορτινά της και γεμίζει ζωή. Ιδιαίτερα τη δεκαετία του '90, η έκθεση γνώρισε μεγάλη επιτυχία και, όπως λένε παλαιοί κάτοικοι, σε μία χρονιά οι επισκέπτες ξεπέρασαν τις 100.000. Για πολλά χρόνια η Ανθοκομική φιλοξενούνταν μέσα στην ακτή ΕΟΤ της Βάρκιζας και συνδύαζε την αγορά φυτών με μια όμορφη βόλτα δίπλα στη θάλασσα. Επαγγελματίες, αλλά και ερασιτέχνες λάτρεις της κηπουρικής ανυπομονούσαν κάθε χρόνο να την επισκεφτούν. Όσοι αγαπούν τα λουλούδια, τη φύση και τις βόλτες πλάι στη θάλασσα, έχουν έναν καλό λόγο να επισκεφτούν φέτος την Ανθοκομική Έκθεση της Βάρκιζας.

Μέλος ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος Νέο ΔΣ του Ασκληπιείου Νοσοκομείου



Με νέα σύνθεση ξεκινά τη λειτουργία του το Διοικητικό Συμβούλιο του Νοσοκομείου Βούλας «Ασκληπιείο» με τη συμμετοχή του Δημάρχου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρη Κωνσταντέλλου ως τακτικού μέλους. Η παρουσία του δημάρχου στο νέο ΔΣ θεωρείται πολύ σημαντική, καθώς φέρνει το νοσοκομείο πιο κοντά στην τοπική

κοινωνία και ανοίγει τον δρόμο για καλύτερη συνεργασία με τον Δήμο και άλλους φορείς της περιοχής. Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου και διοικητής παραμένει ο Αιμίλιος Βουγιουκλάκης, που ανανέωσε τη θητεία του μέσα από τη διαδικασία του ΑΣΕΠ. Ο Αθανάσιος Παπαθανασίου ορίστηκε αναπληρωτής του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου, ενώ Αντιπρόεδρος του Συμβουλίου είναι ο Ευάγγελος Πάνου, συνταξιούχος τραπεζικός και εκπρόσωπος του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού.

Στο νέο ΔΣ συμμετέχουν ακόμα ο ιατρός καρδιολόγος Αθανάσιος Μανώλης με αναπληρωτή τον ηλεκτρολόγο μηχανικό Μιχαήλ Καμπίτση, ο γιατρός Αντώνιος Ασημακόπουλος εκπροσωπώντας τον Ελληνικό Ερυθρό Σταυρό με αναπληρώτρια την Ευαγγελία Γιακουμάτου, η δημοτική υπάλληλος Μαρίνα Καλαντζάκη επίσης εκπρόσωπος του Ερυθρού Σταυρού με αναπληρώτρια τη Σοφία Νικολοπούλου, ο διευθυντής ορθοπαιδικής του νοσοκομείου Γεώργιος Γεωργιάδης με αναπληρώτρια τη διευθύντρια ακτινολογίας Δέσποινα Τσωνίδου και η Θεοδώρα Χασιώτου από τον κλάδο της νοσηλευτικής, εκπρόσωπος των εργαζομένων, με αναπληρωτή τον Δημήτριο Γαρδικλή.

Η συμμετοχή του Δημάρχου στο διοικητικό σχήμα θεωρείται πολύτιμη, καθώς γνωρίζει καλά τα προβλήματα και τις ανάγκες της περιοχής και μπορεί να στηρίξει τις προσπάθειες για την αναβάθμιση του νοσοκομείου. Ο ίδιος έχει δείξει πολλές φορές στο παρελθόν έμπρακτο ενδιαφέρον για τη δημόσια υγεία και τη βελτίωση των υπηρεσιών προς τους πολίτες, ενώ πρωτοστάτησε στην άμυνα έναντι της Εκκλησίας, όταν αυτή προ λίγων ετών διεκδίκησε ένα μεγάλο κομμάτι του νοσοκομείου.



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

Δημοτικοί παιδικοί σταθμοί Δωρεάν τα τροφεία και εκπτώσεις με εισοδηματικά κριτήρια

Επικαιροποιήθηκαν τα κριτήρια για την οικονομική εισφορά των οικογενειών των φιλοξενούμενων παιδιών στους δημοτικούς βρεφονηπιακούς σταθμούς του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης στη συνεδρίαση του Δημοτικού Συμβουλίου που πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 28 Απριλίου. Οι ρυθμίσεις στοχεύουν στη δίκαιη και αναλογική συμμετοχή, όπως τόνισε εισαγωγικά η υπεύθυνη αντιδήμαρχος Βίκυ Σφήκα, λαμβάνοντας υπόψη το οικογενειακό εισόδημα. Επίτευγμα του Δήμου θεωρείται ότι εδώ και χρόνια κανένα παιδί που κάνει αίτηση δεν μένει εκτός. Έτσι, για τις οικογένειες με ετήσιο εισόδημα έως 25.000 ευρώ, η φιλοξενία στους σταθμούς είναι δωρεάν. Για εισοδήματα από 25.000 έως 35.000 ευρώ, το κόστος ανέρχεται στα 50 ευρώ το μήνα, ενώ για εισοδήματα από 35.000 έως 45.000 ευρώ διαμορφώνεται στα 80 ευρώ. Στην κλίμακα εισοδήματος από 45.000 έως 55.000 ευρώ, τα τροφεία είναι 100 ευρώ το μήνα, από 55.000 έως 65.000 ευρώ ανέρχονται σε 120 ευρώ, ενώ από 65.000 έως 75.000 ευρώ φτάνουν τα 140 ευρώ. Για οικογένειες με ετήσιο εισόδημα άνω των 75.000 ευρώ, η οικονομική εισφορά ορίζεται στα 160 ευρώ το μήνα.

Ο Δήμος δείχνει ιδιαίτερη μέριμνα για τις ευάλωτες κοινωνικές ομάδες. Έτσι, πολύτεκνες οικογένειες, οικογένειες που φιλοξενούν βρέφη ή νήπια σε ιδρύματα ή ανάδοχες δομές, απαλλάσσονται πλήρως από την υποχρέωση καταβολής τροφείων. Παράλληλα, προβλέπονται εκπτώσεις για μονογονεϊκές οικογένειες, οι οποίες επωφελούνται με μείωση 50% στο ποσό των τροφείων. Αντίστοιχη μείωση ισχύει και για τις τρίτεκνες οικογένειες. Επιπλέον, όταν δύο αδέρφια φιλοξενούνται ταυτόχρονα στους δημοτικούς σταθμούς, για το δεύτερο παιδί η οικογένεια καταβάλλει μόνο το 50% της οικονομικής εισφοράς. Δικαίωμα εγγραφής στους δημοτικούς βρεφονηπιακούς σταθμούς του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης έχουν τα βρέφη από την ηλικία των 6 μηνών έως και 2,5 ετών και τα νήπια από 2,5 ετών μέχρι την εγγραφή τους στην υποχρεωτική εκπαίδευση.

Στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης λειτουργούν τέσσερις σύγχρονοι δημοτικοί βρεφονηπιακοί σταθμοί που κάθε χρόνο φιλοξενούν περίπου 250 βρέφη και νήπια, προσφέροντας στα παιδιά ένα ασφαλές περιβάλλον με πλούσιο παιδαγωγικό πρό-



γραμμα και υψηλής ποιότητας φροντίδα. Με στόχο τη στήριξη των οικογενειών της περιοχής, οι σταθμοί στεγάζονται σε κατάλληλα κτίρια που πληρούν όλες τις προδιαγραφές ασφάλειας και λειτουργικότητας, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην ψυχοσωματική ανάπτυξη των μικρών παιδιών. Οι τέσσερις δημοτικοί βρεφονηπιακοί σταθμοί του Δήμου είναι οι εξής: Ο 1ος Δημοτικός Βρεφονηπιακός Σταθμός Βούλας στη διασταύρωση των οδών Οδυσσέως και Πανός, ο 2ος Δημοτικός Βρεφονηπιακός Σταθμός Βούλας στην οδό Ηρακλειδών 35, ο 1ος Δημοτικός Βρεφονηπιακός Σταθμός Βάρης στην περιοχή του Ασύρματος στη συμβολή των οδών Νικολάου Φωκά και Μουτούση και τέλος, ο 2ος Δημοτικός Βρεφονηπιακός Σταθμός Βάρης στη Μηλαδέζα, επί της οδού Οθωνών 5.

Δημοτικό Συμβούλιο Σκληραίνει τη στάση του ο Δήμος για την ηχορρύπανση



Με αποφασιστικότητα απέναντι στην ηχορρύπανση προχωρά ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, αναπροσαρμόζοντας δραστικά τα πρόστιμα για όσους επιχειρηματίες επιμένουν να μην τηρούν τους κανόνες λειτουργίας μουσικής. Η απόφαση ελήφθη στο Δημοτικό Συμβούλιο της 28ης Απριλίου, μετά από σωρεία καταγγελιών κατοίκων της Βούλας για σοβαρή όχληση από κατάσταση υγειονομικού ενδιαφέροντος.

Η δημοτική αρχή «με σεβασμό στους κατοίκους και με στόχο τη διαφύλαξη της ποιότητας ζωής τους», όπως τόνισε στην εισήγησή του ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, αποφάσισε την αναπροσαρμογή των διοικητικών προστίμων για οχλούσες δραστηριό-

τητες και ειδικότερα για παραβάσεις ηχορρύπανσης. Ο Δήμαρχος τόνισε ότι η δημοτική αρχή δεν πρόκειται να ανεχτεί συμπεριφορές που αντιβαίνουν στους κανονισμούς της πόλης και προειδοποίησε πως σε περίπτωση επαναλαμβανόμενων παραβάσεων, η στάση του Δήμου θα γίνει ακόμα πιο αυστηρή. Στο πλαίσιο της απόφασης αυτής, τα προβλεπόμενα στη σχετική κανονιστική απόφαση τετραπλασιάστηκαν. Συγκεκριμένα, το πρόστιμο για κάθε παράβαση χρήσης ή λειτουργίας μουσικής σε υπαίθριο (εξωτερικό) χώρο χωρίς σχετική άδεια παράτασης ωραρίου ή πέραν του επιτρεπόμενου ωραρίου αυξάνεται από 5.000 σε 20.000 ευρώ. Για κάθε παράβαση σε στεγασμένο χώρο, χωρίς άδεια ή πέραν του ωραρίου, το πρόστιμο αναπροσαρμόζεται από 2.500 σε 10.000 ευρώ. Σε περιπτώσεις υπέρβασης του ανώτατου επιτρεπόμενου ωραρίου, ακόμη και με άδεια παράτασης, το πρόστιμο διαμορφώνεται από 3.000 σε 12.000 ευρώ. Η υπέρβαση του ανώτατου ορίου ντεσιμπέλ άνω των 80 επιφέρει πλέον πρόστιμο 12.000 ευρώ, ενώ για υπερβάσεις άνω των 100 ντεσιμπέλ το πρόστιμο εκτοξεύεται στα 24.000 ευρώ από 6.000 ευρώ που ίσχυε μέχρι σήμερα. Παράλληλα, για τη χρήση μουσικών οργάνων χωρίς την απαραίτητη άδεια, το πρόστιμο αυξάνεται από 3.000 σε 12.000 ευρώ. Η υπόθεση του κέντρου όπου λειτουργούσε παλιά το «Βο» λειτούργησε ως κινητήριο μοχλός για τη λήψη αυστηρότερων μέτρων, καθώς οι επανειλημμένες παραβάσεις σύμφωνα με τον δήμαρχο και η καταγγελλόμενη αδιαφορία των ιδιοκτητών για τις επισημάνσεις της δημοτικής αρχής προκάλεσαν την αγανάκτηση των κατοίκων και την άμεση αντίδραση της διοίκησης του Δήμου.

Γρηγόρης Κωνσταντέλλος

«Δυνατή αυτοδιοίκηση, ευέλικτη, με πολιτική ισχύ»

Δυναμική παρέμβαση στην κοινή συνεδρίαση ΚΕΔΕ - ΕΝΠΕ

Με μια πολιτική αλλά και τεχνοκρατική τοποθέτηση, ο Α' αντιπρόεδρος της ΚΕΔΕ και Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, τάραξε τα συναινετικά νερά κατά την κοινή συνεδρίαση των Διοικητικών Συμβουλίων της Κεντρικής Ένωσης Δήμων Ελλάδος και της Ένωσης Περιφερειών Ελλάδος, που συγκλήθηκε σε κεντρικό ξενοδοχείο της Αθήνας τη Δευτέρα 28 Απριλίου, προκειμένου να συζητήσει τον υπό κατάρτιση νέο κώδικα της αυτοδιοίκησης. Το νομοθέτημα παρουσίασε στον αυτοδιοικητικό κόσμο ο υπουργός Εσωτερικών Θεόδωρος Λιβάνιος συνοψίζοντας τα 4 βιβλία και τα 76 κεφάλαια που στόχο έχουν να συγκεντρώσουν τις διάσπαρτες σήμερα εν ισχύ διατάξεις που αλληλοκαλύπτονται και πολλές φορές συγκρούονται μεταξύ τους. Τα προεδρεία των δύο ενώσεων εξέφρασαν ρητά την εμπιστοσύνη τους στην κυβέρνηση και χαιρέτισαν μια σειρά από θετικές αλλαγές που εισηγείται. Ταυτόχρονα επανέλαβαν τις πάγιες διεκδικήσεις των ΟΤΑ για αύξηση των πόρων. Σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα που παρουσίασε ο υπουργός, στόχος της κυβέρνησης είναι να έχει ψηφιστεί ο νέος κώδικας πριν τη θερινή διακοπή της Βουλής.

Η διαφορά στην παρέμβαση του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου σε σχέση με τις υπόλοιπες ήταν ότι παρότι ο ίδιος προέρχεται από την κυβερνητική παράταξη στην ΚΕΔΕ, δεν αφιέρωσε την ομιλία του στις γνωστές ασκήσεις ισορροπιών και σε ευχολόγια, αλλά τοποθετήθηκε ως γνήσιος αυτοδιοικητικός εντοπίζοντας θέματα προς επίλυση. Εισαγωγικά είπε ότι ο κώδικας είναι αναγκαίος διότι «χρειαζόμαστε κάτι νέο που θα δώσει πνοή στην Αυτοδιοίκηση». Ωστόσο, σχολιάζοντας τι είδους αυτοδιοίκηση θέλει διαχρονικά το κράτος, είπε ότι ανεξαρτήτως του κόμματος που βρίσκεται στην εξουσία, αυτό δεν θέλει «μία δυνατή, ευέλικτη, παρεμβαίνουσα αυτοδιοίκηση με πολιτική ισχύ και τοπική παρουσία» αλλά αντίθετα «ένα ποδηγετημένο, απονευρωμένο σύστημα οργανώσεων τοπικού χαρακτήρα που θα βρίσκονται κάθε βδομάδα στον καθ' ύλην αρμόδιο υπουργό και θα χτυπούν την πόρτα ως επαίτες για να ζητούν το αυτονόητο, τη λειτουργικότητά τους, την αποδοτικότητά τους, τα χρήματα για να κάνουν τη δουλειά τους».

Χωρίς να μείνει στην κριτική, ο δήμαρχος των 3Β υπογράμμισε ότι «τώρα είναι η χρυσή μας ευκαιρία μετά από αποτυχημένες προσπάθειες να αλλάξουμε μοντέλο», καλώντας τους συναδέλφους του και τα μέλη της κυβέρνησης να προχωρήσουν «γενναία, έτοιμοι να κάνουμε τομές» και όχι να υιοθετήσουν «μία τακτοποιητική προσέγγιση». Εκφράζοντας την προσωπική του άποψη είπε ακόμη ότι με τα μέχρι στιγμής δεδομένα, δεν πρόκειται για «μία μεγάλη, ολιστική αλλαγή» αλλά για «μία τακτοποίηση σειράς νομοθετημάτων ατάκτως ερριμμένων που χρήζουν κωδικοποίηση νομική, ίσως και πολιτική». Καυτηρίασε παράλληλα το γεγονός ότι η ομάδα εργασίας που επεξεργάζεται τον κώδικα «δεν έχει βιωματική σχέση με την αυτοδιοίκηση», αλλά αντιμετωπίζει τα θέματα με μια ακαδημαϊκή απόσταση.

Προχωρώντας σε λεπτομέρειες, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος είπε ότι οι αλλαγές που προωθούνται στον έλεγχο νομιμότητας των αποφάσεων των ΟΤΑ κινούνται σε θετική κατεύθυνση αλλά συμπλήρωσε ότι δεν πρέπει οι ελεγκτές νομιμότητας να γίνονται «το μακρύ χέρι των υπουργείων». Και πρόσθεσε: «Δεν θέλουμε κανένα ελεγκτή νομιμότητας όπως δεν έχουν ελεγκτές και τα υπουργεία για τις κυβερνητικές αποφάσεις των στελεχών τους. Αφήστε μας να μας δικάσει ο φυσικός δικαστής. Γιατί πρέπει



Ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος δεν περιορίστηκε σε μια ομιλία ισορροπιών, αλλά ανέδειξε τα σημεία που θα μπορούσα να μετατρέψουν τον υπό κατάρτιση Νέο Κώδικα Αυτοδιοίκησης σε ένα οραματικό εργαλείο για την ουσιαστική αλλαγή του θεσμού

οπωσδήποτε να έχουμε έναν γκαουλάιτερ από πάνω μας; Ποια είναι η αυτονομία της αυτοδιοίκησης;». Σχετικά με το θέμα του προσωπικού, ο αντιπρόεδρος της ΚΕΔΕ είπε ότι ο θεσμός της κινητικότητας στο Δημόσιο «έχει διαλύσει τους δήμους» και ζήτησε να περιοριστεί διότι το στελεχιακό δυναμικό των δήμων αναζητά «τελωνεία και ανεξάρτητες αρχές και οτιδήποτε έχει καλύτερες αποδοχές και καλύτερες συνθήκες».

Στο ζήτημα των αρμοδιοτήτων των ΟΤΑ, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος πήγε ένα βήμα μπροστά ζητώντας να εξεταστούν οι αρμοδιότητες του κράτους και αν αυτές αφορούν σε τοπικές υποθέσεις, τότε να περάσουν στη δικαιοδοσία των δήμων και των περιφερειών. Σχολιάζοντας μια φράση του Θεόδωρου Λιβάνιου, ότι η κατάργηση των νομικών προσώπων επέφερε εξοικονόμηση κάποιων εκατομμυρίων στο κράτος, ο Δήμαρχος των 3Β είπε πως «ό,τι πληρώναμε πριν, το πληρώνουμε και τώρα, απλώς το πληρώνουμε πολύ πιο δύσκολα», παρατηρώντας πως η κατάργηση των σχολικών επιτροπών φέρνει διαμαρτυρίες από τους διευθυντές και των συλλόγων γονέων για τις δυσλειτουργίες στα σχολεία. Ως θετικές αποτίμησε τις αλλαγές που προωθούνται στην καταστατική θέση των αιρετών, όμως εξέφρασε τις αμφιβολίες του για την ανάγκη μιας νέας αλλαγής στον εκλογικό νόμο της αυτοδιοίκησης, «Χρειαζόμαστε σήμερα νέο εκλογικό νόμο;», διερωτήθηκε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος και πρόσθεσε: «Πασχίσαμε πριν από τρία χρόνια να φτιάξουμε νέο εκλογικό νόμο και να φύγουμε από την ακυβερνησία. Αφού τον φτιάξαμε εκείνο τον νόμο, τώρα θα φτιάξουμε άλλο; Χρειαζόμαστε χρήματα, όχι εκλογικό νόμο».



Όπως τονίζεται σε κοινή ανακοίνωση που εξέδωσαν ΚΕΔΕ και ΕΝΠΕ, «κοινή συνισταμένη των εκπροσώπων των δύο φορέων, όπως εκφράστηκε κατά τις τοποθετήσεις τους, είναι η ανάγκη ενός νέου, λειτουργικού πλαισίου πολυεπίπεδης διακυβέρνησης, στο οποίο το μεν Κράτος σχεδιάζει στρατηγικά, αλλά δεν ασκεί μικροδιοίκηση, και η δε Αυτοδιοίκηση Α' και Β' βαθμού συμμετέχει στον σχεδιασμό των δημόσιων πολιτικών και αναλαμβάνει καθαρά τις ευθύνες που αναλογούν στην καθημία».

Πολιτική Προστασία**Παράταση για τον καθαρισμό οικοπέδων έως 15 Ιουνίου****Έλεγχοι του Δήμου στα δηλωμένα ως καθαρισμένα οικόπεδα της πλατφόρμας**

Με ανακοίνωσή του ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης υπενθύμισε την υποχρέωση καθαρισμού των οικοπέδων ενόψει της αντιπυρικής περιόδου που ξεκινά την 1η Μαΐου και διαρκεί έως τις 31 Οκτωβρίου. Με βάση την ισχύουσα νομοθεσία, οι ιδιοκτήτες, νομείς, επικαρπωτές ή μισθωτές οφείλουν να καθαρίσουν και να διατηρούν καθαρούς τους ακάλυπτους χώρους τους με δική τους δαπάνη, προκειμένου να αποτραπεί ο κίνδυνος πυρκαγιάς και η εξάπλωσή της.

Μετά τον καθαρισμό, απαιτείται η υποβολή υπεύθυνης δήλωσης στο Εθνικό Μητρώο

Φέτος, δόθηκε παράταση στην αρχική προθεσμία καθαρισμού από τις 30 Απριλίου έως και τις 15 Ιουνίου, γεγονός που αντανακλά την πραγματική ανάγκη για περισσότερο χρόνο. Όπως εξήγησε ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, «η υπερβολική προσέγγιση που αναφέρει ότι ξεκινάμε 1η Απριλίου και μέχρι την 1η Μαΐου όλα θα πρέπει να είναι καθαρά, είναι κάτι που τεχνικά δεν γίνεται. Εμείς το κάναμε δύο φορές και αναγκαστήκαμε στις αρχές Ιουνίου (σ.σ. αναφερόμενος στην περσινή χρονιά) να κάνουμε δεύτερη αποψίλωση τουλάχιστον στα κοινόχρηστα, γιατί ο Μάιος είναι ένας μήνας όπου υπάρχει υγρασία και σημειώνονται βροχές». Σύμφωνα με τον ίδιο, η φυσιολογική περίοδος αποψίλωσης ξεκινά περίπου στις 20 Μαΐου και διαρκεί για έναν μήνα, κάτι που ελήφθη υπόψη και από το υπουργείο για τη χορήγηση της παράτασης.

Ο καθαρισμός αφορά ακίνητα σε περιοχές εντός σχεδίου, οικισμούς χωρίς ρυμοτομικό σχέδιο, περιοχές σε ακτίνα 100 μέτρων από αυτές, καθώς και εκτός σχεδίου γήπεδα με κτίσματα. Οι εργασίες περιλαμβάνουν την απομάκρυνση ξερών ή επικίνδυνων κλαδιών και δέντρων, τον καθαρισμό από ξερά χόρτα και σκουπίδια, την αραίωση της χαμηλής βλάστησης και τη μεταφορά των υπολειμμάτων. Μετά τον καθαρισμό, απαιτείται η υποβολή υπεύθυνης δήλωσης στο Εθνικό Μητρώο έως τις 15 Ιουνίου. Αξίζει να σημειώσουμε πως οι πρώτοι έλεγχοι του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης στα δηλωμένα ως καθαρισμένα οικόπεδα έχουν ήδη ξεκινήσει. Μάλιστα, ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος αποκάλυψε ότι εντοπίστηκαν εννέα περιπτώσεις ψευδών δηλώσεων, στις οποίες δεν είχε γίνει ο προβλεπόμενος καθαρισμός, ενώ είχε δηλωθεί το αντίθετο. «Εκεί υπάρχει ένα αυτόματο πρόστιμο το οποίο επιβάλλεται, το οποίο είναι αρκετά μεγάλο», σημείωσε, με το ελάχιστο να ανέρχεται στα 12.000 ευρώ. Σε περίπτωση μη συμμόρφωσης ή αυτεπάγγελτου καθαρισμού, το κόστος καταλογίζεται στους ιδιοκτήτες. Όσοι έχουν μεταβιβάσει την ιδιοκτησία, καλούνται να ενημερώσουν το Τμήμα Εσόδων του Δήμου με σχετική υπεύθυνη δήλωση. Σε ανακοίνωσή του ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης καλεί τους πολίτες να ανταποκριθούν άμεσα, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην πρόληψη των πυρκαγιών και την ασφάλεια της περιοχής.

Μητρώο Ευάλωτων Ομάδων για περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης**Πολίτες που θα χρειαστούν βοήθεια σε μια οργανωμένη απομάκρυνση λόγω πυρκαγιάς**

Μητρώο Ευάλωτων Ομάδων πολιτών συγκροτείται στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης βάσει οδηγίας της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας. Το μητρώο αφορά κατοίκους δομημένων περιοχών με άμεση γειννίαση σε δάση ή δασικές εκτάσεις και έχει στόχο την οργανωμένη προληπτική απομάκρυνσή τους σε περίπτωση πυρκαγιάς. Οι ενδιαφερόμενοι, είτε πρόκειται για άτομα που ανήκουν σε ευάλωτες ομάδες –όπως άτομα με αναπηρίες ή κινητικά προβλήματα– είτε για συγγενικά τους πρόσωπα ή προσωπικούς βοηθούς, καλούνται να συμπληρώσουν αίτηση και να την υποβάλουν στο εμπιστευτικό πρωτόκολλο του Δήμου, που βρίσκεται στο Δημαρχείο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης (Λ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 18, Βούλα).

Η καταγραφή αφορά αποκλειστικά όσους διαμένουν σε συγκεκριμένες περιοχές που οριοθετούνται βάσει της εγγύτητάς τους με δασικά σημεία. Στη Δημοτική Ενότητα Βούλας περιλαμβάνονται η περιοχή Πευκωτό (οδοί Κανελλόπουλου, Υπάτης, Ιόλης, Φλέμινγκ, Μενελάου, Κυβέλης, Δεληγιαννάκη, Αγχιάλου, Δράμας, Ηγουμενί-



τσας) και ο ορεινός όγκος Πανοράματος - Χερώματος (Τροίας, Έκτορος, Κασταλίας, Αριστείδου, Παρνασσού, Ιερολοχιτών, Δαρδανελλίων, Σπάρτης, Ρόδου, Νυμφών). Στη Βάρη, οι περιοχές Κόρμπι (Ονείρων, Ρ. Βλαχοπούλου, Δημητσάνας, Λέρου, Μεγ. Σπηλαίου, Σεληνούντος, Κολοκοτρώνη, Υμηττού, Κισσάμου), Δίλοφο, ΣΕΟ (Καλαμάτας, Σφακίων, Κέρκυρας, Κέκροπος, Μεγ. Αλε-

ξάνδρου, Δάφνης, Υπάτης) και ο Λόφος Μπαράκο (Σφακίων, Αιγαίου, Τριπόλεως, Κρήτης, 2ας Μεραρχίας). Στη Βουλιαγμένη, η Φασκομηλιά (Μαυρολέοντος, Πριάμου, Θησέως, Πανός, Σαπφούς), το Μεγάλο Καβούρι (Κρόνου, Λαμπράκη, Καβουρίου, Ακτής), ο Λόφος Τάσσιανης (Λυκούργου, Αχιλλέως, Καρκαβίτσα), ο Λόφος Εθνικής Ενότητας και η περιοχή Ορφανοτροφείου στον όρμο Νηρηίδων (Λητούς, Βάχχου, Αύρας, Απόλλωνος).

Η υποβολή της αίτησης είναι ασφαλώς εθελοντική, όμως θεωρείται απαραίτητη για την έγκαιρη ενεργοποίηση του μηχανισμού προστασίας σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης. Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης καλεί τους κατοίκους που πληρούν τα κριτήρια να συμμετάσχουν ώστε να ενισχυθεί η ασφάλεια και η προληπτική θωράκιση της περιοχής.

Καταγραφή για κατοικίες κοντά σε δασικά σημεία



ΠΩΛΗΣΕΙΣ - ΜΙΣΘΩΣΕΙΣ - ΕΚΤΙΜΗΣΕΙΣ ΑΚΙΝΗΤΩΝ



ΕΧΕΜΥΘΕΙΑ - ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΣΜΟΣ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ



Αλέξανδρος, Γιάννης, Ακης Ρεβύθης



www.revithis.com / +30 210 81 35 181 / info@revithis.com

Νίκος Βόσκογλου

Συγκοινωνία και σωστή στάθμευση το κλειδί των ορθών μετακινήσεων

Ο συγκοινωνιολόγος του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης για το παρελθόν και το μέλλον των μετακινήσεων

Ένας άνθρωπος με εμπειρία πεδίου που ξεπερνά τις 5 δεκαετίες, που αγαπά τους αριθμούς και τα «σκληρά» δεδομένα και που πιστεύει στην αποστολή της δημόσιας συγκοινωνίας είναι ο συγκοινωνιολόγος που μελετά και εφαρμόζει τις μικρές και μεγάλες αλλαγές στο κυκλοφοριακό τοπίο του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, όπως η δημοτική συγκοινωνία και το σύστημα ελεγχόμενης στάθμευσης. Έχοντας ήδη σπουδές και εργασία στις ΗΠΑ, ο Νίκος Βόσκογλου από το 1978 έγινε Διευθυντής Συγκοινωνιακού Σχεδιασμού στον ελληνικό Οργανισμό Αστικών Συγκοινωνιών και έθεσε την υπογραφή σε μια αλλαγή που ακόμη και σήμερα συνιστά τη φιλοσοφία κίνησης των λεωφορείων στο Λεκανοπέδιο, που ήταν ο διαχωρισμός των γραμμών κορμού από τις τροφοδοτικές γραμμές. Ο «Δημοσιογράφος» μίλησε μαζί του για τις εμπειρίες του, για το μέλλον των μετακινήσεων στην πόλη αλλά και τις μεγάλες αλλαγές στα 3B.

Ένα τραμ που έμεινε στα χαρτιά

Μια εμπειρία που ο Νίκος Βόσκογλου είναι περήφανος να μοιράζεται ήταν η συνεργασία του με τον οραματιστή πολιτικό και εμβληματικό Δήμαρχο Αθηναίων Αντώνη Τρίτση. «Τηλεφωνούσε στις 6 το πρωί στο σπίτι επειδή είχε διάφορες σκέψεις που ήθελε να συζητήσει», θυμάται ο Νίκος Βόσκογλου. Ενθουσιώδης φίλος του τραμ, ο Τρίτσης ανέθεσε στον Νίκο Βόσκογλου και μια έμπειρη ομάδα να σχεδιάσουν μια γραμμή σταθερής τροχιάς που τελικά δεν υλοποιήθηκε ποτέ. «Έλεγε ότι η Αθήνα έχει διάφορα πολύτιμα πετράδια και είναι σαν ένα κομπολόι από το οποίο όμως λείπει η αλυσίδα που θα τα δέσει. Ήθελε ένα μέσο που θα ενώνει αυτά τα σημεία», θυμάται ο Νίκος Βόσκογλου και ανακαλεί την ανησυχία του τότε Δημάρχου πώς θα δεχτεί ο πρόεδρος της Δημοκρατίας Κωνσταντίνος Καραμανλής την επαναφορά του τραμ στην πρωτεύουσα, το οποίο είχε ο ίδιος ξηλώσει δεκαετίες νωρίτερα. «Είχε σχηματιστεί μια καλή ομάδα τότε, έχω ακόμα το τεύχος της μελέτης. Κάθε τόσο θυμάμαι τον Αντώνη με τις ανησυχίες που είχε. Στη συνέχεια άλλοι συνέχισαν το έργο του, με την ενοποίηση των αρχαιολογικών χώρων, εγώ ήμουν συνεργάτης για τον σχεδιασμό της Διονυσίου Αρεοπαγίτου και διάφορες άλλες πεζοδρομήσεις και μονοδρομήσεις στο κέντρο της Αθήνας. Ήταν άνθρωποι που είχαν οράματα και ήθελαν να προχωρήσουν και δεν τους ένοιαζε το πολιτικό κόστος».

Κινητικότητα ως παροχή υπηρεσίας

Άνθρωπος αφοσιωμένος στην αποστολή του, ο Νίκος Βόσκογλου δεν μένει στο παρελθόν, αλλά μελετά τις εξελίξεις στο πεδίο του. Μετρά τις αποστάσεις που ο ίδιος διανύει κάθε χρόνο και επιβεβαιώνει με τα προσωπικά του δεδομένα την παγκόσμια τάση να αυξάνεται η κινητικότητα των ανθρώπων και τα χιλιόμετρα που διανύουν κάθε



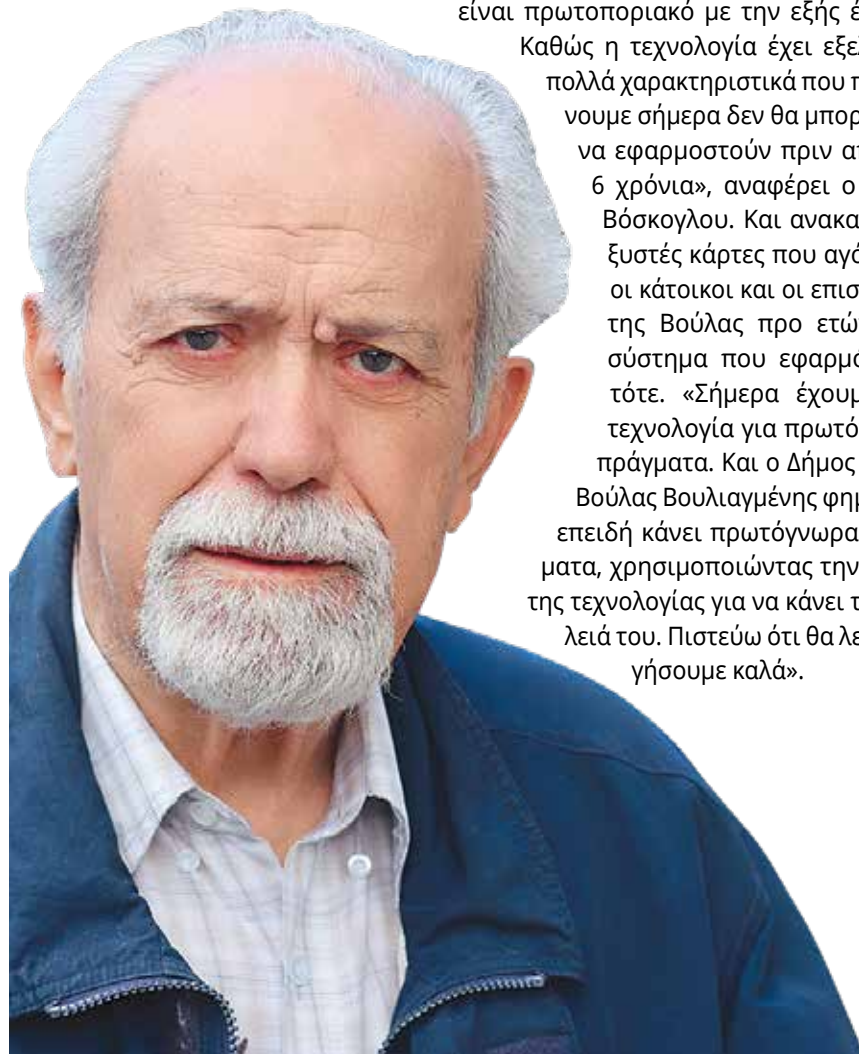
Σήμερα έχουμε την τεχνολογία για πρωτόγνωρα πράγματα στην ελεγχόμενη στάθμευση. Και ο Δήμος 3B φημίζεται επειδή κάνει πρωτόγνωρα πράγματα

χρόνο. Διαβάζοντας την εμπειρία άλλων χωρών εκτιμά ότι «και στις επόμενες δεκαετίες θα έχουμε ΙΧ αλλά σε άλλη μορφή που ονομάζεται mobility as a service, δηλαδή κινητικότητα ως παροχή υπηρεσίας. Όπως έχουμε σήμερα τα κινητά τηλέφωνα και ένας πάροχος μας εξυπηρετεί, αύριο θα υπάρχει ο αντίστοιχος πάροχος που θα μας δίνει το αυτοκίνητο για να πάμε όπου θέλουμε, έναντι μίας συνδρομής για κάποια ορισμένα χιλιόμετρα. Είναι ένας νέος τρόπος που έχει αναπτυχθεί σε άλλες χώρες. Δεν θα έχουμε ατομικά το αυτοκίνητό μας, αλλά με μια ειδοποίηση θα μας έρχεται, θα το χρησιμοποιούμε και θα το αφήνουμε κάπου για να το πάρει κάποιος άλλος».

Τον ρωτήσαμε αν έχουν μέλλον στη χώρα μας τα εναλλακτικά μέσα μικροκινητικότητας που έχουν εισβάλει δυναμικά στην καθημερινότητα. Απαντά: «Πρέπει να βρούμε μια ισορροπία, ώστε ο καθένας μας να έχει την ελευθερία να επιλέξει με ποιο μέσο θέλει να μετακινηθεί και να υπάρχουν υποδομές έτσι ώστε, αν θέλει κανείς να μετακινηθεί με ποδήλατο, να μπορεί με ασφάλεια. Σήμερα δεν υπάρχει κάτι τέτοιο. Αντίθετα σήμερα έχουμε μια κακή συγκοινωνιακή εξυπηρέτηση και το ΙΧ». Και συμπληρώνει: «Η ατμομηχανή για τις μετακινήσεις στην πόλη είναι κατά τη γνώμη μου η καλή συγκοινωνία. Αν αποκτήσουμε καλές συγκοινωνίες, πολλά πράγματα θα βελτιωθούν. Επίσης πρέπει να είναι σωστή η στάθμευση. Έχω σχεδιάσει πολλά συστήματα ελεγχόμενης στάθμευσης, στον Πειραιά, στην Κηφισιά, στην Καλλιθέα και στο Λουτράκι μεταξύ άλλων έχω δει το αποτέλεσμα και είναι πάρα πολύ καλό». Μια συζήτηση που μας φέρνει στο σύστημα ελεγχόμενης στάθμευσης που εφαρμόζεται για δεύτερη χρονιά φέτος, από τον Μάιο στη Βουλιαγμένη. «Το σύστημα της Βουλιαγμένης

είναι πρωτοποριακό με την εξής έννοια:

Καθώς η τεχνολογία έχει εξελιχθεί, πολλά χαρακτηριστικά που προτείναμε σήμερα δεν θα μπορούσαν να εφαρμοστούν πριν από 5 ή 6 χρόνια», αναφέρει ο Νίκος Βόσκογλου. Και ανακαλεί τις ξυστές κάρτες που αγόραζαν οι κάτοικοι και οι επισκέπτες της Βούλας προ ετών, στο σύστημα που εφαρμόστηκε τότε. «Σήμερα έχουμε την τεχνολογία για πρωτόγνωρα πράγματα. Και ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης φημίζεται επειδή κάνει πρωτόγνωρα πράγματα, χρησιμοποιώντας την αιχμή της τεχνολογίας για να κάνει τη δουλειά του. Πιστεύω ότι θα λειτουργήσει καλά».



Σήμερα, λόγω έλλειψης υποδομών, δεν υπάρχει η ελευθερία να χρησιμοποιήσει κανείς όποιο μέσο επιθυμεί, αντίθετα «έχουμε μια κακή συγκοινωνιακή εξυπηρέτηση και το ΙΧ» τονίζει ο Νίκος Βόσκογλου σχετικά με τη χρήση εναλλακτικών μέσων για την αστική κινητικότητα

Έλενα Ξενάκη,
Αθηνά Γιαννοπούλου

Τα χρυσά κορίτσια του NOB στην κορυφή του κόσμου

Η πρωτιά της Ελλάδας στο Παγκόσμιο
Κύπελλο Υδατοσφαίρισης μέσα από τα
μάτια των πρωταγωνιστριών

Με ένα παγκόσμιο χρυσό μετάλλιο γιόρτασε φέτος το Πάσχα το ελληνικό πόλο. Η ανανεωμένη εθνική γυναικών πέτυχε έναν άθλο, επικρατώντας με 13-9 της Ουγγαρίας στον τελικό του παγκοσμίου κυπέλλου, που φιλοξενήθηκε στην Τσενγκντού της Κίνας. Η Ελλάδα κατέκτησε το πρώτο της χρυσό σε αυτή τη διοργάνωση και έστειλε το πιο αισιόδοξο μήνυμα για το μέλλον του αθλήματος. Ανάμεσα στις πρωταγωνίστριες αυτής της επιτυχίας, πέντε αθλήτριες του Ναυτικού Ομίλου Βουλιαγμένης σήκωσαν ψηλά τη γαλανόλευκη. Η Μαρίνα Κοτσιώνη, η Φοίβη Αγγελίδη, η Έλενα Ξενάκη, η Αθηνά Γιαννοπούλου και η Ελευθερία Φουντωτού. Δύο από αυτές, η πολύπειρη φουνταριστή Έλενα Ξενάκη, MVP του τελικού, και η Αθηνά Γιαννοπούλου, μίλησαν στον «Δημοσιογράφο».

«Με πάθος και άγνοια κινδύνου»

Η Έλενα Ξενάκη, που ξεκίνησε την καριέρα της από τη Βουλιαγμένη, πέρασε από τον Ολυμπιακό και επέστρεψε «σπίτι της» το 2023, έζησε μία από τις πιο συγκινητικές στιγμές της αθλητικής της ζωής. «Η συγκεκριμένη διάκριση για μένα είναι η ανταμοιβή πολλών ετών γεμάτων δουλειά, πείσμα, απογοητεύσεις και χαρές. Ένα αποτέλεσμα που ήρθε μετά από αμέτρητες ώρες μέσα στην πισίνα και τεράστιες προσωπικές θυσίες. Ακόμα δεν το έχουμε συνειδητοποιήσει πλήρως, γιατί οι υποχρεώσεις με τον σύλλογο δεν σταμάτησαν ούτε λεπτό, αλλά νιώθω γεμάτη και ευγνώμων», είπε. Θυμάται ως πιο κρίσιμο σημείο της διοργάνωσης τη μεγάλη νίκη επί της Ολλανδίας στα ημιτελικά: «Ήταν η στιγμή που νιώσαμε ότι τίποτα δεν είναι αδύνατο. Η Ολλανδία είναι μια ομάδα που μας είχε πάρει τον αέρα τα τελευταία χρόνια. Το να την κερδίσουμε σε έναν ημιτελικό παγκοσμίου κυπέλλου, με τέτοιο τρόπο, μας γέμισε αυτοπεποίθηση



και πίστη για το επόμενο βήμα». Όταν ακούστηκε η κόρνα της λήξης: «Το μόνο που σκεφτόμουν ήταν Επιτέλους. Έφυγε από πάνω μας ένα τεράστιο βάρος και μπήκαμε στον τελικό με τη διάθεση να παίξουμε απελευθερωμένες και να το χαρούμε πραγματικά». Όσο για το μυστικό της επιτυχίας, η Ξενάκη δεν έχει αμφιβολίες: «Η άμυνα, το νέο προπονητικό επιτελείο που μας έδωσε ξεκάθαρους ρόλους και καθαρό μυαλό, και οι νέες παίκτριες, που μπήκαν με απίστευτο πάθος και άγνοια κινδύνου. Η άμυνα ήταν η βάση μας. Παλέψαμε σε κάθε φάση, δείξαμε χαρακτήρα και δεν αφήσαμε ποτέ το μυαλό μας να γεμίσει με φόβο. Αυτό είναι κάτι που χτίσαμε μαζί και που πιστεύω θα μας συνοδεύσει και στο μέλλον». Στον κόσμο που στήριξε και πανηγύρισε μαζί τους, η Έλενα έστειλε ένα συγκινητικό μήνυμα: «Η υδατοσφαίριση έχει χαρίσει πολλές χαρές στην Ελλάδα, αλλά χρειάζεται στήριξη. Το πιο όμορφο θα ήταν, μετά από κάθε επιτυχία μας, ένα παιδί να αποφασίζει να μπει στην πισίνα και να δοκιμάσει το άθλημα. Το δικό μου μεγαλύτερο δώρο ήταν ότι γνώρισα την υδατοσφαίριση από πολύ μικρή και μου άλλαξε τη ζωή».

«Κάθε θυσία αξίζει τον κόπο»

Η Αθηνά Γιαννοπούλου ζει το δικό της παραμύθι. Στα 24 της χρόνια, η νεαρή αθλήτρια που αγωνίζεται στον Ναυτικό Όμιλο Βουλιαγμένης από το 2018, φόρεσε το πρώτο διεθνές μετάλλιο της καριέρας της: «Είναι μια ανεπανάληπτη εμπειρία. Το πρώτο μου μεγάλο μετάλλιο με την εθνική ομάδα και ένα τεράστιο κίνητρο για τη συνέχεια. Ένωσα πολύ μεγάλη χαρά και συγκίνηση γιατί αποδείξαμε ότι με σκληρή δουλειά μπορούμε να φτάσουμε πολύ ψηλά», ανέφερε. Ωστόσο, το ταξίδι στην Κίνα δεν ήταν καθόλου εύκολο για εκείνη. «Το τζετ λαγκ με επηρέασε πάρα πολύ. Δεν κατάφερα να



προσαρμοστώ πλήρως και σε συνδυασμό με την ένταση των αγώνων, ένιωσα ότι δεν μπόρεσα να αποδώσω στο 100% των δυνατοτήτων μου. Παρ' όλα αυτά, έβαλα όλη μου την ψυχή στο νερό, για την ομάδα και για τον εαυτό μου και τελικά, η ανταμοιβή ήρθε και για μένα και για όλες μας», τόνισε. Η ίδια αναγνωρίζει ότι η Βουλιαγμένη έπαιξε καθοριστικό ρόλο στην εξέλιξη της. «Ο NOB είναι ένα σωματείο με τεράστια ιστορία στο άθλημα. Έχουμε άριστες εγκαταστάσεις, εξαιρετικούς προπονητές και άψογη οργάνωση. Από την πρώτη μέρα που ήρθα, ένιωσα ότι βρίσκομαι σε ένα περιβάλλον που σε σπρώχνει να γίνεις καλύτερος. Και χωρίς αυτό, δεν ξέρω αν θα μπορούσα να σταθώ σήμερα στην Εθνική ομάδα σε τέτοιο επίπεδο». Η στιγμή της απονομής και όταν ακούστηκε ο εθνικός ύμνος ήταν μαγική: «Δεν μπορώ να περιγράψω τα συναισθήματα. Συγκίνηση, υπερηφάνεια, δέος. Είναι κάτι που θα θυμάμαι για πάντα. Μια στιγμή που επιβεβαιώνει ότι κάθε θυσία αξίζει τον κόπο». Κοιτώντας μπροστά, η Γιαννοπούλου θέτει ήδη νέους στόχους: «Θέλω να βοηθήσω όσο μπορώ τη Βουλιαγμένη να πετύχει τους στόχους της φέτος. Και φυσικά, να βρίσκομαι στην αποστολή της εθνικής ομάδας για το παγκόσμιο πρωτάθλημα στη Σιγκαπούρη το καλοκαίρι. Αυτό είναι το επόμενο μεγάλο όνειρό».

Η χρυσή πορεία της εθνικής στην Κίνα απέδειξε ότι το ελληνικό πόλο παραμένει στην παγκόσμια ελίτ και ότι η νέα γενιά είναι έτοιμη να συνεχίσει να γράφει λαμπρές σελίδες στην πλούσια ιστορία του αθλήματος.

Inventors

Επιστροφή από το Χιούστον με βαριές «αποσκευές»**Εξαιρετικές εμφανίσεις στο παγκόσμιο πρωτάθλημα ρομποτικής**

Μια σχετικά νέα ομάδα, από μια μικρή περιοχή μιας ακόμη μικρότερης χώρας, βρίσκεται πλέον στον παγκόσμιο χάρτη της εκπαιδευτικής ρομποτικής με ορατά γράμματα, ως αναπόσπαστο κομμάτι αυτής της δυναμικής και αναπτυσσόμενης οικογένειας που θέλει να αλλάξει τον κόσμο με κώδικα και με οικουμενικές αξίες. Η ακαδημία των Inventors Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης μετά την πρώτη της παρουσία το 2019 επέστρεψε στο παγκόσμιο κέντρο της ρομποτικής, το Χιούστον των ΗΠΑ, με διπλή πρόκριση τόσο για την ομάδα FLL όσο και για την ομάδα FTC, παίρνοντας μέρος σε μια κολοσιαία διοργάνωση, στην οποία συμμετείχαν αγωνιστικά άλλοι 5.000 μαθητές από εκατοντάδες χώρες. Επιστρέφοντας, τα 17 παιδιά γυμνασίου και λυκείου της περιοχής που συμμετέχουν στις αγωνιστικές ομάδες, έφεραν εξαιρετικά αποτελέσματα που ανέβασαν την ομάδα ψηλά στην παγκόσμια κατάταξη, μοναδικές εμπειρίες αλλά και τη σπάνια αίσθηση του ανήκειν σε μια σπουδαία παγκόσμια κοινότητα.

Στις κορυφαίες ομάδες του κόσμου

Η επιτυχία της ομάδας ξεκίνησε από την πρόκριση, εξηγεί ο υπεύθυνος της Ακαδημίας Inventors Αντώνης Σκέλλας: «Στο πανελλήνιο πρωτάθλημα δόθηκαν 4 εισιτήρια για τις ΗΠΑ, 2 σε κάθε κατηγορία και εμείς καταφέραμε να αποσπάσουμε τα 2 από αυτά. Ήταν μια ανεπανάληπτη επιτυχία», σημειώνει. Η επίσκεψη στη «Μέκκα» της ρομποτικής λόγω του πολύ απαιτητικού προγράμματος των αγώνων, δεν άφησε περιθώριο παρά μόνο για μία επίσκεψη στα κεντρικά της NASA. Ο ανταγωνισμός ήταν σκληρός και το επίπεδο υψηλό. Στο πρωτάθλημα FLL οι Inventors αγωνίστηκαν με άλλες 160 ομάδες, τις πρωταθλήτριες και δευτεραθλήτριες από κάθε χώρα και στο πρωτάθλημα FTC, με πιο απαιτητικά ρομπότ, ο ανταγωνισμός ήταν μεταξύ των 255 καλύτερων ομάδων του κόσμου. «Εμείς θέλαμε να γίνουμε κομμάτι της μεγαλύτερης γιορτής της ρομποτικής, διεκδικώντας φυσικά το καλύτερο. Στόχος ήταν να κατοχυρώσουμε τη θέση μας στις κορυφαίες ομάδες του κόσμου», λέει ο Αντώνης Σκέλλας και πράγματι, οι Inventors τα κατάφεραν εξαιρετικά καλά. Στο robot game του FLL η ομάδα κατατάσσεται πλέον στις 25 καλύτερες ομάδες του κόσμου «με 550 πόντους, 30 μόλις πόντους μακριά από τη δεκάδα», σύμφωνα με τον προπονητή. Ενώ η ομάδα



FTC που δημιουργήθηκε πριν από 4 χρόνια και «παίζει» σε ένα παγκόσμιο σκηνικό με 8.000 ομάδες διεθνώς, ανέβηκε στις 300 καλύτερες ομάδες του κόσμου. «Δώσαμε 10 παιχνίδια, κυρίως με robot game, είχαμε 5 νίκες και 5 ήττες και τα 2 παιχνίδια τα χάσαμε από ατυχίες ανεξάρτητες από εμάς. Είμαστε πάρα πολύ ευχαριστημένοι», αναλύει ο Αντώνης Σκέλλας.

Ποια ήταν τα κέρδη της αποστολής; «Τα παιδιά έγιναν μέλη μιας εξαιρετικής κοινότητας με αντίστοιχα ενδιαφέροντα και δεξιότητες, με συναγωνισμό πολύ υψηλού επιπέδου. Αντάλλαξαν επαφές με ανθρώπους που ίσως πετύχουν αύριο σε κάποιο πανεπιστήμιο. Έπαιξαν μαζί με κολοσσούς της ρομποτικής που τους έβλεπαν σε βίντεο και με τους οποίους έγιναν σύμμαχοι ή αντίπαλοι. Μοναδικές στιγμές που τα παιδιά ονειρεύονταν να ζήσουν. Ήταν ένας μεγάλος κύκλος που ολοκληρώθηκε πάρα πολύ όμορφα». Και συμπληρώνει ο Αντώνης Σκέλλας: «Όλα αυτά ξεκίνησαν μέσα από το σχολείο μας, το 4ο Δημοτικό Βούλας, αλλά για να μπορέσουμε να μεγαλώσουμε και να φτάσουμε σε αυτό το σημείο, με δύο ομάδες στο παγκόσμιο πρωτάθλημα, δεν θα το καταφέραμε αν δεν υπήρχε η βοήθεια του Δημάρχου Γρηγόρη Κωνσταντέλλου και του Δήμου που μας έδωσε τον χώρο μέσα στον οποίο αναπτύχθηκαν αυτές οι ομάδες τα τελευταία τρία χρόνια».

Κλίμα ευ αγωνίζεσθαι

Ένας από τους πρωταγωνιστές της ομάδας ήταν ο Άγγελος Θεοδωρίδης. Το πώς η γεμάτη σάλα στο Χιούστον αντέδρασε, μόλις οι υπεύθυνοι της διοργάνωσης ανακοίνωσαν στις υπόλοιπες ομάδες ότι ο Άγγελος είναι υποψήφιος στη «Dean's list» στη λίστα δηλαδή όπου μπαίνουν οι δύο κορυφαίοι πρεσβευτές των αξιών του διαγωνισμού από κάθε χώρα, χειροκροτώντας και φωνάζοντας, ήταν κάτι που σίγουρα θα του μείνει αξέχαστο. Κάνει λόγο για μια εξαιρετική εμπειρία, όχι μόνο λόγω της άρτιας οργάνωσης και του πρωτοφανούς μεγέθους, αλλά για το κλίμα του ευ αγωνίζεσθαι που επικρατούσε, εξηγεί μιλώντας στον «Δημοσιογράφο». «Η ρομποτική είναι η ζωή μου. Μπορεί ο διαγωνισμός να τελειώσει, όμως εμείς έχουμε μια λίστα από διορθώσεις για το ρομπότ. Κάποιοι θα μπορούσε να τις θεωρήσει άσκοπες γιατί αυτό το ρομπότ δεν θα λάβει μέρος σε άλλο διαγωνισμό, αλλά εμείς θεωρούμε ότι θα μας κάνει καλύτερους για τη νέα χρονιά», την οποία όπως λέει αναμένουν με ανυπομονησία. Ο Άγγελος φοιτά στην Α' λυκείου και ήδη στοχεύει στις σχολές του Πολυτεχνείου, όπου πιστεύει ότι η ρομποτική θα του δώσει ένα προβάδισμα. «Το μότο της First αναφέρει πως είναι κάτι περισσότερο από ρομποτική. Και πράγματι, στους διαγωνισμούς και όχι μόνο βλέπουμε ότι μετράει η ομαδικότητα, η ηγεσία, η δημιουργική επίλυση προβλημάτων, η επικοινωνία». Η επόμενη πρόκληση για τον ίδιο είναι ο διαγωνισμός Aerial Drone που διοργανώνει η Ακαδημία των Inventors, όπου θα είναι εθελοντής.





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

Η ανακάλυψη της αθηναϊκής «κυανής ακτής»

Όταν η διάνοιξη της παραλιακής εμποδιζόταν από μικροσυμφέροντα

«Η παραλία εκείνη θα γεμίσει από επαύλεις και πάρκα και θα δημιουργηθεί μια αληθής Κυανή Ακτή εις τα πρόθυρα των Αθηνών»

Στις αρχές του 20ού αιώνα ανάγεται η παρομοίωση της αττικής ακτογραμμής με την ήδη διάσημη τότε γαλλική Κυανή Ακτή, έναν δηλαδή αιώνα προτού το λατινογενές «ριβιέρα» κολλήσει σε κάθε τουριστικό και κτηματομεσιτικό πρότζεκτ της περιοχής. Η αστική ανάπτυξη στα κέντρα της Αθήνας και του Πειραιά έκαναν εμφανή για τον πληθυσμό της εποχής τα ωφέλη της μακρινής τότε εξοχής στα νοτιονατολικά της Αττικής που συνδύαζαν δάσος και θάλασσα. Το πρόβλημα ωστόσο τις πρώτες δεκαετίες του 1900 ήταν η έλλειψη υποδομών που καθιστούσαν τη μετάβαση στη Γλυφάδα, τη Βούλα και τη Βουλιαγμένη μια ημερήσια εκδρομή. Σε διαφήμιση στην εφημερίδα *Σκριπ* από το καλοκαίρι του 1924 διαβάζουμε για τα ημερήσια δρομολόγια των ατμόπλοιων από τον Πειραιά που προσέγγιζαν τα νότια προάστια διά θαλάσσης το πρωί και επέστρεφαν με τους λουόμενους αργά το απόγευμα. Μια υποτυπώδης οδική σύνδεση πάντως υπήρχε, λιγότερο εκδρομική. Σε πιο παλιά διαφήμιση, το 1910 στην εφημερίδα *Εμπρός*, προβάλλονται τα ιαματικά λουτρά της Βουλιαγμένης, δηλαδή η Λίμνη, ως μία πλήρης τουριστική εγκατάσταση με «ξενοδοχείον και παντοπωλείον με τιμάς αθηναϊκάς». Στην ίδια ρεκλάμα πληροφορούμαστε ότι «συγκοινωνία καθημερινή αναχωρεί 7 π.μ. λεωφορείον εκ του καφενείου Σωτ. Κριεκούκη οδός Αθηνάς παρά τη Αγία Κυριακή». Και σε μια ακόμη πιο παλιά δημοσίευση, του Μαΐου 1906 από την εφημερίδα *Εμπρός*, μαθαίνουμε για μία κοινοβουλευτική συζήτηση σχετικά με τη σύμβαση των τραμ της πρωτεύουσας, κατά την οποία ο βουλευτής Βασίλειος Καραπάνος ζήτησε να επεκταθεί η γραμμή «και μέχρις ακόμη των λουτρών της Βουλιαγμένης», τονίζοντας «την ανάγκην της τακτικής και ευκόλου συγκοινωνίας μετά των εξοχών». Το τραμ έφτασε στη Βούλα τελικά το 2004...

Στο πλαίσιο αυτό πρέπει να τέθηκε για πρώτη φορά η διάνοιξη της παραλιακής λεωφόρου. Μαθαίνουμε γι' αυτή τη συζήτηση από ένα πολύ ενδιαφέρον χρονογράφημα με τίτλο «Κυανή Ακτή» που δημοσιεύτηκε και πάλι στην εφημερίδα *Εμπρός* στις 20 Φεβρουαρίου 1917 και υπέγραψε ο Διαβάτης, ψευδώνυμο του κορυφαίου δημοσιογράφου της εποχής και λογοτέχνη Ιωάννη Κονδυλάκη. Ο επιφυλλιδογράφος σχολίασε πληροφορίες σύμφωνα με τις οποίες το μεγάλο αυτό έργο σχεδιαζόταν τότε να γίνει εσπευσμένα με κίνδυνο ο δρόμος να μείνει στενός. Ήταν της γνώμης ότι καλύτερα να καθυστερήσει και να γίνει σωστά, μια «αξία του προορισμού της» όπως αναφέρει λεωφόρος, κάτι που προϋποθέτει τη σύγκρουση με τα μικροσυμφέροντα ιδιοκτητών από τους οποίους έπρεπε να απαλλοτριωθεί η περιουσία. Με διορατικότητα για τις προοπτικές της περιοχής και αίσθημα δικαίου ο Κονδυλάκης αγγίζει ένα διαχρονικό ζήτημα αντίθεσης μεταξύ ιδιωτικού και

Παρότι ήδη από τα πρώτα χρόνια του 1900 υπήρχε λεωφορειακή γραμμή που έφτανε στη λίμνη Βουλιαγμένης, οι διαφημίσεις της εποχής δείχνουν ότι η εκδρομή στη Γλυφάδα, τη Βούλα και τη Βουλιαγμένη διά θαλάσσης ήταν ιδιαίτερα δημοφιλής



Ο διορατικός δημοσιογράφος Ιωάννης Κονδυλάκης σχολίαζε ήδη από το 1917 ότι η αξιοποίηση της παραλίας προς το δημόσιο συμφέρον εμποδίζεται από ιδιοκτήτες που κατέχουν παράνομα κομμάτια της

δημόσιου συμφέροντος. Έχει την αξία του ότι ο αρθρογράφος έγραψε το κομμάτι αυτό πριν από 108 χρόνια και ότι ο ίδιος απεβίωσε το 1920, χωρίς να ζήσει καν τη μεσοπολεμική Ελλάδα. Στο άρθρο (του οποίου διατηρήθηκε η πρωτότυπη ορθογραφία) η παραλιακή ονομάζεται συμβατικά «λεωφόρος Βουλιαγμένης».

Η Κυανή Ακτή

[...] Αν πρόκειται λοιπόν να γίνει στενή και όχι αξία του προορισμού της η λεωφόρος Βουλιαγμένης, προς τι να γίνει; Αν γίνει στενή τι θα προσθέσει εις τας Αθήνας και την παραλία των Αθηνών; Μιαν άχρηστον ασχημίαν και εν επί πλέον μνημείον διοικητικής και κοινωνικής βαρβαρότητος. Και όταν θα θελήσωμεν να την κάμωμεν όπως πρέπει να είναι, το έργο δεν θα είναι πλέον εύκολον και η δαπάνη θα γίνει διπλή και τριπλή.

Η λεωφόρος Βουλιαγμένης θ' ανοίξη εις τους κατοίκους των Αθηνών και του Πειραιώς νέον θερινόν κέντρον, το οποίον εις τα θέλητρα παραλιακής εξοχής δύναται να ενώση όλας τα ανέσεις του πολιτισμού. Εκτός δε των θαλασσίων λουτρών οι μεταβαίνοντες και οι διαμένοντες εκεί θα έχουν και ιαματικά λουτρά, τα οποία δεν υστερούν των άλλων ιαματικών πηγών, αλλά τα οποία σήμερα ευρίσκονται εις αρχέγονον κατάστασιν.

Αλλά το σπουδαιότερον και ωραιότερον δημιούργημα του έργου τούτου θα είναι ότι θα καταστήση προσιτήν και οικήσιμον την από Παλαιού Φαλήρου μέχρι Βουλιαγμένης παραλίαν. Όταν δε θα λυθή το ζήτημα της υδρεύσεως, η παραλία εκείνη θα γεμίσει από επαύλεις και πάρκα και θα δημιουργηθή μια αληθής Κυανή Ακτή εις τα πρόθυρα των Αθηνών.

Αλλ' είναι σήμερα, εις την μετέωρον κατάστασιν που ευρισκόμεθα, η κατάλληλος εποχή διά να παταχθούν τα ιδιωτικά συμφέροντα τα οποία θέλουν να γίνει η οδός αυτή σκολιά ατραπός; Πρωτίστως πρέπει να λυθή και το ζήτημα της κυριότητος της παραλίας, η οποία ήδη εις πολλά σημεία κατέχεται υπό διαφόρων ιδιωτών, παρά την θεμελιώδη αρχήν του δικαίου, ότι η έκτασις η βρεχομένη υπό του χειμερίου κύματος ανήκει εις το δημόσιον. Ποιος θα εκτοπίση τους κατέχοντας παρανόμως την παραλίαν και πώς θα κατεδαφιστούν τα οικοδομήματα τα οποία ασχημίζουν την παραλιακήν μορφήν και παραμορφώνουν την φυσικήν αυτής γραφικότητα;

Διαβάτης

ΕΚΤΑΚΤΟΣ ΕΥΚΑΙΡΙΑ

Διά τούς παρατηρίζοντας εις Γλυφά-
δαν Βούλαν και Βουλιαγμένην
ώς και διά τούς επιθυμούντας ν' απολαύ-
σουν θαλάσσιον αέρα και πεύκα τὰ ατμό-
πλοια «Σαλαμὶς καὶ «G. YDANOS»

Δρομολόγια.
Ἀναχωρήσεις πρωίας
Ἐκ Πασσαλιμανίου 7. π.μ.
Ἐκ Φαλήρου 8 1)2 π. μ.
Ἀναχωρήσεις ἑσπέρας ἐκ Φαλήρου 6 μ. μ.

Ἐπιστροφαί.
Ἐκ Βουλιαγμένης 6 π. μ.
Ἐκ Βούλας 6 1)4 π. μ.
Ἐκ Γλυφάδας 6 1)2 π. μ.

Ἐσπεριναί ἐπιστροφαί.
Ἐκ Βουλιαγμένης 7. μ. μ.
Ἐκ Βούλας 7 1)4 μ. μ.
Ἐκ Γλυφάδας 7 1)2 μ. μ.

Εἰσιτήρια ἐντὸς τῶν ἀτμοπλοίων καὶ εἰς
τὴν ἑξέδραν. Διὰ περισσοτέρας πληροφο-
ρίας Ῥαίπεζα Γ. Κρέμου—Ἀκτὴ Μια-
ούλη 28 Πειραιᾶ.

«Ιόλαος 2025»

Συντονισμένη άσκηση πυροπροστασίας στο Καβούρι

Χρήσιμα επιχειρησιακά συμπεράσματα και εξοικείωση με πιθανές ακραίες καταστάσεις για όλο τον μηχανισμό ήταν το κέρδος από τη μεγάλη τακτική άσκηση πεδίου καταστολής δασικής πυρκαγιάς και διαχείρισης επιπτώσεων, με την κωδική ονομασία Ιόλαος 2025 που πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 29 Απριλίου στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Η άσκηση διεξήχθη στην περιοχή του όρμου Μαλτασινώτη στη Βουλιαγμένη –ένα σημείο χαρακτηρισμένο ως υψηλού κινδύνου όπως αναφέρεται στο Ειδικό Σχέδιο Αντιμετώπισης Εκτάκτων Αναγκών του Δήμου– με στόχο την εκπαίδευση, την ετοιμότητα και την επιχειρησιακή αξιολόγηση των εμπλεκόμενων δυνάμεων σε συνθήκες που προσομοιάζουν μια πραγματική έκτακτη κατάσταση. Η δημοτική αρχή προχώρησε στη διοργάνωση της άσκησης εντείνοντας τις προετοιμασίες της Πολιτικής Προστασίας ενόψει της φετινής αντιπυρικής περιόδου, μέσα από μια ολοκληρωμένη και ρεαλιστική δοκιμή ετοιμότητας για την αντιμετώπιση δασικών πυρκαγιών.

Εκπαίδευση στο πεδίο και αξιολόγηση της επιχειρησιακής ετοιμότητας πολλών φορέων

Σενάριο πυρκαγιάς σε πάρκινγκ

Το σενάριο της άσκησης προέβλεπε την εκδήλωση φωτιάς σε ηλεκτρικό όχημα εντός του δημοτικού χώρου στάθμευσης μπροστά στην πολυσύχναστη παραλία του όρμου Μαλτασινώτη, μια ημέρα και ώρα αιχμής, με εκατοντάδες λουόμενους και πλήθος επισκεπτών. Η πυρκαγιά, σύμφωνα με το σενάριο, εξαπλώθηκε λόγω ισχυρών ανέμων σε γειτονική συστάδα δέντρων και στη συνέχεια σε παρακείμενη δασική έκταση, προκαλώντας κατάσταση έκτακτης ανάγκης με πολλαπλές προκλήσεις εκκένωσης, κατάσβεσης και παροχής βοήθειας στους πολίτες. Το γεγονός προσομοιάστηκε με ιδιαίτερη ακρίβεια χάρη στη συμμετοχή εθελοντών, ναυταθλητικών συλλόγων, χειμερινών κολυμβητών και διασωστών που ενίσχυσαν τη ρεαλιστικότητα των επιχειρησιακών σεναρίων.

Η άσκηση σχεδιάστηκε και υλοποιήθηκε με σκοπό να αξιολογηθεί η ετοιμότητα του μηχανισμού Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, να δοκιμαστεί η αποτελεσματικότητα του συντονισμού μεταξύ των εμπλεκόμενων φορέων και να ενισχυθεί η διαλειτουργικότητα όλων των υπηρεσιών που καλούνται να διαχειριστούν μία φυσική καταστροφή. Παράλληλα, δόθηκε έμφαση στην εκτίμηση των

Η ροή των πληροφοριών μεταδιδόταν σε πραγματικό χρόνο προς το Κέντρο Ελέγχου και τις φορητές συσκευές των υπευθύνων



Στην άσκηση συμμετείχαν υπηρεσίες του Δήμου, η Πυροσβεστική, το Λιμενικό, η ΕΛΑΣ, το ΕΚΑΒ και οι εθελοντικές ομάδες για να εξοικειωθούν με πιθανές ακραίες καταστάσεις στις πολυσύχναστες παραλίες του Δήμου

διαθέσιμων πόρων και στην εκπαίδευση των εμπλεκόμενων στη λήψη αποφάσεων υπό πίεση, μέσα από την προσομοίωση πραγματικών συνθηκών κινδύνου.

Στην άσκηση συμμετείχαν οι υπηρεσίες Πολιτικής Προστασίας, η Δημοτική Αστυνομία, η Κοινωνική Υπηρεσία του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, καθώς και η Πυροσβεστική Υπηρεσία, το Λιμενικό Σώμα, η Ελληνική Αστυνομία, το ΕΚΑΒ, εθελοντικές ομάδες και άλλοι εμπλεκόμενοι φορείς. Ιδιαίτερα ενεργός ήταν ο ρόλος των εθελοντών, οι οποίοι υποστήριξαν με συνέπεια και επαγγελματισμό την ομαλή εξέλιξη της άσκησης. Έγινε χρήση του προηγμένου συστήματος εναέριας επιτήρησης του Δήμου με drones, ενώ η ροή των πληροφοριών μεταδιδόταν σε πραγματικό χρόνο προς το Κέντρο Ελέγχου και τις φορητές συσκευές των υπευθύνων. Αξίζει να σημειωθεί πως για τις ανάγκες της άσκησης χρησιμοποιήθηκε και το θαλάσσιο μη επανδρωμένο σωσίβιο που διαθέτει από το περασμένο καλοκαίρι ο Δήμος. Το σωσίβιο λειτουργεί με τηλεχειριστήριο και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μια σειρά καιρικών συνθηκών χωρίς κανένα απολύτως πρόβλημα ενώ με την εντυπωσιακή εμβέλεια των 500 μέτρων μπορεί να πραγματοποιήσει μια επιχείρηση διάσωσης χωρίς να χρειάζεται να δεσμεύσει έναν κολυμβητή διάσωσης στο νερό.

Σύμφωνα με τα στελέχη της Πολιτικής Προστασίας, ασκήσεις τέτοιου τύπου συνιστούν κρίσιμο εργαλείο για την προετοιμασία και τον συντονισμό του μηχανισμού. Και πέρσι ο Δήμος πραγματοποίησε ανάλογη άσκηση πεδίου δασικής πυρκαγιάς, την άσκηση «Αινείας» στο Μεγάλο Καβούρι.

Αντιπυρική περίοδος

Αξίζει να σημειωθεί ότι από την Πέμπτη 1 Μαΐου έχει ξεκινήσει επίσημα η αντιπυρική περίοδος, η οποία διαρκεί έως και τις 31 Οκτωβρίου. Σύμφωνα με την πυροσβεστική διάταξη, κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου ισχύουν αυστηρές απαγορεύσεις, με στόχο την πρόληψη πυρκαγιών. Συγκεκριμένα, απαγορεύεται η καύση υπολειμμάτων καλλιεργειών, χορτολιβαδικών εκτάσεων και βοσκοτόπων (εκτός ειδικών περιπτώσεων και υπό αυστηρούς όρους), η χρήση φωτιάς για ψυχαγωγία σε υπαίθριους χώρους κοντά σε δασικές εκτάσεις, οι θερμές εργασίες στην ύπαιθρο κατά τις ημέρες υψηλού κινδύνου (δείκτης 3, 4 ή 5), η ρίψη πυροτεχνημάτων χωρίς άδεια, το κάπνισμα μελισσών όταν επικρατεί υψηλός δείκτης επικινδυνότητας, καθώς και η απόρριψη απορριμμάτων ή εύφλεκτων υλικών στις περιοχές εφαρμογής. «Η συνεργασία όλων είναι απαραίτητη ώστε να προστατευτεί ο φυσικός πλούτος της πόλης και να αποφευχθούν επικίνδυνες καταστάσεις», σημειώνει με σχετική της ανακοίνωση η δημοτική αρχή 3B.

Διαμερίσματα που έγιναν ξενοδοχεία

Τα δεδομένα για τις βραχυχρόνιες μισθώσεις στον δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης

Ορατό όσο ποτέ στις γειτονιές του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης έχει γίνει πλέον το φαινόμενο των βραχυχρόνιων μισθώσεων, που φανερώνεται από τις συχνές εικόνες επισκεπτών με βαλίτσες αεροδρομίου να εισέρχονται σε πολυκατοικίες εντός οικιστικού ιστού αντί για τα ξενοδοχεία της περιοχής. Ποια όμως είναι η πραγματική έκταση της δραστηριότητας αυτής στην πόλη; Απειλεί τη φυσιογνωμία της; Αποτελεί μια νέα χρυσή επενδυτική ευκαιρία για τους ιδιοκτήτες ακινήτων; Συνιστά μια δραστηριότητα που διαταράσσει την καθημερινότητα για τους μόνιμους κατοίκους; Απειλείται ο ξενοδοχειακός κλάδος; Προσεγγίσαμε ειδικούς της νέας αυτής δραστηριότητας και μιλήσαμε με κατοίκους και ιδιοκτήτες για να απαντήσουμε στα παραπάνω ερωτήματα, καταγράφοντας παράλληλα τον αριθμό των καταλυμάτων και το κόστος τους στην περιοχή.

Έχει ενδιαφέρον πρώτα από όλα να εξετάσει κανείς την εκκίνηση της δημοφιλέστερης σήμερα ιστοσελίδας βραχυχρόνιων μισθώσεων, της Airbnb. Η αρχική ιδέα δεν εντάσσεται καθόλου στο real estate, αλλά στην ανερχόμενη από τις αρχές του 21ου αιώνα οικονομία του διαμοιρασμού. Η φιλοσοφία της πλατφόρμας ήταν εξαρχής το μοίρασμα χώρου που περισσεύει σε ένα σπίτι, ενός δωματίου για παράδειγμα, με άλλους που έχουν ανάγκη ακριβώς για αυτό: Ένα κρεβάτι για τους ίδιους σε χαμηλό κόστος, με κοινό το μπάνιο και την κουζίνα. Δεν επρόκειτο λοιπόν αρχικά για μια ξενοδοχειακή υπηρεσία, πόσω μάλλον για μια επενδυτική δραστηριότητα στον τομέα των κατασκευών, των ανακαινίσεων και της οικιστικής ανάπτυξης. Η επιτυχία του πρώτου μοντέλου φαίνεται ότι οδήγησε στον δεύτερο δρόμο, που αρκετοί περιγράφουν ως στρέβλωση. Πάντως για τα ελληνικά δεδομένα, το μοίρασμα του σπιτιού φαντάζει σήμερα αρκετά ξένο και σπάνια παρατηρείται τέτοια προσφορά.

Οι πρόσφατες κυβερνητικές αποφάσεις που αυστηροποίησαν τον φορολογικό έλεγχο των βραχυχρόνιων μισθώσεων και επιπλέον επέβαλαν τοπικούς περιορισμούς στην έκταση του φαινομένου άφησαν μια αίσθηση αλματώδους γενικής εξάπλωσης που δεν ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα. Το φαινόμενο είναι πολύ έντονο στο κέντρο της Αθήνας, όπου το κράτος αποφάσισε να «παγώσει» την ένταξη νέων ακινήτων στο καθεστώς της βραχυχρόνιας μίσθωσης. Μόνο στο κέντρο της πρωτεύουσας σύμφωνα με στοιχεία του 2024 λειτουργούσαν 12.500 καταλύματα βραχυχρόνιας μίσθωσης. Στον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης η εικόνα είναι πιο περιορισμένη, με

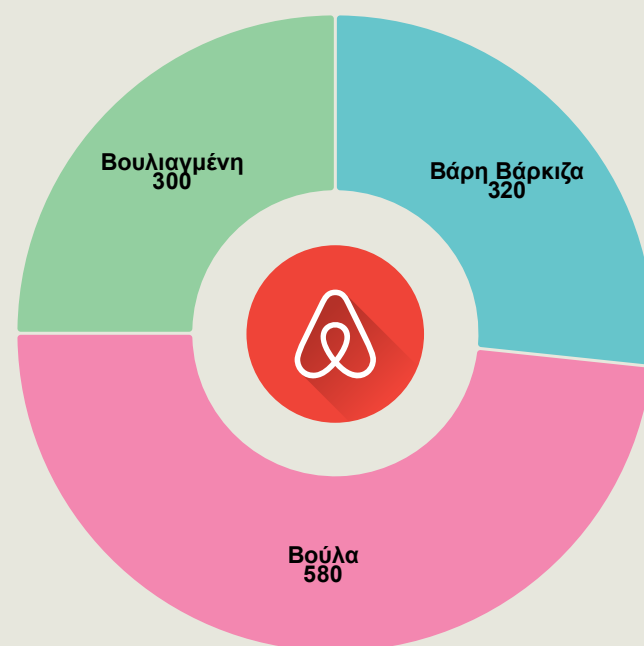
την πλατφόρμα Airbnb να διαθέτει σήμερα περίπου 1.200 συνολικά καταλύματα, που κατανέμονται ως εξής: 320 ενεργές καταχωρήσεις στη Βάρη και τη Βάρκιζα, 580 καταχωρήσεις στη Βούλα και 300 καταχωρήσεις στη Βουλιαγμένη.

Διερευνώντας τώρα το κόστος, μια αναζήτηση στην περιοχή για το τέλος Ιουνίου δίνει ένα πολύ μεγάλο εύρος τιμών ανά διανυκτέρευση, αποδεικνύοντας και το σύνθετο χαρακτήρα της συγκεκριμένης υπηρεσίας. Στη Βουλιαγμένη οι τιμές ξεκινούν από μόλις 65 ευρώ το βράδυ και φτάνουν τα 541. Στη Βούλα δεν βρέθηκαν πολύ φτηνές επιλογές, με τα κόστη να ξεκινούν από 200 ευρώ στο Πανόραμα και να κορυφώνονται με 823 ευρώ τη διανυκτέρευση σε μια πολύ ευρύχωρη βίλα στη συνοικία της Νέας Καλύμνου. Για την ίδια περίοδο στη Βάρκιζα βρίσκει κανείς να μείνει με 61 ευρώ το βράδυ αλλά μπορεί να μισθώσει και μία βίλα για 799 ευρώ. Στα όρια του δήμου προς Κορωπί διατίθεται στην πλατφόρμα και ένα τροχόσπιτο εντός οικοπέδου προς 42 ευρώ τη βραδιά. Η επιφάνεια κάθε χώρου, ο αριθμός των υπνοδωματίων, η θέση του ακινήτου και η απόστασή του από τη θάλασσα καθώς και οι παρεχόμενες ανέσεις (όπως για παράδειγμα μια πισίνα) αποτελούν σημαντικές μεταβλητές που αυξομειώνουν τις τιμές, μαζί φυσικά με την παράμετρο του χρόνου που αποκλιμακώνει όπως είναι φυσικό το κόστος τους χειμερινούς μήνες και το φουσκώνει κατά τη θερινή περίοδο. Ο κανόνας όμως είναι ότι υπάρχουν διαθέσιμες λύσεις για κάθε προϋπολογισμό. Αναζητώντας για το ίδιο χρονικό διάστημα ένα δωμάτιο στα ξενοδοχεία της Βουλιαγμένης (αν υποθεθεί ότι μπορούν να συγκριθούν οι υπηρεσίες της βραχυχρόνιας μίσθωσης με τις ξενοδοχειακές υπηρεσίες) συνειδητοποιεί κανείς το χάσμα στο κόστος. Στο The Roc Club μια διανυκτέρευση κοστίζει από 947 ευρώ, στο Margi 925 ευρώ (και στα δύο ξενοδοχεία ορίζεται ελάχιστη διαμονή δύο βράδια), στο Somewhere η βραδιά στοιχίζει 744 ευρώ και στο Divani Apollon ξεκινά από 670 ευρώ (όλες οι τιμές αντλήθηκαν απευθείας από τις ιστοσελίδες των ξενοδοχείων). Στη Βάρκιζα αντιθέτως αναζητώντας δωμάτιο ξενοδοχείου μέσω της πλατφόρμας Booking βρίσκει κανείς διανυκτέρευση ξεκινώντας από το κόστος των 100 περίπου ευρώ. Στη Βούλα, όπου οι επιλογές ξενοδοχείων είναι αρκετά περισσότερες, η φτηνότερη λύση που μπορεί κανείς να βρει είναι με 70 ευρώ σε κατάλυμα τριών αστέρων, ενώ ένα βράδυ σε καμπάνα του πεντάστερου κάμπινγκ που ονομάζεται 91 Athens Riviera, κοστίζει μέσω της πλατφόρμας Booking 1.100 ευρώ.



Η έρευνα των τιμών ανά διανυκτέρευση είναι ενδεικτική και έγινε στην πλατφόρμα Airbnb για το τέλος Ιουνίου όπου κατέγραψε τις τιμές από τα διαθέσιμα εκείνη τη στιγμή καταλύματα. Το εύρος μπορεί ανά πάσα στιγμή να αλλάξει, ανάλογα με την αύξηση ή μείωση της διαθεσιμότητας.

Ενεργές καταχωρήσεις βραχυχρόνιας μίσθωσης





Βίλα με 7 υπνοδωμάτια, 6 μπάνια και πισίνα στον κήπο στη Νέα Κάλυμνο της Βούλας προς 823 ευρώ το βράδυ και ένα τροχόσπιτο τοποθετημένο στο άκρο του Δήμου για 43 ευρώ τη διανυκτέρευση. Το εύρος του κόστους και των παρεχόμενων ανέσεων στην πιο δημοφιλή πλατφόρμα βραχυχρόνιων μισθώσεων είναι τεράστιο και αναδεικνύει την πολυμορφία του φαινομένου.

Το αν ένα ακίνητο θα διατεθεί για αστική ή βραχυχρόνια μίσθωση μπορεί να υπήρξε κάποτε ένα δυσεπίλυτο δίλημμα για τους ιδιοκτήτες, πλέον όμως οι όροι φαίνεται να έχουν ξεκαθαρίσει. Σύμφωνα με τον Βουλιαγμενιώτη Πάνο Λεοντόπουλο, επικεφαλής της BluPine Residences που επιμελείται καταλύματα εξειδικευμένα και αποκλειστικά στη Βουλιαγμένη, η βραχυχρόνια μίσθωση αποδίδει μόνο σε περίπτωση σύστασης εταιρείας: «Ο σημαντικότερος συνεταίρος των ιδιωτών είναι το κράτος που απορροφά τα έσοδά τους, καθώς για τους ιδιώτες δεν δικαιολογούνται έξοδα και επιπλέον φορολογούνται με μεγαλύτερες κλίμακες που φτάνουν το 35%», αναλύει. Ανάλογη άποψη καταθέτει και η Εύη Νικολακοπούλου, διαχειρίστρια ακινήτων στο AirBnB εκ μέρους της Riviera South: «Θεωρώ ότι η επιστροφή επί της επένδυσης για τη βραχυχρόνια μίσθωση είναι καλύτερη από τη μακροχρόνια. Το θέμα βέβαια είναι ότι αποτελεί μια άκρως απαιτητική δουλειά, η οποία χρειάζεται να είσαι 100% πάνω στο αντικείμενο και σίγουρα αυτό είναι κάτι που δεν μπορούν να το κάνουν όλοι». Η αγορά φαίνεται να επιλύει την αντίθεση ιδιώτης ή εταιρεία με έναν ακόμη δημιουργικό τρόπο. Όπως αναφέρει στον «Δημοσιογράφο» ο Τάσος Αποστολόπουλος, επικεφαλής των συμβούλων ακινήτων της Keller Williams Athens Riviera που εδρεύει στη Βούλα, αρκετοί επαγγελματίες διαχείρισης καταλυμάτων αναζητούν από ιδιοκτήτες τη μακροχρόνια αστική μίσθωση ακινήτων, προβλέποντας όμως τη δυνατότητα υπομίσθωσης ώστε να τα μετατρέψουν εκείνοι σε AirBnB. Σε αρκετές περιπτώσεις, οι μισθώσεις αυτές οδηγούν και σε ανακαίνιση των ακινήτων.

Οι μισθώσεις αυτές προσθέτουν στην περιοχή και δεν την απειλούν, σύμφωνα με τους ανθρώπους του χώρου. «Οι κλίνες αυτές έλειπαν, όλοι οι χώροι είναι γεμάτοι και δεν βρίσκεις διαθεσιμότητα», σημειώνει ο Πάνος Λεοντόπουλος που προσθέτει: «Έχει δημιουργηθεί μία νέα αγορά που προσφέρει διαφοροποιημένα προϊόντα στον τουρίστα, ενώ έφεραν κλίνες σε περιοχές με λίγα ή και καθόλου ξενοδοχεία. Είναι μια εναλλακτική υπηρεσία που δεν υπήρχε το να ζήσει κάποιος σε μια γειτονιά, σε ένα τυπικό διαμέρισμα». Κατά την άποψη του Τάσου Αποστολόπουλου, «απειλή για τη φυσιογνωμία της περιοχής, αν υπάρχει, δεν είναι τα AirBnB αλλά το γεγονός ότι οι πολλοί νέοι κάτοικοι προέρχονται από τη Μέση Ανατολή και είναι πάρα πολύ πλούσιοι, ωθώντας παλαιούς κατοίκους να φύγουν για αλλού». Μια καθησυχαστική εμπειρία για τη λειτουργία των βραχυχρόνιων μισθώσεων στην περιοχή καταθέτει στην εφημερίδα και η Ελένη Κ., μόνιμη κάτοικος Βουλιαγμένης σε πολυκατοικία, ένα διαμέρισμα της οποίας λειτουργεί στο μοντέλο του AirBnB: «Δεν έχουμε κάποιο πρόβλημα και όποια θέματα παρουσιάστηκαν στην καθημερινότητα, π.χ. με τα κλειδιά, λύθηκαν αμέσως με συνεννόηση με τον ιδιοκτήτη», επισημαίνει. Και συμπληρώνει δύο σημαντικά στοιχεία για τα 3B: Ότι η επιχικότητα της ζήτησης κρατά για μεγάλα διαστήματα τον χειμώνα κλειστό το διαμέρισμα και ότι το σχετικά υψηλό κόστος του καταλύματος φιλτράρει ποιοτικά τους επισκέπτες.

Οι πρόσφατες παρεμβάσεις του κράτους στη βραχυχρόνια μίσθωση προβληματίζουν πάντως τον χώρο. «Η θέσπιση ορίων σε διάφορες περιοχές δυσκολεύει πολύ τις εταιρείες που έχουν το αντικείμενο αυτό ως βασική ενασχόληση και πληρώνουν κανονικά τους φόρους τους. Οριακά είναι σαν να θέλουν να σταματήσουν αυτή την επαγγελματική δραστηριότητα και δημιουργούν μεγάλη αβεβαιότητα σε όλες τις εταιρείες», παρατηρεί η Εύη Νικολακοπούλου. Από την πλευρά του ο Πάνος Λεοντόπουλος χαρακτηρίζει «λογικές» τις παρεμβάσεις που έγιναν σε θέματα ασφαλείας, όπως υποχρέωση για συστήματα πυρανίχνευσης, παροχή φαρμακείου, απεντόμωση και η ασφάλιση αστικής ευθύνης. «Το μέτρο που είναι εντελώς στη λάθος κατεύθυνση είναι η υπέρμετρη αύξηση του τέλους κλιματικής ανθεκτικότητας, που ανέβηκε από 2 ευρώ την ημέρα στα 8, μια χρέωση που βρίσκεται πάνω και από τετράστερο ξενοδοχείο», τονίζει.

Εκδήλωση για την υγεία και την άθληση

Μια εκδήλωση αφιερωμένη στην υγεία και τη φυσική άσκηση διοργανώνει την Κυριακή 4 Μαΐου, στις 5.30 μ.μ., ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης στο Κλειστό Δημοτικό Γυμναστήριο Βάρης, στην οδό Άττιδος 1. Η πρωτοβουλία αυτή έχει ως στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των πολιτών σχετικά με τα οφέλη της σωματικής δραστηριότητας και της υγιεινής ζωής στην καθημερινότητα. Κατά την έναρξη της εκδήλωσης, χαιρετισμό θα απευθύνει ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, ενώ θα ακολουθήσει ομιλία της γενικής ιατρού και διευθύντριας του Κέντρου Υγείας Βάρης, Μαρίας Κραββαρίτου, η οποία θα αναφερθεί στη στενή σύνδεση ανάμεσα στην υγεία και τη φυσική δραστηριότητα. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει επιδείξεις αυτοάμυνας από τον Αθλητικό Σύλλογο Λεύκαρος, εμφανίσεις της ομάδας Cheerleading του συλλόγου «Αμαζόνες» καθώς και γυμναστικές παρουσιάσεις



από τις Λέσχες Φιλίας του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, προσφέροντας ένα πλούσιο και δυναμικό απόγευμα

για όλους. Η εκδήλωση αποτελεί μια ανοιχτή πρόσκληση προς τους δημότες κάθε ηλικίας, προκειμένου να γνωρίσουν από κοντά πρακτικές που ενισχύουν τη σωματική και ψυχική ευεξία. «Η υγεία και ο αθλητισμός είναι θεμέλιοι λίθοι για την ποιότητα ζωής και ο Δήμος των 3B ενθαρρύνει την ενεργή τους ένταξη στην καθημερινότητα. Το κοινό καλείται να συμμετάσχει σε αυτή τη γιορτή ευεξίας, που συνδυάζει τη δράση με την ενημέρωση και υπόσχεται στιγμές χαράς και γνώσης για μικρούς και μεγάλους», τονίζεται στη σχετική πρόσκληση.

Πρόσφατα άλλωστε ολοκληρώθηκε με μεγάλη επιτυχία η «Εβδομάδα Υγείας», η οποία πραγματοποιήθηκε από τις 11 έως τις 15 Μαρτίου στην αίθουσα Ιωνία. Η δράση αυτή με στόχο την ενημέρωση και τη φροντίδα των δημοτών, προσέφερε δωρεάν ιατρικές εξετάσεις και διαγνωστικούς ελέγχους. Συνολικά

πραγματοποιήθηκαν 218 εξετάσεις από εξειδικευμένους γιατρούς, καλύπτοντας ένα ευρύ φάσμα ιατρικών ειδικοτήτων, όπως καρδιολογία, ορθοπεδική, νευρολογία, διαιτολογία, οφθαλμολογία, πνευμονολογία και δερματολογία. Οι συμμετέχοντες είχαν τη δυνατότητα να λάβουν χρήσιμες συμβουλές και να ενημερωθούν για θέματα πρόληψης. Σύμφωνα με πληροφορίες, ήδη σχεδιάζονται νέες ημερομηνίες για την επανάληψη της δράσης, προκειμένου να επωφεληθούν ακόμα περισσότεροι δημότες. «Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης συνεχίζει να επενδύει στη δημόσια υγεία διασφαλίζοντας την ευημερία και την ποιότητα ζωής των πολιτών.

Η εξαιρετική ανταπόκριση του κοινού αποτελεί κινητήριο δύναμη για την καθιέρωση της δράσης Εβδομάδα Υγείας ως θεσμού στον Δήμο μας», ανέφερε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος.

Εργαστήριο για την ανάπτυξη επαγγελματικών δεξιοτήτων



Επιτυχημένο θεωρήθηκε από τους διοργανωτές το ομαδικό εργαστήριο με τίτλο «Ανάπτυξη δεξιοτήτων λήψης επαγγελματικών αποφάσεων», που πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 4 Απριλίου από το

Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Εργασίας της ΓΣΕΕ. Το εργαστήριο περιλάμβανε βιωματικές ασκήσεις και διαδραστικό διάλογο. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να κατανοήσουν πώς οι εσωτερικοί και εξωτερικοί παράγοντες επηρεάζουν τις επαγγελματικές τους επιλογές, ενώ παράλληλα δόθηκε έμφαση στην αντιμετώπιση των φόβων και αναστολών που μπορεί να τους επηρεάζουν.

Το εργαστήριο απευθυνόταν σε εργαζομένους, ανέργους, καθώς και σε άτομα που αναζητούν επαγγελματικό προσανατολισμό ή σκέφτονται να επαναπροσανατολίσουν την καριέρα τους. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στην χρήση εργαλείων ανάλυσης και στρατηγικών που βοηθούν στη λήψη συνειδητών και τεκμηριωμένων αποφάσεων, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση των συμμετεχόντων και την ικανότητα τους να αντεπεξέρχονται σε νέες προκλήσεις. Το Κέντρο Κοινότητας είναι μια κοινωνική δομή που ιδρύθηκε το 2017 στο Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης και λειτουργεί με στόχο την ενίσχυση των τοπικών κοινοτήτων και την παροχή υποστήριξης σε άτομα που χρειάζονται βοήθεια σε θέματα κοινωνικής ένταξης, επαγγελματικής υποστήριξης και προσωπικής ανάπτυξης.

Αλληλεγγύη και στήριξη στους ευάλωτους



Με αίσθηση ευθύνης και ανθρωπισμού ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης προχώρησε και φέτος στην υλοποίηση της μεγάλης πασχαλινής διανομής τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης, ενισχύοντας περίπου 200 οικογένειες που βρίσκονται σε ευάλωτη κατάσταση. Μέσω του Κοινωνικού

Παντοπωλείου του Δήμου, διανεμήθηκαν ολοκληρωμένα πακέτα με τρόφιμα, πασχαλινά γλυκίσματα, είδη προσωπικής υγιεινής και παιχνίδια για τα παιδιά, προσφέροντας όχι μόνο ουσιαστική βοήθεια, αλλά και ένα μήνυμα ελπίδας, ότι κανείς δεν είναι μόνος του στον αγώνα της καθημερινότητας.

Η δράση αυτή πραγματοποιήθηκε με την πολύτιμη συνεργασία του προσωπικού της Κοινωνικής Αλληλεγγύης του Δήμου, καθώς και με τη συνδρομή εθελοντών και επιχειρήσεων που συνέβαλαν γενναιοδωρα στην επιτυχία της. «Σε μια εποχή όπου η αποξένωση και οι δυσκολίες αποτελούν καθημερινότητα για πολλούς, εμείς επιλέγουμε την ενότητα, την αλληλεγγύη και την έμπρακτη προσφορά. Ο Δήμος μας είναι και θα παραμείνει δίπλα σε κάθε δημότη που χρειάζεται στήριξη. Το Πάσχα δεν είναι μόνο έθιμο. Είναι μια ευκαιρία να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι, όλοι μαζί», τόνισε ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρης Κωνσταντέλλος.

2^ο φεστιβάλ Mare Nostrum Γιορτή για το περιβάλλον στη Βάρκιζα

Για δεύτερη συνεχή χρονιά ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης διοργανώνει το πολυθεματικό περιβαλλοντικό φεστιβάλ Mare Nostrum. Από τις 11 Μαΐου έως την 1η Ιουνίου, κάθε Κυριακή, η παραλία της Βάρκιζας θα γεμίσει με δράσεις, μουσική και δημιουργικά εργαστήρια. Στόχος της διοργάνωσης είναι η ενεργοποίηση της τοπικής κοινωνίας και κυρίως της μαθητικής κοινότητας γύρω από θέματα βιωσιμότητας, καθαρής ενέργειας και προστασίας του θαλάσσιου περιβάλλοντος.

Το φεστιβάλ Mare Nostrum βασίζεται σε δύο άξονες, το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Φαέθων junior και τις εορταστικές εκδηλώσεις του Mare Nostrum. Το Φαέθων junior απευθύνεται σε μαθητές Δημοτικού, με θεματική γύρω από τις μορφές ανανεώσιμης ενέργειας. Την Κυριακή 11 Μαΐου στις 11 π.μ., τα νηπιαγωγεία και οι πρώτες τάξεις των δημοτικών σχολείων θα ανακαλύψουν την αιολική ενέργεια μέσα από αφήγηση μύθου, θεατρικό δρώμενο με τον Αίοιο, διαδραστικά παιχνίδια και ομαδικές χειροτεχνίες. Στις 18 Μαΐου στις 11 π.μ., οι μαθητές των τάξεων Β', Γ' και Δ' Δημοτικού θα γνωρίσουν τη δύναμη της υδροκινητικής ενέργειας μέσα από μύθους με τον Ωκεανό, παιχνίδια και δημιουργικές δραστηριότητες. Στις 25 Μαΐου, πάλι στις 11 π.μ., οι Ε' και Στ' τάξεις θα

εξερευνήσουν την ηλιακή ενέργεια, με μυθολογικές αφηγήσεις για τον Ήλιο, πειράματα και κατασκευές μίνι φωτοβολταϊκών. Την ίδια ημέρα, 25 Μαΐου, στη 1 μ.μ. θα ακολουθήσει το πολυαναμενόμενο Φεστιβάλ Χρωμάτων, μια εκρηκτική γιορτή χαράς και έκφρασης με ατελείωτη μουσική, χορό και εκτόξευση οικολογικών, ασφαλών χρωμάτων στον ουρανό. Η παραλία της Βάρκιζας θα μεταμορφωθεί σε ένα πολύχρωμο τοπίο συλλογικής διασκέδασης με τη συνοδεία ρυθμών από dj.

Η αυλαία του φεστιβάλ θα πέσει την Κυριακή 1η Ιουνίου, με ένα απογευματινό πρόγραμμα από τις 7 έως τις 10 μ.μ. Το φεστιβάλ θα ξεκινήσει με παράκτιο καθαρισμό, στον οποίο θα συμμετάσχουν μαθητές από τα δημοτικά σχολεία της πόλης. Θα ακολουθήσουν η ομιλία του Δημάρχου, η προβολή βίντεο και η βράβευση μαθητών και εκπαιδευτικών που διακρίθηκαν στις περιβαλλοντικές δράσεις. Η βραδιά θα κλείσει με ένα μεγάλο πάρτι με ζωντανή μουσική από καλλιτέχνες που θα ερμηνεύσουν έντεχνα και ποπ τραγούδια, ενώ κεράσματα θα προσφέρονται σε όλους τους παρευρισκόμενους. Το Mare Nostrum είναι μια γιορτή αφιερωμένη στο μπλε του Σαρωνικού και στον σεβασμό προς το φυσικό περιβάλλον. Με δράσεις για όλη την οικογένεια, δημι-

**ΕΙΣΟΔΟΣ
ΕΛΕΥΘΕΡΗ**



Δήμος Βάρης
Βούλας
Βουλιαγμένης

2^ο MARE NOSTRUM & ΦΑΕΘΩΝ JUNIOR

ΘΕΜΑΤΙΚΟ ΔΡΩΜΕΝΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ
ΜΕ ΘΕΜΑ ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ

Κυριακή 11.05 | 18.05 | 25.05 | 01.06 2024
Παραλία - Λιμάνι Βάρκιζας

Παιχνίδια - Πειράματα - Κατασκευές - Ακροβάτες
Μουσική - Συγκροτήματα - Πάρτι - Εκπλήξεις

ΜΙΑ ΓΙΟΡΤΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1η Συνάντηση | Αιολική Ενέργεια
ΚΥΡΙΑΚΗ 11 Μαΐου | ΩΡΑ 11.00-15.00
Νηπιαγωγείο / Α' Δημοτικού

2η Συνάντηση | Υδροκινητική Ενέργεια
& Φεστιβάλ Χρωμάτων
ΚΥΡΙΑΚΗ 18 Μαΐου | ΩΡΑ 11.00-15.00
Β', Γ', Δ' Δημοτικού

3η Συνάντηση | Ηλιακή Ενέργεια
ΚΥΡΙΑΚΗ 25 Μαΐου | ΩΡΑ 11.00-15.00
Ε' ΣΤ' Δημοτικού

4η Συνάντηση
Περιβαλλοντικές Δράσεις & Τελετή Λήξης Φεστιβάλ
ΚΥΡΙΑΚΗ 1 Ιουνίου | ΩΡΑ 19.00-22.00

Πληροφορίες: 213 2020775 / 777 / 712 | www.vvv.gov.gr

ουργικά εργαστήρια, μουσικές εκδηλώσεις και ελεύθερη είσοδο, το φεστιβάλ έρχεται να υπενθυμίσει σε όλους ότι η προστασία της φύσης είναι ευθύνη αλλά και χαρά.



**PUBLIC
SOFT.**
CUSTOM MADE SOLUTIONS

PUBLIC
PRO

PUBLIC
LEGAL

PUBLIC
TRUTH



**Βρίσκουμε Λύσεις Σήμερα,
Τι προσφέρουμε; στις Ανάγκες του Αύριο!**

- ✓ **Αύξηση Εσόδων ΟΤΑ**
- ✓ **Συμβουλευτική σε Θέματα Δημοσίων Συμβάσεων**
- ✓ **Public Pro**
Έγινε ορόσημο ως το πιο ολοκληρωμένο και εύχρηστο σύστημα Ηλεκτρονικής Διαχείρισης Δημοσίων Συμβάσεων
- ✓ **Public Legal**
Η Εύχρηστη Εφαρμογή που βάζει τέλος στο χάος της Διαχείρισης των Εκκρεμών Νομικών Υποθέσεων
- ✓ **Public Truth**
Ένα Ψηφιακό Εργαλείο για την Εφαρμογή του Whistleblowing
- ✓ **Public Script**
Το πιο εξελιγμένο λογισμικό αυτόματης μετάφρασης και υποτιτλισμού με την χρήση AI



www.publicsoft.gr | Τηλ.: 211 18 25567 | info@publicsoft.gr

Άσκηση και καρδιά

Θεραπείες στο κέντρο αποκατάστασης καρδιοπαθών του Ασκληπιείου

Γράφει ο καθηγητής **Αθανάσιος Μανώλης**

Τα τελευταία χρόνια με τον καθηγητή του Πανεπιστημίου της Washington, P. Kokkino και τον καρδιολόγο συνεργάτη Α. Πιτταρά έχουμε δημοσιεύσει σε μεγάλα διεθνή περιοδικά πάρα πολλές εργασίες με δεκάδες χιλιάδες ασθενείς από Ελλάδα και ΗΠΑ, με αντικείμενο τις ωφέλιμες δράσεις της άσκησης στο καρδιαγγειακό σύστημα. Επίσης κατά τη διάρκεια της θητείας μου ως Διευθυντού της Καρδιολογικής Κλινικής του Ασκληπιείου Βούλας, δημιούργησα σε συνεργασία με το τμήμα Φυσικοθεραπείας του Νοσοκομείου το μοναδικό στον ελληνικό χώρο κέντρο αποκατάστασης καρδιοπαθών, δωρεά του κ. Αθανάσιου Μαρτίνου, το οποίο λειτουργεί με μεγάλη επιτυχία και εξυπηρετεί μεγάλο αριθμό ασθενών του Λεκανοπεδίου και με το νέο Διευθυντή κ. Λ. Πουλημένο. Οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα αυτό παρακολουθούνται από ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό και η βελτίωση των ασθενών είναι εντυπωσιακή. Και μιλάμε και για βαριά καρδιολογικά περιστατικά, ακόμη και υποψήφια για μεταμόσχευση. Δεν υπάρχει οικονομική επιβάρυνση και όσοι ενδιαφέρονται θα πρέπει απλά να επικοινωνήσουν με την κ. Ν. Δημάκη ή κ. Μ. Ανδριοπούλου για ραντεβού.

Οι ασθενείς τώρα με καρδιακή νόσο θα πρέπει πριν ξεκινήσουν οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα να υποβληθούν στο βασικό καρδιολογικό έλεγχο και καλό είναι να ακολουθούν τα ειδικά προγράμματα. Ο καρδιολογικός έλεγχος πριν την άσκηση συνιστάται διεθνώς για όλους και έχει ως στόχο την πρώιμη ανίχνευση διαταραχών που μπορεί να οδηγήσουν σε επικίνδυνες για τη ζωή αρρυθμίες, αιφνίδιο καρδιακό θάνατο και ποικίλει με ανάλογα την ηλικία, τους παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου και φυσικά την ένταση της άθλησης. Όλα τα δεδομένα δείχνουν ότι η άσκηση ωφελεί τον οργανισμό με πολλούς τρόπους αφού δυναμώνει την καρδιά, μειώνει την χοληστερίνη, μειώνει την αρτηριακή πίεση, βελτιώνει τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα, μειώνει το σωματικό βάρος, δυναμώνει τους μυς, τα οστά και τις αρθρώσεις, βελτιώνει την αντοχή, μειώνει το άγχος και βελτιώνει την ποιότητα του ύπνου. Επίσης, η άσκηση απελευθερώνει διάφορες ορμόνες, όπως οι ενδορφίνες που βοηθούν στη μείωση του στρες και βελτιώνουν την ψυχική σου κατάσταση. Επίσης όταν η άσκηση συνδυάζεται και με αλλαγή τρόπου ζωής, απώλεια βάρους, διακοπή καπνίσματος, υγιεινή διατροφή, τα οφέλη είναι πολλαπλάσια.

Ποια είναι η ιδανική άσκηση για την καρδιά

Όλοι οι επιστημονικοί φορείς αναφέρουν ότι ιδανικά πρέπει να συνδυάζουμε την



αερόβια άσκηση (τρέξιμο, κολύμβηση, ποδηλασία) με μέτρια βαράκια. Μαζί αυτά τα δύο θα μας δώσουν τα μεγαλύτερα οφέλη.

Πόση άσκηση πρέπει να κάνω και πόσο συχνά

Προσπάθησε να κάνεις αερόβια άσκηση το λιγότερο 30 λεπτά, 5 φορές την εβδομάδα, και μέτρια βάρη τουλάχιστον 2 φορές την εβδομάδα. Σταδιακά θα δεις βελτίωση στην αντοχή σου, ενώ η καρδιακή σου συχνότητα και η αρτηριακή σου πίεση θα αυξάνουν λιγότερο κατά την άσκηση. Αυτό βασικά δείχνει και το όφελος που κερδίζεις. Το βασικό σαφώς είναι να μην εγκαταλείψεις την προσπάθεια. Υπάρχουν διάφοροι τρόποι που προτείνονται σε αυτόν τον τομέα, όπως να έχεις διαθέσει κάποιο χρόνο την ημέρα για άσκηση, να πηγαίνεις για άθληση με παρέα, να γράφεις σε ένα βιβλιαράκι την αρτηριακή πίεση και την καρδιακή συχνότητα και να βλέπεις την πρόοδο κάθε εβδομάδα.

Πώς να αρχίσω και με τι πρόγραμμα

Θα πρέπει να αρχίζουμε με ένα ήπιο πρόγραμμα και να αυξάνουμε την ένταση σταδιακά. Αν αισθανθούμε πόνο στο στήθος ή έντονη δύσπνοια, θα πρέπει να σταματήσουμε αμέσως και να ενημερώσουμε το γιατρό μας. Επίσης δεν επιτρέπεται να φθάνουμε τον οργανισμό μας στα όρια γιατί και αυτό είναι επικίνδυνο. Μιλάμε για καθημερινή άσκηση που θα μας βελτιώσει την υγεία μας γενικά.

Για άσκηση μπορούμε να ξεκινήσουμε με γρήγορο περπάτημα, τρέξιμο, κολύμβηση, ποδήλατο, ορειβάσια και να το συνδυάσουμε με πιλάτες, γιόγκα, βαράκια κ.λπ. Οτιδήποτε και να κάνουμε και ανεξάρτητα της διάρκειας, πάλι κέρδος θα έχουμε από το να μην κάνουμε τίποτα.

Οι βασικές οδηγίες

Προσπάθησε να είσαι δραστήριος όλη την ημέρα και να αποφεύγεις την καθιστική ζωή. Προσπάθησε να κάνεις 2,5 - 5 ώρες μέτριας άσκησης ή 1,25 - 2,5 ώρες έντονης άσκησης την εβδομάδα. Κάνε ισομετρικές ασκήσεις τουλάχιστον 2 φορές την εβδομάδα. Καμία άσκηση δεν θα πρέπει να διαρκεί λιγότερο από 10 λεπτά. Μην διακόπτουμε το πρόγραμμα άσκησης για μεγάλο χρονικό διάστημα. Ηλικιωμένα άτομα μπορούν και πρέπει να κάνουν άσκηση, αλλά καλό είναι πριν να έχουν κάνει ένα βασικό καρδιολογικό έλεγχο.

Ο Αθανάσιος Ι. Μανώλης είναι Διευθυντής Β' Καρδιολογικής Κλινικής Νοσοκομείου Μετροπόλιταν, αν. Καθηγητής Καρδιολογίας Νοσοκομείου Emory, Ατλάντα (ΗΠΑ) και αν. Καθηγητής Υπέρτασης Πανεπιστημίου Βοστώνης (ΗΠΑ). Επικοινωνία: 210 4809581, ajmanol@otenet.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



Ποδηλασία**Ο γύρος της Ελλάδας πέρασε δυναμικά από τα 3B****Συνδιοργανωτής της κορυφαίας εκδήλωσης ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης**

και οστεοπαθητικό Βασίλη Κουράκο. Η παρουσίασή του με τίτλο «Η σημασία της σωστής θέσης οδήγησης στο ποδήλατο μας για σωστή απόδοση και αποφυγή τραυματισμών» συγκέντρωσε το ενδιαφέρον του κοινού, καθώς έδωσε πρακτικές συμβουλές και εξήγησε με κατανοητό τρόπο τη σημασία της εργονομίας στην ποδηλασία. Η πανηγυρική ατμόσφαιρα που επικράτησε σε όλη τη διαδρομή της Αττικής ολοκληρώθηκε με έναν θεαματικό τερματισμό στην πλατεία Συντάγματος, όπου χιλιάδες θεατές υποδέχθηκαν τους ποδηλάτες στο φινάλε της διαδρομής. Μεγάλος νικητής της γενικής κατάταξης αναδείχθηκε ο 25χρονος Μάρτιν Λόπεζ από το Εκουαδόρ, μέλος της ομάδας XDS Astana, η οποία ανήκει στην κατηγορία World Tour και εκπροσώπησε το Καζακστάν. Ο Λόπεζ, με την υποστήριξη των συναθλητών του, ανέβηκε στην κορυφή της διοργάνωσης αφήνοντας τις καλύτερες εντυπώσεις. Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, ως συνδιοργανωτής, απέδειξε για πολλοστή φορά πως μπορεί να φιλοξενεί με επιτυχία διεθνούς εμβέλειας αθλητικές διοργανώσεις, αναδεικνύοντας ταυτόχρονα τον αθλητισμό, τον πολιτισμό και τη φυσική ομορφιά της περιοχής.

Με μεγάλη επιτυχία και εντυπωσιακή συμμετοχή κόσμου ολοκληρώθηκε την Κυριακή 6 Απριλίου το πέμπτο και τελευταίο ετάπ του διεθνούς ποδηλατικού γύρου «ΔΕΗ Tour of Hellas 2025», ο οποίος είχε έντονο τοπικό χρώμα καθώς διέσχισε και τις τρεις δημοτικές ενότητες του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Το κορυφαίο αυτό αθλητικό γεγονός, στο οποίο συμμετείχαν επαγγελματίες ποδηλάτες παγκόσμιας εμβέλειας, εθνικές ομάδες –μεταξύ των οποίων και οι ομάδες Ελλάδας και Κύπρου– καθώς και δεκάδες συνοδοί και φίλαθλοι, πρόσφερε μοναδικές στιγμές στους κατοίκους και επισκέπτες της Βάρκιζας, της Βουλιαγμένης και της Βούλας.

Η διαδρομή ξεκίνησε από τον Μαραθώνα, διέσχισε την Ανατολική Αττική και πέρασε από την Λεωφόρο Συνίου, περνώντας από την Βάρκιζα, τα λιμανάκια, τη Βουλιαγμένη και στη συνέχεια οι ποδηλάτες πέρασαν από

την πλατεία Ιμίων στη Βούλα, κινούμενοι κατά μήκος της οδού Αγίου Ιωάννου –από τη λεωφόρο Κωνσταντίνου Καραμανλή έως τη λεωφόρο Βουλιαγμένης– προτού στρίψουν προς τον τελικό τερματισμό, στην πλατεία Συντάγματος. Στην πλατεία της Βούλας στήθηκε ένα από τα πιο ζωντανά και εμψυχωτικά σημεία της διαδρομής. Ο χώρος στάθμευσης μετατράπηκε σε σημείο φιλοξενίας των θεατών, οι οποίοι είχαν την ευκαιρία να χειροκροτήσουν από κοντά τους αθλητές και να ζήσουν από πρώτο χέρι τον παλμό μιας διοργάνωσης με διεθνή χαρακτήρα. Η ανταπόκριση του κοινού ήταν εντυπωσιακή, με οικογένειες, παιδιά και φίλους του ποδηλάτου να δίνουν δυναμικό παρών.

Πέρα από το αγωνιστικό σκέλος, η ημέρα περιλάμβανε και παράλληλες δράσεις για μικρούς και μεγάλους. Ενδιαφέρον παρουσίασε και η ενημερωτική εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε από τον φυσικοθεραπευτή

Κρεμασμένος Λαγός 2025**Η μαγεία του ιστορικού αυτοκινήτου στη Βούλα**

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε για ένατη συνεχή χρονιά η Ανάβαση Βούλας «Κρεμασμένος Λαγός», μια διοργάνωση του Συλλόγου Ιδιοκτητών Σπορ Αυτοκινήτων (ΣΙΣΑ) σε συνεργασία με τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Ο αγώνας τιμά την ιστορική ανάβαση που διεξαγόταν στην ίδια διαδρομή την περίοδο 1972-1977 και συγκεντρώνει κάθε χρόνο το ενδιαφέρον φίλων του ιστορικού αυτοκινήτου από όλη την Αττική. Το Σάββατο 26 Απριλίου, η εκδήλωση κατάφερε να συγκεντρώσει 99 συμμετοχές, με ιστορικά αυτοκίνητα να δίνουν ξεχωριστό χρώμα και ήχο στο Πανόραμα Βούλας. Η διαδρομή των περίπου 3.300 μέτρων, με την απίστευτη θέα προς τον Σαρωνικό, πρόσφερε ιδανικό σκηνικό για έναν αγώνα ακριβείας και κομψότητας, με τα αυτοκίνητα να αναβιώνουν μια άλλη εποχή.

Η εκκίνηση δόθηκε στις 5 το απόγευμα από την πλατεία Άλσους, στον Άγιο Νεκτάριο στο Πανόραμα Βούλας, με δύο σκέλη να συμπληρώνουν το πρόγραμμα. Ανάμεσα στους συμμετέχοντες ξεχώρισε, όπως κάθε χρόνο, ο πρόεδρος του Τοπικού Συμβουλίου Βάρης Παναγιώτης Παππάς, ο οποίος μάλιστα κατάφερε να ανέβει στη δεύτερη θέση στην κατηγορία του. Φέτος η εκδήλωση είχε και έναν ιδιαίτερο συναισθηματικό τόνο, καθώς ήταν αφιερωμένη στη μνήμη του Νίκου Καλογερά, του επί χρόνια κριτή που με αφοσίωση και αγάπη υπηρέτησε τους ελληνικούς αγώνες. Τα οχήματα χωρίστηκαν σε τρεις βασικές κατηγορίες, με τα ιστορικά αυτοκίνητα να διαγωνίζονται στην Regularity, τα πιο κλασικά στην Classique και τα νεότερα στην Youngtimer-GT, εκτός γενικής κατάταξης αλλά με ξεχωριστή διάκριση. Η Ανάβαση Βούλας «Κρεμα-

σμένος Λαγός» αποδεικνύει κάθε χρόνο πως ο συνδυασμός ιστορίας και ανθρώπινου πάθους δημιουργεί μοναδικές στιγμές και αποτελεί πλέον θεσμό για την περιοχή, δίνοντας ραντεβού με τους φίλους του αυτοκινήτου και για το 2026.

**Αναβίωση της ιστορικής διαδρομής στο Πανόραμα με αγώνες ακριβείας**

Έθιμα και χορευτικά δρώμενα στη Βάρη Η Άνοιξη της παραδοσιακής ελληνικής υπαίθρου



Με τον πιο πολύχρωμο και παραδοσιακό τρόπο γιόρτασε ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης την Άνοιξη, ολοκληρώνοντας την Κυριακή 27 Απριλίου τις πασχαλινές πολιτιστικές του εκδηλώσεις. Ο Λαογραφικός Όμιλος Σεμέλη και τα παιδιά που στελεχώνουν τα τμήματα παραδοσιακών χορών του Δημοτικού Βουλιαγμένης και του 4ου Δημοτικού Βούλας παρουσίασαν μια εντυπωσιακή μουσική και χορευτική παράσταση που ταξίδεψε το κατάμεστο Δημοτικό Θέατρο Βάρης σε έθιμα, ομαδικά παιχνίδια, δοξασίες και γιορτινές εκδηλώσεις της λαϊκής παράδοσης από μακρινά σημεία της χώρας, μεταδίδοντας το ατίθασο εαρινό πνεύμα. Η παράσταση την οποία επιμελήθηκε καλλιτεχνικά ο χοροδιδάσκαλος Γιάννης Ρουσιάνος παρουσίασε έθιμα και χορευτικά δρώμενα που απαντώνται σε διάφορες περιοχές της χώρας κατά τη διάρκεια της Άνοιξης. Για το «ξεχωριστό χρώμα που δίνει η Σεμέλη και οι άνθρωποι του συλλόγου σε όλες τις πολιτιστικές εκδηλώσεις της περιοχής μας», έκανε λόγο ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος στον σύντομο χαιρετισμό του. Σε ρόλο αφηγήτριας αλλά και συμμετέχοντας στο τραγούδι όπου απαιτούνταν με μια υπέροχη φωνή, η Βέρα Ρουσιάνου ανέφερε εισαγωγικά ότι στην παραδοσιακή ελληνική αγροτική

κοινωνία η Άνοιξη συμβόλιζε την αναγέννηση, την αρχή του νέου κύκλου της ζωής και ως τέτοια της άξιζε η ανάλογη υποδοχή.

Μεταξύ άλλων εθίμων, τα παιδιά αναπαρέστησαν το έθιμο της χελιδόνας, κατά το οποίο την πρώτη του Μάρτη τα παιδιά έβγαιναν στους δρόμους ως χελιδονιστές, τριγυρνούσαν στα σπίτια και έψαλλαν τα κάλαντα της Άνοιξης. Ο πρώτος της ομάδα κρατούσε ένα στεφάνι από λουλουδία πάνω στο οποίο υπήρχε ένα ομοίωμα χελιδονιού. Τα παιδιά γέμιζαν ένα καλάθι με φύλλα κισσού και αφού τραγουδούσαν τα κάλαντα σε κάθε νοικοκυρά, εκείνη έπαιρνε λίγα φύλλα κισσού, ως σύμβολο της αμάραντης βλάστησης, από το καλάθι και τα τοποθετούσε στο κοτέτσι για να γεννούν πολλά αυγά οι κόττες. Οι νοικοκυρές έδιναν στα παιδιά γλυκά, αυγά και σπάνια χρήματα. Παρουσιάστηκε ακόμα το έθιμο της ρουμπάνας, που τελείται το Σάββατο του Λαζάρου. Αυτό έδινε στις νέες του χωριού μια ευκαιρία για μια επίσημη τελετουργική έξοδο από το σπίτι και τη δυνατότητα να επιδείξουν τις ικανότητές τους στο τραγούδι και τον χορό. Μεγάλο ενδιαφέρον είχε το παιχνίδι του Ζαφείρη το οποίο έπαιζαν νεαρές κοπέλες στα χωράφια και τα βοσκοτόπια κατά την περίοδο των

αγροτικών εργασιών. Το κορίτσι ή το αγόρι που έπαιζε τον Ζαφείρη ξάπλωνε στο χορτάρι. Μόλις ακουγόταν ο τελευταίος στίχος του τραγουδιού όλα τα παιδιά μαζί φώναζαν «Σήκου Ζαφείρη, σήκου» και τότε ο Ζαφείρης πετιόταν όρθιος και κυνηγούσε τα παιδιά. Αυτή ή αυτός που έπιανε θα είχε τον ρόλο του Ζαφείρη την επόμενη χρονιά. Επίσης, παρουσιάστηκε το έθιμο της πιρπιρούνας που συναντάται στην περιοχή του Έβρου και σε άλλα μέρη της Ελλάδας και τελούνταν σε περιόδους ανομβρίας, όταν υπήρχε πρόβλημα για τη σοδειά και οι αγρότες παρακαλούσαν να στείλει ο θεός μία βροχή. Σύμφωνα με το έθιμο, ένα μικρό κορίτσι ντυνόταν με αγριόχορτα και φύλλα. Το κορίτσι συμβόλιζε τη διψασμένη γη που αναζητούσε νερό για να καρποφορήσει. Την συνόδευαν άλλα μικρά κορίτσια και γυρνούσαν από πόρτα σε πόρτα.

Στο ενδιαμέσο των θεατρικών τρόπων τινά αναπαραστάσεων, τα παιδιά παρουσίαζαν παραδοσιακούς χορούς φορώντας εντυπωσιακές και επιμελημένες τοπικές φορεσιές. Σε πολλά σημεία οι θεατές δονούσαν την αίθουσα με το ρυθμικό τους χειροκρότημα, συμμετέχοντας και διαμορφώνοντας ένα εξαιρετικό κλίμα στην εκδήλωση.

Xterra

Εντυπωσιακό ορεινό τρίαθλο στη Βουλιαγμένη



Η μοναδικότητα της Βουλιαγμένης ακτινοβόλησε και φέτος μέσα από τα μάτια και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης εκατοντάδων αθλητών και επισκεπτών από τη χώρα μας και όλο τον κόσμο που έτρεξαν στη μεγαλύτερη και πιο απαιτητική τριαθλητική οργάνωση, το Xterra Greece Voulagmeni που συνδιοργανώνουν η Trimore και ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Με δυνατό ήλιο και ιδανικές καιρικές συνθήκες, το Σάββατο 26 Απριλίου, οι αθλητές κορύφωσαν την προσπάθειά τους και σημείωσαν αξιόλογες επιδόσεις στην αλυσίδα των διεθνών διοργανώσεων που συνιστά το παγκόσμιο πρωτάθλημα της Xterra. Η διοργάνωση είχε την αιγίδα της Τριαθλητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος και τη στήριξη του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού.

Το εκτός δρόμου τρίαθλο πλήρους απόστασης περιλαμβάνει 1.500 μέτρα κολύμβηση εντός της πλαζ Βουλιαγμένης, 30 χλμ. ποδηλασία εκτός δρόμου στη Φασκομηλιά και το Πευκωτό (με θετικά υψομετρικά 800 μ.) και τρέξιμο εκτός δρόμου (με θετικά υψομετρικά 360 μ.) στη Φασκομηλιά 11 χιλιόμετρα. Παράλληλα όμως διεξήχθη στην ίδια διαδρομή και η σπριντ εκδοχή του αγώνα με 750 μέτρα κολύμπι, 15 χιλιόμετρα ποδήλατο και 5,5 χιλιόμετρα τρέξιμο. Όπως κάθε χρόνο το Xterra φιλοξένησε το άκουαθλο στις ίδιες διαδρομές, περιλαμβάνοντας κολύμπι και τρέξιμο (σε πλήρη απόσταση και σπριντ εκδοχή). Τις προηγούμενες εβδομάδες οι άνθρωποι της διοργάνωσης έκανα προπονήσεις στο βουνό με τους αθλητές για να εξοικειωθούν με τη δύσκολη διαδρομή που κάθε χρόνο διαφοροποιείται σε ελάχιστα σημεία.

Ελίτ αθλητές και «age groupers»

Η ιδιαιτερότητα του αγώνα της Xterra είναι ότι στο ίδιο τερνέλ αγωνίζονται οι λεγόμενοι age groupers, οι

ερασιτέχνες δηλαδή αθλητές που κατατάσσονται σε κατηγορίες βάσει της ηλικίας τους και οι ελίτ αθλητές που έρχονται από όλο τον κόσμο για να διεκδικήσουν τα χρηματικά έπαθλα αλλά και να λάβουν προκρίσεις και πόντους για το παγκόσμιο πρωτάθλημα της Xterra. Φέτος έτρεξαν 39 ελίτ αθλητές. Την πρώτη τριάδα στους άνδρες σχημάτισαν οι Felix Forissier (χρόνος 2 ώρες 21 λεπτά 18 δεύτερα), Jens Sloth Nielsen και Arthur Forissier, ενώ οι γυναίκες που πρώτευαν ήταν οι Alizee Paties (χρόνος 2 ώρες 45 λεπτά 3 δεύτερα), Anna Zehnder και Marta Menditto. Από τους age groupers, στην πλήρη απόσταση του τρίαθλου τερμάρισαν 97 άτομα, στη σπριντ απόσταση 45 αθλητές και αθλήτριες, ενώ στο πλήρους απόστασης άκουαθλο τερμάτισαν 28 αθλητές και στο σπριντ άκουαθλο 47. Με σκυταλοδρομία έτρεξαν 7 ομάδες αθλητών το τρίαθλο πλήρους απόστασης και 5 ομάδες το σπριντ τρίαθλο. Στον παιδικό αγώνα που διεξήχθη την Κυριακή 27 Απριλίου εντός της πλαζ και περιελάμβανε κολύμβηση, ποδήλατο και τρέξιμο συμμετείχαν 50 παιδιά κάτω των 12 ετών δίνοντας ένα ξεχωριστό χρώμα στη διοργάνωση. Αρωγός στον αγώνα ήταν και φέτος η Εθελοντική Δασοπροστασία Νοτίου Υμηττού που οργάνωσε τους εθελοντές, οι οποίοι μεταξύ άλλων εξασφάλισαν την απρόσκοπτη λειτουργία της πόλης, παρά τις έκτακτες κυκλοφοριακές ρυθμίσεις που συντόνισε η Τροχαία.

Ο πρώτος αγώνας της Xterra έγινε στο Μάουι της Χαβάης, όπου για πρώτη φορά δοκιμάστηκε το τρίαθλο στην ορεινή και πιο απαιτητική εκδοχή του. Ο θεσμός στα χρόνια που ακολούθησε απέκτησε φανατικούς φίλους σε όλο τον κόσμο. Σύμφωνα με τα παγκόσμια στατιστικά της διοργάνωσης, μόνο το 2024 πραγματοποιήθηκαν συνολικά 80 events και 427 αγώνες σε 30 χώρες των 5 ηπείρων.

The Ultimate Fine Dining Experience



Με το εξαιρετικό φυσικό πλεονέκτημα της ειδυλλιακής θέας του λαϊμού 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



2^ο Γυμνάσιο Βούλας**Διάκριση σε διαγωνισμό κόμικς για την οδική ασφάλεια**

Τη δεύτερη θέση στα Γυμνάσια της ανατολικής Αττικής έλαβε η συμμετοχή της μαθήτριας του 2ου Γυμνασίου Βούλας Νεφέλης Μπισμπίκη στον μαθητικό καλλιτεχνικό διαγωνισμό δημιουργίας κόμικς που είχε ως θέμα «Με ασφάλεια στον προορισμό, με φαντασία στην τέχνη» για την ευαισθητοποίηση σε θέματα οδικής ασφάλειας. Στον διαγωνισμό έλαβαν συνολικά μέρος πάνω από 1.000 μαθητές από 83 σχολεία στη μεγάλη γεωγραφικά περιοχή της νοτιοανατολικής Αττικής που αξιολογήθηκαν σε δύο φάσεις. Την τελική αξιολόγηση που ξεχώρισε 110 έργα έκανε μια 5μελής επιτροπή αποτελούμενη από 4 εικαστικούς εικονογράφους και έναν πανεπιστημιακό. Τα κριτήρια αξιολόγησης ήταν η συνάφεια με το θέμα, η πρωτοτυπία της σύλληψης, η καλλιτεχνική ποιότητα του κάθε έργου, η πλοκή του και η εκπαιδευτική του αξία. Τα 70 πρώτα σε βαθμολογία έργα εκτέθηκαν στο Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών, ενώ τα 3 πρώτα από την κατηγορία Γυμνασίων και την κατηγορία Λυκείων βραβεύτηκαν σε ειδική τελετή στις 4 Απριλίου, από την πρώην και νυν πολιτική ηγεσία του υπουργείου Μεταφορών, δηλαδή τους Βασίλη Οικονόμου και Κωνσταντίνο Κυρανάκη. Την έμπνευση του διαγωνισμού είχε ο Διευθυντής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Αττικής Ανδρέας Μαρίνος.

Στη σχετική ανακοίνωση της διεύθυνσης αναφέρεται: «Η δύναμη των μαθητών να εκφράζονται, να δημιουργούν και να επηρεάζουν θετικά το κοινωνικό σύνολο αποτυπώθηκε με ξεχωριστό τρόπο στη συμμετοχή τους στη δράση για την οδική ασφάλεια. Μέσα από τη συνεργασία με εξαιρετικούς εκπαιδευτικούς, προέκυψαν σημαντικά αποτελέσματα που αναδεικνύουν τη σημα-

σία της δημιουργικότητας και της ευαισθητοποίησης στην εκπαίδευση». Από τα σχολεία του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης διακρίθηκαν ακόμη 5 συμμετοχές από το 1ο Γυμνάσιο Βάρης, ενώ από 1 συμμετοχή στην τελική κατάταξη των διακριθέντων έργων είχαν το 2ο Γυμνάσιο Βάρης, το Γυμνάσιο Βουλιαγμένης και το 2ο Λύκειο Βούλας, πετυχαίνοντας όλες πολύ καλές αξιολογήσεις που έδωσαν στους μαθητές και μαθήτριες το «εισιτήριο» για να εκθέσουν τα έργα τους.

Το έργο της Νεφέλης Μπισμπίκη ξεχώρισε για την ποιότητά του σε όλα τα κριτήρια και είχε τίτλο «δεν οδηγούμε όταν έχουμε πιει». Εστιάζει στην περιπέτεια μιας νεαρής κοπέλας που γιόρτασε τα γενέθλιά της με αλκοόλ και παρέβλεψε τις συμβουλές των φίλων της να μην οδηγήσει. Χωρίς περιττή δραματοποίηση, αλλά μάλλον με μια κορύφωση που έχει και χιουμοριστική ανάγνωση, η σκιτσογράφος αναδεικνύει την οδυνηρή διάψευση της απατηλής αυτοπεποίθησης που δίνει το αλκοόλ.

Στην ανακοίνωση συγχαρητηρίων που εξέδωσε το σχολείο της αναφέρεται: «Η γλυκιά Νεφέλη, μοιάζοντας και η ίδια με ηρώιδα κόμικς, εξέφρασε τις σκέψεις της με ευγένεια και σαφήνεια, τονίζοντας τη σημασία που έχει ο εσωτερικός μας κόσμος, οι σκέψεις και τα συναισθήματα, οι επιλογές και οι αποφάσεις που παίρνουμε τελικά. Συγχαρητήρια, Νεφέλη! Το χάρισμα που έχεις στο σχέδιο δεν είναι το μοναδικό. Σου ευχόμαστε από καρδιάς, με υγεία και τους αγαπημένους σου δίπλα, να ταξιδέψεις όσο μακριά ποθήσεις και να μετουσιώσεις τη δημιουργικότητα και το ταλέντο σου σε πολύτιμες εμπειρίες και ψυχική αγαλλίαση!».



Το κόμικς της Νεφέλης Μπισμπίκη με τίτλο «Δεν οδηγούμε όταν έχουμε πιει» αξιολογήθηκε 2ο στην κατηγορία Γυμνασίων σε διαγωνισμό που συμμετείχαν συνολικά πάνω από 1.000 μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από 83 σχολεία της ανατολικής Αττικής

4^ο Δημοτικό Βούλας**Έρευνα για τα μικροατυχήματα στο προαύλιο**

Μια πολύ πρωτότυπη πρωτοβουλία που συνδυάζει σύνθετους μαθησιακούς στόχους με την ευαισθητοποίηση για τη συμπεριφορά στο σχολείο είχαν οι εκπαιδευτικοί της Στ' τάξης του 4ου Δημοτικού της Βούλας, Σοφία Ζαχαράκη και Αντώνης Σκέλλας, που καθοδήγησαν τους μαθητές τους να σχεδιάσουν και να διεκπεραιώσουν μια ενδιαφέρουσα κοινωνική έρευνα. Τα παιδιά ετοίμασαν ένα ερωτηματολόγιο για όλες τις τάξεις του σχολείου σχετικά με τα ατυχήματα των συμμαθητών τους κατά τη διάρκεια του σχολικού ωραρίου και κατόπιν ανέλυσαν τα ευρήματά τους. Συνολικά συμμετείχαν 82 από τους 260 μαθητές του σχολείου, διαμορφώνοντας ένα αρκετά αντιπροσωπευτικό δείγμα από όλες τις τάξεις.

Σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς, «η έρευνα έδειξε ότι η πλειονότητα των παιδιών έχει βιώσει κάποιο ατύχημα, με την αυλή να αποτελεί τον συχνότερο χώρο συμβάντων. Οι κύριες αιτίες ατυχημάτων ήταν το γλίστρημα, το τρέξιμο, οι συγκρούσεις και το σπρώξιμο,

ενώ στις μεγαλύτερες τάξεις καταγράφηκαν ατυχήματα λόγω έντονων παιχνιδιών. Λίγα παιδιά χρειάστηκαν ιατρική φροντίδα, τα περισσότερα επέστρεψαν στο μάθημά τους».

Προχωρώντας στη συζήτηση και επεξεργασία των παρατηρήσεων, «οι μαθητές πρότειναν λύσεις όπως η παρατήρηση του περιβάλλοντος, η προσεκτική μετακίνηση και η τήρηση των κανόνων ασφαλείας». Για την ενημέρωση όλης της κοινότητας, οι μαθητές στο τέλος δημιούργησαν και μοίρασαν ένα φυλλάδιο με συμβουλές πρόληψης ατυχημάτων για το διάλειμμα, για τις σκάλες και τους διαδρόμους και τις τάξεις. Στην ιστοσελίδα του 4ου Δημοτικού Βούλας αναφέρεται σχετικά με την πρωτοβουλία: «Η έρευνα υπογραμμίζει τη σημασία της πρόληψης και της υπευθυνότητας για ένα ασφαλές σχολικό περιβάλλον. Η ασφάλειά μας είναι ευθύνη όλων! Ας τηρούμε τους κανόνες για ένα ευχάριστο και ασφαλές σχολικό περιβάλλον».



Τα σπορ ενώνουν μαθητές της πόλης

Διασχολικό πρωτάθλημα Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης

Μια ιδέα που γεννήθηκε το 2014 εξελίχθηκε σήμερα σε έναν καταξιωμένο θεσμό με ιδιαίτερη απήχηση στους μαθητές, στους εκπαιδευτικούς και στις οικογένειές τους. Ο λόγος για το Διασχολικό Πρωτάθλημα του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, μια πρωτοβουλία που ξεκίνησε δειλά με ένα πιλοτικό πρωτάθλημα ποδοσφαίρου για τα δημοτικά σχολεία της περιοχής και κατάφερε μέσα σε λίγα χρόνια να μεταμορφωθεί σε μια μεγάλη αθλητική και εκπαιδευτική διοργάνωση, στην οποία συμμετέχουν πλέον 3.500 παιδιά από δημόσια και ιδιωτικά σχολεία της πόλης.

Στην πρώτη του χρονιά, το πρωτάθλημα συγκέντρωσε 300 συμμετοχές. Το θετικό κλίμα, η ενθουσιώδης συμμετοχή των παιδιών και η θερμή υποστήριξη από τους δασκάλους και τους γονείς, άνοιξαν τον δρόμο για τη συνέχισή του. Τη δεύτερη χρονιά εντάχθηκαν στη διοργάνωση και ιδιωτικά σχολεία της περιοχής, διευρύνοντας έτσι τη βάση συμμετοχής στους 800 μαθητές. Στην τρίτη χρονιά, οι συμμετοχές ξεπέρασαν τους 1.200 μαθητές, δείχνοντας πως το εγχείρημα είχε πλέον ριζώσει και αγαπηθεί. Σήμερα, στην 9η διοργάνωση του Διασχολικού Πρωταθλήματος, ο αριθμός των παιδιών που συμμετέχουν ξεπερνά κάθε προηγούμενο, φτάνοντας τα 3.500. Η διοργάνωση καλύπτει πλέον όλες τις βαθμίδες της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, με κατηγορίες για μαθητές των τάξεων Γ' και Δ', Ε' και Στ' Δημοτικού, καθώς και για όλες τις τάξεις του Γυμνασίου. Ο Δήμος σε συνεργασία με τα σχολεία έχει δημιουργήσει ένα περιβάλλον όπου ο αθλητισμός γίνεται εργαλείο για μάθηση, για προσωπική ανάπτυξη αλλά και για κοινωνικοποίηση.

«Το πρωτάθλημα δεν είναι μόνο μια σειρά αθλητικών αγώνων. Είναι μια εμπειρία που διδάσκει στα παιδιά

την αξία της συμμετοχής, της προσπάθειας και της συνεργασίας. Η αθλητική άμιλλα, ο σεβασμός στον αντίπαλο, η πειθαρχία στους κανόνες και η ομαδικότητα είναι μερικά μόνο από τα μαθήματα ζωής που οι μικροί αθλητές παίρνουν μέσα από αυτή τη διαδικασία. Κάθε παιδί, ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα, φεύγει από το γήπεδο ή το γυμναστήριο έχοντας κερδίσει εμπειρίες που δεν διδάσκονται στο θρανίο. Και ταυτόχρονα, γνωρίζει νέους φίλους από άλλα σχολεία, χτίζει δεσμούς και αποκτά αυτοπεποίθηση», σημειώνει στον «Δημοσιογράφο», η προϊσταμένη αθλητισμού του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Κατερίνα Δημητροπούλου.

Η φετινή διοργάνωση διεξάγεται από τον Δεκέμβριο του 2024 έως τον Μάιο του 2025 και πραγματοποιείται στις σημαντικότερες αθλητικές εγκαταστάσεις του Δήμου. Πιο συγκεκριμένα, αξιοποιούνται το ποδοσφαιρικό γήπεδο της Βούλας και το δημοτικό στάδιο της Βάρης, τα κλειστά γυμναστήρια της Γεννηματά (Βούλα), της Άττιδος (Βάρη) και της Μηλαδέζας, αλλά και άλλοι χώροι όπως το κολυμβητήριο της Σχολής Ευελπίδων και η αίθουσα της επιτραπέζιας αντισφαίρισης. Τα αθλήματα στα οποία συμμετέχουν οι μαθητές είναι πολλά και καλύπτουν διαφορετικά ενδιαφέροντα όπως ποδόσφαιρο, μπάσκετ, βόλεϊ, τένις, πινγκ πονγκ, στίβος, κολύμβηση, σκάκι και ζίου ζίτσου. Κάθε σχολείο συγκροτεί ομάδες για τα αντίστοιχα αγωνίσματα και εμφανίζεται με ξεχωριστή εμφάνιση, ενισχύοντας έτσι

**3.500 παιδιά,
9 αθλήματα,
μία διοργάνωση**



το αίσθημα της ταυτότητας και της εκπροσώπησης. Ο στόχος δεν είναι μόνο η διάκριση, αλλά κυρίως η συμμετοχή και η ευκαιρία να δοκιμάσουν τα παιδιά νέες δραστηριότητες. Εκτός από τα δημόσια σχολεία στη φετινή διοργάνωση συμμετέχουν και πολλά ιδιωτικά, όπως ο Γείτονας, ο Καίσαρης, το Παλλάδιο και το ΔΕΣ. Η επιτυχία των μαθητών δεν περιορίζεται μόνο στα αποτελέσματα των αγώνων, αλλά και στην επίδειξη του φίλαθλου πνεύματος που τους διέκρινε σε όλη τη διάρκεια της διοργάνωσης.

Cheerleading

Χάλκινο μετάλλιο στο παγκόσμιο πρωτάθλημα

Μια ιστορική επιτυχία για τον ελληνικό αθλητισμό πέτυχε η ομάδα Youth Pom της Εθνικής Ελλάδας, που αποτελείται από αθλήτριες του συλλόγου Αμαζόνες Βάρης. Στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Cheerleading που διεξήχθη στο Ορλάντο των ΗΠΑ, η ελληνική ομάδα ανέβηκε στο τρίτο σκαλί του βάθρου, χαρίζοντας στη χώρα μας το πρώτο της μετάλλιο σε ομαδική κατηγορία. Η επιτυχία αυτή έρχεται έναν χρόνο μετά το χάλκινο μετάλλιο στο ζευγάρι Hip Hop, επιβεβαιώνοντας την ανοδική πορεία του αθλήματος στην Ελλάδα και τη σπουδαία δουλειά που γίνεται στον σύλλογο της Βάρης.

Πολλά συγχαρητήρια αξίζουν στις αθλήτριες της ομάδας, στις προπονήτριες και τις χορογράφους που δούλεψαν σκληρά για το σπουδαίο αυτό αποτέλεσμα. Επόμενος μεγάλος στόχος των Αμαζόνων Βάρης, το ευρωπαϊκό πρωτάθλημα που θα διεξαχθεί τον Ιούνιο στη Σλοβενία, όπου θα εκπροσωπήσουν ξανά την Ελλάδα.



Μπάσκετ**Ιστορική χρονιά για τον Πρωτέα Βούλας**

Μια ιστορική αγωνιστική χρονιά ολοκληρώθηκε για τον Πρωτέα Βούλας, με τις ομάδες ανδρών και γυναικών να πραγματοποιούν σπουδαίες πορείες στα πρωταθλήματα τους, γράφοντας νέες σελίδες στη σύγχρονη ιστορία του συλλόγου. Η ανδρική ομάδα συμμετείχε φέτος για πρώτη φορά στην Elite League (Α2 Εθνική Κατηγορία), σημειώνοντας μια εντυπωσιακή πορεία. Με αγωνιστική σταθερότητα και πνεύμα νικητή, ο Πρωτέας διεκδίκησε με αξιώσεις την άνοδο στην κορυφαία κατηγορία της χώρας. Η σεζόν ολοκληρώθηκε με τον αγώνα της σειράς των playoff απέναντι στον Ηρακλή, σε ένα κατάμεστο κλειστό γυμναστήριο Βούλας. Παρά την ήττα με 82-87 και τον αποκλεισμό από το Final 4, η εικόνα της ομάδας ήταν απολύτως θετική, αποσπώντας τον σεβασμό των αντιπάλων και το θερμό χειροκρότημα των φιλάθλων.

Η πρώτη παρουσία του Πρωτέα Βούλας στην κατηγορία άφησε υποσχέσεις για το μέλλον, γεμίζοντας περηφάνια την τοπική κοινωνία της Βούλας και όλους όσοι στηρίζουν το σύλλογο. Παράλληλα, η γυναικεία ομάδα του Πρωτέα συνέχισε την ανοδική της πορεία, τερματίζοντας στην 4η θέση της Α1 Γυναικών και εξασφαλίζοντας για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά την παρουσία της σε ευρωπαϊκή διοργάνωση. Η φετινή σεζόν, ωστόσο, απέκτησε και ιστορική διάσταση, καθώς η ομάδα

συμμετείχε για πρώτη φορά στη φάση των ομίλων του EuroCup Γυναικών. Εκεί αντιμετώπισε τη Sepsi SIC από τη Ρουμανία, την ισπανική Euskotren και τον Ερυθρό Αστέρα Βελιγραδίου. Παρότι δεν προκρίθηκε στην επόμενη φάση, ο Πρωτέας κατέγραψε την πρώτη του ευρωπαϊκή νίκη και ήταν η μοναδική ελληνική ομάδα –μεταξύ Παναθηναϊκού, Ηρακλή και Ολυμπιακού– που πανηγύρισε θετικό αποτέλεσμα στη φετινή σεζόν των διεθνών διοργανώσεων. Η αρχηγός της ομάδας, Ανθή Χατζηγιακουμή, δήλωσε: «Φέτος ήταν μια χρονιά με νέες προκλήσεις για την ομάδα μας. Δουλέψαμε σκληρά και σε κάθε αγώνα δίναμε τον καλύτερο μας εαυτό. Ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όσους πίστεψαν σε εμάς και μας στήριξαν».

Η σταθερότητα, η μαχητικότητα και η ομαδικότητα χαρακτήρισαν και τα δύο τμήματα του συλλόγου, με τους αθλητές και τις αθλήτριες να καταθέτουν ψυχή σε κάθε αγωνιστική υποχρέωση. Ιδιαίτερη αναφορά αξίζει και στον κόσμο του Πρωτέα, που στάθηκε στο πλευρό των ομάδων, δημιουργώντας μοναδική ατμόσφαιρα τόσο στους εντός έδρας αγώνες όσο και σε κρίσιμα εκτός έδρας παιχνίδια. Ο Πρωτέας Βούλας απέδειξε φέτος πως είναι ένας σύλλογος που χτίζει μεθοδικά, επενδύει στο μέλλον και μπορεί να πρωταγωνιστεί με



αξιοπρέπεια και ήθος σε όλα τα επίπεδα. Οι επιτυχίες της χρονιάς αποτελούν την καλύτερη παρακαταθήκη για τη συνέχεια.

Η γυναικεία ομάδα συνέχισε την ανοδική της πορεία, τερματίζοντας στην 4η θέση της Α1 κατηγορίας

Ιστιοσανίδα**Θρίαμβος του ΝΑΟΒΒ στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα**

Με εντυπωσιακές επιδόσεις και υψηλό αγωνιστικό ήθος εκπροσώπησε την Ελλάδα και τον Ναυτικό Αθλητικό Όμιλο Βάρης Βάρκιζας η αγωνιστική ομάδα ιστιοσανίδας στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Bic Techno 293, που διεξήχθη από τις 15 έως τις 21 Απριλίου στη Lega Navale Italiana στην Όστια της Ρώμης. Ανάμεσα σε 275 αθλητές από 16 χώρες, οι αθλητές του ΝΑΟΒΒ στάθηκαν άξιοι πρεσβευτές της χώρας και του τοπικού ναυταθλητισμού, αφήνοντας εξαιρετικές εντυπώσεις και κατακτώντας σημαντικές διακρίσεις.

Κορυφαία στιγμή για τον ΝΑΟΒΒ αποτέλεσε η κατάκτηση της πρώτης θέσης στην κατηγορία K17 από τον Παύλο Καλίτση Αλαγκιοζιάν, ο οποίος από τις πρώτες ιστιοδρομίες έδειξε την κλάση του, ελέγχοντας τον στόλο με αυτοπεποίθηση και στρατηγική, και κατακτώντας δίκαια τον τίτλο του πρωταθλητή Ευρώπης. Η εξαιρετική πορεία της ομάδας συνεχίστηκε με την Ευαγγελία Γεωργάτου, που κατέλαβε την 5η θέση στην ίδια κατηγορία, αποδεικνύοντας αγωνιστική ωριμότητα και συνέπεια. Η συνολική παρουσία των αθλητών του ΝΑΟΒΒ ήταν αξιοσημείωτη. Η Ειρήνη Πατσιά Πατσοπούλου κατέλαβε την 15η θέση στην κατηγορία K17, ο Δημήτρης Γεωργάτος την 21η και ο Γρηγόρης Δεγαϊτάς την 29η, ολοκληρώνοντας με δυναμισμό την προσπάθειά τους. Στην κατηγορία K19, ο Ιωάννης Δρόσος κατέκτησε την 20ή θέση, προσθέτοντας ακόμα μία θετική παρουσία για τον Όμιλο. Παρά τις δύσκολες συνθήκες με δύο ημέρες αγωνιστικής διακοπής λόγω καιρού και ασθενείς ανέμους στην τελική



φάση του πρωταθλήματος, οι αθλητές του ΝΑΟΒΒ επέδειξαν ψυχραιμία, επιμονή και στρατηγική σκέψη, στοιχεία που απορρέουν από τη συστηματική και υψηλού επιπέδου προετοιμασία.

«Οι επιτυχίες αυτές δεν αποτελούν μεμονωμένα αποτελέσματα, αλλά καρπό διαρκούς προσπάθειας, πειθαρχίας και στήριξης. Θερμά συγχαρητήρια σε όλους τους αθλητές, αθλήτριες και τον προπονητή για την αγωνιστικότητα και το ήθος τους, που ανέδειξαν τον ΝΑΟΒΒ σε πρωταγωνιστή του ευρωπαϊκού ιστιοποϊκού στερεώματος», σημειώνει σε ανακοίνωση του ο Ναυτικός Αθλητικός Όμιλος Βάρης Βάρκιζας.

Κορυφαία στιγμή η κατάκτηση της πρώτης θέσης στην κατηγορία K17 από τον Παύλο Καλίτση Αλαγκιοζιάν

Ποδόσφαιρο

Η Βουλιαγμένη ξαναβρίσκει την παλιά της αίγλη

Μετά από σχεδόν δύο δεκαετίες απουσίας, η Βουλιαγμένη επέστρεψε φέτος στην πρώτη κατηγορία της ΕΠΣΑΝΑ και όχι μόνο στάθηκε με αξιοπρέπεια, αλλά κατέγραψε και μια εντυπωσιακή πορεία, καταλαμβάνοντας την 6η θέση στον βαθμολογικό πίνακα. Η ομάδα του ΑΟ Βουλιαγμένης ολοκλήρωσε το πρωτάθλημα με 13 νίκες, 6 ισοπαλίες και 11 ήττες, πετυχαίνοντας 35 γκολ και δεχόμενη 33. Ένας απολογισμός που αποτυπώνει τη μαχητικότητα και τη συνοχή μιας ομάδας που έδειξε ότι όχι απλώς άξιζε την παρουσία της στην πρώτη κατηγορία, αλλά ότι μπορεί να πρωταγωνιστήσει στα χρόνια που έρχονται.

Πρωτεργάτης αυτής της εξαιρετικής πορείας δεν είναι άλλος από τον προπονητή Σωτήρη Κατράνα. Με μεθοδική δουλειά, ξεκάθαρο πλάνο και απόλυτη πίστη στους ποδοσφαιριστές του, ο Σωτήρης Κατράνας κατάφερε να

μεταμορφώσει τη Βουλιαγμένη σε ένα σύνολο με ταυτότητα, αγωνιστική πειθαρχία και πνοή. Υπό την καθοδήγησή του η ομάδα λειτουργεί με επαγγελματισμό και σταθερές βάσεις, έχοντας πια ανεβάσει το επίπεδο σε όλους τους τομείς. Αν στα πρώτα παιχνίδια της σεζόν η ομάδα είχε περισσότερη συγκέντρωση και λιγότερο άγχος, ίσως να μιλούσαμε σήμερα για ένα ακόμα πιο εντυπωσιακό πλασάρισμα. Ωστόσο, η εικόνα της στο μεγαλύτερο μέρος του πρωταθλήματος δεν αφήνει περιθώρια αμφισβήτησης για την πρόοδο που έχει γίνει.

Παράλληλα, η φετινή χρονιά σηματοδότησε και την επιστροφή του κόσμου στο πλευρό της ομάδας. Σε κάθε εντός έδρας παιχνίδι, οι φίλαθλοι της Βουλιαγμένης έδιναν το παρών στις εξέδρες του Δημοτικού Αθλητικού Κέντρου, δημιουργώντας μια ζεστή ατμόσφαιρα. Για πρώτη φορά μετά από πολλά χρόνια, διαμορφώθηκε μια σταθερή βάση φιλάθλων που αγκάλιασε την προσπάθεια των παικτών. Η Βουλιαγμένη λειτουργεί πλέον σαν οικογένεια. Αυτό το οικογενειακό κλίμα, είναι το μεγάλο της πλεονέκτημα έναντι άλλων ομάδων. Την επιβεβαίωση του αθλητικού ήθους και του σεβασμού προς τον αντίπαλο ήρθε να επισφραγίσει η συμβολική κίνηση της ομάδας πριν από τη σέντρα της τελευταίας αγωνιστικής με τον ΑΟ Σαρωνικός Αναβύσσου. Ο ΑΟΒ τίμησε τους πρωταθλητές για την εξαιρε-



τική τους πορεία. Ο πρόεδρος Ιωάννης Ασλανίδης και ο τερματοφύλακας Κώστας Καταχανάκης παρέδωσαν στον Σαρωνικό τιμητική πλακέτα και ένα Κύπελλο, ενώ οι ποδοσφαιριστές σχημάτισαν έναν τιμητικό διάδρομο (pasillo) αποδίδοντας φόρο τιμής στους αντιπάλους κατά την είσοδό τους στον αγωνιστικό χώρο. Η Βουλιαγμένη δεν κατέγραψε απλώς μια επιτυχημένη χρονιά, αλλά έβαλε τις βάσεις για μια νέα εποχή.

Για πρώτη φορά μετά από πολλά χρόνια, διαμορφώθηκε μια σταθερή βάση φιλάθλων που αγκάλιασε την προσπάθεια των παικτών

Μπόουλινγκ

Πρωταθλήτρια Ευρώπης η Αλεξάνδρα Γιανναδάκη



Η Αλεξάνδρα Γιανναδάκη, μαθήτρια του Λυκείου Βουλιαγμένης και αθλήτρια της ΑΕΚ, έγραψε ιστορία στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Μπόουλινγκ Νέων (EYC 2025) στη Σαμφούντα, κατακτώντας το χρυσό μετάλλιο στο Masters Κοριτσιών και ανεβάζοντας την Ελλάδα ξανά

στην κορυφή μετά από 12 χρόνια. Με εκπληκτικές εμφανίσεις, η Αλεξάνδρα Γιανναδάκη επικράτησε διαδοχικά της Γαλλίδας Μανόν Κλεμάν με 2-1, της Τσέχας Τζούλι Ράτσσοβα με 2-0, της Γερμανίδας Φίονα Λίντεμαν με 2-0 και στον μεγάλο τελικό θριάμβευσε με ανατροπή απέναντι στην Αγγλίδα Έιβαν Ρόουντς με 2-1. Η νεαρή πρωταθλήτρια έπαιξε με ψυχή, πείσμα και αφοσίωση, δικαιώνοντας το ταλέντο και τη σκληρή δουλειά της.

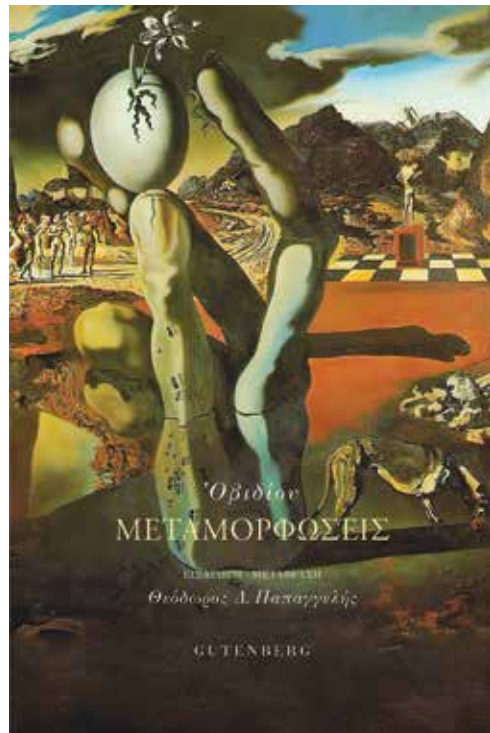
Το κατόρθωμα αυτό δεν είναι μόνο μια ατομική επιτυχία, αλλά αποτελεί σημαντικό σταθμό για το ελληνικό μπόουλινγκ, καθώς είναι το πρώτο χρυσό μετάλλιο που κατακτά Ελληνίδα αθλήτρια στον θεσμό. Μαζί με την Άρτεμη Μάνθου είχαν ήδη χαρίσει στην Ελλάδα και το ασημένιο μετάλλιο στις δυάδες κοριτσιών, γράφοντας ιστορία με χρυσά γράμματα.

Η επιτυχία της Αλεξάνδρας Γιανναδάκη έρχεται να προστεθεί σε μια σειρά σημαντικών διακρίσεων που σημειώνουν οι αθλητές που προέρχονται από τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης σε ατομικά αγωνίσματα, ενισχύοντας το προφίλ της περιοχής και επιβεβαιώνοντας ότι η περιοχή είναι ηγετονία των πρωταθλητών.

Η ΑΕΚ, στην οποία ανήκει η Αλεξάνδρα Γιανναδάκη, εξέδωσε θερμή ανακοίνωση συγχαίροντάς την για την επιτυχία που γέμισε υπερηφάνεια όχι μόνο τους φίλους του δικεφάλου, αλλά και όλους τους Έλληνες. Θερμά συγχαρητήρια αξίζουν και στον προπονητή της Άρη Βλαχάκη, καθώς και σε όλη την ελληνική αποστολή. Τέλος, ο πρόεδρος και το Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Ομοσπονδίας Αθλημάτων Ακριβείας απηύθυναν εγκάρδια συγχαρητήρια στη νεαρή πρωταθλήτρια.

Νίκη σταθμός για το ελληνικό μπόουλινγκ, καθώς είναι το πρώτο χρυσό μετάλλιο που κατακτά Ελληνίδα αθλήτρια στον θεσμό

Αυτοί που βρίσκονται σ' αιώνια εναλλαγή Πώς ο Ρωμαίος Οβίδιος μιλά στον σημερινό αναγνώστη



Η μετάφραση του Θεόδωρου Παπαγγελή συστήνει ένα διαχρονικό μπεστ σέλερ που μύπησε τη Δύση στην ελληνική μυθολογία, μέσα από το ρωμαϊκό δημιουργικό πρίσμα



Η κλασική γραμματεία δεν χρειάζεται μια στεγνή μετάφραση αλλά μια «μετά-βραση» κατά την οποία το κείμενο δεν πρέπει να σερβίρεται απευθείας από το ψυγείο των φιλολογικών σπουδαστηρίων

Γενιές και γενιές Ελλήνων μαθητών του Λυκείου έχουν γνωρίσει από σπόντα τον ποιητή της ρωμαϊκής αρχαιότητας, Οβίδιο. Στο μάθημα των σχολικών Λατινικών, το οποίο παραμένει «νεκρό» και ασάλευτο (περίπου όπως η λατινική γλώσσα) επί πολλές δεκαετίες με το ίδιο ακριβώς βιβλίο, το πρώτο κεφάλαιο που συναντά ο μαθητής της τρίτης δέσμης παλαιότερα, θεωρητικής κατεύθυνσης κατόπιν και ομάδας ανθρωπιστικών σπουδών σήμερα, ιστορεί την εξορία του Οβιδίου στην αφιλόξενη τότε γη του Πόντου. Το λιτό κείμενο για τους αρχάριους περιορίζεται να αναφέρει ότι ο ποιητής έγραφε επιστολές γεμάτες παράπονα προς τον αυτοκράτορα Αύγουστο για τη δυσμένεια στην οποία τον καταδίκασε. Η αλήθεια είναι όμως ότι ο Οβίδιος κατόρθωσε να μείνει «στους αιώνες ξακουστός» όπως αρκετά αυτάρεσκα έγραψε ο ίδιος στους ακροτελεύτιους στίχους των *Μεταμορφώσεων*, ακριβώς λόγω της ασυναγώνιστης επιτυχίας που είχε το έργο του αυτό. Σήμερα, όσοι άφησαν ως σχολικό απωθημένο τη γνωριμία τους με τον ποιητή και επιπλέον θέλουν να διασαφηνίσουν τι πραγματικά σημαίνει να υφίσταται κανείς «οβιδιακές μεταμορφώσεις», κατά το γνωστό λόγιο σχήμα λόγου, η μετάφραση στο έργο ενός από τους σημαντικότερους εν ζωή λατινιστές, του Θεόδωρου Παπαγγελή, που κυκλοφόρησε πρόσφατα από τις εκδόσεις Gutenberg, υπόσχεται μια συναρπαστική καταβύθιση σε έναν αλλόκοτο λογοτεχνικό κόσμο.

Όλες οι συμβάσεις αναιρούνται

Οι *Μεταμορφώσεις* αφηγούνται μια εναλλακτική ιστορία του κόσμου από την αρχή του χρόνου μέχρι τα πρώτα χρόνια του ρωμαϊκού ιμπεριουμ. Ο συγγραφέας υιοθετεί μια απατηλή ακολουθία που προσποιείται ότι εξελίσσεται με χρονική και αιτιολογική συνάφεια, αλλά στην πραγματικότητα υφαίνει έναν πολύχρωμο μυθοπλαστικό καμβά όπου όλες οι γνωστές συμβάσεις αναιρούνται. Ο μόνος γενικός νόμος που ισχύει στον κόσμο του Οβιδίου είναι η μεταμόρφωση. Οι 250 περίπου μυθολογικές αφηγήσεις αντλούν υλικό από την πληθωρική ελληνική βιβλιοθήκη θεοτήτων. Πασίγνωστες ιστορίες, όπως ο κατακλυσμός και η ανασύσταση του ανθρώπινου γένους από τον Δευκαλίωνα και την Πύρρα, η απόδραση του Δαί-

δαλου και του Ίκαρου στους αιθέρες ή το νεκρικό ειδύλλιο μεταξύ Ορφέα και Ευρυδίκης, συμπληρώνονται από λιγότερο διάσημα επεισόδια που κατά κανόνα κορυφώνονται με μια αναπάντεχη και λυτρωτική τις περισσότερες φορές μετουσίωση του πάσχοντα ήρωα.

Σε μια από τις πιο λυρικές σελίδες των *Μεταμορφώσεων* μαθαίνουμε για τον Νάρκισσο που «η πλάνη μες στα μάτια του βαθιά, τον ξεγελάει μαζί και τον ξανάβει», η μοίρα του οποίου ήταν να μεταμορφωθεί σε λουλούδι ώστε να απαλλαγεί από το αδιέξοδό του. Λιγότερο ξακουστή είναι η συνταγή της Μήδειας για μια σούπα που επαναφέρει τη νεότητα σε όποιον την γευτεί. Εκτός από γλυκανάλατες σελίδες με ανεκπλήρωτους έρωτες, ο Οβίδιος μας χάρισε και αναπάντεχες αφηγήσεις σπλάτερ, με αιματηρές περιγραφές μαχών που θα έκαναν τον Κουέντιν Ταραντίνο να ζηλέψει. Ενδιαφέρον έχει επίσης ο τρόπος του ποιητή να προσωποποιεί ανθρώπινα αισθήματα και καταστάσεις, όπως η Ζήλια που «τα στήθια της ανάβλυζαν χολή και έσταζε η γλώσσα της φαρμάκι» ή η Πείνα που εμφανίζεται με «λερά και λιγδιασμένα τα μαλλιά, βαθουλωτά τα μάτια και χλωμάδα».

Ένας αρχαίος ινφλουένσερ

Είναι θαυμαστό το πώς σήμερα ένα έργο που γράφτηκε περίπου το 20 π.Χ. οδηγεί σε σύγχρονους παραλληλισμούς και επίκαιρες συνάψεις. Τα ζητήματα φύλου και ταυτότητας επανέρχονται συνεχώς στις σελίδες των *Μεταμορφώσεων*, που περιγράφουν εκτός από πολλούς βιασμούς και κάποιες φυλομεταβάσεις. Δεν είναι τυχαία η θέση του βιβλίου αυτού στην παγκόσμια προθήκη των ευπώλητων για τόσους αιώνες. Ο Οβίδιος στην ουσία είναι ένας από τους πρώτους και μεγαλύτερους πνευματικούς ινφλουένσερ. Στην παραδεδομένη ελληνική μυθολογική ύλη προσέθεσε τις δικές του πινελιές δημιουργικότητας, ανασυνθέτοντας γνωστές αφηγήσεις και αναπλάθοντας στερεοτυπικές εικόνες. Σταδιακά και καθώς τα Ελληνικά εκτοπίστηκαν στους αιώνες μετά το τέλος της αρχαιότητας από τη λατινική ως *lingua franca*, το έργο του Οβιδίου κατέστη το ίδιο πηγή και πρότυπο για να προσεγγίσει κανείς το αρχαιοελληνικό μυθολογικό σύμπαν. «Η Ευρώπη ξεναγήθηκε στην ελληνική

μυθολογία μέσα από τον ήχο και το φως τη μεγάλης οβιδιακής παράστασης», όπως έγραψε ο Θεόδωρος Παπαγγελής το 2009, στην πρώτη του απόπειρα μετάφρασης των *Μεταμορφώσεων*, στο βιβλίο με τίτλο *Σώματα που αλλάξαν τη θωριά τους* (εκδόσεις Gutenberg) όπου επέλεξε 20 από τις γνωστότερες και πιο ενδιαφέρουσες για τον ίδιο ιστορίες. Το νέο βιβλίο που κυκλοφόρησε φέτος, λειτούργησε και ως «κλείσιμο του λογαριασμού» όπως γράφει ο ίδιος στον πρόλογο και επικεντρώνεται στην πλήρη μετάφραση των 15 βιβλίων του πρωτοτύπου. Οι εισαγωγικές πληροφορίες είναι λιγότερες σε σύγκριση με το βιβλίο του 2009 το οποίο σύστησε πολύ πιο αναλυτικά τον Οβίδιο στο ελληνικό αναγνωστικό κοινό.

Μια «μετά-βραση»

Στον μεταφραστή πάντως οφείλεται μεγάλο μέρος της αναγνωστικής απόλαυσης από το οβιδιακό έργο. Ο Θεόδωρος Παπαγγελής είναι ομότιμος σήμερα καθηγητής λατινικής φιλολογίας στο ΑΠΘ και μέλος της Ακαδημίας Αθηνών, έχοντας ξεναγήσει με τον δικό του τρόπο χιλιάδες φοιτητές στα άδυτα της λογοτεχνίας και κοσμοθεωρίας των Ρωμαίων. Στις σημαντικές του μεταφράσεις συγκαταλέγονται η *Ερωτική Τέχνη* του Οβιδίου (Καστανιώτης, 1999), η *Αινειάδα* του Βιργιλίου (MIET, 2019) και το έργο *Περί φύσεως* του Λουκρητίου (Gutenberg, 2021). Φανερός εραστής της ελληνικής γλώσσας, άφησε το στίγμα του και στην επιφυλλιδογραφία, υπογράφοντας μια δημοφιλή στήλη στο ένθετο «Νέες εποχές» του Βήματος επί σχεδόν μια δεκαετία, σε κείμενα που ξεχωρίζουν για το εξεζητημένο λεξιλόγιο και τα περίτεχνα σχήματά τους (μια ανθολογία τους εκδόθηκε στο βιβλίο *Πανωστάφυλα*, εκδόσεις Νεφέλη 2008). Η μετάφραση του Οβιδίου στα νέα ελληνικά είναι έμμετρη και υιοθετεί ένα μικτό ύφος που συνδυάζει τον υψηλό τόνο του έπους με τις παιγνιώδεις υφές του πρωτοτύπου. Σε ένα μεταφρασεολογικό συνέδριο του 2002 για τα Λατινικά, ο Θεόδωρος Παπαγγελής είχε υποστηρίξει τη θέση ότι η κλασική γραμματεία δεν χρειάζεται μια στεγνή μετάφραση αλλά μια «μετά-βραση», κατά την οποία το κείμενο δεν πρέπει να σερβίρεται απευθείας από το ψυγείο των φιλολογικών σπουδαστηρίων. Αυτή την αρχή εφαρμόζει και στις *Μεταμορφώσεις*.

Δημοτικές εκλογές εκπρές θέλει η κυβέρνηση

του Ρόμπερτ Κιουτσουκαλιντζιόγλου

Η κυβέρνηση θέλει να αλλάξει τον τρόπο που εκλέγουμε δημάρχους και περιφερειάρχες. Χωρίς να έχει προηγηθεί σοβαρή συζήτηση, χωρίς να έχει ζητήσει τη γνώμη των Δήμων και των ανθρώπων που δίνουν καθημερινό αγώνα στην αυτοδιοίκηση. Αντί για έναν κατανοητό τρόπο εκλογής, προωθεί ένα νέο σύστημα που υπερδεύει περισσότερο τα πράγματα και τελικά μπορεί να απομακρύνει ακόμα και τους πολίτες από τις κάλπες. Η βασική αλλαγή είναι η κατάργηση του δεύτερου γύρου. Μέχρι τώρα, αν κανένας υποψήφιος δεν συγκέντρωνε πάνω από 50% στον πρώτο γύρο, οι δύο πρώτοι περνούσαν σε δεύτερο γύρο. Ο κόσμος είχε την ευκαιρία να διαλέξει ανάμεσα σε δύο τελικές επιλογές. Τώρα, η κυβέρνηση θέλει να τα τελειώνει όλα από την πρώτη Κυριακή, και μάλιστα με ένα ποσοστό κοντά στο 43%. Δηλαδή κάποιος μπορεί να γίνει δήμαρχος χωρίς να έχει ούτε τη μισή στήριξη της τοπικής κοινωνίας. Ακόμα χειρότερα είναι αυτά που προτείνονται για τα ψηφοδέλ-

**Προτείνεται
ένα νέο σύστημα
που κανείς δεν έχει δει
στην πράξη
και δύσκολα κάποιος
θα το καταλάβει**

τια. Ο ψηφοφόρος, εκτός από την πρώτη του επιλογή, θα πρέπει να δηλώσει και δεύτερη. Για παράδειγμα. Αν ίσχυε αυτό το σύστημα στις τελευταίες δημοτικές εκλογές του 2023, θα μπορούσε ο δημότης να ψήφιζε για δήμαρχο τον Γρηγόρη Κωνσταντέλλο και σαν δεύτερη επιλογή τον Ματόπουλο. Αν η πρώτη δεν πάει καλά, τότε η δεύτερη επιλογή θα μετράει. Μιλάμε για ένα σύστημα που κανείς δεν έχει δει στην πράξη, κανείς δεν το έχει εξηγήσει με σαφήνεια και δύσκολα κάποιος θα το καταλάβει.

Ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος το είπε ξεκάθαρα: «Δεν υπάρχει λόγος να αλλάξει το σύστημα. Λειτουργεί καλά.

Κι αν θέλει η κυβέρνηση να ασχοληθεί με την αυτοδιοίκηση, ας ασχοληθεί με αυτά που πραγματικά χρειάζονται οι Δήμοι όπως πόροι, προσωπικό και αρμοδιότητες». Έχει μαλλιάσει η γλώσσα του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου και Α' Αντιπροέδρου ΚΕΔΕ να το λέει. Εκτός αν προτεραιότητα της κυβέρνησης για την καθημερινότητα των πολιτών είναι να βγαίνει δήμαρχος με με ελάχιστη νομιμοποίηση. Ο Δήμαρχος ανέφερε πως ένα εκλογικό σύστημα πρέπει πρώτα να έχει δοκιμαστεί. Πού έχει δουλέψει αυτό το σύστημα; Πού εφαρμόστηκε με επιτυχία; Επιπλέον, η κατάργηση του δεύτερου γύρου κόβει την ελευθερία επιλογής των πολιτών. Τους αφαιρεί τη δυνατότητα να αναθεωρήσουν, να συγκρίνουν, να σκεφτούν και στην τελική να ψηφίσουν διαφορετικό πρόσωπο. Τους ζητάει όμως να τα πουν όλα με ένα ψηφοδέλτιο, την πρώτη φορά. Είναι ρίσκο να αλλάζουμε τα πάντα, μόνο και μόνο για να δοκιμάσουμε κάτι νέο. Αν η κυβέρνηση θέλει πραγματικά να φτιάξει κάτι, ας ξεκινήσει από εκεί που πονάει η Τοπική Αυτοδιοίκηση. Όχι από την κάλπη, αλλά από την καθημερινότητα των Δήμων. Το νέο σύστημα, απλώς θα απομακρύνει ακόμα περισσότερο τους πολίτες και τα ποσοστά της αποχής θα αυξηθούν.

bullets

●●● Ακατανόητος και πάλι ο Δαβάκης ● Στο Δημοτικό Συμβούλιο της 28/4 μόλις ξεκίνησε η συζήτηση για την ελεγχόμενη στάθμευση στη Βουλιαγμένη αποχώρησε ● Και για να μην έχει κανείς αμφιβολία ότι επρόκειτο για κάποια πολιτική δήλωση, αποχώρησαν και οι τρεις σύμβουλοι της παράταξης μαζί ● Και για να αφήσουν και μια εσάνς μυστηρίου, αποφάσισαν να μην πουν τίποτα ● Βουβή διαμαρτυρία; ● Μάλλον περιφρόνηση του οργάνου και των δημοτών ● Ψηφίστηκαν για να καταθέτουν άποψη δημοσίως και να ψηφίζουν ● Όχι να υπεκφεύγουν με μια στάση που μοιάζει με γρίφο ● Ψηφίστηκαν για να συζητούν τα θέματα της πόλης ● Όχι να παραμένουν λίγα λεπτά της ώρας και να αποχωρούν, έχοντας εξασφαλίσει την προβλεπόμενη αμοιβή της συνεδρίασης. ●●● Τη φήμη του ως μετρ της τέχνης της διαπραγμάτευσης επιβεβαίωσε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος ● Ο λόγος για το κτήριο του Δημαρχείου στη Βούλα, που ανήκει μαζί με το διπλανό κατάστημα εστίασης στην ΕΤΑΔ ● Το παραχωρητήριο

στον Δήμο για τη χρήση του Δημαρχείου έληξε τον Ιανουάριο του 2022 ● Τρία χρόνια με χαρτιά μπρος πίσω και διοικήσεις που αλλάζουν πέρασαν άπρακτα ● Και με μοχλό τη μεγάλη ανακαίνιση και ενεργειακή αναβάθμιση που γίνεται αυτές τις ημέρες πάρθηκε η πολυπόθητη ανανέωση ● Το Δημαρχείο παραχωρείται έναντι κλειδωμένου τιμήματος στον Δήμο μέχρι το 2050 ● Το δε μίσθωμα, όπως είπε, μετακυλιέται αυτούσιο στον εκάστοτε μισθωτή του καταστήματος, αφήνοντας μάλιστα στον Δήμο και ένα πρόσθετο όφελος ● Η αρχική πρόταση της ΕΤΑΔ ήταν για 15 χρόνια συν 10 μετά από επαναξιολόγηση ● Ο Δήμαρχος ήθελε 25 έτη ατόφια και τα πήρε.

●●● Λάθος κουμπί πάτησε πάλι ο Σερίφης στο τελευταίο Δημοτικό Συμβούλιο ● Αποφασίζει να ασκήσει κριτική στη δημοτική αρχή στα πιο άστοχα θέματα ● Όπως αυτό της Πολιτικής Προστασίας ● Έναν τομέα δηλαδή που όπως παραδέχτηκε η ίδια η κυβέρνηση αποτελεί πρότυπο για τη χώρα ● Με μια πρόχειρη τοποθέτηση θέλησε ο επικεφαλής της Λαϊκής Συσπείρωσης να «κοντύνει» τον Δήμο ● Να μην συγκρίνουμε είπε με δήμους που δεν έχουν πολύ πράσινο ● Ότι κάνει ο Δήμος το αυτονόητο και ότι πρέπει να γίνουν περισσότερα ● Ε, δεν ήθελε και πολύ να «αρπάξει» ο Κωνσταντέλλος ● Οι τόνοι ανέβηκαν απότομα και το πήρε προσωπικά ● Θεώρησε ότι μειώνεται η προσπάθεια πολλών ανθρώπων ● Και ότι υποτιμάται ένα έργο που κοστίζει εκατομμύρια στον δημότη ● Είναι σκληρό να ακούς από παντού επαίνους και στο «σπίτι» σου να έχει τον γκρινιάρη...

Π. Ούλιτζερ



ΤΟΓΡΙΔΗΣ

ΤΕΛΕΤΕΣ

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

Υποκαταστήματα

Γλυφάδα Αγ. Κων/νου 10	Άνω Γλυφάδα Γούναρη 11
----------------------------------	----------------------------------

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

24ωρη εξυπηρέτηση 210 4252000



ΓΕΝΕΘΛΙΑ ΕΝ ΠΤΗΣΕΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΓΡΗΓΟΡΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟ ΠΟΥ ΣΤΙΣ 25/4 ΔΕΧΤΗΚΕ ΤΙΣ ΕΥΧΕΣ ΕΚΑΤΟΝΤΑΔΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ ΣΤΟΝ ΑΕΡΑ, ΚΑΘΩΣ ΕΞΑΣΚΕΙ ΕΚ ΝΕΟΥ ΤΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΟΥ ΧΕΙΡΙΣΤΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΑΕΡΟΠΟΡΙΑΣ



«Η Πολιτική Προστασία δεν είναι θεωρία. Είναι πράξη. Και η πράξη αυτή σώζει ζωές. Η σωστή αντίδραση στον κίνδυνο χτίζεται με προετοιμασία, με εξάσκηση, με επανάληψη. Κάθε άσκηση είναι μια επένδυση στην ανθεκτικότητα της κοινωνίας μας. Η πρόληψη και η ετοιμότητα δεν έχουν κόστος, έχουν μόνο αξία», δήλωσε ο Δήμαρχος μετά την παρακολούθηση της άσκησης Ιόλαος 2025 στο Καβούρι στις 29/4.



ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΛΗΜΗΣ ΚΑΙ ΒΑΣΙΛΗΣ ΛΑΝΑΡΗΣ ΟΙ ΤΟΠΙΚΟΙ ΕΝΤΕΤΑΛΜΕΝΟΙ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΑΡΟΝΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΠΟΥ ΕΓΙΝΕ ΣΤΙΣ 25/4



Όποιος δεν έχει τις Αμαζόνες σε επίδειξη cheerleading χάνει ένα μοναδικό θέαμα που φανερώνει εκατοντάδες ώρες προπονήσεων για την ενδυνάμωση και τον συντονισμό των κινήσεων. Τα χρυσά κορίτσια της Βάρης που διαπρέπουν σε παγκόσμιο επίπεδο έκαναν μια μικρή επίδειξη στην Ανθοκομική Έκθεση της Βάρκιζας στις 27/4.

Τα νέα θαλάσσια τηλεκατευθυνόμενα σωσίβια του Δήμου μπορούν να κάνουν επιχειρήσεις διάσωσης κολυμβητών σε κίνδυνο πιο γρήγορα και αποτελεσματικά από τον παραδοσιακό τρόπο



ΠΛΗΘΟΣ ΚΟΣΜΟΥ ΣΤΗΡΙΞΕ ΤΟΝ ΣΥΛΛΟΓΟ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΠΙΚΠΑ ΒΟΥΛΑΣ ΚΑΙ ΦΕΤΟΣ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΣΧΑΛΙΝΗ ΑΓΟΡΑ ΠΟΥ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕ Η ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ ΚΑΙ Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΛΙΑΝΑ ΣΚΟΥΛΑΞΕΝΟΥ