

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΔΕΔΟΥΣΗΣ
Χαροκόπειο
και Δήμος
μαζί για την υγεία



σελ. 10

ΣΤΑΥΡΟΣ ΠΛΑΚΑΝΤΩΝΑΚΗΣ
20 χρόνια
επιτυχίες για τον
ΑΟ Άρης 2006



σελ. 27

ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΒΑΛΤΙΝΟΣ
100 συναρπαστικά
χρόνια ιστορίας
της Βούλας



σελ. 12

Εφημερίδα έρευνας και άποψης

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ



Δημοσιογράφος

ΒΑΡΗ | ΒΟΥΛΑ | ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ

Σεπτέμβριος 2026 | Φύλλο 102

«ΠΛΗΡΩΝΩ ΟΣΟ ΠΕΤΑΩ» ΣΤΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ

Αυξάνεται η ανακύκλωση μειώνονται τα δημοτικά τέλη

Σημαντικά κίνητρα για διαλογή των αποβλήτων στο σπίτι δίνει στους κατοίκους το νέο σύστημα υπολογισμού τελών που ψήφισε το Δημοτικό Συμβούλιο της πόλης

σελ. 16-17



ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΑ

Οι υποχρεώσεις των ιδιοκτητών και ο ρόλος του Δήμου για τα μικρά ζώα

σελ. 8

ΜΙΚΡΑ ΑΣΙΑ

Το φεστιβάλ μνήμης σε εικόνες

σελ. 30



ΦΩΤΟΡΕΠΟΡΤΑΖ

Η νέα πλατεία
Εθνικής Αντίστασης

σελ. 14

ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΕΣ

Πριμοδοτούνται οι μαθητές των 3B λόγω των πλημμυρών

σελ. 25

ΒΟΥΛΑ

Ξεκινούν οι εγγραφές στον νέο παιδικό σταθμό

σελ. 18

ΒΥΡΩΝ ΤΟΜΑΖΟΣ

Νέο βιβλίο με ταξιδιωτικές εμπειρίες από όλο τον κόσμο

σελ. 29

The Talk of the Town

Είναι λάθος να συνδέεται η πρόσβαση σε έναν δημόσιο χώρο, όπως μια πλατεία, με την απεριόριστη δυνατότητα στάθμευσης κοντά. Οι σύγχρονες αστικές αναπλάσεις πρέπει να αφαιρούν χώρο από τα ΙΧ και να τον παραδίδουν σε κοινή χρήση, προσαρμοζόμενες σε ένα πιο βιώσιμο μοντέλο κινητικότητας, που θα δίνει βάση στα μαζικά μέσα μεταφοράς.

σελ. 3

2 Έγραψαν στα social media για τα 3B

@natalia.milioti.photography



#vouliagmeni

@ta_nea

Η Ελλάδα κρύβει μια άγνωστη πλευρά της άγριας ζωής της: Σπάνια και μοναδικά είδη που συχνά ζουν σε μία μόνο λίμνη, ένα νησί ή μια μικρή γωνιά της χώρας. Από τη σαλαμάνδρα της Καρπάθου και τη θαλάσσια ανεμώ-νη της Βουλιαγμένης μέχρι τη σαύρα της Μήλου και την πεταλούδα Απόλλων, η ελληνική βιοποικιλότητα είναι γεμάτη είδη που ελάχιστοι γνωρίζουν.

@rena73sv

Χθες ένας άνθρωπος πέθανε για μια ξαπλώστρα στη Βου-λιαγμένη. Σήμερα μια κοπέλα δολοφονήθηκε μετά από καβγά. Για μια ξαπλώστρα, για μια κουβέντα, για μια βρι-σιά... Έχουμε αρχίσει να σκοτώνουμε και να πεθαίνουμε για το τίποτα; Γεμίσαμε θυμό και νεύρα δυστυχώς.

@hyggejama



#vouliagmeni

@grintacarollo



#Varkiza

@tommeramber



#limanakia

@KostasParaske17

Το Ασκληπιείο Βούλας έχει τους καλύτερους γιατρούς και νοσηλευτές και όλο το προσωπικό του. Από προσωπική μου εμπειρία και γιατί έχω ζήσει με τους γιατρούς του για τρία χρόνια σαν σκευούριτι που ήμουν στην παλιά του μορφή. Σας το συνιστώ ανεπιφύλακτα, αχρείαστο βέβαια.

@agapi_ru



#voula

@koralia_kd



#voula

@bournousouzis

Ξεχωριστή ημέρα για την Παγκόσμια Ημέρα Φυσιοθερα-πείας 2026 στο Ασκληπιείο Βούλας. Δεκάδες ασθενείς και εργαζόμενοι στο Heart & Brain Health Check, με μετρή-σεις και ενημέρωση για πρόληψη καρδιαγγειακών και εγκεφαλικού. Αναπνέω - Ασκούμαι - Ζω.

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 ΜΟΝ. 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 Πλώ (Λεωφ. Ποσειδώνος 4, Βουλιαγμένη)
19. Riviera coast (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 18)
20. Notos café (Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 12)
21. Asteras café (Δημοτικό Στάδιο Βάρης)

@GregKafetzo

Κάθε εποχή έχει τα καλλιτεχνικά γεγονότα που της αξί-ζουν. Στην δεκαετία του 80 είχαμε το πάρτυ στη Βου-λιαγμένη και τις sold out συναυλίες Νταλάρα και Σαββό-πουλου στο ΟΑΚΑ. Τώρα έχετε τον ατάλαντο Ρέμο στην Θεσσαλονίκη και τη γεροντομπεμπεκα Βίσση να κάνει το ΟΑΚΑ σκυλάδικο.

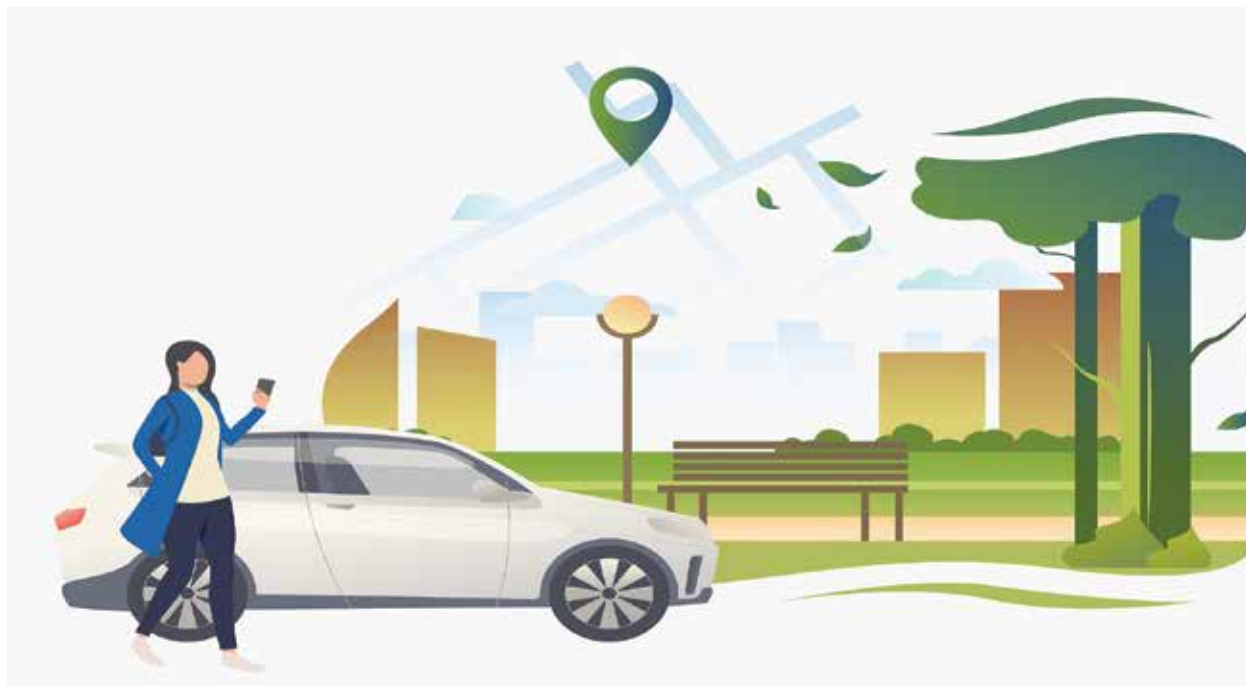
@elenasagiadinou

Ένας 19χρονος συνελήφθη στη Βάρη για επικίνδυνη οδήγηση, καθώς οδηγούσε τη μοτοσυκλέτα του στη μία ρόδα για δεκάδες μέτρα στη λεωφόρο Αθηνών - Σουνί-ου. Βίντεο δείχνει το περιστατικό, ενώ αστυνομικοί τον ακινητοποιήσαν, συνέλαβαν και κατέσχεσαν το όχημα, σχηματίζοντας δικογραφία σε βάρος του.

@manolismlje

Ποτέ κανείς δεν ξέρει πόση μοναξιά μπορεί να κρύβεται πίσω από μία πόρτα. Είτε σε βίλα στην Άνω Βούλα είτε σε ένα δωμάριο στο κέντρο της Αθήνας.

Πλατείες, δημόσιος χώρος και ο μύθος του πάρκινγκ



του Γιώργου Λαουτάρη

Είναι η δυνατότητα πρόσβασης σε έναν δημόσιο χώρο συνδεδεμένη με την πρόσβαση του ΙΧ αυτοκινήτου και την παροχή πολλών θέσεων στάθμευσης; Αυτή η παρανόηση καταδυναστεύει κάθε προσπάθεια ενός εναλλακτικού αστικού σχεδιασμού που να περιλαμβάνει πεζοδρομήσεις και προβλέψεις ήπιας κυκλοφορίας. Η περίπτωση της ανάπλασης στην πλατεία της Βούλας, που καθίσταται με τα εν εξελίξει σήμερα έργα για πρώτη φορά μια πραγματική πλατεία, είναι χαρακτηριστική ως προς τις αντιδράσεις που εγείρει μια μερίδα επαγγελματιών αλλά και πολιτών: Χωρίς νέα πάρκινγκ, υπόγεια, υπέργεια και επιφανειακά, τι νόημα έχει να καθιστούμε έναν χώρο φιλικό στους περπατητές και τα ποδήλατα; Ανάλογες ενστάσεις ακούστηκαν και για τη δημιουργία μεγάλου πεζοδρομίου με ποδηλατόδρομο στην οδό Απόλλωνος στον Λαιμό Βουλιαγμένης, στο ακρωτήρι του Αστέρη: Αν απαγορεύσεις στα αυτοκίνητα να παρκάρουν, τότε είναι σαν να ιδιωτικοποιείς έναν δημόσιο δρόμο.

Κι όμως, κάποιοι από τους σημαντικότερους δημόσιους χώρους της πρωτεύουσας παραδόθηκαν αποκλειστικά στους πεζούς χωρίς η πρόβλεψη για επιπλέον πάρκινγκ να περιλαμβάνεται στις προϋποθέσεις των έργων. Η Διουνυσίου Αρεοπαγίτου, κάτω από τον λόφο της Ακρόπολης, μετατράπηκε σε πεζόδρομο 2 χιλιομέτρων το 2001 σηματοδοτώντας μια κορυφαία αστική παρέμβαση που έκανε τα μνημεία της Αθήνας πιο προσβάσιμα από ποτέ. Παρομοίως, η πεζοδρόμηση της οδού Βουκουρεστίου τη δεκαετία του 1970 και της οδού Ερμού το 1997 δεν συντέλεσε στο να χάσουν τα σημεία αυτά την δυνατότητα πρόσβασης ή τη δημοφιλία τους, μολονότι οι



Οι θέσεις στάθμευσης είναι που ιδιωτικοποιούν τον δημόσιο χώρο, δεσμεύοντας μια επιφάνεια που θα μπορούσε να αξιοποιηθεί από εκατοντάδες ή και χιλιάδες επισκέπτες

θέσεις στάθμευσης γύρω από τους χώρους αυτούς περιορίστηκαν. Μια πολύ ενδιαφέρουσα επιστημονική μελέτη σε 14 πόλεις της Ισπανίας (δημοσιεύτηκε το 2022 στο περιοδικό *Cities*) έδειξε μάλιστα ότι οι πεζοδρομήσεις εμπορικών δρόμων οδήγησαν σε σημαντική αύξηση των πωλήσεων στα καταστήματα. Κι όμως, πολλοί επαγγελματίες σήμερα στον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης και όχι μόνο συνδέουν τη βιωσιμότητα της επιχείρησής τους με μία ή περισσότερες θέσεις στάθμευσης ακριβώς έξω από το κατάστημά τους, οδηγώντας τους πολλές φορές να τις δεσμεύουν και παράνομα. Αυτή η αντίληψη συνήθως τους κατατάσσει στους πολέμιους κάθε παρέμβασης που περιορίζει τα οχήματα.

Στην πραγματικότητα, οι θέσεις στάθμευσης είναι που ιδιωτικοποιούν τον δημόσιο χώρο. Δεσμεύουν μια επιφάνεια που θα μπορούσε να αξιοποιηθεί από εκατοντάδες ή και χιλιάδες επισκέπτες ημερησίως, ώστε να εξυπηρετηθεί ένας συγκεκριμένος τρόπος μετακίνησης από λίγους κατόχους ΙΧ. Αποτελεί μια πολύ οικεία εικόνα στις ελληνικές πόλεις να θεωρείται απαραίτη-

πτο δικαίωμα η στάθμευση, την ίδια στιγμή που δεν υπάρχει παραδίπλα επαρκές πλάτος να σταθεί κανείς σε ένα πεζοδρόμιο. Ο περιορισμός της στάθμευσης και ο αυστηρός έλεγχος της νομιμότητας είναι που παραδίδει τον δημόσιο χώρο σε όλους τους πιθανούς χρήστες του. Στην περίπτωση της Βασιλέως Παύλου στη Βούλα, η απομάκρυνση κάποιων θέσεων στάθμευσης επί της οδού (που μεταφέρθηκαν λίγα μέτρα παρακάτω) επέτρεψε να δημιουργηθεί για πρώτη φορά χώρος για μια ανεμπόδιστη βόλτα στην πλατεία, με τα πόδια, με καρότσι, με αμαξίδιο, με ποδήλατο ή με πατίνι. Είναι αυταπόδεικτο ότι η πλατεία τώρα θα αποκτήσει περισσότερους και πιο ευτυχισμένους χρήστες.

Και πώς προσεγγίζει κανείς έναν τέτοιο δημόσιο χώρο; Όπως προσεγγίζει κάθε χώρο: Με τα πόδια, με τα μέσα μαζικής μεταφοράς, με ποδήλατο, με ταξί ή, αν απαιτείται, με το αυτοκίνητο μέχρι το πλησιέστερο σημείο όπου μπορεί να σταθμεύσει. Αν αυτό απαιτεί κάποιες ημέρες αρκετά μέτρα περπάτημα, η συγκεκριμένη δυσκολία δεν μπορεί να συνιστά λόγο διαφορετικού αστικού σχεδιασμού. Και επειδή δεν έχουν όλοι τις ίδιες δυνατότητες μετακίνησης, θα πρέπει να προβλέπονται πάντα κοντινές θέσεις στάθμευσης για άτομα με αναπηρίες, ασφαλή σημεία αποβίβασης και επιβίβασης και άλλες προσαρμογές στις υποδομές, όπως ράμπες και οδεύσεις τυφλών, για όσους πραγματικά τις χρειάζονται.

Υπό αυτό το πρίσμα, οι πολίτες πρέπει να πιέζουν την τοπική και εθνική διοίκηση όχι να εγκαταλείψει τις πεζοδρομήσεις και τα σχέδια αναπλάσεων που είναι προσανατολισμένα σε μια βιώσιμη κινητικότητα, αλλά να κατανοήσει τους πιο ευάλωτους πολίτες, όπως τα παιδιά, οι ηλικιωμένοι και τα άτομα με περιορισμούς στην κινητικότητά τους, των οποίων η εμπειρία της προσβασιμότητας στην πόλη διαφέρει σημαντικά από όσα παίρνουν ως δεδομένα συνήθως οι αρχιτέκτονες τοπίου και οι πολιτικοί μηχανικοί. Οι ίδιες ομάδες σήμερα υποφέρουν από την αναρχία των ΙΧ. Επείγον αίτημα προς τις κυβερνητικές αρχές είναι επίσης να δρομολογήσει τακτικές και αξιόπιστες συγκοινωνίες. Οι θέσεις στάθμευσης άλλωστε δεν θα είναι ποτέ επαρκείς σε ένα μοντέλο μετακινήσεων που είναι προσανατολισμένο αποκλειστικά στο ΙΧ και σε ένα καταναλωτικό μοντέλο κατά το οποίο κάθε μέλος ενός νοικοκυριού πρέπει να διαθέτει και ένα δικό του αυτοκίνητο. Είναι καταφανές ότι η εποχή αυτή τελειώνει διότι έχει φτάσει τις υποδομές των πόλεων σε ένα οριακό σημείο. Η εποχή του διαμοιρασμού οχημάτων και των εναλλακτικών μετακινήσεων είναι πολύ κοντά μας. Θα ήταν εγκληματικό αν ο αστικός σχεδιασμός δεν αναγνώριζε αυτή την πραγματικότητα που πλησιάζει και αντίθετα έμενε προσκολλημένος στις συνήθειες και τις τάσεις των προηγούμενων δεκαετιών.

Συνεχείς ασφαλτοστρώσεις

Σε εξέλιξη έργα 20.000 τ.μ. και νέες παρεμβάσεις

Σε πλήρη εξέλιξη βρίσκεται το πρόγραμμα ασφαλτοστρώσεων του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, με τις εργασίες αυτή την περίοδο να επικεντρώνονται στη Δημοτική Ενότητα Βούλας. Πρόκειται για ένα πρόγραμμα που εξελίσσεται σταδιακά και αφορά συνολικά το οδικό δίκτυο και των τριών δημοτικών ενότητων, καθώς οι παρεμβάσεις δεν περιορίζονται σε ένα συγκεκριμένο σημείο. Στη Βούλα αυτή την περίοδο πραγματοποιούνται εργασίες σε συνολική επιφάνεια περίπου 20.000 τετραγωνικών μέτρων. Οι παρεμβάσεις αφορούν δρόμους στους οποίους έχει διαπιστωθεί ανάγκη αποκατάστασης του οδοστρώματος και πραγματοποιούνται τμηματικά, ώστε να προχωρήσει η βελτίωση του οδικού δικτύου χωρίς να σταματήσει συνολικά η κυκλοφορία στην περιοχή. Συγκεκριμένα, εργασίες πραγματοποιούνται στις οδούς Ασκληπιού, Ρήγα Φερραίου, Δωδεκανήσου, Λακωνίας, Δάφνης, Ι. Διαμαντόπουλου, Λυκούργου, Γ. Παπανδρέου, Δημοκρατίας, Γαληνού, Αφροδίτης και Προμηθέως. Σε αρκετές περιπτώσεις οι παρεμβάσεις αφορούν συγκεκριμένα τμήματα των δρόμων, ανάλογα με την κατάσταση του οδοστρώματος.

Οι εργασίες που βρίσκονται σήμερα σε εξέλιξη στη Βούλα δεν αποτελούν το τελευταίο στάδιο του προγράμματος. Αντίθετα, μόλις ολοκληρωθούν οι συγκεκρι-

μένες παρεμβάσεις, θα ακολουθήσουν και άλλοι δρόμοι στη συγκεκριμένη δημοτική ενότητα. Η Τεχνική Υπηρεσία έχει προχωρήσει σε συστηματική καταγραφή των δρόμων που παρουσιάζουν ανάγκες και χρειάζονται άμεση παρέμβαση, ώστε να υπάρχει συγκεκριμένη εικόνα για το οδικό δίκτυο και να μπορεί να προγραμματίζεται σταδιακά η αποκατάστασή του. Στον επόμενο κύκλο παρεμβάσεων στη Βούλα περιλαμβάνονται, μεταξύ άλλων, οι οδοί Κάσου, Εφέσου, Νικηταρά, Παπανικολή, Βοσπόρου, Δελφών, Θάσου, Μυκηνών, Χρ. Σμύρνης, Αιόλου, Δεληγιαννάκη και Π. Τσαλδάρη. Στον προγραμματισμό βρίσκονται επίσης τμήματα των οδών Σπετσών, Λυκούργου, Διγενή και Αφροδίτης καθώς και επιπλέον σημεία που έχουν καταγραφεί από τις υπηρεσίες.

Ανάλογη καταγραφή έχει πραγματοποιηθεί και στις δημοτικές ενότητες Βάρης και Βουλιαγμένης. Στόχος είναι να υπάρχει συνολική καταγραφή των αναγκών σε ολόκληρο τον Δήμο και οι ασφαλτοστρώσεις να συνεχίζονται διαδοχικά σε διαφορετικές περιοχές. Η εικόνα που προκύπτει είναι επομένως αυτή ενός συνεχιζόμενου προγράμματος παρεμβάσεων στο οδικό δίκτυο, και όχι μιας μεμονωμένης εργολαβίας που αφορά μόνο τη σημερινή περίοδο στη Βούλα. Οι δρόμοι που χρειάζονται αποκατάσταση καταγράφονται, οι παρεμβάσεις



Οι δρόμοι που χρειάζονται αποκατάσταση καταγράφονται, οι παρεμβάσεις ιεραρχούνται και οι εργασίες προχωρούν σταδιακά και στις τρεις δημοτικές ενότητες

ιεραρχούνται και οι εργασίες προχωρούν σταδιακά και στις τρεις ενότητες. Για τους κατοίκους, το αποτέλεσμα αυτών των παρεμβάσεων είναι πιο ομαλή και ασφαλής κυκλοφορία, αλλά και σταδιακή βελτίωση της συνολικής εικόνας του οδικού δικτύου. Στη Βούλα, με τις εργασίες που βρίσκονται ήδη σε εξέλιξη και στις υπόλοιπες δημοτικές ενότητες, η προσπάθεια για την αναβάθμιση των δρόμων συνεχίζεται.

Ενημέρωση και προστασία

Δωρεάν διαγνωστικά τεστ για τον ιό του Δυτικού Νείλου



Την Παρασκευή 18 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε στην πλατεία Ιμίων, στο κεντρικότερο σημείο της Βούλας, ενημερωτική δράση για τον ιό του Δυτικού Νείλου με τη συμμετοχή κινητής μονάδας του Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ). Από τις 9 π.μ. έως τις 2 μ.μ., οι πολίτες είχαν τη δυνατότητα να ενημερωθούν υπεύθυνα για τον ιό, τους τρόπους μετάδοσης του και τα μέτρα προστασίας από τα κουνούπια. Η δράση πραγματοποιήθηκε από τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, με τη στήριξη του ΕΟΔΥ, στο πλαίσιο των ενεργειών πρόληψης και ενημέρωσης για την προστασία

Το εργαστήριο *Clinitest* που εδρεύει στη Βούλα σε συνεργασία με τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης διαθέτει rapid test σε πολίτες που εμφανίζουν σχετικά συμπτώματα

της δημόσιας υγείας. Η πρωτοβουλία εντάσσεται στη γενικότερη προσπάθεια του Δήμου να παρέχει στους κατοίκους έγκαιρη και αξιόπιστη πληροφόρηση για ζητήματα που αφορούν την υγεία και την καθημερινότητα τους.

Παράλληλα, ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης προχωρά σε ένα ακόμη μέτρο πρόληψης, διαθέτοντας δωρεάν rapid tests για τον ιό του Δυτικού Νείλου. Πρόκειται για νέα διαγνωστικά τεστ που κυκλοφόρησαν πρόσφατα στη χώρα και απευθύνονται σε πολίτες που εμφανίζουν συμπτώματα τα οποία χρειάζονται διερεύνηση για πιθανή λοίμωξη από τον ιό. Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στην Κοινωνική Υπηρεσία του Δήμου για πληροφορίες και οδηγίες, στα τηλέφωνα 213 201 9914 και 213 201 9938, καθώς και στις ηλεκτρονικές διευθύνσεις imspinou@vnn.gov.gr και ichatzatoglou@vnn.gov.gr. Τα rapid tests αποτελούν ευγενική προσφορά του διαγνωστικού εργαστηρίου Clinitest.

Την ίδια ώρα, συνεχίζονται και οι παρεμβάσεις για τον περιορισμό της παρουσίας κουνουπιών στην περιοχή. Το πρόγραμμα ψεκασμών του Δήμου θα συνεχιστεί έως και τον Οκτώβριο, με τακτικές αλλά και έκτακτες εφαρμογές όπου απαιτείται. Με τις δράσεις ενημέρωσης, τη δυνατότητα πρόσβασης στα rapid tests και τη συνέχιση των ψεκασμών, ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης ενισχύει συνολικά τα μέτρα πρόληψης απέναντι στον ιό του Δυτικού Νείλου.

Στην καρδιά της Αθηναϊκής Ριβιέρας, εκεί όπου η θάλασσα συναντά τη σύγχρονη ελληνική γαστρονομία, το **Casa Fish** δημιουργήθηκε για όσους αναζητούν μια αυθεντική εμπειρία θαλασσινών γεύσεων, υψηλής αισθητικής και ζεστής φιλοξενίας.

Η φιλοσοφία μας είναι απλή η εξαιρετική πρώτη ύλη αποτελεί τη βάση κάθε σπουδαίου πιάτου. Για αυτό επιλέγουμε καθημερινά τα καλύτερα φρέσκα ψάρια και θαλασσινά από τις ελληνικές θάλασσες και επιλεγμένους προμηθευτές, με μοναδικό κριτήριο την ποιότητα, τη φρεσκάδα και την αυθεντική γεύση.

Κάθε δημιουργία αναδεικνύει τον πλούτο της μεσογειακής κουζίνας, συνδυάζοντας παραδοσιακές ελληνικές γεύσεις με σύγχρονες τεχνικές και διακριτική δημιουργικότητα.



CASA FISH



Λεωφόρος
Κωνσταντίνου Καραμανλή 18, Βούλα.
Τηλ.: 210 89 92 454

Νέος τοπικός σύμβουλος Βάρης ο Γιάννης Παγώνης

Ορκίστηκε στο Δημαρχείο, ενώπιον του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου

Τον ορισμένο θρησκευτικό όρκο έδωσε στις 2 Σεπτεμβρίου ο Γιάννης Παγώνης ως νέο μέλος του Συμβουλίου της Δημοτικής Κοινότητας Βάρης, αναλαμβάνοντας τη θέση του αποθανόντος Κώστα Παπανικολάου. «Τον καλωσορίζω και του εύχομαι ολόψυχα καλή και δημιουργική θητεία, με υγεία, δύναμη και προσήλωση την βελτίωση της ποιότητας ζωής των δημοτών μας», σημείωσε σε μήνυμά του ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, προσθέτοντας: «Είμαι βέβαιος ότι με διάθεση συνεργασίας και προσφοράς, θα συμβάλει ουσιαστικά στην κοινή μας προσπάθεια για την πόλη».

Ο Γιάννης Παγώνης είναι από τα νεότερους αιρετούς του Δήμου, έχοντας γεννηθεί το 1997. Έχει σπουδές στα οικονομικά και τα νομικά και είναι σύμβουλος πολιτικής επικοινωνίας. «Δεσμεύομαι να σταθώ αντάξιος της θέσης και των αρμοδιοτήτων που μου ανατίθενται. Η ανάληψη οποιασδήποτε θέσης, μέσα από την οποία υπηρετείται το κοινό καλό του τόπου και των συμπολιτών, αποτελεί ευθύνη, συνέπεια και απαιτεί σκληρή δουλειά. και αυτό ακριβώς δεσμεύομαι να πράξω», υπογραμμίζει σε κείμενο που δημοσιοποίησε με αφορμή την ορκωμοσία του. Σε αυτό συνεχίζει: «Θέλω να ευχαριστήσω θερμά όλους τους πολίτες που με εμπιστεύθηκαν και με στήριξαν στις αυτοδιοικητικές εκλογές του Οκτωβρίου του 2023. Με τη δική τους ψήφο έχω σήμερα την τιμή να τους εκπροσωπώ. Θα βρίσκομαι πάντα στο πλευρό τους, με διάθεση προσφοράς και ουσιαστικής δουλειάς. Ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλω και στον Δήμαρχο της πόλης μας, κ. Γρηγόρη Κωνσταντέλλο, για την εμπιστοσύνη του και για την απόφασή του να με συμπεριλάβει στο ψηφοδέλτιό του. Δεσμεύομαι να σταθώ αντάξιος της εμπιστοσύνης και των προσδοκιών του». Το κείμενο καταλήγει: «Θα βρίσκομαι στο πλευρό κάθε πολίτη του δήμου μας και ιδιαίτερα, στο πλευρό των πολιτών της



Βάρης και της Βάρκιζας. Τέλος, δεν θα μπορούσα να μην αναφερθώ στον αείμνηστο προκάτοχό μου, Κωνσταντίνο Παπανικολάου, έναν άνθρωπο που υπηρέτησε παραδειγματικά και ανιδιοτελώς, από διάφορες θέσεις ευθύνης, κυρίως στην τοπική αυτοδιοίκηση, με συνέπεια, ζήλο, μεράκι και διάθεση προσφοράς. Αποτελεί παράδειγμα προς μίμηση για όλους μας και κυρίως, για εμάς τους νεότερους. Με πολλή δουλειά, συνέπεια και σεβασμό, ξεκινήσαμε!».

Ημέρα Υιοθεσίας στη Βάρκιζα

Μικρά ζώα αναζητούν μια νέα οικογένεια



Η υιοθεσία ενός ζώου δεν είναι απλώς μια πράξη καλοσύνης, είναι μια βαθιά υπόσχεση ότι θα αλλάξει η ζωή ενός ανυπεράσπιστου πλάσματος αλλά και του ανθρώπου που θα πάρει την απόφαση. Με αυτό το σκεπτικό, ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης καλεί σε ακόμη μία «ημέρα υιοθεσίας» για σκύλους και γάτες την Κυριακή 11 Οκτωβρίου, από τις 11 π.μ. έως τις 2 μ.μ., στο κέντρο εικαστικών τεχνών «Γυάλινο», που βρίσκεται στην παραλία της Βάρκιζας.

Πρόκειται για μια δράση που πραγματοποιείται σε συνεργασία με τη Φιλοζωική Ομάδα Βούλας. Η εκδήλωση έχει στόχο να δώσει μια δεύτερη ευκαιρία σε αδέσποτους σκύλους

Τα τελευταία 2 χρόνια έχουν πραγματοποιηθεί 7 ημέρες υιοθεσίας, στις οποίες 73 ζώακια βρήκαν μια δεύτερη ευκαιρία σε ένα νέο σπίτι

και γάτες που αναζητούν ένα ασφαλές και μόνιμο σπίτι, φέρνοντάς τους σε επαφή με ανθρώπους που επιθυμούν να υποδεχθούν ένα νέο τετράποδο μέλος στην οικογένειά τους. Οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν από κοντά τα ζώα που αναζητούν οικογένεια και να ενημερωθούν για τις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητές τους. Παράλληλα, εθελοντές και εκπαιδευτές θα βρίσκονται στον χώρο, παρέχοντας ενημέρωση και καθοδήγηση, ώστε κάθε υιοθεσία να γίνεται με υπευθυνότητα και με γνώμονα την καλύτερη δυνατή συμβίωση ανθρώπου και ζώου. «Με δράσεις που προάγουν τη φιλοζωία και την υπεύθυνη υιοθεσία, ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης επιδιώκει να ενισχύσει την ευαισθητοποίηση και την ενεργό συμμετοχή της κοινωνίας, συμβάλλοντας στη δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου κάθε ζώο αντιμετωπίζεται με σεβασμό, φροντίδα και υπευθυνότητα», σημειώνεται στη σχετική ανακοίνωση του καλέσματος. Η υπεύθυνη υπάλληλος της δημοτικής υπηρεσίας για τα αδέσποτα, Έλενα Κρομυδά, που έχει στο ενεργητικό της δεκάδες πλέον διασώσεις ζώων σε κίνδυνο αναφέρει: «Υπάρχουν κάποια μάτια που σε κοιτάζουν και σου μιλούν χωρίς λέξεις. Μάτια που έχουν γνωρίσει την εγκατάλειψη, τον φόβο και το κρύο του δρόμου, αλλά δεν έχουν χάσει ποτέ την ελπίδα τους. Αυτή την ελπίδα θέλουμε να κάνουμε πράξη».

Τα τελευταία δύο χρόνια η υπηρεσία για τα αδέσποτα ζώα έχει πραγματοποιήσει σημαντικές δράσεις εξωστρέφειας και ευαισθητοποίησης. Εκτός από τα προγράμματα στείρωσεων και εμβολιασμών, προκειμένου να ελεγχθεί ο πληθυσμός των αδέσποτων γατών, έχουν διοργανωθεί 7 εκδηλώσεις υιοθεσίας, προσκαλώντας τους πολίτες του Δήμου να αναλάβουν κάποιο ζώο. Σε αυτές έχουν δοθεί 73 υιοθεσίες (44 γάτες και 28 σκύλοι), ένας εντυπωσιακός αριθμός που αποδεικνύει τα φιλόζωα αισθήματα της τοπικής κοινωνίας.



PET
Supermarket®
...και δεν του λείπει τίποτα!

25.000 λόγοι
για να μας επισκεφτείτε!

ΝΕΟ
ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
930m²



ΑΝΕΤΟ
PARKING

30 θέσεων!

Λεωφ. Βουλιαγμένης 4 & Πρίγκιπος Πέτρου (δίπλα από τον Σκλαβενίτη), Βούλα, Τ: 210 440 4111



#1 ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΡΕΝΤΗΣ

Λεωφ. Κηφισού 79, Τ: 210 482 3907

#2 ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Πειραιώς 71, Τ: 210 481 1203

#3 ΣΠΑΤΑ

Επαρ. Οδ. Παιανίας - Λούτσας 2,
Τ: 2106630600

#4 ΠΑΤΗΣΙΑ

Στρ. Καλλάρη 71 & Λιοσίων, Τ: 2104404240

#5 ΑΙΓΑΛΕΩ

Ιερά Οδός 185, Τ: 2104407333

#6 ΠΑΛΑΙΟ ΦΑΛΗΡΟ

Λεωφ. Ποσειδώνος 32, Τ: 2104404150

#7 ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Ελ. Βενιζέλου 284-286, Τ: 2104404443

#8 ΑΝΟΙΞΗ

Λεωφ. Μαραθώνος 74, Τ: 2104401666

#9 ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ

Ελ. Βενιζέλου 215 & Λέσβου, Τ: 2104402666

#10 ΑΝΩ ΓΛΥΦΑΔΑ

Γούναρη 117, Τ: 2104402224

#11 ΧΑΛΑΝΔΡΙ

Εθνικής Αντιστάσεως 3,
Τ: 2104404024

#12 ΧΑΪΔΑΡΙ

Λεωφ. Αθηνών 206, Τ: 2104400025

#13 ΠΛ. ΔΑΒΑΚΗ-ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Ελ. Βενιζέλου 152, Τ: 2104400666

#14 ΒΟΥΛΑ

Λ.. Βουλιαγμένης 4 & Πρίγκιπος Πέτρου,
Τ: 210 440 4111

Ένας σκύλος μόνος στον δρόμο

Οι ευθύνες των ιδιοκτητών και ο ρόλος του Δήμου

Ένας σκύλος που βλέπουμε να κυκλοφορεί μόνος στον δρόμο δεν είναι απαραίτητα αδέσποτος. Μπορεί να είναι ένα δεσποζόμενο ζώο που απομακρύνθηκε από τον χώρο όπου διαμένει και βρέθηκε χωρίς την επίβλεψη του ιδιοκτήτη του. Κάτι τέτοιο μπορεί να έχει δυσάρεστη τροπή, όπως ακριβώς συνέβη την Πέμπτη 17 Σεπτεμβρίου στην οδό Υπάτης της Βάρης, όταν δύο περιφερόμενοι σκύλοι επιτέθηκαν σε δύο διερχόμενους πολίτες και σε μια υπάλληλο του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Μετά την καταγγελία που έγινε, τα ζώα τέθηκαν υπό την επίβλεψη των υπηρεσιών του Δήμου, μεταφέρθηκαν άμεσα σε συνεργαζόμενο κτηνίατρο, προκειμένου να υποβληθούν στον προβλεπόμενο έλεγχο και ανακοινώθηκε ότι θα παραμείνουν υπό τη φροντίδα του Δήμου έως την έκδοση σχετικής απόφασης από τις αρμόδιες αρχές. Σύμφωνα με την ανακοίνωση που εξέδωσε η δημοτική αρχή, εντοπίστηκε η φερόμενη ως ιδιοκτήτρια των δύο σκύλων, η οποία επρόκειτο να οδηγηθεί ενώπιον του αρμόδιου εισαγγελέα στο πλαίσιο της αυτόφωρης διαδικασίας. «Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης παρακολουθεί στενά την εξέλιξη της υπόθεσης και συνεργάζεται με όλες τις αρμόδιες αρχές, με προτεραιότητα την ασφάλεια των πολιτών, την πλήρη διερεύνηση του περιστατικού και την προστασία και ευζωία των ζώων», αναφέρεται σχετικά.

Τι προβλέπει η διαδικασία

Στην πράξη, όταν ένας σκύλος εντοπίζεται να κυκλοφορεί χωρίς συνοδό σε δημόσιο χώρο, το πρώτο ζητούμενο είναι να διαπιστωθεί αν έχει ιδιοκτήτη. Ο έλεγχος της ηλεκτρονικής σήμανσης (το γνωστό τσιπ) αποτελεί βασικό εργαλείο για την ταυτοποίησή του και την αναζήτησή του ιδιοκτήτη. Εφόσον το ζώο φέρει σήμανση και προκύπτει ότι είναι δεσποζόμενο, ελέγχεται αν έχει δηλωθεί ως απολεσθέν. Στην περίπτωση αυτή, ο ιδιοκτήτης ενημερώνεται και καλείται να το παραλάβει, ενώ αν δεν υπάρχει δήλωση απώλειας, διερευνάται εάν συντρέχει περίπτωση εγκατάλειψης.

Στις περιπτώσεις όπου δεν είναι δυνατή η ταυτοποίηση του ιδιοκτήτη μέσω της ηλεκτρονικής σήμανσης, δημοσιεύεται φωτογραφία του σκύλου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, προκειμένου να εντοπιστεί ο ιδιοκτήτης του. Αν ούτε με αυτόν τον τρόπο καταστεί δυνατός ο εντοπισμός του, ο σκύλος μεταφέρεται σε υποδομές του Δήμου, όπου φιλοξενείται προσωρινά. Εφόσον δεν εμφανιστεί ιδιοκτήτης και διαπιστωθεί ότι πρόκειται για αδέσποτο ζώο,δρομολογείται διαδικασία για την υιοθεσία του και την αναζήτησή κατάλληλης οικογένειας. Όταν, όμως, έχει προηγηθεί τραυματισμός ανθρώπου από τον σκύλο, η διαχείριση είναι διαφορετική. Στην περίπτωση αυτή, ενημερώνεται η Αστυνομία, η οποία είναι αρμόδια για την προβλεπόμενη διαδικασία.

Σήμανση και λουρί

Η ευθύνη, όμως, δεν αρχίζει από τη στιγμή που ένας σκύλος θα βρεθεί μόνος στον δρόμο. Ξεκινά από τον ίδιο τον ιδιοκτήτη και τις υποχρεώσεις που έχει τόσο απέναντι στο ζώο όσο και στους υπόλοιπους πολίτες. Με βάση τον νόμο 4830 του 2021, όπως ισχύει και μετά την τροποποίησή του με τον νόμο 5270 του 2026, ο ιδιοκτήτης οφείλει να μεριμνά ώστε ο περίπατος να γίνεται πάντα με συνοδό, να κρατά το ζώο δεμένο με λουρί και σε μικρή απόσταση από τον ίδιο, αλλά και να λαμβάνει τα απαραίτητα μέτρα ώστε ο σκύλος να μην εξέρχεται ελεύθερα από τον χώρο ιδιοκτησίας και να μην εισέρχεται σε κοινόχρηστους χώρους. Παράλληλα, υποχρεούται να έχει το ζώο ηλεκτρονικά σημασμένο και καταχωρισμένο στο Εθνικό Μητρώο Ζώων Συντροφιάς, καθώς και να ενημερώνει τα στοιχεία του όταν αυτά μεταβάλλονται. Οι παραβάσεις των παραπάνω υποχρεώσεων συνοδεύονται από διοικητικές κυρώσεις. Το άρθρο 35 του ίδιου νόμου προβλέπει, μεταξύ άλλων, πρόστιμο 300 ευρώ για την παράλειψη σήμανσης και καταχώρισης ή δήλωσης απώλειας, καθώς και 300 ευρώ για παραβά-



Στις 17 Σεπτεμβρίου δύο περιφερόμενοι σκύλοι επιτέθηκαν σε δύο διερχόμενους πολίτες και σε μια υπάλληλο του Δήμου. Η φερόμενη ως ιδιοκτήτρια εντοπίστηκε από την Αστυνομία και οδηγήθηκε στον αρμόδιο εισαγγελέα

σεις που αφορούν τον ασφαλή περίπατο, την πρόληψη εξόδου του σκύλου από την ιδιοκτησία και την πρόκληση ζημιών από τον σκύλο.

Περισυλλογή και αξιολόγηση

Η διαχείριση περιστατικών σκύλων που εντοπίζονται να περιφέρονται χωρίς συνοδό αποτελεί μέρος του έργου του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης για τη φροντίδα και την ευζωία των ζώων συντροφιάς. Ανάλογα με την περίπτωση, συντονίζονται οι απαραίτητες ενέργειες για την ασφαλή περισυλλογή, την κτηνιατρική αξιολόγηση και την περαιτέρω φροντίδα τους.

Παράλληλα, ο Δήμος υλοποιεί ετήσιο επιχειρησιακό πρόγραμμα διαχείρισης αδέσποτων ζώων που στοχεύει στην Πρόληψη δημιουργίας νέων αδέσποτων, με το αντίστοιχο πρόγραμμα για το 2026 να έχει εγκριθεί από το Δημοτικό Συμβούλιο. Στο πλαίσιο του προγράμματος προβλέπονται, μεταξύ άλλων, η ηλεκτρονική σήμανση και καταγραφή των ζώων, η κτηνιατρική περίθαλψη και η μέριμνα όσων διαχειρίζεται ο Δήμος. Ταυτόχρονα, έχει δημιουργηθεί δίκτυο εθελοντών φροντιστών αδέσποτων ζώων και υλοποιούνται δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών. Ιδιαίτερη θέση σε αυτή την προσπάθεια έχουν και οι δράσεις υιοθεσίας. Μέσα στο 2026 έχουν ήδη πραγματοποιηθεί τρεις δράσεις υιοθεσίας για σκύλους και γάτες, ενώ στις 11 Οκτωβρίου έχει προγραμματιστεί νέα Ημέρα Υιοθεσίας Σκύλου και Γάτας στη Βάρκιζα, σε συνεργασία με τη Φιλοζωική Ομάδα Βούλας (σχετικό ρεπορτάζ στη σελ. 6).

Πέρα από το θεσμικό πλαίσιο, η καθημερινότητα σε πολλά σημεία της πόλης αναδεικνύει τις συνέπειες της πλημμελούς επίβλεψης των ζώων συντροφιάς από τους ιδιοκτήτες τους. Η κατοχή ενός ζώου, άλλωστε, συνεπάγεται ευθύνες που δεν περιορίζονται στον ιδιωτικό χώρο. Η φροντίδα του δεν αφορά μόνο την τροφή και τη στέγη του, αλλά και την ευθύνη του ιδιοκτήτη να το προστατεύει και να φροντίζει ώστε η παρουσία του στον δημόσιο χώρο να μην δημιουργεί κινδύνους ή προβλήματα για τους υπόλοιπους πολίτες.

Οι ιδιοκτήτες σκύλων έχουν υποχρεώσεις τόσο απέναντι στο ζώο όσο και στους υπόλοιπους πολίτες



Ένα Αξέχαστο Σκηνικό

Στο **Vive Mar** θα βρείτε ένα ανυπέρβλητο σκηνικό για τις πιο σημαντικές στιγμές της ζωής σας. Από βαπτίσεις έως μεγαλειώδεις γαμήλιες δεξιώσεις, κάθε εκδήλωση διαμορφώνεται με φροντίδα και βαθύ σεβασμό στην ελληνική παράδοση φιλοξενίας.

Η αφοσιωμένη ομάδα εκδηλώσεών μας συνεργάζεται μαζί σας από την πρώτη συζήτηση έως το τελευταίο πρόποση — διασφαλίζοντας ότι κάθε λεπτομέρεια αντανακλά το όραμά σας.

**Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή
18, Βούλα. Τηλ.: 210 89 92 453**



Γεώργιος Δεδούσης
πρύτανης Χαροκόπειου Πανεπιστημίου

Συμμαχία υγείας με ακαδημαϊκές προδιαγραφές

**Η διατροφή στο επίκεντρο
της συνεργασίας μεταξύ Δήμου 3Β
και Χαροκοπείου**

Μια πρωτοποριακή συνεργασία που συνδέει την πανεπιστημιακή έρευνα στους τομείς της υγείας και της διατροφής με το καθημερινό «ευ ζην» των πολιτών προωθούν το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο και ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Οι δύο φορείς υπέγραψαν στα τέλη Ιουλίου ένα πενταετές μνημόνιο συνεργασίας, με το οποίο επισημοποιήθηκαν δεσμοί που καλλιεργούνται εντατικά τους τελευταίους μήνες. Ο πρύτανης του ιδρύματος, Γεώργιος Δεδούσης, καθηγητής Μοριακής Γενετικής και Διατροφo-γενετικής, είναι από τους εμπνευστές του προγράμματος. Έχοντας διατελέσει αντιπρόεδρος του Ελληνικού Ιδρύματος Καινοτομίας και Έρευνας έχει συντονίσει πλήθος ερευνητικών και εκπαιδευτικών προγραμμάτων και γνωρίζει άριστα το πώς η τριτοβάθμια εκπαίδευση μπορεί να βγει από τη «γυάλα» της και να συνδεθεί με την κοινωνία. «Στο τέλος αυτής της συνεργασίας, όταν ολοκληρωθούν οι μελέτες και οι ερευνητικές προσπάθειες, θα παραχθεί νέα γνώση την οποία φυσικά δημοσιεύουμε στον επιτρεπόμενο χρόνο με τα αποτελέσματα», σημειώνει μιλώντας στον «Δημοσιογράφο» για το πώς τα ευεργετικά για τους πολίτες αποτελέσματα των εξετάσεων συνιστούν ένα αξιοποιήσιμο υλικό για την ίδια την επιστήμη, σε αυτή την αμοιβαία επωφελή συνέργεια.

Η ιδέα της συνεργασίας ενός πανεπιστημιακού ιδρύματος με μία πόλη δεν είναι νέα, όπως επισημαίνει: «Έχουμε συνεργαστεί με πολλούς δήμους στα πλαίσια πολλών ερευνητικών προγραμμάτων για τη δημόσια υγεία, κυρίως από το τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας Διατροφής. Προσφέρουμε στους πολίτες δήμων που δείχνουν ενδιαφέρον να αναπτύξουν την κοινωνική τους πολιτική τη δυνατότητα συμμετοχής σε ευρωπαϊκά προγράμματα και να έχουν δωρεάν παροχές υγείας και συμβουλευτική. Πρόκειται για μια πρακτική δεκαετιών. Οι δήμοι που ανταποκρίνονται καλύτερα, όπως ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, που έδειξε έμπρακτα την προτεραιότητά του, έρχονται πολύ κοντά στο πανεπιστήμιό μας. Γι' αυτό και υπογράψαμε το σχετικό μνημόνιο συνεργασίας».

Πρόληψη για τον καρδιομεταβολικό κίνδυνο

Σύμφωνα με τη σχετική ανακοίνωση του Δήμου, η πενταετής συνεργασία με το Χαροκόπειο καλύπτει ένα ευρύ φάσμα τομέων και στοχεύει στη διαρκή αναβάθμιση των υπηρεσιών του Δήμου στους τομείς της δημόσιας υγείας και πρόνοιας, της βιώσιμης ανάπτυξης, της διά βίου μάθησης, της πολιτιστικής κληρονομιάς και των



Στους κατοίκους του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, μετά τη συμφωνία μεταξύ πρύτανη και Δημάρχου, προσφέρονται από τους επιστήμονες του Χαροκοπείου εξετάσεις και συμβουλές για θέματα παχυσαρκίας και καλής λειτουργίας του ήπατος

νέων τεχνολογιών. Όπως τονίζει ο Γεώργιος Δεδούσης, στην παρούσα φάση, οι πρωτοβουλίες εστιάζονται «στην πρόληψη και την αντιμετώπιση θεμάτων υγείας σχετικά με τον καρδιομεταβολικό κίνδυνο». Και προσθέτει: «Επικεντρώνουμε σε θέματα παχυσαρκίας και στην καλή λειτουργία του ήπατος. Ταυτόχρονα, με εξειδικευμένους επιστήμονες, παρέχουμε συμβουλές διατροφής που συνδέονται με την καλή υγεία των πολιτών, είτε είναι παιδιά είτε ηλικιωμένοι».

Ο πρύτανης του ιδρύματος συντονίζει ο ίδιος μια εξειδικευμένη ομάδα επιστημόνων για τη συγκεκριμένη πρωτοβουλία. «Με το συγκεκριμένο πρόγραμμα ασχολούνται συνάδελφοι καθηγητές από το τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας Διατροφής, μια ερευνητική ομάδα που λειτουργεί με την καθοδήγησή μου στην οποία συμμετέχουν υποψήφιοι διδάκτορες και ερευνητές και κλινικοί ιατροί σε συνεργασία το νοσοκομείο Ευαγγελισμός και την ομάδα της Μαρίας Μελλά», διευκρινίζει. Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από ευρωπαϊκά κονδύλια στο πλαίσιο μιας ερευνητικής συμμαχίας με άλλα 20 ακαδημαϊκά ιδρύματα του εξωτερικού, υπό τον συντονισμό ενός πανεπιστημίου της Ολλανδίας. «Το πρόγραμμα απευθύνεται σε ενήλικες, όμως επικεντρωνόμαστε σε πολίτες μεγαλύτερης ηλικίας, που εμφανίζουν συχνότερα ηπατική νόσο», υπογραμμίζει ο κ. Δεδούσης. Περιγράφει ότι πραγματοποιούνται προληπτικοί έλεγχοι στα επίπεδα παχυσαρκίας με στόχο την πρόληψη της εξέλιξης της νόσου. Ο πρύτανης μιλά για μεγάλη επιτυχία του προγράμματος, μέχρι στιγμής. «Οι πολίτες φαίνεται ότι έχουν κινητοποιηθεί στον δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης και οι υπηρεσίες αποδεικνύονται πολύ οργανωμένες. Για το λόγο αυτό συνεχίζεται η συγκεκριμένη μελέτη και εμείς θα συνεχίσουμε να συμπεριλαμβάνουμε τα 3Β σε επόμενες μελέτες», σημειώνει συμπληρώνοντας ότι σχεδιάζονται «νέες κοινές δράσεις» με τη δημοτική αρχή.

Διακρίσεις για το ίδρυμα

Το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο ιδρύθηκε το 1990 με το τμήμα Οικιακής Οικονομίας, που πλέον έχει μετονομαστεί σε τμήμα Οικονομίας και βιώσιμης Ανάπτυξης ενώ στη συνέχεια το 1993 ιδρύθηκε το τμήμα Διαιτολογίας και Διατροφής. Ακολούθως προστέθηκαν άλλα δύο τμήματα, το τμήμα Γεωγραφίας και το τμήμα Πληροφορικής και Τηλεματικής. «Το κομμάτι της υγείας καλλιεργείται κυρίως από τον τμήμα Διαιτολογίας Διατροφής. Υλοποιούνται εθνικά και ευρωπαϊκά προγράμματα στον τομέα της ευζωίας, δίνονται συμβουλές για τον τρόπο ζωής και αναλύεται η γενετική προδιάθεση για χρόνια νοσήματα. Έχει μια μεγάλη παράδοση το ίδρυμά μας σε αυτό το κομμάτι και γι' αυτό διακρίνεται παγκοσμίως, διατηρώντας υψηλές θέσεις στους δείκτες αξιολόγησης», υπογραμμίζει ο Γεώργιος Δεδούσης. «Πρόσφατα ανακοινώθηκε από έναν αξιόπιστο οργανισμό αξιολόγησης, το Times Higher Education, ότι στη χώρα μας το Χαροκόπειο έρχεται δεύτερο στις ακαδημαϊκές επιδόσεις και από τα κορυφαία ιδρύματα στην έρευνα υγείας», σημειώνει. Και προσθέτει με έμφαση ότι οι πολίτες στα ζητήματα της διατροφής πρέπει να εμπιστεύονται αποκλειστικά τους ειδικούς, δηλαδή τους αποφοίτους από πανεπιστημιακά ιδρύματα της χώρας. «Οι απόφοιτοι του τμήματός μας, το παλαιότερο τμήμα διατροφής στη χώρα, έχουν λάβει την καλύτερη εκπαίδευση και διαθέτουν όλες τις πιστοποιήσεις για να παρέχουν τις σχετικές υπηρεσίες», διευκρινίζει.



ΕΝ ΠΛΩ

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

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



Λεωφόρος Ποσειδώνος 4, Τηλ.: 2109671770

Γρηγόρης Βαλτινός**Το παρελθόν είναι ένας σηματορός**

Ο Γρηγόρης Βαλτινός θα είναι ο κεντρικός αφηγητής της εκδήλωσης που διοργανώνει ο Δήμος το Σάββατο 3 Οκτωβρίου για τον εορτασμό των 100 χρόνων από την ίδρυση της Βούλας. Στις εντατικές πρόβες αυτών των μηνών γνώρισε την ιστορία της πόλης. Με αφορμή τη συμμετοχή του στην εκδήλωση, που συνδέει την ιστορία της περιοχής με τη μουσική κάθε εποχής, μιλά για όσα τον εντυπωσίασαν, για τη σχέση των κατοίκων με τον τόπο τους και για τον τρόπο με τον οποίο το παρελθόν φωτίζει το παρόν και το μέλλον.

Τι σας έκανε περισσότερο εντύπωση από τη γνωριμία σας με την ιστορία της Βούλας;

Μου δόθηκε η ευκαιρία να γνωρίσω όλη την πορεία μιας περιοχής που είναι θαυμαστή για την Αττική. Μέσα σε αυτό τον αιώνα πέρασε μέσα από τη Βούλα όλη η ιστορία της Ελλάδας. Βούλα, Βάρη και Βουλιαγμένη έζησαν στο πετσί τους ακόμη και την κατοχή, κάτι που δεν το γνώριζα. Είδα χρόνο με το χρόνο αυτή την αλλαγή που μπορεί να επέλθει σε μια θαυμαστή περιοχή, που συνδυάζει το βουνό και τη θάλασσα σε μία αρμονία. Γι' αυτό άλλωστε έγινε ένα από το ακριβότερα προάστια της Αττικής. Επίσης, είδα το πώς οι άνθρωποι σιγά σιγά, καθώς εγκαθίστανται σε μια περιοχή, αποκτούν μια νέα πατρίδα, πώς την αγαπούν και πώς οι ίδιοι την προστατεύουν. Μου έκανε μεγάλη εντύπωση η ιστορία της Βούλας, την οποία αφηγούμαι στον κόσμο. Η καταπληκτική ιδέα της συναυλίας είναι ότι σε κάθε δεκαετία θυμόμαστε τις μεγάλες επιτυχίες, τα μεγάλα κομβικά μουσικά γεγονότα της εποχής. Όπως και να το κάνουμε, η μουσική και ο στίχος είναι συνδεδεμένα με τη ζωή μας.

Τι ξεχωριστό να περιμένουμε από την εκδήλωση;

Όταν μου περιέγραψαν την ιδέα της παράστασης ενθουσιάστηκα, διότι έχει μια ευαισθησία και μια άμεση σύνδεση με τους θεατές - κατοίκους. Κατά κάποιο τρόπο



τους βάζει μέσα στην παράσταση, βλέπουν την ιστορία της γειτονιάς τους, γεγονότα που τους κάνει να συνδέονται περισσότερο με τον τόπο τους. Πρέπει να πω

εδώ ότι είναι πολύ σημαντικό οι Δήμοι να στραφούν σε τέτοιου είδους εκδηλώσεις, που έχουν βάθος, ποιότητα, ευαισθησία, προβάλλουν τον τόπο και στέκονται στα κομβικά σημεία της ιστορίας του. Πολλές φορές, ειδικά στις μεγάλες πόλεις, καταφθάνουν άνθρωποι από όλες τις περιοχές της χώρας και δεν γνωρίζουν την ιστορία του τόπου. Είναι πολύ σωστό οι Δήμοι σε όλη τη χώρα να στραφούν εκεί. Καιρός είναι να σταματήσουμε να επενδύουμε απλά και μόνο στη διασκέδαση, πρέπει να έχουμε και ψυχαγωγία. Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης κάνει ποιοτικές επιλογές.

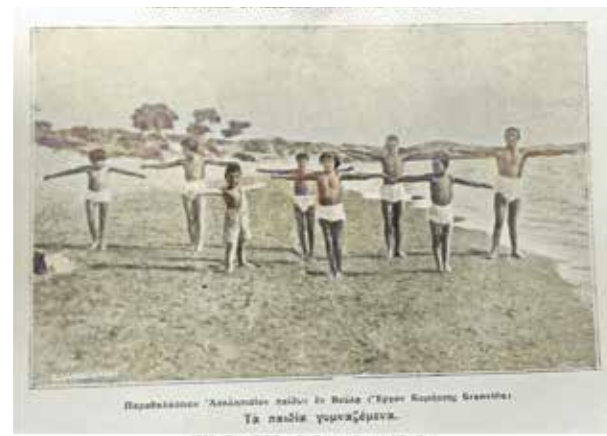
Πολλές φορές οι άνθρωποι εξιδανικεύουν το παρελθόν και το σκέφτονται με ρομαντικούς όρους. Εσείς πώς αντιμετωπίζετε το χθες;

Δεν ξέρω αν είναι ρομαντισμός, είναι όμως ένας κανόνας που θεωρώ ότι πρέπει να έχουμε: Το παρόν μας είναι το παρελθόν. Ό,τι έχουμε μαζέψει από το παρελθόν ζούμε και καταναλώνουμε τώρα. Και ό,τι είναι το παρελθόν και το παρόν μας, μας οδηγεί στο μέλλον. Αυτά είναι άρρηκτα δεμένα σε μία σπείρα και πρέπει το ένα να επηρεάζει το άλλο, ξεκινώντας από πίσω και πηγαίνοντας μπροστά. Καμιά φορά επίσης χρειάζεται να ξεκινήσουμε από το παρόν και να διορθώσουμε λάθη του παρελθόντος. Έτσι αυτή η διάδραση του χρόνου πρέπει να είναι συνεχής. Δεν βλέπω το παρελθόν μόνο με έναν ρομαντικό ή ρηχό τρόπο. Το παρελθόν είναι ένας σηματορός, ένας κήρυκας, μας διδάσκει. Όποιος το παραβλέπει και πατάει μόνο στο παρόν, πρέπει να είναι προσεκτικός γιατί το κάθε παρόν κρύβει παγίδες. Στο παρελθόν τις έχουμε αναγνωρίσει. Καλό είναι λοιπόν να διδασκόμαστε από αυτές.

Μέσα από τη Βούλα πέρασε όλη η ιστορία της Ελλάδας**100 χρόνια από τη γέννηση της Βούλας****Τραγούδια και αφηγήσεις από τους Γρηγόρη Βαλτινό, Φωτεινή Δάρρα και Θοδωρή Βουτσικάκη**

Εκατό χρόνια ιστορίας της Βούλας ζωντανεύουν μέσα από τον λόγο, την εικόνα και τη μουσική, σε μια μεγάλη επετειακή οπτικοακουστική παράσταση που διοργανώνει ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, το Σάββατο 3 Οκτωβρίου, στις 8 μ.μ., στην πλατεία Ιμίων. Με αφετηρία το 1926, η εκδήλωση θα παρουσιάσει τη διαδρομή της Βούλας μέσα στον χρόνο, φωτίζοντας πρόσωπα, γεγονότα και στιγμές που διαμόρφωσαν την ταυτότητα της πόλης. Ο Γρηγόρης Βαλτινός, η Φωτεινή Δάρρα και ο Θοδωρής Βουτσικάκης θα μεταφέρουν το κοινό από τις πρώτες δεκαετίες του 20ού αιώνα έως τη σημερινή Βούλα, συνδέοντας την ιστορική αφήγηση με χαρακτηριστικές μουσικές και τραγούδια κάθε εποχής. Τη σκηνο-

θετική επιμέλεια έχει ο Γρηγόρης Βαλτινός, ενώ τη μουσική επιμέλεια και ενορχήστρωση ο Γιώργος Παπαχριστούδης. Ξεχωριστή θέση στη βραδιά θα έχει το drone show, με τον ουρανό της Βούλας να μετατρέπεται σε έναν φωτεινό καμβά αφιερωμένο στην εκατονταετή πορεία της πόλης. Οι επετειακές δράσεις συμπληρώνονται από την έκθεση φωτογραφίας «100 χρόνια Βούλα - Με χρώμα και κίνηση», σε επιμέλεια του Στέφανου Χατζηστεφάνου, που θα λειτουργεί στην Πνευματική Εστία Βούλας, από 2 έως 4 Οκτωβρίου, καθώς και από μουσικοχορευτικά δρώμενα, κεράσματα και εκπλήξεις στην πλατεία Ιμίων με τη συμμετοχή του Εμπορικού Συλλόγου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, το Σάββατο από τις 6 μ.μ.



1926 – 2026
ΒΟΥΛΑ
100
ΧΡΟΝΙΑ

ΜΙΑ ΠΟΛΗ. ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ. ΕΝΑΣ ΑΙΩΝΑΣ.

ΓΡΗΓΟΡΗΣ
ΒΑΛΤΙΝΟΣ

ΦΩΤΕΪΝΗ
ΔΑΡΡΑ

ΘΟΔΩΡΗΣ
ΒΟΥΤΣΙΚΑΚΗΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ
3 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026

📍 **ΠΛΑΤΕΙΑ ΙΜΙΩΝ**
🕒 **20:00**

ΜΙΑ ΜΕΓΑΛΗ **ΟΠΤΙΚΟΑΚΟΥΣΤΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ**
ΓΙΑ ΤΗ ΒΟΥΛΑ ΤΟΥ ΧΘΕΣ, ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΑ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΥΡΙΟ.



ΚΑΙ ΕΝΑ ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΚΟ ΕΠΕΤΕΙΑΚΟ
DRONE SHOW
ΣΤΟΝ ΟΥΡΑΝΟ ΤΗΣ ΒΟΥΛΑΣ



Σοφία Βάρης
Βούλας
Βουλιαγμένης

Παράλληλες Δράσεις

ΕΚΘΕΣΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

Επιμέλεια: Στέφανος Χατζηστεφάνου

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΕΣΤΙΑ ΒΟΥΛΑΣ

Παρασκευή 2/10 έως
Κυριακή 4/10 | 17:00 – 21:00

**ΜΟΥΣΙΚΟΧΟΡΕΥΤΙΚΑ
ΔΡΩΜΕΝΑ**

Πλατεία Ιμίων
Σάββατο 3/10 | 18:00

Με τη συμμετοχή του
Εμπορικού Συλλόγου Επαγγελματιών
Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης

Μια πράσινη νησίδα στο κέντρο της Βούλας

Βιοκλιματική αναβάθμιση του πάρκου Εθνικής Αντίστασης

Πολλοί το ονομάζουν «πάρκο του Άη Γιάννη» από την εκκλησία, ή «πάρκο Μικρασιατών» από το μνημείο. Η εντυπωσιακή νησίδα κοινόχρηστου χώρου που προέβλεψαν οι πρώτοι πολεοδόμοι της Βούλας μεταξύ των οδών Αγίου Ιωάννου και Ζεφύρου και ονομάζεται επισήμως πάρκο Εθνικής Αντίστασης, ήταν για τη δημοτική αρχή μια πρόκληση: Το πράσινο είχε ατονίσει, ο εξοπλισμός είχε παλιώσει. Με μια σύγχρονη προσέγγιση, η διοίκηση Κωνσταντέλλου δημιούργησε έναν προσβάσιμο, φιλόξενο, ασφαλή και πολυλειτουργικό άξονα πρασίνου.

Στο πάρκο δημιουργήθηκαν διαδρομές για περίπατο και ποδήλατο, τοποθετήθηκαν περίπου 100 νέα φωτιστικά μειωμένης κατανάλωσης, φυτεύτηκαν 130 νέα δέντρα και 8.500 νέοι θάμνοι, στρώθηκε νέος φυσικός χλοοτάπητας σε μια επιφάνεια 20 στρεμμάτων, ενώ δημιουργήθηκαν και 13 νέες ράμπες και 5 θέσεις στάθμευσης για χρήση από άτομα με αναπηρίες. Στον νέο εξοπλισμό του πάρκου περιλαμβάνονται δεκάδες καθιστικά, κάδοι ακαθαρσιών μικρών ζώων και σταθμοί δεσίματος ποδηλάτων. Το υπαίθριο θέατρο ανακατασκευάστηκε, ενώ ένα υπαίθριο γυμναστήριο περιμένει καθημερινά αθλούμενους. Μεταξύ των καινοτομιών στον σχεδιασμό είναι και η χρήση σύγχρονων εφαρμογών για αποδοτικότερη διαχείριση των φυσικών πόρων με εγκατάσταση συστήματος απομακρυσμένου ελέγχου της άρδευσης.





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



Μεγάλη μείωση δημοτικών τελών φέρνει η ανακύκλωση αποβλήτων



Στα νοικοκυριά της Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης επεκτείνεται το σύστημα «Πληρώνω όσο Πετάω»

Μέχρι σήμερα τα οφέλη από τη διαλογή αποβλήτων στην πηγή και τον περιορισμό των απορριμμάτων που οδεύουν για ταφή ήταν μόνο περιβαλλοντικά για τους ευσυνειδητούς πολίτες. Ήρθε η ώρα η περιβαλλοντική συνείδηση να επιβραβευτεί και υλικά με τη μείωση των δημοτικών τελών καθαριότητας και ηλεκτροφωτισμού στα νοικοκυριά του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, τον πρώτο δήμο της χώρας που εφαρμόζει τη σύγχρονη νομοθεσία. Με απόφασή του στις 31 Αυγούστου 2026, το Δημοτικό Συμβούλιο της πόλης ενέκρινε τον κανονισμό εφαρμογής του πρωτοποριακού συστήματος που δίνει σημαντικά κίνητρα στο διαχωρισμό των αποβλήτων, συνδέοντας για πρώτη φορά τον όγκο των αποβλήτων που «παράγει» ένα νοικοκυριό με το ποσό των τελών διαχείρισης αποβλήτων που χρεώνεται. Πρόκειται για μια ακόμη πρωτοβουλία που εγγράφεται στη διαχρονική στρατηγική του Δήμου για τη «μετάβαση στην κυκλική οικονομία και στο μηδενισμό των αποβλήτων που θα οδηγούνται σε ταφή», όπως σημειώνεται εισαγωγικά στην απόφαση.

Προπληρωμένη σακούλα

Η φιλοσοφία του νέου συστήματος που ονομάζεται «Πληρώνω όσο πετάω» βασίζεται στη σταδιακή αποσύνδεση της χρέωσης των δημοτικών τελών για την καθαριότητα από την επιφάνεια των ακινήτων, όπως ισχύει εδώ και δεκαετίες, και προβλέπει τη ρύθμισή τους βάσει της ποσότητας των παραγόμενων αποβλήτων. Πρόκειται για μια λύση εξορθολογισμού καθώς τα μεγαλύτερα ακίνητα χρεώνονται αδικαιολόγητα πολλά τέλη και αντίστοιχα τα μικρά ακίνητα ανεδαφικά μικρά τέλη, τη στιγμή που η υπηρεσία καθαριότητας κοστίζει στο δημοτικό ταμείο βάσει του όγκου των απορριμμάτων που καλείται να διαχειριστεί. Αυτό που έλειπε μέχρι σήμερα ήταν ένα σύστημα μέτρησης που να εξατομικεύει τα απόβλητα κάθε νοικοκυριού.

Η υιοθέτηση του νέου συστήματος συνδέεται βέβαια με την ανάπτυξη ενός παράλληλου δικτύου εναλλακτικής αξιοποίησης των αποβλήτων. Προϋπόθεση για να μπει ένα νοικοκυριό στο καθεστώς του «Πληρώνω όσο πετάω» είναι να έχει φτάσει στη γειτονιά το σύστημα των καφέ κάδων. Οι καφέ κάδοι που προορίζονται για τα απόβλητα κουζίνας και οι καθιερωμένοι μπλε κάδοι ανακύκλωσης όλων των συσκευασιών, μπορούν να περιορίσουν τις ποσότητες των οικιακών αποβλήτων σε ένα εντυπωσιακά μεγάλο ποσοστό που υπερβαίνει το 70%. Αν αφαιρεθούν αυτά, απομένει για τον πράσινο κάδο των λεγόμενων «συμμείκτων» ένα μικρό μόνο υπόλειμμα από υλικά. Αυτές τις ποσότητες θα μετρά στο εξής ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης για να υπολογίζει ένα κομμάτι από τα δημοτικά τέλη.

Όπως τόνισε ο Δήμαρχος Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, οι δημοτικές υπηρεσίες αναζητήσαν επί μακρόν την καταλ-

ηλότερη τεχνολογία και μέθοδο για την εφαρμογή του συστήματος. Η σχετική τεχνογνωσία υπήρχε ασφαλώς μόνο στο εξωτερικό και η μελέτη και δοκιμή των διαθέσιμων μέσων κατέληξε ότι αντί της ζύγισης, η πιο πρόσφορη λύση είναι αυτή της προπληρωμένης σακούλας με την οποία χρεώνεται ο όγκος. Τα νοικοκυριά θα αγοράζουν από αυτόματους πωλητές στη γειτονιά συγκεκριμένες σακούλες απορριμμάτων, τις μοναδικές που θα αποδέχεται στο εξής η υπηρεσία αποκομιδής. Στο κόστος των σακουλών αυτών θα έχει ενσωματωθεί ένα κομμάτι των δημοτικών τελών. Στόχος είναι η διαλογή των υλικών στο σπίτι, με απόρριψη των υπολειμμάτων της κουζίνας στον καφέ κάδο και των συσκευασιών στον μπλε κάδο, να οδηγεί τα νοικοκυριά στην αραιή χρήση των προπληρωμένων σακουλών για τα σύμμεκτα. Λιγότερες σακούλες στον πράσινο κάδο σημαίνει λοιπόν και μικρότερα έξοδα, το οικονομικό κίνητρο για τη διαλογή στην πηγή και τον περιορισμό των αποβλήτων που καταλήγουν στη χωματερή.

Υποχρέωση από τον νόμο

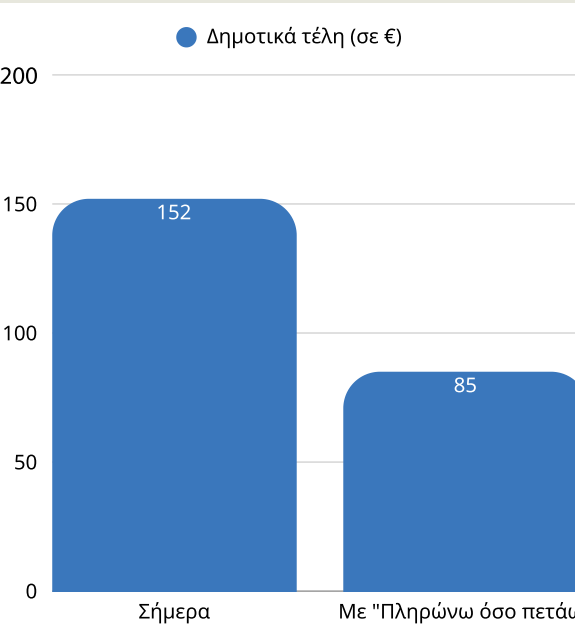
Μπορεί η συγκεκριμένη πρωτοβουλία να φαίνεται πρωτοποριακή – και πράγματι υλοποιείται για πρώτη φορά στη χώρα μας – ωστόσο δεν αποτελεί παρά εφαρμογή της ελληνικής και της κοινοτικής νομοθεσίας. Από το 2021 έχει ψηφιστεί ο νόμος 4819 για τη διαχείριση των αποβλήτων ο οποίος ενσωμάτωσε στο εθνικό δίκαιο ευρωπαϊκές οδηγίες που εκδόθηκαν ήδη το 2018. Σύμφωνα με τον νόμο αυτό, το σύστημα «Πληρώνω όσο πετάω» με το οποίο «οι παραγωγοί αποβλήτων χρεώνονται με βάση την πραγματική ποσότητα των παραγόμενων από αυτούς αποβλήτων» θα είναι υποχρεωτικά εφαρμοστέο από την 1η Ιανουαρίου 2028 σε όλους τους δήμους με πληθυσμό άνω των 20.000 κατοίκων, μεταξύ των οποίων συμπεριλαμβάνεται ασφαλώς και ο Δήμος 3Β. Η χαρακτηριστική καθυστέρηση όλων ανεξαιρέτως των υπόλοιπων Δήμων της χώρας να προσαρμοστούν στη νέα πραγματικότητα και στα περιβαλλοντικά δεδομένα της «ασφυξίας» που δημιουργεί η σημερινή εθνική πολιτική διαχείρισης αποβλήτων, δεν αποτέλεσαν δικαιολογία για τη δημοτική αρχή του Γρηγόρη Κωνσταντέλλου να ολιγωρήσει ή να αδιαφορήσει. Αντίθετα, από την πρώτη σχεδόν ημέρα της θητείας του, το 2015, έθεσε σε πρώτη προτεραιότητα τον συγκεκριμένο τομέα δημοτικής ευθύνης, συνιστώντας την εμπροσθοφυλακή της αυτοδιοίκησης.

Αναμφισβήτητα, πρόκειται για μια πρωτοβουλία που θα φέρει σημαντικές αλλαγές στην καθημερινή διαχείριση ενός νοικοκυριού και σίγουρα θα απαιτήσει μια άβολη περίοδο προσαρμογής. Ωστόσο η αλλαγή των καταναλωτικών συνηθειών και των μοτίβων απόρριψης των αποβλήτων από τα νοικοκυριά είναι μια επιτακτική αναγκαιότητα.

Προπληρωμένες σακούλες

Χωρητικότητα	Τιμή διάθεσης ανά τεμάχιο	Τιμή διάθεσης πακέτου 20 τμχ.
3ο λίτρα	0,005€ / σακούλα	0,10 €
6ο λίτρα	0,01€ / σακούλα	0,20 €

Οι τιμές αφορούν την α' φάση εφαρμογής που θα διαρκέσει μέχρι και την 31η Δεκεμβρίου 2027 που θα αναπροσαρμοστούν με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου



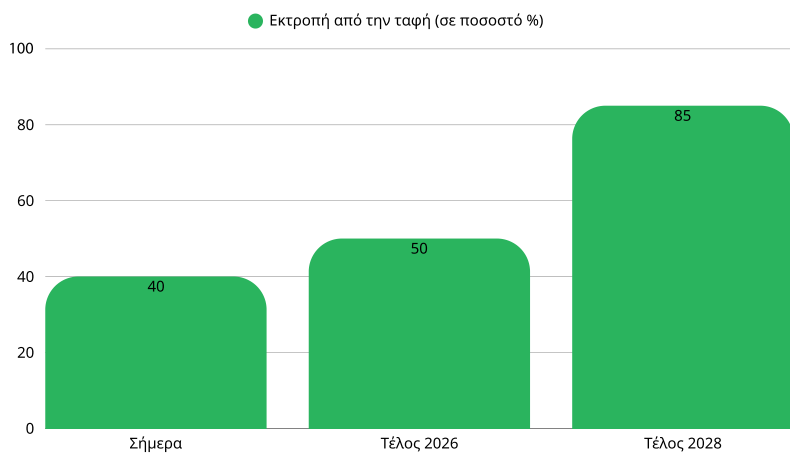
Δημοτικά Τέλη για μια κατοικία 100 τ.μ.

Με το «Πληρώνω όσο πετάω» τα τέλη στον λογαριασμό ηλεκτρικής ενέργειας μειώνονται σχεδόν στο μισό ενώ προστίθεται το κόστος αγοράς της προπληρωμένης σακούλας

Εκτροπή από την ταφή

Η διαλογή στο σπίτι

Τα οικιακά απόβλητα διαχωρίζονται



Στον νόμο 4819, που ψηφίστηκε τον Ιούλιο του 2021 και εναρμονίζει την εθνική νομοθεσία με τις κοινοτικές οδηγίες, αναφέρεται η υποχρέωση όλων των Δήμων με πληθυσμό άνω των 20.000 κατοίκων να εφαρμόσουν το σύστημα «Πληρώνω όσο πετάω» μέχρι την 1η Ιανουαρίου 2028. Ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης κάνει την πιλοτική εφαρμογή για όλη τη χώρα.

Δραστική μείωση δημοτικών τελών

Στόχος του «Πληρώνω όσο πετάω» είναι να αλλάξει μια παγιωμένη νοοτροπία στα νοικοκυριά που οδηγεί σε ένα περιβαλλοντικό αδιέξοδο. Η υιοθέτηση σε κάθε σπίτι μιας πρακτικής κατά την οποία καθημερινά τα απόβλητα διαχωρίζονται σε τουλάχιστον τρία ρεύματα (ανακυκλώσιμες συσκευασίες - υπολείμματα τροφών - λοιπά απόβλητα) έχει ένα άμεσο όφελος για το περιβάλλον, αφού θα οδηγούνται σημαντικά μικρότερες ποσότητες στον πράσινο κάδο και σε ταφή σε μια χωματερή. Έχει όμως και θετικό οικονομικό αποτέλεσμα για τον Δήμο. Για το λόγο αυτό το σχέδιο της δημοτικής αρχής είναι να επωφεληθούν τα νοικοκυριά μέσω της μείωσης των τελών που πληρώνουν.

Με την ένταξη ενός νοικοκυριού στο σύστημα «Πληρώνω όσο πετάω», τα δημοτικά τέλη που χρεώνονται μέσω του λογαριασμού ηλεκτρικού ρεύματος θα πέσουν στο 80% του σημερινού συντελεστή. Στο ποσό αυτό θα γίνει μείωση 20% για τη χρήση του καφέ κάδου. Και μια επιπλέον μείωση 10% για τον διαχωρισμό των ανακυκλώσιμων υλικών με το σύστημα του Δήμου που συγκεντρώνει τα υλικά πόρτα - πόρτα ή σε γωνιές ανακύκλωσης. Το επιπλέον κόστος που θα καλείται κάθε σπίτι να καταβάλλει θα είναι η αγορά των ειδικών σακουλών για τα σύμμεικτα. Κατά την πρώτη φάση εφαρμογής του συστήματος (που εκτείνεται μέχρι το τέλος του 2027) ένα πακέτο με 20 σακούλες των 30 λίτρων θα κοστίζει μόνο 0,10 ευρώ. Με άλλα λόγια, αν ένα νοικοκυριό απορρίπτει μια σακούλα 30 λίτρων συμμεικτων την εβδομάδα (ένας στόχος ρεαλιστικός αν γίνει συστηματικός διαχωρισμός), τότε θα καταβάλλει μόλις 35 λεπτά του ευρώ επιπλέον όλο τον χρόνο.

Με βάση τα σημερινά ισχύοντα, ένα ακίνητο επιφάνειας 100 τ.μ. πληρώνει 152 ευρώ τον χρόνο για δημοτικά τέλη. Το νέο πάγιο τέλος με το «Πληρώνω όσο πετάω» θα διαμορφωθεί στα 121 ευρώ και με τις εκπτώσεις θα φτάσει 85 ευρώ. Με άλλα λόγια τα τέλη στον μηνιαίο λογαριασμό ρεύματος θα μειωθούν από 12,7 ευρώ σε 7 ευρώ. Σε αυτά θα προστεθεί μόνο το κόστος των προπληρωμένων σακουλών που για την εισαγωγική φάση του συστήματος είναι πρακτικά μηδενικό. Αργότερα, θα γίνει αναπροσαρμογή του κόστους με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου.

Στόχος η κατάργηση της ταφής

Το «Πληρώνω όσο πετάω» έχει ήδη δοκιμαστεί σε επιχειρήσεις του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης με μεγάλη επιτυχία. Η επέκταση του προγράμματος δεν είναι μια επικοινωνιακή φωτοβολίδα, αλλά εντάσσεται σε μια πολύ μελετημένη στρατηγική για την εκτροπή των αποβλήτων από την ταφή. Το περιεχόμενο των πράσινων κάδων και τα ογκώδη απορρίμματα που παράγει ο Δήμος μπορούν σε ένα μεγάλο βαθμό να οδηγούνται προς ενεργειακή αξιοποίηση και έτσι να αποφεύγεται η ταφή.

Όπως ενημέρωσε ο Γρηγόρης Κωνσταντέλλος το Δημοτικό Συμβούλιο, το ποσοστό των απορριμμάτων που εκτρέπονται από την ταφή σήμερα υπερβαίνει το 40% και ο στόχος της δημοτικής αρχής είναι οι επιδόσεις αυτές να φτάσουν το 50% μέχρι το τέλος του 2026 και το 85% στο τέλος του 2028. Η επί της ουσίας κατάργηση των δρομολογίων στη χωματερή της Φυλής είναι μια πολύ φιλόδοξη, πλην ρεαλιστική πλέον στόχευση για τον Δήμο. Θα είναι μια τομή που υπερβαίνει τα τοπικά όρια και θα εγγραφεί στα επιτεύγματα μιας αυθεντικά βιώσιμης πόλης.

3^{ος} Βρεφονηπιακός Βούλας

Ξεκινούν οι εγγραφές στον νέο δημοτικό σταθμό της Βούλας

Στην τελική ευθεία βρίσκεται ο 3ος Βρεφονηπιακός Σταθμός Βούλας, στη συμβολή των οδών Αλεξάνδρας και Ηρακλειδών, με τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης να ανοίγει τη διαδικασία εγγραφών για τα παιδιά που θα φιλοξενηθούν στη νέα εκπαιδευτική δομή. Ο σταθμός αναμένεται να είναι έτοιμος να υποδεχθεί τα πρώτα παιδιά μέσα στο φθινόπωρο, σηματοδοτώντας την ολοκλήρωση ενός έργου που χρειάστηκε να περάσει από μια σειρά γραφειοκρατικών διαδικασιών και εγκρίσεων.

Οι αιτήσεις εγγραφής έχουν ήδη ξεκινήσει και αφορούν παιδιά με ημερομηνία γέννησης από 1η Ιανουαρίου 2023 έως και 1η Μαρτίου 2026. Η υποβολή γίνεται αποκλειστικά ηλεκτρονικά, μέσω της πλατφόρμας των δημοτικών βρεφονηπιακών σταθμών, με χρήση κωδικών Taxisnet, ενώ η προθεσμία λήγει την Πέμπτη 29 Οκτωβρίου 2026 τα μεσάνυχτα. Τα απαιτούμενα δικαιολογητικά και τα σχετικά έντυπα είναι αναρτημένα στην πλατφόρμα του Δήμου. Η έναρξη των εγγραφών ουσιαστικά σηματοδοτεί και την αντίστροφη μέτρηση για τη λειτουργία της νέας δομής, η οποία έρχεται να ενισχύσει σημαντικά τις διαθέσιμες θέσεις για βρέφη και νήπια στη Βούλα.

Το κτίριο έχει σχεδιαστεί από τον Δήμο με βάση τις αρχές της βιοκλιματικής αρχιτεκτονικής και της ενεργειακής αυτονομίας, με στόχο τη δημιουργία μιας σύγχρονης και λειτουργικής υποδομής. Με την ολοκλήρωση του έργου θα διαθέτει φωτοβολταϊκά συστήματα, γεωθερμία, φυτεμένα δώματα και συστήματα συλλογής και αξιοποίησης βρόχινου νερού. Παράλληλα, η ειδική θερμομόνωση και ο σχεδιασμός των ανοιγμάτων έχουν προβλεφθεί ώστε να περιορίζεται η ενεργειακή κατανάλωση και να διαμορφώνονται καλύτερες συνθήκες στους εσωτερικούς χώρους. Ιδιαίτερη έμφαση έχει δοθεί και στην αυλή του σταθμού. Προβλέπεται ένας οργανωμένος εξωτερικός χώρος



με πράσινο, διαδραστικά και εκπαιδευτικά παιχνίδια, αλλά και ειδικές κατασκευές σκίασης, ώστε τα παιδιά να μπορούν να χρησιμοποιούν τον χώρο με ασφάλεια και άνεση. Η πορεία μέχρι την ολοκλήρωση του σταθμού δεν ήταν χωρίς εμπόδια, καθώς απαιτήθηκε η ολοκλήρωση μιας σειράς γραφειοκρατικών διαδικασιών και εγκρίσεων. Οι διαδικασίες αυτές πλέον έχουν ξεπεραστεί και το έργο βρίσκεται στο τελευταίο στάδιο πριν από την έναρξη λειτουργίας του. Για πληροφορίες και διευκρινίσεις οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στο Γραφείο Προϊσταμένης Δημοτικών Βρεφονηπιακών Σταθμών στα τηλέφωνα 210 8953756 και 211 1109115.



**PUBLIC
SOFT.**
CUSTOM MADE SOLUTIONS





Βρίσκουμε Λύσεις Σήμερα,

Τι προσφέρουμε;

- ✓ **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 υποτίτλισμού με την χρήση AI

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΔΗΜΟΣΙΟΥΣ ΦΟΡΕΙΣ



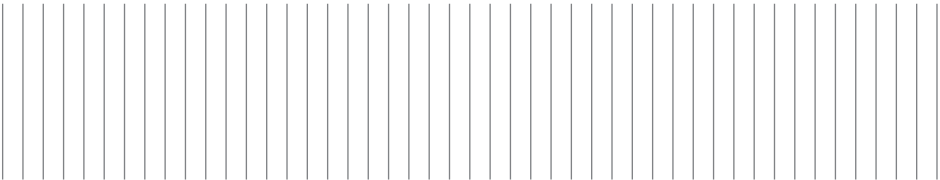
www.publicsoft.gr | Τηλ.: 211 18 25567 | info@publicsoft.gr



The Ultimate Fine Dining Experience



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



ΑΠΟΛΛΩΝΟΣ 28, ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ
RSV: 2108963747



Η κβαντική φυσική στην υγεία

Μύθοι και πραγματικότητα

Γράφει ο **Αθανάσιος Μανώλης**

Αν βάλουμε τη λέξη «κβαντική ιατρική» στη *Wikipedia*, θα σας απαντήσει ότι δεν υπάρχει τέτοιος όρος. Αυτό είναι κάτι που εκμεταλλεύονται κάποιοι αεριτζήδες γιατροί και όχι μόνο, που ούτε καν ξέρουν τι σημαίνει αυτό, για να εξαπατήσουν αφελείς για οικονομικούς και όχι μόνο λόγους. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, οι μη μεταδοτικές νόσοι ευθύνονται για το 71% των θανάτων παγκοσμίως, δείχνοντας την επιτακτική ανάγκη για προηγμένες διαγνωστικές μεθόδους και θεραπείες. Οι κλασικές θεραπείες έχουν βοηθήσει στη μείωση της νοσηρότητας και θνητότητας, αλλά υπάρχουν και αρκετά θέματα που μένει ακόμη να κατανοήσουμε για να θεραπεύσουμε αποτελεσματικότερα τις παθήσεις. Εδώ έρχεται η συνεργασία της κβαντικής φυσικής και της ιατρικής. Για το 2028 υπολογίζεται ότι οι εταιρείες ιατρικής τεχνολογίας θα επενδύσουν περίπου 1 δισ. στο χώρο αυτό.

Κβαντική φυσική και κβαντική ιατρική είναι διαφορετικά πράγματα. Σήμερα υπάρχει η κβαντική φυσική που έχει και εφαρμογή στην ιατρική, αλλά αυτό είναι θέμα με το οποίο ασχολούνται επιστήμονες υψηλού επιπέδου σε πανεπιστήμια όπως το MIT κλπ. και όχι γιατροί σε ιδιωτικά ιατρεία στην Ελλάδα. Ο όρος «κβαντική ιατρική» (quantum medicine) χρησιμοποιείται με διαφορετικές σημασίες και εδώ χρειάζεται μια σημαντική διάκριση. Συνήθως ο όρος χρησιμοποιείται για προσεγγίσεις που αξιοποιούν έννοιες από την κβαντική φυσική για να εξηγήσουν ή να επηρεάσουν τον ανθρώπινο οργανισμό – για παράδειγμα μέσω «ενεργειακών πεδίων», συχνοτήτων, βιοφωτονίων ή συσκευών που υποτίθεται ότι ανιχνεύουν ή διορθώνουν «κβαντικές» ανωμαλίες. Όμως, το ότι μια μέθοδος χρησιμοποιεί τη λέξη quantum δεν σημαίνει ότι αποτελεί κλάδο της σύγχρονης ιατρικής ή ότι έχει αποδειχθεί η θεραπευτική αποτελεσματικότητά της.

Η κβαντική φυσική μας δείχνει πώς ένας γιατρός και ένας υψηλού επιπέδου μηχανικός υπολογιστών μπορούν να συνεργαστούν για μία μελλοντική επανάσταση στην ιατρική. Σήμερα υπάρχουν εφαρμογές της κβαντικής φυσικής στην ιατρική, όπως: MRI (μαγνητική τομογραφία), που βασίζεται σε φαινόμενα πυρηνικού μαγνητικού συντονισμού και μπορεί π.χ. να αναγνωρίσει έγκαιρα ένα όγκο και να θεραπευτεί επιτυχώς. Laser στην ιατρική και τη χειρουργική. Ακτινοθεραπεία και πυρηνική ιατρική. PET, όπου χρησιμοποιούνται φυσικά φαινόμενα που σχετίζονται με ποζιτρόνια και εκπομπή φωτονίων. Έρευνα σε κβαντική βιολογία, έναν πραγματικό αλλά εξειδικευμένο ερευνητικό τομέα που εξετάζει αν κβαντικά φαινόμενα παίζουν ρόλο σε συγκεκριμένες βιολογικές διαδικασίες. Ας απαντήσουμε σε κάποιες ερωτήσεις για να κατανοήσουμε κάποια πράγματα:

Πού έχει εφαρμογή η κβαντική ιατρική; Η κβαντική φυσική κυρίως στο χώρο της υγείας εστιάζει στην πρώιμη διάγνωση, σε προηγμένες διαγνωστικές τεχνικές και σε εξατομίκευση της θεραπείας. Αυτό μας επιτρέπει υψηλού επιπέδου διαγνωστική ικανότητα και μοριακού επιπέδου αναλύσεις. Επίσης, στο μέλλον θα μας δώσει τη δυνατότητα για στοχευμένες θεραπείες, οι οποίες θα είναι πιο αποτελεσματικές και ταυτόχρονα θα μειώνουν τις ανεπιθύμητες ενέργειες. Η κβαντική στοχευμένη θεραπεία θα βελτιώσει την αντιμετώπιση νευρολογικών παθήσεων, καρκίνου και αναγεννητικών παθήσεων.

Σε τι διαφέρει η κβαντική από την παραδοσιακή ιατρική; Η παραδοσιακή ιατρική βασίζεται σε βιοχημικούς και παθοφυσιολογικούς μηχανισμούς, κλασικές θεραπείες και τις κλασικές διαγνωστικές εξετάσεις. Η εφαρμογή της κβαντικής φυσικής στην ιατρική θα έχει το πλεονέκτημα να αναλύσει σύμπλοκες αλληλοεπιδράσεις βιοχημικών μεταβολών σε μοριακό επίπεδο. Σε αντίθεση με τις παραδοσιακές θεραπείες που πρότειναν το μοντέλο μία θεραπεία για όλους, οι κβαντικοί αλγόριθμοι θα βελτιώσουν την προσωπική επιλογή θεραπείας για κάθε ασθενή με βάση το γενετικό και μοριακό προφίλ του κάθε ασθενούς.



Στη χώρα μας διάφοροι αεριτζήδες με την ανοχή του Ιατρικού Συλλόγου πλασάρονται ως κβαντικοί γιατροί και εξαπατούν τους ασθενείς

Τι ρόλο θα παίξουν οι κβαντικοί υπολογιστές στην κβαντική ιατρική στο μέλλον; Οι κβαντικοί υπολογιστές θα επιταχύνουν την ανακάλυψη νέων φαρμάκων, δουλεύοντας με μεγαλύτερη ταχύτητα από τους κλασικούς υπολογιστές. Οι κβαντικοί αλγόριθμοι θα βελτιώσουν τη γενετική προσέγγιση, εξατομικευμένη θεραπεία, έγκαιρη διάγνωση των ασθενειών και στοχευμένες θεραπείες. Ταυτόχρονα, αυτές οι μηχανές θα βελτιώσουν την ακτινοδιαγνωστική και την παρακολούθηση των ασθενών σε πραγματικές συνθήκες.

Η κβαντική φυσική στο χώρο της υγείας εστιάζει στην πρώιμη διάγνωση, σε προηγμένες διαγνωστικές τεχνικές και σε εξατομίκευση της θεραπείας

Τι είναι οι κβαντικές τελείες και πώς θα χρησιμοποιηθούν στην ιατρική; Οι κβαντικές τελείες (quantum dots) είναι πολύ μικροί ημιαγώγιμοι νανοκρυσταλλοί, οι οποίοι στην ιατρική χρησιμοποιούνται στη βιοαπεικόνιση, στοχευμένη θεραπεία και ανίχνευση του καρκίνου. Οι μοναδικές τους ιδιότητες τις κάνουν ιδανικές για πολύ προηγμένες απεικονιστικές τεχνικές, επιτρέποντας στους ερευνητές να στοχεύσουν κυτταρικές και μοριακές δραστηριότητες με μεγάλη ακρίβεια. Αυτό θα βοηθήσει στην ανακάλυψη νέων φαρμάκων για τον καρκίνο στοχεύοντας μόνο στα καρκινικά κύτταρα και αποφεύγοντας τη βλάβη στους άλλους ιστούς.

Θα μπορέσει η ιατρική βασισμένη στην κβαντική φυσική να χρησιμοποιηθεί στη θεραπεία χρόνιων παθήσεων; Ναι, θα μπορέσει σαφώς να βοηθήσει σε νόσους όπως ο καρκίνος, νευρικές παθήσεις, καρδιαγγειακές παθήσεις, Alzheimer και Parkinson, με την έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία.

Νομίζω ότι γίνεται κατανοητό από το άρθρο μου ότι τα επόμενα χρόνια περιμένουμε μία επανάσταση στο χώρο αυτό. Η επανάσταση θα έλθει από πολύ υψηλού επιπέδου επιστήμονες που δουλεύουν σε μεγάλα ερευνητικά κέντρα του εξωτερικού που επενδύουν πολλά εκατομμύρια στο χώρο αυτό. Φυσικά η επανάσταση αυτή έχει ...έλθει ήδη στη χώρα μας όπου διάφοροι αεριτζήδες, λυπάμαι που το λέω, με την ανοχή του Ιατρικού Συλλόγου πλασάρονται ως κβαντικοί γιατροί και εξαπατούν τους ασθενείς.

Ο Αθανάσιος Μανώλης είναι Διευθυντής της Β' καρδιολογικής κλινικής του Νοσοκομείου Μετροπόλιταν, καθηγητής υπέρτασης στο Πανεπιστήμιο της Βοστώνης και τ. Διευθυντής καρδιολογικής κλινικής του Ασκληπιείου Νοσοκομείου Βούλας



Γράφει ο
Βύρων Τομάζος

Μηχανολόγος.
Email:
btomazos@gmail.com

Ανθίζοντας στο γύψο

Στη Χίο φέτος, η οικογενειακή μας φίλη Νατάσα Τριανταφύλλη και ο Στάθης Καλύβας παρουσίασαν το βιβλίο τους *Big Bang 1970-1973 - Η άνθηση του πολιτισμού στα χρόνια της δικτατορίας* (εκδ. Μεταίχμιο, 2025) και με προσκάλεσαν να παρευρεθώ. Δέχτηκα με μεγάλο ενδιαφέρον, κυρίως εξαιτίας του τίτλου. Ο τίτλος, όπως λέμε και στη Χίο, «κάνει μπαμ». Για μένα, τουλάχιστον, ήταν πρωτάκουστο να συνδέεται η περίοδος της δικτατορίας με μια άνθηση του πολιτισμού. Για την οικονομία, τη ναυτιλία και την επιχειρηματικότητα είχα διαφορετική εικόνα, γιατί έζησα από κοντά την εντυπωσιακή ανάπτυξη εκείνων των χρόνων, ιδιαίτερα στη ναυτιλία και τη ναυπηγοεπισκευή. Για τον πολιτισμό, όμως, δεν είχα ποτέ σκεφτεί το θέμα με αυτόν τον τρόπο. Γνώριζα ότι η δικτατορία των συνταγματαρχών είχε βάλει την ελληνική κοινωνία «στο γύψο», δεν ήξερα όμως, ότι η τέχνη είχε βρει τον τρόπο να σπάσει το καλούπι.



Η ανελευθερία και η λογοκρισία καταπιέζουν τη δημιουργία, αλλά μπορούν συγχρόνως να προκαλέσουν αντίδραση

είναι η περίπτωση του τραγουδιού. Το ελληνικό έντεχνο και λαϊκό τραγούδι των δεκαετιών του '60 και του '70 έφθασε σε εξαιρετικά υψηλό επίπεδο. Θεοδωράκης, Μαρκόπουλος, Μαμαγκάκης, Λεοντής, Σαββόπουλος και πολλοί άλλοι δημιούργησαν έργα που άντεξαν στον χρόνο.

Το κεφάλαιο για τις εικαστικές τέχνες μου θύμισε και μια προσωπική ιστορία. Παρεμπιπτόντως, η χούντα έκανε και εμένα –κατά κάποιον τρόπο– εικαστικό! Μαζί με τον τότε συντάιρό μου, ο οποίος είχε πάθος με την τέχνη, ανοίξαμε μια γκαλερί στο Κολωνάκι και μάλιστα είχαμε μεγάλη επιτυχία. Έτσι άρχισα κι εγώ να παρατηρώ και να καταλαβαίνω καλύτερα τα έργα τέχνης. Υπήρξε, όμως, εκείνα τα χρόνια και ένα άλλο «Big Bang», το οποίο έζησα πολύ πιο άμεσα: αυτό της ναυτι-

λίας και της ναυπηγοεπισκευαστικής βιομηχανίας. Μεγάλος αριθμός ελληνικών ναυτιλιακών επιχειρήσεων που δραστηριοποιούνταν στο εξωτερικό εγκαταστάθηκε στον Πειραιά. Η Ακτή Μιαούλη γέμισε ναυτιλιακά γραφεία και ο Πειραιάς άρχισε να θυμίζει ένα μικρό Λονδίνο. Σημαντικό ρόλο έπαιξε το ειδικό θεσμικό και φορολογικό πλαίσιο που προσέφερε κίνητρα για την εγκατάσταση ναυτιλιακών εταιρειών στην Ελλάδα. Παράλληλα δόθηκε μεγάλη ώθηση στη ναυπηγοεπισκευή. Η χρηματοδότηση κατασκευών και μετασκευών πλοίων έγινε ευκολότερη μέσω κρατικών εγγυήσεων προς τις τράπεζες. Για εμάς που εργαζόμασταν στον κλάδο, αυτό δημιούργησε μια πραγματική έκρηξη εργασιών, από το οποίο ωφελήθηκε φυσικά και η δική μας εταιρεία.

Γιατί όμως συνέβησαν όλα αυτά; Κατά τη γνώμη μου, ένας παράγοντας ήταν η ισχυρή οικονομική ανάπτυξη της εποχής. Η οικονομική ευημερία δημιουργεί ευνοϊκό έδαφος και για τις τέχνες. Μου έρχεται στο μυαλό το λατινικό *primum vivere, deinde philosophari*: πρώτα να ζεις και ύστερα να φιλοσοφείς. Υπήρχε όμως και ένας δεύτερος, αντίθετος παράγοντας. Η ανελευθερία και η λογοκρισία καταπιέζουν τη δημιουργία, αλλά μπορούν συγχρόνως να προκαλέσουν αντίδραση. Ο καλλιτέχνης, όταν δεν μπορεί να μιλήσει ευθέως, αναζητεί άλλους δρόμους: τη μεταφορά, τον υπαινιγμό, την ποίηση, το θέατρο, τη μουσική. Δεν θα ήταν, λοιπόν, σωστό να πούμε ότι η πολιτιστική άνθηση συνέβη επειδή υπήρχε δικτατορία. Συνέβη κατά τη διάρκεια της δικτατορίας – και αυτή είναι μια ουσιαστική διαφορά.

Ίσως, τελικά, εδώ βρίσκεται και το ενδιαφέρον του βιβλίου. Η Ιστορία δεν είναι πάντοτε μαύρη ή άσπρη. Μπορεί ένα καθεστώς να είναι ανελεύθερο και η κοινωνία κάτω από αυτό να εξακολουθεί να δημιουργεί. Μπορεί να υπάρχει λογοκρισία και ταυτόχρονα να γεννιούνται σπουδαία τραγούδια, βιβλία και έργα τέχνης. Η αναγνώριση του ενός δεν σημαίνει δικαιολόγηση του άλλου.

Και επιστρέφω στον Ηράκλειτο: μέσα σε αυτό που αρχικά φαίνεται αντιφατικό και χαώδες μπορεί να υπάρχει μια βαθύτερη τάξη που δεν είχαμε διακρίνει. Πιθανόν αυτή να είναι η μεγαλύτερη αρετή του *Big Bang 1970-1973*: δεν μας ζητά να αλλάξουμε την κρίση μας για τη δικτατορία. Μας καλεί, όμως, να ξανακοιτάξουμε μια εποχή που νομίζαμε ότι ξέρουμε καλά και να δεχτούμε ότι η Ιστορία είναι συχνά πολύ πιο σύνθετη από τις βεβαιότητες της μνήμης μας.

**Μπορεί
ένα καθεστώς
να είναι
ανελεύθερο
και η κοινωνία
κάτω από αυτό
να εξακολουθεί
να δημιουργεί.
Μπορεί
να υπάρχει
λογοκρισία
και ταυτόχρονα
να γεννιούνται
σπουδαία
τραγούδια,
βιβλία και έργα
τέχνης.
Η αναγνώριση
του ενός
δεν σημαίνει
δικαιολόγηση
του άλλου**

Μέσα από 716 σελίδες γεμάτες ντοκουμέντα και ζωντανές μαρτυρίες, το βιβλίο αυτό έρχεται να φωτίσει ένα πραγματικά ιστορικό παράδοξο. Η επταετία 1967-1974 έχει καταγραφεί στη μνήμη μας ως μια σκοτεινή περίοδος φόβου, λογοκρισίας και πολιτικής καταπίεσης – μια εικόνα που αναμφίβολα έχει στέρεες ιστορικές βάσεις. Οι συγγραφείς, ωστόσο, μας προσκαλούν να κάνουμε ένα βήμα παραπέρα και να αντικρίσουμε μια άλλη, λιγότερο φωτισμένη όψη εκείνης της εποχής. Υποστηρίζουν ότι ιδιαίτερα την περίοδο 1970-1973 σημειώθηκε στην Ελλάδα μια εξαιρετικά έντονη πολιτιστική δραστηριότητα. Μέσα σε ένα ανελεύθερο πολιτικό περιβάλλον, τα γράμματα και οι τέχνες όχι μόνο δεν εξαφανίστηκαν, αλλά παρουσίασαν αξιοσημείωτη δημιουργικότητα. Εκδόθηκαν σημαντικά βιβλία, πολλαπλασιάστηκαν βιβλιοπωλεία και εκδοτικοί οίκοι, κυκλοφόρησαν δίσκοι που ακούμε ακόμη και σήμερα, εμφανίστηκαν νέες μορφές θεάτρου και κινηματογράφου και αναπτύχθηκαν οι εικαστικές τέχνες.

Μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση ότι στις πρώτες σελίδες του βιβλίου οι συγγραφείς επέλεξαν μια φράση του Ηράκλειτου: «Ὡσπερ σάρμα εἰκὴ κεχυμένων ὁ κάλλιστος [...] κόσμος». Σε ελεύθερη απόδοση, «ακόμη και εκεί όπου τα πράγματα φαίνονται σκορπισμένα και χαοτικά, μπορεί να κρύβεται μια βαθύτερη τάξη και αρμονία». Ίσως είχαν κατά νου και το ίδιο το πολυσέλιδο έργο τους: εκατοντάδες πρόσωπα, γεγονότα, τραγούδια, βιβλία, ταινίες, παραστάσεις και εκθέσεις, που τελικά συνθέτουν μια συνολική εικόνα.

Στις σελίδες του συναντάμε σχεδόν όλα τα μεγάλα ονόματα της εποχής: τον Διονύση Σαββόπουλο, τη Μαρινέλλα, τον Κώστα Ταχτσή, τον Θόδωρο Αγγελόπουλο, τη Μαρίζα Κωχ, τον Λεωτέρη Παπαδόπουλο, τον Μάνο Χατζιδάκι, τον Μάνο Κατράκη, τον Θάνο Μικρούτσικο και φυσικά, τον Μίκη Θεοδωράκη, στον οποίο αφιερώνονται περισσότερες από εκατό σελίδες.

Το βιβλίο αναζητά τα επιμέρους «Big Bang» στα γράμματα, στο θέατρο, στον κινηματογράφο, στο τραγούδι και στις εικαστικές τέχνες. Στο θέατρο εμφανίζονται νέες τάσεις: πολιτικό θέατρο, θέατρο-ντοκουμέντο, ανανέωση της ελληνικής δραματουργίας και επιστροφή στις ρίζες. Στον κινηματογράφο αναδύεται αυτό που αργότερα θα ονομαστεί Νέος Ελληνικός Κινηματογράφος. Ακόμη εντυπωσιακότερη

Βουλιαγμένη**Πανελλήνιο πρωτάθλημα μαραθώνιας κολύμβησης****Εξαιρετικές επιδόσεις στη διοργάνωση της ΚΟΕ**

Στις εγκαταστάσεις του Ναυτικού Ομίλου Βουλιαγμένης διεξήχθη το τριήμερο 25-27 Σεπτεμβρίου το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κολύμβησης Μαραθώνιας - Μεγάλων Αποστάσεων Ανδρών - Γυναικών, νέων Ανδρών - νέων Γυναικών (Κ18/Κ19), εφήβων - νεανίδων (Κ16/Κ17) και παιδών - κορασίδων (Κ14/15). Συμμετείχαν οι κορυφαίοι πρωταθλητές και πρωταθλήτριες του αθλήματος, οι οποίοι τη χρονιά που διανύουμε πρωταγωνίστησαν σε κορυφαίες διοργανώσεις σε όλο τον πλανήτη.

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κολύμβησης Μαραθώνιας - Μεγάλων Αποστάσεων και το αγώνισμα των 5χλμ, ο Άλκης Κυνηγάκης (Ολυμπιακός) κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο για 11η φορά στην καριέρα του με 55.35.8 και ο Κωνσταντής Χουρδάκης (Ολυμπιακός) τερμάτισε δεύτερος με 55.35.9. Τρίτος ήταν ο Αντώνης Σερζετάκης (Ωρίων Ηρακλείου) με 55.38.0. Στις γυναίκες, επικράτησε άνετα το μεγάλο φαβορί, η Γεωργία Μακρή (ΚΟΠ Γλαύκος) που με επίδοση 1:01.07.1 αναδείχθηκε πρωταθλήτρια Ελλάδας για 4η φορά στην καριέρα της. Τις υπόλοιπες δυο θέσεις του βάθρου διεκδίκησαν τρία κορίτσια, και αυτή που έμεινε 4η με 1:01.21.9 ήταν η Σοφία Ολίβια Κάρρας (ΑΟΠ Φαλήρου). Δεύτερη ήταν η Αντωνία Ρακοπούλου (Ολυμπιακός) με 1:01.21.4 και τρίτη η Ειρήνη Ψαρουδάκη (Ωρίων Ηρακλείου) με 1:01.21.7.

Την δεύτερη μέρα του Πανελλήνιου Πρωταθλήματος Μαραθώνιας Κολύμβησης - Μεγάλων Αποστάσεων στη Βουλιαγμένη, οι κολυμβητές και οι κολυμβήτριες είχαν να αντιμετωπίσουν εκτός από τον συναγωνισμό των αγωνισμάτων τους και το ψιλόβροχο, αλλά και έναν ελα-



φρύ κυματισμό. Στα 3χλμ knockout sprint, ο Δημήτρης Μάρκος (ΠΑΟΚ) επικράτησε στους άνδρες με 5:10.9, ενώ δεύτερος ήταν ο Άλκης Κυνηγάκης (Ολυμπιακός) με 5:11.8 και τρίτος ο Αντώνης Σερζετάκης (Ωρίων Ηρακλείου) με 5:12.8. Στις γυναίκες, μεγάλη νικήτρια αναδείχθηκε η Γεωργία Μακρή (ΚΟΠ Γλαύκος), η οποία τερμάτισε σε 5:49.8. Την δεύτερη θέση κατέλαβε η Μαρία Γκάζγκα (ΑΟΠ Φαλήρου) με 5:51.5 και την τρίτη η Ειρήνη Ψαρουδάκη με 5:52.3 (Ωρίων Ηρακλείου).

Στο αγώνισμα των 4Χ1.500μ πρώτη ήταν η ομάδα του Ολυμπιακού, με τους Άλκη Κυνηγάκη, Κωνσταντή Χουρδάκη, Αντωνία Ρακοπούλου και Κατερίνα Χρόνη στην σύνθεσή της, οι οποίοι τερμάτισαν σε 1:05:05.2. Ακολούθησε το Παλιό Φάληρο με 1:05:18.7 (Θεοφιλοπούλος, Καρράς, Γκάζγκα, Πετράκης), ενώ στην τρίτη θέση ήταν ο ΚΟΠ Γλαύκος με 1:08:26.3 (Μακρή, Κανόγκα, Ναζίρης



Σιαμέλης, Χριστοδούλου). Ο Ολυμπιακός εξασφάλισε την πρώτη θέση στη γενική βαθμολογία του Πανελλήνιου Πρωταθλήματος Μαραθώνιας Κολύμβησης - Μεγάλων Αποστάσεων, συγκεντρώνοντας 84 βαθμούς και πανηγύρισε τον ενδέκατο τίτλο του στη διοργάνωση.

Στα 10χλμ των ανδρών, το χρυσό μετάλλιο κατέκτησε ο Άλκης Κυνηγάκης (Ολυμπιακός) που ολοκλήρωσε την κούρσα του σε χρόνο 1:41:10.7, αφήνοντας δεύτερο τον Κωνσταντή Χουρδάκη (Ολυμπιακός), ο οποίος τερμάτισε σε 1:41:17.3. Στην τρίτη θέση βρέθηκε ο Άγγελος Χριστοδούλου (ΚΟΠ Γλαύκος) με επίδοση 1:41:17.5. Στα 10χλμ των γυναικών, την πρώτη θέση κατέλαβε η Σοφία Ολίβια Κάρρας (ΑΟΠ Φαλήρου) με χρόνο 1:54:06.9, ενώ στη δεύτερη ακολούθησε η Μαρία Γκάζγκα (ΑΟΠ Φαλήρου) με 1:54:16.6. Την τριάδα συμπλήρωσε η Κατερίνα Χρόνη (Ολυμπιακός) με 1:54:50.9.

Γιώργος Μαυρωτάς από το Δουβλίνο**Άσκηση και εθελοντισμός για όλους**

Στο Δουβλίνο βρέθηκε ο Βουλιαγμενιώτης γ.γ. Αθλητισμού Γιώργος Μαυρωτάς στις 21 Σεπτεμβρίου, στο πλαίσιο της Συνόδου των Γενικών Γραμματέων Αθλητισμού των χωρών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Τα δύο κύρια θέματα που βρέθηκαν στο επίκεντρο των εργασιών ήταν η προώθηση της υγείας του πληθυσμού μέσω της φυσικής δραστηριότητας και η κοινωνική διάσταση του αθλητισμού μέσα από τον εθελοντισμό. Στην παρέμβασή του, ο Γιώργος Μαυρωτάς υπογράμμισε τη σημασία της άσκησης για την προαγωγή της δημόσιας υγείας. Αναφέρθηκε στα δημοφιλή προγράμματα «Άθλησης για Όλους», στη στοχευμένη πρωτοβουλία για την αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας, καθώς και στο καθιερωμένο πρόγραμμα κολύμβησης στα σχολεία. Ειδική αναφορά έκανε στο πρόγραμμα «Δημήτριος Βικέλας», το οποίο εμπνέει τους μικρούς μαθητές να αγαπήσουν τον αθλητισμό και να μυηθούν στις αξίες του. Παράλληλα, επεσήμανε τον σημαντικό ρόλο των δράσεων του προγράμματος «#Beactive», την ανάπτυξη του εργασιακού αθλητισμού και του αθλητισμού βετεράνων.

Σε ό,τι αφορά την προώθηση του εθελοντισμού, ο γ.γ. Αθλητισμού έκανε σαφή διαχωρισμό ανάμεσα στους εθελοντές διαρκείας (όπως τα στελέχη και οι παράγοντες στα σωματεία) και στους εθελοντές μιας μεμονωμένης διοργάνωσης. Παρουσίασε



το πλαίσιο που έχει διαμορφωθεί με την πρόσφατη νομοθεσία, καθώς και τον σχεδιασμό για τη δημιουργία δικτύου και μητρώου εθελοντών, με στόχο την καλύτερη διαχείριση της προσφοράς και της ζήτησης σε αθλητικές διοργανώσεις. Στο πεδίο των κινήτρων, πρότεινε τη ρητή δημιουργία ειδικού πεδίου για δράσεις εθελοντισμού στο πρότυπο του Europass CV.

Έτρεξαν για τα παιδιά με αναπηρίες

Δρομικός αγώνας με μήνυμα συμπερίληψης στο ΠΙΚΠΑ Βούλας

Περισσότεροι από 750 άνθρωποι κάθε ηλικίας έδωσαν το «παρών» και στη φετινή, τέταρτη, διοργάνωση με τίτλο «Τρέχουμε για τα Παιδιά με Αναπηρία», μετατρέποντας για ακόμη μία χρονιά τον χώρο του Παραρτήματος Αποκατάστασης και Αποθεραπείας Παιδιών με Αναπηρία Βούλας (το γνωστό πρώην ΠΙΚΠΑ) σε σημείο συνάντησης του αθλητισμού, της συμπερίληψης και της αλληλεγγύης. Η διοργάνωση πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 19 Σεπτεμβρίου με τη συμμετοχή αθλητών, οικογενειών, εργαζομένων, εθελοντών και των ίδιων των παιδιών της δομής με τους φροντιστές τους. Ήταν ένα δρομικό ραντεβού που έδωσε για ακόμη μία φορά την ευκαιρία στους συμμετέχοντες να γνωρίσουν από κοντά το έργο της δομής της Βούλας και να μοιραστούν μια διαφορετική αθλητική εμπειρία μέσα στις εγκαταστάσεις του.

Τη διοργάνωση έφεραν σε πέρας το Κέντρο Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Αττικής και ο Σύλλογος Ιωνάς ΑμεΑ, υπό την αιγίδα του υπουργείου Κοινωνικής Συνοχής και Οικογένειας. Όλα τα έσοδα από τις συμμετοχές των δρομέων προορίζονται για την ενίσχυση του παραρτήματος και της διαβίωσης των παιδιών. Η διαδρομή μέσα στις εγκαταστάσεις της δομής έδωσε στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να γνωρίσουν έναν χώρο που δεν είναι ανοιχτός καθημερινά στο κοινό, αλλά και να έρθουν πιο κοντά στα παιδιά και στο έργο που επιτελείται εκεί. Παράλληλα, η διοργάνωση ανέδειξε την ανάγκη για μεγαλύτερη εξωστρέφεια, εθελοντική προσφορά και στήριξη των παιδιών που διαμένουν στο ΠΙΚΠΑ Βούλας. Ιδιαίτερα σημαντική ήταν η ενεργή παρουσία των ίδιων των παιδιών καθ' όλη τη διάρκεια της εκδήλωσης. Αρχικά παρακολούθησαν τους αγώνες και χειροκρότησαν τις προσπάθειες των αθλητών, ενώ στη συνέχεια συμμετείχαν στη διαδρομή των 800 μέτρων μαζί με τους συνοδούς τους, μια διαδρομή που μοιράστηκαν με δεκάδες νευροτυπικά παιδιά. Στη διαδρομή βρέθηκαν, μεταξύ άλλων, εργαζόμενοι και εθελοντές του φορέα, δίνοντας το δικό τους μήνυμα στήριξης στη διοργάνωση.

Στο αγωνιστικό μέρος, στα 5 χιλιόμετρα, πρώτος στους άνδρες τερμάτισε ο Σπύρος Τσεκούρας, δεύτερος ο Παναγιώτης Αλεβίζος, αθλητής με αναπηρία του Παρατριάθλου, και τρίτος ο Νικόλας Τσιρδήμος. Στις γυναίκες, πρώτη ήταν η Μάρθα Γιαννακοπούλου,



Την ίδια διαδρομή μοιράστηκαν άτομα με αναπηρίες σε τροχήλατα, αθλητές του στίβου, αθλούμενοι, παιδιά με αναπηρίες και νευροτυπικά παιδιά, σε μια γιορτή της αποϊδρυματοποίησης για το άνοιγμα της δομής στην κοινωνία

δεύτερη η Μαρία Τοκάρσκα και τρίτη η Μαριάννα Βλαχογιάννη. Στα 2,5 χιλιόμετρα, στους άνδρες πρώτος τερμάτισε ο Γιώργος Τριαντάφυλλου, δεύτερος ο Θανάσης Αθανασόπουλος και τρίτος ο Κίμων Τζιοέ. Στις γυναίκες, πρώτη ήταν η Βικτώρια Μαχαίρα, δεύτερη η Μαρία Τσιρίκου και τρίτη η Βίκυ Ναούμ. Στις απονομές συμμετείχαν εκ μέρους του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης η αντιδήμαρχος Μαίρη Φουρναράκη και η δημοτική σύμβουλος Άρτεμις Σαχατζιάν. Η τέταρτη διοργάνωση ολοκληρώθηκε με την ανανέωση του ραντεβού για το 2027, με στόχο η δρομική συμμετοχή και η στήριξη προς τα παιδιά με αναπηρία να είναι ακόμη μεγαλύτερες.

Xterra Greece Open Water

Κολυμβητικό ραντεβού με φόντο την Υδρούσα



Η θάλασσα της Βούλας γίνεται και φέτος το σκηνικό για έναν από τους αγώνες κολύμβησης ανοιχτής θάλασσας που έχουν πλέον αποκτήσει σταθερή θέση στο αθλητικό ημερολόγιο της πόλης. Το 13ο Xterra Greece Open Water Swimming Challenge επιστρέφει στην Α' πλαζ

Το Σάββατοκύριακο 10 και 11 Οκτωβρίου η Α' πλαζ Βούλας γίνεται το σημείο συνάντησης για την κοινότητα της κολύμβησης ανοιχτής θάλασσας

Βούλας - (Athines By The Sea) από τις 9 έως τις 11 Οκτωβρίου, με αγώνες για ενήλικες και δραστηριότητες για παιδιά. Η Κυριακή 11 Οκτωβρίου είναι αφιερωμένη στους ενήλικες, με πέντε διαφορετικές αποστάσεις, ώστε να μπορούν να συμμετάσχουν κολυμβητές διαφορετικής εμπειρίας και φυσικής κατάστασης. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει διαδρομές 10, 5, 2,5, 1 χιλιόμετρου και 200 μέτρων. Στις δύο μεγα-

λύτερες αποστάσεις οι αθλητές θα επιχειρήσουν τον περίπλοκο της Υδρούσας, ενώ οι μικρότερες διαδρομές θα αναπτυχθούν μπροστά από την πλαζ. Τα 200 μέτρα, κάθετα προς την ακτή, έχουν σχεδιαστεί και για όσους

προέρχονται από την πισίνα και θέλουν να δοκιμάσουν την εμπειρία της ανοιχτής θάλασσας. Μία ημέρα νωρίτερα, το Σάββατο 10 Οκτωβρίου, η διοργάνωση αφιερώνεται στα παιδιά. Η πλαζ θα γεμίσει με αθλητικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες, με δωρεάν συμμετοχή, που περιλαμβάνουν άκουθλο, σκυταλοδρομίες τρεξίματος, δραστηριότητες με ποδήλατο και άλλες δοκιμασίες. Στόχος είναι τα παιδιά να έρθουν σε επαφή με διαφορετικά αθλήματα μέσα από το παιχνίδι.

Ο Δήμαρχος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης, Γρηγόρης Κωνσταντέλλος, αναφέρει ότι το Xterra έχει πλέον καθιερωθεί ως μια ξεχωριστή αθλητική διοργάνωση για την πόλη, αναδεικνύοντας τη σχέση της Βούλας με τη θάλασσα και το φυσικό περιβάλλον. Ιδιαίτερη έμφαση δίνει στη συμμετοχή των παιδιών, αλλά και στην ασφάλεια των αθλητών, σημειώνοντας ότι αποτελεί βασική προτεραιότητα για μια διοργάνωση ανοιχτής θάλασσας. Για ένα τριήμερο λοιπόν, η Βούλα θα βρεθεί στο επίκεντρο της κολύμβησης ανοιχτής θάλασσας, με αθλητές και παιδιά να δίνουν ραντεβού στην Α' πλαζ.

Γυμνάσιο Βουλιαγμένης**Ταξίδι στη Χίο με Όμηρο στις αποσκευές**

Μια πολύ σημαντική θεατρική εμπειρία στο μεγάλο ταξίδι της γνώσης αποθησαύρισαν οι μαθητές του θεατρικού ομίλου του Γυμνασίου Βουλιαγμένης, που προσκλήθηκαν στο φεστιβάλ «Νέοι ομηρίδες» που διοργανώθηκε για 5η χρονιά στη Χίο. Το νησί που διεκδικεί την καταγωγή του Ομήρου φιλοξένησε μεταξύ 16 και 18 Σεπτεμβρίου μια πολιτιστική συνάντηση για μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, στην οποία παρουσιάστηκαν 15 παραστάσεις, θεατρικές, μουσικοχορευτικές και χορωδιακές, διανθισμένες με βιντεοπροβολές και μουσικά αναλόγια. Κοινός παρονομαστής των μαθητικών έργων είναι φυσικά τα ομηρικά έπη και οι επιδράσεις τους στην παγκόσμια γραμματεία. Το Γυμνάσιο Βουλιαγμένης ανέβασε μια δραματοποιημένη εκδοχή της *Νέκυιας* ραψωδίας της Οδύσσειας (της λ') κατά την οποία ο Οδυσσεύς ταξιδεύει στον Άδη.

Ο θεατρικός όμιλος του Γυμνασίου Βουλιαγμένης, υπό τις οδηγίες της φιλόλογου Κωνσταντίνας Αϊδωνά, από την 1η Σεπτεμβρίου πραγματοποιούσε καθημερινά πρόβες ώστε να παρουσιάσει στη Χίο ένα άρτιο αποτέλεσμα. Οι μαθητές είχαν ανεβάσει την ίδια παράσταση και την προηγούμενη σχολική χρονιά τόσο στο σχολείο τους, όσο και σε εκπαιδευτικούς τους εκδρομές στην Ουγγαρία και την αρχαία Επίδαυρο. Η διαφορά της τελευταίας παράστασης ήταν ότι παρουσιάστηκε στο πλαίσιο ενός πολύ ξεχωριστού και ποιοτικά αναβαθμισμένου φεστιβάλ, στο οποίο συμμετείχαν θεατρικές ομάδες από σχολεία –ως επί το πλείστον λύκεια– από τη Χίο, τη Λέσβο, την Αττική, τη Θεσσαλία, τη Μακεδονία και την Ισπανία, σε ένα μοναδικό κλίμα καλλιτεχνικής έκφρασης και συναδέλφωσης. Η *Νέκυια* του Γυμνασίου Βουλιαγμένης ανέβηκε στη σκηνή της Δασκαλόπετρας στον Βροντάδο της Χίου, ένα σημείο όπου σύμφωνα με τη χιακή παράδοση, καθόταν ο Όμηρος ως δάσκαλος και απήγγελλε τα έπη του στους μαθητές του. Τους «νέους Ομηρίδες» διοργάνωσε η πολιτιστική εταιρεία Έθος Αιγαίου μαζί με τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Χίου και είχε την αιγίδα του υπουργείου Πολιτισμού.

«Γνωρίσαμε τι σημαίνει φιλοξενία ομηρική»

Σημείωσε μεταξύ άλλων για την πρωτότυπη αυτή εκδρομή η Κωνσταντίνα Αϊδωνά: «Δοκιμαστήκαμε με επιτυχία, είδαμε παραστάσεις υψηλής ποιότητας άλλων σχολείων, μουσικών, καλλιτεχνικών, πειραματικών, λυκείων και ενός σχολείου από την



Ισπανία, όπου διδάσκονται τα αρχαία ελληνικά. Διδαχτήκαμε τι σημαίνει ποιότητα, συγκέντρωση, αφοσίωση, συλλογικότητα. Συναντηθήκαμε με τη σιωπή και την ακινησία ώστε η κίνηση και ο λόγος να επανανοηματοδοτηθούν. Γελάσαμε, χορέψαμε, τραγουδήσαμε, γνωριστήκαμε με άλλους μαθητές και εκπαιδευτικούς, γευτήκαμε τις ομορφιές της Χίου, όχι μόνο τη μαστίχα και την κουζίνα της στα Αυγώνυμα και στο κάστρο της Χίου, αλλά και την ιστορία της, στη Νέα Μονή Χίου, τον Ανάβατο, στο κάστρο της πόλης, στο Βυζαντινό Μουσείο της Χίου, στο Πυργί. Συναντηθήκαμε με τον σύγχρονο πολιτισμό στην έκθεση ζωγραφικής του Σωτήρη Σόρογκα με τίτλο *Εικόνες από την Ελλάδα στο Χαμιδιέ Τζαμί* και στο σεμινάριο θεατρικής μάσκας στο Μουσείο Μαστίχας. Το σημαντικότερο: Γνωρίσαμε τι σημαίνει φιλοξενία ομηρική. Μας υποδέχτηκαν με δώρα, μας φίλεψαν, μας πρόσφεραν φαγητό, μας ξενάγησαν, μας ψυχαγώγησαν κυριολεκτικά με μία απaráμιλλη ευγένεια και σεμνότητα. Είμαστε ευγνώμονες προς τους διοργανωτές αλλά και όλους τους Χιώτες. Αγαπήσαμε το φεστιβάλ αλλά και τον τόπο, που βρίσκεται στις εσχατιές του Αιγαίου».

Σχολή γονέων από τον Δήμο**Για οικογένειες με παιδιά στο Νηπιαγωγείο και το Δημοτικό**

Ένα δωρεάν εκπαιδευτικό πρόγραμμα γονικής ταυτότητας σχεδιασμένο για γονείς παιδιών που φοιτούν στα νηπιαγωγεία και στις πρώτες δύο τάξεις του Δημοτικού προσφέρει ο Δήμος Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης σε συνεργασία με την κλινική ψυχολόγο Σοφία Κυριακούλου.

Μέσω του προγράμματος οι γονείς θα εξερευνήσουν τη δυναμική των σχέσεων με τα παιδιά τους και θα ανακαλύψουν τρόπους για να ενισχύσουν την επικοινωνία και την εμπιστοσύνη. Θα αποκτήσουν τη δυνατότητα να κατανοήσουν καλύτερα τις ανάγκες και τα συναισθήματα των παιδιών τους, θέτοντας όρια και κανόνες που θα εφαρμόζονται με αποτελεσματικότητα, χωρίς συγκρούσεις και θα ενισχύουν την εκατέρωθεν αποδοχή, εκτίμηση και ενσυναίσθηση. Μέσα από μια σειρά πρακτικών τεχνικών και βιωματικών ασκήσεων, οι γονείς θα αλληλεπιδράσουν με άλλους γονείς, θα ανταλλάξουν ιδέες και εμπειρίες ώστε να κατανοήσουν τις προκλήσεις και



τις χαρές της γονεϊκότητας, αυξάνοντας παράλληλα το βαθμό της αυτοσυνειδησίας και αυτογνωσίας.

Για το πρόγραμμα έχουν σχεδιαστεί δύο κύκλοι 12 συναντήσεων που θα πραγματοποιούνται στο 3ο Δημοτικό Σχολείο Βούλας. Οι γονείς των παιδιών που φοι-

τούν στα νηπιαγωγεία θα συναντώνται κάθε Δευτέρα και οι γονείς με παιδιά στην Α' και Β' Δημοτικού κάθε Τετάρτη. Στο κείμενο με το οποίο ανήγγειλε την πρωτοβουλία αυτή, η Σοφία Κυριακούλου σημειώνει μεταξύ άλλων: «Η γονεϊκότητα είναι μια σχέση που εξελίσσεται. Η ομάδα δημιουργεί εκείνο τον χώρο όπου ο γονιός μπορεί να σταματήσει για λίγο και να σκεφτεί. Να ακούσει άλλους γονείς και να ανακαλύψει ότι οι δυσκολίες που βιώνει δεν είναι μόνο δικές του. Ότι κι άλλοι θυμώνουν. Κι άλλοι φοβούνται. Κι άλλοι αισθάνονται ενοχή. Κι άλλοι αναρωτιούνται αν είναι αρκετοί. Αυτή η αναγνώριση έχει από μόνη της έχει μεγάλη αξία. Γιατί μέσα στην ομάδα κανείς δεν είναι πλέον μόνος απέναντι στην δυσκολία και αρχίζει να την παρατηρεί από μία μικρή απόσταση. Ο γονέας δεν έρχεται στην ομάδα για να μάθει μια σειρά από σωστές συμπεριφορές που, αν τις εφαρμόσει πιστά, θα έχει ένα παιδί αψεγάδιαστο, αλλά για να κατανοήσει καλύτερα τι συμβαίνει μέσα στη σχέση που χτίζει μαζί του».

Πανελλαδικές 2026

Ειδικό ποσοστό εισαγωγής ως 2% για τους μαθητές από τα 3B

Αναγνωρίστηκαν οι «πληγές» από τις πλημμύρες του Ιανουαρίου

Ειδικό καθεστώς ως 2%, καθ' υπέρβαση του αριθμού εισακτέων, εξασφάλισαν οι μαθητές του Δήμου Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης που συμμετείχαν στις πανελλαδικές εξετάσεις του Ιουνίου 2026. Η απόφαση ήρθε ως αποτέλεσμα των ενεργειών του Δημάρχου Γρηγόρη Κωνσταντέλλου να κηρύξει τον Δήμο σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης, μετά τα πρωτοφανή πλημμυρικά φαινόμενα τον Ιανουάριο του 2026. Ο Δήμαρχος απηύθυνε ρητό αίτημα να περιληφθούν οι μαθητές του Δήμου σε καθεστώς μοριοδότησης για τις πανελλαδικές εξετάσεις στις 2 Μαρτίου, το οποίο και ελήφθη υπόψη στη σχετική απόφαση του υπουργείου Παιδείας.

Σύμφωνα με αυτήν «ειδικά και μόνο για το ακαδημαϊκό έτος 2026-2027, οι μαθητές της τελευταίας τάξης και οι απόφοιτοι Γενικών και Επαγγελματικών Λυκείων» σε μια σειρά από περιοχές της χώρας «που έχουν πληγεί εξαιτίας φυσικών καταστροφών και οι οποίοι υπέβαλαν αίτηση - δήλωση και συμμετείχαν στις πρώτες μετά το συμ-



Η κήρυξη από τον Δήμαρχο της πόλης σε κατάσταση «έκτακτης ανάγκης» τον Ιανουάριο του 2026 και η επιστολή του που ζητούσε ευνοϊκή μεταχείριση των μαθητών του Δήμου εισακούστηκε από το υπουργείο Παιδείας

βάν πανελλαδικές εξετάσεις που διεξήχθησαν τον Ιούνιο του 2026, εισάγονται καθ' υπέρβαση του αριθμού εισακτέων σε Σχολές, Τμήματα και εισαγωγικές κατευθύνσεις των ΑΕΙ και των Ανώτατων Εκκλησιαστικών Ακαδημιών. Το ειδικό ποσοστό που αποδίδεται στους υποψηφίους βάσει του αριθμού των πληγέντων σε σχέση με τους συμμετέχοντες στις πανελλαδικές εξετάσεις 2026 ανά κατηγορία Λυκείου δεν θα υπερβαίνει ανά κατηγορία το 2%. Τα δικαιολογητικά που θα απαιτηθούν για την υπαγωγή των υποψηφίων στο ειδικό ποσοστό είναι: Αίτηση - υπεύθυνη δήλωση με την οποία θα δηλώνει ο υποψήφιος την πρόθεση του για την υπαγωγή του στο ειδικό ποσοστό, καθώς και τα πλήρη στοιχεία του και τον κωδικό υποψηφίου με τον οποίο συμμετείχε στις πανελλαδικές εξετάσεις 2026 και βεβαίωση του Διευθυντή της σχολικής μονάδας στην οποία είχαν υποβάλει την δήλωση για συμμετοχή στις πανελλαδικές εξετάσεις. Η ημερομηνία κατάθεσης των δικαιολογητικών θα οριστεί με νέα υπουργική απόφαση.

Σύλλογος «Τριλογία»

Θέατρο και Σωματική Έκφραση

Η δραστήρια πολιτιστική συντροφιά των 3B «Τριλογία» ανοίγει έναν νέο κύκλο δημιουργικών συναντήσεων, με δύο δράσεις που έχουν στο επίκεντρο τον άνθρωπο, την έκφραση και τη δύναμη της ομάδας. Οι Θεατρικές Ομάδες και το Εργαστήριο Σωματικής Έκφρασης ακολουθούν διαφορετικούς δρόμους, αλλά συναντιούνται στην ίδια ανάγκη για επικοινωνία, δημιουργία και ανακάλυψη νέων τρόπων έκφρασης.

Υποκριτική με τον Δημήτρη Αγορά

Οι Θεατρικές Ομάδες της Τριλογίας προσκαλούν νέα μέλη να γνωρίσουν από κοντά τη δημιουργική διαδικασία του θεάτρου, σε έναν χώρο όπου η συμμετοχή, η συνεργασία και η προσωπική έκφραση έχουν εξίσου σημαντικό ρόλο με το τελικό αποτέλεσμα. Τη διδασκαλία αναλαμβάνει ο Δημήτρης Αγοράς, σκηνοθέτης με μακρόχρονη και ουσιαστική σχέση με την Τριλογία. Στις συναντήσεις των ομάδων, το θέατρο προσεγγίζεται ως ζωντανή διαδικασία. Μέσα από θεατρικές ασκήσεις, αυτοσχεδιασμούς, δουλειά πάνω στον λόγο, την κίνηση, τον ρυθμό και τη σκηνική παρουσία, οι συμμετέχοντες χτίζουν σταδιακά εμπιστοσύνη, ελευθερία έκφρασης και έναν κοινό κώδικα επικοινωνίας. «Δεν χρειάζεται κάποιος να έχει προηγούμενη θεατρική εμπειρία. Αυτό που χρειάζεται είναι διάθεση να συμμετέχει, να δοκιμάσει και να γίνει μέρος μιας ομάδας που δημιουργεί μαζί», επισημαίνεται στο σχετικό κάλεσμα. Οι νέες συναντήσεις ξεκινούν την Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 2026 στις 21:00.

Κίνηση με την

Έφη Σταματογιαννοπούλου

Η δεύτερη νέα δράση της Τριλογίας στρέφει την προσοχή σε ένα διαφορετικό αλλά εξίσου ισχυρό μέσο έκφρασης: το ίδιο μας το σώμα. Το Εργαστήριο Σωματικής Έκφρασης συντονίζει η Έφη Σταματογιαννοπούλου, Κοινωνική Ανθρωπολόγος, απόφοιτη του Παντείου Πανεπιστημίου, με σπουδές υποκριτικής και εκπαιδευόμενη σωματική ψυχοθεραπεύτρια. Η πορεία της συνδέει την κίνηση με το θέατρο: έχει συμμετάσχει σε θεατρικές παραστάσεις και έχει λάβει μέρος, σαν συντονίστρια σε ομάδες σωματικής έκφρασης.

Η κίνηση εδώ δεν αντιμετωπίζεται ως τεχνική ή ως χορογραφία που πρέπει να εκτελεστεί «σωστά». Αντίθετα, γίνεται τρόπος επικοινωνίας, εξερεύνησης και προσωπικής δημιουργίας. Μέσα από την κίνηση, τον αυτοσχεδιασμό, τη μουσική και τη σχέση με τον χώρο και την ομάδα, οι συμμετέχοντες καλούνται να ανακαλύψουν πώς ένα συναίσθημα, μια σκέψη ή μια εσωτερική παρόρμηση μπορούν να αποκτήσουν μορφή χωρίς την ανάγκη του λόγου. Το εργαστήριο απευθύνεται σε όλους και δεν απαιτεί προηγούμενη εμπειρία. Στόχος δεν είναι η επίδοση, αλλά η



Από τη θεατρική παράσταση «Δευτέρα Ιδανικά» σε κείμενα της Πέννυς Καπιτσίνου και σκηνοθεσία του Δημήτρη Αγορά που ανέβηκε στη Βούλα τον Απρίλιο

μεγαλύτερη επίγνωση του σώματος, η απελευθέρωση της κίνησης και η δυνατότητα να χρησιμοποιούμε το σώμα ως ένα ακόμη δημιουργικό μέσο έκφρασης.

Για πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής στις δράσεις της Τριλογίας, μπορείτε να επικοινωνείτε στο info@trilogia.eu ή τηλεφωνικά στο 694 472 215.

Ξεκίνησαν Βουλιαγμένη και Άρης Βούλας

Η εικόνα των δύο ομάδων μετά τις δύο πρώτες αγωνιστικές

Δύο αγωνιστικές έχουν συμπληρωθεί στο πρωτάθλημα της Α' κατηγορίας της Ένωσης Ποδοσφαιρικών Σωματείων Ανατολικής Αττικής (ΕΠΣΑΝΑ) και οι δύο ομάδες των 3Β έχουν ήδη αφήσει τα πρώτα τους δείγματα. Η Βουλιαγμένη έχει ξεκινήσει με τέσσερις βαθμούς, ενώ ο Άρης Βούλας έχει δύο ισοπαλίες σε ισάριθμα παιχνίδια. Η αρχή έγινε στις 19 Σεπτεμβρίου με το γειτονικό ντέρμπι ανάμεσα στον Άρη Βούλας και τη Βουλιαγμένη, το οποίο ολοκληρώθηκε με σκορ 1-1. Ένα αποτέλεσμα που μπορεί να χαρακτηριστεί θετικό για τη Βουλιαγμένη, καθώς απέναντι σε έναν από τους θεωρητικά ισχυρότερους αντιπάλους της κατηγορίας, κατάφερε να φύγει με τον βαθμό από την έδρα του.

Μία εβδομάδα αργότερα, στις 26 Σεπτεμβρίου, η Βουλιαγμένη έδωσε συνέχεια στο θετικό της ξεκίνημα, επικρατώντας με 4-1 του Κρυονερίου. Με τέσσερις βαθμούς στις δύο πρώτες αγωνιστικές, έχοντας μάλιστα αντιμετωπίσει από νωρίς έναν από τους βασικούς διεκδικητές της κορυφής, η ομάδα έχει κάθε λόγο να κρατά τα θετικά στοιχεία από την εκκίνηση της. Στον αντίποδα, ο Άρης Βούλας έμεινε για δεύτερη συνεχόμενη αγωνιστική στην ισοπαλία. Μετά το 1-1 της προεμιέρας με τη Βουλιαγμένη, αναδείχθηκε ισόπαλος με το ίδιο σκορ και στη Νέα Μάκρη απέναντι στον Θησέα, στις 26 Σεπτεμβρίου.

Το ξεκίνημα αυτό δεν είναι εκείνο που θα περίμενε ο φίλαθλος κόσμος του Άρη Βούλας, ιδιαίτερα από τη στιγμή που η ομάδα συγκαταλέγεται μεταξύ εκείνων που έχουν θέσει υψηλούς στόχους και θεωρούνται φαβορί για την κορυφή και την άνοδο στη



Άρης Βούλας και Βουλιαγμένη στο τοπικό ντέρμπι της προεμιέρας που έληξε ισόπαλο

Γ' Εθνική. Οι δύο βαθμοί των δύο πρώτων αγωνιστικών αφήνουν ήδη μια απόσταση τεσσάρων βαθμών από την πρωτοπόρο ομάδα. Ωστόσο, η εικόνα της βαθμολογίας μετά από μόλις δύο αγωνιστικές δεν μπορεί να αποτελέσει πρόβλεψη για τη συνέχεια. Ο Άρης έχει μπροστά του μια μεγάλη σεζόν και αρκετές ευκαιρίες για να καλύψει το έδαφος και να διεκδικήσει τους στόχους που έχει θέσει. Για τη Βουλιαγμένη, από την άλλη, το πρώτο δείγμα είναι αναμφίβολα ενθαρρυντικό. Η ισοπαλία στο ντέρμπι της προεμιέρας και η ευρεία νίκη επί του Κρυονερίου δημιουργούν καλές προϋποθέσεις για τη συνέχεια. Το πρωτάθλημα, βέβαια, βρίσκεται ακόμη στην αρχή και η πραγματική εικόνα των δύο ομάδων θα φανεί όσο αυξάνονται οι αγωνιστικές και οι απαιτήσεις.

Η επόμενη αγωνιστική είναι την Τετάρτη 30 Σεπτεμβρίου. Ο Άρης Βούλας υποδέχεται τα Γλυκά Νερά στις 16:30, αναζητώντας την πρώτη του νίκη στο πρωτάθλημα. Την ίδια ημέρα και ώρα, η Βουλιαγμένη δοκιμάζεται εκτός έδρας απέναντι στην Άνοιξη, με στόχο να δώσει συνέχεια στο θετικό ξεκίνημα της.

Η Βούλα παραμένει φαβορί για άνοδο στην εθνική κατηγορία, παρότι μπήκε μουδιασμένη στο πρωτάθλημα της ΕΠΣΑΝΑ

ΑΟΒ - Σαρωνικός Ταξίδι στην Αίγινα για έναν καλό σκοπό

Για έναν διαφορετικό λόγο ταξίδεψε στην Αίγινα ο ΑΟ Βουλιαγμένης, καθώς την Κυριακή 13 Σεπτεμβρίου αντιμετώπισε τον Σαρωνικό Αίγινας σε φιλικό αγώνα, με τη συνάντηση να έχει ως βασικό στόχο τη συγκέντρωση σχολικών ειδών για παιδιά του νησιού. Ο αγώνας πραγματοποιήθηκε στο Δημοτικό Στάδιο Αίγινας και εντάχθηκε στη δράση «Η αλληλεγγύη γράφει το καλύτερο μάθημα», που υλοποιήθηκε σε συνεργασία με τον Δήμο Αίγινας. Κατά τη διάρκεια της ημέρας συγκεντρώθηκαν σχολικά είδη για μαθητές από οικογένειες που είναι ωφελούμενες του Κοινωνικού Παντοπωλείου του νησιού.



Η πρωτοβουλία είχε ως στόχο να στηρίξει παιδιά που ξεκινούν τη σχολική χρονιά με ελλείψεις σε βασικά είδη. Τετράδια, μολύβια, στυλό, μαρκαδόροι, γόμες, μπλοκ ζωγραφικής και άλλα απαραίτητα σχολικά είδη συγκεντρώθηκαν, μετατρέποντας έναν ποδοσφαιρικό αγώνα σε μια ουσιαστική πράξη αλληλεγγύης. Η Βουλιαγμένη έδωσε το «παρών» στην προσπάθεια με 27 αθλητές, κάνοντας το ταξίδι στην Αίγινα όχι μόνο για την αγωνιστική αναμέτρηση, αλλά και για να συμμετάσχει έμπρακτα σε μια δράση που είχε στο επίκεντρο τα παιδιά. Για τον ΑΟ Βουλιαγμένης, «τέτοιες πρωτοβουλίες αποτελούν έναν ακόμη τρόπο με τον οποίο ο αθλητισμός μπορεί να βρίσκεται κοντά στην κοινωνία και να στηρίζει ανθρώπους που χρειάζονται βοήθεια», όπως ανακοίνωσε η ομάδα.

Ξεχωριστή ήταν και η συμβολή του προέδρου του Α.Ο. Βουλιαγμένης, Γιάννη Ασλανίδη, τον οποίο το Διοικητικό Συμβούλιο του Σαρωνικού Αίγινας ευχαρίστησε για τη βοήθεια του στη μετακίνηση και τη μεταφορά της αποστολής της Βουλιαγμένης στο νησί. Η αποστολή της Βουλιαγμένης, κατά την παραμονή της στην Αίγινα, επισκέφθηκε επίσης την Ιερά Μονή Αγίου Νεκταρίου, ολοκληρώνοντας μια ημέρα με ιδιαίτερο χαρακτήρα για την ομάδα. Για την ιστορία, ο αγώνας ολοκληρώθηκε ισόπαλος 2-2, με το αποτέλεσμα αυτή τη φορά να περνά σε δεύτερη μοίρα μπροστά στον σκοπό για τον οποίο πραγματοποιήθηκε η αναμέτρηση.

Φιλικό ματς για την ενίσχυση του Κοινωνικού Παντοπωλείου του νησιού

20 χρόνια Άρης 2006

Μια ξεχωριστή αθλητική διαδρομή στο πινγκ πονγκ

Ο Άρης 2006 συμπληρώνει φέτος 20 χρόνια από την ίδρυση του, έχοντας διαγράψει μια σημαντική πορεία στην ελληνική επιτραπέζια αντισφαίριση. Μια πορεία που ξεκίνησε από μια απλή ανάγκη, να μπορούν όλα τα παιδιά που αγαπούσαν το πινγκ πονγκ να έχουν τη δυνατότητα να αγωνίζονται. Το τμήμα επιτραπέζιας αντισφαίρισης του Άρη Βούλας είχε δημιουργηθεί το 1977. Καθώς, όμως, τα τμήματα γέμισαν από παιδιά και στους αγώνες δεν ήταν δυνατό να αγωνίζονται όλοι, το 2007 δημιουργήθηκε, με την ίδια έδρα, ο ΑΟ Άρης 2006. Στόχος ήταν να δοθεί η δυνατότητα σε ακόμη περισσότερα παιδιά να γνωρίσουν και να εξελίξουν την αγάπη τους για το άθλημα. «Τα τμήματα είχαν γεμίσει από παιδιά και στους αγώνες ήταν αδύνατο να παίξουν όλοι οι αθλητές. Σε καμία περίπτωση δεν θέλαμε να κάθονται στον πάγκο και να μην αγωνίζονται», εξηγεί η Χριστίνα Φίλη, προπονήτρια της ομάδας. Οι δύο σύλλογοι μοιράζονται μέχρι σήμερα τα ίδια χρώματα, την ίδια εγκατάσταση και την ίδια αγάπη για την επιτραπέζια αντισφαίριση.

Μια διαδρομή με πολλές διακρίσεις

Από τα πρώτα χρόνια της παρουσίας του, ο Άρης 2006 άρχισε να καταγράφει σημαντικές επιτυχίες. Στις κατηγορίες ανδρών και γυναικών κατέκτησε πρωταθλήματα και υψηλές θέσεις σε Α' και Β' Εθνική, αλλά και στις κατηγορίες της Αττικής. Ξεχωρίζουν η 1η θέση στη Β' Εθνική Ανδρών το 2012-2013, η κορυφή στην Α' Κατηγορία Αττικής Ανδρών το 2022-2023, αλλά και η ιδιαίτερα επιτυχημένη παρουσία των γυναικών στην Α2 Εθνική, όπου ο σύλλογος κατέκτησε διαδοχικές κορυφαίες θέσεις, μεταξύ των οποίων την 1η θέση από το 2018 έως το 2022 και ξανά το 2023-2024. Στο Κύπελλο Αττικής Γυναικών ήρθε η 1η θέση το 2018-2019. Ιδιαίτερο κεφάλαιο στην ιστορία του συλλόγου αποτελούν τα

ηλικιακά πρωταθλήματα. Ο Άρης 2006 έχει κατακτήσει πανελλήνιους τίτλους σε παγκορασίδες, κορασίδες και νεάνιδες, με ιδιαίτερα έντονη περίοδο από το 2013 έως το 2017. Στις κορασίδες κατέκτησε τρεις συνεχόμενες φορές την 1η θέση, το 2013-2014, το 2014-2015 και το 2015-2016, ενώ στις νεάνιδες ήρθαν δύο συνεχόμενοι τίτλοι το 2014-2015 και το 2015-2016. Η πιο πρόσφατη σημαντική διάκριση ήρθε το 2025-2026, με τη 2η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Νεανίδων.

Ο Σταύρος Πλακαντωνάκης, θρύλος της επιτραπέζιας αντισφαίρισης και επίτιμος πρόεδρος του Άρη Βούλας, με αφορμή τα 20 χρόνια του Άρη 2006, στέκεται ιδιαίτερα σε αυτή την περίοδο. «Επί μια 7ετία οι επιτυχίες διαδέχονταν η μία την άλλη. Υπήρξε μια δυνατή γενιά κοριτσιών που ήταν πραγματικές πρωταγωνίστριες», σημειώνει. Για τον ίδιο δεν υπάρχει μία και μοναδική στιγμή που να ξεχωρίζει από τα 20 χρόνια. «Υπάρχουν πολλές, δεν μπορώ να ξεχωρίσω κάποια», αναφέρει, επιλέγοντας σε προσωπικό επίπεδο την απονομή του Κυπέλλου «Ηθους» από την Ομοσπονδία Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης.

Οι άνθρωποι και η παρακαταθήκη

Στην πορεία του συλλόγου σημαντικό ρόλο είχαν οι αθλητές, οι προπονητές και οι διοικήσεις που πέρασαν από την ομάδα. Ανάμεσα στους προπονητές που εργάστηκαν στον Άρη 2006 βρίσκονται οι Γιάννης Δήμας, Μανώλης Διακάκης, Γιάννης Κορδούτης, Κώστας Κωστόπουλος, Χρήστος Λάκης, Ρούλα Λαμπρινίδου, Γιώργος Λίλης, Άγγελος Μάκρης, Ελευθερία Νταουντάκη, Άκης Παπαβασιλείου, Λουκία Σκριβάνου και Χριστίνα Φίλη. Το πρώτο διοικητικό συμβούλιο συγκροτήθηκε στις 12 Μαΐου 2008, με πρόεδρο τον Βασίλη Σταθουλόπουλο.



Ο Σταύρος Πλακαντωνάκης αναγνωρίζει τη συμβολή όλων των διοικήσεων στην ανάπτυξη της επιτραπέζιας αντισφαίρισης στην περιοχή. Σήμερα, στα 87 του χρόνια, ο ίδιος θέλει να αφήσει τη δική του παρακαταθήκη. Εργάζεται για τη δημιουργία ενός μουσείου ιστορίας, όπου θα καταγραφεί η διαδρομή και η παρουσία όσων πέρασαν από τον σύλλογο. «Να αφήσω την παρακαταθήκη μου», λέει, εκφράζοντας την ευχή η επόμενη γενιά να συνεχίσει αυτό το έργο. Θυμάται, μάλιστα, ότι τα πρώτα δελτία αθλητών του Άρη Βούλας ανήκαν στον δήμαρχο Γρηγόρη Κωνσταντέλλο και στον αδελφό του Γιώργο, ενώ ευχαριστεί τον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης για τη διαχρονική στήριξη του στις προσπάθειες του συλλόγου.

Η επόμενη γενιά

Σήμερα ο Άρης 2006 συνεχίζει να επενδύει στις μικρές ηλικίες. Οι ακαδημίες αριθμούν 35 παιδιά, ενώ ο σύλλογος διαθέτει τρεις αγωνιστικές ομάδες, μία γυναικών, μία ανδρών και μία παιδών, με συνολικά 15 αθλητές που συμμετέχουν στα πρωταθλήματα. Τα τμήματα λειτουργούν καθημερινά, από Δευτέρα έως Παρασκευή, στην αίθουσα της οδού Λευκάδος 1 στη Βούλα, κάτω από τη γέφυρα της Λεωφόρου Βουλιαγμένης. Υπάρχουν τμήματα για παιδιά δημοτικού, αγωνιστικά τμήματα αλλά και βετεράνους, με ιδιαίτερη έμφαση στην προετοιμασία των μικρών αθλητών.

Η εγκατάσταση διαθέτει δάπεδο ολυμπιακών προδιαγραφών και θεωρείται μία από τις σημαντικές αίθουσες επιτραπέζιας αντισφαίρισης στην Ελλάδα. Είκοσι χρόνια μετά τη δημιουργία του Άρη 2006, ο αρχικός στόχος παραμένει επίκαιρος, να υπάρχουν χώροι και ευκαιρίες για τα παιδιά που θέλουν να γνωρίσουν το πινγκ πονγκ. Μόνο που πλέον η διαδρομή έχει πίσω της δεκάδες διακρίσεις, γενιές αθλητών και αθλητριών και μια ιστορία που ο σύλλογος θέλει να διατηρήσει και να παραδώσει στην επόμενη γενιά.

Ο Σταύρος Πλακαντωνάκης, επίτιμος πρόεδρος του Άρη Βούλας, εργάζεται για τη δημιουργία ενός μουσείου ιστορίας όπου θα καταγραφεί η διαδρομή και η παρουσία όλων των αθλητών επιτραπέζιας αντισφαίρισης που πέρασαν από τον σύλλογο



Γ' Εθνική Πρεμιέρα με ήττα για τον Αστέρα Βάρης

Με το ...αριστερό ξεκίνησε τις υποχρεώσεις του στο νέο πρωτάθλημα της Γ' Εθνικής ο Αστέρας Βάρης, γνωρίζοντας την εντός έδρας ήττα με 0-2 από τον Ηλυσιακό, την Κυριακή 27 Σεπτεμβρίου, στο Δημοτικό Αθλητικό Κέντρο «Κωνσταντίνος Μπαγλατζής» στη Βάρη. Παρουσία φιλάθλων και των δύο ομάδων, ο Αστέρας δεν κατάφερε να εκμεταλλευτεί την έδρα του και να πάρει βαθμολογικό όφελος από την πρεμιέρα. Η ομάδα του Νίκου Μεσολόγγη είχε τη μεγάλη ευκαιρία να προηγηθεί στο 18', όταν ο Ντούλιας βρέθηκε απέναντι από τον Φουτράκη, όμως η προσπάθειά του πέρασε άουτ. Τρία λεπτά αργότερα, στο 21', ο Ηλυσιακός άνοιξε το σκορ με ένα εξαιρετικό μακρινό σουτ του Χριστόπουλου.

Στο δεύτερο ημίχρονο ο Αστέρας πήρε την πρωτοβουλία των κινήσεων και προσπάθησε να αντιδράσει, όμως δυσκολεύτηκε να βρει διαδρόμους προς την αντίπαλη εστία και να δημιουργήσει τις ευκαιρίες που θα του επέτρεπαν να φτάσει στην ισοφάριση. Στο 91' ήρθε και το δεύτερο γκολ του Ηλυσιακού, όταν η άμυνα του Αστέρα αδράνησε έπειτα από σφύριγμα που ακούστηκε από την εξέδρα, με τον Μάνο να πλασάρει ανενόχλητος για το τελικό 0-2.

Μετά το τέλος της αναμέτρησης, ο Αστέρας Βάρης αναγνώρισε ότι η εμφάνιση δεν ήταν αυτή που περίμενε, τονίζοντας ωστόσο ότι το πρωτάθλημα έχει ακόμη πολύ δρόμο. «Δεν ήταν η πρεμιέρα που περιμέναμε και θέλαμε. Στο πρώτο μας παιχνίδι για το πρωτάθλημα γνωρίσαμε την ήττα, σε μια εμφάνιση κατώτερη των δυνατοτήτων και των προσδοκιών μας. Δεν ψάχνουμε δικαιολογίες. Αναλαμβάνουμε την ευθύνη, κοιτάμε τα λάθη μας και συνεχίζουμε τη δουλειά», ανέφερε η ομάδα, ευχαριστώντας παράλληλα τον κόσμο του Αστέρα για τη στήριξή του. Το μήνυμα από την πλευρά της ομάδας είναι πως η ήττα της πρεμιέρας πρέπει να μείνει πίσω και η προσπάθεια να συνεχιστεί με ακόμη μεγαλύτερη δουλειά.



«Αναλαμβάνουμε την ευθύνη, κοιτάμε τα λάθη μας και συνεχίζουμε τη δουλειά», αναφέρει με ευθύτητα η ομάδα που δεν πτοείται από την αναποδιά της εκκίνησης

Στον 9ο όμιλο της Γ' Εθνικής ο Αστέρας Βάρης θα αντιμετωπίσει την ΑΕ Μυκόνου, τον ΑΟ Πανναξιακός, τον Ηλυσιακό, τη Θύελλα Ραφήνας, τον ΑΟ Σαρωνικός Αναβύσσου, τον ΑΟ Νέας Ιωνίας, τον Α.Ο. Αστέρας Μαγούλας, τον Αχαρναϊκό, την Ηλιούπολη ΓΣ και τον Εθνικό Αστέρα Καισαριανής 1927. Η τελική κατάταξη θα έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς οι έξι πρώτες ομάδες θα συνεχίσουν στα Playoff ανόδου, διεκδικώντας την άνοδο, ενώ οι πέντε τελευταίες θα οδηγηθούν στα Playoff υποβιβασμού. Με το πρωτάθλημα να βρίσκεται μόλις στην αρχή, ο Αστέρας Βάρης καλείται πλέον να αφήσει πίσω του την ήττα της πρεμιέρας και να αναζητήσει τους πρώτους του βαθμούς στις επόμενες αγωνιστικές.

Αλεξία Κυριακοπούλου Μαθήτρια της Βουλιαγμένης στην κορυφή του τένις



Μια πρωτιά που υπόσχεται μια συναρπαστική πορεία

Ένα νέο αστέρι του τένις φαίνεται να ανατέλλει στον Δήμο Βάρης Βούλας Βουλιαγμένης. Η Αλεξία Κυριακοπούλου, γεννημένη το 2013, έχει ήδη αρχίσει να ξεχωρίζει στις μικρές ηλικιακές κατηγορίες και η πρόσφατη επιτυχία της στη Λαμία έρχεται να επιβεβαιώσει την ανοδική της πορεία.

Η νεαρή αθλήτρια του Ομίλου Αντισφαίρισης Βούλας κατέκτησε την 1η θέση στο Τουρνουά Τένις ΕΦΟΑ Ε3 Κ14, που πραγματοποιήθηκε στις 12 και 13 Σεπτεμβρίου στον Φθιωτικό Όμιλο Αντισφαίρισης στη Λαμία. Να σημειωθεί ότι τα πρώτα της βήματα στο τένις τα έκανε με τον σύλλογο ΑΟ Βάρης Αναγυρούς. Μια σημαντική πρωτιά για μια αθλήτρια που, παρά το νεαρό της ηλικίας της, έχει ήδη αρκετές διακρίσεις στο ενεργητικό της.

Η Αλεξία είναι μαθήτρια της Β' τάξης του Γυμνασίου Βουλιαγμένης, το οποίο δεν παρέλειψε να αναφερθεί στην επιτυχία της. Με ανάρτησή του, το σχολείο συνεχάρη τη μαθήτρια για την κατάκτηση της πρώτης

θέσης και αναφέρθηκε στην προσπάθεια, την επιμονή, τη συνέπεια και την αγάπη για τον αθλητισμό που απαιτούνται για μια τέτοια επιτυχία.

Η πρόσφατη πρωτιά στη Λαμία δεν είναι η πρώτη σημαντική διάκριση της νεαρής τενίστριας. Το 2024, στην κατηγορία Κ12, είχε κατακτήσει την 1η θέση σε τουρνουά Ε3 στη Ρόδο, ενώ έχει σημειώσει επιτυχίες και στα διπλά. Στην κατηγορία Κ14 συνέχισε με δυναμικές εμφανίσεις, κατακτώντας μεταξύ άλλων τη 2η θέση σε διοργάνωση Ε3 στη Ρόδο τον περασμένο Ιούλιο.

Με τον σύλλογο της, η Αλεξία Κυριακοπούλου συνεχίζει την αγωνιστική της προσπάθεια, συνδυάζοντας τις σχολικές της υποχρεώσεις με τις προπονήσεις και τις συμμετοχές της στα τουρνουά. Η νέα της επιτυχία αποτελεί έναν ακόμη σημαντικό σταθμό σε μια πορεία που βρίσκεται ακόμη στην αρχή της, αλλά ήδη έχει αρχίσει να αφήνει το δικό της αποτύπωμα στα γήπεδα.

Βύρων Τομάζος

Οι δυσκολίες έγιναν οι ωραιότερες ιστορίες

Ένα χρονικό ταξιδιωτικών εμπειριών από όλο τον κόσμο

Τι κάνει ένα βιβλίο ενδιαφέρον, αν όχι η πηγαία χαρά του συγγραφέα να μοιραστεί με τους αναγνώστες τις πιο δυνατές του εμπειρίες; Το νέο συγγραφικό εγχείρημα του Βύρωνα Τομάζου, με τίτλο *Ταξιδεύοντας* που κυκλοφορεί σε ιδιωτική έκδοση, εγγράφεται στη μεγάλη παράδοση της ταξιδιωτικής λογοτεχνίας και μεταδίδει σε κάθε μία από τις 300 και πλέον και σελίδες του βιβλίου τον ενθουσιασμό ενός ανθρώπου που του αρέσει να παρατηρεί και κατόπιν να αφηγείται. «Ταξιδεύω δεν σημαίνει απλώς βλέπω. Σημαίνει παρατηρώ, γνωρίζω, συγκρίνω και τελικά μαθαίνω», είπε ο συγγραφέας σε μια μεγάλη εκδήλωση παρουσίασης του βιβλίου που διοργάνωσε στη Βάρη στις 24 Σεπτεμβρίου. «Θέλησα να καταγράψω όχι μόνο πού πήγα και τι είδα, αλλά κυρίως όσα έζησα, τους ανθρώπους που γνώρισα, τις συνήθειές τους, λίγη από την ιστορία και τον πολιτισμό κάθε τόπου».

Η λογοτεχνικότητα σε αυτή τη σπουδαία οικογένεια των βιβλίων δεν αναβλύζει από τη μυθοπλασία, αλλά από τον υποκειμενισμό του συγγραφέα. Δεν ενδιαφέρει τον αναγνώστη η ακρίβεια των γεγονότων, όσο η παραστατικότητα των περιγραφών, η προσωπική ένταση του ανθρώπου που έζησε μια εμπειρία και την διύλισε μέσα από το δικό του μοναδικό φίλτρο της αισθητικής και των απόψεών του, για να την καταγράψει κατόπιν με το δικό του λεξιλόγιο. Και ο Βύρων Τομάζος αποδεικνύεται ένας δεινός παρατηρητής ανθρώπων, με πολύ ευαίσθη-

τες κεραίες για την καταγραφή τόπων, συμβάντων και λεπτών συναισθηματικών αποχρώσεων. «Το σημαντικό-τερο σε ένα ταξίδι δεν είναι τα αξιοθέατα, είναι οι άνθρωποι», είπε ο συγγραφέας στη συγκέντρωση όπου παρουσίασε το πόνημά του. Και πράγματι, αυτό που αφήνει ως αποτύπωμα η αναγνωστική περιήγηση στο βιβλίο του Βύρωνα Τομάζου δεν είναι μια τουριστική εικόνα από τους πάνω από 70 προορισμούς που επισκέφτηκε, αλλά μια γεύση από την επικοινωνία με διαφορετικούς πολιτισμούς και κώδικες.

Ένα μεγάλο προσωπικό ημερολόγιο

Τρεισήμισι χρόνια «με γράψιμο, αμφιβολίες, διορθώσεις και ξαναγράψιμο» απαίτησε η συγγραφή του βιβλίου, είπε ο Βύρων Τομάζος. Μια διαδικασία την οποία παρομοίασε με τη γέννα ενός παιδιού, στα βαφτίσια του οποίου προσκάλεσε τους φίλους του, όπως σημείωσε στην όμορφη εκδήλωση της παρουσίασης. Σε ένα πολύ ενδιαφέρον σημείο της ομιλίας αυτής αναφέρθηκε στα απρόοπτα των ταξιδιών του: «Κάποτε έμεινα ξεχασμένος για 12 ώρες μέσα σε ένα παγωμένο βαγόνι. Άλλοτε περίμενα ατελείωτες ώρες σε αεροδρόμια. Βρέθηκα στο Λάγκος, σε απομονωμένα χωριά της Ουγκάντας και σε μέρη που τα πράγματα δεν εξελίχθηκαν ακριβώς όπως τα είχα προγραμματίσει». Όμως το νόημα βρίσκεται αλλού: «Κάθε ταλαιπωρία κάτι μου άφησε. Και τελικά τα παθήματα γίνονται μαθήματα. Και όταν περνούν τα χρόνια, πολλές από τις δυσκολίες μετατρέπονται στις ωραιότερες ιστορίες».

Ο συγγραφέας υπήρξε ένας φιλοπερίεργος ταξιδιώτης που εστίαζε στα πρόσωπα: «Πάντα προσπαθούσα να μιλήσω με τους ντόπιους, να μάθω για τη ζωή τους, να ακούσω τις απόψεις τους, να δείξω πραγματικό ενδιαφέρον για τον τόπο τους. Συχνά μέσα από μια απλή συζήτηση με έναν οδηγό ταξί, έναν ξεναγό και έναν εργαζόμενο σε ένα ξενοδοχείο, μπορεί κανείς να μάθει περισσότερα για μια χώρα από όσα θα διαβάσει σε έναν ταξιδιωτικό οδηγό». Οι αναμνήσεις έγιναν σημειώσεις, οι σημειώσεις κεφάλαια και τα κεφάλαια ένα βιβλίο. «Ξαναγυρνώντας σήμερα σε όσα έχω γράψει, νιώθω σαν να ξεφυλλίζω ένα μεγάλο προσωπικό ημερολόγιο», είπε ο Βύρων Τομάζος, παρατηρώντας πως η καθυστέρηση στην ολοκλήρωση του βιβλίου είχε τελικά και μια θετική πλευρά: «Έτσι είχα τον χρόνο να επεξεργαστώ καλύτερα τις εμπειρίες μου, να αναζητήσω πρόσθετες πληροφορίες και να προσθέσω σκέψεις που ίσως δεν είχα κάνει όταν συνέβαιναν τα ίδια τα γεγονότα. Δεν μετάνιωσα ούτε στιγμή γι' αυτή τη διαδικασία, αντίθετα μου έδωσε μεγάλη χαρά. Γι' αυτά τα τρισήμισι χρόνια γράφοντας το *Ταξιδεύοντας* ήταν σαν να έκανε όλα τα ταξίδια μου για δεύτερη φορά. Και ίσως αυτό να είναι τελικά ένα από τα μεγάλα δώρα της συγγραφής».

Νήματα που δένουν τις ψυχές

Για το βιβλίο του Βύρωνα Τομάζου μίλησαν στην εκδήλωση παρουσίασης ο ομότιμος καθηγητής του Πανε-



Ο Βύρων Τομάζος στο νέο του βιβλίο με τίτλο *Ταξιδεύοντας* αποδεικνύεται ένας δεινός παρατηρητής ανθρώπων, με πολύ ευαίσθητες κεραίες για την καταγραφή τόπων, συμβάντων και λεπτών συναισθηματικών αποχρώσεων

πιστημίου Πατρών Νίκος Ζαγούρας και ο ιατρός Νίκος Μαρκέας, παρουσιάζοντας τη δική τους ανάγνωση. Μια πιο συναισθηματική προσέγγιση έκανε η φιλόλογος Μαριάννα Μαυραγάνη, που σημείωσε ότι ο συγγραφέας πήρε μαζί του τους αναγνώστες «σε όλα τα πλάτη και τα μήκη της Γης μας», όμως πάνω από όλα «μας σύστησε ανθρώπους»: «Συνανθρώπους μας με άλλα φυλετικά χαρακτηριστικά, με τρόπο ζωής και θρησκείες άγνωστες, τόσο διαφορετικούς μα τόσο όμοιους στη χαρά, στη λύπη, στις σχέσεις και στις ελπίδες τους, στους γάμους και στις δουλειές τους, στην καθημερινότητα και στις αναζητήσεις τους». Ο συγγραφέας ταξίδευε κυρίως για επαγγελματικούς λόγους, όμως «έβρισκες τον τρόπο να συμμετέχεις στα γλέντια τους, να τους πλησιάζεις με χιούμορ και ευαισθησία και να πλέκεις αόρατα νήματα που δεν χρειάζονται ίδια γλώσσα για να δέσουν ψυχές». Κατά την ομιλήτρια, «θέλει μεγάλο ταλέντο αυτό και κανένας επικοινωνιολόγος δεν μπορεί να το διδάξει, γιατί είναι έμφυτο και τρέφεται από σεβασμό προς τον συνάνθρωπο: Όποιος κι αν είναι αυτός, σε όποια φυλή ή έθνος ή κοινωνική κάστα κι αν ανήκει. Και αυτό είναι ο ανθρωπισμός στην πράξη, χωρίς κούφια λόγια και σκοπιμότητες».



«Ταξιδεύω δεν σημαίνει απλώς βλέπω. Σημαίνει παρατηρώ, γνωρίζω, συγκρίνω και τελικά μαθαίνω», είπε ο συγγραφέας σε μια μεγάλη εκδήλωση παρουσίασης του βιβλίου που διοργάνωσε στο Κτήμα Μπραϊμνιώτη στις 24 Σεπτεμβρίου

30 Μικρασιατικό φεστιβάλ



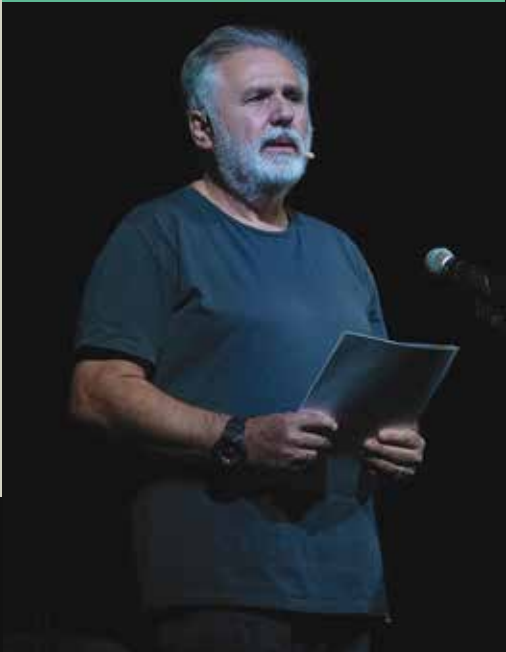
▲ Η Βούλα ταξίδεψε για δύο ημέρες στη Μικρά Ασία, μέσα από τη μουσική, τον χορό, την ιστορική μνήμη και τις προσωπικές ιστορίες ανθρώπων που κουβαλούν ακόμη τις ρίζες του ξεριζωμού. Το 11^ο Μικρασιατικό Φεστιβάλ «Μικρασία της Καρδιάς μας» πραγματοποιήθηκε στις 4 και 5 Σεπτεμβρίου, φέρνοντας στο επίκεντρο την πολιτιστική κληρονομιά και τη μνήμη του Μικρασιατικού Ελληνισμού.



Στην Πνευματική Εστία Βούλας φιλοξενήθηκε παράλληλα φωτογραφική έκθεση με τίτλο «Η Μικρασιατική Εκστρατεία και η καταστροφή», με ιστορικά κείμενα και φωτογραφικό υλικό σε επιμέλεια του μουσειολόγου Βασίλη Νικόλτσιου



Ο ΙΕΡΟΚΛΗΣ ΜΙΧΑΗΛΙΔΗΣ ΠΡΟΛΟΓΙΣΕ ΤΗ ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ ΤΗΣ ΠΡΩΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ, ΜΕΤΑ ΤΟ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗ ΣΜΥΡΝΗ. ΤΗ ΔΕΥΤΕΡΗ ΗΜΕΡΑ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΠΡΟΒΛΗΘΗΚΕ Η ΤΑΙΝΙΑ «ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ» ΤΟΥ ΤΑΣΟΥ ΜΠΟΥΛΜΕΤΗ.



▲ Η ΕΛΛΗ ΠΑΣΠΑΛΑ ΜΑΓΕΨΕ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΤΗΣ ΒΟΥΛΑΣ ΔΙΝΟΝΤΑΣ ΦΩΝΗ ΣΤΙΣ ΜΕΛΩΔΙΕΣ ΤΗΣ ΕΥΑΝΘΙΑΣ ΡΕΜΠΟΥΤΣΙΚΑ

◀ Η Ευανθία Ρεμπούτσικα πρωταγωνίστησε σε μια ιδιαίτερα συγκινητική μουσική βραδιά. Το κοινό παρακολούθησε ένα πρόγραμμα που συνέδεσε τη σύγχρονη μουσική δημιουργία με τις μνήμες και τα ακούσματα της Ανατολής. Την επόμενη ημέρα η πλατεία γέμισε με παραδοσιακούς ήχους και χορούς από τα χορευτικά τμήματα των συλλόγων «Ευρυάλη» και «Ανεμόεσσα».



▲ ΟΠΩΣ ΚΑΘΕ ΧΡΟΝΟ, ΣΤΙΣ 5/9 ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ ΕΠΙΜΗΝΗΣΥΝΗ ΔΕΗΣΗ ΣΤΟ ΜΝΗΜΕΙΟ ΜΙΚΡΑΣΙΑΤΩΝ ΤΗΣ ΒΟΥΛΑΣ, ΟΠΟΥ Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΕΛΛΟΣ ΚΑΤΕΘΕΣΕ ΣΤΕΦΑΝΙ

Όταν το πληκτρολόγιο βγάζει αποφάσεις

του Ρόμπερτ Κιουτσουκαλιντζιόγλου

Οι παντογνώστες των social media είναι πλέον παντού. Έχουν άποψη για όλα και, συνήθως, την εκφράζουν με απόλυτη βεβαιότητα, παρακάμπτοντας εκείνους που έχουν την αρμοδιότητα, την ευθύνη και κυρίως την εικόνα των πραγματικών δεδομένων. Κόβεται ένα δέντρο και αμέσως αρχίζει η κατακραυγή. Πληκτρολόγια παίρνουν φωτιά, ευθύνες αποδίδονται και οι πάντες μπαίνουν στο ίδιο κάδρο, χωρίς να έχει προηγηθεί ούτε καν η στοιχειώδης ερώτηση. Προηγήθηκε αυτοψία; Εξετάστηκε το δέντρο από γεωπόνους; Υπήρχε λόγος να κοπεί; Προφανώς, αυτά απαιτούν λίγο περισσότερη προσπάθεια από ένα σχόλιο στα social media. Ένα ΙΧ ανεβαίνει σε ένα πεζοδρόμιο και πάλι ο δήμος βρίσκεται στο στόχαστρο. Η Δημοτική Αστυνομία, οι υπηρεσίες, όλοι φταίνε. Το γεγονός ότι κάποιος οδηγός επέλεξε να παρανομήσει μοιάζει να περνάει σε δεύτερη μοίρα. Και τώρα η νέα πλατεία της Βούλας. «Δεν έχει δέντρα», «δεν ξεχωρίζει

Το πρόβλημα δεν είναι ότι υπάρχει κριτική. Το πρόβλημα είναι η επιφανειακή κριτική που προηγείται της γνώσης.

ο δρόμος από τον ποδηλατόδρομο», «δεν μου αρέσει». Όλα αυτά, ενώ η πλατεία δεν έχει ακόμη ολοκληρωθεί. Η ίδια περίπου ιστορία είχε επαναληφθεί και στην πλατεία Νυμφών στη Βουλιαγμένη. Υπήρξαν αντιδράσεις, μέχρι και συγκέντρωση διαμαρτυρίας είχε γίνει. Μόλις όμως η πλατεία ολοκληρώθηκε, οι περισσότεροι από εκείνους που είχαν πρωτοστατήσει στις αντιδράσεις φαίνεται πως την ενσωμάτωσαν μια χαρά στην καθημερινότητά τους. Σήμερα απολαμβάνουν τον καφέ τους εκεί. Να θυμηθούμε τη μαρίνα της Βουλιαγμένης; Και εκεί οι αντιδράσεις ήταν έντονες. Τα παραδείγματα είναι πολλά και, σχεδόν πάντα, η πραγματικότητα αποδεικνύεται πιο σύνθετη από μια ανάρτηση ή ένα σχόλιο λίγων γραμμών.

Το ίδιο συμβαίνει ακόμη και με τους οδοκαθαριστές. Υπάρχουν άνθρωποι που βρίσκουν χρόνο να ασκήσουν κριτική επειδή, όπως λένε, δεν καθαρίστηκε καλά ο τάδε δρόμος ή η δεινά οδός. Η κριτική, βέβαια, είναι θεμιτή. Αλλά πόσοι από αυτούς έχουν σκεφτεί ποιοι είναι οι άνθρωποι που βρίσκονται εκεί από τα χαράματα, μέσα στη ζέστη του καλοκαιριού ή στο κρύο του χειμώνα, προσπαθώντας να μαζέψουν τα σκουπίδια που «εμείς» πετάμε κάτω; Το πρόβλημα δεν είναι ότι υπάρχει κριτική. Το πρόβλημα είναι η επιφανειακή κριτική που προηγείται της γνώσης. Η άποψη που διατυπώνεται πριν εξεταστούν τα δεδομένα. Η καταδίκη πριν ολοκληρωθεί ένα έργο. Η ευθύνη που αποδίδεται πριν καν αναζητηθεί ποιος πραγματικά ευθύνεται. Και κάπου εδώ είναι να απορεί κανείς πόσοι επιφανειακοί «ειδικοί» υπάρχουν τελικά στα social media και, ακόμη περισσότερο, πόσοι άλλοι επηρεάζονται από αυτούς. Γιατί μια άποψη που γράφεται με αυτοπεποίθηση δεν γίνεται αυτομάτως και γνώση. Και ένα σχόλιο που συγκεντρώνει πολλά likes δεν αποτελεί απαραίτητα και την αλήθεια.

bullets

● ● ● Είναι απίστευτο πώς γίνονται «άποψη» στο Δημοτικό Συμβούλιο η άγνοια και η βαρεμάρα ● Φοβερός συνδυασμός αν το σκεφτεί κανείς ● Η συνεδρίαση της 3ης Αυγούστου δεν ήταν εύκολη ● Απαιτούσε να έχει διαβάσει κανείς την εισήγηση για το σύστημα «πληρώνω όσο πετάω» και να προσέλθει έτοιμος ● Η εισήγηση του Δημάρχου ήταν πολύ αναλυτική, αλλά πάνω σε θέματα και νούμερα που απαιτούσαν πρώτα μια εξοικείωση ● Λογικό ότι κάποιοι πελάγωσαν ● Ένας όμως έκανε την αδυναμία του να κατανοήσει, στεντόρεια θέση ● «Είναι το λιγότερο αστείο ότι θα ψηφίσετε κάτι που δεν μπορείτε να εξηγήσετε» είπε ο αρχηγός μιας παράταξης της αντιπολίτευσης προς τους συμβούλους της πλειοψηφίας ● Επειδή δεν κατανόησε ο ίδιος, πίστεψε ότι κανείς δεν κατανοεί ● Και σαν από ...κασέτα επανέλαβε ότι είναι ένα «τεράστιο χαράτσι» το «Πληρώνω όσο πετάω», ενώ μειώνει ξεκάθαρα τα δημοτικά τέλη ● Είδε «τρελή μπίζνα» και «πολλά εκατομμύρια για το μεγάλο κεφάλαιο» ● Στον όμορφο δικό του κόσμο δεν χρειάζεται

διάλογος και επιχειρήματα, όλοι έχουν πειστεί εκ των προτέρων και μάλιστα ...ομόφωνα.

● ● ● Αυτό όμως που είχε πολύ γούστο στη συγκεκριμένη συνεδρίαση ήταν το παράπονο άλλου αρχηγού για αυτήν εδώ τη στήλη ● Γράψαμε κάτι που τον πικάρισε, για μια κηδεία στην οποία παρέστη μόνο και μόνο για πολιτικούς λόγους ● Θα μπορούσε να εκφράσει τη διαφωνία του ή ακόμα και την οργή του ● Αντιδράσεις κατανοητές και θεμιτές ● Τι έκανε όμως ο ασιίδας; ● Κάλεσε από μικροφώνου τον Δήμαρχο να μας συνετίσει ● Έβαλε μέσο! ● Και πρόσθεσε τη γνωστή ανόητη σάλτσα ότι επιφυλάσσεται παντός νομίμου δικαιώματός του ● Κι εμείς επιφυλασόμεθα παντός ανομήματος και διατηρούμε επίσης το δικαίωμα να μη μείνουμε σιωπηλοί, γιατί η αστεία πλευρά της τοπικής πολιτικής είναι το ψωμί αυτής της στήλης!

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

LOWRANCE®

ΑΡΩΓΟΣ ΣΤΟ ΤΕΛΕΙΟ ΨΑΡΕΜΑ!



ΒΥΘΟΜΕΤΡΑ

EAGLE

**HDS
PRO**

ELITE FS

f technava.lowrance.fishing.club
lowrance_technavagr

Βιομηχανικό Πάρκο Σχιστού, Πέραμα, 18863 Πειραιάς, Ελλάδα
T: 210.40.15.790 • W: www.lowrance.gr • E: lowrance@technava.gr

TECHNAVA
Boat Market Leader