

# ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗΣ

Εβδομαδιαία εφημερίδα • Πέμπτη 02.03.2023 • [www.anagnostis.org](http://www.anagnostis.org) • [anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com) • Έτος 26ο • Αρ. φύλλου 1206 • ΕΥΡΩ 2,00

## Αποζημιώσεις για τον περσινό παγετό



Αποζημιώσεις στους παραγωγούς εσπεριδοειδών που επλήγησαν από τον παγετό του Ιανουαρίου 2022, δρομολογεί ο ΕΛΓΑ, σύμφωνα με τον Α. Λυκουρέντζο. Πόσα λεφτά θα πάρουν οι αγρότες. Σελ 12

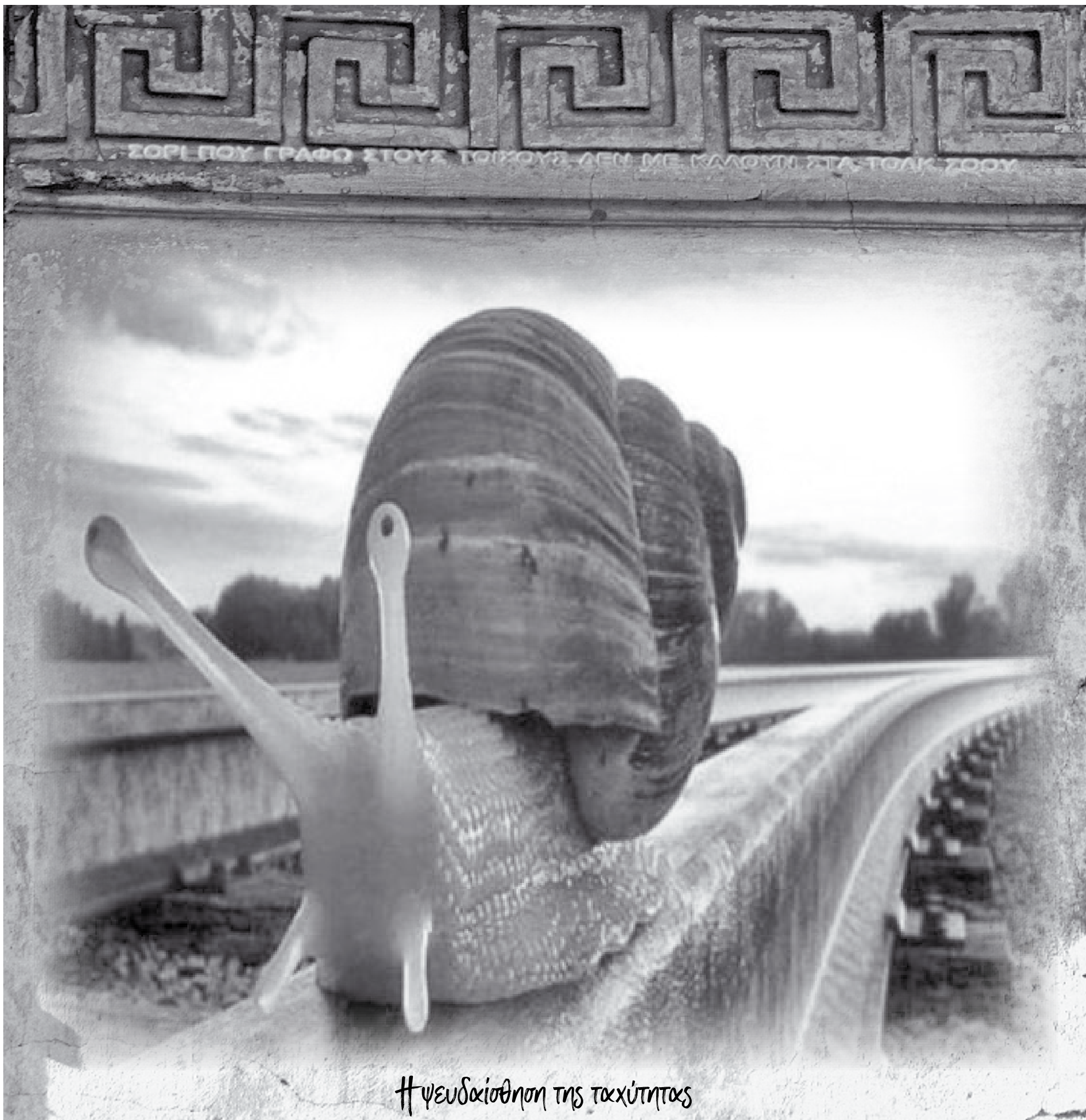
## Η «Καθαρή Δευτέρα» των Ελλήνων



«Μετράει να είναι γερές οι δικές μας καλούμπες και καλοφτιαγμένοι οι σκελετοί, που μόνοι εμείς θα φτιάξουμε με καινούριες οδηγίες, δοκιμασμένες κάτω από συνθήκες αντίξωων καιρών». Άρθρο του αρχαιολόγου Κωνσταντίνου Τζαμπάση. Σελ. 12, 13

## » «ΚΑΜΠΑΝΑΚΙ» ΓΙΑ ΜΟΝΑΔΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΟΥ ΠΑΡΑΝΟΜΟΥΝ ΚΑΙ ΤΑ ΡΙΧΝΟΥΝ ΣΤΟΥΣ ΚΑΔΟΥΣ





## Η ψευδαίσθηση της ταχύτητας

### Ταυτότητα

**ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ**  
**Εβδομαδιαία Εφημερίδα**  
**Αρ. Σήματος:** 159481  
**Δικαιούχος Σήματος:**  
 Α. ΓΚΑΤΖΙΟΣ Θ. ΝΤΑΝΟΣ ΟΕ  
**Μέλος Ε.Ι.Ε.Τ.**

**Κωδ. Εντύπου:** 4126

**Αριθμός φύλλου:** 1206  
**Ημερομηνία:** ΠΕΜΠΤΗ 02.03.2023

**Ιδιοκτησία:**  
 Α. ΓΚΑΤΖΙΟΣ Θ. ΝΤΑΝΟΣ ΟΕ  
**Εκδότης, Νόμιμος εκπρόσωπος,**  
**Δ/ντής, Δ/ντής σύνταξης:**  
 Άκης Γκάτζιος

**Σχεδιασμός:** ΕΝΘΕΣΙΣ  
**Εκτύπωση:**  
 «ΚΑΤΑΓΡΑΜΜΑ» ΚΙΑΤΟ  
**Διανομή:** ΕΛΤΑ, ΤΝΚ  
 LOGISTICS, ΕΝΘΕΣΙΣ

**ΕΔΡΑ:** **ΝΑΥΠΛΙΟ**, Βελλίνη 5  
 Τηλ. 2752 0 22257

κιν. 697 651 1108, 693 7577471  
 anagnostispe@hotmail.com  
 www.anagnostis.org

**Τιμή:** 2,00 ευρώ  
**Συνδρομές** (με ΦΠΑ): Ετήσια ιδιωτών  
 45,00 ευρώ, Ετήσια Οργανισμών, ΟΤΑ,  
 ΝΠΙΔ, ΝΠΔΔ 300,00 ευρώ.

Ετήσια Τραπεζών, φορέων  
 επιχειρήσεων: 150,00 ευρώ

Τα ενυπόγραφα άρθρα που δημοσιεύονται στον «Αναγνώστη Πελοποννήσου» δεν εκφράζουν υποχρεωτικά τις απόψεις της εφημερίδας. Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή

κειμένων και φωτογραφιών, ολική ή μερική ή περιληπτική, χωρίς την γραπτή άδεια του εκδότη (Ν.2121/1993).

*Ευχαριστούμε πολύ τους αρθρογράφους που προσφέρουν αφιλοκερδώς τις εργασίες τους*

# Ραδιενεργά απόβλητα ανάμεσά μας

## Οι δήμοι θα ελέγχουν ακόμη και τους κάδους με μηχανήμα ανίχνευσης ραδιενέργειας

Το μπλόκο των 35 φορτηγών με ραδιενεργής φύσης απορρίμματα που ετοιμάζονταν να τα πετάξουν στην Παλαιόχουνη, ανοίγει το σοβαρό κεφάλαιο των επικίνδυνων απορριμμάτων που ρίχνονται ακόμα και σε κάδους σκουπιδιών, οι οποίοι μπορεί να βρίσκονται στη γειτονιά του καθενός μας.

Το χρόνιο πρόβλημα που υπήρχε προφανώς και τις χωματερές, αλλά κανένας δεν είχε ασχοληθεί μέχρι τώρα – πλην μεμονωμένων περιπτώσεων -, μόλις έγινε αντιληπτό, προκάλεσε συναγερμό στην περιφέρεια, η οποία υποχρεώνει πλέον τους δήμους να προμηθευτούν με φορητό μηχανήμα ανίχνευσης ραδιενέργειας, «σκανάρωντας» ακόμα και τους κάδους. Ο έλεγχος που θα διενεργείται, θα αφορά πάνω από 30 ραδιενεργά υλικά και θα είναι συστηματικός με βάση συγκεκριμένες υποδείξεις από τη Διεύθυνση Περιβάλλοντος προς τους δήμους.

«Έχουμε πολύ μεγάλη ευθύνη προστασίας και των ανθρώπων και του περιβάλλοντος και θα παρακολουθούμε στενά το όλο θέμα», δηλώνει ο περιφερειάρχης Πελοποννήσου Παναγιώτης Νίκας.

Η προμήθεια του φορητού μηχανήματος θα βοηθήσει πολύ και στην πρόληψη, καθώς θα μπορούν να ελέγχεται ακόμη ο χρόνος ημιζωής των ραδιενεργών στοιχείων που ενδεχομένως εντοπίζονται. Το απορριμματοφόρο με το ραδιενεργό φορτίο θα πρέπει να απομονώνεται σε ειδικό χώρο τον οποίον θα γνωρίζουν οι Αρχές και όταν διαπιστωθεί από την συσκευή ελέγχου ότι μπορεί να γίνει η απόρριψή του, τότε θα δίνεται η άδεια για την διάθεσή του στη μονάδα διαχείρισης.

### Μονάδες Υγείας και ραδιενέργεια

Εντωμεταξύ η Περιφέρεια χτυπάει «καμπανάκι» για πιθανή εύρεση μονάδων υγείας που παρανομούν και δεν διοχετεύουν τα ραδιενεργά απόβλητά τους σε νόμιμες εταιρείες συλλογής με τις οποίες θα πρέπει να έχουν σύμβαση. Μάλιστα προαναγγέλλονται αυστηροί και συστηματικοί έλεγχοι από τη Διεύθυνση Περιβάλλοντος της Περιφέρειας.

Ραδιενεργά απόβλητα είναι τα εναπομείναντα «άχρηστα» προϊόντα που προκαλούνται από ανθρώπινες δραστηριότητες με ραδιενεργά υλικά. Τα παραγόμενα στην Ελλάδα ραδιενεργά απόβλητα προκύπτουν από τις εγκεκριμένες πρακτικές ιοντιζουσών ακτινοβολιών, που ενέχουν χρήση ραδιοϊσοτόπων με τη μορφή ανοικτών ή κλειστών ραδιενεργών πηγών. Κατά κύριο λόγο, αυτές αφορούν τον τομέα της ιατρικής (πυρηνική ιατρική και ακτινοθεραπεία) και κατά δεύτερο



# 66

**35 φορτηγά με ραδιενεργής φύσης απορρίμματα ετοιμάζονταν να τα πετάξουν στην Παλαιόχουνη**

λόγο τους τομείς της βιομηχανίας και έρευνας. Στην πλειονότητά τους είναι βραχύβια, χαμηλού επιπέδου απόβλητα (διεθνώς αποκαλούνται VSLW-very short lived waste), τα οποία μετά από επί τόπου διαχείριση, πέφτουν κάτω από τα όρια αποδέσμευσης, και μπορούν να αποδεσμευτούν στο περιβάλλον. Εκτός αυτών, όμως, στη χώρα μας παράγονται σχετικά μικρές μεν, αλλά υπαρκτές ποσότητες ραδιενεργών αποβλήτων που χρήζουν διαχείρισης.

Να σημειωθεί ότι Ραδιενεργά υλικά χρησιμοποιούνται καθημερινά στην ιατρική (για διαγνωστικές εξετάσεις και θεραπείες στην πυρηνική ιατρική, όπως η χρήση ραδιοφαρμάκων, στην ακτινοθεραπεία, όπως οι ακτινοβολήσεις καρκινικών όγκων, ενδοϊστικά εμφυτεύματα), στη βιομηχανία (για ραδιογραφίες, ακτινοβολήσεις υλικών για αποστείρωση, έλεγχο ποιοτικών και λειτουργικών παραμέτρων, όπως η μέτρηση στάθμης ή πάχους υλικών), στην έρευνα και εκπαίδευση, όπως πειράματα βιολογίας, χημείας, επιστήμης υλικών, αλλά και σε εξειδικευμένες εφαρμογές, όπως ο εντοπισμός κοιτασμάτων.

Το πρόβλημα όμως δεν σταματά εδώ, αφού – σύμφωνα με την «Ελληνική Επιτροπή Ατομικής Ενέργειας - στη χώρα μας δεν υπάρχει εγκατάσταση

διάθεσης ραδιενεργών αποβλήτων. Επιπλέον, δεν υφίστανται εγκαταστάσεις ανακύκλωσης ραδιενεργών υλικών, και ως εκ τούτου, η τελική διαχείρισή τους προϋποθέτει την εξαγωγή τους από τη χώρα σε εγκεκριμένη εγκατάσταση ανακύκλωσης ραδιενεργών υλικών του εξωτερικού. Για τις πηγές και τα υλικά που δεν μπορούν να εξαχθούν σε εγκατάσταση ανακύκλωσης ραδιενεργών υλικών ο αναμενόμενος τρόπος διάθεσης είναι σε "engineered near surface disposal facility".

### Τα φορτηγά με ραδιενέργεια

Όλα ξεκίνησαν στη μονάδα διαχείρισης απορριμμάτων στην Παλαιόχουνη, όταν ανακαλύφθηκαν ότι 35 φορτηγά με σκουπίδια που έφτασαν εκεί από τους δήμους είχαν ραδιενεργής φύσης απορρίμματα. Από την μέχρι τώρα υλοποίηση της ΣΔΙΤ κεντρικής διαχείρισης απορριμμάτων οι δήμοι έχουν προωθήσει συνολικά προς την μονάδα στην Παλαιόχουνη 35 φορτηγά με ραδιενεργής φύσης απορρίμματα, στα οποία η εταιρεία δεν επέτρεψε την είσοδο στις εγκαταστάσεις της. Σε σύσκεψη που πραγματοποιήθηκε υπό τον περιφερειάρχη Πελοποννήσου Π. Νίκα, συμμετείχαν αντιπεριφερειάρχες, αντιδήμαρχοι καθαριότητας των δήμων της Περιφέρειας Πελοποννήσου, ο ΦοΔΣΑ, η εταιρεία "Περιβαλλοντική Πελοποννήσου" Α.Ε., και υπηρεσιακοί παράγοντες από την Διεύθυνση Περιβάλλοντος και αναζητήθηκαν τρόποι αντιμετώπισης του σοβαρού προβλήματος που ενέχει κινδύνους για τη δημόσια υγεία.

### Οι δήμοι και οι ευθύνες τους

Όπως συμφωνήθηκε, οι δήμοι θα προβούν στην προμήθεια ειδικής συσκευής με την οποία θα ελέγχονται κάδοι απορριμμάτων σε συγκεκριμένα σημεία των πόλεων, καθώς και η ημιζωή των ραδιενεργών στοιχείων που ενδε-

χομένως εντοπίζονται. Στην επιστημονική ορολογία ως "ημιζωή" ή "χρόνος υποδιπλασιασμού" ορίζεται ο χρόνος ο οποίος απαιτείται, ώστε να διασπαστεί η μισή από την αρχική ποσότητα του ραδιενεργού υλικού. Επίσης, όταν θα εντοπίζεται σχετική ουσία σε ένα απορριμματοφόρο, αυτό θα απομονώνεται σε ειδικό χώρο τον οποίον θα γνωρίζουν οι Αρχές και όταν διαπιστωθεί από την συσκευή ελέγχου ότι μπορεί να γίνει η απόρριψή του, τότε θα δίνεται η άδεια για την διάθεσή του στη μονάδα διαχείρισης.

Ήδη στους δήμους έχει φτάσει έγγραφο του περιφερειάρχη Π. Νίκα για το θέμα των ραδιενεργών αποβλήτων, βάση του οποίου:

«- Οι Δήμοι θα πρέπει να προμηθευτούν με φορητό μηχανήμα ανίχνευσης ραδιενέργειας (Identifier), το οποίο επίσης ταυτοποιεί και το ραδιοϊσότοπο που περιέχεται στα απορρίμματα.

- Η προμήθεια του φορητού μηχανήματος θα βοηθήσει πολύ και στην πρόληψη, καθώς θα μπορούν να ελέγχονται ακόμη και κάδοι απορριμμάτων σε συγκεκριμένα σημεία των πόλεων, καθώς και ο χρόνος ημιζωής των ραδιενεργών στοιχείων που ενδεχομένως εντοπίζονται.

# 66

**Η Περιφέρεια χτυπάει «καμπανάκι» για μονάδες υγείας που παρανομούν και δεν διοχετεύουν τα ραδιενεργά απόβλητα σε νόμιμες εταιρείες συλλογής με τις οποίες θα πρέπει να έχουν σύμβαση**

- Το απορριμματοφόρο με το ραδιενεργό φορτίο θα πρέπει να απομονώνεται σε ειδικό χώρο τον οποίον θα γνωρίζουν οι Αρχές και όταν διαπιστωθεί από την συσκευή ελέγχου ότι μπορεί να γίνει η απόρριψή του, τότε θα δίνεται η άδεια για την διάθεσή του στη μονάδα διαχείρισης.

- Με τον τρόπο αυτό θα υπάρξει καλύτερη ικνυλασιμότητα και πιθανή εύρεση μονάδων υγείας που παρανομούν και δεν διοχετεύουν τα ραδιενεργά απόβλητά τους σε νόμιμες εταιρείες συλλογής με τις οποίες θα πρέπει να έχουν σύμβαση.

- Οι έλεγχοι θα πρέπει να είναι συστηματικοί και η Υπηρεσία μας θα είναι

στη διάθεση των Δήμων για οποιαδήποτε βοήθεια ή υπόδειξη.

Η Υπηρεσία μας θα παρακολουθεί στενά το θέμα και παρακαλούμε για την εφαρμογή των ανωτέρω, καθώς όλοι μας έχουμε μεγάλη ευθύνη για την προστασία του περιβάλλοντος και της Δημόσιας Υγείας».

### Διαχείριση ραδιενεργών αποβλήτων

Όπως αναφέρει η «Ελληνική Επιτροπή Ατομικής Ενέργειας», «Τα ραδιενεργά απόβλητα λόγω της επικινδυνότητάς τους για την ανθρώπινη υγεία και το περιβάλλον, χρήζουν είτε άμεσης / βραχυπρόθεσμης εγκεκριμένης διαχείρισης απευθείας από τον παραγωγό τους, είτε μακροπρόθεσμης και οργανωμένης διαχείρισης σε εγκεκριμένες από την Πολιτεία για τον σκοπό αυτό ειδικές εγκαταστάσεις. Σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα, η τελική διαχείριση των ραδιενεργών αποβλήτων μπορεί να γίνει με δύο τρόπους:

Α) με αποδέσμευση στο περιβάλλον, εφόσον πληρούνται τα θερμοθετημένα επίπεδα αποδέσμευσης, όπως περιγράφεται στους Κανονισμούς Ακτινοπροστασίας (π.δ. 101/2018). Τα θερμοθετημένα αυτά επίπεδα αποδέσμευσης έχουν τεθεί με κριτήριο, ώστε οποιοδήποτε άτομο του πληθυσμού να μην δέχεται δόση ακτινοβολίας πάνω από 10 μSv (μικρο-Σίφερτ) ανά έτος από την απελευθέρωση του συγκεκριμένου επιπέδου ραδιενέργειας στο περιβάλλον. Επισημαίνεται ότι το όριο δόσης για ένα άτομο του πληθυσμού από το σύνολο των πρακτικών ιοντιζουσών ακτινοβολιών είναι 1000 μSv ανά έτος. Το όρια αυτά είναι τα ίδια σε ευρωπαϊκό και διεθνές επίπεδο.

Β) με διάθεση (δηλαδή μόνιμη και οριστική εναπόθεση, χωρίς πρόθεση επανάκτησης) σε εγκεκριμένη εγκατάσταση διάθεσης ραδιενεργών αποβλήτων. Υπάρχουν διάφορα είδη εγκαταστάσεων διάθεσης ραδιενεργών αποβλήτων, όπως ενδεικτικά, εναπόθεση σε έκταση (land field disposal), εναπόθεση σε επιφανειακή εγκατάσταση μικρού βάθους (near surface disposal), εναπόθεση σε γεώτρηση κάποιων δεκάδων μέτρων (borehole), κλπ. Η επιλογή του είδους της εγκατάστασης διάθεσης εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, και η ποσότητα των ραδιενεργών αποβλήτων, οι περιέκτες (συσκευασία) των ραδιενεργών αποβλήτων, οι υφιστάμενες και μελλοντικές περιβαλλοντικές συνθήκες (γεωλογικές, σεισμολογικές, υδρολογικές, κ.ο.κ), τα αναπτυξιακά σχέδια διαμόρφωσης περιοχών, οι υπάρχουσες και οι μελλοντικές υποδομές και διαθεσιμότητα χώρων, οικονομικοί-κοινωνικοί παράγοντες, κλπ.

## απροσάρμοστα ητομγόσορη

Γιατί απέλυσσα τη γραμματέα μου!

Προσέξτε μην σας συμβεί...

Πριν από δύο εβδομάδες ήταν τα 45α γενέθλια μου και δεν αισθανόμουν ιδιαίτερα καλά γι' αυτό. Κατέβηκα να πάρω το πρωινό μου ξέροντας ότι η γυναίκα μου θα μου έφτιαχνε το κέφι με τις ευχές της και ίσως και με κάποιο δώρο.

Όχι μόνο δεν μου ευχήθηκε, δεν είπε ούτε "καλημέρα"! "Καλά να πάθεις, που 'θελες και παντρείς", σκέφτηκα. Παρηγορήθηκα όμως γιατί φανταζόμουν ότι τα παιδιά θα το θυμόντουσαν. Τα παιδιά όμως κατέβηκαν για πρωινό και δεν είπαν λέξη.

Όταν έφτασα στο γραφείο, ήμουν τελείως πεσμένος και απογοητευμένος.

Καθώς έμπαινα, η γραμματέας μου η Τζάνετ μου είπε, "Καλημέρα κύριε διευθυντά, Ευτυχισμένα Γενέθλια." Αισθάνθηκα καλύτερα, κάποιος τουλάχιστον με θυμήθηκε. Δούλεψα μέχρι το μεσημέρι. Κάποια στιγμή, η Τζάνετ μου χτύπησε την πόρτα και είπε, "Ξέρετε, Έξω έχει υπέροχο καιρό και μια και

είναι τα γενέθλια σας, τί θα λέγατε να πηγαίναμε για γεύμα οι δυο μας;" "Αυτό είναι η καλύτερη ιδέα που άκουσα σήμερα. Πάμε". Πήγαμε για φαγητό. Δεν πήγαμε εκεί που τρώγαμε συνήθως αλλά σε ένα μικρό απομονωμένο μέρος στην εξοχή. Πήραμε δύο μαρτίνι και απολαύσαμε φοβερά το γεύμα μας. Κατά την επιστροφή μου είπε, "Μια τόσο όμορφη μέρα δεν χρειάζεται να επιστρέψουμε στο γραφείο, έτσι;" "Υποθέτω πως όχι" απάντησα εγώ. "Πάμε στο διαμέρισμά μου", μου είπε εκείνη. Φτάνοντας στο διαμέρισμά μου είπε, "Κύριε διευθυντά, αν δεν σας πειράζει, θα πάω στο

υπνοδωμάτιο να βάλω κάτι πιο άνετο."

"Βεβαίως", απάντησα ενθουσιασμένος.

Πήγε στο δωμάτιο και, μετά από κανένα πεντάλεπτο, βγήκε κρατώντας μια τούρτα γενεθλίων, ακολουθούμενη από τη γυναίκα μου, τα παιδιά, και ντουζίνες ολόκληρες από οικγενειακούς φίλους. Όλοι τραγουδούσαν το τραγουδάκι των γενεθλίων... και εγώ καθόμουν εκεί, στον καναπέ... θεόγυμνος.



Και μην ξεχνάτε...η ζώνη σώζει ζωές

### ανέκδοτο

## Το όνομα

Ένας Αμερικανός τουρίστας στο Τελ Αβίβ ήταν έτοιμος να μπει στο Μέγαρο Μουσικής Μαν για να παρακολουθήσει μια συναυλία από τη Φιλαρμονική του Ισραήλ.

Θαύμαζε τη μοναδική αρχιτεκτονική, τις υπέροχες γραμμές της εισόδου και την υπερσύγχρονη διακόσμηση σε όλο το κτίριο.

Τελικά γύρισε στο συνοδό του και ρώτησε αν το κτίριο πήρε το όνομά του απ' τον περίφημο Τόμας Μαν, τον παγκόσμιου φήμης συγγραφέα.

"Όχι", του είπε ο φίλος του. "Ονομάστηκε έτσι από τον Φρέντρικ Μαν, από τη Φιλαδέλφεια.

"Αλήθεια; Δεν τον έχω ακούσει... Τι έγραψε;"

"Μια επιταγή".



# 'Όλα πέριξ του κέντρου στο Άργος και οι γειτονιές βογκάνε

Χωρίς επαρκή φωτισμό κεντρικοί δρόμοι και σπασμένα πεζοδρόμια



Μπορεί να νομίζουν κάποιιοι ότι το κέντρο αποτελεί τον καθρέφτη μιας πόλης, αλλά οι γειτονιές της αποτελούν σίγουρα το ζωτικότερο κομμάτι της. Είναι χαρακτηριστικό ότι οι δρόμοι που αναπλάστηκαν τελευταίοι την τελευταία 30ετία είναι οι Βασιλίσσης σοφίας, η Βασιλέως Αλεξάνδρου και η Καρπετοπούλου. Οι υπόλοιποι θα πρέπει κανείς να ανατρέξει στην δεκαετία του '90 και παλιότερα προκειμένου να θυμηθεί τότε μπήκαν τα φωτιστικά ή άλλαξαν τις πλάκες στα πεζοδρόμια. Η αλήθεια είναι πως πλην κάποιων παρεμβάσεων επί Κολιγιάττη και διαπλάτνσης των πεζοδρομίων στην Καρπετοπούλου, όπου βρίσκονται τα σπίτια του πρώην Δημάρχου Δ. Πλατή και του νυν δημάρχου Δ Καμπόσου, ελάχιστες παρεμβάσεις έχουν συμβεί και εξ αυτών οι περισσότερες για αντιμετώπιση κα-


κοτεχνιών πλησίον του αρχ. Θεάτρου Άργους. Δεν θα αναφερθώ σε παρόδους οι περισσότεροι των οποίων βρίσκονται σε άσχημη κατάσταση, όπως όλες οι συνδέσεις με την Φορονέως, αλλά σε κεντρικούς οδούς όπως η Τριπόλεως, η Καρπετοπούλου από τις εργατικές και προς την Ν. Κίο, η Μεσσηνίας Αρκαδίας, η Τσώκρη, όπου δεν μπορεί να σταθεί μάνα με καρτοσάκι παιδιού στα πεζοδρόμια, η Ζωγράφου, η Γούναρη και φυσικά η Ηρακλέους, όπου δεν έχει γίνει καμιά προσπάθεια διάνοιξής της, πόσο μάλλον πεζοδρόμησης.

Αυτό που προκαλεί αλγεινή εντύπωση και απλά δείχνει πως απλά νάχουμε φωτισμό και ας είναι αλαλούμ είναι τα διαφορετικά φωτιστικά που συναντά κανείς σε πολλούς κεντρικούς δρόμους. Άλλα με στρογγυλούς γλόμπους, άλλα με λευκούς, άλλα με κίτρινους ή άλλα με φαναράκια στο επάνω μέρος. Γενικά είναι τυχεροί όσοι στην γειτονιά τους έχουν έστω υποτυπώδη φωτισμό και πεζοδρόμιο γιατί ακόμα και εκεί που η αστικοποίηση επί Παπανικολάου προέβλεπε κολονίτσες με φωτισμό, όσες σπάνε δεν αντικαθίστανται. Το ίδιο και τα φωτιστικά. Κρέμονται οι γλόμποι μέχρι να πέσουν σε κανένα κεφάλι. Το να μιλά η μια πλευρά του Δημοτικού συμβουλίου για χρέωση μέσω δανείων την αντικατάσταση του αστικού φωτισμού και να απαντά ο Δήμαρχος του Δήμου Άργους Μυκηνών περί «Λαϊκιστών και γραφικών τύπων που δεν μπορούν να πείσουν κανένα», δεν αποτελούν σοβαρές αντιπαραθέσεις, όταν οι κεντρικοί δρόμοι είναι υποφωτισμένοι και σκοντάφτει κανείς πάνω σε σπασμένες ή ξεκολλημένες πλάκες και σε καλώδια ρεύματος στα σημεία που κάποτε υπήρχαν φωτιστικοί στύλοι.

Θ. ΝΤΑΝΟΣ




destomellon.minedu.gov.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων

## ΔΕΣ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

**ΕΠΙΛΕΓΩ**  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ  
ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ





Τι σε κάνει πρωτοπόρο, οραματιστή και επιτυχημένο επαγγελματία;  
Οι γνώσεις, οι δεξιότητες και σίγουρα η ικανότητά σου να βλέπεις μπροστά!


**Επίλεξε Επαγγελματική Εκπαίδευση και Κατάρτιση (Ε.Ε.Κ.).**

**Σπούδασε μία από τις 200 και πλέον ειδικότητες, όπως:**


- Τεχνικός Εγκαταστάσεων Ανανεώσιμων Πηγών Ενέργειας
- Τεχνίτης/-τρια Ναυπηγοεπισκευαστικής Βιομηχανίας
- Τεχνικός Ηλεκτρονικών και Υπολογιστικών Συστημάτων, Εγκαταστάσεων, Δικτύων και Τηλεπικοινωνιών
- Τεχνικός Τεχνολογίας Τροφίμων και Ποτών
- Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης - Αρχιμάγειρας (Chef)

...και χάραξε την επαγγελματική σου πορεία!




Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης



Επιτελική Δομή ΕΣΠΑ  
Ταμείο Παιδείας

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Εθνική Υποχρέωση Διαχείρισης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
Εθνική Υποχρέωση Διαχείρισης

του θέμου Γκουλιώνη\*



## Μονολογώντας

### Κηδεύτηκε η ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ

«Οι φοιτητές κήδεψαν τήν δικαιοσύνη στο Ναύπλιον», γράφει με μεγάλα γράμματα ο ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ τής 23ης Φεβ. ε. έ. (σελ.8). και στον υπότιτλο (με μικρότερα γράμματα): «Κάτω τα χέρια από την τέχνη και τον πολιτισμό». Πρώτη διαπίστωση είναι ότι η **δικαιοσύνη, η τέχνη και πολιτισμός** είναι λέξεις που έχουν υποστεί μετάλλαξη (κακοήθη εξαλλαγή, θα έλεγε ένας γιατρός σήμερα) και είναι γραμμένες με «πεζό» το πρώτο τους γράμμα, μη θυμίζοντας τήν έννοια που τής γέννησε.

Αμέσως μετά έρχεται η δεύτερη διαπίστωση: Είναι δυνατόν να κηδεύεται η Δικαιοσύνη και μάλιστα από φοιτητές, στην κεντρική πλατεία τής Πρώτης Πρωτεύουσας τού Ελεύθερου Ελληνικού Κράτους, το Ναύπλιον; Το κλίμα ήταν πανηγυρικό, και βλέπουμε σε μία τεράστια φωτογραφία, φοιτητές και φοιτήτριες να το γλεντούν.

Τι ακριβώς κηδεύουν τα νιάτα; Η λέξη Δικαιοσύνη είναι Ιερή και γράφεται με το «Δ» κεφαλαίο! γιατί περιέχει το ΔΙΚΑΙΟΝ! τήν **αιώνια και αναλλοίωτη και κοινή για όλους ιδέα τού ορθού, σύμφωνα με το καλό και το αγαθό, μια αξία που κατέχει κορυφαία θέση στην ατομική και κοινωνική ζωή.**

Μια έννοια που ανέκαθεν προσέφερε απλόχερα τήν αγάπη και τήν ομόνοια στους ανθρώπους.

Ανέκαθεν; Και τότε πώς κατάντησε αυτή η λέξη - σύμβολο να γίνει **άξια διαπόμπευσης και κηδείας;**

Πώς και δέν τήν πρόσεξε κανείς αυτή τήν Ιεροσουλιά; Για τήν Τέχνη και τόν Πολιτισμό θα τά πούμε άλλη φορά...

Ναύπλιον 26.2.23

\*Ο Θέμος Γκουλιώνης είναι Οφθαλμίατρος

### Γερμανοί τοξοβόλοι

Σε απογόνους του Γουλιέλμου Τέλλος αναδεικνύονται τα μέλη του Ελληνογερμανικού Συλλόγου «Φιλία» της Αργολίδας. Ελβετός ο Τέλλος έδρασε επί Αυστριακής κατοχής με την Βαλλίστρα του κατά των αυστριακών. Στο σύλλογο «φιλία» πάντως δεν σκοπεύουν να επαναστατήσουν κατά κάποιου κατακτητή και αντί για μήλα σημαδεύουν με την ίδια επιδεξιότητα τους στόχους στο κλειστό γυμναστήριο της Αγίας Τριάδας. **ΑΝ.**



### Καρναβαλιστής ο δήμαρχος

Χωρίς γραβάτα και ντυμένος όπως προστάζουν οι αποκριές εμφανίστηκε ο δήμαρχος Επιδαύρου Τάσος Χρόνης, στο Λυγουριάτικο Καρναβάλι και τα αλευρομουτζουρώματα.

Ο Χρόνης άλλωστε έχει στηρίξει στη θητεία του το καρναβάλι της Καθαροδευτέρας, κάτι που αναγνωρίζεται στο Λυγουριό και δεν θα μπορούσε να μην συμμετέχει σε αυτό. Και του χρόνου. **Υ.Ζ.**



**Ήρθαν και οι ακρίδες**

«Μία από τις δέκα πληγές του Φαραώ είναι οι ακρίδες. Επιστούμε την προσοχή στους παραγωγούς, που στην περιοχή τους πέρυσι υπήρξε έξαρση του προβλήματος, κατά το δεύτερο δεκαήμερο του Μαρτίου, να γίνει ομαδική καταπολέμηση της ακρίδας με κατάλληλους ψεκασμούς. Για περισσότερες πληροφορίες να απευθυνθούν στους κατά τόπους γεωπόνους τους».

Δεν κάνουμε πλάκα, ούτε είναι πρωταπριλιάτικο αστέιο. Τα παραπάνω αναφέρονται σε ανακοίνωση του προέδρου ΚΑΣΟΑ ΔΑΝΑΟΣ Κωνσταντίνου Πιπέρου, ο οποίος συμβουλεύει τους αγρότες.

Ήρθαν λοιπόν κι οι ακρίδες. Τί άλλο θα δούμε; **Υ.Ζ.**

**Απόκριες στο Άργος**

Τα δύο χρόνια της πανδημίας φαίνεται ήταν αρκετά να ξεχάσουν στο Άργος πως διοργανώνεται το καρναβάλι. Οι φωνές των εκφωνητών δεν ζευγάρωναν. Το πάντρεμα του καρναβαλιού με τα έργα μόνο άσημους συνειρμούς καλλιεργούσε. Τα μεγάλα κενά μεταξύ των αρμάτων έδιναν την εντύπωση πως η παρέλαση τελείωσε και ο κόσμος έβγαине στον δρόμο. Οι πωλητές με τα μπαλόνια σκέπαζαν πολλές φορές την θέα των αρμάτων και εκείνο το γυμνό σώμα γυναίκας με τίτλο δικαιοσύνη τι παρίστανε; **ΟΦ.**

**ιχνηλασίες****Μια Αργεία στην Μολδαβία**

Η Πρόεδρος της Ελληνικής Δημοκρατίας είναι εδώ αλλά οι Μολδαβοί είναι στους δρόμους. Δεν ξέρω αν είναι υποκινούμενοι από τη Ρωσία ή όχι. Αλλά όταν ο λαός βρίσκεται στους δρόμους οφείλουν οι κυβερνήσεις να τους ακούνε. Αλώςτε η φτώχεια που βιώνουν οι Μολδαβοί είναι από μόνη της ο Μέγας υποκινητής. Αυτές τις μέρες έχουμε συναντήσεις επί συναντήσεων με πρεσβευτές προέδρους κ.τ.λ

Βαρετά πράγματα αλλά αναγκαία για το καλό της Ελληνικής Κοινότητας που η Σαντου παρεπιπτόντως μας έχει γραμμένους. Η πρόεδρος της Μολδαβίας η φιλοευρωπαία. Της ζητήσαμε να επέμβει για να βρεθεί αίθουσα στο Πανεπιστήμιο. Υπάρχουν αίθουσες για όλες τις γλώσσες πλην των Ελληνικών! Με χίλια ζόρια μας έδωσαν αίθουσα για μαθημα. **Ν.Δ.**

**Απαγορεύονται οι αφισοκολλήσεις**

Φαίνεται πως φούρια ήταν και πέρασε ή μάλλον το πλησίασμα σε εκλογές μεταβάλει τις απόψεις. Όλο και πιο συχνά συναντάμε αφίσες να αναρτώνται σε δημόσιους χώρους του Άργους, χωρίς να επιβάλλονται πρόστιμα. Πιο πρόσφατη αυτή του Βρούστι -Πλατάνα στο Πανταζής Ρουαγιάλ και μάλιστα με την μορφή ταπετσαρίας πάνω στην κολώνα. Είμαστε περίεργοι για το ύψος του προστίμου. **ΑΝ.**

**Συσπειρώνεται η Αριστερά**

Αυτή την φορά φαίνεται πως θα διεκδικήσουν σοβαρά την πόλη του Άργους οι προοδευτικοί που λέγαμε παλιά, αφού ΣΥΡΙΖΑ και ΠΑΣΟΚ οδηγούνται από τους πολίτες σε συνεργασία στο δημοτικό επίπεδο. Ήδη έχουν μαζευτεί 300 και πλέον υπογραφές στήριξης του εγχειρήματος κάνοντας επιτέλους τους προοδευτικούς να χαμογελούν πως μετά από χρόνια θα διεκδικήσουν δυναμικά τον Δήμο. Μένει βέβαια να δούμε ποιος θα μπει επικεφαλής. **ΑΝ.**

**Vita Civilis**

**Συλλογάται καλά,  
όποιος συλλογάται  
ελεύθερα\_ Δ. Σολωμός**

Του **Γιώργη Κοροντάνη**

Όλοι όσοι φέρουμε την ιδιότητα του “πολίτη”, έχουμε υποχρεώσεις προς την πατρίδα, αλλά και δικαιώματα. Βέβαια το όλο είναι σχετικό γιατί υπάρχουν και εκπρόσωποι του “κεφαλαίου”, που αγνοούν τις υποχρεώσεις και απολαμβάνουν τα δικαιώματα.

Από εδώ πρέπει να αρχίζει ο συλλογισμός για την σχέση με την πατρίδα.

Όλοι είμαστε πατριώτες, ο καθένας με την άποψη για το “συμφέρον” της πατρίδας, χωρίς να θέτουμε θέμα προθέσεων, και χωρίς να υπάρχει ο φόβος χαρακτηρισμού ως προδότης όπως μετά τον εμφύλιο, (Το θέμα έχει συζητηθεί και στην βουλή).

Μετά τον εμφύλιο όσοι ήταν φιλοσοβιετικοί εθεωρούντο προδότες λες και οι υπόλοιποι που ήταν φιλοδυτικοί δεν ήταν προδότες ήταν πατριώτες. Όταν αποδεικνύεται η πρόθεση βλάβη της πατρίδας τότε τείθονται τα ερωτηματικά για τον πατριωτισμό. Όλοι χρειάζομαστε.

Από τους αναρχικούς εως τους βασιλικούς.

Έχω υπόψιν μου το ημερολόγιο του φιλοβασιλικού Γ.Κ. Παπά 1940-1944 Πόλεμος Κατοχή Απελευθέρωση εκδόσεις Πατάκη σε ιστορική εισαγωγή Ευάνθης Χατζηβασιλείου καθηγητής ΕΚΠΑ, όπου ο Παπάς είχε εντάξει το καίκι του “στην διαφυγή” και “στο ΕΛΑΝ”(Ελληνικό Λαϊκό Απελευθερωτικό Ναυτικό).

Αλλά και αυτοί είναι διχασμένοι σε αυτούς που πιστεύουν στο πρόσωπο και σε αυτούς που πιστεύουν τον θεσμό. Έτσι δικάστηκαν όλα τα κόμματα, σε κόμματα και κομματίδια. Το θέμα είναι η ενότητα.

Ποιοί νομίζετε ότι θα πάνε παραμεθόριο; Τα “καλά μας τα παιδιά”;

Το 1940 ο Ελύτης υπηρέτησε στην πρώτη γραμμή, καθώς και όλο το άνθος της τότε νεότητας. Ο αδερφός του υπηρέτησε στο ξενοδοχείο Μεγάλη Βρετανία.

# Έτσι θα γίνει το Νέο Αρχαιολογικό Μουσείο στο Άργος



## Τρισδιάστατη απεικόνιση της έκθεσης με εκθέματα από τις προϊστορικές περιόδους έως και τους ρωμαϊκούς χρόνους

Την τρισδιάστατη απεικόνιση της έκθεσης του νέου Αρχαιολογικού Μουσείου στο Άργος, με εκθέματα από τις προϊστορικές περιόδους έως και τους ρωμαϊκούς χρόνους, παρουσίασε το Υπουργείο Πολιτισμού. Η έκθεση περιλαμβάνει ευρήματα (κυρίως κεραμική και γλυπτική) από την πόλη του Άργους (πρωϊστορικός οικισμός Ασπίδας, μυκηναϊκό νεκροταφείο Δειράδας, αρχαία αγορά, αρχαίο θέατρο, ρωμαϊκές θέρμες), καθώς και από τη Λέρνα. Την ευθύνη του έργου της επανέκθεσης έχει η Εφορεία Αρχαιοτήτων Αργολίδας. Όπως ανακοίνωσε το ΥΠΠΟΑ, οι διαδικασίες ολοκλήρωσης της επανέκθεσης του Αρχαιολογικού Μουσείου, στο Άργος, προχωρούν με ταχείς ρυθμούς και πολύ σύντομα η πόλη αποκτά ένα σύγχρονων προδιαγραφών Μουσείο, ανάλογο του πολιτιστικού αποθέματος της περιοχής.

# 66

**Περιλαμβάνει ευρήματα από: Προϊστορικό οικισμό Ασπίδας, μυκηναϊκό νεκροταφείο Δειράδας, αρχαία αγορά, αρχαίο θέατρο, ρωμαϊκές θέρμες και Λέρνα**

Η Υπουργός Πολιτισμού και Αθλητισμού Λίνα Μενδώνη, δήλωσε σχετικά: «Ακολουθώντας τις σύγχρονες αρχές οργάνωσης ενός μουσειακού χώρου, αναδεικνύεται η ιστορία του Άργους στη μακρά ιστορική του διάρκεια. Μέσα από την εκθεσιακή αφήγηση, ο επισκέπτης ακολουθεί μια πορεία που του επιτρέπει να κατανοήσει τη σύνθετη πολιτική και κοινωνική ιστορία της αρχαίας πόλης. Το γεγονός ότι το Μουσείο αναπτύσσεται στα αποκατεστημένα πλέον κτήρια δύο διαφορετικών χρονολογικών περιόδων και αρχιτεκτονικού ύφους, της νεοκλασικής οικίας Καλλέργη και ενός κτηρίου του μοντέρνου κινήματος, αποκτά το δικό του ξεχωριστό ενδιαφέρον. Με το ανακαινισμένο Αρχαιολογικό Μουσείο,

το Βυζαντινό Μουσείο στους παρακείμενους στρατώνες του Καποδίστρια και με το Επιγραφικό Μουσείο, το οποίο, επίσης, προβλέπεται να στεγαστεί στο ίδιο κτηριακό συγκρότημα, το Άργος αποκτά πρότυπες μουσειακές υποδομές και πλέον εντάσσεται στον χάρτη των δυναμικών πολιτιστικών προορισμών. Η πολιτιστική ταυτότητα της πόλης αναδεικνύεται στη μεγάλη διαχρονία, ενώ η πόλη αποκτά σημαντικό αναπτυξιακό πλεονέκτημα.»

### Το Αρχαιολογικό Μουσείο

Το κτηριακό συγκρότημα του Αρχαιολογικού Μουσείου Άργους αποτελείται από δύο κτήρια, διαφορετικής εποχής και αρχιτεκτονικού ύφους το καθένα. Το ένα είναι η ιστορική, νεοκλασικής αρχιτεκτονικής, κατοικία του στρατηγού Δημητρίου Καλλέργη, κατασκευής 1830. Σε επαφή με την οικία Καλλέργη βρίσκεται το δεύτερο κτήριο, κατασκευής 1959, του Ρώσου αρχιτέκτονα Youri Fomine. Πρόκειται για κτήριο του μοντέρνου κινήματος, με λιτή γεωμετρία και αδρές λεπτομέρειες, προορισμένο για χρήση Μουσείου. Στο πλαίσιο του έργου εκσυγχρονισμού του κτηριακού κελύφους, συνολικού προϋπολογισμού 3.099.673 ευρώ, ενταγμένου στο Περιφερειακό Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «Πελοπόννησος 2014-2020», το Κτήριο

Καλλέργη συγκεντρώνει συμπληρωματικές λειτουργίες του Μουσείου, ενώ οι εκθεσιακοί χώροι καταλαμβάνουν τους χώρους του πιο σύγχρονου κτηρίου. Το κτήριο έχει τρία επίπεδα, ισόγειο, υπόγειο και όροφο. Οι εκθεσιακοί χώροι του Μουσείου αναπτύσσονται και στα τρία επίπεδα, προσβάσιμα και από τα ΑμεΑ. Προβλέπεται σύνδεση με το κτήριο Καλλέργη και πρόσβαση στον εξωτερικό χώρο του αιθρίου.

Ο μουσειογραφικός σχεδιασμός στοχεύει να εξυπηρετήσει τις γενικές αρχές οργάνωσης ενός μουσειακού χώρου με ενιαία αντιμετώπιση και λειτουργική συνοχή του συνόλου, σύγχρονο εξοπλισμό, άνετη κίνηση, ασφάλεια και καθολική προσβασιμότητα του κοινού. Η μεταφορά της ιδέας του ιστορικού και αρχαιολογικού παλίμψηστου στο χώρο, χρησιμοποιεί ως εργαλεία την έκθεση των ευρημάτων σε διαφορετικές στάθμες, τη διαφάνεια των κατασκευών με την οποία ενισχύεται η δυνατότητα της οπτικής επικοινωνίας ανάμεσα στις θεματικές ενότητες, καθώς και τη δυνατότητα ανάγνωσης του αρχαιολογικού υλικού προοπτικά, μέσα από την οπτική αλληλεπίδραση, ενσωμάτωση στις εκθεσιακές κατασκευές ψηφιακών τεχνολογιών (ακουστικά εκθέματα, διαδραστικές εφαρμογές κλπ.).







### Νίκας και Μενδώνη συζήτησαν για έργα

Η πολιτιστική πολιτική για την Περιφέρεια Πελοποννήσου κατά το 2023 αποτέλεσε το αντικείμενο της συνεργασίας που ο περιφερειάρχης Παναγιώτης Νίκας είχε στο υπουργείο Πολιτισμού, με την υπουργό Λίνα Μενδώνη. Μεταξύ άλλων συζητήθηκαν: α) Η αναστήλωση, στερέωση και διαμόρφωση του χώρου τοποθέτησης του ρωμαϊκού ταφικού μνημείου της Ερμιόνης, έργο για το οποίο έχει δεσμευθεί από την Περιφέρεια Πελοποννήσου πίστωση 120.000 ευρώ, β) Η ανακατασκευή του ναού των Παμμεγίστων Ταξιαρχών στην Ερμιόνη - κτίσματος του 16ου αιώνα και εμβληματικού μνημείου της περιοχής - έργο το οποίο καθυστερούσε για αρκετά χρόνια, δεδομένου ότι η εν λόγω εκκλησία έχει θεμελιωθεί πάνω από τον αρχαίο ναό της Δήμητρας. Η Περιφέρεια θα διαθέσει για τον σκοπό αυτό 372.000 ευρώ.

### Πλωτό πανεπιστήμιο στο λιμάνι



Στο Ναύπλιο κατέπλευσε την Τρίτη το κρουαζιερόπλοιο «World Odyssey». Πρόκειται για ένα πλωτό πανεπιστήμιο που μεταφέρει 629 φοιτητές-επιβάτες, που παρακολουθούν τα μαθήματά τους με τηλεοπτική διδασκαλία, ενώ τα μέλη του πληρώματος είναι 179 άτομα. Το πλοίο μήκους 175 μέτρων έφθασε από την Κύπρο στα Χανιά στις 26 Φεβρουαρίου και στη συνέχεια έδωσε στην Αργολική πρωτεύουσα. Το World Odyssey είχε αρχικά κατεύθυνση τον Πειραιά, αλλά λόγω των δυνατών νοτιάδων αναγκάστηκε να αλλάξει ρότα κι έτσι αγκυροβόλησε στην Κρήτη.

# Η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΠΟΥ ΠΕΡΑΣΕ

### Ξυλοπόδαρη έπεσε στην Πλατεία Συντάγματος



Μία ξυλοπόδαρη έπεσε τις αποκριές στην πλατεία Συντάγματος με τον κόσμο να ανησυχεί αρχικά από το ατύχημα. Η ξυλοπόδαρη παρέμεινε στο έδαφος για μερικά λεπτά, ενώ στη συνέχεια έγινε αντιληπτή από άλλον ξυλοπόδαρο που έσπευσε να βοηθήσει, όμως έπεσε και αυτός στο έδαφος. Κάθιστη η ξυλοπόδαρη κατάφερε μετά από λίγα λεπτά να σταθεί όρθια και καταχειροκροτήθηκε από τον κόσμο. Ευτυχώς δεν έπαθε τίποτα και συνέχισε.

### Διαμαρτυρία στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου



Με εμπνευσμένες δράσεις και Performances αντιδρούν οι φοιτητές του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών και του Τμήματος Παραστατικών και Ψηφιακών Τεχνών στο Ναύπλιο, για το Προεδρικό Διάταγμα 85 που αφορά τον καλλιτεχνικό κόσμο. Με τη σχολή τους να τελεί υπό κατάληψη, έκαναν μία ειρηνική παρέμβαση στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου σηκώνοντας στο κοίλον πανό στο οποίο ήταν γραμμένο στα αγγλικά «Η χώρα που είναι γνωστή για την Τέχνη, τώρα τη σκοτώνει».

### Μήνυμα για Καραθώνα



«Η παραλία της Καραθώνας ανήκει στο λαό» αναγράφει το πανό που έχουν αναρτήσει μέλη της Λαϊκής Συσπείρωσης στην ανηφόρα για Καραθώνα, στο Ναύπλιο, στέλνοντας το δικό τους μήνυμα για τα σχέδια ιδιωτικοποίησης του τεράστιου ακινήτου. Όπως έχει γίνει γνωστό, την αξιοποίηση του ακινήτου Καραθώνας πρόκειται να ξεκινήσει από το ΤΑΙΠΕΔ, ενώ έχει έκταση που αντιστοιχεί σε κάτι λιγότερο από το 1/3 της έκτασης του πρώην αεροδρομίου στο Ελληνικό και είναι κατά 50% μεγαλύτερο από το Costa Navarino. Πρόκειται για το δεύτερο μεγαλύτερο ακίνητο μετά το Ελληνικό συνολικής έκτασης 1.912 στρεμμάτων που σχεδιάζει να αξιοποιήσει το Ταμείο Αποκρατικοποιήσεων.

### Από το Ναύπλιο στο Dragons' Den



Ανάμεσα στους επιχειρηματίες που κατάφεραν να πείσουν τους Dragons να επενδύσουν πάνω τους ήταν ο Σπύρος Παναγιώταρος από το Ναύπλιο, ο οποίος παρουσίασε την ιδέα του για ένα τρίτροχο υβριδικό ποδήλατο που κινείται σε κεντρικούς δρόμους μεγάλων ελληνικών πόλεων και προβάλλει διαφημιστικά σποτ στις ενσωματωμένες οθόνες του. Ο φιλόδοξος επιχειρηματίας κατάφερε να κάνει συμφωνία με τον Χάρη Βαφειά, τον Λέοντα Γιοχάη και τον Πωλ Ευμορφίδη οι οποίοι επένδυσαν προσωπικά κεφάλαια ύψους 60.000€ έναντι του 50% της εταιρείας του και με κοινό στόχο την επέκτασή του στις αγορές του εξωτερικού. Ο Σπύρος Παναγιώταρος, σωφρονιστικός υπάλληλος στο επάγγελμα, ξεκίνησε να εφαρμόζει την ιδέα του την περίοδο της καραντίνας επιστρατεύοντας βίντεο με τραγούδια από τον παλιό Ελληνικό κινηματογράφο. Πριν από περίπου τρία χρόνια είχε βγει με το ξύλινο τρίκυκλο ποδήλατο στην Αγία Κυριακή, εμπυκλώνοντας με έναν ιδιαίτερο τρόπο τους γείτονές του που έμεναν κλεισμένοι στα σπίτια τους.

### Ο Μητσοτάκης βράβευσε τη Ναυπηλώτισσα γιατρό



Η πρώτη εκδήλωση βράβευσης των υγειονομικών του ΕΣΥ, διεξήχθη στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου «Ευαγγελισμός». Μεταξύ των βραβευθέντων η Ναυπηλώτισσα παθολόγος - λοιμωξιολόγος, επίκουρη καθηγήτρια ΕΚΠΑ στην Γ' Πανεπιστημιακή Παθολογική Κλινική του νοσοκομείου «Η Σωτηρία» και επιστημονική υπεύθυνη του post covid ιατρείου Γαρυφαλλιά Πουλιάκου. Παρόντες, ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης, που ήταν αυτός που βράβευσε τη γιατρό από το Ναύπλιο, και η πολιτική ηγεσία του Υπουργείου Υγείας.

### Nafplio Auto Show

Η Αργολική Λέσχη Μπχανοκίνητου Αθλητισμού 4x4 Ναυπλίου σε συνεργασία με τον Δήμο Ναυπλιέων, το Κ.Σ. Τολού και υπό την αιγίδα της ΟΜΑΕ θα διοργανώσουν το «Nafplio Auto Show 2023» αγώνα Δεξιοτεχνίας που θα διεξαχθεί την Κυριακή 12 Μαρτίου από τις 10:00 έως τις 15:00 στο πάρκινγκ επί της οδού Σέκερη άνωθεν του λιμανιού στο Τολό Ναυπλίου.

### Γλίτωσε τα χειρότερα οδηγός

Τυχερός μέσα στην ατυχία του ήταν ένας οδηγός που κινούνταν στο δρόμο Άστρος - Κιβέρι την προηγούμενη Πέμπτη, όταν έχασε τον έλεγχο του οχήματός του και ανατράπηκε στο ύψος του Ξηροπήγαδου, χωρίς ευτυχώς να προκληθεί κάποιος σοβαρός τραυματισμός. Το τμήμα αυτό ανάμεσα σε Ξηροπήγαδο και Κιβέρι χαρακτηρίζεται ως «καρμανιόλα» και απαιτεί προσοχή, καθώς απαιτούνται αρκετές βελτιωτικές εργασίες οι οποίες μέχρι τώρα δεν έχουν γίνει, με αποτέλεσμα να προκαλούνται τροχαία από απρόσεκτους οδηγούς.

### Ντελιβεράς κατέληξε στο νοσοκομείο

Ένα ακόμα τροχαίο με διανομέα σημειώθηκε στο Ναύπλιο τις πρωινές ώρες της Τρίτης, όταν ένα ΙΧ αυτοκίνητο συγκρούστηκε με μηχανάκι που οδηγούσε νεαρός που εργάζεται ως delivery. Το ατύχημα συμβάν σημειώθηκε κοντά στον κόμβο της Ενδεκάτης και ευτυχώς από αυτό δεν προκλήθηκε κάποιος σοβαρός τραυματισμός. Ο ντελιβεράς μεταφέρθηκε με ασθενοφόρο του ΕΚΑΒ στο νοσοκομείο Ναυπλίου ελαφρά τραυματισμένος.

### Μακέτες στο Ναύπλιο



Ο Δήμος Ναυπλιέων παρουσίασε τα σχέδια του νέου διδακτηρίου του 5ου Δημοτικού Σχολείου Ναυπλίου, σε οικόπεδο στην περιοχή της οδού Αγίου Αδριανού. Η παρουσίαση έγινε στο χώρο όπου στεγάζεται τώρα το 5ο Δημοτικό Σχολείο. Σύμφωνα με όσα ειπώθηκαν «τα σχέδια είναι έτοιμα να κατατεθούν προκειμένου να εκδοθεί η οικοδομική άδεια. Τα υπόλοιπα (δημοπράτηση, χρηματικά κονδύλια, ανέγερση) ακολουθούν». Τα σχέδια για το νέο σχολείο στο Ναύπλιο περιλαμβάνουν αίθουσες διδασκαλίας, αίθουσες εργαστηρίων, αίθουσα πολλαπλών χρήσεων και ημι-υπαίθριους χώρους. Το κτήριο αναπτύσσεται σε δυο επίπεδα ισόγειο και όροφο.

### Κούλουμα με... κάνναβη

Κούλουμα με... κάνναβη ήθελαν να κάνουν δύο 19χρονοι στο Ναύπλιο, την Καθαρά Δευτέρα. Συνελήφθησαν από αστυνομικούς της Δ.Ι.ΑΣ., ενώ η μικροποσότητα κάνναβης κατασχέθηκε. Προανάκριση διενεργεί το Τμήμα Ασφάλειας Ναυπλίου.

### Πιάσανε ραβδόχο

Συνελήφθη, στο Άργος, από αστυνομικούς της Ομάδας Πρόληψης και Καταστολής του Εγκλήματος (Ο.Π.Κ.Ε.) Αργολίδας, 29χρονος ημεδαπός, γιατί σε έρευνα που έγινε σε όχημα βρέθηκε μεταλλική ράβδος, η οποία κατασχέθηκε. Προανάκριση διενεργεί το Αστυνομικό Τμήμα Άργους-Μυκηνών.

του Βασίλη  
Καπετάνιου



# Η απέναντι όχθη

## Αξόδευτη αγάπη...

Μια τσαλακωμένη φιγούρα βαδίζοντας αδέξια έφτασε τρεκλίζοντας στο πρώτο παγκάκι της πλατείας. Στάθηκε ακούνητος, αποφάσισε να καθίσει.

Μονοκόμματα σαν ένα σακί γεμάτο άμμο βυθίστηκε στο οριζόντιο ξύλο. Άνοιξε τα δυο του χέρια και πιάστηκε χαλαρά στην πλάτη. Η σκιά του στο πλακόστρωτο μια εσταυρωμένη φιγούρα, λες και περίμενε την αποκαθιλωσή του.

Ο ήλιος άρχιζε το πορφυρό του ταξίδι στην δύση. Ακολουθώντας τα αρχέγονα κόκκινα σημάδια ζωγράφιζε στον καμβά του δειλινού τα πιο ζωντανά χρώματα. Άνθρωποι, ζώα, φυτά και πράγματα για λίγη ώρα φωτίζονταν με τα πιο ζωηφώρα χρώματα.

Οι φωνές των μικρών παιδιών μια μουσική υπόκρουση στο ζωντανό σκηνικό που φώτιζε ο ήλιος.

Ένα σμάρι μέλισσες φτερούγισε ένα λησιμονημένο ταξίδι γύρης. Όλο το πάρκο της εκκλησίας ζούσε ένα ζωηρό ανοιξιάτικο απόγευμα.

Η φιγούρα του αποκαθιλωμένου νέου άντρα δεν έβλεπε τις φωτεινές σκιές των πραγμάτων.

Δεν άκουγε τα χαρούμενα τιτιβίσματα των παιδιών όπως χύνονταν στα μονοπάτια του πάρκου. Δεν μύριζε τα αρώματα της θεάς Δήμητρας, δεν αφουγκραζόταν την δυνατή αγκαλιά της καθώς υποδεχόταν την Περσεφόνη.

Οι παλάμες του αντάλλαξαν ένα παγωμένο χαιρετισμό, δάκτυλα χωρίς αίμα, καθώς τα έπλεκε μεταξύ τους, σαν να προσπαθούσε να κρατηθεί από κάτι άορατο.

Στην τσέπη του γιλέκου του ξεχώριζε ένα ανάνοιγο κουτί αντικαταθλιπτικών χαπιών.

Εδώ και τρεις μέρες πήρε την διάγνωση και την συνταγή. Τα φάρμακα τα πήρε αλλά δεν τα χρησιμοποίησε.

-Κύριε πάσχετε από κατάθλιψη.

-Δηλαδή γιατρέ;

-Θα πάρετε αυτά τα χάπια και τα λέμε στο τέλος του μήνα.

-Μα έχω έρθει να βρούμε μια λύση.

-Ο χρόνος μας τέλειωσε, έχει έρθει ο επόμενος, λυπάμαι.

Ο Γιάννης βυθιζόταν καθημερινά σε ένα βαλτώδες τοπίο ολσένα πιο σκοτεινό, πιο ολισθηρό και λασιπώδες. Έχανε τα βήματα του και τις ανάσες του. Μέσα στο έλος που βρέθηκε πολύ δύσκολα βάδιζε την καθημερινότητά του. Μέρες και νύχτες τώρα φορούσε τα ίδια ρούχα, δεν πλενόταν, έτρωγε όταν θυμόταν, μαύρα γένια σκέπασαν το πρόσωπο του. Δεν μπορούσε να προσδιορίσει πότε άρχισε ο εγκλωβισμός του στο λασιπώδες βούρκο. Εκείνο που ήξερε ήταν ότι έχασε τον προσανατολισμό του, δεν έβλεπε διέξοδο, δεν ήξερε πού να πάει, δεν μπορούσε να πάει πουθενά. Είχε χάσει το δρόμο του, δεν έβρισκε νόημα να βρει ένα μονοπάτι.

Στην γειτονιά του κάποια στιγμή διάβασε την ταμπέλα του γιατρού, σκέφθηκε να τον επισκεφθεί αλλά απογοητεύτηκε από την πρώτη επίσκεψη. Αυτός αναζητούσε λίγο φως ή κάποιον να του δείξει το δρόμο για να βγει από το αδιέξοδο. Αντί αυτού βρήκε ένα συλλέκτη πληροφοριών, συμπτωμάτων για να συνθέσει ένα χημικό παζλ, ένα κουτάκι χάπια.

Ετοίμασε μυικά τα πόδια του να σπκώσουν το ασήκωτο κορμί του να επιστρέψει στα σκοτάδια του διαμερίσματος του. Τα παντζούρια κλειστά μέρες τώρα, το γραμματοκιβώτιο κόντευε να σπάσει από τα πολλούς φακέλους.

Στο παγκάκι πλησίασε ένας μαυροφορεμένος παππούλης. Στο χέρι του κρατούσε κάτι σαν ζώνη.

-Πολλές φορές χανόμαστε σε λησιμονημένους λαβύρινθους, εμείς είμαστε και ο Μινώραυρος και ο αδιέξοδος δρόμος.

-Τι είπατε; (Ρώτησε ξαφνιασμένος, μετά από πολλές μέρες εκκωφαντικής σιωπής κάποιος του μιλούσε. Μα πιο πολύ τρόμαξε από το άκουσμα της φωνής του. Νόμιζε ότι ρώτησε κάποιος ξένος, κάποιος που κάποιον του θύμιζε).

-Ακολουθήσε το και θα καταλάβεις.

Αμήχανα άπλωσε το χέρι του και πήρε την ζώνη. Κοίταξε καλύτερα ήταν ένα λουρί ζώου.

-Μα ....

Γύρισε να μιλήσει στον παππούλη αλλά είχε εξαφανιστεί, λες και άνοιξε η γη και τον κατάπιε.

Από την άκρη του πλακόστρωτου ένα μαλλιαρό σκυ-

κε. Σαν να διάβασε ένα μυστικό κώδικα και να βρήκε το συνδυασμό να ανοίξει την ερμητικά κλεισμένη πέτρινη πόρτα της σπηλιάς. Την έσπασε με ένα δυνατό εκρηκτικό θόρυβο, μετά τον κουρνιαχτό που σπκώθηκε, άντεξε να δει το λαμπερό φως της εξόδου.

Βγήκε να πάει μια βόλτα τον Οδηγητή.

Του πέρασε το λουρί. Για πρώτη φορά μετά από μήνες άκουγε και ένιωθε τα βήματα του. Στην είσοδο της πολυκατοικίας χαιρέτησε και ένα γείτονα κοιτώντας τον στα μάτια.

-Καλημέρα!

-Καλημέρα, μέρες έχω να σας δω.

-Έλεπα μάλλον ήμουνα αλλού! (Απάντησε χαμηλόφωνα και σιβυλλικά.)

Στο πάρκο έλυσε το σκύλο. Εκείνο χάθηκε τρέχοντας σα να έψαχνε κάποιον.

Χάρηκε την βόλτα με όλες του τις αισθήσεις, το σώμα του ξύπνησε μετά από μήνες.

Έμεινε με το λουρί στο χέρι, ο Οδηγητής εξαφανισμένος. Κάθισε στο συνηθισμένο του παγκάκι.

Άκουσε ένα χαρούμενο γαύγισμα, ο σκύλος γύρισε μες την τρελή χαρά. Πίσω του μια όμορφη ασπροφορεμένη μαυρομάλλα κοπέλα.

-Από χθες τον ψάχνω, βρήκατε το λουρί του βλέπω.

-Τον φιλοξένησα στο σπίτι μου. Εδώ κοντά μένω.

-Σε ευχαριστώ πολύ. (Ο σκύλος γαύγισε χαρούμενος και έδειχνε ένα μονοπάτι με το σώμα του.) Θέλεις να το πάμε μια βόλτα;

Της έδωσε το λουρί και σπκώθηκε να ακολουθήσει την διαδρομή του χαρούμενου

Οδηγητή.

Εκεί στα λουλουδιασμένα μονοπάτια άνθισε μια μεγάλη αγάπη.

Ο Γιάννης ξαναβρήκε το σώμα του και την χαρά του.

Μετά από δυο μέρες στο πάρκο της γειτονιάς περίμενε την κοπέλα του την Περσεφόνη και τον Οδηγητή. Λίγο πριν έρθουν εμφανίστηκε ο παππούλης.

-Γιάννη, βρήκες τον δρόμο σου.

-Ναι, σας ευχαριστώ πολύ, με αφορμή τον Οδηγητή γνώρισα την Περσεφόνη.

-Γιάννη, ο ποιητής πολύ σωστά λέει ότι ανήκουμε στην Άνοιξη. Είναι δικιά μας ευθύνη να την κρατήσουμε ανοιχτή μέσα μας. Αλλιώς αρρωσταίνουμε ...

-Και εγώ αρρωστήσα αλλά δεν ξέρω γιατί.

-Γιάννη, αξόδευτη αγάπη. Εγκλωβίστηκε στον εαυτό σου πολύ αξόδευτη αγάπη.

Ο παππούλης σπκώθηκε να φύγει, στο βάθος του δρόμου εμφανίστηκε η Περσεφόνη και ο Οδηγητής.

-Μόνος σου περιμένεις; Είσαι ώρα εδώ;

-Όχι, είμαι παράε με (γύρισε από την άλλη πλευρά αλλά ο παππούλης ήταν εξαφανισμένος)... με τον εαυτό μου!

-Πάμε να βάλουμε ένα κεράκι στην εκκλησία; Φέρανε την εικόνα του νέου Αγίου.

Ο Γιάννης δεν ήταν θρησκευόμενος αλλά δεν ήθελε να χαλάσει κατίρι στην Περσεφόνη του.

-Πάμε.

Κόντεψε να λιποθυμήσει από την έκπληξη, στην μεγάλη βυζαντινή εικόνα εικονιζόταν ο παππούλης που τον οδήγησε στην Άνοιξη.

**\*Την ατάκα «αξόδευτη αγάπη» την άκουσα τυχαία σε μια ομιλία του Μητροπολίτη Μόρφου Νεόφυτου τα υπόλοιπα τα έβαλε η φαντασία.**



Αξόδευτη αγάπη...

λί έκανε την χαδιάρικη εμφάνισή του. Πήγε κοντά του. Ασυναίσθητα διάβασε φωναχτά το μεταλλικό ταμπελάκι στο λουρί.

-Οδηγητή! (Το ζώο γαύγισε χαρούμενο και πλησίασε). Οδηγητής (είπε ξανά φωναχτά, ο σκύλος του γαύγισε δυο φορές και τρίφτηκε στα πόδια του). Οδηγητή σε λένε λοιπόν.

Το παιγνίδισμα του σκύλου στα πόδια του τον έκανε να νιώσει το ζεστό αίμα να τρέχει μέσα στις φλέβες του.

Πέρασε το λουρί στο ζώο. Εκείνο ανήσυχο άρχισε να τον τραβάει. Με δυσκολία στάθηκε στα πόδια του. Το ζώο πήρε ένα μονοπάτι να χαιρετήσει το σούρουπο. Τα βαριά βήματα του Γιάννη έγιναν πιο έντονα.

Περπατούσε όλο και πιο γρήγορα. Παρασύρθηκε σε ένα ελαφρό τροχάδην. Η γρήγορη σχετικά κίνηση των ποδιών τράβηξε τις μαύρες κουρτίνες από τα μάτια του, άνοιξε τα κλεισμένα ρουθούνια του.

Μέσα σε ένα ελαφρύ τροχάδην άρχισε να βλέπει ξανά, να μυρίζει ξανά. Μετά από πολύ καιρό έβλεπε ξανά τα χρώματα του δειλινού, μύριζε τις υγρασίες και τα αρώματα.

Ο Οδηγητής σαν να ήξερε το δρόμο από παλιά τον οδήγησε στο σπίτι του. Μετά από πολλές ημέρες άνοιξε τα παντζούρια. Ο σχεδόν υγρός βραδινός αέρας έδιωξε την μouxλώδη μυρωδιά κλεισούρας.

Σε ένα ξεχασμένο πύλινο μπολάκι έβγαλε λίγο νερό του σκύλου. Βγήκε στο μπαλκόνι κάθισε σε μια σκονισμένη πολυθρόνα. Ο σκύλος ξεδιψασμένος ήρθε και κούρνιασε πάνω στα πόδια του.

Αγκαλιά με με τον σκύλο τον βρήκε η αυγή.

Έκανε ένα κρύο ντους και αποφάσισε να πάει μια βόλτα στο πάρκο. Το κρύο νερό το ένιωσε με όλες του τις αισθήσεις, το άκουσε, το άγγιξε, το είδε, το μύρισε και το γεύτη-



Οι παλάμες του αντάλλαξαν ένα παγωμένο χαιρετισμό, δάκτυλα χωρίς αίμα, καθώς τα έπλεκε μεταξύ τους, σαν να προσπαθούσε να κρατηθεί από κάτι άορατο. Στην τσέπη του γιλέκου του ξεχώριζε ένα ανάνοιγο κουτί αντικαταθλιπτικών χαπιών.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ  
ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ  
Δ/ΝΣΗ Β. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ 34

Αρ.Πρωτ.:5233  
ΑΔΑ:6818ΩΚΦ-9Ω5  
Ημ/νία:01/03/2023

**ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ: «Προμήθεια εξοπλισμού για την αναβάθμιση των ΚΕΠ του Δήμου Ναυπλιέων»**

**ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ: 52.452,00 ΕΥΡΩ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΟΥ ΦΠΑ 24%€**

**ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ: Ειδική Υπηρεσία Συντονισμού Ταμείου Ανάκαμψης**

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΑΝΟΙΚΤΟΥ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΔΗΜΟΣΙΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ «Προμήθεια εξοπλισμού για την αναβάθμιση των ΚΕΠ του Δήμου Ναυπλιέων»**

**Ο ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ**

1. Προκηρύσσει ανοικτό, ηλεκτρονικό διαγωνισμό με κριτήριο κατακύρωσης την πλέον

συμφέρουσα από οικονομικής άποψης προσφορά βάσει τιμής, για την «Προμήθεια εξοπλισμού για την αναβάθμιση των ΚΕΠ του Δήμου Ναυπλιέων» συνολικής προϋπολογισθείσας αξίας 52.452,00€ (συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. 24%). Προσφορές μπορούν υποβάλλονται για μία ή περισσότερες ομάδες ή και για το σύνολο των ομάδων, δεν επιτρέπεται όμως να δίνεται πρόσφορα για τμήμα ή τμήματα των ομάδων διότι έτσι δεν διασφαλίζεται η λειτουργικότητα της προμήθειας για την συνολική αναβάθμιση των ΚΕΠ.

2. Ταξινόμηση έργου κατά CPV: 30213000-5 Προσωπικοί ηλεκτρονικοί υπολογιστές CPV: 30213200-7 Φορητοί υπολογιστές για την εισαγωγή χειρόγραφου κειμένου με τη χρήση γραφίδας CPV: 30232110-8 Εκτυπωτές laser & 30121100-4 Φωτοαντιγραφικά CPV: 48445000-9 Πακέτα λογισμικού διαχείρισης εξυπηρέτησης πελατών & 30144200-2, Μηχανήματα έκδοσης εισιτηρίων.

3. Πρόσβαση στα έγγραφα: Προσφέρεται ελεύθερη, πλήρης, άμεση και δωρεάν ηλεκτρονική πρόσβαση στα έγγραφα της σύμβασης στον ειδικό,

δημόσια προσβάσιμο, χώρο "ηλεκτρονικοί διαγωνισμοί" της πύλης [www.promitheus.gov.gr](http://www.promitheus.gov.gr), καθώς και στην ιστοσελίδα της αναθέτουσας αρχής [www.nafplio.gr](http://www.nafplio.gr)

Γενικές πληροφορίες παρέχονται από: (Αρμ. Υπάλλ. Κόντα Α., Ντούτσος Γ.), τηλ.: 2752360930, e-mail: [logistirio.nafpliou@1444.syzefxis.gov.gr](mailto:logistirio.nafpliou@1444.syzefxis.gov.gr).

4. Παραλαβή προσφορών: Οι προσφορές υποβάλλονται από τους ενδιαφερομένους ηλεκτρονικά, μέσω της διαδικτυακής πύλης [www.promitheus.gov.gr](http://www.promitheus.gov.gr) του ΕΣΗΔΗΣ, σε ηλεκτρονικό φάκελο του υποσυστήματος. Για τη συμμετοχή στη διαδικασία οι ενδιαφερόμενοι οικονομικοί φορείς απαιτείται να διαθέτουν ψηφιακή υπογραφή, χορηγούμενη από πιστοποιημένη αρχή παροχής ψηφιακής υπογραφής και να εγγραφούν στο ηλεκτρονικό σύστημα (ΕΣΗΔΗΣ- Διαδικτυακή πύλη [www.promitheus.gov.gr](http://www.promitheus.gov.gr))

5. Ως ημερομηνία και ώρα λήξης της προθεσμίας υποβολής των προσφορών ορίζεται η 17/3/2023 ΚΑΙ ΩΡΑ 13:00

Ως ημερομηνία και ώρα ηλεκτρονικής αποσφράγισης των προσφορών ορίζεται Η 23/3/2023 και ώρα 10:00 πμ

6. Δικαιούμενοι συμμετοχής στη διαδικασία σύναψης σύμβασης

Δικαίωμα συμμετοχής στη διαδικασία σύναψης της παρούσας σύμβασης έχουν φυσικά ή νομικά πρόσωπα και, σε περίπτωση ενώσεων οικονομικών φορέων, τα μέλη αυτών, που είναι εγκατεστημένα σε:

α) κράτος-μέλος της Ένωσης, β) κράτος-μέλος του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (Ε.Ο.Χ.),

γ) τρίτες χώρες που έχουν υπογράψει και κυρώσει τη ΣΔΣ, στο βαθμό που η υπό ανάθεση δημόσια σύμβαση καλύπτεται από τα Παραρτήματα 1, 2, 4, 5, 6 και 7 και τις γενικές σημειώσεις του σχετικού με την Ένωση Προσαρτήματος Ι της ως άνω Συμφωνίας, καθώς και δ) σε τρίτες χώρες που δεν εμπίπτουν στην περίπτωση γ' της παρούσας παραγράφου και έχουν συνάψει διμερείς ή πολυμερείς συμφωνίες με την Ένωση σε θέματα διαδικασιών ανάθεσης δημοσίων συμβάσεων.

Οικονομικός φορέας συμμετέχει είτε μεμονωμένα είτε ως μέλος ένωσης. Οι ενώσεις οικονομικών φορέων, συμπεριλαμβανομένων και των προσωρινών συμπράξεων, δεν απαιτείται να περιβληθούν συγκεκριμένη νομική μορφή για την υποβο-

λή προσφοράς. Η αναθέτουσα αρχή μπορεί να απαιτήσει από τις ενώσεις οικονομικών φορέων να περιβληθούν συγκεκριμένη νομική μορφή, εφόσον τους ανατεθεί η σύμβαση. Στις περιπτώσεις υποβολής προσφοράς από ένωση οικονομικών φορέων, όλα τα μέλη της ευθύνονται έναντι της αναθέτουσας αρχής αλληλέγγυα και εις ολόκληρον.

7. Κριτήρια Επιλογής : η πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει τιμής

8. Για την συμμετοχή στον διαγωνισμό απαιτείται η κατάθεση από τους συμμετέχοντες οικονομικούς φορείς, κατατίθεται από τους συμμετέχοντες οικονομικούς φορείς (προσφέροντες), εγγυητική επιστολή συμμετοχής ύψους 2% επί του ενδεικτικού προϋπολογισμού χωρίς ΦΠΑ. Το ύψος της εγγύησης συμμετοχής του προκηρυσσόμενου αντικείμενου, είναι 846,00 ευρώ αν ο συμμετέχων στο διαγωνισμό υποβάλλει προσφορά για όλες τις ομάδες Η εγγύηση συμμετοχής θα επιμερίζεται ως εξής ανά ομάδα: Ομάδα 1: 480,00€

Ομάδα 2: 160,00 €

Ομάδα 3: 56,00€

Ομάδα 4: 150,00€

Στην περίπτωση ένωσης οικονομικών φορέων, η εγγύηση συμμετοχής περιλαμβάνει και τον όρο ότι η εγγύηση καλύπτει τις υποχρεώσεις όλων των οικονομικών φορέων που συμμετέχουν στην ένωση. Η εγγύηση τουλάχιστον για τριάντα (30) ημέρες μετά τη λήξη του χρόνου ισχύος της προσφοράς.

9. Φορέας χρηματοδότησης της παρούσας σύμβασης είναι η Ευρωπαϊκή Ένωση – NextGeneration EU, στο Πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας «Ελλάδα 2.0» (κωδικός Δράσης: 16780 / Άξονας 2.2). Η δαπάνη είναι εγγεγραμμένη στο ΠΔΕ (Κωδ. Έργου: 2022ΤΑ06300031) και έχει λάβει κωδικό ΟΠΣ ΤΑ 5190859

10. Η προθεσμία εκτέλεσης της προμήθειας είναι τρεις (3) μήνες από την υπογραφή της

**Ο ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ  
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Ι. ΚΩΣΤΟΥΡΟΣ**

Ελλάδα 2.0



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης NextGenerationEU

ΑΔΑ: 6ΥΜΘΩΚΦ-ΖΛΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ  
ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ  
ΑΥΤΟΤΕΛΕΣ ΤΜΗΜΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

Ταχ. Δ/ση : Κωνστα 12  
Τηλ : 2752029254  
Πληρ. : Φωτεινή Ανδρονίκου

Ναύπλιο, 01/03/23  
Αριθμ. Πρωτ. 5108

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ ΔΗΜΟΠΡΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚΜΙΣΘΩΣΗ – ΔΙΑΘΕΣΗ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΕΠΙ ΤΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΟΣΕ Δ.Ε. ΝΑΥΠΛΙΟΥ**

**Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ**

Προκηρύσσει δημοπρασία πλειοδοτική φανερή και προφορική για την εκμίσθωση –διάθεση κοινόχρηστων χώρων στην Δ. Ε. Ναυπλίου - πάρκο ΟΣΕ για την τοποθέτηση παιχνιδιών και θεματικού πάρκου ως οι χώροι αυτοί καθώς και οι δρα-

στηριότητες αποτυπώνονται στο συνημμένο τοπογραφικό διάγραμμα το οποίο αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της παρούσας, λόγω των επερχόμενων εορτών Πάσχα

Αναλυτικά :  
**Περιγραφή δημοτικών κοινόχρηστων χώρων**

\* Εντός του πάρκου ΟΣΕ:

Χώρος που ορίζεται από το τρένο ( αντικα ) έως τον πεζόδρομο της οδού Πολυζωίδου για την τοποθέτηση και λειτουργία ψυχαγωγικών παιχνιδιών ( Λούνα παρκ , κ.λ.π. ) ως αυτά περιγράφονται αναλυτικά ανά θέση και δραστηριότητα στο επισυναπτόμενο τοπογραφικό διάγραμμα εμβαδού 900τ.μ.

Η διάρκεια της μίσθωσης των προς διάθεση κοινόχρηστων χώρων επί του πάρκου ΟΣΕ ορίζεται από της υπογραφής της σύμβασης έως και τις 07-05-2023 σύμφωνα με την 42/2023 απόφαση Δ. Σ.

Η δημοπρασία θα διεξαχθεί την 13η του μηνός Μαρτίου του έτους 2023 ημέρα Δευτέρα και από ώρα 10:00 π.μ. έως 11:00 π.μ. στο Δημοτικό κατάστημα του Δήμου Ναυ-

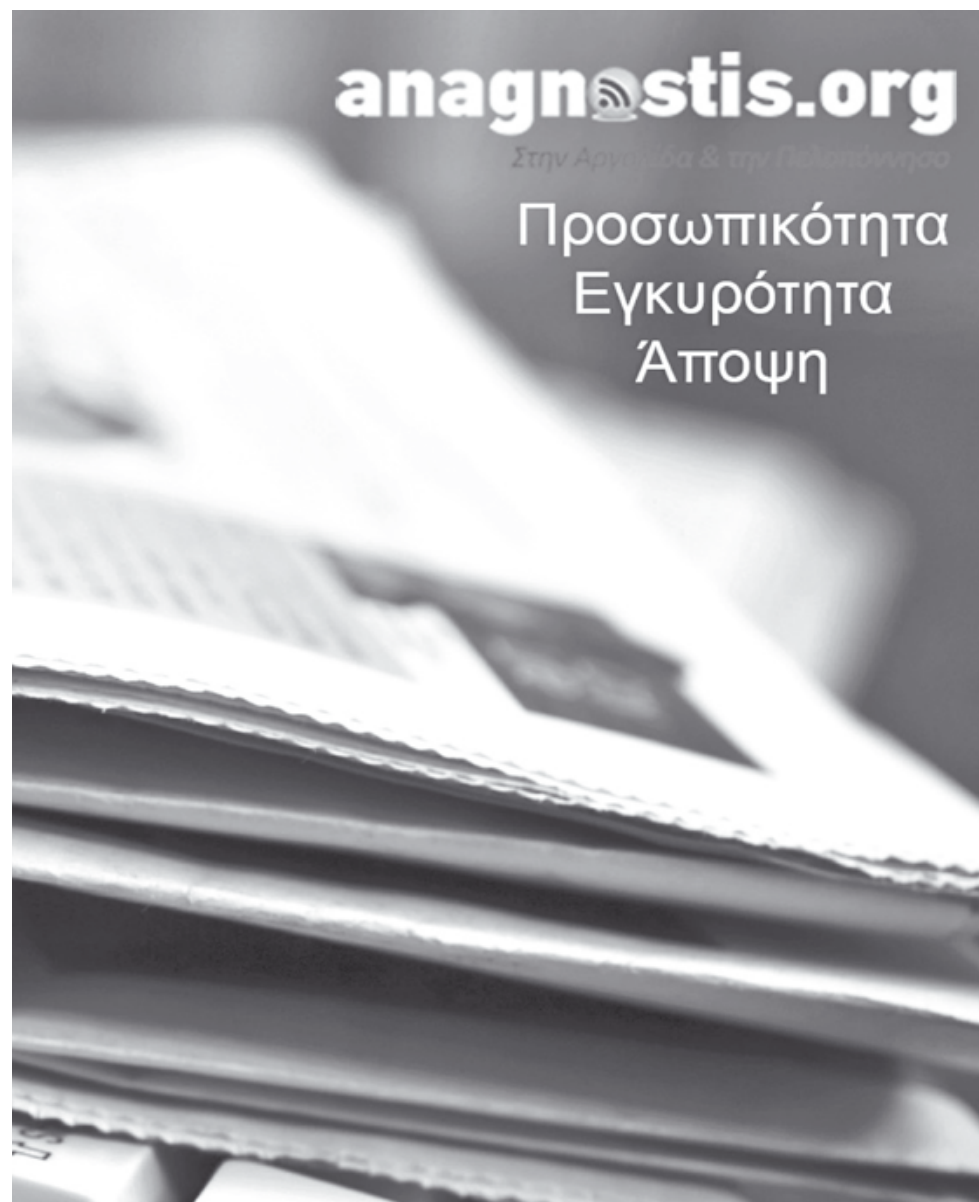
πλιέων και συγκεκριμένα στο γραφείο 3 ενώπιον της αρμόδιας Επιτροπής, ως αυτή έχει ορισθεί σύμφωνα με την 8/2023 ΑΔΣ

Κατώτατο όριο μίσθωσης – τίμημα εκκίνησης για το σύνολο των τ.μ. των προς διάθεση κοινόχρηστων χώρων στο Πάρκο ΟΣΕ και για το σύνολο της χρονικής διάρκειας μίσθωσης ορίζεται το ποσό των 600,00 €

Μαζί με τη συμμετοχή τους και τα λοιπά δικαιολογητικά οι ενδιαφερόμενοι πρέπει να καταθέσουν και εγγύηση συμμετοχής που ανέρχεται στο ποσό των εξήντα ευρώ (60,00 €). Πληροφορίες και αντίγραφα της διακήρυξης της δημοπρασίας παρέχονται τις εργάσιμες ημέρες και ώρες από το Τμήμα Ελέγχου του Δήμου Ναυπλιέων

**Αρμόδιος υπάλληλος : κα Φωτεινή Ανδρονίκου**  
Διεύθυνση : Δημητρίου Κώνστα 12  
Τηλ. 2752029254

**Ο ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ  
ΛΥΚΟΜΗΤΡΟΣ  
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ**



«Δεν μπορείς να συλλάβεις έναν άνθρωπο επειδή κάποιος τον δείχνει με το δάκτυλό του»



**Του Γιάννη Πανούση,** καθηγητή Εγκληματολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών

## Τίς (δεν) πταίει;

ο παρελθόν, αν κάποια στιγμή το κάνουμε κάπως να μας μιλήσει, ψιθυριστά ό,τι έχει πρέπει να μας πει, πιο δυνατά δεν επιτρέπεται...  
**Γιάννης Μεταξάς, Φεγγίτες**

Επειδή στις μακροχρόνιες και βαθιές αξιακές κρίσεις δεν υπάρχουν αθώοι, σκέφτηκα να καταγράψω -με τη μορφή ερωτημάτων/αποριών- ορισμένες πτυχές του φαινομένου.

- έως πότε ορισμένοι θα "ντρέπονται" για την Ιστορία της Ελλάδας ή θα λοιδωρούν τη (χριστιανική) θρησκευτικότητα των Ελλήνων στο όνομα μιάς ανύπαρκτης (και καθόλου αμοιβαίας από άλλες χώρες) "αλληλεγγύης των λαών";

- έως πότε θα γοπευόμαστε (ως κοινωνία αλλά και ο κάθε πολίτης ξεχωριστά) με το Κακό και θα θαυμάζουμε τους κήρυκες της Γενικής Καταστροφολογίας, οι οποίοι όταν αποκτήσουν την εξουσία μεταβάλλονται σε Σωτήρες;

- έως πότε θα εκλαμβάνουμε τους πάσης φύσεως και μορφής ολοκληρωτισμούς σαν ένα πλαίσιο διεκδίκησης "ειδικών" δικαιωμάτων και έκφρασης της (εξατομικευμένης) διαφορετικότητας;

- έως πότε θα ταυτίζουμε τα ανεξάρτητα κινήματα απελευθέρωσης από αναχρονιστικές "δουλείες" με τις λίστες προγραμών των διαφωνούντων, που απεργάζονται σκοτεινά κέντρα φανατικών;

- έως πότε θα γινόμαστε συνένοχοι εγκλημάτων κατά του ελεύθερου ανθρώπου, πολεμώντας τις προκαταλήψεις και τα στερεότυπα, με τα όπλα του αντιρατσιστικού ρατσισμού;

- έως πότε θα καταβροχθίζουμε τις σάρκες της Δημοκρατίας, προφασισζόμενοι ότι η όποια υποχώρηση του Κράτους δικαίου "νομιμοποιεί" την καλή (αντι/στασιακή;) βία;

- έως πότε η δημοκρατική και ανθρωπιστική ανεκτικότητα σε ιδέες θα ενδύεται την αντιδημοκρατική κι απάνθρωπη ανοχή στις εγκληματικές πράξεις;

- έως πότε οι συλλογικότατες υποκειμενικών προσεγγίσεων της πραγματικότητας (sic) θα συνιστούν γνώμονα χάραξης πολιτικής για τη χώρα;

- έως πότε θα αναφέρονται κάποιοι σε "κόκκινες γραμμές" (εθνικής, πολιτικής, πθικής οριοθέτησης), ενώ άπαντες γνωρίζουν ότι οι κάθε είδους "γραμμιτζήδες" έχουν μπλέξει (λόγω διαπλοκής) τις γραμμές τους;

- έως πότε θα εργαλειοποιείται η ιστορική μνήμη όταν αναφέρεται σε δικαιώματα, ενώ η δόλια αμνησία θα κυριαρχεί όταν μιλάμε για υποχρεώσεις;

Αυτά και θα επανέλθω...

ΥΓ. Όποιος νομίζει πως κρατά τα μυστικά του ...μ' ένα υπέρ, μ' ένα κατά, μ' ένα επί, είτε το γράφει, είτε τ' όμιλεί, κάνει μεγάλο λάθος" (Γιάννης Μεταξάς)

# Σκέψεις για την «Καθαρή

## του Κων/νου Τζιαμπάση\*

Τότε που ήμασταν μικροί, τέτοιες μέρες, αποκριάτικες, ο ουρανός γέμιζε καρταετούς. Και η γη, τα σοκάκια, όπου μεγαλώναμε, γέμιζε με επίκαιρες λέξεις που αφορούσαν τη καρταετοκατασκευή. Καλούμπα, ζύγια, καντήλιασμα μερικές από αυτές τις επίκαιρες λέξεις. Και μαζί μ' αυτές η λαχτάρα της αναμονής για τη μεγάλη μέρα. Λαχτάρα για τον καιρό, μην τύχει και βρέξει, μην τύχει και δε φυσάει και μείνουν οι καρταετοί σωριασμένοι στο χώμα,

θλιβερά ερπετά με πολύχρωμα ξέφτια. Ουρές ξαπλωμένες στα φρεσκοπλυμένα πλακάκια της αυλής μας. Ζύγια χωρίς δύναμη και καλούμπες σφιχτοτυλιγμένες σε κουβάρια βουβά. Γενικώς όνειρα της παιδικής μας θρασυτητας, που δε λογάριζε τις αρνήσεις της φύσης και πίστευε πως η κατάκτηση του ουρανού δεν ήταν τίποτε παραπάνω από την τυχαία εύνοια μιας μετεωρολογικής συγκυρίας. Γι' αυτό το λόγο δεν προσέχαμε τα ζύγια και τις ουρές, τις καλούμπες και τους σκελετούς των καρταετών μας.

Κοιτάζαμε μονάχα τον ουρανό. Κοιτάζαμε το χρώμα της δύσης και προσπαθούσαμε να υποθέσουμε τη δύναμη του αέρα, το ενδεχόμενο της βροχής. Έτσι μπλεκόμεσταν στην αοριστία του ενδεχόμενου, στην αξιοπιστία του τυχαίου και του "θεϊκού". Πιστεύαμε πως οι αυτοσχέδιοι ηρωισμοί μας ήταν αναγκαστικά έρμια μιας αναπόφευκτης συνωμοσίας, προϊόν ιστορικό της καθημερινής φτώχειας, του μόχθου και του πόνου. Κλεινόμασταν, έτσι, μυζοκλαίοντας στα φουστάνια της μάνας μας και καϊδεύαμε

μυστικά τους σωριασμένους καρταετούς, αναβάλλοντας τις πτητικές μας φιλοδοξίες για τις άλλες Απόκριες. Η Καθαρά Δευτέρα υπήρξε ανέκαθεν μια μέρα μακράς γλυκιάς προσμονής. Αφετηρία μιας πορείας σε «ιερά οδό», χορταριασμένη και λουλουδιασμένη, γεμάτη χρώματα και μυρωδιές της άνοιξης που ξεπηδά πρώιμα κι απρόσμενα μέσα από τη βαρυχειμωνιά κι εκρήγνυται σαν ένα πυροτέχνημα, αγγίζοντας όλες τις αισθήσεις. Είναι τέτοιο το μεγαλείο και το απόλυτο κάλ-

## ΕΛΓΑ: 300 € / στρέμμα για τον παγετό του Ιανουαρίου 2022

Αποζημιώσεις στους παραγωγούς εσπεριδοειδών που επλήγησαν από τον παγετό του Ιανουαρίου 2022, δρομολογεί ο ΕΛΓΑ. Σύμφωνα και με την Δήλωση Καλλιέργειας/Εκτροφής του έτους 2021, με την οποία η απώλεια παραγωγής αποζημιώνεται με 0,22 € / κιλό για τα πορτοκάλια, προσδιορίστηκε η αποζημίωση 300 € / στρέμμα. Με βάση αυτή την εκτίμηση προσδιορίστηκαν οι εξατομικευμένες αποζημιώσεις.

Σχετική ενημέρωση δίνεται από τον βουλευτή ΝΔ Γ. Ανδριανό, μετά τη συνάντησή του με τον πρόεδρο ΕΛΓΑ Ανδρέα Λυκουρέντζο: «Έθεσα υπόψη του Προέδρου του ΕΛΓΑ το ζήτημα της χρονικής καθυστέρησης στην επεξεργασία των ενστάσεων που υπέβαλαν οι αγρότες μετά την ανακοίνωση των πορισμάτων του ΕΛΓΑ, και ζήτησα διευκρινίσεις ως προς την διαδικασία της εξόφλησης των αποζημιώσεων κατόπιν και της φημολογίας περί του κινδύνου επιστροφής χρημάτων στον Οργανισμό.

Ο Πρόεδρος του ΕΛΓΑ κ. Λυκουρέντζος, με ενημέρωσε ότι το ποσοστό ζημίας στις καλλιέργειες εσπεριδοειδών, μετά τον παγετό του Ιανουαρίου 2022 στην Αργολίδα, σύμφωνα με τις επισημάνσεις και τις πρώτες εκτιμήσεις των γεωτεχνικών υπαλλήλων του ΕΛΓΑ προσδιορίστηκε μεσοσταθμικά στο ύψος του 65% της παραγωγής.

Κατόπιν αυτού, σύμφωνα και με την Δήλωση Καλλιέργειας/Εκτροφής του έτους 2021, με την οποία η απώλεια παραγωγής αποζημιώνεται με 0,22 € / κιλό για τα πορτοκάλια, προσδιορίστηκε η αποζημίωση 300 € /



στρέμμα. Με βάση αυτή την εκτίμηση προσδιορίστηκαν οι εξατομικευμένες αποζημιώσεις, τις οποίες έλαβαν οι παραγωγοί. Μετά από την ανακοίνωση των σχετικών πορισμάτων και με τις ενστάσεις, οι οποίες υπεβλήθησαν μέσω των ανταποκριτών του ΕΛΓΑ χειρόγραφα και όχι μέσω των ηλεκτρονικών υπολογιστών του Οργανισμού, δημιουργήθηκε η μεγάλη χρονική καθυστέρηση στην επεξεργασία τους, λόγω του τεράστιου όγκου τους.

Όπως με ενημέρωσε ο κ. Λυκουρέντζος, η Διοίκηση του ΕΛΓΑ αναμένει εντός των προσεχών εβδομάδων την ολοκλήρωση της επεξεργασίας των ενστάσεων και διαβεβαιώνει τους παραγωγούς ότι όλες οι ενστάσεις θα κριθούν με ακρίβεια και δικαιοσύνη, κανείς παραγωγός δεν θα ζημιωθεί και σε καμία περίπτωση δεν πρόκειται να επιστραφούν χρήματα στον ΕΛΓΑ. Στις ακραίες εκείνες περιπτώσεις, στις οποίες θα προκύψουν οι οποιοσδήποτε διαφορές, αυτές σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία θα συμψηφιστούν με ενδεχόμενες μελλοντικές ζημιές. Επίσης, ζήτησα από τον Πρόεδρο του ΕΛΓΑ να επιστραφούν οι παρακρατήσεις αποζημιώσεων, οι οποίες έγιναν κατά την τελευταία

πληρωμή του Δεκεμβρίου 2022 από τον ΕΛΓΑ, μέσω των αποζημιώσεων άλλων καλλιεργειών όπως τα πυρηνόκαρπα.

Ο Πρόεδρος του ΕΛΓΑ δεσμεύτηκε ότι η περίπτωση αυτή εξετάζεται να διορθωθεί και να αποδοθεί στους δικαιούχους το σύνολο το αποζημιώσεων που δικαιούνται για τις συγκεκριμένες καλλιέργειες, διότι η πρακτική του συμψηφισμού μεταξύ διαφορετικών καλλιεργειών

δεν είναι σύμφωνη με τις αποφάσεις του Διοικητικού Συμβουλίου του Οργανισμού».



ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΔΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

Διπλωματούχος  
Μηχανολόγος Μηχανικός

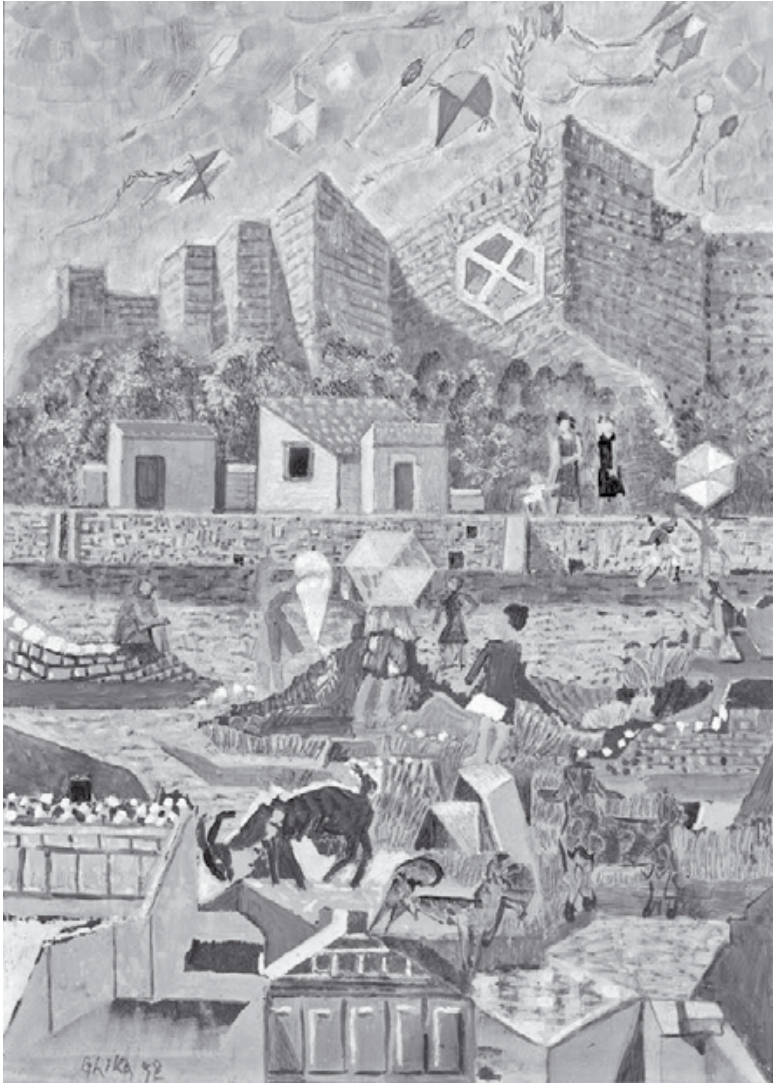
Αμυμώνης 24 | Ναύπλιο

☎ 2752028316

☎ 6974340013

kkaampourdask@gmail.com

# Δευτέρα» των Ελλήνων



**Χαρταετοί στην Ακρόπολη (1952) του Νίκου Χατζηκυριάκου Γκίκα (1906-1994) «Τα έργα μου της εποχής εκείνης είναι σαν σιωπηλές συμφωνίες από γεωμετρικά σχήματα και φωτεινά χρώματα. Είναι αφηρημένες αρχιτεκτονικές συνθέσεις όπου συνδυάζονται κομμάτια από βράχους, σπίτια, τοιχοδομίες, σκαλοπάτια, μαντρότοιχοι, ουρανός, θάλασσα και όπου τα κινούμενα στοιχεία είναι πουλιά, σύννεφα και χαρταετοί». Ν. Χατζηκυριάκος-Γκίκας, Λόγος για την Ύδρα, περ. Ευθύνη, τεύχος 158, Φεβρουάριος 1985**

λος που ακόμη και αν κλείσεις τα μάτια, νιώθεις τον ανοιξιάτικο ήλιο, ακούς το κελάδημα των πουλιών και τον βόμβο των μελισσών, οσφραίνεσαι τα άρωματά της φύσης. Προτού προλάβεις να χαρείς, την ομορφιά που σε περιτριγυρίζει, η άνοιξη έφυγε ήδη, το ίδιο ξαφνικά όπως ήρθε. Τα πρασινοκίτρινα λιβάδια, έχουν πάρει το χρώμα του ξερού χόρτου ενώ τα σπαρτά μετατρέπονται σε μια θάλασσα χρυσή που κυματίζει και θροίξει περιμένοντας το θέρος.

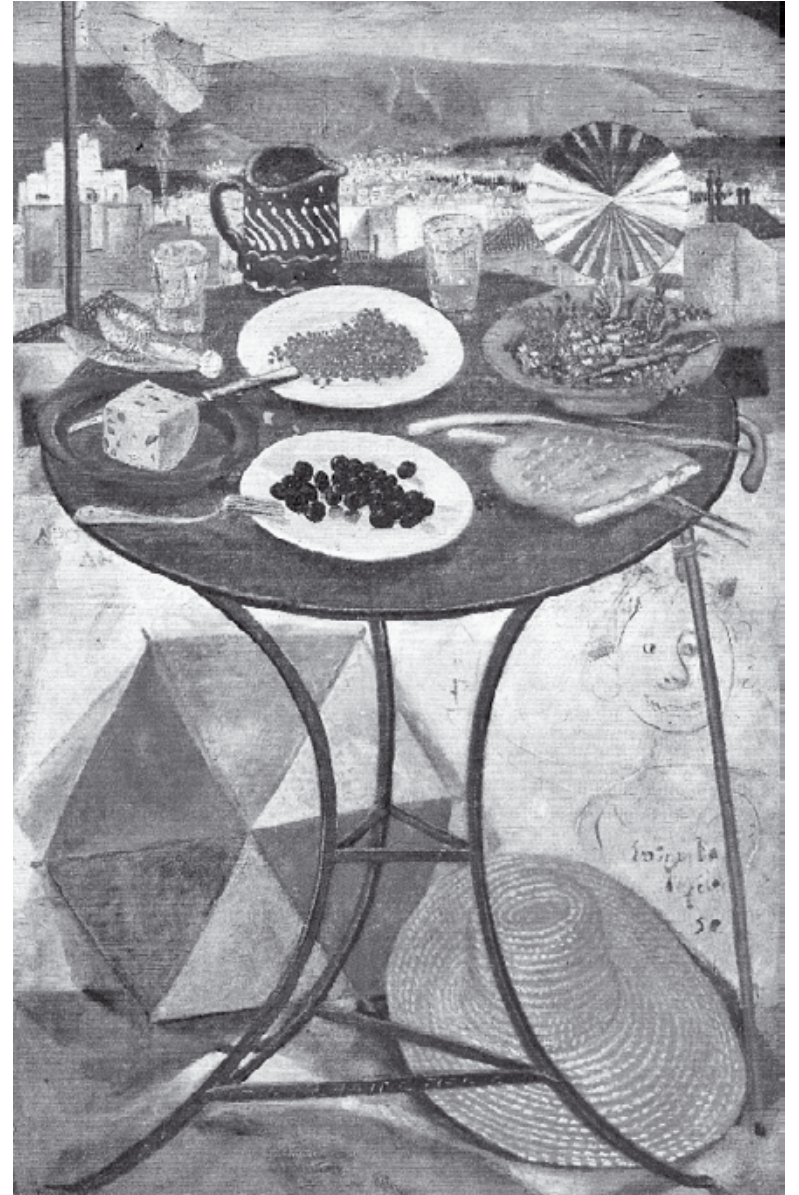
Οι Απόκριες που προηγούνται της Σαρακοστής, μας καλούν να βγούμε από τη χειμερία μας νάρκη, να ανοίξουμε τις ψυχές μας και να ξεφαντώσουμε. Μέσω των μεταμορφώσεων γινόμαστε για λίγο αυτό που θα θέλαμε και δεν μπορούμε, βασιλιάδες, νεραϊδες, άγγελοι, πρόεδροι, υπουργοί, τσαλαπετεινοί. Με

τους αστεϊσμούς, τα πειράγματα και την ανατροπή της υπάρχουσας τάξης των πραγμάτων, επέρχεται μια κάθαρση. Τα απογεύματα του Ψυχοάββατου την ώρα που γυναίκες, κατευθύνονται προς και από την εκκλησία με κόλλυβα και πρόσφορα, που προορίζονται για τις ψυχές των αγαπημένων απόπτων, συναντάς στους δρόμους και στο προαύλιο του ναού μια παρέα μεξικάνων, καθολικών καλογριών και καρδινάλιων και ένα Πάπα της Ρώμης να κάθονται και να γελούν παρέα με ένα λιοντάρι και ένα γορίλλα.

Ευτράπελες σκηνές σαν από ταινία του Φελλίνι, που χωρούν για λίγες μέρες στην καθημερινότητα της Ναυπλίου. Οι κοκορομαχίες των πολιτικών και των κομμάτων που επέρχονται μετά το Καρνάβαλι με τις επερχόμενες βουλευτικές εκλογές, φέρνουν συνειρμικά στον νο

μας κάποιες σκηνές από τους Όρνιθες του Αριστοφάνη, ο οποίος περιγράφει την Αθήνα της παρακμής μετά τον Πελοποννησιακό Πόλεμο, διακωμωδώντας τους κόλακες και τους συκοφάντες του δήμου. Δύο αγανακτισμένοι ηλικιωμένοι Αθηναίοι αποφασίζουν να μεταναστεύσουν, συμμαχώντας και ιδρύοντας με τους Όρνιθες, τη Νεφελοκοκκυγία, την πόλη των πουλιών στους αιθέρες, που βρίσκεται στο μεσοδιάστημα μεταξύ ανθρώπων και θεών, ξεφεύγοντας έτσι από την τυραννία του κόσμου. Το τείχος που την περιβάλλει εμποδίζει όμως την τσίκνα από τις θυσίες να φτάσει ως τους θεούς οι οποίοι, αρχίζοντας να πεινούν, στέλνουν αντιπροσωπεία που διαπραγματεύεται την ελεύθερη διακίνησή της. Η συνάντηση γίνεται δίπλα από ένα σφαχτό που γυρίζει στις σούβλες καταλήγοντας στη γαμήλια ένωση της όμορφης ουράνιας Θεάς Βασιλείας με τον ρήτορα Πεισθέταιρο. Οι «Όρνιθες» μας ταξιδεύουν προς το βασίλειο της επιθυμίας, ένα σύμπαν ελεύθερο, δίκαιο, με μοναδικό αίτημα την ευτυχία. Γιατί η «κοινωνία των πουλιών», είναι μια κοινωνία με φαντασία, που υιοθετεί τις αξίες του δικαίου, της αξιοκρατίας, που θέλει να πετάξει πάνω από ατομικές και κοινωνικές δεσμεύσεις και αδικίες, δημιουργώντας μια ιδανική κοινωνία.

Κι αφού η τσίκνα από τα λουκάνικα και τα σουβλάκια φτάσουν ως τους ουρανούς και οι άνθρωποι μπουκτίσουν από κρέας, την Κυριακή της Τυρινής, ακολουθεί η Καθαρά Δευτέρα αρχίζοντας για πολλούς μια περίοδος περιουλολογής και κάθαρσης. Καιρού επιτρέποντος, οι άνθρωποι θα βγουν στην εξοχή και στα χωράφια να απλώσουν όπως παλιά κουβέρτες και τραπεζομάντηλα στο χορτάρι, με τις λαγάνες, τα χόρτα, τις ελιές και άλλα νηστίσιμα, προσπαθώντας έστω για μια μέρα να δείξουν εγκράτεια και λιτότητα. Άλλοι επιμένουν ακόμη και αυτή τη μέρα να στρώνουν τραπέζια με του πουλιού το γάλα. Συνεχίζουν την αποκαλούμενη «νηστεία» όλο το Σαρανταήμερο, τρώγοντας χταπόδια, καλαμάρια, γαρίδες, μύδια και καβιάρι, υποκατάστατα του κρέατος, κεφτέδες και χάμπουργκερ από σόγια, σοκολατίνες, τυρόπιτες, χωρίς να στερηθούν τίποτα από τις αγαπημένες γεύσεις ενώ επιπλέον θα επιπλήξουν τους υπόλοιπους αμαρτωλούς που δεν νηστεύουν.



**Κούλουμα (1950) του Σπύρου Βασιλείου (1902-1985), Το τραπέζι με τους μεζέδες της Σαρακοστής, έργο του μπάμπια Σπύρου όπως τον αποκαλούσαν φίλοι και θαυμαστές του, φέρνει στο νου τα καθιερωμένα Κούλουμα στο σπίτι του ζωγράφου, στην οδό Ουέμπστερ αρ.5, δίπλα στο Φιλοπάππου με τους χαρταετούς, ορόσημο της Καθαράς Δευτέρας στην Αθήνα.**

Η Καθαρά Δευτέρα δεν είναι μόνο μια μέρα κάθαρσης από το κρέας και αλλά και μια ευκαιρία να ξεκολλήσουμε από τις οθόνες του υπολογιστή και των τηλεοράσεων μας και να βρεθούμε κοντά στη φύση. Τα παιδιά θα περάσουν τη μοναδική μέρα του χρόνου χωρίς ηλεκτρονικά εικονικά παιχνίδια. Μικροί και μεγάλοι θα παίξουν μπάλα, θα πετάξουν τον χαρταετό, ο οποίος ίσως φτάσει ως τη Νεφελοκοκκυγία, αγγίζει για λίγο το θείο, ανεβάζοντας κι εμάς ψηλότερα και μακρύτερα από την πεζή καθημερινότητα, στις πόλεις, στα γραφεία και στις πολυκατοικίες. Πέστε πως ονειρεύομαι την επανόσταση των χαρταετών. Πέστε πως θέλω να πάρω εκδίκηση για τις χαμένες «Καθαρές Δευτέρες», που με κράτησαν δεμένο στη γη με το

κουβάρι της καλούμπας κρατημένο σφιχτά στο χέρι μου. Πέστε μου ό,τι θέλετε. Εκείνο που ονειρεύομαι πάνω απ' όλα είναι να δω τον ουρανό γεμάτο επαναστατημένους, χαρταετούς. Και τη γη γεμάτη από παιδιά που δε θα κοιτάζουν τον ουρανό με δακρυσμένα τα μάτια. Να στηριχτούμε σε ό,τι πιο δυνατό μετράει. Κι αυτό που σήμερα μετράει, βέβαια, είναι η δική μας η δύναμη, τα δικά μας τα ζύγια. Μετράει να είναι γερές οι δικές μας καλούμπες και καλοφτιαγμένοι οι σκελετοί, που μόνοι εμείς θα φτιάξουμε με καινούριες οδηγίες, δοκιμασμένες κάτω από συνθήκες αντίξωων καιρών. Καλή Σαρακοστή!

\*Ο Κων/νος Χαρ.Τζιαμπάσης είναι Αρχαιολόγος

# Ανθρώπων Έργα

«Το κρασί στο γιοματάρι, θα το πιούμε για το Χάρη...»,  
τίμησαν τον Χάρη Χουντάλα στο Λυγουριό

Αλευρώματα, μουτζουρώματα πολιτική Σάτιρα, και κέφι «παρούσης της ΚΥΠ»

Τη φετινή χρονιά ο καιρός ήταν σύμμαχος του «Παραδοσιακού Λυγουριάτικου Καρναβαλιού» που πραγματοποιήθηκε, ύστερα από τρία χρόνια λόγω υγειονομικών συνθηκών, την Καθαροδευτέρα 27 Φεβρουαρίου, με πολλούς επισκέπτες-λάτρες του ιδιαίτερου αυτού εθίμου.

Καρναβαλιστές κάθε ηλικίας συμμετείχαν στην καθιερωμένη παρέλαση των αρμάτων που ξεκίνησε γύρω στις 12 το πρωί από την δυτική πλευρά του Λυγουριού, με στάση και παρουσίαση κάθε άρματος-πληρώματος στην κεντρική πλατεία, με χορό και στιχάκια, καταλήγοντας στον αύλειο χώρο του Γυμνασίου-Λυκείου, αφού διέσχισε την Λεωφόρο Ασκληπιού. Εκεί είχε στηθεί η ταβέρνα μας όπου μέλη του «Καββαδία» προσέφεραν νηστίσιμα εδέσματα στους επισκέπτες και τους καρναβαλιστές, έως ναρίς το απόγευμα που κάηκε ο καρναβάλος. Το «τιμώμενο πρό-



σωπο» ήταν ένας πράκτορας της Κ.Υ.Π. (Καρναβαλική Υπηρεσία Πληροφοριών). Η θεματολογία είχε από όλα...καυστική σάτιρα για

τις επικείμενες εκλογές και τα πολιτικά δρώμενα καθώς και για όλα τα μεγάλα ζητήματα που απασχολούν την επικαιρότητα.

Η φαντασία, η δημιουργικότητα και το γνωστό χιούμορ των διοργανωτών ξεχώρισαν για μία ακόμη φορά! Φυσικά, στο Λυγουριό την

Καθαρά Δευτέρα φημίζεται για τον «αλευροπόλεμο» και τα πειράγματα δίνουν και παίρνουν, συνοδευόμενα φυσικά από μουτζούρα! Το φετινό Καρναβάλι ήταν αφιερωμένο στον συντοπίτη μας και γνωστό καρναβαλιστή, Χάρη Χουντάλα, που έφυγε από κοντά τους, πολύ ναρίς αλλά δε ξεχάστηκε, για αυτό και τηρήθηκε ενός λεπτού σιγή στη μνήμη του πριν το κάψιμο του Καρνάβαλου...Μια στιγμή ιδιαίτερα συγκινητική, όπως επίσης και ο τελευταίος στίχος στο μήνυμα του προπομπού που έγραφε: «Το κρασί στο γιοματάρι, θα το πιούμε για το Χάρη...». Όλα τα παραπάνω δε θα συνέβαιναν αν δεν υπήρχε η πολυπληθής δημιουργική ομάδα, η οποία κάθε βράδυ για ένα μήνα κατασκεύαζε με μεράκι και αγάπη τα άρματα του καρναβαλιού.

## Εγκαινιάζεται το πρώτο Πάρκο Ελληνικής Επανάστασης στην Ελλάδα

Μετά από δύο έτη συντονισμένων ενεργειών, το Ινστιτούτο Πολιτισμού Μεσσηνίας σε συνεργασία με το Δήμο Πύλου - Νέστορος και την αρωγή 21 ιστορικών δήμων της Πελοποννήσου θα εγκαινιάσουν την Παρασκευή, 3 Μαρτίου 2023, το πρώτο Πάρκο Ελληνικής Επανάστασης στην Ελλάδα, με αφορμή την επέτειο της Μάχης Κάτω Μηναγίων (3 Μαρτίου 1825), η οποία πρόσφατα χαρακτηρίστηκε Δημόσια Εορτή Τοπικής Σημασίας με απόφαση της Προεδρίας της Ελληνικής Δημοκρατίας.

Ειδικότερα, η εκδήλωση εγκαινίων του εν λόγω Πάρκου θα τελεστεί στον ιστορικό οικισμό των Κάτω Αμπελοκήπων του Δήμου Πύλου Νέστορος, ενώ τα αποκαλυπτήρια του πίνακα που αποτυπώνεται σπάνιος χάρτης της Πελοποννήσου της περιόδου της Ελληνικής Επανάστασης και αναπτύσσονται 21 «Μικρές Ιστορίες Ελευθερίας» της Ελληνικής Επανάστασης 21 ιστορικών δήμων της Πελοποννήσου θα γίνουν από



την πρόεδρο της Επιτροπής Περιβάλλοντος της Βουλής των Ελλήνων κα Αυγερινοπούλου.

Έτσι, για πρώτη φορά, θα συναντηθούν - φυτευτούν 21 «Δέντρα Ελευθερίας» που αποτυπώνουν την περιβαλλοντική κληρονομιά της Πελοποννήσου σε μια ιστορική «περιβαλλοντική συνέλευση» ενώ παράλληλα, τα εν λόγω δέντρα θα αποτελούν τους διαχρονικούς «περιβαλλοντικούς φάρους» που θα ρίχνουν φως στα ιστορικά γεγονότα της Ελληνικής Επανάστασης του τόπου καταγωγής τους, δίνοντας έτσι τη δυνατότητα στον επισκέπτη του Πάρκου να έχει μια συνολική εικόνα της ανθρωπογεωγραφίας της επανάστασης στην Πελοπόννησο. Στη λίστα των 21 «Δέντρων Ελευθερίας» που θα φυτευτούν από 21 ιστορικούς δήμους της Πελοποννήσου, από τον Δήμο Ναυπλιέων - Πλάτανος, από τον Δήμο Άργους Μυκηνών -Ελιά και από τον Δήμο Επιδαύρου - Χαρουπιά

## Συνέλευση των Μαραθωνοδρόμων



ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΙ  
ΔΡΟΜΕΙΞ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου «Μαραθωνοδρόμων και Δρομέων Αργολίδας» σε εφαρμογή του ισχύοντος καταστατικού, και με απόφαση που έλαβε στην

τελευταία συνεδρίασή του, συγκαλεί την Κυριακή 5 Μαρτίου 2023 την Ετήσια Γενική Συνέλευση του Συλλόγου «Μαραθωνοδρόμων και Δρομέων Αργολίδας», στις 6μμ στο Κωνσταντοπούλειο Μέγαρο, Τουριστική Σχολή ΙΕΚ Πελοποννήσου, Δαναού 25 στο Άργος.

Σε περίπτωση μη επίτευξης απαρτίας η Γ.Σ. θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 12/3/23 στον ίδιο χώρο και την ίδια ώρα.

Θέματα της Ημερησίας Διάταξης:

- Παρουσίαση έκθεσης πεπραγμένων 2022
- Παρουσίαση οικονομικού απολογισμού και ισολογισμού χρήσης οικονομικού έτους 2022
- Πρόγραμμα δράσης 2023
- Αλλαγή καταστατικού

## Συλλογή 7.500 βιβλίων για τα Σωφρονιστικά Καταστήματα της χώρας

Στο πλαίσιο της συνεργασίας της Γενικής Γραμματείας Αντεγκληματικής Πολιτικής με την Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «Συμμαχία για την Ελλάδα», συλλέχθηκαν πάνω από 7.500 βιβλία, ώστε να εμπλουτιστούν με νέους τίτλους οι βιβλιοθήκες των Σωφρονιστικών Καταστημάτων όλης της χώρας.

Ο Γενικός Γραμματέας Αντεγκληματικής Πολιτικής, κ. Κωνσταντίνος Παπαθανασίου και ο Γενικός Διευθυντής της «Συμμαχίας για την Ελλάδα», κ. Γεώργιος Καλούδης, εργάστηκαν

από κοινού, προκειμένου να φέρουν εις πέρας το απαιτητικό έργο της συλλογής βιβλίων για όλα τα Σωφρονιστικά Καταστήματα της χώρας, με σκοπό να εφοδιαστούν επαρκώς οι βιβλιοθήκες και να έχουν τη δυνατότητα πρόσβασης σε νέους τίτλους οι κρατούμενοι.

Να θυμίσουμε ότι στο παρελθόν βιβλία, για τους κρατούμενους στην Αργολίδα, είχαν συλλέξει στην Αργολίδα, Αριστερές και οικολογικές οργανώσεις.

## Μαθητές: Αстро-παρατήρηση με τηλεσκόπιο

Το απόγευμα της Πέμπτης στις 7 μ.μ. δύο σχολεία, το Νέο Σχολείο και τα Πρότυπα Εκπαιδευτήρια Αφών Μαλτέζου, συνεργάζονται για να προσφέρουν δωρεάν σε μικρούς και μεγάλους την χαρά της αστροπαρατήρησης με τηλεσκόπιο. Παράλληλα, δίπλα, στο φορητό ψηφιακό πλανητάριο που έχει έρθει από την Αθήνα, θα γίνονται προβολές για ομάδες επισκεπτών.

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση «ο ουρανός είναι

μαγικός χειμώνα καλοκαίρι, ειδικά όταν τον κοιτάζει με τηλεσκόπιο και σου εξηγούν οι ειδικοί. Έχετε δει ποτέ τον Ωρίωνα με τηλεσκόπιο; Σας έχουν δείξει ποτέ πού είναι ο Δίας και πού η Αφροδίτη; Γεννιούνται άστρα στις μέρες μας και πού;

Για τους μαθητές των δύο σχολείων το πρωί της Πέμπτης θα γίνουν ειδικές προβολές για κάθε τάξη.

**Λογιστικό Γραφείο**  
**ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ Π. ΧΕΙΒΙΔΟΠΟΥΛΟΣ**  
ΛΟΓΙΣΤΗΣ ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΟΣ Α' ΤΑΞΗΣ  
ΚΟΡΙΝΘΟΥ 26,  
ΗΜΙΟΡΟΦΟΣ, Τ.Κ. 21200  
ΤΗΛ. 2751061124  
ΚΙΝ. 6974876572

## Ο Χασάν ο Εργολάβος

Όταν δύο πλάκες μόνο, η μια την άλλη σπρώξανε  
δύο σεισμοί, πολλούς στα σπίτια τους πλακώσανε...

Στη νότια Τουρκία χωριά κουνήθηκαν και πόλεις  
εικόνες που το γύρο έκαναν της οικουμένης όλης...

Ο τραγικός απολογισμός πολύ θα περιμένει  
αμέτρητοι οι αγνοούμενοι μα και οι σκοτωμένοι.  
Χιλιάδες άστεγοι περιφέρουν τους καημούς τους  
τη Διάσωση εκλιπαρούν να βρει και τους δικούς τους.

Δύο οι αιτίες που ανατίσαν τις καταστροφές:  
-Οι πρώτες ώρες ύπνου και οι σκάρτες κατασκευές.  
Της νύχτας η ανάπαυση είναι πρακτική αιώνων  
μα τα ερείπια... έργα εργολάβων απατεώνων.

Ο ύπνος έχει αποστολή το κορμί να ξεκουράσει  
μια βοήθεια ζωής μέχρι το σώμα να γεράσει.

Ο Χασάν ο εργολάβος όμως είχε κι άλλη σκέψη.  
-Πόσο σίδερο και τσιμέντο από τα μπετά να κλέψει.  
-Να πληρώσει τους εργάτες, τ' ασφαλιστικά Ταμεία  
-Να μαζέψει το... μπαχτσίσι για τη Πολεοδομία.

Έτσι ο κόσμος χάθηκε στην δόνησης το κέντρο  
για πέντε οκάδες σίδερο και δυο σακιά τσιμέντο...  
Χιλιάδες ανθρώπινες ζωές τις κάνανε δεκάρες  
για νάχουν να μαζεύουνε του κόσμου τις κατάρες.

Έχει χαθεί ο αριθμός σε νεκρούς και τραυματίες  
που πλήρωσαν με τη ζωή τους, κακούργων αμαρτιές.  
-Όλα τους τα πήρε ο σεισμός σε μία κρύα νύχτα  
που χρόνια πολλά μαζεύανε με κόπους και με ρίσκα...

Όσοι έμειναν χωρίς νοικοκυριό και είναι ζωντανοί  
να ξεκινήσουν από την αρχή δεν είναι ικανοί...  
Αρκούνται και κουράζονται να ψάχνουν για χαμένα  
ενθύμια προσωπικά που βρίσκουν σκεπασμένα.

-Μια ξεφτισμένη του γάμου τους φωτογραφία  
σ' έγχρωμη αποτύπωση κι έκδηλη ευτυχία...  
-Μια σκονισμένη συλλογή με σπασμένα όστρακα  
κι' ενός άγνωστου ποιητή στη λάσπη τα χειρόγραφα.

Αυτά ο Χασάν ο εργολάβος δε θέλει να προσέξει  
έχει καινούργιες δουλειές να πάρει και να τρέξει.  
Σε ανάποδη περίπτωση τρέχει κι άλλο πλάνο.  
-Έβγαλε εισιτήριο με... το πρώτο αεροπλάνο.

Με τούτα και με άλλα... στις σακατεμένες χώρες  
Στη Συρία, στη Τουρκία θα υπομένουνε τις... μπόρες.  
Η στιγμή της προσφυγιάς έφτασε, φτάνει ολοταχώς  
και τι θα γίνει δεν γνωρίζει κανένας δυστυχώς.

Του δε Σουλτάνου η θητεία έχει άλλη αποστολή  
Διαρκώς να μη ξεχνά τους γειτόνους ν' απειλεί.  
Έτσι ξεχνάσαν και οι φτωχοί τη κακομοιριά τους  
μη μπορώντας να χορτάσουν όλα τα παιδιά τους.

Μια λύση θάταν ο αφέντης να παραμεριστεί  
-Μα μη μας βγει... χειρότερος όποιος τον διαδεχθεί;

-Ο Σουλτάνος για την ώρα ίσως και να τη γλυτώσει...  
Μα στη χώρα του από καιρό έχει βαθειά νυχτώσει.

Γιάννης Σαρρής (Δραγώνας)  
Φεβρουάριος 2023



## Απόκριες στο Ναύπλιο // Δημήτρης Μπέκας

### Στείλτε τις φωτογραφίες για να δημοσιευτούν

Στείλτε από τις φωτογραφίες σας, αυτές που θεωρείτε σημαντικές και ενδιαφέρουσες, μαζί ένα δικό σας σχόλιο στην ηλεκτρονική διεύθυνση [anagnostispe@hotmail.com](mailto:anagnostispe@hotmail.com), γράφοντας στο θέμα του μηνύματος: «Η φωτογραφία μου». Οι καλύτερες θα δημοσιεύονται στην έντυπη και στην ηλεκτρονική έκδοση.

## Συνταξιούχοι

## ΤΕΚΑ: εξατομικευμένη πληροφόρηση και με το πάτημα ενός κουμπιού στο myTEKA

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ &amp; ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΩΝ &amp; ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ, 20/02/2023

Α.Π.: 79139

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΗΣ ΜΕ ΑΡΙΘ. ΥΠΠΟΑ/64171/10-02-2023 ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗΣ ΣΟΧ 1/ 2023 (ΑΔΑ: Ψ6864653Π4-ΠΦΕ)

Η Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού ανακοινώνει την πρόσληψη, σύμφωνα με τις διατάξεις των άρθρων 37-42 του Ν.4765/2021 όπως ισχύουν, με σύμβαση εργασίας ιδιωτικού δικαίου ορισμένου χρόνου, **συνολικά 1528 ατόμων**, για χρονικό διάστημα απασχόλησης επτά (7) μηνών από την ημερομηνία υπογραφής της σύμβασης και όχι πέραν τις 31/12/2023, για την κάλυψη εποχικών ή παροδικών αναγκών, σε Υπηρεσίες αρμοδιότητάς της και συγκεκριμένα του εξής, ανά υπηρεσία και ειδικότητα, αριθμού ατόμων:

ΥΠΗΡΕΣΙΑ	ΔΕ ΦΥΛΑΞΗΣ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ ΗΜΕΡΗΣΙΩΝ ΦΥΛΑΚΩΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΩΝ	ΔΕ ΦΥΛΑΞΗΣ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ ΝΥΧΤΟΦΥΛΑΚΩΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΩΝ	ΤΕ ΛΟΓΙΣΤΩΝ	ΥΕ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ
1 ΕΦ.Α. Πόλης Αθηνών	149	28	1	20
2 ΕΦ.Α. Αιτωλοακαρνανίας και Λευκάδας	14	1	1	
3 ΕΦ.Α. Ανατολικής Αττικής	25	4		3
4 ΕΦ.Α. Αργολίδος	35	4		6
5 ΕΦ.Α. Αρκαδίας	5	1		
6 ΕΦ.Α. Άρτας	7	1	1	
7 ΕΦ.Α. Αχαΐας	10	2	1	1
8 ΕΦ.Α. Βοιωτίας	7	2		
9 ΕΦ.Α. Γρεβενών	2		1	
10 ΕΦ.Α. Δράμας	2	1		
11 ΕΦ.Α. Δυτικής Αττικής	14	3	1	2
12 ΕΦ.Α. Δωδεκανήσου	92	3	1	3
13 ΕΦ.Α. Έβρου	11	3		1
14 ΕΦ.Α. Ευβοίας	8	1		
15 ΕΦ.Α. Ζακύνθου	4	1	1	
16 ΕΦ.Α. Ηλείας	56	7		4
17 ΕΦ.Α. Ημαθίας	35	6		
18 ΕΦ.Α. Ηρακλείου	56	5	1	5
19 ΕΦ.Α. Θεσπρωτίας	6		1	
20 ΕΦ.Α. Ιωννίνων	8	2		
21 ΕΦ.Α. Καβάλας-Θάσου	13	3	1	
22 ΕΦ.Α. Καρδίτσας	2	1		
23 ΕΦ.Α. Καστοριάς	2		1	
24 ΕΦ.Α. Κέρκυρας	21	3	1	1
25 ΕΦ.Α. Κεφαλληνίας	7	1	1	
26 ΕΦ.Α. Κιλκίς	6	2	1	
27 ΕΦ.Α. Κοζάνης	5	1	1	
28 ΕΦ.Α. Κορινθίας	32	6		1
29 ΕΦ.Α. Κυκλάδων	70	2	1	2
30 ΕΦ.Α. Λακωνίας	19	3	1	1
31 ΕΦ.Α. Λάρισας	13	2		
32 ΕΦ.Α. Λασιθίου	19	2	1	
33 ΕΦ.Α. Λέσβου	4	2	1	
34 ΕΦ.Α. Μαγνησίας	6	2		
35 ΕΦ.Α. Μεσσηνίας	19	2		
36 ΕΦ.Α. Ξάνθης	4	1		
37 ΕΦ.Α. Πειραιώς και Νήσων	11	2	1	1
38 ΕΦ.Α. Πέλλας	10			
39 ΕΦ.Α. Περιφέρειας Θεσσαλονίκης	1			
40 ΕΦ.Α. Πιερίας	17	1	1	
41 ΕΦ.Α. Πόλης Θεσσαλονίκης	24	2		
42 ΕΦ.Α. Πρέβεζας	10	2	1	
43 ΕΦ.Α. Ρεθύμνου	9	2	1	
44 ΕΦ.Α. Ροδόπης	4			
45 ΕΦ.Α. Σάμου - Ικαρίας	15	2		1
46 ΕΦ.Α. Σερρών	8	2	1	
47 ΕΦ.Α. Τρικάλων	3			
48 ΕΦ.Α. Φθιώτιδος και Ευρυτανίας	5	1		
49 ΕΦ.Α. Φλώρινας	2	1	1	
50 ΕΦ.Α. Φωκίδος	40	4	1	4
51 ΕΦ.Α. Χαλκιδικής και Αγίου Όρους	16	1		
52 ΕΦ.Α. Χανίων	11	2		1
53 ΕΦ.Α. Χίου	4	1	1	
54 Εφορεία Παλαιοανθρωπολογίας-Σπηλαιολογίας	4	1		
55 Εφορεία Εναλίων Αρχαιοτήτων	4	1	1	
56 Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο	93	4	1	4
57 Μουσείο Ασιατικής Τέχνης Κέρκυρας	7	2		
58 Επιγραφικό Μουσείο	2	1	1	
59 Βυζαντινό και Χριστιανικό Μουσείο	38	3	1	2
60 Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου	58	3		2
61 Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης	28	1		2
62 Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού και Λευκός Πύργος	50	2	1	3
63 Νομισματικό Μουσείο	3		1	
64 Μουσείο Νεώτερου Ελληνικού Πολιτισμού	5	2		
65 Μουσείο Ελληνικών Λαϊκών Μουσικών Οργάνων "Φοίβος Ανωγειανιάκης"-Κέντρο Μουσικολογίας	1	1	1	

Οι υποψήφιοι όλων των ειδικοτήτων πρέπει να είναι ηλικίας από 18 έως 67 ετών και κατ' εξαίρεση, έως 70 ετών, όσοι έχουν συμπληρώσει το εξηκοστό έβδομο (67ο) έτος της ηλικίας και δεν έχουν συνταξιοδοτηθεί από το δημόσιο ταμείο ή άλλον ασφαλιστικό φορέα.

Αναλυτικά οι προκηρυσσόμενες θέσεις, τα απαιτούμενα προσόντα, τα κριτήρια κατάταξης, και η διαδικασία πρόσληψης ορίζονται στην αριθ. ΥΠΠΟΑ/64171/10-02-2023 Ανακοίνωση ΣΟΧ 1/2023 (ΑΔΑ: Ψ6864653Π4-ΠΦΕ) αναπόσπαστο τμήμα της οποίας αποτελούν το Παράρτημα Ανακοινώσεων Συμβάσεων Εργασίας Ορισμένου Χρόνου (ΣΟΧ) με σήμανση έκδοσης «10-06-2021» και τα Ειδικά Παραρτήματα (Α1) Απόδειξης Χειρισμού Η/Υ με σήμανση έκδοσης «01-02-2023» και (Α2) Απόδειξης Γλωσσομάθειας με σήμανση έκδοσης «01-02-2023».

Οι ενδιαφερόμενοι καλούνται να συμπληρώσουν και να υποβάλουν αίτηση-υπεύθυνη δήλωση ηλεκτρονικά στη διεύθυνση: <https://sox.culture.gov.gr>. Για τη σύνδεση στην εφαρμογή απαιτείται η χρήση των προσωπικών κωδικών taxisnet. Η προθεσμία υποβολής των αιτήσεων θα είναι διάρκειας 10 ημερών και θα αρχίσει από την επόμενη ημέρα της τελευταίας δημοσίευσης/ανάρτησης της ανακοίνωσης. Για το ακριβές χρονικό διάστημα (ημέρες & ώρες) υποβολής των ηλεκτρονικών αιτήσεων θα δημοσιευτεί σχετική ανακοίνωση στη ΔΙΑΥΓΕΙΑ [www.diaugeia.gov.gr](http://www.diaugeia.gov.gr), στο διαδικτυακό κόμβο του ΥΠΠΟΑ [www.culture.gov.gr](http://www.culture.gov.gr) και στο σύνδεσμο <https://sox.culture.gov.gr>. Οι υποψήφιοι μπορούν να αναζητήσουν περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την Ανακοίνωση και τα Παραρτήματα στους προαναφερόμενους ιστότοπους καθώς και στο διαδικτυακό τόπο του ΑΣΕΠ ([www.asep.gr](http://www.asep.gr)).

Η Προϊσταμένη της Γενικής Διεύθυνσης Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς  
Πολυζένη Αδάμ - Βελένη

Διαθέσιμη για το σύνολο των εργαζομένων, μισθωτών και μη, είναι η εφαρμογή myTEKA του νέου Ταμείου Επικουρικής Κεφαλαιοποιητικής Ασφάλισης (ΤΕΚΑ). Η λειτουργία της web εφαρμογής ξεκίνησε το Σεπτέμβριο του 2022, αρχικά για τους μη μισθωτούς και σήμερα έχει επεκταθεί και στους μισθωτούς εργαζόμενους.

Οι ασφαλισμένοι, που σύμφωνα με το υπουργείο Εργασίας- φτάνουν τις 165.000, μέσω αυτού εργαλείου, βλέπουν με ένα κλικ τον ατομικό τους κουμπιό.

Ειδικότερα, μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας myteka.gov.gr, παρέχεται εξατομικευμένη πληροφόρηση και με το πάτημα ενός κουμπιού οι ασφαλισμένοι που έχουν ενταχθεί στο ΤΕΚΑ ενημερώνονται για:

Το ΤΕΚΑ με μια ματιά.

Το σύνολο των εισφορών που έχουν καταβληθεί από τους ίδιους ή/και τον εργοδότη τους.

Το ιστορικό των εισφορών του.

Την κίνηση του ατομικού τους λογαριασμού.

Τις αποδόσεις των επενδύσε-



ών τους.

Συχνές ερωτήσεις που προκύπτουν.

Τρόπους επικοινωνίας με το Ταμείο.

Η νέα εφαρμογή είναι επίσης διαθέσιμη μέσω της ιστοσελίδας teka.gov.gr και του gov.gr, στην ενότητα «Εργασία και ασφάλιση» και την υποενότητα «Συνταξιοδότηση».

Προς το παρόν, η εφαρμογή είναι προσβάσιμη μέσω browser ενώ σχεδιάζεται και η αντίστοιχη εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα. Η είσοδος στην διαδικτυακή εφαρμογή προϋποθέτει αυθεντικοποίηση με τη χρήση των κωδικών πρόσβασης TAXISnet. Κατά την είσοδο στην υπηρεσία του myTEKA ζητείται επιπλέον ο

ΑΜΚΑ του ασφαλισμένου για δεύτερη ταυτοποίηση.

Όπως επισμαίνεται από το υπουργείο Εργασίας, με τη διάθεση του myTEKA, παρέχεται ένα εργαλείο ενημέρωσης και ταυτόχρονα αξιολόγησης και ελέγχου στους πολίτες, που προσφέρει με απόλυτη διαφάνεια, εποπτεία της μελλοντικής τους σύνταξης, διασφαλίζοντας τα οφέλη των ασφαλισμένων και τα έσοδα του ασφαλιστικού συστήματος.

Υπενθυμίζεται πως από 01.01.2023, το Ταμείο ξεκίνησε ήδη να υποδέχεται τους πρώτους προαιρετικά ασφαλισμένους, κατόπιν αίτησης στην πλατφόρμα be.teka.gov.gr για αλλαγή φορέα επικουρικής ασφάλισης και υπαγωγής τους στην επικουρική του ΤΕΚΑ. Η υπηρεσία αφορά αρχικά σε όσους γεννήθηκαν μετά την 1η Ιανουαρίου 1987, ξεκίνησαν να εργάζονται και να ασφαλιζονται για την επικουρική τους στον ΕΦΚΑ και επιθυμούν να τη μεταφέρουν στο ΤΕΚΑ.

Από τον Μάρτιο του 2023, θα παρέχεται επιπλέον η δυνατότητα αίτησης υπαγωγής στο ΤΕΚΑ και σε ασφαλισμένους που απασχολούνται σε κλάδους όπου μέχρι σήμερα δεν υπήρχε υποχρέωση υπαγωγής στην επικουρική ασφάλιση, δικαίωμα που θα διατηρούν εφόσον είναι έως 35 ετών.

**ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ**

Το Διαχειριστικό Συμβούλιο του Οικισμού Porto Hydra Village περιοχής Θερμής Ν. Αργολίδας προκηρύσσει διαγωνισμό για τη πρόσληψη Εργολάβου Ιδιώτη ή Εταιρείας για διετή σύμβαση κατασκευής και κηροτεχνίας των 166 στρεμμάτων του Οικισμού. Οι παραπάνω εργασίες γίνονται όλο το χρόνο διότι ο Οικισμός κατοικείται ακόμη και το χειμώνα.

Ο Διαγωνισμός θα γίνει σε δύο φάσεις.

Η Α' Φάση θα αναφέρεται στα προσόντα τα οποία πρέπει να έχουν οι διαγωνιζόμενοι και τα οποία πρέπει να είναι τα εξής:

- 1] Να έχει κάνει έναρξη στην εφορία με αντικείμενο: Υπηρεσίες καθαρισμού-κηροτεχνίας.
- 2] Αυτοκίνητο - Φορητό με άδεια που να αφορά το αντικείμενο της συγκεκριμένης σύμβασης.
- 3] Έδρα - Α.Φ.Μ. και ποιο προσωπικό έχει ασφαλισμένο στον ΕΦΚΑ.
- 4] Βεβαίωση επαγγελματικής επιμόρφωσης από το ΚΕΚ-Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης.
- 5] Χορήγηση πιστοποιητικού γνώσεων ορθολογικής χρήσης των γεωργικών φαρμάκων από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων.
- 6] Βιογραφικό εμπειρίας αντίστοιχων σε μέγεθος έργων.

Η Β' Φάση θα αναφέρεται στην Οικονομική Προσφορά που θα δώσουν όσοι ενδιαφερόμενοι περάσουν την Α' Φάση.

Η Προκήρυξη του διαγωνισμού θα δημοσιευθεί σε δύο τοπικές εφημερίδες του Ν. Αργολίδας, καθώς επίσης και σε τοπική ιστοσελίδα ενημέρωσης.

Οι ενδιαφερόμενοι για τη Α' Φάση πρέπει να υποβάλουν τα απαραίτητα έγγραφα τους σε κλειστό φάκελο, επί του οποίου θα αναγράφονται τα στοιχεία τους και θα απευθύνεται προς το Διαχειριστικό Συμβούλιο του Οικισμού του Porto Hydra Village και θα παραδοθούν στη πύλη φύλαξης του Οικισμού στις 10 Μαρτίου 2023 και μέχρι την ώρα 13.00 μ.μ., όπου θα τους παραλαμβάνουν τα μέλη του Δ.Σ. κα. Φωτεινή Μίληση και κ. Παναγιώτης Μανωλέσος.

Όσοι ενδιαφερόμενοι περάσουν στη Β' Φάση, θα κληθούν να δώσουν οικονομική προσφορά, αφού τους δοθούν οι Προδιαγραφές του Καθαρισμού - Κηροτεχνίας, μέσα σε 5 εργάσιμες μέρες.

Οικισμός πόρτο Ύδρα 23/02/2023  
ΤΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ





Γιάννης  
Γεωργ. Μελάς  
Δάσκαλος

## Προεκλογικόν

Στον προεκλογικό αγώνα  
τα κόμματα θα ριχτούν  
όπλο τους ο λόγος  
πολλά θα ειπωθούν.  
Εύκολα τα προγράμματα  
στη διατύπωσή τους,  
μα δυσκολίες συναντούν  
στην πραγμάτωσή τους.  
Η αλιεία ψηφοφόρων  
τέχνη κι αυτή  
και την ξέρουν των κομμάτων  
οι δήθεν ειδικοί.  
Όσοι προτιμούν  
μεμονωμένα να κολυμπούν  
περίπτωση υπάρχει  
σε απόχη να πιαστούν.  
Συγκεντρώσεις, ομιλίες  
είναι ο κανόνας  
και με τηλεοπτικό διάλογο  
θα κλείσει ο αγώνας.  
Ο λαός δεν παρασύρεται  
δίκαια πάντα κρίνει  
την ψήφο του την ορίζει  
και γνωρίζει που τη δίνει



## Η απονομή της δικαιοσύνης

Σου έτυχε ποτέ να προδοθείς  
Και τη γη κάτω από τα πόδια σου να χάσεις  
Καιρό σου πήρε να το δεχτείς  
Και πένθος μπήκες σε διαδικασία να περάσεις  
Φταιξίμο έριξες στον εαυτό σου  
Και βαρύ σταυρό εσήκωσες  
Την πίστη που είχες στην αγάπη προσωρινά την  
έχασες  
Τη μία τον προδότη έβρισες  
Την άλλη τότε δικαιολόγησες  
Φυσικά είναι αυτά τα στάδια  
Σημαντικό είναι που δεν λύγισες  
Τον παρομοίωσες με ένα ζώο  
Που εύκολα όλα τα ξέχασε  
Μα είναι άδικο κι αυτά ακόμα  
Στην αγάπη πιο σωστά φέρονται  
Μάθε πως όλα είναι στο μυαλό σου  
Και μόλις εσύ θα ξεχαστείς  
Το δίκαιο σωστή δουλειά θα κάνει  
Και σε εσένα και στον προδότη  
Δικαιοσύνη θα απονεμίμει.

Νανά Μπροδήμα, ποιητική συλλογή «Η πικρή γεύση  
της προδοσίας» εκδόσεις Όστρια Ιούνιος 2016



## Μη φύγεις...

Έχω αφεθεί σε σκέψεις  
που δεν νοσταλγούν  
οι άνθρωποι...  
Εμένα με έχουν ξεχάσει  
τα όνειρα..  
και οι λησμονημένες  
αγάπες ...

Θέλω να μιλώ

στα φεγγάρια που  
ταξιδεύουν...  
έχουν μία μαγεία..  
σου χαμογελούν ...  
απαλά δεν σου φωνάζουν...

Ακούω  
μαγικές φωνές..  
σαν το χνούδι  
από τριαντάφυλλα  
όταν πέφτουν τά φύλλα..  
μυρίζουν αγάπη!

Γιατί εγώ δέν ζω

αυτές τις σκέψεις..  
μου γέμισαν  
τη μνήμη μου  
με ψεύτικες ελπίδες...

Πώς να βαδίσω αντίθετα..  
θα με πατήσουν  
οι άνθρωποι ...  
Γιατί αγάπησα.!

Ιωάννης Σκούρας



## Κωστάκης ο... Πορδαλός



Όνομα: Κωνσταντίνος Λιάπης του μάστορο Θωμά και της κυρά Γιαννούλας, ετών 48. Οικογενειακή κατάσταση: Μόνος κι έρμος, κοινός μαγκούφης. Επάγγελμα, τελευταίο: Σερβιτόρος σε καφέ του Σιάτλ, Πολιτεία Ουάσιγκτον, Βορειοδυτικές ΗΠΑ, σύνορα με Καναδά, Ειρηνικός. Το πώς βρέθηκε εκεί; Μεγάλη ιστορία και μια ταινία: «Μόνος στο Σιάτλ».

Για να πάμε λίγο πιο πίσω την ιστορία, αυτός για το Σικάγο ξεκίνησε, να βρει τον αδερφό της μάνας του, που ήταν μπίζνεσμαν, «πιασμένος» καλά, ιδιοκτήτης τριών εστιατορίων και μιας κάβας με ποτά στα «μαύρικα», όπως ήταν αποκαλούσανε τη συνοικία των μαύρων. Από Ουάσιγκτον, το μόνο που είχε ακουστά μέχρι τότε ήταν η πρωτεύουσα. Περί Πολιτείας δεν γνώριζε. Το Σιάτλ το ήξερε. Είχε δει την ταινία...

Στο Σικάγο έφτασε με πρόσκληση του θείου Στέλιου, που τον βόλεψε σερβιτόρο σε ένα από τα μαγαζιά του, παραχωρώντας του και ένα απάρτμεντ να μένει. Καλός ήταν ο θείος απ' το Σικάγο, χωρίς πολλές διαχυτικότητες, βέβαια – άλλωστε είχε να τον δει από 5 χρονών, την τελευταία φορά που κατέβηκε στο χωριό. Ούτε που τον θυμότανε αλλά είπαμε, παιδί της αδερφής του, με προύπρεσία σε πατσατζίδικο, του έκανε για την δουλειά του. Είχε πάρει και καλές πληροφορίες για το άτομό του.

Δεν γνώριζε, όμως, κάτι βασικό, που οδήγησε και στη σύντομη λήξη της εργασιακής τους σχέσης. Αυτό που ήτανε και ο λόγος της ξαφνικής επιθυμίας του να μεταναστεύσει σε τέτοια ηλικία. Ο Κωστάκης, ο Γκας, που τον φωνάζανε, πλέον, είχε ευαίσθητο έντερο, ανεξέλεγκτο στους... εξαεριμούς του. Γι' αυτό και στην πατρίδα δεν τον φωνάζανε με το όνομά του αλλά ήταν γνωστός με το παρατσούκλι «Πορδαλός!» Άντε μετά να σταθείς στην κοινωνία, να κάνεις οικογένεια και να προκόψεις με τέτοιο όνομα. Πήρε κι αυτός των ομματιών του και αναζητήσε την τύχη του στα μακρινά τα ξένα.

Και το παράδοξο στην περιπέτσή του ήταν πως δεν είχε γίνει αντιληπτό το κουσούρι του στο πατσατζίδικο, όπου δούλευε τα απογεύματα, πλέονοντας τις πατσές αλλά στην δεύτερη δουλειά, που έπανε μόλις έφυγε από 'κει, έχοντας καταναλώσει ήδη δυο πιάτα με πατσά. Κι αυτό είχε συμβεί πολλά χρόνια πριν, όταν έκανε όνειρα να φτιάξει ένα καλό κομπόδεμα για να μπορέσει κάποια στιγμή να νοικοκυρευτεί.

Είχε βρει δουλειά τότε σαν βραδινός ηχολήπτης σε ραδιοφωνικό σταθμό, από τις δέκα το βράδυ μέχρι τη μία μετά τα μεσάνυχτα. Από τις έντεκα και για δύο ώρες έπαιζε μουσική μόνος του. Ήταν ή ώρα που επενεργούσαν τα δύο πιάτα με τον πατσά... Την πρώτη μέρα, που η πρωινή ηχολήπτρια, η Πιπίνα, άνοιξε την πόρτα, βρέθηκε αντιμέτωπη με μια απίστευτη αποφορά, που εξέπεμπε ο αέρας μέσα από το κλειστό στούντιο. Σοκαρισμένη πετάχτηκε έξω να ανασάνει και ξεκίνησε με εικοσάλεπτη καθυστέρηση το πρόγραμμά της, αφού άνοιξε πόρτες και παράθυρα για να αεριστεί ο χώρος. Στην αλλαγή της βάρδιας με τον Βαγγέλη, τον και «Τερλέγκα» αποκαλούμενο – λόγω μουσικών προτιμήσεων – αναφέρθηκε στην πρωινή λαχτάρα της. Και ο Βαγγέλης δεν ήθελε πολύ, του κόλλησε το πρώτο παρατσούκλι «ο Κωστάκης ο... κλασιέ». Αυτός ήτανε ευγενικός, καθότι ακολούθησε άλλος ηχολήπτης, ο Αντώνης, που αγενώς επαύτησε:

«Ποιος, κλασιέ ρε, πέστε ο πορδαλός να είσασε μέσα!»

Αυτό κυκλοφόρησε και ο κόσμος της επαρχίας που βγάζει εύκολα κακιές και κολλάει παρατσούκλια, το πήγε παραπέρα. Ο Κώστας έγινε πλέον γνωστός ως... Πορδαλός! Άντε μετά να περπατήσεις στην κοινωνία και να προκόψεις με τέτοιο χαρακτηρισμό. Στην αρχή προσπάθησε ο φουκαράς να τον αγνοήσει αλλά τα χρόνια πέρασαν και αυτός, την κρίσιμη στιγμή, τον εύρισκε μπροστά του. «Ποιος σου άρεσε κορίτσι μου; Ο Κωστάκης ο Πορδαλός;» Πάει, κάλαγε το αίσθημα. Έτσι, αφού είδε και απόκαμε πως... παραβρώμισε το πράγμα, έψαξε να βρει τον μάρμα του, πριν τον πάρουνε κι άλλο τα χρόνια.

Στο εστιατόριο, στο Σικάγο, έμπαινε καλός κόσμος. Ο Κώστας, σερβιτόρος πλέον, δούλευε φιλότιμα και ήταν αγαπητός. Τον πατσά του τον έτρωγε αλλά κοίταγε να είναι βράδυ αργά, αφού σχολάγε. Μόνο που εκείνη τη νύχτα είκανε τραπέζι γερούσιαστί με την συνοδεία του και του ζήτησαν να βοηθήσει υπερωρία. Αφού είχε... φάει και κώνευε.

Την άλλη μέρα, συνειδητοποιώντας τη μοίρα του, θυμήθηκε την ταινία. Και έφυγε μόνος για το Σιάτλ, όπου αναζήτησε δουλειά σε καφέ, πρωινός...

.....  
Κείμενά μου δημοσιεύονται στο προσωπικό μου blog: rebetaskeri.blogspot.com.

# Παγοδρομία ζευγαριών

## Μέρος Δ'

Όπως και στην ατομική παγοδρομία, τα ζευγάρια παγοδρόμων κατώτερης και ανώτερης κατηγορίας υποχρεούνται να παρουσιάσουν επτά στοιχεία με όποια σειρά επιθυμούν, ακολουθώντας με αρμονία την μουσική υπόκρουση της επιλογής τους. Οι απαιτήσεις διαφέρουν από περίοδο σε περίοδο.

Για παράδειγμα, την περίοδο 2018-2019, τα ζευγάρια ανώτερης κατηγορίας, όφειλαν να παρουσιάσουν:

οποιαδήποτε χέρι-με-χέρι απογείωση ανύψωσης (lift),  
Οποιαδήποτε διπλή ή τριπλή ανύψωση συστροφής (twist lift)

ένα διπλό ή τριπλό πεταχτό άλμα,  
ένα διπλό ή τριπλό σόλο άλμα,  
ένα συνδυασμό σόλο περιστροφών με μια μόνο αλλαγή του ποδιού,

ένα προς τα πίσω εξωτερική σπείρα θανάτου και μια ακολουθία βηματισμών (step sequence) χρησιμοποιώντας όλη την επιφάνεια του πάγου.

Την επόμενη περίοδο, 2019-2020, τα ζευγάρια όφειλαν να εκτελέσουν οποιαδήποτε λάσο (Lasso) απογείωση ανύψωσης (αντί για χέρι-με-χέρι) και μια προς τα πίσω εσωτερική (αντί για εξωτερική) σπείρα θανάτου. Την περίοδο 2020-2021, εκτελούσαν ξανά την προς τα πίσω εξωτερική σπείρα θανάτου και οποιαδήποτε απογείωση ανύψωσης ισχίου (hip lift take-off).

Την περίοδο 2018-2019, τα ζευγάρια κατώτερης κατηγορίας όφειλαν να εκτελέσουν τα ακόλουθα στοιχεία:

οποιαδήποτε χέρι-με-χέρι απογείωση ανύψωσης (lift),  
μια διπλή ή τριπλή ανύψωση συστροφής (twist lift),  
ένα διπλό ή τριπλό πεταχτό Σάλκο,  
ένα διπλό Φλιπ ή διπλό σόλο Άξελ άλμα,

ένα συνδυασμό σόλο περιστροφών με μια μόνο αλλαγή του ποδιού,

ένα προς τα πίσω εξωτερική σπείρα θανάτου και μια ακολουθία βηματισμών (step sequence) χρησιμοποιώντας όλη την επιφάνεια του πάγου.

Την επόμενη περίοδο, 2019-2020, έπρεπε να εκτελέσουν οποιαδήποτε λάσο απογείωση ανύψωσης (αντί για χέρι-με-χέρι) και μια προς τα πίσω εσωτερική (αντί για εξωτερική) σπείρα θανάτου. Την περίοδο 2020-2021, εκτελούσαν ξανά την προς τα πίσω εξωτερική σπείρα θανάτου, καθώς και ένα διπλό Λουτζ ή διπλό σόλο Άξελ. Το 2020-2021, όφειλαν να εκτελέσουν ένα διπλό ή τριπλό πεταχτό άλμα Λουτζ.

Μόνο οι προδιαγεγραμμένες απογείωσεις ανύψωσης πάνω από το κεφάλι (overhead lift) και σπείρες θανάτου επιτρέπονται. Οι γυναίκες των ζευγαριών παγοδρομίας κατώτερης και ανώτερης κατηγορίας μπορούν να εκτελούν μια απογείωση είτε Λουτζ είτε Φλιπ και επιπλέον να εκτελούν μόνο δύο ή τρεις ελεύθερες περιστροφές στον αέρα. Οι ανώτερης κατηγορίας παγοδρόμοι μπορούν να εκτελούν οποιοδήποτε διπλό ή τριπλό άλμα και πεταχτό άλμα, αλλά οι κατώτερης κατηγορίας παγοδρόμοι εκτελούν μόνο τα προδιαγεγραμμένα. Όσο για τους συνδυασμούς περιστροφών, τα ζευγάρια των παγοδρόμων οφείλουν να πραγματοποιήσουν μόνο μια αλλαγή του ποδιού με όχι λιγότερες από πέντε περιστροφές σε κάθε πόδι και από τα δύο παρτενέρ. Η αλλαγή του ποδιού πρέπει να γίνεται με τρόπο είτε με άλμα είτε με step-on, ενώ τόσο η αλλαγή του ποδιού όσο και η αλλαγή των θέσεων πρέπει να γίνεται είτε ταυτόχρονα είτε ξεχωριστά. Αναφορικά με τις ακολουθίες βηματισμών, αυτές πρέπει να γίνονται μαζί ή σχεδόν μαζί και μπορούν να περιλαμβάνουν οποιοδήποτε άλμα εκτός λίστας. Τα ζευγάρια παγοδρόμων μπορούν να εκτελούν σύντομες στάσεις, εφόσον αυτές βρίσκονται σε συμφωνία με τη μουσική.

## Απαραίτητα στοιχεία - Συγχρονισμένη παγοδρομία

Στη συγχρονισμένη παγοδρομία, τόσο στην κατώτερη, όσο και στην ανώτερη κατηγορία, οι παγοδρόμοι εκτελούν το πολύ έξι απαραίτητα στοιχεία, με τη σειρά, που επιθυμούν. Η Διεθνής Ένωση Παγοδρομίας (ISU) επιλέγει και δημοσιεύει κάθε χρόνο για την κατώτερη και ανώτερη κατηγορία τα έξι απαραίτητα στοιχεία, μεταξύ των κάτωθι:

ένα καλλιτεχνικό στοιχείο,  
ένα δημιουργικό στοιχείο,  
ένα στοιχείο ομαδικής ανύψωσης (group lift element),



αλλά μόνο για την ανώτερη κατηγορία, εφόσον ζητηθεί,

ένα γραμμικό στοιχείο μπλοκ ή γραμμής,  
ένα περιστροφικό στοιχείο μπλοκ ή γραμμής,  
ένα περιστροφικό στοιχείο κύκλου ή τροχού,  
ένα μεταφορικό στοιχείο κύκλου ή τροχού,  
ένα στοιχείο κίνησης,  
ένα στοιχείο τομής (intersection)  
ένα στοιχείο no-hold,  
ένα στοιχείο ζευγαριού,  
ένα μικτό στοιχείο,  
ένα στοιχείο συγχρονισμένης περιστροφής (spin) ή ένα στοιχείο twizzle.

## Το ελεύθερο πρόγραμμα της παγοδρομίας

Το ελεύθερο πρόγραμμα της παγοδρομίας διενεργείται μετά το σύντομο πρόγραμμα. Η διάρκεια του για όλα τα αγωνίσματα της ανώτερης και της κατώτερης κατηγορίας είναι, αντιστοίχως, τέσσερα και τριάντισι λεπτά με ανοχή 10 δευτερολέπτων. Τα φωνητικά μαζί με τη μουσική επιτρέπτηκαν για πρώτη φορά την περίοδο 2014—2015 και στους Ολυμπιακούς, το 2018. Η ελεύθερη παγοδρομία αναπτύχθηκε από την συνένωση των υποχρεωτικών σχημάτων (compulsory figures), που αποτελούσε σκέλος της ατομικής παγοδρομίας μέχρι το 1990 (1999 σε εθνικά πρωταθλήματα) σε ένα συνεκτικό πρόγραμμα.

## Απαραίτητα στοιχεία - Ατομική παγοδρομία

Σύμφωνα με την ISU, το ελεύθερο πρόγραμμα στην ατομική παγοδρομία ανδρών και γυναικών αποτελείται από ένα καλά ισορροπημένο πρόγραμμα με στοιχεία ελεύθερης παγοδρομίας, όπως άλματα, περιστροφές, βήματα και άλλες συνδυαστικές κινήσεις, εκτελεσμένα με τα δύο πόδια τουλάχιστον, σε αρμονία με την μουσική της επιλογής του συμμετέχοντα. Οι παγοδρόμοι έχουν πλήρη ελευθερία να επιλέγουν κάθε στοιχείο παγοδρομίας, που συναποτελούν ολόκληρο το ελεύθερο πρόγραμμα. Όλα τα στοιχεία πρέπει να συνδέονται μεταξύ τους με διαφορετικά βήματα ή άλλες κινήσεις ελεύθερης παγοδρομίας, ωστόσο τα σταυρώματα (crossovers) πρόσθια ή οπίσθια (forward / backward) δεν συνιστούν συνδυαστικά βήματα. Οι παγοδρόμοι οφείλουν να χρησιμοποιούν ολόκληρη την επιφάνεια του πάγου.

Μια καλά ισορροπημένη, ελεύθερη, ατομική παγοδρομία τόσο για τους άνδρες, όσο και για τις γυναίκες της ανώτερης κατηγορίας, πρέπει να αποτελείται από τα ακόλουθα στοιχεία:

έως επτά στοιχεία άλματος, ένα εκ των οποίων πρέπει να είναι άξελ,  
έως τρεις περιστροφές, μια εκ των οποίων πρέπει να είναι ακολουθία περιστροφών (μια περιστροφή με μόνο μια θέση και μια ιπτάμενη περιστροφή με ιπτάμενη εισαγωγή),  
μία μόνο ακολουθία βηματισμών και  
μία μόνο χορογραφική ακολουθία.

Οι παγοδρόμοι κατώτερης κατηγορίας (άνδρες και γυναίκες) έχουν τις ίδιες απαιτήσεις εκτός από τη χορογραφική ακολουθία. Εάν ένας παγοδρόμος εκτελέσει περισσότερα στοιχεία

από όσα προδιαγράφονται, μόνο η πρώτη του προσπάθεια (αν προβλέπεται μία μόνο εκτέλεση) ή οι πρώτες προσπάθειες έως τον επιτρεπόμενο αριθμό εκτελέσεων (αν προβλέπονται περισσότερες από μια εκτελέσεις) προσμετρώνται στην τελική βαθμολογία του προγράμματός του (λ.χ. μια δεύτερη ακολουθία βηματισμών ή το όγδοο άλμα δεν βαθμολογούνται ακόμη και εάν εκτελέστηκαν καλύτερα από μια προηγούμενη προσπάθεια).

## Απαραίτητα στοιχεία - Παγοδρομία ζευγαριών

Σύμφωνα με την ISU, το ελεύθερο πρόγραμμα στην παγοδρομία ζευγαριών αποτελείται από ένα καλά ισορροπημένο πρόγραμμα, συνθετικό και εκτελεσμένο σε αρμονία με την μουσική της επιλογής του ζευγαριού, για ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα. Επίσης, μια καλή ελεύθερη παγοδρομία, κατά την ISU, θεωρείται εκείνη που περιλαμβάνει τόσο ατομικά στοιχεία (είτε "παράλληλα" (γνωστό ως shadow skating) είτε "συμμετρικά" (γνωστό ως mirror skating)), όσο και τυπικές κινήσεις παγοδρομίας ζευγαριών, όπως οι περιστροφές ζευγαριών (pair spins), οι ανυψώσεις (lifts), τα υποβοηθούμενα άλματα (partner assisted jumps), οι σπείρες (spirals) και άλλες παρόμοιες κινήσεις, "που συνδέονται μεταξύ τους αρμονικά από βηματισμούς και άλλες κινήσεις".

Μια καλά ισορροπημένη, ελεύθερη, παγοδρομία ζευγαριών της ανώτερης κατηγορίας, πρέπει να αποτελείται από τα ακόλουθα στοιχεία:

μέχρι τρεις ανυψώσεις (lifts), όχι όλα από την ίδια ομάδα, με το στικωμένο μπράτσο ή μπράτσο πλήρως εκτεταμένα,  
μία μόνο περιστροφική ανύψωση (twist lift),  
ένα μόνο σόλο άλμα,  
μία μόνο ακολουθία ή συνδυασμό αλμάτων,  
ένας μόνο συνδυασμός περιστροφών ζευγαριών (pair spin combination),  
μία μόνο σπείρα θανάτου (death spiral) διαφορετικού τύπου από εκείνη, που εκτέλεσε το ζευγάρι στο σύντομο πρόγραμμα και  
μία μόνο χορογραφική ακολουθία.

Το ελεύθερο πρόγραμμα παγοδρομίας ζευγαριών στην κατώτερη κατηγορία αποτελείται από τα ακόλουθα στοιχεία:

έως δύο ανυψώσεις, όχι από την ίδια ομάδα, με το στικωμένο μπράτσο ή μπράτσο πλήρως εκτεταμένα,  
μία μόνο περιστροφική ανύψωση (twist lift),  
έως δύο διαφορετικά πεταχτά άλματα,  
ένα μόνο σόλο άλμα,  
μία μόνο ακολουθία ή συνδυασμό αλμάτων,  
μία μόνο σπείρα θανάτου και  
μία μόνο χορογραφική ακολουθία.

Εάν τα ζευγάρια εκτελέσουν περισσότερες προσπάθειες στοιχείων από όσα προδιαγράφονται, μόνο η πρώτη προσπάθεια (ή ο προβλεπόμενος αριθμός προσπαθειών) προσμετράται στην τελική τους βαθμολογία.

## Απαραίτητα στοιχεία - Συγχρονισμένη παγοδρομία

Μια καλά ισορροπημένη, ελεύθερη, συγχρονισμένη παγοδρομία πρέπει να περιλαμβάνει στοιχεία και άλλες συνδυαστικές κινήσεις, που να αντανακλούν το χαρακτήρα της μουσικής, που επιλέγουν οι ομάδες και/ή εκφράζει μια ιστορία, ένα θέμα ή μια ιδέα, που επιλέγεται επίσης από την ομάδα. Η ISU από τα επόμενα 14 στοιχεία για το ελεύθερο πρόγραμμα επιλέγει και δημοσιεύει κάθε χρονιά τα 10 για την κατώτερη κατηγορία και τα 11 για την ανώτερη κατηγορία. Τα στοιχεία αυτά είναι τα εξής:

ένα καλλιτεχνικό στοιχείο,  
ένα δημιουργικό στοιχείο,  
ένα στοιχείο ομαδικής ανύψωσης (group lift element),  
αλλά μόνο για την ανώτερη κατηγορία, εφόσον ζητηθεί,  
ένα γραμμικό στοιχείο μπλοκ ή γραμμής,  
ένα περιστροφικό στοιχείο μπλοκ ή γραμμής,  
ένα περιστροφικό στοιχείο κύκλου ή τροχού,  
ένα μεταφορικό στοιχείο κύκλου ή τροχού,  
ένα στοιχείο κίνησης,  
ένα στοιχείο τομής (intersection)  
ένα στοιχείο no-hold,  
ένα στοιχείο ζευγαριού,  
ένα μικτό στοιχείο,

ένα στοιχείο συγχρονισμένης περιστροφής (spin) ή ένα στοιχείο twizzle.

Αυτά τα στοιχεία πρέπει να συνδέονται μεταξύ τους αρμονικά με μια ποικιλία μεταβάσεων και να εκτελούνται με τα δύο πόδια τουλάχιστον. Άλλα στοιχεία μπορούν να προστεθούν στο ελεύθερο πρόγραμμα, αλλά θεωρούνται ως χορογραφία και/ή μεταβατικά μέρη.

## Τα διαγωνιστικά σκέλη του χορού στον πάγο

Πριν την περίοδο 2010-2011, οι διοργανώσεις χορού στον πάγο αποτελούνταν από τρία σκέλη: τον υποχρεωτικό χορό (compulsory dance - CD), τον πρωτότυπο χορό (original dance - OD) και τον ελεύθερο χορό (free dance - FD). Το 2010, μετά από πολλά χρόνια πίεσης της ΔΟΕ για ανασχεδιασμό του διαγωνιστικού χορού στον πάγο στα πρότυπα των υπολοίπων αγωνισμάτων της καλλιτεχνικής παγοδρομίας, Η ISU ενέκρινε αλλαγές στη διάταξη των διοργανώσεων, απαλείφοντας τα σκέλη του υποχρεωτικού και του πρωτότυπου χορού και προσθέτοντας ένα νέο σκέλος σύντομου χορού στο διαγωνιστικό πρόγραμμα, που (μαζί με τον ελεύθερο χορό) ίσχυσε από την περίοδο 2010-2011. Το 2018, ο σύντομος χορός μετονομάστηκε σε ρυθμικό χορό (rhythm dance - RD).

Έως το 2010, ο υποχρεωτικός χορός ήταν το πρώτο σκέλος των διοργανώσεων χορού στον πάγο. Οι ομάδες εκτελούσαν το ίδιο μοτίβο γύρω από δυο διαδρομές του παγοδρομίου, η μία ομάδα μετά την άλλη, χρησιμοποιώντας την ίδια ακολουθία βηματισμών και τον ίδιο, καθιερωμένο ρυθμό, που επέλεγε η ISU πριν το ξεκίνημα κάθε περιόδου. Στον υποχρεωτικό χορό, όπως και στο σκέλος των υποχρεωτικών σχημάτων (compulsory figures) στην παγοδρομία, οι συμμετέχοντες κρίνονταν για τη δεξιοτεχνία τους στα θεμελιώδη στοιχεία του αγωνίσματος. Στην πρώιμη ιστορία του χορού στον πάγο, το σκέλος του υποχρεωτικού χορού βάρυε το 60% της συνολικής βαθμολογίας. Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2010 ήταν η τελευταία διεθνής διοργάνωση, που φιλοξένησε το σκέλος του υποχρεωτικού χορού με το "Χρυσό Βαλς" (Golden Waltz), με τους Ιταλούς Federica Faiella και Massimo Scali να είναι το τελευταίο ζευγάρι, που συμμετείχε σε αυτόν.

## Ο πρωτότυπος χορός στον πάγο

Ο πρωτότυπος χορός εισήχθη για πρώτη φορά το 1967. Στις αρχές και έως το 1990 καλούνταν "χορός πρωτότυπου μοτίβου" (original set pattern dance), ενώ μετά έγινε γνωστό απλώς ως "πρωτότυπος χορός". Παρέμεινε ως ενδιάμεσο σκέλος (μεταξύ υποχρεωτικού και ελεύθερου χορού) μέχρι την κατάργησή του, στο τέλος της περιόδου 2009-2010. Οι χορευτές μπορούσαν να δημιουργήσουν το δικό τους πρόγραμμα (ρουτίνα) στον πάγο, αλλά όφειλαν να χρησιμοποιήσουν το ρυθμό και τον τύπο της μουσικής, τα οποία, όπως και στον υποχρεωτικό χορό, προεπιλέγονταν από την ISU, αλλάζοντας από χρονιά σε χρονιά. Ο χρονισμός (timing) και η ερμηνεία του ρυθμού θεωρούνταν οι πιο βασικές πτυχές της ρουτίνας και βραβεύονταν με το μεγαλύτερο ποσοστό της βαθμολογίας του πρωτότυπου χορού. Η διάρκεια της ρουτίνας είχε όριο τα δύο λεπτά και η βαθμολογία του σκέλους βάρυε κατά 30% τη συνολική βαθμολογία στη διοργάνωση. Οι Καναδοί Tessa Virtue και Scott Moir διατηρούν την υψηλότερη βαθμολογία του πρωτότυπου χορού (70.27 βαθμοί), που πέτυχαν στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2010.

## Ρυθμοί του πρωτότυπου χορού στον πάγο

Το 2010, η ISU ψήφισε την κατάργηση των σκελών του υποχρεωτικού και του πρωτότυπου χορού, αναδιαμορφώνοντας το πρόγραμμα του χορού στον πάγο, με την εισαγωγή του σύντομου χορού μαζί το υπάρχον σκέλος του ελεύθερου χορού. Παρά την αναμενόμενη αλλαγή, η ISU εξέδωσε τις μουσικές και ρυθμικές επιλογές του πρωτότυπου χορού για την περίοδο 2010-2011 για την κατώτερη και την ανώτερη κατηγορία ("ρυθμοί και χοροί των δεκαετιών 1950, 1960 και 1970"). Ο πρωτότυπος χορός συμπεριλήφθηκε για τελευταία φορά την περίοδο 2019-2020, όταν η επιλογή του μουσικού ρυθμού και για τις δύο κατηγορίες ήταν "folk/country" ή οποιοσδήποτε τύπος folk/country χορευτικής μουσικής ή αντιπροσωπευτικού χορού της υπαίθρου. Πηγή: Βικιπαίδεια

## Μασάζ μετά τον τοκετό



Της **Ελένης Σεφέρη,**  
**Αναλγητικό μασάζ**

Αν και το μασάζ μετά τον τοκετό μπορεί να μην ακούγεται σαν κάτι το ιδιαίτερο, τα οφέλη είναι αρκετά τόσο στην διάθεση όσο και στην επούλωση.

Το μασάζ μετά από τον τοκετό μπορεί να γίνει σε όλο το σώμα ακόμα και από τις πρώτες εβδομάδες μετά τη γέννηση του μωρού.

Σε περίπτωση που ο τοκετός είναι με καισαρική τομή, θα πρέπει πρώτα να δώσει την άδεια ο γιατρός σας προκειμένου να είναι ασφαλές η θεραπεία μασάζ. Δεν συνηθίζεται να γίνεται το μασάζ πριν από τις 6 εβδομάδες μετά το χειρουργείο.

Επίσης σε περίπτωση που υπάρχουν θρόμβοι αίματος στην εγκυμοσύνη ή στο παρελθόν ο γιατρός πιθανόν θα σας συστήσει να αποφύγετε το μασάζ.

Γενικά οφέλη του μασάζ

- Ανακούφιση από τον πόνο
- Μείωση του στρες
- Χαλάρωση

Είναι αρκετά καλοί λόγοι για ένα μασάζ για τις νέες μητέρες ειδικότερα. Το μασάζ προσφέρει συγκεκριμένα οφέλη για την υγεία μια νέας μητέρας κατά τον τέταρτο τρίμηνο.

Οφέλη για τη μαμά μετά το τοκετό

- Μείωση οιδήματος. Πολλές μητέρες διαπιστώνουν ότι το σώμα τους πρήζεται κατά τη διάρκεια του τοκετού. Το μασάζ μπορεί να βοηθήσει στη μείωση του οιδήματος.
- Βελτίωση στην παραγωγή μητρικού γάλατος. Για τις μητέρες που επιθυμούν την αύξηση της παροχής μητρικού γάλατος το μασάζ μπορεί να είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να αυξηθεί η κυκλοφορία και οι απαραίτητες ορμόνες.
- Ορμονική ρύθμιση. Το σώμα μετά τον τοκετό είναι έχει διαρκώς αυξομειωμένες ορ-

μόνες. Εκτός από την αφή το μασάζ να περιλαμβάνει και αιθέρια έλαια που μπορεί να συμβάλει στην ορμονική ισορροπία.

- Μειώνει άγχος και κατάθλιψη. Πολλές μαμάδες βιώνουν έντονο στρες μετά τον τοκετό ακόμα και επιλόχεια κατάθλιψη. Το μασάζ μπορεί να βοηθήσει στη μείωση του στρες που συμβάλλει σε αυτά τα αγχώδη και καταθλιπτικά συναισθήματα.

- Καλύτερος ύπνος. Όπως όλοι γνωρίζουμε οι νέοι γονείς χρειάζονται όσο περισσότερο ύπνο μπορούν. Μια μαμά με ένα νεογέννητο μπορεί να την βοηθήσει στο να χαλαρώσει και να ετοιμάσει το σώμα της για βαθύ επανορθωτικό ύπνο.

Μπορείτε να ξεκινήσετε το μασάζ μετά τον τοκετό μόλις νιώθετε έτοιμοι. Ορισμένα νοσοκομεία στο εξωτερικό προσφέρουν ακόμα και ενδονοσοκομειακές υπηρεσίες μασάζ. Μια μελέτη του 2016 διαπίστωσε ότι ένα μασάζ πλάτης μια ημέρα μετά τον τοκετό μείωσε σημαντικά το άγχος στις νέες μητέρες.

Σε περίπτωση καισαρικής ή δύσκολου τοκετού θα πρέπει να συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν κάντε το πρώτο μασάζ μετά τον τοκετό. Ορισμένες τεχνικές μπορεί να μην είναι κατάλληλες για τη συγκεκριμένη ανάρρωση. Δεν υπάρχει χρονοδιάγραμμα για την συχνότητα που θα επαναλάβετε ένα μασάζ μετά από τοκετό. Όσα και αν αποφασίσετε να κάνετε, τα οφέλη σίγουρα θα σας βοηθήσουν στην νέα σας ζωή με το μωρό σας.

## Η επιρροή του περιφερικού οργάνου στην εξέλιξη της άρθρωσης



Του **Άγγελου Τράκα,**  
**Επιστημονικός Συνεργάτης**  
**του Κέντρου Ειδικών**  
**Θεραπειών**  
**Βασίλης Ν. Καπετανίου**  
**και Συνεργάτες**

Η πιο διαδεδομένη διαταραχή που έχει σχέση με την ομιλία και τον λόγο γενικότερα είναι αυτή της άρθρωσης. Όταν λέμε φωνητικές και αρθρωτικές διαταραχές εννοούμε τις αλλοιώσεις, τις αντικαταστάσεις, τις παραλείψεις και της αμοιβαίες μεταθέσεις φθόγγων ή συλλαβών της ομιλίας.

Οι αιτίες; Αρκετές! Είτε οργανικές είτε λειτουργικές όπως για παράδειγμα οργανικές παθήσεις του περιφερικού οργάνου (χείλια, γλώσσα, οδοντοστοιχία, μαλακός ουρανίσκος και επιγλωττίδα, όργανο ακοής κ.α.).

Άλλες αιτίες είναι η ανωριμότητα του παιδιού, η έλλειψη ικανοποιητικού νοητικού επιπέδου, η έλλειψη ακουστικής προσοχής, άσχημο πρότυπο ομιλίας, κληρονομικότητα κ.α. Η στοματική κοιλότητα είναι το κατεξοχόν σημαίνον τμήμα της φωνητικής οδού. Εδώ, ενισχύεται ο θεμέλιος ήχος όπως έρχεται από τη γλωττίδα, εδώ αρθρώνεται σε φθόγγο και χρωματίζεται, εδώ αποκτά ταυτότητα.

Τα όρια της στοματικής κοιλότητας καθορίζονται ως εξής: εμπρός από τα χείλη, πίσω από την είσοδο που σχηματίζει ο γλωσσοϋπερώιος μυς, κάτω από το έδαφος του στόματος που σχηματίζει η γλώσσα. Άνω η ίδια κοιλότητα ορίζεται από την οροφή του στόματος που καταλήγει εμπρός στα άνω δόντια. Πλαγίως, τέλος, η στοματική κοιλότητα καθορίζεται από τα δόντια της άνω και κάτω γνάθου.

Η γλώσσα είναι το πιο βασικό φθογοπλαστικό όργανο. Με τις κινήσεις της αλλάζει και δημιουργεί το στένωμα και το κατάλληλο φράγμα για την άρθρωση των φθόγγων.

Τα χείλη είναι το εμπρόσθιο όριο της στοματικής κοιλότητας. Συνιστάται από δύο σαρκώδεις χορδές εφοδιασμένες με μυς. Ο μυϊκός εξοπλισμός τους είναι τέτοιος ώστε τα χείλη και το στόμα να είναι ευκίνητα και να μπορούν να πάρουν όλες τις απαιτούμενες θέσεις κατά την άρθρωση.

Η κάτω γνάθος λειτουργεί ως αρθρωτικό όργανο.

Το μυϊκό σύστημα του λάρυγγα, της γλώσσας, των χειλιών μας δίνει άπειρες δυνατότητες στην κίνηση των ιδίων οργάνων. Οι δυνατότητες αυτές μπορεί να καλλιεργηθούν αλλά μπορεί και να ελλείψουν εφόσον αγνοηθούν. Μια ελαφρά δηλαδή δυσarthρία ή μια πτωχή άρθρωση μπορεί να γίνει πτωχότερη αν δεν γίνουν οι απαραίτητες ασκήσεις τεχνικής.

**MASSAGE**

**Ελένη**  
**Σεφέρη**  
ΑΝΑΛΓΗΤΙΚΟ ΜΑΣΑΖ  
Κ 6938 319749  
Τ 27523 00974  
Κυπριασσίας 12, Ναύπλιο  
@ eglsef@gmail.com

**ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ**  
**ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ**  
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY  
και Συνεργάτες

---

**ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**  
**ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ**  
**ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ**

**33 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ**  
**27 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ**

---

ΔΑΓΡΕ 13 ΑΡΓΟΣ ΤΗΛ 2751026336 ΚΙΝ 6945875777  
WWW:kapetanios-therapy.gr email:kapetan3@otenet.gr

**αποκριές**



Χαρταετός στην Ερμιονίδα



Καρναβάλι στο Άργος



Ναύπλιο παρέλαση



Σατυρικά άρματα στο Λυγουριό



Χιλιάδες κόσμος διασκέδασαν τις αποκριές

**Οι πρώτες αποκριές μετά τον κορωνοϊό – Ο κόσμος ξεχύθηκε στους δρόμους**

«Αδιαχώρητο» για τις Απόκριες μετά τους περιορισμούς των προηγούμενων χρόνων λόγω του κορωνοϊού, με τον κόσμο να ξεχύνεται στους δρόμους και να διασκεδάζει σε όλη την Αργολίδα. Έπειτα από 3 χρόνια απουσίας λόγω των μέτρων που είχαν ληφθεί, η επανέναρξη των καρναβαλικών εκδηλώσεων και των εθίμων έγινε πιο δυναμικά από ποτέ, με χιλιάδες πολίτες να συρρέουν σε κάθε γωνιά του νομού για να γιορτάσουν την τελευταία Κυριακή του Καρναβαλιού.

Το σκηνικό που στήθηκε απ' άκρη σ' άκρη περιλάμβανε κέφι, χορό, τραγούδια, αλλά και πολύχρωμες στολές. Παράλληλα οι εκδρομείς έσπευσαν στις φημισμένες καρναβαλικές περιοχές, παρα-

κολουθώντας τα φαντασμαγορικά θεάματα που είχαν σπηθεί στους δρόμους των πόλεων και τις καρναβαλικές παρελάσεις στις οποίες συμμετείχαν τα μέλη των πληρωμάτων των αρμάτων.

Το Λυγουριό, η Ερμιονίδα, το Άργος, το Ναύπλιο και άλλες περιοχές, έγιναν πόλος έλξης για ντόπιους και επισκέπτες από διάφορα μέρη της χώρας, με την Καθαρή Δευτέρα και το πέταγμα του χαρταετού να σημαίνει την επιστροφή στην καθημερινότητα. Στην ευρύτερη περιοχή της Αργολίδας, υπήρξε μεγάλη κινητικότητα, με τους ξενοδόχους και τους τουριστικούς επαγγελματίες να υποδέχονται χιλιάδες κόσμο.

Το Αργεϊτικό Καρναβάλι συγκέντρωσε πλήθος κό-

σμου απ' όλη την Αργολίδα, αλλά και επισκέπτες της περιοχής. Πάνω από 1500 καρναβαλιστές με ποικιλία αποκριάτικων στολών, πολλά μεγάλα άρματα με επίκαιρα θέματα και όχι μόνο, διέσχισαν την οδό Δαναού που ήταν ασφυκτικά γεμάτη από κόσμο.

Αντίστοιχα στο Ναύπλιο έκαψαν τον Βασιλιά Καρναβάλο με τη ρίψη βεγγαλικών που μαγνίτισαν το βλέμμα ντόπιων και επισκεπτών. Πολύχρωμα βεγγαλικά φώτισαν τον Αναπλιώτικο ουρανό, ενώ στην Πλατεία Φιλελλίνων το γλέντι συνεχίστηκε με συναυλία. Η πόλη βούλιαξε από κόσμο και τις προηγούμενες μέρες με το ξεχωριστό Βενετσιάνικο καρναβάλι.

Και την ώρα που άλλοι πετούσαν σε όλες τις περιοχές τους χαρταετούς, το Λυγουριό γόρταζε με τον δικό του τρόπο τις αποκριές με αλευρομουτζουρώματα και το παραδοσιακό Λυγουριάτικο καρναβάλι...

Σε όλη την Αργολίδα, το αποκριάτικο σκηνικό συμπλήρωσαν ξυλοπόδαροι με πολύχρωμα κοστούμια και γιγαντιαία φορέματα. Ακόμα ζογκλέρ με μπάλες, κορίνες, σημαίες και σπαθιά ανέλαβαν να ψυχαγωγήσουν τους μικρούς φίλους. Βασίλισσα και Βασιλιάς Καρναβάλος, μουσική, τραγούδια και αμέτρητες σαπουνόφουσκες στα Καρναβάλια που ήταν και πάλι εδώ, μετά από μία μακρά περίοδο ανομβρίας, λόγω κορωνοϊού.



Κυνήγι θησαυρού με τα παιδιά να ξαφαντώνουν



Λυγουριό. Ανάπαυλα μετά τα αλευρομουτζουρώματα



# ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΑ



## Μάρτιος

Ο Μάρτιος ή Μάρτης είναι ο τρίτος μήνας ανήκει στην εποχή της Άνοιξης και του πολιτικού έτους κατά το Γρηγοριανό ημερολόγιο και έχει 31 ημέρες.

### Ο Μάρτιος στην αρχαιότητα

Η αντιστοιχία του Μαρτίου με το αρχαίο αττικό ημερολόγιο είναι κατά το πρώτο δεκαπενθήμερο με τον όγδοο μήνα, τον Ανθεστηριώνα, κατά δε το δεύτερο δεκαπενθήμερο με τον ένατο, τον Ελαφηβολιώνα. Ήταν ο μήνας που γιόρταζε η Δήλος τον μουσηγέτη θεό της, ενώ εορταζόταν επίσης και ο Διόνυσος των Ελευθερών, μιας μικρής κωμόπολης στα σύνορα Αττικής και Βοιωτίας. Αργότερα οι πολυήμερες γιορτές των «Διονυσίων εν άστει» στην Αθήνα ξεπέρασαν σε μεγαλείο όλες τις άλλες παρόμοιες γιορτές της περιφέρειας. Με τα Διονύσια συνδέθηκαν επίσης και τα Ασκληπιεία με θυσίες προς τιμήν του Ασκληπιού, και η πρώτη εμφάνιση των δραματικών αγώνων όπου διαγωνίζονταν τρεις τραγικοί ποιητές με μία τετραλογία και πέντε κωμικοί με μια κωμωδία ο καθένας.

Κατά το αρχαίο ρωμαϊκό ημερολόγιο το έτος άρχιζε από τον Μάρτιο συνεπώς τότε ήταν ο πρώτος μήνας του έτους κι έτσι η Πρωτοχρονιά γιορταζόταν την 1η Μαρτίου (Καλένδες Μαρτίου). Την ημέρα εκείνη η «εσπερία δύσις» του Ταύρου (όταν δηλαδή ο αστερισμός του Ταύρου έδυε μαζί με τον Ήλιο) σήμαινε και την αρχή του νέου έτους, ενώ οι Εσιιάδες Παρθένες άναβαν νέα ιερή φωτιά στον ναό της Εστίας στην αγορά της Ρώμης. Την Πρωτοχρονιά γιορταζόταν επίσης και τα Ματρωνάλια, προς τιμή της θεάς Ήρας και μητέρας του Άρη, καθώς και τα γενέθλια του ίδιου του Άρη (λατινικά Mars) προς τιμήν του οποίου ο γιος του, ο μυθικός Ρωμύλος, έδωσε στον Μάρτιο το όνομα του πατέρα του που θεωρούνταν γενάρχη των Ρωμαίων. Για τούτο και κατά τον Πλούταρχο (Βίος Νουμά, 19) αναφέρεται πως ο Μάρτιος απεικονίζεται ως άνδρας ενδεδυμένος με δέρμα λύκαινας. Κατά τους χρόνους όμως της «ελεύθερης ρωμαϊκής πολιτείας» ο μήνας αυτός ήταν αφιερωμένος στον θεό Ερμή. Κατά την υπό του Νουμά



όμως διαρρυθμιση μετακινήθηκε ως τρίτος μήνας και πρώτος ο προς τιμή του ειρηνικού θεού Ιανού. Κατ' άλλους η μετατόπιση αυτή έγινε μετά το 153 π.Χ. από τους υπάτους εξακολουθώντας να παραμένει ο Μάρτιος πρώτος μήνας του θρησκευτικού έτους.

### Ο Μάρτιος στην Ελληνική λαογραφία

Ευαγγελισμός της Θεοτόκου, έργο του Αντρέι Ρουμπλιώφ  
Ένα από τα πιο διαδεδομένα έθιμα, που προέρχεται από την αρχαιότητα, είναι και η τοποθέτηση από τις μητέρες την 1η Μαρτίου ενός μικρού βραχιολιού από άσπρο και κόκκινο νήμα (που ονομάζεται Μάρτης) στο χέρι των παιδιών τους για να μην τα μαυρίσει ο Ήλιος. Ο «Μάρτης» θεωρείται ότι προστάτευε τις κοπέλες από το κάψιμο του ήλιου. Τον έβγαζαν την ημέρα της Λαμπρής και το έβαζαν στο αρνί για να μην καεί κατά το ψήσιμο. Ενώ ακόμη κατάλοιπο της αρχαιότητας είναι και το έθιμο που

ήθελε τις ανύπαντρες κοπέλες να βάζουν των Αγίων Θεοδώρων κόλλυβα κάτω από το προσκέφαλό τους για να τους φανερώσουν τον άντρα που θα έπαιρναν. Επίσης κατά το μήνα αυτό συνηθίζονταν παλιά και το έθιμο της χελιδώνας.

Στη δημόδη παράδοση, ο λαός μας έχει δώσει στον Μάρτιο διάφορες ονομασίες που σχετίζονται κυρίως με τις ασταθείς καιρικές συνθήκες που επικρατούν στη διάρκειά του. Γι' αυτό είναι γνωστός ως Κλαυμομάρτης, αλλά και Πεντάγνωμος: «Ο Μάρτης ο Πεντάγνωμος, πέντε φορές εκιόνισε και πάλι το μετάνιωσε πως δεν εξαναχιόνισε», και «Μάρτης, γδάρτης και κακός παλουκοκαύτης», και «Κάλιο Μάρτης στις γωνιές, παρά Μάρτης στις αυλές». Παρ' όλα αυτά ο Μάρτης θεωρείται ο καταλληλότερος μήνας για φύτεμα δένδρων και γι' αυτό ονομάζεται και Φυτευτής, ενώ λόγω της γιορτής του Ευαγγελισμού ονομάζεται και Βαγγελιώτης. Τον Μάρτη πάντως ξεκινάει και η Άνοιξη, γι' αυτό ονομάζεται και Άνοιξιάτης,



ενώ χαρακτηριστική είναι και η παροιμία «από Μαρτιού καλοκαιριά, κι απ' Αύγουστο χειμώνας». Ο Μάρτης περιλαμβάνει επίσης και το κύριο μέρος της νηστείας της μεγάλης τεσσαρακοστής: «Δεν λείπει ο Μάρτης από την Σαρακοστή», όπως χαρακτηριστικά λέγεται.

Άλλα προσωνύμια του Μάρτη στην ελληνική λαογραφία που σχετίζονται με τις παρατηρούμενες σ' αυτόν καιρικές μεταβολές είναι και οι εξής:

«Φύλα ξύλα για τον Μάρτη να μη κάψει τα παλούκια»  
«Όπως ασπρίζουν τα βουνά το Μάρτη από τα χιόνια, έτσι ν' ασπρίσουν τα μαλλιά της νύμφης απ' τα χρόνια».  
«Αν ρίξ' ο Μάρτης δυο νερά κι Απρίλης άλλο ένα, χαρά σε κείνο το ζευγά πό 'χει πολλά σπαρμένα».  
«Μάρτης βρέχει; Ποτέ μην πάψει» ή «Μάρτης έβρεχε κι ο θεριστής χαιρόταν»  
«Κάλλιο Μάρτης καρβουνιάρης παρά Μάρτης λιοπυράρης».  
«Οπόχει κόρη ακριβή τον Μάρτη

ήλιος μην τη δει»

«Του Μάρτη οι αυγές με κάψανε του Μάη το μεσημέρι...».

«Τον Μάρτη στον ήλιο μη κοιμηθείς».

### Εαρινή ισημερία

Παρόλο που επίσημα η άνοιξη αρχίζει το τελευταίο δεκαήμερο του Μαρτίου (με την άφιξη του Ήλιου στο εαρινό σημείο της τροχιάς του στις 20-21 Μαρτίου), εντούτοις ολόκληρος ο Μάρτης λογίζεται ως ανοιξιάρχος μήνας μαζί με τον Απρίλιο και τον Μάιο.

### Σημαντικά γεγονότα τον Μάρτιο

Ο όρκος στην Αγία Λαύρα  
Πίνακας του Θεόδωρου Βρυζάκη  
Εορτές τον Μάρτιο  
Στις 25 του μήνα, την ημέρα του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου, γιορτάζεται η επέτειος εορτασμού της έναρξης της Ελληνικής Επανάστασης του 1821, ημέρα επίσημης αργίας για το Ελληνικό κράτος. Πηγή: Βικιλεξικό

# money

ΠΕΜΠΤΗ  
02 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023

## Market Pass: Ο Φόρος πολυτέλειας για αυτοκίνητα σας αφήνει εκτός

ΦΩΤΟ: Pixabay Pexels

### ● Η πλατφόρμα θα παραμείνει ανοιχτή μέχρι και τις 15 Μαρτίου

Η πλατφόρμα για το επίδομα σε σούπερ μάρκετ ή αλλιώς Market Pass, είναι ανοιχτή για όλα τα ΑΦΜ. Ήδη όσοι έχουν κάνει τις δηλώσεις τους αν εισέρθουν στο vouchers.gov.gr/marketpass, θα δουν ότι η αίτηση τους θα βρίσκεται σε κατάσταση «αποστολή στο τραπεζικό ίδρυμα».

Σημειώνεται πως η πλατφόρμα θα παραμείνει ανοιχτή μέχρι και τις 15 Μαρτίου, ενώ είναι πιθανό να πάρει και μια μικρή παράταση.

Δικαιούχοι της ενίσχυσης είναι φυσικά πρόσωπα, άγαμα, έγγαμα, μέλη συμφώνου συμβίωσης, εν διαστάσει, διαζευγμένα ή σε κατάσταση χηρείας. Ως μέλη του νοικοκυριού λογίζονται οι σύζυγοι ή και τα μέλη συμφώνου συμβίωσης, τα εξαρτώμενα τέκνα τους, τα λοιπά εξαρτώμενα από αυτούς μέλη και οι φιλοξενοούμενοι τους σύμφωνα με την τελευταία Δήλωση Φορολογίας Εισοδήματος Φυσικών Προσώπων φορολογικού έτους 2021, όπως αυτή υποβλήθηκε έως και 31/12/2022.

Για να λάβει ο δικαιούχος την οικονομική ενίσχυση, πρέπει να υποβάλει μέχρι τις 15/3/2023 αίτηση στην εφαρμογή εισερχόμενος με τη χρήση των κωδικών διαπιστευτηρίων της Γενικής Γραμματείας Πληροφοριακών Συστημάτων Δημόσιας Διοίκησης (taxisnet) στο <https://vouchers.gov.gr/marketpass>. Μετά την είσοδο του στην εφαρμογή, ο αιτούμενος συμπληρώνει και επιβεβαιώνει τα στοιχεία επικοι-

νωνίας του, όπως τον αριθμό του κινητού τηλεφώνου του και τη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου του.

Σε αυτό το στάδιο επιλέγει και τον τρόπο πίστωσης (έκδοση ψηφιακής χρεωστικής κάρτας ή κατάθεση σε τραπεζικό λογαριασμό) και το πιστωτικό ίδρυμα με το οποίο επιθυμεί να συνεργαστεί.

Ποιοι μένουν εκτός επιδόματος market pass Δεν είναι δικαιούχοι του μέτρου όσοι:

είναι εξαρτώμενα μέλη ή φιλοξενοούνται εμπόρως στον φόρο πολυτελούς διαβίωσης (αυτοκίνητα μεγάλου κυβισμού, σκάφη, πισίνες κ.λπ.) είναι φορολογικοί κάτοικοι εξωτερικού δεν έχουν υποβάλει φορολογική δήλωση. Μετά την τροποποίηση της παραγράφου 1 του άρθρου 44 του νόμου 4111/2013 με τον νόμο 4334/2015, (άρθρο 1 του ν. 4334/2015, με εφαρμογή για τα εισοδήματα που δηλώνονται στο φορολογικό έτος 2015 και εφεξής), το σχετικό άρθρο που αφορά τον Φόρο Πολυτελούς Διαβίωσης έχει ως εξής:

α. Επιβάλλεται φόρος πολυτελούς διαβίωσης στα ποσά της ετήσιας αντικειμενικής δαπάνης που προκύπτουν από την κυριότητα ή κατοχή επιβατικών αυτοκινήτων ιδιωτικής χρήσης μεγάλου κυβισμού, όπως αυτά προκύπτουν από τις δηλώσεις φορολογίας εισοδήματος και τα λοιπά επιπλέον

στοιχεία που έχει στη διάθεσή της η ΓΓΠΣ.

β. Ο φόρος αυτής της παραγράφου που επιβάλλεται στα ποσά της ετήσιας αντικειμενικής δαπάνης της προηγούμενης υποπαραγράφου, υπολογίζεται αναλυτικά ως εξής:

i) Για επιβατικά αυτοκίνητα από χίλια εννιακόσια είκοσι εννέα (1.929) κυβικά εκατοστά έως δύομιση χιλιάδες (2.500) κ.εκ., ο φόρος ισούται με το γινόμενο του ποσού της ετήσιας αντικειμενικής δαπάνης επί συντελεστή πέντε τοις εκατό (5%).

ii) Για επιβατικά αυτοκίνητα από δύομιση χιλιάδες (2.500) κυβικά εκατοστά και άνω, ο φόρος ισούται με το γινόμενο του ποσού της ετήσιας αντικειμενικής δαπάνης επί συντελεστή δέκα τρία τοις εκατό (13%).

Από την επιβολή του φόρου πολυτελούς διαβίωσης εξαιρούνται τα επιβατικά αυτοκίνητα ιδιωτικής χρήσης με παλαιότητα άνω των δέκα (10) ετών από το έτος πρώτης κυκλοφορίας τους στην Ελλάδα ή σε χώρα της Ε.Ε./ΕΟΧ, καθώς και τα επιβατικά αυτοκίνητα ιδιωτικής χρήσης αναπήρων, τα οποία απαλλάσσονται από τα τέλη κυκλοφορίας.

Ενώ τα ποσά που καλούνται να πληρώσουν οι κάτοχοι είναι αρκετά τσουκτερά και ξεκινούν από 287 ευρώ για ΙΧ κυβισμού 1.929 εκ. και παλαιότητας από 5 μέχρι 10 έτη, έως 3.820 ευρώ για ΙΧ 4.700 κ.εκ. και παλαιότητας μέχρι 5 ετών.

## Πρόγραμμα κατάρτισης 150.000 εργαζομένων «Πάω Μπροστά»

150.000 μισθωτοί εργαζόμενοι του ιδιωτικού τομέα θα αναβαθμίσουν ψηφιακές και πράσινες δεξιότητες

Ξεκίνησε από την προηγούμενη Πέμπτη 23 Φεβρουαρίου, η επιλογή μαθημάτων από τους εργαζομένους που συμμετέχουν στο πρόγραμμα κατάρτισης «Πάω Μπροστά» του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων. Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας με πόρους ύψους 155 εκατομμυρίων ευρώ και υλοποιείται από τη Δημόσια Υπηρεσία Απασχόλησης (ΔΥΠΑ).

Συνολικά 150.000 μισθωτοί εργαζόμενοι του ιδιωτικού τομέα θα έχουν την ευκαιρία να αποκτήσουν ή να αναβαθμίσουν τις ψηφιακές και πράσινες δεξιότητές τους. Οι 121.165 εργαζόμενοι που έχουν ήδη ενταχθεί στο μπρώο ωφελούμενων της αρχικής φάσης της δράσης μπορούν πλέον να επιλέξουν το πρόγραμμα κατάρτισης που επιθυμούν να παρακολουθήσουν, πηγαίνοντας στη διεύθυνση <https://voucher.gov.gr/> και πατώντας στον σύνδεσμο «Επιλογή προγραμμάτων κατάρτισης από τους Εργαζόμενους Ωφελούμενους». Οι καταρτιζόμενοι θα παρακολουθήσουν ένα πρόγραμμα θεωρητικής κατάρτισης συνολικής διάρκειας 80 ωρών (διά ζώσης και εξ αποστάσεως εκπαίδευσης)



και κατόπιν θα συμμετάσχουν σε εξετάσεις πιστοποίησης. Κάθε εργαζόμενος που θα ολοκληρώσει το πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης της επιλογής του και θα συμμετάσχει επιτυχώς στις εξετάσεις πιστοποίησης, θα λάβει εκπαιδευτικό επίδομα ύψους 5 ευρώ/ώρα κατάρτισης, δηλαδή συνολικά 400 ευρώ.

Σε συνεργασία με τα Κέντρα Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (ΚΕΔιΒιΜ) των Πανεπιστημίων, αδειοδοτημένα Κέντρα Δια Βίου Μάθησης (ΚΔΒΜ) και διεθνείς κολοσσοί τεχνολογίας, η ΔΥΠΑ προσφέρει

στους εργαζόμενους μία μεγάλη λίστα επιμέρους προγραμμάτων κατάρτισης από τα οποία θα μπορούν να επιλέξουν, ανάλογα με το εκπαιδευτικό και επαγγελματικό τους προφίλ.

Ενδεικτικά, οι επιλογές περιλαμβάνουν από βασικά ψηφιακά εργαλεία γραφείου, προγράμματα για social media marketing και διαχείριση e-shop, μέχρι αντικείμενα πιο υψηλής εξειδίκευσης όπως data analytics, εφαρμογές τεχνητής νοημοσύνης, logistics και υιοθέτηση ψηφιακών τεχνολογιών στον αγροτικό τομέα.

Στόχος είναι οι εργαζόμενοι να προσαρμοστούν στις απαιτήσεις των σύγχρονων τάσεων στους χώρους εργασίας, να αναβαθμίσουν τις προοπτικές τους και κατά συνέπεια να συμβάλουν στον εκσυγχρονισμό της ελληνικής οικονομίας.

Το πρόγραμμα «Πάω Μπροστά» αποτελεί μέρος της μεγαλύτερης προσπάθειας κατάρτισης του εργατικού δυναμικού στην ιστορία της χώρας, με στόχο στα επόμενα χρόνια να έχουν λάβει καταρτιστεί 500.000 εργαζόμενοι και άνεργοι πολίτες.

## μικρά οικονομικά

### ● ΑΛΛΑΖΕΙ Ο ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ

Βελτιώσεις στη διαδικασία της εξωδικαστικής ρύθμισης οφειλών προβλέπει η τροπολογία του υπουργείου Οικονομικών που κατατέθηκε στη Βουλή. Στο κείμενο της τροπολογίας περιλαμβάνονται 11 βασικές αλλαγές που αφορούν περιορισμούς που έθετε το αρχικό νομοθετικό πλαίσιο και είχαν δημιουργήσει προβλήματα σε ένα μεγάλο αριθμό οφειλτών οι οποίοι ήθελαν μιν, αλλά δεν μπορούσαν να ρυθμίσουν το σύνολο των οφειλών τους σε Δημόσιο (εφορία ταμεία ΟΤΑ) τράπεζες, ακόμη και προμηθευτές. Με τις νέες διατάξεις που αναμένεται να κατατεθούν, ο οφειλέτης αποκτά νέα όπλα που πριν δεν είχε. Αλλάζουν όμως και πολλά που αφορούν τις υποχρεώσεις τις οποίες θα έχει ο ίδιος ο οφειλέτης.

### ● ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΔΙΑΤΗΣΙΑ

Δημοσιεύθηκε στο ΦΕΚ 21/Α/4-2-2023 ο νόμος 5016/2023 με τίτλο «Διεθνής Εμπορική Διατησία – Ρυθμίσεις για τη λειτουργία του Ελεγκτικού Συνεδρίου και λοιπές επείγουσες διατάξεις του Υπουργείου Δικαιοσύνης» με το οποίο επανακαθορίζεται το νομικό πλαίσιο που διέπει τον θεσμό της διεθνούς εμπορικής διατησίας (κατά βάση, επαναλαμβάνεται το υφιστάμενο πλαίσιο του ν. 2735/1999) και σε σχέση με τα ισχύοντα. Ο ν. 2735/1999 (Α' 167) καταργείται.

### ● Ε-ΕΦΚΑ: ΠΑΡΑΓΡΑΦΗ ΟΦΕΙΛΩΝ

Με όφελος για χιλιάδες ελεύθερους επαγγελματίες και εργοδότες, εφαρμόζεται πλέον η 10ετής παραγραφή των οφειλών προς τον Ε-ΕΦΚΑ, η οποία αφαιρεί ένα σημαντικό «βάρος» χρεών από τους πολίτες, ενώ, παράλληλα, «ανοίγει» την πόρτα προς τη συνταξιοδότηση για υποψήφιους συνταξιούχους που οφείλουν στον ΕΦΚΑ (ΚΕΑΟ). Όπως αναφέρει ο Ε-ΕΦΚΑ σε ανακοίνωσή του, πρόκειται για την ενεργοποίηση διάταξης νόμου (άρθρο 6 του ν. 4997/2022, 43/2022 εγκύκλιος Ε-ΕΦΚΑ, γεν. έγγραφο 75110/14-2-2023), η οποία προβλέπει ότι μειώνεται σε 10 χρόνια (από 20, που ίσχυε παλαιότερα) ο χρόνος που έχει στη διάθεσή του ο φορέας, προκειμένου να βεβαιώσει και να εισπράξει απαιτήσεις από ασφαλιστικές εισφορές που δεν καταβλήθηκαν.

### ● ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΜΜΕ

Ξεκίνησε η ηλεκτρονική υποβολή των αιτήσεων χρηματοδότησης για την δέσμη των δράσεων «Ψηφιακός Μετασχηματισμός Μικρομεσαίων Επιχειρήσεων», προϋπολογισμού 300 εκατ. ευρώ, που εντάσσεται στο νέο Πρόγραμμα «Ανταγωνιστικότητα» του ΕΣΠΑ 2021 – 2027. Η δράση θα παραμείνει ανοιχτή μέχρι την εξάντληση του διαθέσιμου προϋπολογισμού και στόχος της είναι η αντιμετώπιση της υστέρησης των ελληνικών επιχειρήσεων στην ενσωμάτωση των σύγχρονων ψηφιακών τεχνολογιών στην παραγωγική τους δραστηριότητα.

Οι δωρεάν μικρές αγγελίες αφορούν ιδιώτες και αποστέλλονται διαδικτυακά στη φόρμα που θα βρείτε στο [anagnostis.org](http://anagnostis.org) και αναγράφονται πλήρη στοιχεία (ονοματεπώνυμο, διεύθυνση και τηλέφωνο επικοινωνίας) για να μπορούμε να επικοινωνήσουμε μαζί σας αν χρειαστεί. Κάθε ιδιώτης δεν μπορεί να δημοσιεύσει περισσότερες από μία μικρή αγγελία ταυτόχρονα. Δημοσιεύονται και στον έντυπο Αναγνώστη Πελοποννήσου και στο site [anagnostis.org](http://anagnostis.org)

# ΜΙΚΡΕΣ Αγγελίες

## ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ 23

ΠΕΜΠΤΗ  
02 ΜΑΡΤΙΟΥ | 2023

ΣΤΕΙΛΕ ΑΓΓΕΛΙΑ ΕΔΩ: [anagnostis.org/category/angelies](http://anagnostis.org/category/angelies)

• ΕΡΓΑΣΙΑ • ΑΚΙΝΗΤΑ • ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ • ΠΩΛΗΣΕΙΣ • ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ • ΣΚΑΦΗ • ΕΡΓΑΣΙΑ • ΑΚΙΝΗΤΑ • ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ • ΠΩΛΗΣΕΙΣ • ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ • ΣΚΑΦΗ

## Στις αγγελίες για ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ ή ΠΩΛΗΣΗ κτηρίου – διαμερίσματος είναι υποχρεωτική η αναγραφή του δείκτη ενεργειακής απόδοσης (ενεργειακή κατηγορία ΠΕΑ).

### ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ

ΝΑΥΠΛΙΟΝ. Ενοικιάζεται επαγγελματικός χώρος 45 τμ., Βυζαντίου 9 Ναύπλιο (δίπλα στο Φαρμακείο Δ. Καρρά - πρώην κουρείο). Τηλ. 694 827 2077. Ενεργειακή κατηγορία ΠΕΑ Β'. ΚΩΔ. 1156

ΑΡΓΟΣ. ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ αυτόνομη επί αυλής ισόγεια γκαρσονιέρα, 28,03 m2, επιπλωμένη, με όλες τις ηλεκτρικές συσκευές, αυτόνομη θέρμανση, a/c, wifi, χωρίς κοινόχρηστα, με δείκτη ενεργειακής απόδοσης Ε. Πάροδος Τσώκρη 114. Τιμή: €200. Πληροφορίες: 697 791 4374 και 2751 068 932. ΚΩΔ. 1151

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΠΡΟΣ ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ οικία η μονοκατοικία στην ευρύτερη περιοχή Ναυπλίου Άργους τριών υπνοδωματίων σαλόνι κουζίνα και μπάνιο, η δυο υπνοδωματίων και αποθήκη από Μάιο και μετά. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 27520 43196. ΚΩΔ. 1141

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ καινούριο διαμέρισμα στο κέντρο Ναυπλίου 75τ.μ με δύο υπνο/α ένα μπάνιο και τρεις μεγάλες βεράντες. Ενεργειακή κλάση A+++ . Τιμή 550. Τηλ. επικοινωνίας 693 264 6062. ΚΩΔ. 1138

ΣΤΟ ΚΙΒΕΡΙ ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ, ενοικιάζεται διαμέρισμα 60 τμ, υπερωψωμένο ισόγειο, επιπλωμένο, με όλες τις ηλεκτρικές συσκευές, βεράντες 70 τμ. με θέα στη θάλασσα και θέση στάθμευσης αυτοκινήτου. ΠΕΑ: εκκρεμεί. Τιμή 430 €. Τηλ. 697 388 3550. ΚΩΔ. 1137

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ μεζονέτα 100τ.μ στην περιοχή του γενικού νοσοκομείου Άργους. Διαθέτει Μεγάλο σαλόνι δυο μπάνια, τρία υπνοδωμάτια, τζάκι και τέλος μία μικρή αυλή. Τιμή λογική. Τηλέφωνο επικοινωνίας 27510-67113 ή 697 345 6680. ΚΩΔ. 1131

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ 50τ.μ στην περιοχή Άγιος Αδριανός Ναυπλίου. Σε κεντρικό σημείο του χωριού, με συνεχή κίνηση. ΠΕΑ: 179269. Τηλ. : 697 185 4431. ΚΩΔ. 1143

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 60 τ.μ., ισόγειο, φωτεινό, στο Ναύπλιο στην περιοχή της Πρόνοιας, πλήρως επιπλωμένο Ενεργειακή κλάση: Δ. Χωρίς κοινόχρηστα. Τιμή 300 ευρώ. Τηλέφωνο: 694 167 2453. Κωδ. 1134

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ μονοκατοικία επιπλωμένο με δύο κρεβατοκάμαρες στον προφήτη Ηλία 110 τμ. (10 λεπτά από το Ναύπλιο). Αφορά καθηγητές και αναπλ/κούς, διότι είναι διαθέσιμο μέχρι

15/06/2023. ΠΕΑ (Γ). Τηλ. 697 681 3069, 697 010 6589. ΚΩΔ. 1136

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα στη Νέα Κίο, 60 τμ, ανακαινισμένο και επιπλωμένο, ιδανικό για εκπαιδευτικούς. Ενεργειακή κατηγορία Ζ. Τηλέφωνο επικοινωνίας 693 269 9523. ΚΩΔ. 1127

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ ΜΕΖΟΝΕΤΑ με θέα στη θάλασσα στην περιοχή Κούρτη - Ναύπλιο. Διαθέτει 3 κρεβατοκάμαρες, 1 μπάνιο, 1 wc, αυτόνομη θέρμανση, ηλιακό θερμοσίφωνα, κλιματισμό. Επιπλωμένη ενεργειακής κλάσης Δ'. Τηλέφωνα επικοινωνίας: 690 706 5064. ΚΩΔ. 1217

ΛΟΓΩ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ζητείται άμεσα στούντιο - γκαρσονιέρα για ενοικίαση από 30τμ έως 45 τμ επιπλωμένο στο Ναύπλιο και γύρω περιοχές. Τηλ. Επικοινωνίας 694 503 2477. ΚΩΔ. 1213

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ Κατάστημα στην Άργους - Ναυπλίου (Τίρυνθα), επί κεντρικού δρόμου, 140 τμ με πατάρι. ΠΕΑ Δ. Τηλέφωνα 694 492 4242, 694 781 5123 ΚΩΔ.

ΚΕΝΤΡΟ ΝΑΥΠΛΙΟΥ ενοικιάζεται γκαρσονιέρα 39 τετραγωνικά, πρόσφατα ανακαινισμένη, αυτόνομη θέρμανση με κλιματισμό, 1υ/δ, κουζίνα, χωλ, μπάνιο, μπαλκόνι, σίτες. Χαμηλά κοινόχρηστα, ενεργειακή κλάση Ζ. Τηλ. 697 214 8123 ΚΩΔ. 1208

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ νεόδμητη Γκαρσονιέρα 36 τ.μ. στο Ναύπλιο στην οδό Αργοναυτών 12, 1ου ορόφου με αυτόνομη θέρμανση, κλιματισμό, θωρακισμένη πόρτα, διπλά τζάμια - σίτες και αποθήκη 3,5 τ.μ. Τηλ. επικοινωνίας 697 750 9371. ΚΩΔ. 1200

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ επαγγελματικός χώρος 40 τμ με πατάρι στο Ναύπλιο, πλησίον πλατείας Αγ. Κωνσταντίνου (με ΠΕΑ σε ισχύ ως το 2030). Τηλ. 697 626 5709. ΚΩΔ. 1187

### ΠΩΛΗΣΕΙΣ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ αγροτεμάχιο - οικόπεδο 4 στρεμμάτων οικοδομήσιμο στην περιοχή Ανωφί Μιδέας. Τηλ. επικοινωνίας 697 237 8233. ΚΩΔ. 1143

ΣΤΟΝ ΑΓΙΟ ΔΗΜΗΤΡΙΟ, (Μετόχι) Ναυπλίου πωλείται αγροτεμάχιο 6,5στρεματα με 90 μεγάλες ελιές, και παίρνει και άλλες, στη θέση ΚΑΡΙΠΙ. Τιμή 8.500 ευρώ. Τηλ. 693 984 5859 ΚΩΔ. 1135

ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδο 1078,63 τμ εντός ορίων οικισμού Αργολικού (Θύλακας Β) μαζί με αγροτεμάχιο 1889,00 τμ τα οποία βρίσκονται στο Μπολάτι τοπική Κοινότητα Αργολικού Δημοτική Κοινότητα

Μιδέας του Δήμου Ναυπλιέων με ποσοστό κάλυψης επί του οικοπέδου 60%. Τηλ. επικοινωνίας 694 702 0898. ΚΩΔ. 1134

ΠΩΛΕΙΤΑΙ αγροτεμάχιο 22 στρεμμάτων με 50 ρίζες ελιές, οικοδομήσιμο στην περιοχή Φούρνοι Ερμιονίδας. Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε στο 697 195 9330. ΚΩΔ. 1118

ΠΩΛΕΙΤΑΙ αγρόκτημα αρδευόμενο (φυτεμένο πορτοκαλιές, ελιές, μανταρινιές) 10 στρεμμάτων στο Πανόραμα. Τηλέφωνο: 697 921 1920. ΚΩΔ. 1224

ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδο 750 τ.μ μαζί με χτίσμα 100 τ.μ σε αποκεντρωμένη περιοχή του Ναυπλίου. Τηλέφωνο επικοινωνίας 694 145 7475. ΚΩΔ. 1223

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ 6 στρεμμάτων με βερικοκιές στο Κεφαλάρι Άργους απέναντι από την Ταβέρνα Τσίμπου. Εφάπτεται με τον κεντρικό δρόμο Άργους - Τριπόλεως. Τηλ. 697 405 7120. ΚΩΔ. 1218

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ 84 τμ διαμπερές 1ος όροφος σε διώροφη πολυκατοικία 4'αρων διαμερισμάτων με αυτόνομη θέρμανση μπρος πίσω κήπος με ξεχωριστή αποθήκη. Ενεργειακή κατηγορία

ΠΕΑ. Περιοχή ΚΟΥΡΤΗ ΝΑΥΠΛΙΟΝ. Τηλ. 694 726 1730. ΚΩΔ. 1200

ΠΩΛΕΙΤΑΙ αγροτεμάχιο με 100 ρίζες ελιές (20ετων για παραγωγή Μανάκι και Γυθείου) στη θέση Κάτω Αμπέλια - Κατεβασιές (Μαλαντρήνι) 3,736μ<sup>2</sup>, 15.500 ευρώ. Τηλ.: 697 776 1724 ΚΩΔ. 1191

### ΕΡΓΑΣΙΑ

ΖΗΤΩ ΕΡΓΑΣΙΑ ως σερβιτόρος στην ευρύτερη περιοχή του Ναυπλίου. Τηλ.697 560 4856. ΚΩΔ. 1154

ΚΥΡΙΟΣ ΣΤΗΝ ΑΡΓΟΛΙΔΑ με πείρα αναλαμβάνει τα κλαδέματα δέντρων και καθαρισμό χωραφιών. Τηλ. 698 383 0445. ΚΩΔ. 1149

ΚΑΘΑΡΙΣΤΡΙΑ αναλαμβάνει σε Άργους και Ναύπλιο καθαρισμούς σπιτιών και γραφείων. Τηλ. επικοινωνίας: 694 642 4556. ΚΩΔ. 1148

ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ στο Ναύπλιο αναζητά να προσλάβει αρχιτέκτονα ή άτομο συναφούς ειδικότητας. Απαραίτητα προσόντα η γνώση NOK και η ευχέρεια στον χειρισμό 2D και 3D προγραμμάτων. Επιθυμητή η προϋπηρεσία. Αποστολή βιογραφικού και portfolio: [sofiagkolemi@gmail.com](mailto:sofiagkolemi@gmail.com)



### Το LandLife Travel αναζητά Αγγλόφωνο οδηγό με απλό δίπλωμα οδήγησης Β' κατηγορίας.

Στα πλαίσια ανάπτυξης των παρεχόμενων υπηρεσιών του, το τουριστικό γραφείο LandLife Travel που δραστηριοποιείται στον εισερχόμενο τουρισμό από το 2014 αναζητά οδηγό μεταφοράς επιβατικού κοινού με πολύ καλή γνώση Αγγλικών και έδρα την ευρύτερη περιοχή της Αργοναυπλίας.

Για περισσότερες πληροφορίες γύρω από το LandLife Travel μπορείτε να επισκεφθείτε το [www.landlifetravel.com](http://www.landlifetravel.com)

#### ΠΡΟΣΦΕΡΟΝΤΑΙ:

- Πλήρης εποχική απασχόληση (κατ' ελάχιστον Απρίλιο έως Οκτώβριο)
- Ανταγωνιστικό πακέτο αποδοχών
- Σταθερός μηνιαίος μισθός

#### ΠΡΟΣΟΝΤΑ:

- Πολύ καλή έως άριστη γνώση Αγγλικών
- Δίπλωμα οδήγησης Β' κατηγορίας (απλού επιβατικού οχήματος)
- Επικοινωνιακός χαρακτήρας
- Συνέπεια, υπευθυνότητα και επαγγελματισμός
- Προϋπηρεσία σε ανάλογη θέση και γνώση της Πελοποννήσου θα θεωρηθούν επιπλέον προσόν
- Μόνιμος κάτοικος του Δήμου Άργους-Μυκηνών ή Ναυπλίου

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να στείλουν το βιογραφικό τους στο: [info@landlifetravel.com](mailto:info@landlifetravel.com)

gmail.com Τηλ: 697 349 6669. ΚΩΔ. 1146

ΚΥΡΙΑ ΜΕ ΕΝΕΡΓΗ ΚΑΡΤΑ ανεργίας, αναζητώ πρωινή εργασία ως υπάλληλος γραφείου / γραμματέας. Τηλ. επικ.: 694 634 5108. ΚΩΔ. 1145

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΝΕΑΡΟΣ/ΝΕΑΡΗ για χειρόγραφα σε μορφή pdf . Τηλέφωνο 699 231 0940. ΚΩΔ. 1140

ΕΛΛΗΝΙΔΑ αναλαμβάνει υπεύθυνα τη φύλαξη και φροντίδα ηλικιωμένων στο Ναύπλιο και σε γύρω περιοχές. Κάτοχος Ι.Χ. Τηλ: 698 300 7714. ΚΩΔ. 1144

ΚΥΡΙΑ αναλαμβάνει την φροντίδα και φύλαξη ηλικιωμένων απόμων σε Ναύπλιο, Άργος και γύρω περιοχές. Τηλ: 699 420 2874. ΚΩΔ. 1139

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΖΕΥΓΑΡΙ για να εγκατασταθεί και να προσέχει κτήμα στο Άργος. Απαραίτητο δίπλωμα οδήγησης. Πληροφορίες στο τηλ.: 697 221 7176. ΚΩΔ. 11332

### ΔΙΑΦΟΡΑ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΠΟΛΥΟΡΓΑΝΟ γυμναστικής DM-4200 HOME GYM 250 ευρώ στη περιοχή Ναυπλίου. Τηλ. 697 727 8437. ΚΩΔ. 1155

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΨΥΓΕΙΟ Self service για γαλακτοκομικά, αλλαντικά, τυριά, Γερμανικής κατασκευής, σε εξαιρετική κατάσταση. Τιμή πώλησης διαπραγματεύσιμη. ΥΨΟΣ: 220 εκ, ΜΗΚΟΣ: 260 εκ, ΒΑΘΟΣ: 103 εκ. Εξωτερικό μοτέρ 2 hr Πληροφορίες: Διαμαντής, τηλ.: 697 233 6192. ΚΩΔ. 1147

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ηλεκτρονικά ντραμς μάρκας Millennium. Έχουν χρησιμοποιηθεί ελάχιστα. Τοποθεσία: Ναύπλιο. Τιμή: 400€. Περισσότερες πληροφορίες στο mail: [s.petspao13@gmail.com](mailto:s.petspao13@gmail.com) ΚΩΔ. 1136

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ καφέ take away στο Άργος σε πολύ προσιτή τιμή για προσωπικούς-οικογενειακούς λόγους. Παρακαλώ επικοινωνήστε σε αυτό το email [expert911@outlook.com](mailto:expert911@outlook.com) ΚΩΔ. 1129

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΠΟΛΥΟΡΓΑΝΟ γυμναστικής home gym (dm-4200) .τιμή 300 ευρώ. Τηλ. 697 727 8437. ΚΩΔ. 1128

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ μηχανήματα μεταχειρισμένα σε άριστη κατάσταση και εξοπλισμός ζαχαροπλαστείου, φούρνος υγραερίου, στόφα, παγωτομηχανή, πλυντήριο σκευών, πάγκος ανοξείδωτος, ψυγείο, λαντζάκι, μπεν μαρί σοκολάτας, ταχυθερμοσίφωνα υγραερίου, βιτρίνα για βαριεγκάτα παγωτού 12 θέσεων. Πληροφορίες: 694 431 7903. ΚΩΔ. 1125

ΖΗΤΟΥΝΤΑΙ ΑΝΕΡΓΟΙ για ίδρυση συλλόγου ανέργων. Παρακαλώ τηλεφωνείτε στο τηλέφωνο 27510-20016. ΚΩΔ. 1120

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ κουφώματα αλουμινίου πλήρη (εξωτερικά και τζαμιλίκια, συρόμενα, με τους οδηγούς τους) λόγω αντικατάστασης με το πρόγραμμα ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΩ.

Συνολική τιμή 600 € για μια μπαλκονόπορτα και έξι παράθυρα. Πληροφορίες τηλ. 694 456 2400. ΚΩΔ. 1116

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΓΡΑΦΕΙΟ, καρέκλα διευθυντική, 2 καρέκλες επισκέπτη, συρταριέρα, 2 ερμάρια, τιμή 900 €. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 690 706 5064. ΚΩΔ. 1125

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΣΟΜΠΑ πετρελαίου, alfa therm ελαφρός μεταχειρισμένη καινούρια Α κλάσης. Τιμή 300 ευρώ. Τηλ. επικοινωνίας 694 051 4176 ΚΩΔ. 1128

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ: Τηλεόραση PRINCESS (παλιό μοντέλο) + αποκοδικοποιητής, τσάντα ώμου HUNTER (καινούργια, μεσαίο μέγεθος, γκρι), 1 ζευγάρι πέδιλα γυναικεία EVA FRUTOS (καινούργια, no 39), 1 ζευγάρι γόβες ΦΥΤΑΝΙΔΗΣ (καινούργια, καφέ, δέρμα, no 39), 5 κούκλες για πλέξιμο (συνθετικές, μωβ). Τηλ: 694 945 2646. ΚΩΔ. 1221

ΠΩΛΕΙΤΑΙ τριθέσιος καναπές ΙΚΕΑ με επένδυση ύφασμα στο χρώμα της άμμου. Κατάσταση άριστη. Τιμή 350€. Περιοχή Βερβερόντα, Πόρτο Χέλι. Τηλ. 697 979 6194. ΚΩΔ. 1201

**ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ εταιρεία ζητά οδηγό κάτοικο Αργολίδας έως 45 ετών με ερασιτεχνικό δίπλωμα οδήγησης για μόνιμη εργασία. Βιογραφικά στο email., πλήρης απασχόληση, αορίστου χρόνου, ικανοποιητικός μισθός. Email: [info@soultanoglou.gr](mailto:info@soultanoglou.gr)**

# συμφωνία για την ενέργεια

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΜΕ  
ΑΛΛΑΖΟΥΜΕ  
ΩΦΕΛΟΥΜΑΣΤΕ



ΑΠΟ ΤΗ ΜΙΑ ΑΚΡΗ ΤΗΣ ΧΩΡΑΣ ΩΣ ΤΗΝ ΑΛΛΗ,  
ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ, ΚΑΝΟΥΜΕ ΜΙΑ ΣΥΜΦΩΝΙΑ:

Να εξοικονομούμε ενέργεια

Για να πετύχουμε τον εθνικό μας στόχο:

Να μειώσουμε την κατανάλωση κατά 10% ανά έτος

Να θωρακίσουμε την ενεργειακή ασφάλεια της Ελλάδας

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΜΕ ΟΛΟΙ στη  
#SymfoniaGiaTinEnergeia



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
& ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

Μάθε περισσότερα [ypen.gov.gr](http://ypen.gov.gr)