



ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

ISSN: 29450853



Εβδομαδιαία εφημερίδα • Πέμπτη 05.02.2026 • www.anagnostis.org • anagnostispe@hotmail.com • Έτος 29ο • Αρ. φύλλου 1344 • ΕΥΡΩ 2,00

Αρ. Μ.Ε.Τ. 230177

Το αναπτυξιακό πλάνο Πτωχού



Στην οικονομική διάσταση της ανάπτυξης και στον αντίκτυπο που έχουν οι ευρωπαϊκοί πόροι στην καθημερινότητα εστίασε ο Δ. Πτωχός, κατά την παρουσίαση του προγράμματος «Πελοπόννησος 2021-2027» στο Ναύπλιο. **Σελ. 22**

Θεμέλια για Κοινωνικές παρεμβάσεις



Τις βάσεις για μια συγκροτημένη κοινωνική πολιτική που αφορά σε Ναύπλιο, Ερμιονίδα και Επίδαυρο, έθεσε η συνάντηση εργασίας του Αναπτυξιακού Οργανισμού Πελοποννήσου, στο Ναύπλιο. **Σελ. 12**

» ΤΙ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ Η ΜΕΓΑΛΗ ΑΝΑΠΛΑΣΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΛΙΑΚΗΣ ΝΑΥΠΛΙΟΥ - ΝΕΑΣ ΚΙΟΥ



Από την είσοδο του Ναυπλίου έως τη Νέα Κίο, το παραλιακό μέτωπο αλλάζει ριζικά με δίκτυα μονοπατιών, παρατηρητήρια και σταθμούς πολιτισμού – Όλες οι λεπτομέρειες του έργου.

Σελ. 3



Το Ναύπλιο της Αθήνας έδωσε ραντεβού

Η γιορτή που γίνεται αφορμή για το μεγάλο αντάμωμα

Σελ. 20



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: 1344

Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 05.02.2026

Ιδιοκτησία:
 Α. ΓΚΑΤΖΙΟΣ Θ. ΝΤΑΝΟΣ ΟΕ
Μέτοχοι: Άκης (Αναστάσιος) Γκάτζι-
 ος, Θεοδόσης Ντάνος

Εκδότης, Νόμιμος εκπρόσωπος:
 Άκης (Αναστάσιος) Γκάτζιος

Δ/ντής: Άκης (Αναστάσιος) Γκάτζιος
Δ/ντρια σύνταξης: Ευτυχία Θεμελή

Σχεδιασμός: ΕΝΘΕΣΙΣ
Εκτύπωση:
 MILLER DISTRIBUTORS LIMITED
Διανομή: ΕΛΤΑ, ΤΝΚ
 LOGISTICS, ΕΝΘΕΣΙΣ

ΕΔΡΑ: **ΝΑΥΠΛΙΟ**, Γενναίου
 Κολοκοτρώνη 12
 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
 50,00 ευρώ, Ετήσια Οργανισμών, ΟΤΑ,
 ΝΠΙΔ, ΝΠΔΔ 400,00 ευρώ.
 Ετήσια Τραπεζών: 200,00 ευρώ

Τα ενυπόγραφα άρθρα που δημοσιεύ-
 ονται στον «Αναγνώστη Πελοποννή-
 σου» δεν εκφράζουν υποχρεωτικά τις

απόψεις της εφημερίδας. Απαγορεύε-
 ται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή
 κειμένων και φωτογραφιών, ολική ή με-
 ρική ή περιληπτική, χωρίς την γραπτή
 άδεια του εκδότη (Ν.2121/1993).

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

Ρεπορτάζ: Άκης Γκάτζιος

Η παραλιακή ζώνη που συνδέει το Ναύπλιο με τη Νέα Κίο, ένας χώρος με απaráμιλλη φυσική ομορφιά αλλά και χρόνια προβλήματα άναρχης χρήσης, εισέρχεται πλέον σε μια νέα, οργανωμένη εποχή. Με την πρόσφατη έγκριση των περιβαλλοντικών όρων για το έργο «Αξιοποίηση της Παραλιακής Ζώνης Ναυπλίου - Νέας Κίου» στις 28 Ιανουαρίου 2026, η αναβάθμιση της περιοχής παίρνει πλέον επίσημη μορφή.

Η παρέμβαση αυτή, που εκτείνεται στις δημοτικές Ενότητες Ναυπλιέων, Νέας Τίρυνθας, Μιδέας, Νέας Κίου και Άργους, δεν αποτελεί μια απλή ανάπλαση. Είναι μια ολοκληρωμένη στρατηγική επιλογή του φορέα υλοποίησης, της Περιφέρειας Πελοποννήσου, να αναπτύξει έργα ανάδειξης και προστασίας του οικοσυστήματος, προσφέροντας παράλληλα στους πολίτες έναν χώρο αναψυχής υψηλών προδιαγραφών.

Σύμφωνα με τα τεχνικά στοιχεία της μελέτης, οι προτεινόμενες παρεμβάσεις αναπτύσσονται σε τρεις διακριτές αλλά αλληλένδετες κατευθύνσεις:

1. Δημιουργία Σημείων Ενδιαφέροντος: Σχεδιάζονται συγκεκριμένοι σταθμοί που θα λειτουργούν ως τοπόσημα, προσφέροντας πληροφορίες και υπηρεσίες στους επισκέπτες.

2. Δίκτυο Μονοπατιών και Πεζογεφυρών: Μια θεμελιώδης αλλαγή που θα επιτρέψει την περιήγηση εντός του φυσικού περιβάλλοντος χωρίς να απειλείται η ισορροπία του.

3. Προσδιορισμός Θέσεων Στάθμευσης: Μια απαραίτητη ρύθμιση για να μπει τέλος στην εικόνα των αυτοκινήτων που σταθμεύουν άναρχα πάνω στον υδροβιότοπο.

Οδοιπορικό στους Σταθμούς της νέας διαδρομής

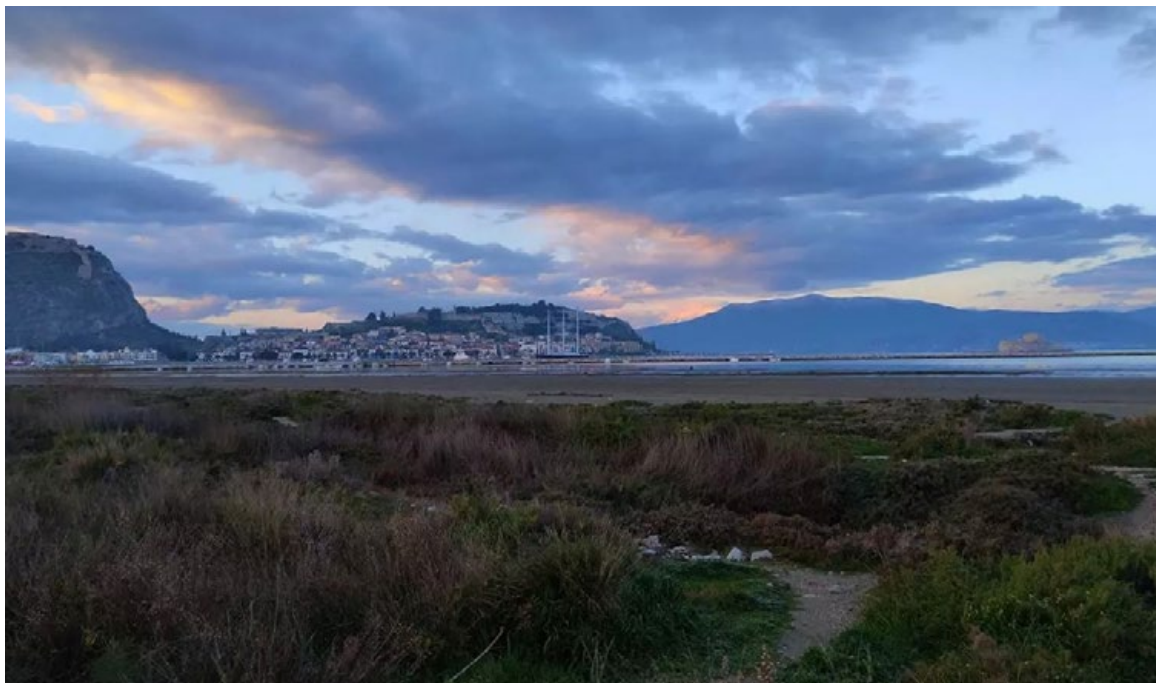
Η αρχιτεκτονική μελέτη έχει προσδιορίσει με ακρίβεια τα σημεία όπου θα αναπτυχθούν οι νέες υποδομές, λαμβάνοντας υπόψη τα ιδιαίτερα φυσιολατρικά, ιστορικά και αρχαιολογικά χαρακτηριστικά της κάθε θέσης.

Η Πύλη του Ναυπλίου: Το σημείο αυτό αποτελεί την επίσημη υποδοχή και είσοδο της πορείας. Εδώ θα δεσπόζει το «Περίπτερο Εισόδου», ενώ θα λειτουργεί και **οργανωμένος χώρος WC** για το κοινό, καλύπτοντας μια βασική έλλειψη ετών.

Η Σύνδεση με τον Υδροβιότοπο: Το σημείο αυτό έχει σχεδιαστεί για να υποδέχεται πεζοπόρους και συνδέεται άμεσα με χώρο στάθμευσης στην απέναντι πλευρά. Το θέμα του είναι η «**Αγροτική γη**». Με ειδικό εκπαιδευτικό υλικό, ο σταθμός αυτός θα αναδεικνύει τη σχέση του Αργολιδέα με τη γη, ευρισκόμενος στην κατάληξη του χειμάρρου «Ραμαντάνι», ο οποίος είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση του υδροβιότοπου.

Το πλήρες σχέδιο για τη νέα παραλιακή Ναυπλίου – Νέας Κίου. Τι περιλαμβάνει η μεγάλη ανάπλαση

Από την είσοδο του Ναυπλίου έως τη Νέα Κίο, το παραλιακό μέτωπο αλλάζει ριζικά με δίκτυα μονοπατιών, παρατηρητήρια και σταθμούς πολιτισμού – Όλες οι λεπτομέρειες του έργου



Πολιτισμός και Παραγωγή: Απέναντι από τις αποθήκες της ΕΑΣ Αργολίδας, το σημείο αποκτά έναν πολυδιάστατο χαρακτήρα. Θα περιλαμβάνει «Περίπτερο Παρατηρητηρίου», χώρο ενημέρωσης και έναν ειδικά διαμορφωμένο «Χώρο εκδηλώσεων». Το θέμα εδώ είναι η «**Τοπική παραγωγή**», ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι η χωροθέτηση γίνεται ακριβώς εκεί που παλαιότερα υπήρχαν αυθαίρετες κατασκευές που έχουν πλέον απομακρυνθεί.

Η Σύνδεση με την Αρχαία Τίρυνθα: Στο τέλος του οδικού άξονα που ξεκινά από τον αρχαιολογικό χώρο της Τίρυνθας και καταλήγει στη θάλασσα, θα στηθεί ο σταθμός με θέμα «**Τίρυνθα και οχυρώσεις**». Ο χώρος θα παρέχει ενημέρωση για την ιστορία των οχυρώσεων και την αλληλεπίδρασή τους με το περιβάλλον. Η παρέμβαση γίνεται σε σημείο που έχει καθαριστεί από παλαιότερα αυθαίρετα.

Η Ματιά στον Κόλπο: Η διαδρομή ολοκληρώνεται με έναν ακόμη σταθμό στο μέσο της διαδρομής, που περιλαμβάνει «Περίπτερο Παρατηρητηρίου», προσφέροντας στον επισκέπτη τη δυνατότητα να παρατηρήσει το οικοσύστημα από προ-

66

Πέντε πρότυποι σταθμοί, δίκτυο μονοπατιών και περιβαλλοντική θωράκιση – Πώς η Περιφέρεια Πελοποννήσου σχεδιάζει να μετατρέψει τον οδικό άξονα σε έναν σύγχρονο πόλο φύσης και πολιτισμού

νομακή θέση, με θέμα «**Ανθρωπος και περιβάλλον**». Μετά από εκπόνηση ανάλογης κυκλοφοριακής μελέτης, θα υπάρχει η δυνατότητα εισόδου για την υποδοχή επισκεπτών που έρχονται με τουριστικό λεωφορείο ενώ μπορεί να προβλεφθεί και στάση αστικού λεωφορείου.

Τα δημιουργικά εργαστήρια: Πάνω από τον δρόμο όπου διατίθεται δημόσια γεωργική γη, δίπλα από το δημόσιο Κ.Τ.Ε.Ο. χωρίς να προβλέπεται προς το παρόν η εγκατάσταση κάποιας κατασκευής έχει θέμα «**Περιβάλλον και ανάπτυξη**». Το θέμα που επιλέχθηκε, συνδέεται άμεσα και με την πρόταση για μελλοντική χωροθέτηση δημιουργικών

εργαστηρίων στην έκταση του δημοσίου.

Το παλιό εργοστάσιο του Πελαργού: Το σημείο αυτό έχει τον τίτλο «Πελαργός». Στον υπαίθριο χώρο του εγκαταλειμμένου βιομηχανικού συγκροτήματος της βιομηχανίας τοποθετείται «**Χώρος στάσης/ενημέρωσης**». Επίσης, μετά από κυκλοφοριακή μελέτη μπορεί να σχεδιαστεί χώρος στάθμευσης εμπλουτισμένος με φυτεύσεις. Επισημαίνεται η ανάγκη ανασχεδιασμού του παλαιού εργοστασίου του Πελαργού για να στεγάσει δραστηριότητες που σχετίζονται με το κέντρο περιβαλλοντικής ενημέρωσης και εκπαίδευσης το οποίο παράλληλα θα υποστηρίζει τη λειτουργία της παραλιακής ζώνης.

Η ζωή στο υγρό στοιχείο: Προχωρώντας, συναντάμε την κατάληξη του «Ξεριά» ή «Πάνιτσα» και συνδέεται θεματικά τόσο με το Άργος όσο και με τον αρχαιολογικό χώρο Λέρνας, εστιάζοντας στη θεματική ενότητα «**Μυθολογία και Νερό**». Στο συγκεκριμένο χώρο θα τοποθετηθεί ένα «Περίπτερο Παρατηρητηρίου», το οποίο θα επιτρέπει την άμεση οπτική επαφή με το θαλάσσιο μέτωπο και τις εκβολές, προσφέρο-

ντας μια διαφορετική οπτική γωνία της παραλιακής ζώνης. Ο σταθμός αυτός στοχεύει στην ανάδειξη των υδροβίων οργανισμών και της βιοποικιλότητας που συναντάται στις παρυφές του κόλπου.

Η πύλη της Νέας Κίου: Λίγο πριν την είσοδο στον οικισμό της Νέας Κίου, έχοντας άμεση σύνδεση με την υφιστάμενο χώρο θέσεων στάθμευσης, την υφιστάμενη παιδική χαρά και τον διαμορφωμένο δημόσιο χώρο του παραλιακού μετώπου. Το σημείο αυτό αποκτά έναν ιδιαίτερο συμβολισμό. Εδώ σχεδιάζεται ένας «**Χώρος Στάσης και Ενημέρωσης**» με κεντρικό θέμα «**Περιβάλλον και πρόσφυγες**». Η επιλογή της τοποθεσίας δεν είναι τυχαία, καθώς επιδιώκει να συνδέσει τη φυσική διαδρομή με την ιστορική πορεία των ανθρώπων που κατοίκησαν και διαμόρφωσαν την περιοχή, προσφέροντας έναν χώρο αναστοχασμού για την εξέλιξη του παραλιακού μετώπου μέσα στον χρόνο.

Μονοπάτια και πεζογέφυρες

Η καρδιά της ανάπλασης χτυπά στο δίκτυο μονοπατιών και τις πεζογέφυρες. Η μελέτη στοχεύει στη δημιουργία ενός πλέγματος διασύνδεσης που θα λειτουργεί τόσο σε χωρικό όσο και σε νοπτικό επίπεδο. Οι πολίτες δεν θα περπατούν πλέον τυχαία, αλλά θα ακολουθούν διαδρομές που αναδεικνύουν τη φύση χωρίς να την καταπονούν. Στα σημεία που συναντώνται διαδοχικά αποστραγγιστικά κανάλια, θα κατασκευαστούν πεζογέφυρες μικρής κλίμακας κυμαινόμενου μήκους, ανάλογα με το σημείο τοποθέτησης. Ειδικά στο ρέμα Ραμαντάνι, θα κατασκευαστεί πεζογέφυρα μεγάλης κλίμακας

Η προστασία του περιβάλλοντος αναφέρεται ότι αποτελεί το «ευαγγέλιο» αυτού του έργου. Είναι σαφές από τα επίσημα έγγραφα ότι η παρέμβαση δεν χωροθετείται εντός προστατευόμενων περιοχών του δικτύου Natura 2000. Παρόλα αυτά, επειδή το έργο βρίσκεται εντός αρχαιολογικού χώρου, το Υπουργείο Πολιτισμού έχει θέσει αυστηρούς όρους για την υλοποίησή του. Ο στόχος είναι ξεκάθαρος: ανάδειξη και πρόσβαση με απόλυτο σεβασμό. Για τον κάτοικο του Ναυπλίου, του Άργους, της Νέας Κίου και των γύρω περιοχών, το έργο αυτό σημαίνει την επιστροφή στο παραλιακό μέτωπο. Στόχος είναι, η παραλιακή οδός να πάψει να είναι ένας επικίνδυνος δρόμος ταχείας κυκλοφορίας και μετατρέπεται σε έναν ζωντανό οργανισμό. Οι νέες υποδομές, από τα παρατηρητήρια έως τους χώρους εκδηλώσεων, προσφέρουν νέες δυνατότητες για την τοπική κοινωνία. Η απόφαση της 28ης Ιανουαρίου 2026 αποτελεί το θεμέλιο λίθο. Η Περιφέρεια Πελοποννήσου έχει πλέον τον οδικό χάρτη για να παραδώσει ένα έργο που θα αλλάξει την όψη της Αργολίδας.

Η Αργολίδα στην αιχμή της παγκόσμιας τεχνολογίας: Η «Μητροσύλης Α.Ε.» επενδύει στην Τεχνητή Νοημοσύνη

Εγκαινιάστηκε η νέα πρωτοποριακή γραμμή διαλογής εσπεριδοειδών παρουσία πολιτικών και τοπικών αρχών. Τεχνολογικό άλμα για την εξαγωγική δυναμική των προϊόντων του αργολικού κάμπου

Σε μια κίνηση που αλλάζει ριζικά τα δεδομένα στην επεξεργασία και εξαγωγή φρούτων για την περιοχή μας, η εταιρεία «Μητροσύλης Α.Ε.» εγκαινιάσε στις υπερσύγχρονες εγκαταστάσεις της τη νέα γραμμή επεξεργασίας εσπεριδοειδών. Η επένδυση αυτή ξεχωρίζει για την ενσωμάτωση τεχνολογίας Τεχνητής Νοημοσύνης (AI), τοποθετώντας την αργολική επιχείρηση στην παγκόσμια πρωτοπορία του κλάδου. Την τελετή του αγιασμού και τα εγκαίνια τίμησαν με την παρουσία τους ο Υφυπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων Γιάννης Ανδριανός, καθώς και οι Αντιπεριφερειάρχες Βασίλης Σιδέρης και Δημήτρης Σχοινοχωρίτης. Οι παρευρισκόμενοι, συνοδευόμενοι από εκπρόσωπο της Εκκλησίας για την τέλεση του παραδοσιακού αγιασμού, ξεναγήθηκαν στις εγκαταστάσεις και είδαν από κοντά τη λειτουργία των νέων μηχανημάτων.

Η «νοημοσύνη» πίσω από τη διαλογή

Η νέα γραμμή παραγωγής δεν αποτελεί απλώς έναν εκσυγχρονισμό, αλλά μια ουσιαστική αναβάθμιση της ποιότητας του ελληνικού φρούτου. Η χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης επιτρέπει τη βελτιστοποίηση της διαδικασίας διαλογής, εξασφαλίζοντας ότι μόνο οι καρποί που πληρούν τις αυστηρότερες προδιαγραφές θα παίρνουν τον δρόμο για τις διεθνείς αγορές. Στα νέα μηχανήματα, όπως το σύστημα OMRA AI που δεσπόζει στον χώρο, η τεχνολογία επιστρατεύεται για να αναβαθμίσει την ποιότητα και να ενισχύσει την εξαγωγική δυναμική της εταιρείας. Η επένδυση αυτή σε μηχανήματα αιχμής, σε συνδυασμό με το άρτια εκπαιδευμένο προσωπικό, δείχνει τον δρόμο για την επίτευξη υψηλών επιπέδων ποιότητας, ικανοποιώντας ακόμη και τα πιο απαιτητικά διεθνή πρότυπα. Όπως δήλωσε ο Υφυπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων Γιάννης Ανδριανός «Εγκαινιάσαμε χθες τις νέες εργοστασιακές εγκαταστάσεις της ΜΗΤΡΟΣΥΛΗΣ ΑΕ, μιας ελληνικής εταιρείας με βαθιές ρίζες στον τόπο μας και ισχυρό εξαγωγικό αποτύπωμα σε 50 χώρες. Η νέα σύγχρονη γραμμή επεξεργασίας εσπεριδοειδών, επένδυση άνω των 2 εκατ. ευρώ, αξιοποιεί τεχνολογία τεχνητής νοημοσύνης και ενισχύει την παραγωγικότητα, τη βιωσιμότητα και τη στήριξη των παραγωγών απέναντι στις προκλήσεις της κλιματικής αλλαγής. Η ελληνική αγροδιατροφή προχωρά μπροστά όταν η παράδοση συναντά την καινοτομία, με σεβασμό στον άνθρωπο, την εργασία και τον κόπο του παραγωγού».

Από το 1976 στο σήμερα

Η ιστορία της «Μητροσύλης Α.Ε.» ξεκινά το 1976, με την εταιρεία να ακολουθεί έκτοτε μια δυναμική πορεία στον χώρο της συσκευασίας και εξαγωγής νωπών φρούτων. Στην αφετηρία της, η κύρια δραστηριότητα



ήταν η εξαγωγή βερίκοκων. Με το πέρασμα των χρόνων, εδραίωσε την παρουσία της στα εσπεριδοειδή, τα σταφύλια και, πιο πρόσφατα, στα ακτινίδια.

Ο οικογενειακός χαρακτήρας της επιχείρησης αποτέλεσε το θεμέλιο για τη σταθερή της ανάπτυξη και την οικοδόμηση μιας σχέσης εμπιστοσύνης με τους πελάτες της.

Η εταιρεία λειτουργεί στην καρδιά της Αργολίδας, πολύ κοντά στην παραγωγική διαδικασία, διαθέτοντας ιδιόκτητες και μοντέρνες εγκαταστάσεις:

Συσκευαστήριο εσπεριδοειδών: Σε έκταση 10.000 τ.μ., με 4.500 τ.μ. στεγασμένους χώρους και ψυγεία χωρητικότητας 3.500 κ.μ.

Συσκευαστήριο λοιπών φρούτων: Ένας νέος



66
**Η χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης
επιτρέπει τη βελτιστοποίηση
της διαδικασίας διαλογής,
εξασφαλίζοντας ότι μόνο οι καρποί
που πληρούν τις αυστηρότερες
προδιαγραφές θα παίρνουν τον
δρόμο για τις διεθνείς αγορές**

σύγχρονος χώρος 11.000 τ.μ. (2.500 τ.μ. στεγασμένα) με ψυκτικούς θαλάμους 6.500 κ.μ. για σταφύλια, βερίκοκα και ακτινίδια.

Αποθηκευτικοί χώροι: Επιπλέον 2.000 τ.μ. στε-

γασμένων χώρων σε οικόπεδο 5.000 τ.μ.

Η «Μητροσύλης Α.Ε.» δεν περιορίζεται στα στενά όρια της ευρωπαϊκής αγοράς. Με όπλο την αξιοπιστία και τον συνεχή εκσυγχρονισμό, έχει κατακτήσει αγορές στην Κίνα, την Ινδία και τη Μέση Ανατολή.

Οι αριθμοί των εξαγωγών σε μια κανονική σεζόν αποτυπώνουν το μέγεθος της δραστηριότητας: 22.000 τόνοι πορτοκάλια, 4.500 τόνοι ακτινίδια, 3.000 τόνοι μανταρίνια και 3.000 τόνοι καρπούζια, 2.000 τόνοι σταφύλια και 1.000 τόνοι βερίκοκα.

Στόχος της εταιρείας παραμένει η παροχή προϊόντων που ανταποκρίνονται στις προσδοκίες των καταναλωτών για ποιότητα, γεύση και ασφάλεια τροφίμων, επιλέγοντας καρπούς υψηλής ποιότητας μέσα από μια προσεκτική επιλογή προμηθευτών.

Με δέσμευση στην ποιότητα και την ασφάλεια. Για τη «Μητροσύλης Α.Ε.», η επιχειρηματική επιτυχία είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την τήρηση αυστηρών προτύπων που διασφαλίζουν τον καταναλωτή και το περιβάλλον. Η στρατηγική της εταιρείας, όπως αποτυπώνεται στην επίσημη πολιτική της, επικεντρώνεται στους εξής βασικούς πυλώνες:

Απόλυτη Συμμόρφωση και Πρότυπα: Η εταιρεία δεσμεύεται για την πλήρη τήρηση των νομικών και θεσπισμένων απαιτήσεων σχετικά με την ασφάλεια, την υγιεινή και την ποιότητα των τροφίμων.

Προτεραιότητα στον Καταναλωτή: Η εστίαση στις ανάγκες του πελάτη μετατρέπεται σε συγκεκριμένες προδιαγραφές για την ποικιλία, τη γεύση και την ασφάλεια των φρούτων, με απώτερο σκοπό την οικοδόμηση σχέσης εμπιστοσύνης.

Αυστηρή Επιλογή Προμηθευτών: Η ανταπόκριση στις απαιτήσεις της αγοράς ξεκινά από το χωράφι, με την προσεκτική επιλογή προμηθευτών και καρπών υψηλής ποιότητας.

Συνεχής Βελτίωση και Καινοτομία: Στρατηγικός σκοπός είναι η διαρκής ανάπτυξη και η εισαγωγή νέων ή βελτιωμένων προϊόντων στην αγορά, διατηρώντας την εταιρεία στην κορυφή του κλάδου.

Επένδυση στο Ανθρώπινο Δυναμικό: Η διοίκηση διασφαλίζει ότι όλο το προσωπικό είναι κατάλληλα εκπαιδευμένο και συνεισφέρει ενεργά στην επίτευξη των ποιοτικών στόχων της επιχείρησης.

Η επένδυση της «Μητροσύλης Α.Ε.» αποτελεί ένα ηχηρό μήνυμα ότι η αγροτική παραγωγή της Αργολίδας μπορεί να πρωταγωνιστεί διεθνώς, όταν η παράδοση συναντά την τεχνολογία αιχμής. Η παρουσία της πολιτικής ηγεσίας στα εγκαίνια υπογραμμίζει τη σημασία τέτοιων ιδιωτικών πρωτοβουλιών για την τοπική οικονομία.

Ανακούφιση φυσικών αναγκών στο Άργος με 50 λεπτά

Νέες Βεσπασιανές

Κάποτε η πόλη του Άργους διέθετε τρεις δημοτικές τουαλέτες δωρεάν για τους δημότες και τους επισκέπτες της πόλης. Η πρώτη βρισκόταν στο Νοτιοδυτικό κατάστημα της Νεοκλασικής Αγοράς, η δεύτερη στο σημείο που βρίσκεται και η σημερινή στην πλατεία Πλαπούτα και η Τρίτη πίσω από την σημερινή παιδική χαρά στο κέντρο της πόλης. Η διαμόρφωση αρχικά του χώρου σε «θεατράκι» και στην συνέχεια σε «παιδική χαρά», έθαιπε στην κυριολεξία το WC οδηγώντας το στην αποξένωση και στην καταστροφή. Υποχρεωτική εκ των πραγμάτων ήταν και η παύση λειτουργίας της δημοτικής WC στην Νεοκλασική Αγορά, αφού η υπερχειλίση των ούρων πολλές φορές κατέληγε να ποτίζει το οδόστρωμα. Η Τρίτη WC, στο σημείο της σημερινής, επί δημαρχίας Καμπόσου έφτασε στην πλήρη εγκατάλειψη με σπασμένες λεκάνες και σωλήνες να τρέχουν παντού νερό. Ο κίνδυνος να τραυματιστεί κανείς ήταν υπαρκτός και η δημοτική αρχή, αφού δεν είχε σκοπό να την λειτουργήσει σωστά την έκλεισε. Έκτοτε οι πολίτες ήταν αναγκασμένοι να καταφεύγουν, με άσχημη διάθεση, για τις φυσικές τους ανάγκες στα περίξια καταστήματα υγειονομικού ενδιαφέροντος. Η κατάσταση ήταν κάτι παραπάνω από τραγική και αντικοινωνική, αφού οι πλαστικές WC κάθε άλλο από πρακτικές είναι, με τα ανθρώπινα περιττώματα να κολυμπούν στην λεκάνη με τα χημικά. Πολύ σωστά η σημερινή δημοτική



αρχή, έκανε το πρώτο βήμα, το αυτόνοτο σε κάθε πόλη που σέβεται τους κατοίκους και τους επισκέπτες της και ανακαίνισε την υπάρχουσα δημοτική τουαλέτα στην πλατεία Πλαπούτα. Όπως δήλωσε ο Δήμαρχος Άργους Μυκηνών Γιάννης Μαλτέζος: «Ξαναφτιάξαμε από την αρχή τις δημοτικές τουαλέτες στο Άργος, που βρισκόταν εκτός λειτουργίας και σε κακό χάλι για πάνω από 20 χρόνια. Ήταν ένα αίτημα των ανθρώπων της λαϊκής αγοράς που τους το είχαμε υποσχεθεί. Είναι αυτόνοτο άλλωστε, ότι σε μία πόλη θα πρέπει να υπάρχουν δημοτικές τουαλέτες, γι' αυτό και είχαμε τοποθετήσει προσωρινά χημικές τα τελευταία δύο χρόνια στην ίδια

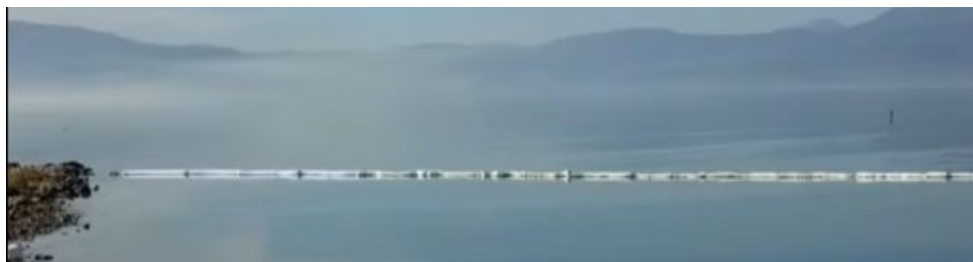


πλατεία. Σύντομα θα λειτουργήσει και μία τουαλέτα ΑΜΕΑ. -Θα υπάρχει μόνιμα άνθρωπος που θα μεριμνά για την καθαριότητα. -Θα τοποθετηθεί τουρνεϊκή στην είσοδο με ένα μικρό αντίτιμο (50 λεπτά) και -Τις βράδυνες ώρες θα είναι κλειστές για λόγους ασφαλείας. Πράγματι είναι ελπιδοφόρα και η πληροφορία του Δημάρχου ότι «Σύντομα θα λειτουργήσει και μία τουαλέτα ΑΜΕΑ», όμως θα έπρεπε να είχε δοθεί προτεραιότητα στα άτομα αυτά, όπως και στους ηλικιωμένους που αδυνατούν να κατέβουν τα σκαλοπάτια. Ας μη γκρινιάζουμε όμως, έγινε το πρώτο θετικό βήμα και ελπίζουμε να δοθεί σύντομα λύση για τα ΑμΕΑ. Το επόμενο ζήτημα είναι η χρήση τουρνεϊκής! δηλαδή ηλεκτρονικής μπάρας που θα ανοίγει με μία υποτυπώδη καταβολή 50λεπτών, όπως οι περισσότερες στο εξωτερικό, μόνο που εκεί τα εισοδήματα είναι διπλάσια των ελληνικών. Επομένως το 20λεπτά ίσως να ήταν πιο αποδεκτά. Από την άλλη πλευρά, τα χρήματα αυτά θα αποτελούν μέρος ουσιαστικό του μισθού του ατόμου που θα είναι υπεύθυνο για τον καθαρισμό του χώρου καθώς και για την αγορά καθαριστικών. Με το τέλος των εργασιών θα ακολουθήσει η διακόσμηση με αναρριχητικά φυτά τα οποία θα τοποθετηθούν γύρω από τις τουαλέτες σε καφασωτά, όπως τα σχεδίασε η αρχιτέκτονας του δήμου Άργους - Μυκηνών κα Βασιλική Ρέντα.

Άρχισε να λειτουργεί ο νέος αγωγός αποβλήτων του Βιολογικού

Έμειναν ατιμώρητες οι ρυπογόνες παράνομες συνδέσεις στον αγωγό του βιολογικού

Συνδέθηκε πλέον, μετά από χρόνια, ο Βιολογικός καθαρισμός με τον καινούργιο υποθαλάσσιο αγωγό λυμάτων ο οποίος οδηγεί τα επεξεργασμένα λύματα σε κατάλληλο βάθος θαλάσσης, όπως προβλέπουν οι προδιαγραφές του Βιολογικού. Ο προηγούμενος αγωγός για λόγους «οικονομίας», έτσι είχε ειπωθεί νομαρχεύοντος Δ. Σαραβάκου, είχε τοποθετηθεί πιο ρηχά με αποτέλεσμα να αποφράζεται η εκβολή του και να αναβλύζουν καθαρά και λιγότερο καθαρά λύματα από το φρεάτιο εκβολής στην παραλία της Δαλαμάναρης. Όπως σημειώνει ο Δήμαρχος Άργους- Μυκηνών Γιάννης Μαλτέζος «όλα τα προηγούμενα χρόνια τα λύματα έπεφταν στον Αργολικό κόλπο χύμα και επιφανειακά, μέσω του παλιού αγωγού στον οποίο είχαν συνδεθεί διάφοροι «άγνωστοι». Θυμόμαστε όλοι την κατάσταση που δημιουρ-



γούνταν και που δε τιμούσε τον τόπο μας. Τώρα που συνδέθηκε ο νέος αγωγός, ταπώθηκε ο παλιός και πλέον τα επεξεργασμένα λύματα που πληρούν τις σχετικές προδιαγραφές θα πέφτουν υποθαλάσσια σε βάθος, προστατεύοντας το περιβάλλον, χωρίς «παρεμβολές». Αυτό το έργο ξεκίνησε όταν ήμουν Αντιπεριφερειάρχης Αργολίδας και το παραλαμβάνω σήμερα που είμαι Δήμαρχος Άργους Μυκηνών

και γι αυτό η ικανοποίησή μου είναι ιδιαίτερη. Σε λίγο καιρό υλοποιείται και το μεγάλο έργο της αναβάθμισης της μονάδας του Βιολογικού καθώς και η μονάδα επεξεργασίας της λυματολάσπης προϋπολογισμού 5.800.000 Ευρώ. Μετά και από αυτό το έργο, όλο το σύστημα του βιολογικού θα λειτουργεί όπως πρέπει, με σεβασμό στον πολίτη και το περιβάλλον». Το ερώτημα βέβαια που τίθεται είναι τι γίνεται

με τους «άγνωστους» για τους οποίους κάνει λόγο ο Δήμαρχος Άργους οι οποίοι συνδέονταν παράνομα με τον αγωγό εκβολής του βιολογικού στην θάλασσα; Ο Δήμος Άργους- Μυκηνών παραδέχεται πλέον επίσημα ότι κάποιος παρανομούσαν διπλά. Αφ' ενός απέφευγαν να συνδεθούν με τον βιολογικό καθαρισμό και να πληρώσουν την διάθεση των λυμάτων τους, αφ' εταίρου ρύπαναν με την πράξη τους τον αργολικό κόλπο και συνέβαλαν στην μείωση των ψαριών και εν γένει στην ρύπανση του κόλπου με σοβαρές επιπτώσεις στο οικοσύστημα. Φυσικά «οι άγνωστοι», στους οποίους αναφέρεται ο κ. Μαλτέζος δεν μετέφεραν τα λύματά τους σε ντενεκέδες λαδιού, αλλά προφανώς ήταν συνδεδεμένοι με σωληνώσεις, οι οποίες θα μπορούσαν να οδηγήσουν στους παρανόμους.

Μαραθώνιος Ναυπλίου 2026

Μια πραγματική γιορτή αθλητισμού και πολιτισμού, που φέτος γιορτάζει τα 10 χρόνια! Ένας αγώνας για όλους! Ο αγώνας αποτελείται από τον Μαραθώνιο, Ημιμαραθώνιο, 5 km και 1km για τους μικρούς φίλους του αθλήματος. Η φιλόξενη πόλη του Ναυπλίου σας περιμένει όλους να ζήσετε και φέτος μοναδικές στιγμές και να δημιουργήσετε τις πιο όμορφες αναμνήσεις σας. Δήλωσε συμμετοχή ατομικά ή ομαδικά στο <https://www.athletin.gr/events/14> και κλείσε θέση στην εκκίνηση την Κυριακή 29 Μαρτίου! Καλή προετοιμασία! **ON.**

Ο άγιος Αναστάσιος

Κοιτώντας αυτή την εικόνα, δεν βλέπουμε μόνο ένα μαρτύριο από τα παλιά, αλλά την ίδια την ψυχή του Ναυπλίου. Ο Άγιος Αναστάσιος που δεν έσκυψε το κεφάλι μπροστά στην αδικία. Η θυσία του μεταφράζεται σε καθημερινό πείσμα για ζωή. Η εικόνα αποτυπώνει το σκληρό μαρτύριο του Αγίου Αναστασίου του Ναυπλιώτη. Ο Άγιος βρίσκεται πεσμένος στη γη, ντυμένος με σκούρα ενδύματα και περιτριγυρισμένος από τους διώκτες του, οι οποίοι εικονίζονται με ενδυμασίες της εποχής να τον βασανίζουν με ξύλα και αιχμηρά εργαλεία. Στο επάνω μέρος, ένας άγγελος εμφανίζεται μέσα από ένα φωτεινό σύννεφο, έτοιμος να του προσφέρει το ουράνιο στεφάνι της δόξας. Στο βάθος, το γαλάζιο της θάλασσας και η γραμμή του ορίζοντα παραπέμπουν στο λιμάνι του Ναυπλίου, τον τόπο όπου θυσιάστηκε. **Υ.Ζ.**



ιχνηλασίες

Σύσκεψη - ενημέρωση για το στρατόπεδο Ναυπλίου

Η πρωτοβουλία Πολιτών Ναυπλίου διοργανώνει σύσκεψη - ενημέρωση την Δευτέρα 9 Φεβρουαρίου στις 7μμ στην αίθουσα της ΠΕΔ στην οδό Κώνστα 12 στο Ναύπλιο, με αίτημα την ακύρωση του πρωτοκόλλου συνεργασίας Δήμου Ναυπλιέων και Ταμείου Εθνικής Αμυνας (Τ.ΕΘ.Α.).

Σύμφωνα με την Πρωτοβουλία Πολιτών Ναυπλίου, «με το Πρωτόκολλο Συναντίληψης και Συνεργασίας μεταξύ Δήμου Ναυπλιέων και Τ.ΕΘ.Α. προωθείται η εμπορική αξιοποίησή των 160 στρεμμάτων του στρατοπέδου μετατρέποντάς το σε «φιλέτο» real estate.

Ο Δήμος έχει αναλάβει μεγάλα οικονομικά βάρη, που ουσιαστικά θα πληρώσουν οι δημότες.

Το στρατόπεδο είναι δημόσια περιουσία και αναγκαία ανάσα για το μέλλον της πόλης του Ναυπλίου, δεν είναι επενδυτικό προϊόν.

Διεκδικούμε

- Ακύρωση του Πρωτοκόλλου Συναντίληψης και Συνεργασίας Δήμου-Τ.ΕΘ.Α.

- Όχι στην οικοπεδοποίηση του στρατοπέδου.

- Απόδοση του χώρου στον Δήμο Ναυπλιέων.

- Αξιοποίηση με κρατική χρηματοδότηση για τις ανάγκες του δήμου, πράσινο, άθληση, πολιτισμό, κοινωνικές και εκπαιδευτικές υποδομές».

Το Στρατόπεδο του Ναυπλίου προορίζεται για παραθεριστικές κατοικίες αξιωματικών, χωρίς ουσιαστικά να λαμβάνονται υπ' όψιν οι λειτουργικές ανάγκες των Ναυπλιωτών. Κάποια στιγμή θα πρέπει να σταματήσει το «κέρδος» να αποτελεί στόχευση και να δοθεί προτεραιότητα στις ανάγκες των τοπικών κοινωνιών. **AN**



Η πίτα της παράταξης ΠΑΜΕ ΑΛΛΙΩΣ

Με μεγάλη συμμετοχή και επιτυχία διοργανώθηκε η κοπή πίτας της παράταξης ΠΑΜΕ ΑΛΛΙΩΣ. Αρχικά τα μέλη και οι φίλοι της παράταξης ξεναγήθηκαν στον αρχαιολογικό χώρο των Μυκηνών και στο μουσείο Μυκηνών. Ο ξεναγός Βασίλης Παναγιωτόπουλος ζωντάνεψε μύθους και ιστορικά γεγονότα κατά την περιήγηση στους χώρους του μνημείου. Ακολούθησε η κοπή πίτας σε ταβέρνα στο Κουτσοπόδι. Η ανάδειξη των αρχαιολογικών μνημείων του δήμου, η μεταξύ τους διασύνδεση, το κόστος επίσκεψης είναι ζητήματα τα οποία σκοπεύει να αναδείξει η παράταξη ΠΑΜΕ ΑΛΛΙΩΣ. **ON**



3η Γιορτή Γκόγκας στο Άργος

Έκθεση τοπικών προϊόντων και παρασκευή γκόγκας... live, από μικρούς και μεγάλους! Με τον master chef Πάνο Ιωαννίδη.

Ευκαιρία να δοκιμάσετε κρασιά, τυριά, γκόγκες και γλυκά της Αργολίδας, να διασκεδάσετε παραδοσιακά με το μουσικό συγκρότημα «ΚΙΝΤΕΡΙΑ» και να χορέψετε μαζί με τα μέλη των χορευτικών συλλόγων! Σάββατο 14 Φεβρουαρίου στον Πεζόδρομο του Αρχαιολογικού Μουσείου στο Άργος, στις 6μμ.

Η ονομασία γκόγκα μάλλον προέρχεται από το σλαβικό gogol ή goga, το οποίο σημαίνει παράξενο ή αλλόκοτο πλάσμα. Ότι κι αν σημαίνει σήμερα σημαίνει ένα θαυμάσιο έδεσμα του Άργους. **AN**

Vita Civilis**Κείμενο για τα Ωνάσεια**

από «ΑΠΟΒΟΛΗ»

Το ελληνικό κράτος πρόκειται να προχωρήσει σε άλλη μια δραστική υποβάθμιση/ξεπούλημα της παιδείας και των υποδομών της με την ίδρυση των Ωνάσειων σχολείων. Κατ'επίφαση δημόσια (δηλαδή πληρώνει κυρίως το κράτος) πρότυπα σχολεία που αναμένεται να ιδρυθούν από την ελληνική κυβέρνηση σε συνεργασία και με «κρηματοδότηση» του υποτίθεται προοδευτικού ιδρύματος Ωνάση στη θέση ήδη υπάρχοντων δημοσίων σχολείων. Το κράτος προτιμά να δημιουργήσει ανταγωνιστικές, βαθμοθηρικές, ταξικές σχολικές μονάδες, η εισαγωγή στις οποίες γίνεται με αυστηρές εξετάσεις παρά να βελτιώσει τις υπάρχοντες σχολικές μονάδες και να προσφέρει ίσες ευκαιρίες στους μαθητές. Για μία ακόμη φορά δείχνει την αδιαφορία του για όσες οικογένειες δεν μπορούν να στηρίξουν οικονομικά με δίδακτρα σε φροντιστήρια ώστε το παιδί να μπορέσει να παραμείνει στο σχολείο στο οποίο ανήκει (και το οποίο του ανήκει).

Όλα αυτά στον βωμό των συμφερόντων ενός ιδιωτικού φορέα που τάχα ενδιαφέρθηκε για την δημόσια παιδεία ενώ στην πραγματικότητα κλέβει τις υπάρχουσες σχολικές μονάδες χωρίς να βάζει χέρι στην τσέπη για την δημιουργία δικών του υποδομών. Επιπλέον ποιος ξέρει τι συμφέροντα παίζουν και κάτω από το τραπέζι αφού στην Ελλάδα έχουμε συνηθίσει τα δημόσια έργα να κρύβουν πληθώρα οικονομικών σκανδάλων από πίσω. Μαθητές αναγκάζονται να αναζητήσουν νέα σχολική στέγη, όσο μακριά κι αν αυτή βρίσκεται, με τη παραμέληση που ήδη επικρατεί στα δημόσια σχολεία να αυξάνεται χωρίς να υπάρχει κάποια πρόβλεψη για την αντιμετώπιση της.

Δεν θα επιτρέψουμε την δημιουργία σύγχρονων σχολείων για τους λίγους «ικανούς» μαθητές ενώ οι υπόλοιποι θα στοιβάζονται σε υπεράριθμα τμήματα σε σχολεία που το κράτος αρνείται να κρηματοδοτήσει.

Το κράτος έχει την ευθύνη της επένδυσης για τη δημιουργία σχολείων με ασφαλείς και επαρκείς υποδομές, με καλά και σύγχρονα σχολεία για όλους, χωρίς ιδιώτες να έχουν το δικαίωμα να διαχειρίζονται δημόσια αγαθά μετατρέποντας τα σε ένα ακόμα εμπόρευμα. Δεν θα αφήσουμε εταιρείες να μπορούν να έρχονται και κυριολεκτικά να κλέβουν τα σχολεία.

ΠΑΣΟΚ: Ο Λουκάς Κούρος συντονιστής Νομαρχιακής

Ο Λουκάς Κούρος θα είναι ο Συντονιστής της ΝΟ.Ε.Σ. στην Αργολίδα ενόψει του συνεδρίου, όπως ανακοίνωσε το ΠΑ.ΣΟ.Κ - Κίνημα Αλλαγής. Ο Λουκάς Κούρος είναι συνταξιούχος καθηγητής Φυσικής Αγωγής και έχει διατελέσει Γραμματέας της Νομαρχιακής Επιτροπής του ΠΑ.ΣΟ.Κ στην Αργολίδα. (2013-2016) Για πολλά χρόνια εκλεγμένος στην αυτοδιοίκηση ως δημοτικός σύμβουλος, έχει διατελέσει επίσης αντιδήμαρχος του Δήμου Άργους και πρόεδρος της Δ.Ε.Υ.ΑΡ. Στις πρόσφατες περιφερειακές εκλογές του 2023 ήταν υποψήφιος με τον συνδυασμό του Δ. Κουτσούλη, όπου και ήταν πρώτος σε σταυρούς στο ψηφοδέλτιο της Αργολίδας. Αναπληρωτής συντονιστής



της ΝΟ.Ε.Σ. ορίστηκε ο δικηγόρος Παναγιώτης Στάπας από την Ερμιονίδα, ο οποίος είναι μέχρι και σήμερα αναπληρωτής γραμματέας της Νομαρχιακής Επιτροπής Αργολίδας του ΠΑ.ΣΟ.Κ. - Κινήματος Αλλαγής.

Παράλληλα ανακοινώθηκαν οι συντονιστές σε όλη την επικράτεια και ακολουθεί η συγκρότηση των ΝΟ.Ε.Σ., οι οποίες θα έχουν στόχο εξωστρεφείς δράσεις ενόψει του συνεδρίου που θα πραγματοποιηθεί 27-29 Μαρτίου, ανοικτή παρουσία και παρέμβαση στελεχών σε κάθε περιοχή, σε κάθε Δήμο, σε κάθε γωνιά σε όλη τη χώρα. Τις επόμενες ημέρες θα ανακοινωθεί η πλήρης σύνθεση της ΝΟ.Ε.Σ για τον νομό Αργολίδας.

Στη «μάχη» της ανακύκλωσης οι μαθητές

Σε πλήρη εξέλιξη βρίσκεται το 1ο Πανελλήνιο Σχολικό Πρωτάθλημα Ανακύκλωσης, μια πρωτοβουλία που φέρνει τη μαθητική κοινότητα της Αργολίδας στο επίκεντρο της προσπάθειας για ένα καθαρότερο περιβάλλον. Το πρωτάθλημα, το οποίο διοργανώνεται από την TEXAN, τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού καθώς και του Υπουργείου Περιβάλλοντος και Ενέργειας, στοχεύοντας στην ουσιαστική ευαισθητοποίηση των νέων γύρω από την κυκλική οικονομία.

Στους δρόμους και τις πλατείες των πόλεων, από το Άργος και το Ναύπλιο έως την Ερμιονίδα, τα γνώριμα πλέον «Πολυκέντρα» Ανακύκλωσης μετατρέπονται σε πεδία ευγενούς άμιλλας. Οι μαθητές των Γυμνασίων και των Λυκείων καλούνται να ανακυκλώσουν συσκευασίες από πλαστικό, μέταλλο και γυαλί, αποδεικνύοντας στην πράξη ότι η προστασία του πλανήτη δεν είναι θεωρία, αλλά καθημερινή δράση.

Η συμμετοχή στο πρωτάθλημα γίνεται μέσω των Ολοκληρωμένων



Κέντρων Ανταποδοτικής Ανακύκλωσης Υψηλής Τεχνολογίας. Πρόκειται για τα μηχανήματα που έχουν τοποθετηθεί σε στρατηγικά σημεία και επιτρέπουν την άμεση διαλογή των υλικών. Η διαδικασία είναι απλή και διαφανής: οι μαθητές επισκέπτονται τα σημεία, τοποθετούν τις συσκευασίες και λαμβάνουν το σχετικό αποδεικτικό συμμετοχής. Με αυτόν τον

τρόπο, η προσπάθεια κάθε σχολικής τάξης καταγράφεται και συγκεντρώνεται στην εθνική κατάταξη.

Το κίνητρο για τους μαθητές είναι ισχυρό, καθώς η TEXAN έχει προνοήσει για σημαντικά δώρα που θα αποδοθούν στις τάξεις με τις καλύτερες επιδόσεις. Σύμφωνα με τους όρους του διαγωνισμού, το πρώτο βραβείο για την τάξη που

θα συγκεντρώσει τις περισσότερες συσκευασίες πανελλαδικά είναι ένα δώρο υψηλής τεχνολογίας (tablet ή laptop) για κάθε μαθητή της νικήτριας τάξης. Επιπλέον, προβλέπονται και άλλα έπαθλα, όπως ταξίδια και ηλεκτρονικός εξοπλισμός, αναγνωρίζοντας έτσι τον χρόνο και την προσπάθεια που αφιερώνουν οι έφηβοι στην ανακύκλωση.

Η Περιφέρεια Πελοποννήσου συμμετάχει στην έκθεση Ferie For Alle 2026 στη Δανία

Η Περιφέρεια Πελοποννήσου, μέσω του Visit Peloponnese, προσκαλεί επαγγελματίες και φορείς του τουρισμού να εκπληρώσουν ενδιαφέρον για συμμετοχή στο πλαίσιο της διεθνούς τουριστικής έκθεσης Ferie For Alle 2026, η οποία θα πραγματοποιηθεί στο MCH Messecenter Herning, στη Δανία, από 20 έως 22 Φεβρουαρίου 2026.

Απ'τι πλευράς Περιφέρειας θα διατεθεί δικό της booth εντός του εθνικού περιπτέρου του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού (ΕΟΤ).

Η Ferie For Alle αποτελεί τη μεγαλύτερη ταξιδιωτική έκθεση της Σκανδιναβίας, με πάνω από 1.000 εκθέτες και σημαντική επισκεψιμότητα από ταξιδιώτες και επαγγελματίες από τη Δανία και ολόκληρη τη Σκανδιναβία.

Η έκθεση αποτελεί διεθνές σημείο συνάντησης για ταξιδιωτικές εμπειρίες, υπηρεσίες και προορισμούς, προσελκύοντας κάθε χρόνο χιλιάδες καταναλωτές με υψηλή ταξιδιωτική δαπάνη, γεγονός που την καθιστά

στρατηγικό εργαλείο προβολής για τον ελληνικό τουρισμό.

Οι σκανδιναβικές χώρες αποτελούν μία από τις κυρίαρχες αγορές για την Περιφέρεια Πελοποννήσου με ιδιαίτερη δυναμική:

-ιδιαίτερα ισχυρή παρουσία στη Βόρεια Πελοπόννησο, όπου παρατηρείται συνεχιζόμενη ζήτηση για ταξιδιωτικές εμπειρίες από τη Δανία και άλλες σκανδιναβικές χώρες

-αυξανόμενο ενδιαφέρον για ταξιδιώτες στη Νότια Πελοπόννησο, με

βάση προγράμματα και πλαίσια συνεργασίας μεγάλων tour operators

Η παρουσία στην έκθεση Ferie For Alle ενισχύει την προβολή του προορισμού στο σύνολο της σκανδιναβικής αγοράς, με άμεση επαφή με το καταναλωτικό κοινό και τους βασικούς επαγγελματίες παράγοντες της βόρειας Ευρώπης.

Σύμφωνα με τον Αντιπεριφερειάρχη Τουρισμού, Θάνο Μιχαλόγγονα:

«Η συμμετοχή της Περιφέρειας Πελοποννήσου στην έκθεση Ferie For

Alle αποτελεί στρατηγική επιλογή στο πλαίσιο της ενίσχυσης της παρουσίας μας στη Σκανδιναβική αγορά, με έμφαση στη Δανία και τις γειτονικές Ευρωπαϊκές χώρες. Η έκθεση αυτή είναι μια εξαιρετική πλατφόρμα για να αναδείξουμε τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της Πελοποννήσου, με ιδιαίτερη στόχευση στις δυναμικές αγορές της Βόρειας Ευρώπης. Συνεχίζουμε να προβάλλουμε την Πελοπόννησο με συνέπεια στο όραμα του Περιφερειάρχη Δημήτρη Πτωχού».

Βυθίστηκε σκάφος στο Βιβάρι

Συναγερμός σήμανε το πρωί της Δευτέρας, στη θαλάσσια περιοχή του Βιβαρίου, όταν ερασιτεχνικό σκάφος βρέθηκε ημιβυθισμένο υπό αδιευκρίνιστες συνθήκες. Η Λιμενική Αρχή Ναυπλίου αντέδρασε ακαριαία, θέτοντας σε εφαρμογή το τοπικό σχέδιο έκτακτης ανάγκης για τη διασφάλιση της ναυσιπλοΐας. Στο σημείο έσπευσε άμεσα περιπολικό σκάφος του Λιμενικού Σώματος, στελέχη του οποίου προχώρησαν σε ενδελεχή έλεγχο της περιοχής. Ευτυχώς, από το περιστατικό δεν διαπιστώθηκε θαλάσσια ρύπανση, αποτρέποντας έτσι μια ενδεχόμενη περιβαλλοντική υποβάθμιση του γραφικού όρους. Οι αρχές παραμένουν σε εγρήγορση για την πλήρη ανασυρση του σκάφους και τη διερεύνηση των αιτιών που οδήγησαν στην εισροή υδάτων. Η άμεση κινητοποίηση απέδειξε την ετοιμότητα του μηχανισμού σε θέματα προστασίας του θαλάσσιου μετώπου της Αργολίδας.

**Τιμές στον Ποιούχο Άγιο Αναστάσιο**

Με τη δέουσα λαμπρότητα και κατάνυξη, το Ναύπλιο τίμησε τη μνήμη του Προστάτη του, Αγίου Αναστασίου του Νεομάρτυρα. Οι φετινές εκδηλώσεις κορυφώθηκαν με την Πολυαρχιερατική Θεία Λειτουργία και τη λιτάνευση της Ιεράς Εικόνας στους κεντρικούς δρόμους, παρουσία πλήθους πιστών και εκπροσώπων των τοπικών αρχών. Η πόλη απέδωσε φόρο τιμής στον γηγενή ζωγράφο που το 1655 επέλεξε τον δρόμο της θυσίας, αρνούμενος τον βίαιο εξισλαμισμό του. Παρά τα μαρτύρια, ο Άγιος Αναστάσιος παρέμεινε ακλόνητος στην πίστη του, βρίσκοντας τραγικό αλλά ηρωικό θάνατο από τον μαινόμενο όχλο. Από το 1935, η 1η Φεβρουαρίου αποτελεί επίσημη αργία για το Ναύπλιο, διατηρώντας ζωντανή τη σύνδεση της ιστορικής πρωτεύουσας με τον προστάτη της. Η συμμετοχή των πολιτών υπογράμμισε για ακόμη μια φορά τον ισχυρό δεσμό της τοπικής κοινωνίας με την παράδοση και την πνευματική της κληρονομιά.

Η ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΠΟΥ ΠΕΡΑΣΕ

Βιντεοσκοπούσε το δικαστήριο

Αντιμέτωπος με τις συνέπειες του νόμου βρέθηκε ένας 64χρονος ημεδαπός, ο οποίος συνελήφθη το μεσημέρι της Παρασκευής, 30 Ιανουαρίου, εντός του δικαστικού μεγάρου Ναυπλίου. Ο άνδρας εντοπίστηκε από αστυνομικούς του Τμήματος Δίωξης και Εξιχνίασης Εγκλημάτων να καταγράφει παράνομα τη διαδικασία με το κινητό του τηλέφωνο, την ώρα που συνεδρίαζε το Τριμελές Πλημμελειοδικείο.

Η πράξη αυτή παραβιάζει ρητά τη νομοθεσία περί προστασίας των προσωπικών δεδομένων και της ομαλής διεξαγωγής της δίκης, καθώς η βιντεοσκόπηση εντός της αίθουσας απαγορεύεται αυστηρά χωρίς ειδική άδεια. Οι αρχές προχώρησαν στην άμεση σύλληψή του και στον σχηματισμό της σχετικής δικογραφίας.

Η πυραυλάκατος «Ρουσσέν» στο Ναύπλιο

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον και εθνική υπερηφάνεια προκάλεσε η παρουσία της πυραυλάκατος (ΤΠΚ) «Ρουσσέν» στο λιμάνι του Ναυπλίου. Το επιβλητικό σκάφος του Πολεμικού Ναυτικού κατέπλευσε στο Ναύπλιο στο πλαίσιο προγραμματισμένης επιχειρησιακής παρουσίας στον Αργολικό κόλπο. Η «Ρουσσέν», κλάσης Super Vita, αποτελεί μία από τις πλέον σύγχρονες μονάδες του στόλου μας, εξοπλισμένη με προηγμένα οπτικά συστήματα. Η εικόνα του πολεμικού πλοίου με φόντο το Μπούρτζι μαγνήτισε τα βλέμματα κατοίκων και επισκεπτών, οι οποίοι έσπευσαν να απαθανάτισουν τον εντυπωσιακό απόπλου του. Το πλοίο, που φέρει το όνομα του ήρωα του Β' Παγκοσμίου Πολέμου, Νικολάου Ρουσσέν, αναχώρησε σήμερα, ενισχύοντας με την παρουσία του το αίσθημα ασφάλειας και αναδεικνύοντας τη διαρκή ετοιμότητα του Πολεμικού μας Ναυτικού στις ελληνικές θάλασσες.

Μουσική διάκριση στο Εθνικό Ωδείο Κρανιδίου

Μια σπουδαία επιτυχία για τον πολιτισμό της Ερμιονίδας καταγράφηκε στο Εθνικό Ωδείο Κρανιδίου, με τη σπουδάστρια Δόμνα Παπαδημητρίου να κατακτά το Πτυχίο Πιάνου με Άριστα και το σπάνιο Δικαίωμα Δεξιοτεχνίας. Η διάκριση αυτή αποτελεί το επιστέγασμα πολυετούς μελέτης, αφοσίωσης και αδιαμφισβήτητου ταλέντου, επιβεβαιώνοντας το υψηλό καλλιτεχνικό επίπεδο της νεαρής πιανίστριας. Το Ωδείο εξέφρασε τα θερμά του συγχαρητήρια τόσο στη σπουδάστρια όσο και στην καθηγήτριά της, Βικτώρια Βούρτσπ, η οποία καθοδήγησε μεθοδικά τη Δόμνα προς αυτή την κορυφαία ακαδημαϊκή επίδοση. Η απονομή του δικαιώματος δεξιοτεχνίας ανοίγει νέους ορίζοντες για μια λαμπρή καριέρα στον κόσμο της μουσικής, αναδεικνύοντας παράλληλα τη σημαντική δουλειά.

Στο Συμβούλιο Νέων 2 μαθήτριες της Αργολίδας

Σημαντική διάκριση για τη μαθητική κοινότητα της Αργολίδας αποτελεί η επιλογή δύο μαθητριών του ΓΕΛ Λυγουριού στο 2ο Περιφερειακό Συμβούλιο Νέων Πελοποννήσου. Η Σοφία Καλαματιανού εξελέγη τακτικό μέλος, καταλαμβάνοντας την εντυπωσιακή 4η θέση στη συνολική βαθμολογία, ενώ η Ράνια Νικολάκη αναδείχθηκε αναπληρωματικό μέλος. Η επιλογή τους προέκυψε μετά από απαιτητικό γραπτό διαγωνισμό στο Άργος, όπου οι μαθήτριες της Α' Λυκείου διέπρεψαν στην κριτική σκέψη και τη γνώση γύρω από τα κοινά. Η διευθύντρια του σχολείου, Σοφία Σαρρή, συνεχάρη θερμά τις μαθήτριες, υπογραμμίζοντας το υψηλό επίπεδο του σχολείου. Ο πρωτοποριακός αυτός θεσμός δίνει ουσιαστική φωνή στη νεολαία, επιτρέποντας στους νέους να καταθέτουν προτάσεις και να συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση του μέλλοντος της Περιφέρειας, ενισχύοντας τις αξίες της συμμετοχικής δημοκρατίας.

Ο Μητροπολίτης Αργολίδας στο ΕΠΑΛ Ναυπλίου

Μια ξεχωριστή εμπειρία βίωσε η σχολική κοινότητα του 1ου ΕΠΑΛ Ναυπλίου την 30ή Ιανουαρίου, ανήμερα της εορτής των Τριών Ιεραρχών. Ο Μητροπολίτης Αργολίδας Νεκτάριος επισκέφθηκε το σχολείο, τιμώντας τους προστάτες των γραμμάτων με έναν τρόπο άμεσο και ουσιαστικό. Μακριά από τυπικούς λόγους, ο Σεβασμιότατος απευθύνθηκε στους μαθητές με μια ομιλία προσαρμοσμένη στη σύγχρονη πραγματικότητα, εστιάζοντας στις αξίες του σεβασμού και της παιδείας. Ακολούθησε ένας ζωντανός, ανοιχτός διάλογος, στον οποίο ο κ. Νεκτάριος απάντησε με απλότητα στους προβληματισμούς των νέων, καταρρίπτοντας κάθε απόσταση. Η επίσκεψη ολοκληρώθηκε με μια συμβολική κίνηση υψηλής σημασίας: ο Μητροπολίτης προσέφερε σε κάθε μαθητή ένα βιβλίο, ενθαρρύνοντας τη φιλανθρωπία ως όπλο γνώσης. Η δράση αυτή άφησε τις καλύτερες εντυπώσεις, αναδεικνύοντας τη σημασία της πνευματικής καλλιέργειας εντός του τεχνικού λυκείου.

Απινιδωτές: Δίκτυο προστασίας στην Αργολίδα

Σε μια ουσιαστική κίνηση για την ενίσχυση της δημόσιας υγείας προχώρησε η Περιφέρεια Πελοποννήσου, με τον Περιφερειάρχη Δημήτρη Πτωκό να παραδίδει έξι αυτόματους εξωτερικούς απινιδωτές (AED) σε συλλόγους και δομές της Αργολίδας. Η δράση αποτελεί μέρος ενός ευρύτερου σχεδιασμού που περιλαμβάνει συνολικά 36 συσκευές σε όλη την επικράτεια της Περιφέρειας. Ο κ. Πτωκός υπογράμμισε τη σημασία της πρόληψης, τονίζοντας πως η επένδυση σε εξοπλισμό που σώζει ζωές είναι προτεραιότητα. «Κάνουμε βήματα για ένα ισχυρό δίκτυο προστασίας», δήλωσε χαρακτηριστικά, εστιάζοντας στην ανάγκη άμεσης παρέμβασης σε χώρους άθλησης και συνάθροισης. Η πρωτοβουλία αυτή αναβαθμίζει το επίπεδο ασφάλειας των πολιτών, διασφαλίζοντας ότι η κρίσιμη βοήθεια θα είναι διαθέσιμη τη στιγμή που ο χρόνος μετράει αντίστροφα.

Στο Harvard οι μαθητές του Ναυπλίου

Μια ξεχωριστή εκπαιδευτική εμπειρία έζησαν οι μαθητές του 1ου ΓΕΛ Ναυπλίου, επισκεπτόμενοι το Κέντρο Ελληνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Harvard στην πόλη. Η επίσκεψη, που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του επαγγελματικού προσανατολισμού, έδωσε την ευκαιρία στη νεολαία να γνωρίσει από κοντά το έργο ενός διεθνούς φήμης ακαδημαϊκού ιδρύματος. Υπό τον συντονισμό του καθηγητή Νίκου Αντωνόπουλου, οι μαθητές ενημερώθηκαν από την υπεύθυνη του παραρτήματος Ματίνα Γκόγκα, για τα ερευνητικά προγράμματα και τις δυνατότητες σπουδών που προσφέρονται. Μέσα από τον διάλογο και τις παρουσιάσεις, τα παιδιά διεύρυναν τους πνευματικούς τους ορίζοντες, συνδέοντας τη σχολική γνώση με την παγκόσμια επιστημονική έρευνα. Τέτοιες πρωτοβουλίες ενισχύουν τις φιλοδοξίες των μαθητών, αναδεικνύοντας το Ναύπλιο ως σταυροδρόμι πολιτισμού και ανώτατης εκπαίδευσης, προσφέροντας πολύτιμα εφόδια για το μελλοντικό τους ξεκίνημα.

του Βασίλη
Καπετάνιου



Η απέναντι όχθη

Ιστορίες του Μιχάλη 2 : Εμείς και ο χάρος... όποιος φτάσει πρώτος!



Μεγαλωμένος σε δύσκολα χρόνια δεν είχε το γέλιο εύκολο. Η σκληρή βιοπάλη τον δασκάλεψε την υπομονή, την επιμονή και το μισό χαμόγελο, διαγώνια προς τα πάνω.

Ο Γιώργης τέλειωσε άλλη μια αυλακιά οργώματος με επιδεξιότητα οδηγού αγώνων έστριψε το βαρύ όχημα. Η εξάτμιση πίσω του ξερνούσε κουρασμένο μαύρο καπνό. Με μάτι έμπειρου αρχαίου γεωμέτρη έλεγξε την δουλειά του. Όλα μια ευθεία γραμμή. Με μια λοξή ματιά και ένα ανασήκωμα στη δεξιά πλευρά των χειλιών επιβράβευσε τον εαυτό του.

Μεγαλωμένος σε δύσκολα χρόνια δεν είχε το γέλιο εύκολο. Η σκληρή βιοπάλη τον δασκάλεψε την υπομονή, την επιμονή και το μισό χαμόγελο, διαγώνια προς τα πάνω.

Δεν το έβαζε ποτέ κάτω, αλλά και ποτέ δεν καυχιόταν ότι κατέκτησε την κορυφή. Με μια Καζαντζάκεια λογική όταν σκαρφάλωνε σε ένα στόχο – σκοπό με μια λοξή ματιά κοιτούσε την επόμενη κορυφή που δεν είχε φτάσει ακόμα.

Έτριψε τα χέρια του και πάνοντας το τιμόνι οδηγώντας βουστοροφηδόν ετοιμάστηκε να οργώσει άλλη μια αλφαιδιασμένη αυλακιά. Μισόκλεισε τα μάτια, στο νου παρά τον θόρυβο άκουγε βαθιές, βαριές ανάσες κλαρίνου να καλωσορίζουν την πορφυρή ανατολή. Στο θόλο του κρανίου του προβάλλονταν εικόνες περασμένων δεκαετιών. Νέος, παιδί σχεδόν ακόμα όργωνε τα ίδια χώματα σπρώχνοντας βαρύ αλέτρι με την βοήθεια ζώων. Με τέτοιες εικόνες του παρελθόντος, με εγκεφαλικό ήχο κλαρίνου έφτασε στο τέλος της αυλακιάς.

Εκεί κάτω από τον ίσιο μιας γέρικης ελιάς, με το δεξί χέρι προέκτασε στο γέισο της τραγιάσκας για να τον προστατεύει από την αντηλιά, τον περίμενε ο πρωτοξάδελφος του. Ξαδέλφια ήταν κατά το βαθμό συγγένειας, στην πραγματικότητα σιαμαία αδελφία ήταν, ο ένας απαραίτητη βιολογική προέκταση του άλλου.

-Γιώργη, θα πάμε Αθήνα σήμερα;

-Ναι.

-Οι δυο μας;

-Όχι, θα μας πάει ο Μιχάλης, ξέρει καλύτερα τους δρόμους εκεί στην Κηφισιάς.

Ο Μιχάλης είναι ο γιός του. Μια γενετική επιβεβαίωση ότι κάποιες συνήθειες κληρονομούνται.

Γιος γεννημένος για κλαρίνο και τιμόνι! Σε ράλι τρακτέρ ο Σουμάχερ θα έβλεπε την σκόνη του, ενώ μερόνυχτα χωρίς να κουνηθεί μπορούσε να ακούει κλαρίνο.

Ξαφνικά ο πρωτοξάδελφος κέρωσε, πάνασε.

-Ε, ξαδελφάκι τι έπαθες; Ο Γιώργης έσβησε το τρακτέρ και αυτό λες και κατάλαβε την αγωνία του ξεφύσισε πνιχτό καπνό αθόρυβα.

-Κοίτα αριστερά σου!

Ο Γιώργης γύρισε. Δυο τυλιγμένα φιδόπουλα καίρονταν τον πρωτοκαλοκαιρινό έρωτά τους.

-Ε, φίδια είναι η εποχή τους για ζευγάρι. Τα ντρέπεται ή ζηλεύεις;

Ο τρακτεράτος Γιώργης τον κοίταξε με μια μισόκλειστη πονηρή ματιά και το γνωστό μισό του χαμόγελο.

-Η μακαρίτισσα η μάνα μου έλεγε ότι αν δεις τυλιγμένα φίδια δεν είναι καλό σημάδι.

-Σε γιατρό θα πάω το απόγευμα, δες το σαν καλό σημάδι. Ένα τέτοιο σήμα δεν έχει και ο γιατρός έξω από το ιατρείο του;

Ο Γιώργης έκανε προσεχτική αναστροφή για να μην ενοχλήσει τα φίδια και ετοιμάστηκε για την επόμενη οργωτική διαδρομή, ενώ τα τυλιγμένα φίδια συνέχισαν το οργανικό ταξιδιάρικο ζευγάρι.

Το απομεινόμενο ξεκίνησαν για Αθήνα.

Ο Μιχάλης οδηγούσε στην Αθήνα λες και έκανε παιδί ποδήλατο στα δρομάκια του χωριού του. Με αρχέγονο ένστικτο οδηγού – κυνηγού αυξομείωνε το γκάζι ώστε να βρίσκει πράσινο το επόμενο φανάρι. Μόνο με δυο κόκκινα σταματήματα έφτασαν στο ιατρείο του μεγαλογιατρού.

Ο ξάδελφος όταν έφτασαν στην κεντρική είσοδο έριξε μια εξεταστική ματιά στην μεγάλη γυάλινη πινακίδα με το ιατρικό σήμα. Δυο τυλιγμένα φίδια σε ένα μπαστού-

νι. Με καλλιτεχνική αυθαιρεσία παραλλαγμένη η ιερή ράβδος του Ασκληπιού. Στο νου του οι πρωινές εικόνες από τον οιωνό των ζευγαρωμένων φιδιών.

-Γιώργη δίκιο είχες για τα φίδια!

-Πρόσεξε, γιατί τα ιατρικά, τα γυάλινα δαγκώνουν!

-Όλοι μαζί είστε;

-Όπως και την άλλη φορά γιατρέ! Εμείς οι τρεις πάμε πακέτο!

-Καθίστε.

Εκείνη την στιγμή μια βραχνή καμπάνα από την διπλανή εκκλησία χτύπησε με ένα μακάβριο τόνο έξι φορές την ώρα.

Ο ξάδελφος ταραχτηκε, ανατρίχιασε, ταρακουνήθηκε από την θέση του σαν να του έδωσε μπαστουνά ο αρ-

λούσε θείκη τιμωρία.

-Ε, ξάδελφε σίκω, φεύγουμε!

Σπκώθηκε, υπάκουα, μηχανικά, άβουλα σαν υπνωτισμένος.

Βγαίνοντας από την κεντρική πόρτα πρόσεξε πάλι το φωδωτό ιατρικό σήμα. Το ρεύμα αέρα που δημιουργήσε το απότομο φωτοκυτταρικό άνοιγμα της πόρτας τον συνέφερε.

-Α ρε μάνα, δίκιο είχες για τα τυλιγμένα φίδια! Σιγομουρμούρισε.

Μπήκαν αμίλητοι στο αμάξι. Τα νέα δεν ήταν δυσάρεστα αλλά δεν ήταν και ευχάριστα, έπρεπε να γίνει ένα βαρύ σοβαρό χειρουργείο.

Ο Μιχάλης προς το παρόν έχασε το αρχέγονο ένστικτο του οδηγού – κυνηγού, τους έπιασαν όλα τα φανάρια μέχρι να βγουν στην Αθηνών – Κορίνθου.

Αμίλητοι και χωρίς μουσική στο ακριβό ηχοσύστημα έφτασαν στον Ισθμό της Κορίνθου.

Όταν πέρασαν τον Ισμό, ο πατέρας έριξε μέσα στο στόμα του θηρίου μια κασέτα ήχου. Κρυστάλλινοι ήχοι κλαρίνου βγήκαν από τα πνεύματα. Ο Μιχάλης δυνάμωσε τον ήχο και πάτησε το γκάζι. Ανακουφιστικά ξεφύσισε την στενοχώρια του.

Πατέρας και γιος κοιτάχτηκαν με νόημα. Συνεννοήθηκαν με τα μάτια.

-Ξέρεις που πάμε!

Ο γιος δεν απάντησε αλλά έστριψε το τιμόνι επιλέγοντας τον δρόμο που επιθυμούσε ο πατέρας. Ο ξάδελφος στο πίσω κάθισμα κατάλαβε ότι άλλαξαν πορεία.

-Γιώργη, πού πάμε;

-Εμείς και ο χάρος... όποιος φτάσει πρώτος!

-Μιχάλη, που πάμε;

-Στο Στεφάνι.

-Τι να κάνουμε εκεί;

-Τραγουδάει η Τζαβέλα, έχει πανηγύρι.

Ο ξάδελφος κατάλαβε, Τζαβέλα ήταν η Φιλιά Πυργάκη αγαπημένη τραγουδίστρια του Γιώργη και γνωστή του.

Έφτασαν, η τραγουδίστρια στα κέφια της: «Σαν περπατάς παραπατάς». Είδε την παρέα των τριών, τους αναγνώρισε. Με το χέρι που δεν κρατούσε μικρόφωνο έκανε νόημα στα γκαρσόνια να βρουν ένα καλό τραπέζι για τους νεοφερμένους και να τους περιποιηθούν.

Τους πήγαν στο τραπέζι.

-Η κυρία Φιλιά είπε...

Το γκαρσόνι δεν πρόλαβε να τελειώσει την κουβέντα του. Ο Γιώργης με μια αργή θορυβώδη κίνηση απίθωσε στο τσίγκινο τραπέζι, στρωμένο με χάρτινο τραπεζομάντιλο, ένα μεγάλο τούβλο χάρτινους Κολοκοτρώνηδες. Όταν είδε τόσα κολλαριστά πεντοχιλίαρα ο σερβιτόρος έχασε τη λαλιά του.

-Πόσα τραπέζια έχει το πανηγύρι;

-Σαράντα κύριε.

-Κερασμένα από το Γιώργη, στην υγιά μου πες τους. Τα υπόλοιπα στα όργανα!

Τελικά στο μαρμαρένιο αλώνι του πανηγυριού ο Διγενής – Γιώργης έφτασε και γύρισε πρώτος...

Ζει μαζί με τα παιδιά και τα εγγόνια του.

***Η ιστορία πέρα από τα φανταστικά στοιχεία σπρίχθηκε σε πραγματικά γεγονότα, μας τα επικοινωνήσε ο Μιχάλης. Στο νου την πυροδότησε η φράση του άγνωστου σε μένα πατέρα του Γιώργη: Εμείς και ο χάρος... όποιος φτάσει πρώτος.**



Εμείς και ο χάρος... όποιος φτάσει πρώτος!

χαιός μάντης Τειρεσίας ενώ ερμήνευε του οιωνούς. Ο γιατρός μεγάλο μαχαίρι του λαιμού και της ανθρώπινης ψυχής. Τον Γιώργη τον είχε κόψει για άνθρωπο που θέλει τις αλήθειες γυμνές χωρίς περιττά, καθουσιαστικά στολίδια και υποσχετικά λόγια πιθανής ίασης. Χωρίς περιστροφές μπήκε κατευθείαν στο ψυτό. Η καμπάνα έδωσε τον τελευταίο της ήχο και έκανε πάσα στο γιατρό.

-Γιώργη, για να μην χτυπήσει σύντομα για σένα η καμπάνα, ετοιμάσου για μαχαίρι. Οι εξετάσεις έδειξαν ότι ο όγκος μεγάλωσε αλλά είναι χειρουργήσιμος. Σκέψου το και τα λέμε.

Ο ασθενής δεν είπε τίποτα στον γιατρό. Από το βλέμμα του φάνηκε ότι άκουσε κάτι που μέσα του γνώριζε ότι θα ακούσει.

Πατέρας και γιος σπκώθηκαν ταυτόχρονα. Ο σιαμαίος ξάδελφος έμεινε βιδωμένος στην καρέκλα με το βλέμμα απλανές και τα χέρια ανοιχτά, λες και του πέταξε ο αρχαίος συντοπίτης του ο Σίσυφος την πέτρα που κουβα-

Η ενεργειακή «ακτινογραφία» της Πελοποννήσου

Σταθερότητα σε μια αγορά που ανεβάζει ταχύτητα

Η δημοσιοποίηση των στοιχείων της ΕΛΣΤΑΤ για την κατανάλωση πετρελαιοειδών το 2024, στις 28 Ιανουαρίου 2026, προσφέρει κάτι παραπάνω από απλούς αριθμούς. Παρέχει έναν καθαρό καθρέφτη της οικονομικής δραστηριότητας στην ελληνική επικράτεια και, ειδικότερα, στην Περιφέρεια Πελοποννήσου. Σε μια χρονιά όπου η ενεργειακή κρίση φαίνεται να δίνει τη θέση της σε μια νέα κανονικότητα, η Πελοπόννησος αναδεικνύεται σε έναν από τους πιο αξιόπιστους «τροχούς» της εθνικής οικονομικής μηχανής.

Πριν εστιάσουμε στην Πελοπόννησο, είναι απαραίτητο να κατανοήσουμε το εθνικό πλαίσιο. Το 2024 η συνολική ζήτηση για καύσιμα στην Ελλάδα κινήθηκε ανοδικά, με την κατανάλωση να φτάνει τους 7.029.109 μετρικούς τόνους, σημειώνοντας αύξηση 2,8% σε σχέση με το προηγούμενο έτος. Η άνοδος αυτή αντανάκλα την ενίσχυση του τουρισμού, την τόνωση της εσωτερικής αγοράς και την αυξημένη κίνηση στους εθνικούς οδικούς άξονες. Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η Πελοπόννησος επιβεβαίωσε τον ρόλο της ως κομβικός περιφερειακός παίκτης. Με μερίδιο 5,9% επί του συνόλου της εθνικής κατανάλωσης, η Περιφέρεια διατήρησε μια αξιοσημείωτη σταθερότητα (το 2023 το ποσοστό ήταν 6,0%). Αυτή η οριακή διακύμανση υποδηλώνει ότι οι ανάγκες της περιοχής, από τις μεταφορές και τη θέρμανση έως την απαιτητική αγροτική παραγωγή, ακολουθούν τους ρυθμούς της υπόλοιπης χώρας χωρίς τις βίαιες αυξομειώσεις που συναντά-

Πίνακας 1: Κατανάλωση πετρελαιοειδών ανά κατηγορία, 2017-2024* (σε μετρικούς τόνους)

Κατηγορία Περιφέρειας	2017	2018	2019**	2020	2021	2022	2023	2024*	2018/2017 (%)	2019/2018 (%)	2020/2019 (%)	2021/2020 (%)	2022/2021 (%)	2023/2022 (%)	2024*/2023 (%)
Βενζίνη αμόλυβδη	2.219.765	2.217.699	2.032.796	1.508.116	1.648.805	1.734.775	1.766.884	1.799.408	-2,8	**	-22,9	5,1	5,2	1,9	1,8
Βενζίνη αμόλυβδη 98/100	125.414	133.649	146.044	331.771	376.812	329.544	373.138	391.355	6,6	**	34,8	13,6	-15,2	16,8	4,9
Βενζίνη αμόλυβδη	680	405	281	192	57	-	-	-	-40,4	**	-31,5	-70,2	-	-	-
Πετρέλαιο θέρμανσης	1.172.142	968.723	1.082.152	1.246.829	1.038.981	1.170.082	785.621	805.239	-17,4	11,7	15,2	-16,7	12,6	-32,9	2,5
Πετρέλαιο κίνησης	2.626.117	2.694.420	2.730.084	2.553.574	2.657.533	2.812.882	2.871.551	2.978.461	2,6	1,3	-6,5	4,1	5,8	2,1	3,7
Μαζούτι κεντρικού θέρμανσης	371.848	390.314	372.678	403.328	363.762	375.210	385.291	391.294	5,0	-4,5	8,2	-9,8	3,1	2,7	1,6
Μαζούτι κεντρικού θέρμανσης	154.633	144.874	166.740	118.890	102.778	110.456	95.438	98.352	-6,3	15,1	-28,7	-13,6	7,5	-13,6	3,1
Υγραέριο	515.481	526.675	450.536	467.994	498.705	548.871	559.819	565.000	2,2	23,5	-28,1	6,6	10,1	2,0	0,9
ΣΥΝΟΛΟ	7.186.080	7.026.759	7.281.311	6.690.694	6.687.434	7.071.820	6.837.722	7.029.109	-2,4	3,8	-8,1	0,0	5,7	-3,3	2,8

* Προσωρινά στοιχεία

** Η αμολύβδη δεν είναι δυνατή μετά από το έτος 2019, οι κατηγορίες θέρμανσης Σούπερ, Αμολύβδη και Σούπερ Αμολύβδη 98/100 περιλαμβάνουν και την αντίστοιχη κατανάλωση σε μίγμα με βιοκαύσιμα

με σε πιο αστικοποιημένες ή αμιγώς τουριστικές περιφέρειες.

Αναλύοντας τα πανελλαδικά στοιχεία που επηρεάζουν άμεσα και την τοπική αγορά, παρατηρούμε ενδιαφέρουσες τάσεις. Η απλή αμόλυβδη, αν και σημείωσε μικρή άνοδο το 2024 (1.799.408 τόνους έναντι 1.766.884 το 2023), παραμένει σε αισθητά χαμηλότερα επίπεδα σε σχέση με το 2017 (2.219.765 τόνους).

Αντίθετα, η super αμόλυβδη 98/100 συνεχίζει την εντυπωσιακή της κούρσα. Από τους 125.414 τόνους το 2017, εκτοξεύτηκε στους 391.355 τόνους το 2024. Γιατί συμβαίνει αυτό; Η εξήγηση ίσως να κρύβεται στην εμπορική πολιτική των πρατηρίων. Η καθιέρωση «ημερών προσφοράς» (π.χ. κάθε Τρίτη ή Πέμπτη), όπου η super πωλείται στην τιμή της απλής, ώθησε τους καταναλωτές να προτιμήσουν ένα καύσιμο που υπόσχεται καλύτερη απόδοση και προστασία

του κινητήρα χωρίς επιπλέον κόστος.

Η Πελοπόννησος είναι μια κατεχοχρήν αγροτική περιοχή. Το πετρέλαιο κίνησης (diesel) αποτελεί το «αίμα» της τοπικής οικονομίας. Πανελλαδικά, η κατανάλωση diesel κίνησης αυξήθηκε κατά 3,7% το 2024, φτάνοντας τους 2.978.461 τόνους.

Στον Μοριά, αυτή η αύξηση μεταφράζεται σε έντονη δραστηριότητα στα χωράφια και στις εμπορευματικές μεταφορές. Τα αγροτικά μηχανήματα, τα φορτηγά που μεταφέρουν τα προϊόντα στις αγορές του εξωτερικού και οι τουριστικές μετακινήσεις με λεωφορεία, κρατούν τη ζήτηση του diesel σε υψηλά επίπεδα, καθιστώντας το τον κυρίαρχο παίκτη των πετρελαιοειδών.

Ένα από τα πιο ενδιαφέροντα στοιχεία αφορά το πετρέλαιο θέρμανσης. Παρά τη μικρή ανάκαμψη το 2024 (805.239 τόνους έναντι 785.621 το

Πίνακας 2: Ποσοστό (%) κατανάλωσης πετρελαιοειδών ανά Περιφέρεια, 2017-2024*

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΕΣ	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024*
Ανατολική Μακεδονία και Θράκη	5,8	5,6	5,3	5,6	5,7	5,4	5,3	5,3
Κεντρική Μακεδονία	18,1	17,8	17,3	17,9	18,0	17,7	17,6	17,5
Δυτική Μακεδονία	3,0	3,2	3,1	3,0	2,9	2,9	2,8	2,8
Θεσσαλία	6,7	6,7	6,6	6,9	7,0	6,8	6,8	6,9
Ήπειρος	3,8	3,8	3,8	3,8	4,0	3,8	4,0	4,0
Ιόνια Νησιά	2,0	2,1	2,1	1,8	2,0	2,2	2,3	2,3
Δυτική Ελλάδα	6,5	6,3	6,2	6,3	6,5	6,5	6,6	6,6
Στερεά Ελλάδα	6,9	6,6	6,7	6,9	6,7	6,5	6,5	6,4
Πελοπόννησος	5,8	5,8	5,9	5,9	5,9	5,9	6,0	5,9
Αττική	29,2	29,3	30,4	29,7	28,8	29,4	29,1	28,9
Βόρειο Αιγαίο	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3
Νότιο Αιγαίο	3,1	3,3	3,3	2,7	3,3	3,4	3,5	3,5
Κρήνη	5,4	5,5	5,6	5,2	5,6	5,8	5,9	5,9
Μη δηλωθείσα	2,3	2,7	2,6	3,2	2,3	2,4	2,4	2,6
ΣΥΝΟΛΟ	100	100	100	100	100	100	100	100

* Προσωρινά στοιχεία

2023), η πτώση σε σύγκριση με το 2017 (1.172.142 τόνους) είναι δραματική.

Στην Πελοπόννησο, όπου οι κλιματικές συνθήκες είναι συχνά ηπιότερες αλλά οι ορεινοί όγκοι απαιτούν θέρμανση για πολλούς μήνες, οι καταναλωτές φαίνεται να γυρίζουν την πλάτη στο πετρέλαιο. Η στροφή σε οικονομικότερους τρόπους, όπως:

1. Κλιματιστικά (Inverter): Που προσφέρουν άμεση θέρμανση με χαμηλότερο κόστος ρεύματος.
 2. Αντλίες Θερμότητας: Μέσω επιδοτούμενων προγραμμάτων «Εξοικονομώ».
 3. Παραδοσιακές Λύσεις: Η αφθονία καύσιμης ύλης (ξύλα) στην επαρχία κρατά τα τζάκια και τις σόμπες ενεργά.
- Τέλος, το υγραέριο διατηρεί μια σταθερά ανοδική τροχιά (565.000 τόνους

το 2024 από 515.481 το 2017). Η χρήση του στην εστίαση —έναν ισχυρό κλάδο στην Πελοπόννησο— αλλά και ως εναλλακτικό καύσιμο κίνησης (Autogas) για την εξοικονόμηση κόστους από τους ιδιώτες, το καθιστά μια αξιόπιστη και οικονομική λύση που κερδίζει έδαφος χρόνο με τον χρόνο.

Τα στοιχεία της ΕΛΣΤΑΤ επιβεβαιώνουν ότι η Πελοπόννησος παραμένει ένας από τους βασικούς «πυλώνες» της ελληνικής επικράτειας. Η σταθερή της παρουσία στο 5,9% της εθνικής πίτας, σε μια χρονιά γενικής αύξησης, στέλνει θετικά μηνύματα. Η περιοχή δεν «καταναλώνει» απλώς. Παράγει, μεταφέρει και αναπτύσσεται, προσαρμοζόμενη ταυτόχρονα στις νέες ενεργειακές προκλήσεις και στις έξυπνες καταναλωτικές συνθήκες.

Κρανίδι: Νέα εκπαιδευτική αφετηρία με τα εγκαίνια του Εσπερινού ΕΠΑ.Λ.

Παρουσία της υπουργού Παιδείας Σ. Ζαχαράκη και του υφυπουργού Γ. Ανδριανού η τελετή – Δυνατότητες επαγγελματικής αποκατάστασης για ενήλικες και εργαζόμενους της Ερμιονίδας

Σε κλίμα συγκίνησης και με την προσδοκία της αναβάθμισης των εκπαιδευτικών επιλογών για την τοπική κοινωνία, πραγματοποιήθηκαν τη Δευτέρα, τα επίσημα εγκαίνια του Εσπερινού Επαγγελματικού Λυκείου (ΕΠΑ.Λ.) Κρανιδίου. Η τελετή, την οποία τέλεσε ο Αρχιερατικός Επίτροπος π. Χριστοφόρος Καραβίας, σηματοδοτεί μια νέα εποχή για την Ερμιονίδα, καθώς η νέα σχολική μονάδα έρχεται να καλύψει το κενό στη δημόσια εκπαίδευση για εργαζόμενους, ανέργους και ενήλικες που επιθυμούν να αποκτήσουν απολυτήριο και εξειδικευμένη επαγγελματική κατάρτιση.

Στην εκδήλωση παρέστησαν η υπουργός Παιδείας, Θρησκευμάτων & Αθλητισμού, Σοφία Ζαχαράκη, και ο υφυπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων Γιάννης Ανδριανός, υπογραμμίζοντας τη σημασία του έργου για την περιφέρεια.

Οι τομείς σπουδών και ο σχεδιασμός

Το νέο Εσπερινό ΕΠΑ.Λ. Κρανιδίου, τη διευθύν-



ση του οποίου έχει αναλάβει η Αντιγόνη Λασκαρίδου, λειτουργεί ήδη με συγκεκριμένους τομείς που συνδέονται άμεσα με την τοπική οικονομία και την αγορά εργασίας. Σύμφωνα με τον σχεδιασμό, οι μαθητές μπορούν να ακολουθήσουν κατευθύνσεις όπως: Γεωπονίας, Τροφίμων και Περιβάλλοντος, Διοίκησης και Οικονομίας, Ηλεκτρολογίας, Ηλεκτρονικής και Αυτοματισμού.

Η παρουσία της μπάντας του Ημερήσιου ΕΠΑ.Λ. Κρανιδίου έδωσε έναν ιδιαίτερο τόνο

στην εκδήλωση, ενώ η προσέλευση εκπροσώπων της τοπικής αυτοδιοίκησης, εκπαιδευτικών και φορέων ήταν μαζική.

Κατά τη διάρκεια των χαιρετισμών, ο δήμαρχος Ερμιονίδας Γιάννης Γεωργόπουλος, εστίασε στην αξία της δια βίου μάθησης, σημειώνοντας χαρακτηριστικά:

«Η Εκπαίδευση και η Παιδεία είναι το πολυτιμότερο αγαθό για τον άνθρωπο, διότι του παρέχει τα εφόδια να ονειρεύεται, να προσδεύει, να εξελίσσεται, να προσδοκά σε ένα καλύτερο μέλλον».

Από την πλευρά του, ο Γιάννης Ανδριανός συνέδεσε τη λειτουργία του σχολείου με τον συνολικό εκπαιδευτικό ρόλο της Αργολίδας, αναφέροντας μεταξύ άλλων την αναβάθμιση του ΕΠΑ.Λ. Αργούς σε Πρότυπο, την ίδρυση του Καλλιτεχνικού Γυμνασίου και του Πρότυπου Εκκλησιαστικού Λυκείου στον Άγιο Δημήτριο. «Πλέον η επαγγελματική εκπαίδευση έχει σε μεγάλο βαθμό πάψει να αντιμετωπίζεται ως λύση ανάγκης και σταθερά καθιερώνεται ως

μια συνειδητή επιλογή ζωής», τόνισε ο υφυπουργός.

Ημερίδα για την Ειδική Αγωγή

Πριν από την τελετή των εγκαίνιων, το ενδιαφέρον μετατοπίστηκε στον Πολυχώρο «Αρτίκι», όπου πραγματοποιήθηκε ημερίδα με θέμα το «Παρόν και Μέλλον της Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης». Στη συζήτηση στρογγυλής τραπέζης, η υπουργός Σοφία Ζαχαράκη είχε την ευκαιρία να ανταλλάξει απόψεις με εκπροσώπους δομών ειδικής εκπαίδευσης, ενώ ο δήμαρχος Ερμιονίδας της απένευσε τιμητική πλακέτα για τη συμβολή της στην ίδρυση νέων εκπαιδευτικών και κοινωνικών δομών στην περιοχή.

Στην τελετή παρέστησαν επίσης ο αντιπεριφερειάρχης Βασίλης Σιδέρης, ο Διευθυντής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Βασίλης Πολύδωρος, καθώς και στελέχη της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης και τοπικοί σύμβουλοι, επιβεβαιώνοντας τη στήριξη της τοπικής κοινωνίας στο νέο αυτό εγχείρημα.

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



Του Γιάννη Πανούση, καθηγητή Εγκληματολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών

Φύγε εσύ, έλα εσύ...

Η κόλαση έχει γεμίσει από ανθρώπους παρθέτους - υπερήφανους και ο παράδεισος από μετανοημένους αμαρτωλούς

Μητροπολίτης Αργολίδος Νεκτάριος, πάπα-TY-XΩΝ-ο «γλυκός» ασκητής.

Απορώ με τον τρόπο που ορισμένα ΜΜΕ ανασταίνουν και θάβουν τους διάφορους πολιτικούς αστέρες (άντρες/γυναίκες).

Κάνουν ότι προβάλλουν κάποιον/αν, μετά αλλάζουν 'γραμμή' κι εξ-αφανίζουν τον/την κάποιον/αν υπέρ κάποιου/κάποιας άλλου/άλλης και πάει λέγοντας (και γράφοντας) μέχρι τελικού ευτελισμού των πουλέν τους.

Βέβαια, όπως είχε σημειώσει ένας φιλόσοφος «όταν κάνεις τον εαυτό σου σκουλήκι, μη διαμαρτύρεσαι που σε πατάνε», αλλά παραπάει αυτή η κατάσταση.

Μπορεί να φέρονται οι περισσότεροι «αρχηγίσκοι» σαν τυχοδιώκτες πολιτικάντηδες, όμως άνθρωποι είναι κι αυτοί και έχουν δικαίωμα σε ένα μίνιμουμ σεβασμό.

Από την άλλη ο περιβόητος «σοφός λαός» (sic) που αρέσκεται, σχεδόν μαζοχιστικά να τον παραπλανούν, επειδή φοβάται να ανα-γνωρίσει την αλήθεια του χθες (και τις ευθύνες του), υποκύπτει (μάλλον εκουσίως) στο ψέμα για το αύριο.

Επειδή τον πείσανε ότι με μάγους κι εξορκιστές θα εκ-διώξει το Κακό, μπαίνει εύκολα στο τρυπάκι του παραλογισμού μιας μεταφυσικής προσέγγισης της πολιτικής, συμπλέοντας μ' εκείνους τους "πονηρούς" του μηδενισμού, που τάχα ψηφίζουν για πλάκα, αλλά που στην πραγματικότητα εκδικούνται καθετί που δεν τους "ομοιάζει" (εάν δεν εξ-υπηρετούν ιδιοτελώς κάποιο σχέδιο). Η εκκολαπτόμενη, οιονεί-ειδολογική διαφοροποίηση μεταξύ άδολων αθών κι εν γένει ενόχων, εντάσσεται σε ακρο-δεξιές αντιλήψεις, όσο κι αν ορισμένοι θέλουν να την παρουσιάσουν σαν «καθαρή διαδικασία».

Από το failed state στα failed politics κι από εκεί στα failed movements κι από το πολιτικό στο απολίτικο τίποτα μιας νέας κατευθυνόμενης (αυ)απάτης δημοσιεύματα.

Σε αυτό το τοπίο της ολικής επαναφοράς των νεοτραμπικών θαυμάτων της Αποκάλυψης της θυματοποιημένης αθωότητας καλό θα ήταν η Αριστερά (ή ότι έχει απομείνει από αυτήν) να πάψει να πέφτει στην παγίδα που της στήνουν οι άλλοι και ν' αναζητήσει την αλήθεια της πραγματικής ζωής.

Για τους υπόλοιπους αφελείς προτείνω να πάψουν για ένα χρονικό διάστημα να διαβάσουν δημοσκοπήσεις με το ψευδο-ερώτημα του "εάν" σε προσωποποιημένες κατασκευές σωτήρων.

ΥΓ: Θυμίζω ότι συχνά το αντίδοτο σε μία ασθένεια αποδεικνύεται θανατηφόρο, ακόμα κι αν το παρασκευάσαν ιερομόναχοι.

Ναύπλιο: Θεμέλια για τη νέα ΟΧΕ Κοινωνικών Παρεμβάσεων

Συντονιστής ο Αναπτυξιακός Οργανισμός Πελοποννήσου στη σύμπραξη των Δήμων Ναυπλιέων, Ερμιονίδας και Επιδαύρου

Τις βάσεις για μια συγκροτημένη κοινωνική πολιτική που αφορά τρεις μεγάλους δήμους της Αργολίδας έθεσε η πρόσφατη συνάντηση εργασίας στο Ναύπλιο. Με αντικείμενο τον σχεδιασμό της Ολοκληρωμένης Χωρικής Επένδυσης (ΟΧΕ) Κοινωνικών Παρεμβάσεων, οι Δήμαρχοι Ναυπλιέων, Ερμιονίδας και Επιδαύρου, σε συνεργασία με τον Αναπτυξιακό Οργανισμό Πελοποννήσου, δρομολόγησαν τις διαδικασίες για την επικείμενη υπογραφή της σχετικής Προγραμματικής Συμφωνίας.

Ο Αναπτυξιακός Οργανισμός Πελοποννήσου αναλαμβάνει τον κρίσιμο ρόλο του συντονιστή διαχείρισης του έργου. Σύμφωνα με τα όσα συζητήθηκαν, ο Οργανισμός θα αποτελέσει τον εγγυητή για την αριότητα του σχεδιασμού, στοχεύοντας στην αποτελεσματική υλοποίηση δράσεων που θα έχουν άμεσο αντίκτυπο στην καθημερινότητα και την ποιότητα ζωής των πολιτών της περιοχής. Στη συνάντηση έδωσαν το «παρών» οι επικεφαλής των εμπλεκόμενων φορέων:

Ο Πρόεδρος του Οργανισμού Δημήτρης Σχοινοχωρίτης, ο Γενικός Διευθυντής Στάθης Ευθυμίου, ο Δήμαρχος Ναυπλιέων Δημήτρης Ορφανός, ο Δήμαρχος Ερμιονίδας Γιάννης Γεωργόπουλος, ο Δήμαρχος Επιδαύρου Τάσος Χρόνης.

Οι τρεις δήμαρχοι επιβεβαίωσαν την κοινή τους βούληση για στενή συνεργασία, αναγνωρίζοντας πως η ΟΧΕ Κοινωνικών Παρεμβάσεων αποτελεί ένα ουσιαστικό αναπτυξιακό εργαλείο. Στην ατζέντα της συζήτησης κυριάρχησαν οι άξονες του προγράμματος, οι οποίοι εστιάζουν στην ενίσχυ-



ση της κοινωνικής συνοχής και τη στήριξη των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων.

Κατά τη διάρκεια της σύσκεψης εξετάστηκαν διεξοδικά τα επόμενα βήματα που απαιτούνται για την οριστικοποίηση της συμφωνίας. Η συνάντηση ολοκληρώθηκε σε ιδιαίτερα θετικό κλίμα, με τη διαπίστωση ότι η διαδημοτική αυτή σύμπραξη σηματοδοτεί τη μετάβαση σε μια πιο ολοκληρωμένη και βιώσιμη κοινωνική πολιτική για την τοπική κοινωνία της Αργολίδας.

Το στοίχημα της συνέργειας

Η συνάντηση στο Ναύπλιο για την ΟΧΕ Κοινωνικών Παρεμβάσεων δεν ήταν απλώς μια τυπική συγκέντρωση αξιωματούχων γύρω από ένα τραπέζι. Ήταν μια έμπρακτη αναγνώριση μιας αλήθειας που στην περιοχή

μας συχνά παραβλέπουμε: τα προβλήματα της κοινωνικής συνοχής δεν σταματούν στα διοικητικά όρια ενός δήμου.

Η σύμπραξη των Δήμων Ναυπλιέων, Ερμιονίδας και Επιδαύρου, υπό την ομπρέλα και τον συντονισμό του Αναπτυξιακού Οργανισμού Πελοποννήσου, αποτελεί μια κίνηση ουσίας. Σε μια εποχή που οι πόροι είναι συγκεκριμένοι και οι ανάγκες των ευάλωτων συμπολιτών μας αυξάνονται, η διαδημοτική συνεργασία παύει να είναι επιλογή και γίνεται ανάγκη.

Το ζητούμενο βέβαια πλέον είναι η ταχύτητα. Η υπογραφή της Προγραμματικής Συμφωνίας που επίκειται, πρέπει να είναι η αφετηρία για την άμεση ανακούφιση εκείνων που έχουν ανάγκη. Η βελτίωση της ποιότητας ζωής στην Αργολίδα περνά μέσα από τέτοια «εργαλεία» που ενώνουν δυνάμεις.

Προς την ψηφιακή ψήφο το 2028

Τους τρόμαξε η αποχή και κοιτάνε να την «μαντρώσουν ηλεκτρονικά»

Σε συνέντευξή του στην ΕΡΤ ο Υπουργός Εσωτερικών Θεόδωρος Λιβάνιος αποκάλυψε ότι εξετάζεται πιλοτική εφαρμογή ψηφιακής ψήφου στις αυτοδιοικητικές εκλογές του 2028:

-Ψήφος σε ειδικά ψηφιακά εκλογικά τμήματα, κοντά στον τόπο κατοικίας.

-Έλεγχος ταυτοπροσωπίας από δικαστικό αντιπρόσωπο.

-Δυνατότητα ψήφου για τον δήμο εγγραφής, ανεξάρτητα από το πού βρίσκεται ο ψηφοφόρος.

Σύμφωνα με τα όσα ανέφερε ο κ. Λιβάνιος:

-Θα δημιουργηθούν 500 ψηφιακά καταστήματα ψηφοφορίας, για τους πολίτες που ψηφίζουν σε άλλο Δήμο, από τον Δήμο μόνιμης κατοικίας τους.

-Η διαδικασία ταυτοπροσωπίας

παραμένει η ίδια, όπως και στο φυσικό εκλογικό τμήμα, και ασκείται από δικαστικό αντιπρόσωπο.

-Η ηλεκτρονική ψηφοδόχος θα βρίσκεται μέσα στο παραβάν με την μορφή ειδικής συσκευής ή tablets.

-Ο δημότης ενός Δήμου της επαρχίας, άσχετα που διαμένει, θα μπορεί να για τον δήμο στον οποίο είναι εγγεγραμμένος στο δημοτολόγιο του.

Τι πρέπει να ξέρουν όσοι επιλέξουν να ψηφίσουν ψηφιακά:

-Δεν θα υπάρχει καμία δυνατότητα να αλλάξουν την ψήφο τους, όταν αυτή καταχωρηθεί στην ψηφιακή κάλπη.

-Τα ψηφιακά εκλογικά τμήματα θα έχουν γεωγραφική κατανομή αντίστοιχη με τα τμήματα ετεροδημοτών στις βουλευτικές εκλογές.

-Θα υπάρξουν εγγυήσεις για την διασφάλιση του απόρρητου της ψηφοφορίας.

-Η ψηφιακή ψήφος στις Δημοτικές Εκλογές αφορά μόνο όσους κατοικούν εντός της ελληνικής επικράτειας.

Ο στόχος της Κυβέρνησης είναι η μείωση της αποχής στις εκλογές της Αυτοδιοίκησης, ώστε οι δημοτικές και περιφερειακές αρχές που θα εκλεγούν το 2028 να έχουν ενισχυμένη δημοκρατική συμμετοχή, ώστε να εκλείψουν φαινόμενα δημοτικών αρχών που εκλέγονται με το 15% των εγγεγραμμένων στους εκλογικούς καταλόγους.

Αυτό βέβαια εξυπηρετεί μόνο μια μικρή μερίδα ψηφοφόρων που επέλεξαν την «αποχή από την κάλπη» λόγω απόστασης από τον

δήμο που είναι εγγεγραμμένοι ή λόγω κινητικών προβλημάτων δεν μπορούσαν να πάνε στην κάλπη. Δεν λαμβάνεται όμως καθόλου υπόψη η πλειοψηφία των απεχόντων συνειδητά ψηφοφόρων, τους οποίους δεν ακουμπά κανένα μέτρο εξυπηρέτησης, παρά μόνο το επανακέντρισμα του ενδιαφέροντος συμμετοχής στην πολιτική διαδικασία.

Από κοινωνιολογικής άποψης, η ηλεκτρονική ψήφος οδηγεί ακόμα περισσότερο στην αποξένωση της κοινωνίας από την συμμετοχή στα κοινά - ίσως γι αυτό τον λόγο η κυβέρνηση απομάκρυνε την κοινωνιολογία από τα σχολεία, αποσκοπώντας σε ψηφοφόρους που με κριτήριο το «φαίνεστε» θα κάνουν τις πολιτικές- απολίτικες επιλογές τους.

Λόρδος Βύρωνα: Η μυθιστορηματική ζωή του μεγάλου Βρετανού Φιλέλληνα



του Κων/νου Τζιαμπάση*

Α'μέρος

Ο Λόρδος Βύρωνα ήταν διάσημος ρομαντικός ποιητής, φλογερός επαναστάτης, οραματιστής, αλλά και διαβόητος για την προσωπική του

ζωή, που προκαλούσε τους συντηρητικούς κύκλους που πέθανε πριν 200 χρόνια στο Μεσολόγγι, σε ηλικία μόλις 36 ετών. Ο θάνατός του στις 19 Απριλίου 1824 αποτέλεσε παγκόσμιο γεγονός για την Ευρώπη της εποχής και για την Αμερική, ενώ στην Ελλάδα θεωρείται εθνικός ήρωας.

Ιδιαίτερα σκανδαλώδεις ήταν οι ερωτικές του σχέσεις, με άντρες και γυναίκες, μεταξύ των οποίων και η ετεροθαλής αδερφή του. Ο Βύρωνα θεωρείται «τρελός, κακός και επικίνδυνη γνωριμία», όπως τον χαρακτήρισε η εκκεντρική ερωμένη του λαίδη Κάρολαϊν Λαμπ. Τα σκάνδαλα κινδύνευαν να καταστρέψουν τη φήμη του. Ο ίδιος αναγκάστηκε να εγκαταλείψει τη Βρετανία και να αυτοεξοριστεί.

Ο χαρακτήρας του είναι ιδιαίτερα σύνθετος. Από τη μία είναι ένας γοητευτικός ευγενής, που μαγνητίζει τα βλέμματα και αφιερώνει τον εαυτό του σε έναν σκοπό. Και από την άλλη είναι κυκλοθυμικός και κυνικός, σκληρός και μισογύνης.

Το πιο καίριο στοιχείο στον Βύρωνα ήταν οι αντιφάσεις του. Ο Γκαίτε είχε πει ότι ήταν ένας κινούμενος όγκος αντιφάσεων. Το βλέπουμε στην πολιτική, όπου άλλες απόψεις έχει για τη Βρετανία και άλλες για την Ευρώπη. Ένα άλλο δίπολο είναι το θεωρία και



Λόρδος Βύρωνα με αρβανίτικη φορεσιά, Τόμας Φίλιπς, 1813, Οικία Βρετανού πρέσβη στην Αθήνα

πράξη. Αλλά πράγματα γράφει στην ποίησή του, άλλα στην αλληλογραφία του, άλλα πράγματα διακηρύσσει και πολλές φορές άλλα κάνει στην πραγματικότητα, σημειώνει δίνοντας ως παράδειγμα τη στάση του απέναντι στους Λουδδίτες, δηλαδή τους υφαντουργούς που εξεγέρθηκαν κατά των μηχανών. Στη Βουλή των Λόρδων τους υποστηρίζει δημόσια. Όμως ταυτόχρονα δίνει εντολή στον δικηγόρο του να αυξήσει τα ενοίκια σε περιοχές που μένουν Λουδδίτες.

Ο Τζορτζ Μπάιρον γεννήθηκε στο Λονδίνο το 1788. Ο πατέρας του, ο «τρελός Τζακ» ήταν προικοθήρας, που παντρεύτηκε τη Σκωτσέζα κληρονόμο Κάθριν Γκόντον. Αφού της σπατάλησε την περιουσία, τη χώρισε και έφυγε για τη Γαλλία, όπου πέθανε όταν ο γιος του ήταν 3 ετών. Με κωλό πόδι ήδη από τη γέννησή του, ο μικρός Μπάιρον έζησε με την καταπεστική και κυκλοθυμική μητέρα του στο Αμπερντίν της Σκωτίας, ενώ ο ίδιος έπεσε θύμα κακο-

ποίησης από την νταντά του.

Η ζωή του αλλάζει ριζικά όταν ήταν 10 ετών, με τον θάνατο του θείου του πατέρα του. Ανοίγει η πόρτα της τάξης, μπαίνει η δασκάλα και λέει στους μαθητές «υποκλιθείτε στον 6ο Βαρόνο Μπάιρον». Και οι συμμαθητές του σηκώθηκαν και υποκλίθηκαν. Το πώς ένιωσε αυτό το παιδί εκείνη την ημέρα, δεν το ξέρουμε. Σύμφωνα με τις πηγές, ξέσπασε σε κλάματα.

Από τότε απολαμβάνει όλα τα προνόμια ενός λόρδου. Μετακομίζει στο Λονδίνο, πηγαίνει στο διάσημο σχολείο Χάρου και σπουδάζει στο Trinity College του Πανεπιστημίου του Κέιμπριτζ. Εκεί ζει «τις πιο εντυχιμένες ημέρες της ζωής του», κατά τον ίδιο. Είναι η περίοδος που δοκιμάζει τον ηδονιστικό τρόπο ζωής. Στην ηλικία των 17 ετών, ερωτεύεται τον νεαρό Τζον Έντλεστον, χορωδό του πανεπιστημίου.

Το Grand Tour στο Λεβάντε

Το 1809, θεωρείται χρονιά-σταθμός. Αρχικά λαμβάνει επίσημα την έδρα

του στη Βουλή των Λόρδων. Λίγους μήνες μετά, αναχωρεί για το Grand Tour στο Λεβάντε, τη Μεγάλη Περιοδεία, που πραγματοποιούσαν οι Βρετανοί ευγενείς, στην ενηλικιώσή τους. Το ενδιαφέρον του Λόρδου Βύρωνα για την Ανατολή είναι έντονο. Κάποιοι ερευνητές επιμένουν ότι μεταξύ άλλων επιζητούσε τη σεξουαλική ελευθερία, σε μια εποχή συντηρητικών πθών, όπου η ομοφυλοφιλία θεωρούνταν κακούργημα στη Βρετανία.

Ο Λόρδος Βύρωνα πέρασε τα επόμενα δύο χρόνια στην Πορτογαλία, τη Μάλτα, το Γιβραλτάρ, την Αλβανία και την Ελλάδα. Βρέθηκε για λίγο και στο Μεσολόγγι, χωρίς να γνωρίζει ότι θα ήταν ο τόπος που 15 χρόνια μετά θα άφηνε την τελευταία του πνοή. Πριν επιστρέψει στην Αγγλία, έκανε σταθμό στην Κωνσταντινούπολη και την Αθήνα, όπου φέρεται ότι σχετίστηκε με τον 15χρονο Γάλλο Νικολό Ζιρό και ερωτεύτηκε πλατωνικά την 12χρονη Τερέζα Μακρή, για την οποία έγραψε το ποίημα «**Η Κόρη των Αθηνών**».

Στην Αθήνα γράφει και το περίφημο ποίημα «**Η Κατάρτα της Αθηνάς**», εκφράζοντας την αντίθεσή του για τη βαρβαρότητα του Λόρδου Έλγιν που απέκοψε με βιαιότητα τα Μάρμαρα του Παρθενώνα.

Επιστρέφοντας από τη Μεγάλη Περιοδεία, ο Λόρδος Βύρωνα εγκαινιάζει μια νέα φάση της ζωής του. Μεταξύ του 1811 και του 1816 είναι ενεργό μέλος της Βουλής των Λόρδων, σε μια περίοδο που ξεσπούν οι Ναπολεόντειοι πόλεμοι στην Ευρώπη. Η εμπειρία που αποκτά ως ενεργός πολιτικός και νομοθέτης του είναι πολύτιμη, όταν έρχεται στην Ελλάδα.

Από την άλλη ασχολείται με την ποίηση. Με το «**Προσκύνημα του Τσάιλντ Χάρολντ**», εγκαινιάζει τον «βυρωνικό ήρωα», έναν χαρακτήρα ατίθασο, βασανισμένο, εκδικητικό, κυνικό αλλά και συνάμα παθιασμένο, γοητευτικό και μοναχικό. Το έργο γνωρίζει πρωτοφανή επιτυχία. Τα πρώτα δύο άσματα εξαντλούνται μέσα σε τρεις ημέρες και ο Βύρωνα γνωρίζει πλέον την καταξίωση.

«**Ξύπνησα ένα πρωί και βρήκα τον εαυτό μου διάσημο**», θα πει. Ανάλογη επιτυχία γνωρίζουν και τα επόμενα έργα του. Ο «**Κουρσάρος**» εκδόθηκε σε 14.000 αντίτυπα, τα οποία εξαντλήθηκαν σε μία ημέρα. Το κοινό αμέσως ταυτίζει τον Τσάιλντ Χάρολντ με τον Λόρδο Βύρωνα, που γίνεται πλέον περιζήτητος στα κοινωνικά σαλόνια, με τις γυναίκες

να τον διεκδικούν επίμονα.

Ταραχώδης, αν και ρηκή ήταν η σχέση του με την Κάρολαϊν Λαμπ. Όταν ο Βύρωνα τη βαρέθηκε, αυτή προέβη σε ακρότητες. Η πιο επικίνδυνη όμως σχέση του ήταν αυτή με την ετεροθαλή αδερφή του, από την πλευρά του πατέρα του, Αυγούστα Λι. Το σκάνδαλο ήταν πρωτοφανές, σε μια περίοδο που ο Βύρωνα είχε υπερβολικά χρέη. Η ζωή του κινδύνευε να τιναχτεί στον αέρα.

Ως ιδανική λύση βρήκε τον γάμο με την ευγενή Αναμπέλα Μίλμπανκ. Απέκτησε μαζί της το μόνο νόμιμο παιδί του, την Άντα. Ο γάμος τους υπήρξε σύντομος και οι τριγμοί εμφανίστηκαν από τον μήνα του μέλιτος. Λέγεται ότι ήταν σκληρός μαζί της, ενώ οδηγήθηκε στο αλκοόλ και στις σπατάλες. Λίγους μήνες αργότερα, η Αναμπέλα πήρε την κόρη τους και έφυγε για το πατρικό της κτήμα. Το ζευγάρι χώρισε οριστικά. Ο Βύρωνα είναι πλέον εκτεθειμένος, από τις φήμες για την αιμομιξία και τις ομοφυλοφιλικές του σχέσεις, που προκαλούν ανεπανόρθωτο πλήγμα στην εικόνα του. Η παραμονή του στην Αγγλία είναι πλέον αδύνατη. Το 1816 ο Βύρωνα αναγκάζεται να την εγκαταλείψει, μην γνωρίζοντας ότι δεν θα επιστρέψει ποτέ ξανά.

Τα επόμενα χρόνια βρίσκουν τον Βύρωνα στην Ελβετία και την Ιταλία. Συνεχίζει τον σκανδαλώδη τρόπο ζωής, κάνει παρέα με το ζεύγος Πέρσι και Μαίρη Σέλει και εμπλέκεται στο Κίνημα των Καρμπονάρων, που προσπαθούσε να απελευθερώσει την Ιταλία από την αυστριακή κατοχή.

Κάπου εκεί, αρχίζει να πλύνει. Η αλληλογραφία του στα τέλη του 1822 με αρχές 1823, φανερώνει ότι ο Βύρωνα νιώθει ανία. Αρχίζει να προβληματίζεται για το τι θα κάνει, διερευνά διάφορες εναλλακτικές. Ήταν τυχοδιώκτης, όχι όμως με την αρνητική, αλλά με τη θετική έννοια του όρου. Προσπαθούσε πάντα να βρει έναν σκοπό και έναν ρόλο για τον εαυτό του. Τότε, αποφασίζει να έρθει στην υποδουλωμένη Ελλάδα. **(Συνεχίζεται)**

Σημείωση: Το άρθρο για τον Λόρδο Βύρωνα είναι το πρώτο που δημοσιεύουμε στον **Αναγνώστη Πελοποννήσου** σε δύο συνέχειες για την φετινή επέτειο των 200 ετών από την Άλωση του Μεσολογγίου, που σήμανε την αρχή της δημιουργίας του Ελληνικού κράτους στη Νότια Βαλκανική Χερσόνησο.

*Ο Κωνσταντίνος Τζιαμπάσης είναι αρχαιολόγος



Ανθρώπων Έργα

Τιμή στους «στυλοβάτες» του Περιφερειακού Τύπου από την Ε.Ι.Ε.Τ.

Συγκινητική εκδήλωση στη μνήμη πέντε μελών της Ένωσης πριν από την έναρξη της Γενικής Συνέλευσης

Σε κλίμα έντονης συναισθηματικής φόρτισης, η Ένωση Ιδιοκτητών Επαρχιακού Τύπου (Ε.Ι.Ε.Τ.) τίμησε την προσφορά ανθρώπων που αφιέρωσαν τη ζωή τους στην ενημέρωση της περιφέρειας. Την Παρασκευή, στα γραφεία της Ένωσης και λίγο πριν από την προγραμματισμένη εκλογοαπολογιστική Γενική Συνέλευση, το Διοικητικό Συμβούλιο απένευσε τιμητικές πλακέτες στη μνήμη πέντε παλαιών μελών της, αναγνωρίζοντας τη μακρόχρονη διαδρομή τους στον τοπικό Τύπο.

Η εκδήλωση αποτέλεσε μια ελάχιστη ένδειξη ευγνωμοσύνης προς τους εκδότες που κράτησαν ζωντανή τη φωνή της επαρχίας, με τις οικογένειές τους - πολλές εκ των οποίων συνεχίζουν το έργο τους - να παραλαμβάνουν τις διακρίσεις.

Η τελετή ξεκίνησε με την απονομή πλακέτας στη μνήμη του Κοσμά Πουγαρίδη (εφημερίδα «Εορδαϊκός Παλμός»). Την τιμητική διάκριση παρέδωσε ο πρόεδρος της Ε.Ι.Ε.Τ. Αντώνης Μουντάκης, στον γιο του εκλιπόντος, Αντώνη Πουγαρίδη, ο οποίος αποτελεί σήμερα ενεργό μέλος της Ένωσης. Στο πλευρό της οικογένειας παρευρέθη ο πρώην υπουργός και νυν πρό-



εδρος του ΕΛΓΑ Ανδρέας Λυκουρέντζος, συνδεδεμένος με τον τιμώμενο με στενή, προσωπική φιλία.

Ακολούθησε η βράβευση για τον Ιωάννη Θεοφανίδη της «Ευβοϊκής Γνώμης». Την πλακέτα παρέλαβε ο γιος του, Άκης Θεοφανίδης, από τα χέρια του ταμιά της Ένωσης Άγγελου Βασιλαίνα.

Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στο ζεύγος Φίλιππου και Αναστασίας Σουρλοπούλου της



εφημερίδας «Πολίτης Ημαθίας». Η πλακέτα παραδόθηκε από τον Α' Αντιπρόεδρο της Ε.Ι.Ε.Τ. Σταύρο Μάτση, στον γιο τους Νίκο Σουρλόπουλο, ο οποίος υπηρετεί σήμερα την Ένωση από τη θέση του Γενικού Γραμματέα του Διοικητικού Συμβουλίου.

Τέλος, η Ένωση τίμησε τη μνήμη του Στέφανου Βαγυορδή της εφημερίδας «Εδεσσαϊκή». Αν και τα παιδιά του, Μάκης και Μαρία - επίσης μέλη της Ε.Ι.Ε.Τ. - δεν



κατάφεραν να δώσουν το «παράν» λόγω ανειλημμένων υποχρεώσεων, η προσφορά του πατέρα τους στον επαρχιακό Τύπο μνημονεύθηκε με τον πρέποντα σεβασμό. Η σεμνή αυτή τελετή υπενθύμισε σε όλους τους παρισταμένους πως οι εφημερίδες της περιφέρειας, παρά τις προκλήσεις των καιρών, παραμένουν ένας ζωντανός οργανισμός που στηρίζεται στους ανθρώπους του και στην ιστορική τους παρακαταθήκη.

Κοντά στις 1.000 συμμετοχές ο 24ος Δρόμος Αργολικού Κόλπου

«Παναγιώτης Παπαβασιλείου»

Η Οργανωτική Επιτροπή του 24ου Δρόμου Αργολικού Κόλπου «Παναγιώτης Παπαβασιλείου» ανακοινώνει ότι οι εγγραφές για δρομείς και περιπατητές ολοκληρώθηκαν, με τον συνολικό αριθμό συμμετοχών να αγγίζει τις 1.000, επιβεβαιώνοντας τη μεγάλη δυναμική και την απήχηση της φετινής διοργάνωσης.

Η ανταπόκριση του κόσμου ξεπέρασε κάθε προσδοκία, αναδεικνύοντας τον αγώνα ως έναν καταξιωμένο θεσμό με έντονο ανθρωποκεντρικό και κοινωνικό χαρακτήρα.

Παράλληλα, η Οργανωτική Επιτροπή ενημερώνει ότι:

- οι εγγραφές για τον Παιδικό Δρόμο,
 - καθώς και οι εγγραφές Εθελοντών,
- θα παραμείνουν ανοιχτές έως και την Τετάρτη 4 Φεβρουαρίου 2026.

Για τους εθελοντές θα υπάρξει εκτενέστερη και αναλυτική ενημέρωση τις επόμενες ημέρες, σχετικά με τους ρόλους, τα σημεία υποστήριξης και τη συμμετοχή τους στη διοργάνωση. Ο 24ος Δρόμος Αργολικού Κόλπου, που θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 8 Φεβρουαρίου 2026, συνεχίζει να αποτελεί μια γιορτή συμμετοχής, συνεργασίας και σεβασμού στον άνθρωπο, δίνοντας χώρο σε δρομείς, περιπατητές, παιδιά, ΑμεΑ και εθελοντές.

Επίσημο μεταλλίο της φετινής διοργάνωσης φέρει την προ-



σωπογραφία του Παναγιώτη Παπαβασιλείου. Ο αγώνας αποτελεί έναν καταξιωμένο θεσμό με έντονο ανθρωποκεντρικό και κοινωνικό χαρακτήρα, προάγοντας τη συμμετοχή, την ένταξη και τη χαρά του αθλητισμού για όλους. Η διοργάνωση έχει ως βασικό σκοπό την προώθηση του μαζικού λαϊκού αθλητισμού, την ανάδειξη της Αργολίδας ως προορισμού αθλητικού τουρισμού και τη μετάδοση αξιών, όπως η συμμετοχή, η αλληλεγγύη και ο σεβασμός στον άνθρωπο. Η

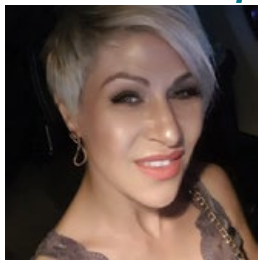
φετινή διοργάνωση των 15.300 μ. είναι αφιερωμένη στα Άτομα με Αναπηρία (ΑμεΑ) και τιμά τον εμπνευστή του θεσμού, Παναγιώτη Παπαβασιλείου. Παράλληλα, ο Παιδικός Δρόμος 1.000μ. είναι αφιερωμένος στην εθελοντική αμοδοσία και στον Σύλλογο Εθελοντών Αιμοδοτών Αργολίδας "Δεσμοί Αίματος", μεταφέροντας το μήνυμα της κοινωνικής προσφοράς και της αλληλεγγύης.

Στην περσινή διοργάνωση ξεπεράστηκε για πρώτη φορά το φράγμα των 1.000 εγγραφών. Η εμπειρία δείχνει ότι οι περισσότεροι αθλητές δεν ταξιδεύουν μόνοι τους, γεγονός που αυξάνει σημαντικά τον αριθμό των επισκεπτών και ενισχύει την τοπική οικονομία, ειδικά σε μια περίοδο χαμηλής επισκεψιμότητας. Ο 24ος Δρόμος Αργολικού Κόλπου στηρίζεται θεσμικά από τους Δήμους Άργους- Μυκηνών και Ναυπλίων.

Η πορεία των 15.300 μέτρων ξεκινά από το μαγνητικό τοπίο της Λέρνας, όπου στα βάθη των αιώνων, ο Δαναός αποβίβαστηκε με τις κόρες του, για να ξεκινήσει τη βασιλεία του στο Άργος και περνά από σημεία γεμάτα ιστορία και μύθο. Από τα βήματα του Ηρακλή λίγο πριν την αναμέτρησή του με τη Λερναία Ύδρα, μέχρι την Νέα Κίο, με τη μυθική της σύνδεση με την Αργοναυτική εκστρατεία, και τον τερματισμό στο μαγικό Ναύπλιο, κάθε στιγμή της διαδρομής υπόσχεται μοναδικές συγκινήσεις.



Τί θα φάμε σήμερα;



**ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΕ ΤΗΝ
ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΑΝΙΚΟΛΑ**

Παστίτσιο με Πένες



Παστίτσιο με πένες! Εύκολο μαμαδίστικο φαγάκι που όλοι λατρεύουν!

Υλικά για τον κιμά :

1 κιλό κιμάς
1 μεγάλο κρεμμύδι
1 σκ. σκόρδου
1 κουτ. Πελέτε

Λίγο τοματοχυμό
Ελάχιστη ζάχαρη
Λίγο μαϊντανό
Κανέλα, μπαχάρι,
αλάτι, πιπέρι
Λάδι και Νερό

Υλικά για τα ζυμαρικά :

1,5 συσκευασία πένες
Νερό για το βράσιμο
Αλάτι
1 κουτ.βούτυρο για να μην κολλή-
σουν.

Μιτζήθρα τριμμένη

Υλικά για τη μπεσαμέλ :

4 κουτ. Βούτυρο
6 κουτ. Αλεύρι
1 λίτρο γάλα (αν έχετε βαθύ ταψί
ίσως χρειαστείτε και 1,5 λίτρο γάλα)
4 αυγά

Τριμμένα τυριά
Λίγο αλάτι
Λίγο μοσχοκάρυδο τριμμένο.

Εκτέλεση :

Σε μπόλικο αλατισμένο νερό βρά-
ζουμε τις πένες μας με μια κουταλιά
βούτυρο να μην κολλήσουν.

Τις στραγγίζουμε κ τις μεταφέρουμε
σε καλά βουτυρωμένο ταψί, προ-
σθέτουμε μπόλικη μιτζήθρα τριμμέ-
νη κ ανακατεύουμε.

Παράλληλα, ετοιμάζουμε τον κιμά.
Σε πλατύ ζεστό τηγάνι, 'σπάμε' τον
κιμά σε μικρά - μικρά κομμάτια κ
αφήνουμε να βγάλει τα υγρά του.
Προσθέτουμε λίγο λάδι και το κρεμ-
μυδι με το σκόρδο ψιλοκομμένα για
να σοταριστούν μαζί. Ακολουθεί ο

πελέτες για να βγάλει το αρωμά του,
ο τοματοχυμός, όλα τα μπαχαρικά
και, τέλος, το νεράκι για να βράσει
ο κιμάς. Προς το τέλος 'δρoσιζόμε'
το μείγμα μας με λίγο μαϊντανό ψι-
λοκομμένο.

Ανακατεύουμε τον κιμά με τις πένες
μας στο ταψί, αφήνοντας μια λίγο
πιο παχιά στρώση στο πάνω μέρος.
Σειρά έχει η μπεσαμέλ, που όταν είναι
χειροποίητη - και ΟΧΙ έτοιμη, έχει
άλλη γεύση, όπως και να το κάνουμε.
Σε βαθιά κατσαρόλα λιώνουμε το
βούτυρο και προσθέτουμε εκεί κ το
αλεύρι μας κοσκινισμένο.

Ανακατεύοντας ΣΥΝΕΧΩΣ, προ-
σθέτουμε σιγά - σιγά και το γάλα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι κινήσεις μας όταν
φτιάχνουμε μπεσαμέλ πρέπει να
είναι γρήγορες για να μη μας σβω-
λιάσει!

Προσθέτουμε τα μπαχαρικά μας και
παρατηρούμε ότι σιγά σιγά το μείγ-
μα αρχίζει να πήζει.

Την κατεβάζουμε από τη φωτιά και
προσθέτουμε τα αυγά χτυπημένα
ανακατεύοντας συνεχώς. Τέλος,
βάζουμε κ τα τριμμένα τυριά και
η φανταστική μπεσαμέλ μας είναι
έτοιμη να μπει πάνω από τις πένες
και τον κιμά.

Αν θέλουμε πασπαλίζουμε με λίγο
τριμμένο τυρί ή φρυγανιά την μπε-
σαμέλ για νοστιμιά και χρώμα.

Ψήνουμε σε φούρνο με αέρα στους
180°C για περίπου 30' (μέχρι να ρο-
δίσει η μπεσαμέλ).

Αφήνουμε λίγο να κρυώσει πριν το
κόψουμε σε μερίδες για να σερβιρι-
στεί καλύτερα.

Γεύση που θα λατρέψετε!
Καλή όρεξη!

ΕΙΕΤ: Στο τιμόνι παραμένει ο Αντώνης Μουντάκης

Πραγματοποιήθηκε την πε-
ρασμένη Παρασκευή, η εκλο-
γοαπολογιστική Γενική Συνέ-
λευση της Ένωσης Ιδιοκτητών
Επαρχιακού Τύπου (ΕΙΕΤ). Η
διαδικασία ανέδειξε το νέο
Διοικητικό Συμβούλιο που θα
αναλάβει τα ηνία του κλάδου
για την επόμενη διετία, με τον
Αντώνη Μουντάκη να ανανεώ-
νει τη θητεία του στη θέση
του Προέδρου, καθώς δεν εκ-
δηλώθηκε ενδιαφέρον για άλ-
λες υποψηφιότητες. Κατά την
πρώτη συνεδρίαση του οργά-
νου, το νέο Διοικητικό Συμ-
βούλιο συγκροτήθηκε σε σώμα
με την ακόλουθη σύνθεση:

Πρόεδρος: Αντώνης Μου-
ντάκης (Κίσαμος Χανίων). Α'
Αντιπρόεδρος: Σταύρος Μά-



τοπος (Ρόδος). Β' Αντιπρόεδρος:
Διονύσης Τριανταφύλλου (Νι-
γρίτα Σερρών). Γενικός Γραμ-
ματέας: Νίκος Σουρλόπουλος
(Αλεξάνδρεια Ημαθίας). Ει-
δικός Γραμματέας: Γεώργιος

Αργυρίου (Ναύπλιο). Ταμίας:
Άγγελος Βασιλείνας (Μέγαρα).
Μέλος: Παναγιώτης Γιαλένιος
(Πάτρα). Ως αναπληρωματικό
μέλος του Δ.Σ. εξελέγη ο Πα-
ντελεήμων Κυδώνης.

Παράλληλα, ολοκληρώθηκαν
οι αρχαιρεσίες για την ανάδει-
ξη των μελών στα υπόλοιπα
θεσμικά όργανα της Ένωσης.
Στην Εξελεγκτική Επιτροπή
εξελέγησαν οι Σταύρος Γε-
ωργούλας (Φλώρινα), Δημή-
τριος Κουτσός (Καστοριά) και
Αναστασία Παπαδοπούλου
(Γρεβενά). Το νέο Πειθαρχικό
Συμβούλιο στελεχώνουν οι Γε-
ώργιος Γαλανομάτης (Βέροια),
Εμμανουήλ Κουφάκης (Ιερά-
πετρα) και Σταύρος Στρατάκης
(Ηράκλειο).

Η νέα διοίκηση καλείται πλέ-
ον να διαχειριστεί τα ζητήματα
του επαρχιακού Τύπου σε μια
κρίσιμη περίοδο, με τη θη-
τεία της να ολοκληρώνεται το
2028.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη στο «θρανίο» του Βουλευτικού

Στο επίκεντρο του προβληματισμού για
το μέλλον της μάθησης τίθεται η Τεχνητή
Νοημοσύνη (ΤΝ), μέσα από μια ανοικτή
ημερίδα που διοργανώνουν τα ιδιωτικά
εκπαιδευτήρια «Αυτενεργώ» την Παρα-
σκευή 13 Φεβρουαρίου. Η εκδήλωση,
η οποία τελεί υπό την αιγίδα του Δήμου
Ναυπλίων, θα πραγματοποιηθεί στις
19:00 στην αίθουσα του Βουλευτικού στο
Ναύπλιο, απευθυνόμενη σε εκπαιδευτι-
κούς, μαθητές και γονείς της ευρύτερης
περιοχής.

Η πρωτοβουλία έρχεται σε μια στιγμή που
η Τεχνητή Νοημοσύνη επηρεάζει άμεσα
τον τρόπο διδασκαλίας και μάθησης, απο-
τελώντας πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της

καθημερινότητας. Στόχος της ημερίδας
δεν είναι η απλή παρουσίαση τεχνικών ερ-
γαλείων ή έτοιμων λύσεων, αλλά η έναρξη
ενός γόνιμου διαλόγου με επιστημονική
τεκμηρίωση. Οι διοργανωτές δίνουν ιδιαί-
τερη βαρύτητα στην καλλιέργεια της κριτι-
κής σκέψης, εξετάζοντας τις δυνατότητες,
τα όρια και τις παιδαγωγικές προκλήσεις
που αναδύονται στο σχολικό περιβάλλον,
χωρίς τις συνήθεις υπεραπλουστεύσεις.

Το επίπεδο των εισηγήσεων προδιαγράφει
υψηλό, καθώς στο βήμα του Βουλευτι-
κού θα βρεθούν διακεκριμένοι ακαδημαϊ-
κοί και ειδικοί επιστήμονες:

Χαράλαμπος Παπαγεωργίου: Ομότιμος
Καθηγητής της Ιατρικής Σχολής του

ΕΚΠΑ και Διευθυντής στο Ερευνητικό
Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγι-
εινής (ΕΠΨΥ), με μακρά θητεία ως Διευ-
θυντής στην Α΄ Ψυχιατρική Κλινική του
Αιγινητείου Νοσοκομείου.

Σωτήριος Σπαντιδέας: Διδάκτωρ Ηλεκτρο-
λόγος Μηχανικός και Μηχανικός Η/Υ του
Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου.

Αναστάσιος Γιαννόπουλος: Διδάκτωρ Ηλε-
κτρολόγος Μηχανικός και Μηχανικός Η/Υ
του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου.

Η ημερίδα φιλοδοξεί να αποτελέσει ένα
βήμα προβληματισμού για το πώς ο ρόλος
του δασκάλου και του μαθητή επαναπρο-
διορίζεται στη νέα ψηφιακή εποχή.



Βάρκα βγήκε στη στεριά... // Β.Μ.

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, γράφοντας στο θέμα του μηνύματος: «Η φωτογραφία μου». Οι καλύτερες θα δημοσιεύονται στην έντυπη και στην ηλεκτρονική έκδοση.

Τι μέτρα εξετάζει η κυβέρνηση για τους συνταξιούχους

Πέντε μέτρα για την ενίσχυση των συνταξιούχων φέρεται να εξετάζει ή να έχει δρομολογήσει, κατά περίπτωση, το οικονομικό επιτελείο της κυβέρνησης, σύμφωνα με το endisy.

Πρόκειται για την κατάργηση της προσωπικής διαφοράς, την αύξηση του επιδόματος των 250 ευρώ, τη μείωση ή και κατάργηση της εισφοράς αλληλεγγύης στις επικουρικές συντάξεις, την αναπροσαρμογή της εισφοράς αλληλεγγύης στις κύριες συντάξεις και τον περιορισμό της εισφοράς υγείας 6%.

Επίσης, δεν αποκλείεται - αν και θεωρείται αδύναμο - το σενάριο της αύξησης των επικουρικών συντάξεων για 1,3 εκατομμύριο δικαιούχους, παρά το πλεόνασμα των 370 εκατομμυρίων ευρώ που αποτυπώνει ο προϋπολογισμός του ΕΦΚΑ για τον κλάδο επικουρικής ασφάλισης, καθώς εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την κρατική χρηματοδότηση.

Αναλυτικότερα:

Από τον Δεκέμβριο, οπότε θα καταβληθεί η σύνταξη Ιανουαρίου 2027, θα καταργηθεί πλήρως η προσωπική διαφορά για περίπου 630.000 συνταξιούχους και πλέον παύει ο συμψηφισμός της ετήσιας αύξησης, η οποία θα χορηγείται ολόκληρη.

Αύξηση του επιδόματος των 250 ευρώ που θα καταβληθεί το Νοέμβριο σε περίπου 1,4 εκατομμύριο συνταξιούχους άνω των 65 ετών και σε δικαιούχους αναπηρικών επιδομάτων όπως και σε ανασφάλιστους υπερήλικες άνω των 67 ετών που λαμβάνουν την προνοιακή σύνταξη του ΟΠΕΚΑ.

Στο πλαίσιο αυτό, δεν αποκλείεται η διεύρυνση των εισοδηματικών κριτηρίων ώστε να αυξηθεί ο αριθμός των δικαιούχων.

Κατάργηση ή μείωση της Εισφοράς Αλληλεγγύης Συνταξιούχων, η οποία επιβάλλεται στις επικουρικές συντάξεις που υπερβαίνουν τα 300 ευρώ μεικτά και υπολογίζεται με ποσοστά από 3% έως 10% , ανάλογα με το ύψος της σύνταξης.

Αναπροσαρμογή της Εισφοράς Αλληλεγγύης στις κύριες συντάξεις. Ήδη, έχει αποφασιστεί η απαλλαγή όσων έχουν συντάξεις κάτω από 1.471 ευρώ.



ΦΩΤΟ: AI Gemini

Επόμενο πιθανό βήμα, η επιβολή της εισφοράς στο μέρος της σύνταξης που υπερβαίνει το όριο, το οποίο τίθεται κάθε φορά στο πλαίσιο της ετήσιας αναπροσαρμογής των συντάξεων, αντί για το σύνολο της σύνταξης.

Η μείωση ή και η κατάργηση της εισφοράς 6% που επιβάλλεται από το 2015 στις επικουρικές ως κράτηση ασθένειας. Πάντως, οι εκπρόσωποι των συνταξιούχων έχουν τεθεί ανοικτά υπέρ των άμεσων, ριζικών αποφάσεων, εκφράζοντας την δυσφορία τους απέναντι σε εμβολωματικού χαρακτήρα κυβερνητικές παρεμβάσεις.

Όπως επισημαίνουν, οι εισοδηματικές απώλειες των συνταξιούχων την περίοδο 2010-2024 ανέρχονται στο δυσθεώρητο ποσό των 130 δισ. ευρώ , ενώ μόνο το 2025 έχασαν 4 δισ. ευρώ εξαιτίας της Εισφοράς Αλληλεγγύης, της υγειονομικής κράτησης και της προσωπικής διαφοράς.

Οι συνταξιούχοι με προσωπική διαφορά έχασαν οριστικά αυξήσεις από το 2023 και μετά, που φτάνουν στο 13,15% αθροιστικά. Επίσης, από την ενίσχυση των 250 ευρώ εξαιρείται το 42% των συνταξιούχων.

Παράλληλα, η στέρψη της αύξησης των συντάξεων για δικαιούχους με προσωπική διαφορά και των Δώρων έχουν οδηγήσει σε απώλειες άνω των 40 δισ. ευρώ, έως σήμερα.

Όπως επισημαίνουν, οι εισοδηματικές απώλειες των συνταξιούχων την περίοδο 2010-2024 ανέρχονται στο δυσθεώρητο ποσό των 130 δισ. ευρώ , ενώ μόνο το 2025 έχασαν 4 δισ. ευρώ εξαιτίας της Εισφοράς Αλληλεγγύης, της υγειονομικής κράτησης και της προσωπικής διαφοράς.

Οι συνταξιούχοι με προσωπική διαφορά έχασαν οριστικά αυξήσεις από το 2023 και μετά, που φτάνουν στο 13,15% αθροιστικά. Επίσης, από την ενίσχυση των 250 ευρώ εξαιρείται το 42% των συνταξιούχων.

Παράλληλα, η στέρψη της αύξησης των συντάξεων για δικαιούχους με προσωπική διαφορά και των Δώρων έχουν οδηγήσει σε απώλειες άνω των 40 δισ. ευρώ, έως σήμερα.

Νέα πλατφόρμα e-ΕΦΚΑ για συνταξιούχους

Μία νέα ψηφιακή πλατφόρμα θέτει σε εφαρμογή ο e-ΕΦΚΑ μέσω της οποίας οι συνταξιούχοι θα έχουν τη δυνατότητα να κοινοποιούν ηλεκτρονικά τις δικαστικές αποφάσεις που τους δικαιώνουν αναδρομικά για να ξεκινάει άμεσα η διαδικασία καταβολής των ποσών που τους οφείλονται.

Στόχος της εφαρμογής η μείωση της γραφειοκρατίας που επιβράδυνε την όλη διαδικασία ενώ ταυτόχρονα διασφαλίζεται η τήρηση συγκεκριμένης σειράς προτεραιότητας για την πληρωμή αναδρομικών και αποζημιώσεων. όπως αναφέρει ο e-ΕΦΚΑ, από την 1η Ιανουαρίου 2026, όλες οι δικαστικές αποφάσεις που εκδίδονται θα πρέπει υποχρεωτικά να αναρτώνται στην πλατφόρμα. Οποιαδήποτε άλλη μορφή κοινοποίησης δεν θα γίνεται δεκτή και δεν θα εξετάζεται από τις υπηρεσίες του Ταμείου.

Με σαφείς οδηγίες και βήματα οι δικαιούχοι μπορούν να πραγματοποιήσουν τις ενέργειες που απαιτούνται για την υποβολή της αίτησης. Για κάθε ηλεκτρονικό αρχείο που υποβάλλεται εκδίδεται μοναδικός κωδικός πληρωμής. Μέχρι την ολοκλήρωση της σχετικής πληρωμής, η αίτηση θεωρείται ελλιπής και δεν δημιουργείται υποχρέωση επεξεργασίας από τον e-ΕΦΚΑ.

Ως ημερομηνία υποβολής λογίζεται η ημερομηνία κατά την οποία η εντολή πληρωμής γίνεται αποδεκτή από το διατραπεζικό σύστημα. Μόνο οι αιτήσεις που λαμβάνουν την ένδειξη «Προς δημοσίευση» προχωρούν σε επεξεργασία.

Έλεγχος και ευθύνες
Το περιεχόμενο των αιτήσεων δεν ελέγχεται κατά την υποβολή, όμως σε μεταγενέστερο στάδιο, αν διαπιστωθεί παραβίαση της νομοθεσίας, ο e-ΕΦΚΑ θα ενημερώνει τις αρμόδιες αρχές. Σε περιπτώσεις λανθασμένων ή ψευδών στοιχείων, το Ταμείο διατηρεί κάθε νόμιμο δικαίωμα για αναζήτηση ευθυνών και αποκατάσταση ζημιών.

Καθ' όλη τη διαδικασία, οι αι-

τούντες θα λαμβάνουν ενημερωτικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου σχετικά με την πορεία της αίτησής τους. Η καταβολή των ποσών που προκύπτουν από τις δημοσιευμένες αποφάσεις πραγματοποιείται μέσω του διατραπεζικού συστήματος ΔΙΑΣ, με εντολή πληρωμής από τον e-ΕΦΚΑ προς συνεργαζόμενη εταιρεία. Όταν η εντολή αφορά μη συνεργαζόμενη εταιρεία, η εκτέλεση ολοκληρώνεται συνήθως εντός δύο εργάσιμων ημερών.

Ο τελικός χρόνος πίστωσης εξαρτάται από την τράπεζα του δικαιούχου και την πολιτική εξυπηρέτησης πελατών που εφαρμόζει.

Καθ' όλη τη διαδικασία, οι αι-

Συνταξιούχοι με κάτω του 60% του μέσου μισθού

Η πλειονότητα των συνταξιούχων δεν λαμβάνει υψηλή σύνταξη. Όπως προκύπτει από τα στοιχεία, οι περισσότεροι βρίσκονται κάτω από το όριο του 60% του μέσου μισθού, γεγονός που αποτελεί βασικό δείκτη για τον καθορισμό του ύψους της τελικής σύνταξης.

Συγκεκριμένα, σύμφωνα με τα διαθέσιμα δεδομένα, οι συνταξιούχοι που αποχωρούν με 38 χρόνια ασφάλισης και μέσο μισθό 3.720 ευρώ λαμβάνουν σύνταξη 2.118 ευρώ, ποσό που αντιστοιχεί στο 56,92% του μισθού τους. Για να φτάσει η σύνταξη στο 60% του μισθού, θα έπρεπε να ανέρχεται στα 2.232 ευρώ.

Αντίστοιχα, όσοι αποχωρούν με 33 χρόνια ασφάλισης και μέσο μισθό 2.500 ευρώ λαμβάνουν σύνταξη 1.255 ευρώ, δηλαδή το 50,18% του μισθού τους. Για να καλυφθεί το όριο του 60%, η σύνταξη θα έπρεπε να φτάνει τα 1.500 ευρώ.

Τέλος, συνταξιούχοι με 30 χρόνια ασφάλισης και μέσο μισθό 1.400 ευρώ λαμβάνουν σύνταξη 816 ευρώ, που αντιστοιχεί στο 58,29% του μισθού. Για να αγγίξουν το 60%, η σύνταξη θα έπρεπε να διαμορφώνεται στα 840 ευρώ.

Συνταξιούχοι: Δείτε αν δικαιούστε Εξωιδρυματικό επίδομα

Δικαίωμα λήψης εξωιδρυματικού επιδόματος, ύψους 846 ευρώ, έχουν ορισμένες κατηγορίες συνταξιούχων, καθώς επίσης άμεσα και έμμεσα ασφαλισμένοι στον e-ΕΦΚΑ.

Το επίδομα δικαιούνται οι συνταξιούχοι (γίγατος, αναπηρίας, θανάτου) του e-ΕΦΚΑ και τα μέλη οικογένειάς τους, εφόσον πάσχουν από:

- Παραπληγία-τετραπληγία, διπληγία, τριπληγία, παραπάρεση, τετραπάρεση, με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω.
- Μυασθένεια-μυοπάθεια με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω.
- Σκλήρυνση κατά πλάκας που επιφέρει παραπληγία ή τετραπληγία με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω.
- Το σύνδρομο κλάματος γαλίας.
- Ατελή οστεογένεση, με ποσοστό αναπηρίας 80% και άνω.
- Οστεοψαθύρωση, με ποσοστό αναπηρίας 80% και άνω.
- Ακρωτηριασμό των δύο άνω ή δύο κάτω άκρων ή κατά το ένα άνω και ένα κάτω άκρο, με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω.
- Ακρωτηριασμό του ενός άνω ή κάτω άκρου με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω, ανεξάρτητα αν επιδέχεται εφαρμογής τεχνητού μέλους.
- Έχουν φωκομέλεια που επιφέρει τον ίδιο βαθμό κινητικής αναπηρίας με την περίπτωση
- Επίσης χορηγείται και σε όσους πάσχουν από ασθένειες, οι οποίες κατά την κρίση της αρμόδιας υγειονομικής επιτροπής, επιφέρουν την ίδια μορφή αναπηρίας με αυτή της παραπληγίας - τετραπληγίας, σε ποσοστό 67%.

Για τη λήψη του επιδόματος χρειάζεται: Γνωμάτευση, Αίτηση, Εξουσιοδότηση (από τον άμεσα ενδιαφερόμενο προς το πρόσωπο που εξουσιοδοτεί για να ενεργεί για λογαριασμό του), Αποδεικτικά έγγραφα ασφάλισης, Αντίγραφο απόφασης συνταξιοδότησης, Φωτοαντίγραφο του βιβλιαρίου Τραπεζίτη, Ηλεκτρονική υπεύθυνη δήλωση από τον ενδιαφερόμενο, χωρίς να απαιτείται επίσκεψη σε κατάστημα διοικητικής αρχής ή ΚΕΠ.

Η αίτηση για τη χορήγησή του υποβάλλεται ηλεκτρονικά, η απόφαση ένταξης εκδίδεται μέσα σε διάστημα τριών μηνών, ενώ η πληρωμή των χρημάτων γίνεται στους τραπεζικούς λογαριασμούς που έχουν δηλώσει οι δικαιούχοι και μάλιστα αναδρομικά.

Ποιος τη ζωή μου

Ποιος τη ζωή μου, ποιος την κυνηγά
να την ξεμοναχιάσει μες στη νύχτα;
συρλιάζουν και σφουρίζουν φορτηγά
σαν ψάρι μ' έχουν πιάσει μες στα δίχτυα

Για κάποιον μες στον κόσμο είν' αργά
ποιος τη ζωή μου, ποιος την κυνηγά;

Ποιος τη ζωή μου, ποιος παραφυλά
στου κόσμου τα στενά ποιος σημαδεύει;
πού πήγε αυτός που ξέρει να μιλά
που ξέρει πιο πολύ και να πιστεύει;

Μάνος Ελευθερίου



Για τον Άλκη

Πρωτομηνιά Φλεβάρη κι ο
Άλκης
είναι εδώ...

Πώς να από λησμονήσω
αυτό που είναι ζωή
Κομμάτι από μένα
Σώμα μου και ψυχή...

Γιατί να μην αρχίζει
ο Φλεβάρης απ' τις δυο
και πρώτη του Φλεβάρη
μου είπαν δεν είσαι εδώ...

Κι αν η σιωπή πονάει
Εγώ θα σου μιλώ
Του πόνου σου να πάρω
Όλο το μερικό...

Σένα σε λένε Άλκη
Και πάντα θα είσαι εδώ
Και εγώ η Μελίνα η μάνα
Πρέπει να ζω για δυο...

1 Φεβρουαρίου 2026».

Μελίνα Κακουλίδου, μητέρα
του Άλκη Καμπανού



Ο τρελός

Χορεύει ο κόσμος ξέφρενα,
καθένας στο ρυθμό του
Για να βρει ταίρι ένας τρελός,
πουλάει τον εαυτό του

Αν δεν πιστεύεις μη ρωτάς κι
αν δεν ακούς μη με κοιτάς
Αν δε φαντάζεσαι φωτιές, με
κάρβουνα μην παίζεις

Γυρνάει ο κόσμος γρήγορα και
γίναμε όλοι σκλάβοι
κι ένας τρελός φρένο πατά, τον
κόσμο να προλάβει

Αν δεν μπορείς να προσκυνάς
κι αν όλα τα κατέχεις,
Τον κόσμο σου να κυβερνάς,
μα σ' αγκαλιές μην πέφτεις

Μεγάλα ψέματα μη λες, γιατί

θα τα πιστέψεις
Για τον ψηλό σου το λαιμό
χίλιες θηλιές θα πλέξεις

Ξεχνάει ο κόσμος στη στιγμή
και ιστορίες γράφει
Την πόρτα κλείνει ο τρελός
μήπως και δει τα λάθη
Άμα δε νιώθεις, μη μιλάς...

Σώπα και μη δικάζεις
Χίλια κεφάλια πέφτουνε, όταν
εσύ δειλιάζεις

Αν δεν πιστεύεις μη ρωτάς, κι
αν δεν ακούς μη με κοιτάς
Αν δε φαντάζεσαι φωτιές, με
κάρβουνα μην παίζεις

Μιλτιάδης Πασχαλίδης



Μια φορά είπε αλήθεια και δεν έγινε πιστευτός



Υπάλληλος σε ΔΕΚΟ ο Τάκης, κάτοικος κοι-
νότητας κοντά στο Άργος*, δυο «ευαίσθησι-
ες» είχε, όπου έχανε τον έλεγχο, στο ξενύχτι
και στον ποδόγυρο. Στην πρώτη ευκαιρία
παρεκτρεπόταν και μετά έψαχνε να βρει δι-
καιολογίες να κουκουλώσει τις αμαρτίες του,
όταν η συμβία του τον «μυριζόταν» και τού
ζητούσε εξηγήσεις...

Εκείνο το βράδυ η παρέα ξεκίνησε με μεζέ,
συνέχισε με ποτό σε κάποιο μπαράκι, από
εκείνα, τα αποκαλούμενα... «κωλάδικα» και,
ως φυσική συνέχεια, ο Τάκης «ψώνισε» ένα
αλλοδαπό γκομενάκι πρώτης γραμμής, με το
οποίο προχώρησαν άμεσα στο... «παρασύν-
θημα», καταφεύγοντας σε απόμερο αγροτικό
οίκημα, που του χρυσόμεινε για τις ερωτοδου-
λειές...

Εκεί, έχοντας αφήσει αχαλίνωτη την φαντα-
σία του να σχεδιάζει και να υλοποιεί εναλ-
λακτικές ερωτικές στάσεις και διαδρομές στο
φιλήδονο γυναικείο κορμί, κάποια στιγμή
συνειδητοποίησε κάθιδρος πως η ώρα πλη-
σίαζε πέντε το πρωί και ότι ήδη είχε ξεφύγει
κατά πολύ από το ανεκτό ωράριο νυκτερινής
κραιπάλης.

Η επιστροφή στην οικογενειακή στέγη ανα-
μενόταν με σοβαρό επεισόδιο... Το σκεφτόταν
και έτρεμε το φυλλοκάρδι του καθώς, κρατώ-
ντας τα παπούτσια του στο χέρι, ξυπόλητος
και ακροποδητί, έμπαινε στην κρεβατοκάμα-
ρα.

Η γυναίκα του, μέσα στον βαθύ πρωινό ύπνο,

αντιλήφθηκε κίνηση, άνοιξε το ένα μάτι, τον
είδε μισοντυμένο και τον ρώτησε με απορία:
«Καλά, τι σπκώθηκες, καημένη μου, αχάραγα
να πας στη δουλειά!».

Έχοντας πέσει να κοιμηθεί από νωρίς, δεν
είχε αντιληφθεί την απουσία του συζύγου
όλη τη νύχτα! Κωλοφαρδία!

Και ο Τάκης, παίρνοντας θάρρος μια που
την... γλίτωσε φτηνά, της απάντησε:

«Δεν σπκώθηκα τώρα, τώρα γύρισα, γιατί
όλο το βράδυ είχα μια αλλοδαπή θεογκόμενα
αγκαλιά και βγάξαμε τα μάτια μας!...».

Η μισοκοιμισμένη σύζυγος άνοιξε και το
άλλο μάτι, τον κοίταξε καλά - καλά και αφού
τέντωσε το χέρι της προς το μέρος του, τού
έριξε μια μεγαλόπρεπη μούντζα:

«Να, πάρ' τα, καζομαλάκα, που βρέθηκε θε-
ογκόμενα να σου... καθίσει εσένα! Άντε ντύ-
σου χωρίς να κάνεις φασαρία και άσε με να
κοιμηθώ! Και ήσυχα την πόρτα φεύγοντας!».

Ο Τάκης έχει και το λέει ακόμα:

«Κοίταξε να δεις φίλε μου, μια φορά που είπα
την αλήθεια στη γυναίκα μου και δεν θέλησε
να με πιστέψει!!!».

.....

*Λεπτομέρειες περισσότερες δεν λέω, για ευ-
νότους λόγους, αν και έχουν περάσει χρό-
νια από τότε...

.....

Κείμενά μου βρίσκετε και στην προσωπική
μου σελίδα: rebetaskeri.blogspot.com

Πως παίζεται το κουμ καν;

Το κουμ καν (ή κουμκάν) είναι ένα κλασικό παιχνίδι με τράπουλα που μοιάζει με ραμί και παίζεται συνήθως με 2-4 άτομα. Είναι γρήγορο, στρατηγικό και βασίζεται στο να σχηματίζεις «σετ» και «σειρές». Παρακάτω σου το εξηγώ με τρόπο που μπορείς να ξεκινήσεις να παίζεις αμέσως.

🎯 Στόχος του παιχνιδιού
Να φτιάξεις συνδυασμούς φύλλων (σετ ή σειρές) και να «κλείσεις» πριν από τους άλλους, ρίχνοντας όλα τα φύλλα σου.

🎲 Τι χρειάζεται
2 τράπουλες των 52 φύλλων
Τα 2 τζόκερ
Σύνολο: 106 φύλλα

👤 Πόσοι παίκτες
2 έως 4.

🎲 Μοίρασμα
Κάθε παίκτης παίρνει 10

φύλλα (ή 11 αν παίζει μόνο με έναν αντίπαλο).

Το υπόλοιπο γίνεται η «μιάνα» (στοίβα τραβήγματος).

Ανοίγεται ένα φύλλο δίπλα για την «απόρριψη».

👁️ Τι συνδυασμούς φτιάχνεις
Υπάρχουν δύο βασικοί τύποι:

1. Σετ (ή τριάδες/τετράδες)
Τρία ή τέσσερα ίδια φύλλα διαφορετικού χρώματος.
Παράδειγμα:
7♣ - 7♦ - 7♥

2. Σειρές (ή κέντες)
Τρία ή περισσότερα συνεχόμενα φύλλα ίδιου χρώματος.
Παράδειγμα:
5♥ - 6♥ - 7♥ - 8♥

🎲 Τζόκερ
Αντικαθιστά οποιοδήποτε φύλλο σε σετ ή σειρά.
👁️ Ροή του παιχνιδιού
Κάθε γύρος έχει τρία βήματα:



1. Τραβάς είτε από τη στοίβα είτε το πάνω φύλλο από την

απόρριψη
2. Κατεβάζεις συνδυασμούς (αν μπορείς)

Μπορείς να κατεβάσεις σετ ή σειρές όταν είσαι έτοιμος να «ανοίξεις».

Μετά το άνοιγμα, μπορείς να προσθέσεις φύλλα σε δικά σου ή άλλων παικτών ταμπλό.

3. Πετάς ένα φύλλο
Τοποθετείς ένα φύλλο στην απόρριψη.

Δεν μπορείς να πετάξεις τζόκερ.

🎲 Πώς κλείνεις
Κλείνεις όταν: έχεις κατεβάσει όλους τους συνδυασμούς σου και σου μένει ένα φύλλο για πέταγμα

Ο παίκτης που κλείνει παίρνει τους πόντους, οι άλλοι χάνουν ανάλογα με τα φύλλα που τους έμειναν.

🎲 Βαθμολογία (συνήθως)
Αριθμητικά φύλλα: αξία ίση με τον αριθμό τους
Φιγούρες: 10 πόντοι
Άσος: 1 ή 11 (ανάλογα με τους κανόνες της παρέας)
Τζόκερ: 20 ή 25 πόντοι



ΑΝΑΡΤΗΤΕΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ
ΑΔΑ: 6Α27ΩΡΡ-Τ5Δ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
ΔΗΜΟΣ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ & ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ ΤΜΗΜΑ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ & ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ

Ταχ. Δ/ση: Μ. Μερκούρη 11
Τ.Κ.: 213 00 Κρανίδι
Πληροφορίες: Β. Πασιαλής
Τηλ.: 2754360002
E-mail: m.ermionidas@gmail.com
Ιστοσελίδα: <http://www.ermionida.gr/>

Κρανίδι 4 /2/2026
Αριθμ. πρωτ.: 1453

ΣΥΜΒΑΣΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ:
«ΠΑΡΑΛΑΒΗ - ΜΕΤΑΦΟΡΑ & ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΡΕΥΜΑΤΩΝ ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΩΝ ΔΗΜΟΥ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑΣ»
Προϋπολογισμός: 216.000,00 € προ φπα, ήτοι 267.840,00 € με φπα 24%

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ ΑΝΟΙΚΤΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

Ο Δήμαρχος Ερμιονίδας

προκηρύσσει ηλεκτρονικό ανοικτό διαγωνισμό κάτω των ορίων, με σφραγισμένες προσφορές για την ανάδειξη αναδόχου εκτέλεσης της σύμβασης υπηρεσιών: «ΠΑΡΑΛΑΒΗ - ΜΕΤΑΦΟΡΑ & ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΡΕΥΜΑΤΩΝ ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΩΝ ΔΗΜΟΥ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑΣ», προϋπολογισμού 216.000,00 ευρώ προ ΦΠΑ, ήτοι 267.840,24 ευρώ με ΦΠΑ. Προσφορές γίνονται δεκτές για το σύνολο του αντικείμενου της σύμβασης και όχι για μέρος αυτού.

1. Αναθέτουσα Αρχή - Στοιχεία επικοινωνίας:

Επωνυμία	ΔΗΜΟΣ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑΣ
Είδος αναθέτουσας αρχής	Ο.Τ.Α.
Αριθμός Φορολογικού Μητρώου / Δ.Ο.Υ.	997609152 / Ναυπλίου
Ταχυδρομική διεύθυνση	Οδός: Μελίνας Μερκούρη, Αριθμός: 11
Πόλη	Κρανίδι
Ταχυδρομικός Κωδικός	21300
Χώρα	Ελλάδα
Τηλέφωνο	2754360002, 2754360000
Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο	m.ermionidas@gmail.com
Αρμόδιος για πληροφορίες	Βασίλειος Πασιαλής / ταχ. δ/ση: Μελίνας Μερκούρη 11 /21300 Κρανίδι
Γενική Διεύθυνση στο διαδίκτυο (URL)	http://www.ermionida.gr/

2. Πρόσβαση στα έγγραφα: Τα έγγραφα της σύμβασης (η υπ' αριθμ. 20/2025 μελέτη, η διακήρυξη, το Ε.Ε.Σ., κ.λπ.) θα αναρτηθούν στο ΚΗΜΔΗΣ και στην ιστοσελίδα του Δήμου Ερμιονίδας (www.ermionida.gr) απ' όπου θα παρέχεται άμεση και δωρεάν πρόσβαση. Επίσης, τα έγγραφα της σύμβασης θα είναι διαθέσιμα για ελεύθερη, πλήρη, άμεση & δωρεάν ηλεκτρονική πρόσβαση μέσω της διαδικτυακής πύλης (www.promitheus.gov.gr) του ΟΠΣ ΕΣΗΔΗΣ.

3. Κωδικός CPV: 90510000-5

4. Περιγραφή της Δημόσιας Σύμβασης- Διάρκεια

Η δημοπρατούμενη υπηρεσία αφορά στην παραλαβή, μεταφορά & διαχείριση 2.160,00 τόνων ειδικών ρευμάτων μη επικίνδυνων αστικών στερεών αποβλήτων (μπαζών, κλαδεμάτων, ογκωδών αντικειμένων), που παράγονται στο Δήμο Ερμιονίδας, καθώς και στη διάθεση του υπολείμματος, που θα προκύψει από την επεξεργασία τους.

Θα καλυφθούν οι ανάγκες του Δήμου Ερμιονίδας για ενδεικτική χρονική διάρκεια περίπου **12 μηνών**. Σε κάθε περίπτωση η εργασία θα περατωθεί με την εξάντληση της συνολικής προϋπολογιζόμενης ποσότητας και κατ' επέκταση με την εξάντληση του συμβατικού τιμήματος.

5. Εναλλακτικές προσφορές - Αντιπροσφορές: Δεν επιτρέπεται η υποβολή αντιπροσφορών ή εναλλακτικών προσφορών.

6. Προϋποθέσεις συμμετοχής - Λόγοι αποκλεισμού - κριτήρια επιλογής: Δικαίωμα συμμετοχής στο διαγωνισμό παρέχεται σε φυσικά ή νομικά πρόσωπα, της ημεδαπής ή της αλλοδαπής, ενώσεις οικονομικών φορέων που υποβάλλουν κοινή προσφορά, που είτε αυτοτελώς είτε εν συμπράξει, θα πρέπει να νομιμοποιούνται να εκτελούν την δημοπρατούμενη υπηρεσία και να διαθέτουν τον εξοπλισμό, το προσωπικό και την εμπειρία, που απαιτούνται από την αναλυτική διακήρυξη για την υλοποίησή της. Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να είναι εγγεγραμμένοι στο οικείο Επιμελητήριο. Αποκλείεται οικονομικός φορέας από τη συμμετοχή στη διαδικασία σύναψης σύμβασης εφόσον συντρέχει στο πρόσωπό του (εάν πρόκειται για μεμονωμένο φυσικό ή νομικό πρόσωπο) ή σε ένα από τα μέλη του (εάν πρόκειται για ένωση οικονομικών φορέων) ένας ή περισσότεροι από τους λόγους που αναφέρονται στην παράγραφο 2.2.3 της διακήρυξης (Λόγοι αποκλεισμού). Επίσης, οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πληρούν τα κριτήρια ποιοτικής επιλογής τα οποία αναλύονται ενδελεχώς στις παραγράφους 2.2.4, 2.2.5, 2.2.6 και 2.2.8 της διακήρυξης καθώς και η προσφορά τους να κατατεθεί σύμφωνα με την παράγραφο 2.4 της διακήρυξης (Κατάρτιση - Περιεχόμενο Προσφορών).

7. Εγγυήσεις: Για την έγκυρη συμμετοχή στη διαδικασία σύναψης της παρούσας σύμβασης, κατατίθεται από τους συμμετέχοντες οικονομικούς φορείς εγγύηση συμμετοχής, ποσού 4.320,00 € (τεσσάρων χιλιάδων τριακοσίων είκοσι ευρώ). Για την καλή εκτέλεση των όρων της σύμβασης ο οικονομικός φορέας στον οποίο θα γίνει η κατακύρωση, θα κληθεί να καταθέσει μέχρι και την υπογραφή της σύμβασης, εγγύηση για χρηματικό ποσό 4% επί της εκτιμώμενης αξίας της σύμβασης χωρίς να υπολογίζεται ο Φ.Π.Α., ήτοι 8.640,00 ευρώ (οχτώ χιλιάδων εξακοσίων σαράντα ευρώ). Κατά τα λοιπά ισχύουν τα διαλαμβανόμενα στις παραγράφους 2.1.5, 2.2.2 και 4.1 της αναλυτικής διακήρυξης.

8. Κριτήριο ανάθεσης: η πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά αποκλειστικά βάσει τιμής (χαμηλότερη τιμή).

9. Παραλαβή προσφορών: Ο διαγωνισμός θα διενεργηθεί με ηλεκτρονικό τρόπο μέσω της πλατφόρμας του Εθνικού Συστήματος Ηλεκτρονικών Δημοσίων Συμβάσεων (ΕΣΗΔΗΣ) στη διαδικτυακή πύλη www.promitheus.gov.gr του συστήματος, σύμφωνα με τις διατάξεις του Ν.4412/2016. Η ημέρα λήξης παραλαβής προσφορών είναι η 23η /2/2026 και η ώρα λήξης 23:59. Η Ηλεκτρονική Αποσφράγιση των προσφορών θα διενεργηθεί την 27η / 2 / 2026 και ώρα 10:00 π.μ.

10. Χρόνος ισχύος προσφορών: Οι υποβαλλόμενες προσφορές ισχύουν και δεσμεύουν τους οικονομικούς φορείς για διάστημα δέκα (10) μηνών από την επόμενη της διενέργειας του διαγωνισμού.

11. Γλώσσα σύνταξης προσφορών: Οι προσφορές συντάσσονται στην ελληνική γλώσσα ή ουδέονται από επίσημη μετάφρασή τους στην ελληνική γλώσσα.

12. Χρηματοδότηση: Φορέας χρηματοδότησης είναι ο Δήμος Ερμιονίδας σύμφωνα με τα ειδικά αναφερόμενα στην παράγραφο 1.2 της αναλυτικής διακήρυξης.

13. Προδικαστικές προσφυγές: Υποβάλλονται στην Ενιαία Αρχή Δημοσίων Συμβάσεων (ΕΑ-ΔΗΣΥ) σύμφωνα με την παράγραφο 3.4 της αναλυτικής διακήρυξης.

14. Γενικοί και ειδικοί όροι εκτέλεσης της σύμβασης: Οι γενικοί και ειδικοί όροι εκτέλεσης της σύμβασης αναλύονται στις παραγράφους 4,5,6 της αναλυτικής διακήρυξης.

Ο Δήμαρχος
Γεωργόπουλος Ιωάννης



Image by Trung Huyh Duc from Pixabay

Τρέξιμο ως 3-σε-1 άσκηση: Οφέλη για σώμα, νου και ψυχή

Το τρέξιμο, όταν το προσεγγίσουμε πέρα από απλή φυσική άσκηση, μπορεί να μετατραπεί σε μια ολοκληρωμένη εμπειρία ευεξίας που ωφελεί το σώμα, το μυαλό και την ψυχή παράλληλα. Αυτό ακριβώς περιγράφει ο όρος «τρέξιμο 3 σε 1»: συνδυασμός άσκησης, εμπειρίας και ενσυνειδητότητας.

Η καθημερινή ρουτίνα του τρεξίματος σε ανώμαλο έδαφος, σε μονοπάτια μέσα στη φύση, δίνει περισσότερα από όσα νομίζουμε. Σε αντίθεση με το επίπεδο τρέξιμο σε διάδρομο ή ασφαλτό, το trail running – με εναλλαγές εδάφους, λόφους, ρίζες και πέτρες – απαιτεί συγκέντρωση, προσαρμογή και διαρκή επίγνωση του σώματος και του περιβάλλοντος. Αυτή η επαφή με το «παρόν» ενισχύει την ενσυνειδητότητα (mindfulness), που συνδέεται με μείωση του άγχους και βελτίωση της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Σωματικά, το τρέξιμο ενεργοποιεί μεγάλο εύρος μυϊκών ομάδων, αυξάνει την καρδιοαναπνευστική αντοχή και ενισχύει τον μεταβολισμό. Η ποικιλία του εδάφους και των κλίσεων διατηρεί το σώμα σε διαρκή εγρήγορση, απο-

φεύγοντας τη στασιμότητα και ενισχύοντας τη λειτουργική ισορροπία. Το χωμάτινο έδαφος μειώνει επίσης την καταπόνηση των αρθρώσεων σε σύγκριση με το τσιμέντο, ενώ οι ανηφόρες βελτιώνουν την ικανότητα πρόσληψης οξυγόνου (VO₂ max).

Ψυχολογικά, η επαφή με τη φύση προσφέρει επιπλέον οφέλη. Μελέτες δείχνουν ότι η θέα ενός φυσικού τοπίου ή οι ήχοι του περιβάλλοντος (π.χ. θρόισμα φύλλων, κελάηδημα πουλιών) συμβάλλουν στην αναζωογόνηση και στη βελτίωση της διάθεσης, λειτουργώντας σχεδόν ως φυσική «ψυχοθεραπεία».

Για να γίνει όμως το τρέξιμο ουσιαστικά αποτελεσματικό, απαιτείται καλή προετοιμασία και ασφάλεια: σωστά παπούτσια, σταδιακή αύξηση της δυσκολίας, κατάλληλος εξοπλισμός και, ιδανικά, παρέα στην αρχή.

Αν θέλεις μια δραστηριότητα που όχι μόνο τονώνει το σώμα, αλλά και ηρεμεί το νου και αναζωογονεί την ψυχή, το τρέξιμο μπορεί να γίνει ο πιο ολοκληρωμένος σύμμαχός σου για υγεία και ευεξία.

Γιατί τα παιδιά παραποιούν αληθινές καταστάσεις



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

Πολλές φορές έχουμε αντιληφθεί ότι τα παιδιά λένε διάφορες ιστορίες που δεν ανταποκρίνονται σε πραγματικά γεγονότα, παραποιούν την αλήθεια και γενικά λένε αρκετά ψεματάκια. Πρέπει να τονίσουμε ότι αυτή η κατάσταση αποτελεί μια φυσιολογική αναπτυξιακή εξέλιξη που δεν πρέπει να μας πανικοβάλλει αλλά δεν πρέπει και να αδιαφορήσουμε εντελώς.

Για το ψέμα δεν υπάρχει ένας σαφής ορισμός για το τι είναι, όμως μπορούμε να δώσουμε έναν δικό μας ορισμό λέγοντας ότι ψέμα είναι μια κατάσταση απόκρυψης ή παραποίησης αληθινών καταστάσεων για κάποιο συγκεκριμένο σκοπό.

Τα παιδιά λοιπόν σε καθημερινή βάση λένε ψέματα αλλά δεν πρέπει να βιαστούμε και να τα χαρακτηρίσουμε ψεύτες, γιατί πολύ απλά δεν το επιδιώκουν. Είναι σχεδόν αδύνατον ένα παιδί κάτω των έξι ετών να σκεφτεί και να οργανώσει ένα ψέμα τόσο καλά και αυτό γιατί η αντιληπτική του δεξιότητα δεν είναι 100% ανεπτυγμένη, έτσι δεν είναι σε θέση να αντιλαμβάνεται σωστά την εξωτερική πραγματικότητα και σίγουρα δεν μπορεί να την αποδώσει και σωστά. Επίσης δεν πρέπει να ξεχνάμε την ζωηρή φαντασία των παιδιών σε αυτή την ηλικία η οποία είναι σημαντικός παράγοντας που συντελεί στις παιδικές ανακρίβειες.

Εάν τώρα ένα παιδί έχει περάσει το έκτο έτος της ηλικίας του, τότε αλλάζουν τα δεδομένα γιατί τα ψέματα πλέον γίνονται σκόπιμα. Σε αυτή την περίπτωση τις αιτίες τις αναζητάμε στα πρότυπα που έχουν τα παιδιά αυτά, (αν οι γονείς τους λένε ψέματα, τότε και αυτά θα κάνουν το ίδιο) αλλά και στον φόβο μην τιμηθούν.

Για να αποφύγουμε λοιπόν τέτοιες καταστάσεις καλό θα ήταν εμείς οι γονείς να μη λέμε ψέματα στα παιδιά, να βελτιώσουμε τις σχέσεις μας μαζί τους ώστε να μη φοβούνται και να μη πιέζονται και ποτέ να μη τα υποτιμάμε γιατί να είστε σίγουροι καταλαβαίνουν και αντιλαμβάνονται πολλά περισσότερα από ό,τι νομίζουμε.



ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

ΒΑΣΙΛΗΣ Ν. ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΣ

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΕΜΨΥΧΩΤΗΣ M.Sc. NEUROPSYCHOLOGY

και Συνεργάτες

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

36 ΧΡΟΝΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

30 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟ ΑΡΓΟΣ

ΔΑΓΡΕ 13 ΑΡΓΟΣ ΤΗΛ 2751026336 ΚΙΝ 6945875777
WWW:kapetaniotherapy.gr email:kapetan3@otenet.gr

ετεροδημότες

Το Ναύπλιο της Αθήνας έδωσε ραντεβού: Η γιορτή που γίνεται αφορμή για το μεγάλο αντάμωμα

Την Κυριακή 1η Φεβρουαρίου 2026, το κέντρο της Αθήνας απέκτησε για λίγες ώρες το χρώμα και την αύρα της Αργολίδας. Οι συμπατριώτες μας που κατοικούν μόνιμα στην Αττική συγκεντρώθηκαν στον ιστορικό Ιερό Ναό του Αγίου Γεωργίου Καρύτση για να τιμήσουν τη μνήμη του Νεομάρτυρα Πολιούχου τους, Αγίου Αναστασίου. Η εκδήλωση, την οποία διοργάνωσε ο Σύλλογος των Απανταχού Ναυπλιέων «Ο Ναύπιλος», δεν ήταν απλώς ένα θρησκευτικό καθήκον, αλλά μια ζωντανή γέφυρα που ένωσε την Αργολίδα με την πρωτεύουσα, ενισχύοντας τους δεσμούς της ναυπλιακής διασποράς.

Η επιλογή του συγκεκριμένου ναού φέρει ισχυρό συμβολισμό. Εκεί φιλοξενείται μόνιμα η μεγαλοπρεπής εικόνα του Αγίου, δωρεά του Συλλόγου,

η οποία αποτελεί το πνευματικό καταφύγιο και το σημείο αναφοράς για τους «ξενιτεμένους» του Ναυπλίου. Η φετινή Πανηγυρική Θεία Λειτουργία είχε μια ξεχωριστή, αρχοντική αύρα. Η φημισμένη πολυφωνική χορωδία του ναού απέδωσε τους ύμνους με μια αρμονία που παρέπεμπε ευθέως στον ασπικό χαρακτήρα και την ιστορικότητα του Ναυπλίου, κάνοντας τους παρευρισκόμενους να νιώθουν, έστω και για λίγο, πως βρίσκονται στα στενά της παλιάς πόλης.

Παρά τη δυσμενή πρόγνωση του καιρού και το τσουκτερό κρύο και την βροχή, η κοινωνική ανάγκη για επαφή αποδείχθηκε ισχυρότερη. Μετά την αρτοκλασία, πραγματοποιήθηκε η λιτάνευση της εικόνας γύρω από την πλατεία Καρύτση. Αν και η έντονη κακοκαιρία στέρψε από την πομπή

τη συμμετοχή της Φιλαρμονικής του δήμου Αθηναίων, η συμμετοχή του κόσμου ήταν καθολική, αποδεικνύοντας ότι το αίσθημα της συνάντησης με άλλους ετεροδημότες Ναυπλιώτες, παραμένει αραγάς.

Η ουσιαστική κοινωνική διάσταση της ημέρας αναδείχθηκε αμέσως μετά, στην καθιερωμένη συνάντηση που φιλοξενήθηκε σε κεντρικό ξενοδοχείο. Εκεί, η κατάνυξη έδωσε τη θέση της στη ζωντάνια των ανθρώπινων σχέσεων. Ήταν η στιγμή που παλιοί γείτονες από την Πρόνοια ή τον Ψαρομαχαλά και την Παλιά Πόλη, οι οποίοι πλέον ζουν διασκορπισμένοι στην Αττική, βρήκαν την ευκαιρία να καθίσουν στο ίδιο τραπέζι. Οι συζητήσεις δεν περιορίστηκαν στα τυπικά. Περιστράφηκαν γύρω από το Ναύπλιο, την κατάστα-

ση στην πόλη και την αγωνία για τη διατήρηση της ιδιαίτερης φυσιογνωμίας του τόπου.

Το «παρών» έδωσαν εκπρόσωποι της Τοπικής Αυτοδιοίκησης από την Αργολίδα, καθώς και προσωπικότητες των γραμμάτων και των τεχνών. Το παραδοσιακό «αναπλιώτικο φίλεμα» λειτουργήσε ως η αφορμή για να επιβεβαιωθεί πως ο Σύλλογος παραμένει ένας ζωντανός οργανισμός που κρατά τις θερμοψύλες της παράδοσης μακριά από την έδρα του δήμου. Η γιορτή ολοκληρώθηκε με την υπόσχεση για ανανέωση του ραντεβού, υπενθυμίζοντας ότι η απόσταση είναι μόνο χιλιομετρική και ότι η καρδιά της πόλης χτυπά εξίσου δυνατά και στην Αθήνα.



ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΑ

Οι Μυκηναίοι μηχανικοί

κατασκεύασαν τους πρώτους μνημειώδεις δρόμους της Ευρώπης
κατά την Εποχή του Χαλκού — Μια μελέτη τους αναπαράγει με ακρίβεια

Της **ΜΑΡΙΝΑ ΣΙΣΚΟΥ**

Μια πρωτοποριακή μελέτη χρησιμοποιεί μοντέλα υπολογιστικής προσομοίωσης για να ανακατασκευάσει τους πρώτους δρόμους της Εποχής του Χαλκού στην Ελλάδα και να κατανοήσει τη λειτουργία τους στο πλαίσιο του εμπορικού και επικοινωνιακού δικτύου του αρχαίου μυκηναϊκού πολιτισμού.

Πώς σχεδίαζαν και κατασκεύαζαν τους δρόμους τους οι μηχανικοί της Εποχής του Χαλκού; Συνέδεαν παλάτια, λιμάνια ή πεδία μάχης; Μια διεθνής ερευνητική ομάδα έριξε νέο φως σε αυτά τα αινίγματα χρησιμοποιώντας ένα εκπληκτικό εργαλείο: λογισμικό προσομοίωσης διαδρομών. Η μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο *Journal of Archaeological Science*, κατάφερε να αναδημιουργήσει με εκπληκτική ακρίβεια τους πρώτους μνημειώδεις δρόμους της Ευρώπης — τους μυκηναϊκούς δρόμους — χρησιμοποιώντας ψηφιακά μοντέλα εδάφους και πολύπλοκους υπολογισμούς.

Η έρευνα επικεντρώνεται στην εφαρμογή μιας τεχνικής που ονομάζεται Ανάλυση Διαδρομής Ελάχιστου Κόστους (LCP). Ουσιαστικά, αυτή η μεθοδολογία επιτρέπει στους ερευνητές να υπολογίζουν την πιο αποδοτική διαδρομή μεταξύ δύο σημείων σε ένα τοπίο, λαμβάνοντας υπόψη εμπόδια όπως η κλίση. Όσο πιο απότομη είναι μια πλαγιά, τόσο μεγαλύτερο είναι το «κόστος» ή η προσπάθεια που απαιτείται για να την ξεπεράσει κανείς. Η διαδρομή ελάχιστου κόστους είναι, επομένως, αυτή που απαιτεί τη λιγότερη ενέργεια για να διανυθεί.

Το καινοτόμο στοιχείο αυτής της εργασίας δεν είναι η ίδια η ιδέα, αλλά το εργαλείο και η σχολαστικότητα με την οποία εφαρμόστηκε από τους ερευνητές Christopher Nuttall του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και του Σουηδικού Ινστιτούτου Αθηνών, και Johan Konačević του Πανεπιστημίου του Βελιγραδίου, οι οποίοι χρησιμοποίησαν το πακέτο *Monocost* στο περιβάλλον προγραμματισμού R, μια ισχυρή και ευέλικτη πλατφόρμα λογισμικού ανοικτού κώδικα.

«Η αυξανόμενη βελτίωση και διαθεσιμότητα του λογισμικού Γεωγραφικών Πληροφοριακών Συστημάτων (GIS) έχει οδηγήσει σε μια εξάπλωση των μη εξειδικευμένων εργασιών στη βασική χωρική ανάλυση», σημειώνουν οι συγγραφείς στην εισαγωγή του άρθρου. Ωστόσο, η μελέτη αυτή υπερβαίνει τις συμβατικές προσεγγίσεις, προσφέροντας στους αρ-

χαιολόγους μια προσαρμόσιμη και ισχυρή μεθοδολογία για όσους επιθυμούν να ξεπεράσουν τις προκαθορισμένες μεθόδους.

Για να δοκιμάσει τις δυνατότητες του λογισμικού, η ομάδα δεν ξεκίνησε από το μηδέν. Βασίστηκε σε τρία τμήματα πραγματικών μυκηναϊκών δρόμων, τα ερείπια των οποίων είναι ακόμα ορατά στο ελληνικό τοπίο, τα οποία αποτέλεσαν το ιδανικό «πεδίο δοκιμών» για τη βαθμονόμηση της ακρίβειας των ψηφιακών μοντέλων.

1. Ο δρόμος Πύλος-Ρυζόμυλος (Μεσσηνία): Μια διαδρομή στη νοτιοδυτική Πελοπόννησο, που εντοπίστηκε τη δεκαετία του 1960, με μεγάλα ασβεστολιθικά τεμάχια και που συνδέει σημαντικά μυκηναϊκά κέντρα. Αν και η χρονολόγησή της δεν έχει επιβεβαιωθεί μέσω ανασκαφών, η ομοιότητά της με άλλους δρόμους και η σύνδεσή της με μνημειώδεις τάφους της περιόδου υποδηλώνουν μυκηναϊκή προέλευση.

2. Ο δρόμος Τίρυνθα-Επίδαυρος (Αργολίδα): Ένας από τους καλύτερα διατηρημένους δρόμους, διάσημος για την επιβλητική Μυκηναϊκή Γέφυρα του Αρκαδικού, ένα κυκλώπειο κατασκεύασμα που στέκεται όρθιο μέχρι σήμερα. Αυτός ο δρόμος, με τις γέφυρες και τα καλά τεκμηριωμένα ερείπια, συνδέει τον Αργολικό Κόλπο με τον Σαρωνικό Κόλπο.

3. Ο δρόμος Μ1 (Αργολίδα): Μέρος του δικτύου που εκτείνεται από τις Μυκίνες. Αν και η αφετηρία του κοντά στην ακρόπολη είναι σαφής, ο τελικός προορισμός του αποτελεί αντικείμενο συζήτησης μεταξύ των ειδικών, καθιστώντας τον ιδανική περίπτωση μελέτης για το μοντέλο. Ο στόχος ήταν σαφής: να εισαχθούν τα γνωστά σημεία έναρξης και λήξης αυτών των δρόμων στο λογισμικό και να διαπιστωθεί ποιος συνδυασμός παραμέτρων και λειτουργιών μοντέλου παρήγαγε μια ψηφιακή διαδρομή που ταίριαζε με τη μεγαλύτερη ακρίβεια με τα πραγματικά αρχαιολογικά ευρήματα.

Η μελέτη δεν βασίστηκε σε μία μόνο προσομοίωση. Οι ερευνητές δοκίμασαν συστηματικά πέντε διαφορετικές λειτουργίες υπολογισμού κόστους, καθεμία από τις οποίες είχε σχεδιαστεί για να προσομοιώνει έναν συγκεκριμένο τύπο κίνησης:

- Λειτουργίες πεζοπορίας (THF, MTF, RHF): Βασίζονται στον χρόνο και την ενέργεια που επενδύει ένας πεζός στην ανάβαση και κατάβαση πλαγιών. Η λειτουργία Tobler (THF) είναι μία από τις πιο συχνά χρησιμοποιούμενες στην αρχαιολογία.



- Λειτουργία μεταβολικού κόστους (HRZ): Εστιάζει στην καθαρή κατανάλωση ενέργειας, μετρούμενη σε Joules, που απαιτείται για την κίνηση.

- Λειτουργία τροχοφόρου οχήματος (WCS): Ειδικά σχεδιασμένη για να προσομοιώνει την κίνηση καροτσιών ή βαγονιών, ενσωματώνοντας μια βασική έννοια: την κρίσιμη κλίση. Πέρα από ένα ορισμένο βαθμό κλίσης, τα τροχοφόρα οχήματα γίνονται εξαιρετικά αναποτελεσματικά, απαιτώντας τη δημιουργία ζιγκ-ζαγκ διαδρομών στο έδαφος.

Επίσης, διαφοροποίησαν και άλλες παραμέτρους, όπως τον αριθμό των κατευθύνσεων στις οποίες το μοντέλο «μπορεί να κινηθεί» στο ψηφιακό έδαφος (4, 8 ή 16) και το αν θα εφαρμοστεί ή όχι η έννοια της γνωστικής κλίσης, η οποία λαμβάνει υπόψη την ανθρώπινη τάση να υπερεκτιμάται η απότομη κλίση των λόφων. (Πηγή: *Ενικός*)

Για να προσθέσουν ένα επιπλέον επίπεδο αξιοπιστίας στην ανάλυση, έτρεξαν όλους αυτούς τους συνδυασμούς χρησιμοποιώντας δύο διαφορετικά ψηφιακά μοντέλα υψομέτρου (DEM): το SRTM-DEM της NASA και το πιο πρόσφατο COP-DEM της Ευρωπαϊκής Διαστημικής Υπηρεσίας. Συνολικά, δημιουργήθηκαν και συγκρίθηκαν εκατοντάδες εικονικές διαδρομές για κάθε τμήμα του δρόμου.

Αποτελέσματα: Ο θρίαμβος του τροχοφόρου οχήματος
Τα ευρήματα ήταν αποκαλυπτικά. Για τον δρόμο της Μεσσηνίας και για τον δρόμο Μ1 από τις Μυκίνες σε μία από τις πιθανές διαδρομές του, η συνάρτηση

υπόθεση ότι οδηγούσε κατευθείαν στην Κόρινθο. Αντίθετα, πρότειναν πιθανές εναλλακτικές προορισμούς προς τα ανατολικά, όπως το λιμάνι του Καλαμανού στον Σαρωνικό Κόλπο, ή προς τα βόρεια, προς τον Άγιο Βασίλειο, έναν τόπο με πιθανή τελετουργική σημασία.

Η έρευνα αποδεικνύει ότι η μοντελοποίηση διαδρομών δεν είναι μια ακριβής επιστήμη που ταιριάζει σε όλες τις περιπτώσεις. Δεν υπάρχει μια καθολική «μαγική φόρμουλα». «Η καταλληλότητα των λειτουργιών και των παραμέτρων που δοκιμάστηκαν εξαρτάται από το συγκεκριμένο τοπίο και το αρχαιολογικό πλαίσιο», προειδοποιούν οι συγγραφείς. Τονίζουν την ανάγκη να προσαρμόζεται η ανάλυση για κάθε συγκεκριμένη περίπτωση, λαμβάνοντας υπόψη τον σκοπό του δρόμου, τον τρόπο μεταφοράς και το έδαφος.

Η επιτυχία της λειτουργίας του WCS σε αυτό το πλαίσιο αποτελεί ένα σημαντικό μάθημα για την αρχαιολογία του τοπίου. Υποδηλώνει ότι, τουλάχιστον για τους πιο μνημειώδεις μυκηναϊκούς δρόμους, η αποτελεσματικότητα της μεταφοράς φορτίων με τροχοφόρα οχήματα ήταν ένας κρίσιμος παράγοντας σχεδιασμού, που υπερίσχυε της απλής ελαχιστοποίησης της απόστασης ή του χρόνου περπατήματος.

Τελικά, αυτή η ψηφιακή ανακατασκευή δεν είναι απλώς μια τεχνική άσκηση. Κατανοώντας τον τρόπο με τον οποίο κινούνταν οι Μυκηναίοι, αποκτούμε βαθύτερη γνώση της οικονομίας και της κοινωνίας τους. «Τα αποτελέσματα αυτά υποδηλώνουν επίσης ότι οι μυκηναϊκοί δρόμοι πιθανότατα χρησίμευαν ως βασικοί υποδομικοί σύνδεσμοι μεταξύ των μεγάλων κέντρων και των λιμανιών ή των κόλπων», υπογραμμίζοντας τον ρόλο τους στη διευκόλυνση του περιφερειακού εμπορίου και της επικοινωνίας, καταλήγει η μελέτη.

Οι δρόμοι συνέδεαν παλάτια, ακτές και κοινότητες, δημιουργώντας ένα δίκτυο που στήριζε τον πολύπλοκο οικονομικό και κοινωνικό ιστό του πρώτου μεγάλου πολιτισμού της ηπειρωτικής Ελλάδας. Τώρα, χιλιάδες χρόνια αργότερα, η τεχνολογία του 21ου αιώνα μας επιτρέπει να τους ταξιδέψουμε ξανά και να ανακαλύψουμε τα μυστικά των μηχανικών τους. Διαβάστε εδώ τη σχετική επιστημονική δημοσίευση.

Πηγή: *LBV Magazine / anaskafi.blogspot.com/*

money

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΑΚΗΣ ΓΚΑΤΖΙΟΣ

ΠΕΜΠΤΗ
05 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026

μικρά οικονομικά

ΨΗΦΙΑΚΟ ΦΑΚΕΛΩΜΑ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Σε πλήρη καταγραφή της ακίνητης περιουσίας προχωρά η κυβέρνηση με την ενεργοποίηση της πλατφόρμας για το Μητρώο Ιδιοκτησίας και Διαχείρισης Ακινήτων (ΜΙΔΑ) μέχρι τα τέλη Μαρτίου όπου 7 εκατ. φορολογούμενοι θα κληθούν να δηλώσουν την χρήση κάθε ακινήτου που έχουν στη κατοχή τους δηλαδή αν είναι κύρια κατοικία και ιδιοκατοικείται, εξοχική κατοικία, μισθωμένο, κενό ή δωρεάν παραχωρούμενο ακίνητο.

Σύμφωνα με δηλώσεις του υπουργού Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών Κυριάκου Πιερρακάκη στο 43ο συνέδριο της ΠΟΜΙΔΑ, «για πρώτη φορά το κράτος αποκτά σε πραγματικό χρόνο μια ολοκληρωμένη, ψηφιακή εικόνα του αποθέματος ακινήτων και της πραγματικής λειτουργίας της αγοράς, όχι για να επιβάλει νέα βάρη, αλλά για να μπορεί να σχεδιάζει δίκαιες και στοχευμένες πολιτικές. Ίσα ίσα για να αφαιρεί βάρη... Με αυτόν τον τρόπο ενισχύεται η διαφάνεια, περιορίζεται η παραοικονομία και προστατεύεται ο συνεπής ιδιοκτήτης ενώ παράλληλα διαμορφώνεται ένα πιο σταθερό και προβλέψιμο περιβάλλον για ολόκληρη την αγορά ακινήτων».

Η νέα ψηφιακή πλατφόρμα αποτελεί την πρώτη ηλεκτρονική «ακτινογραφία» των ακινήτων σε όλη τη χώρα καθώς με την εγγραφή στο ΜΙΔΑ θα υπάρχουν όλες οι πληροφορίες για κάθε ακίνητο όπως είδος (κατοικία, οικόπεδο, αγροτεμάχιο, επαγγελματικό ακίνητο κλπ.), επιφάνεια, θέση, όροφος, ηλεκτροδοτούμενο, ημιτελές, εάν είναι κενό, μισθωμένο ή δωρεάν παραχωρημένο, ο Αριθμός Ταυτότητας Ακινήτου (ΑΤΑΚ), ο Κωδικός Αριθμού Εθνικού Κτηματολογίου (ΚΑΕΚ).

Την ίδια ώρα όπως είπε ο διοικητής της ΑΑΔΕ Γιώργος Πιτσιλής η λειτουργία του ΜΙΔΑ ανοίγει το δρόμο για την προσυμπλήρωση των δηλώσεων Ε1 και Ε2 και επιτρέπει τη σωστή εφαρμογή της στεγαστικής πολιτικής και τη δικαιοσύνη στην καταβολή αγροτικών επιδοτήσεων.

Ο Αριθμός Ταυτότητας Ακινήτου (ΑΤΑΚ) θα ταυτίζεται με τον Κωδικό Αριθμού του Κτηματολογίου (ΚΑΕΚ) και οι φορολογούμενοι θα κληθούν να ελέγξουν την εικόνα της ακίνητης περιουσίας όπως θα έχει αποτυπωθεί στο ΜΙΔΑ και όσοι διαπιστώνουν λάθη και παραλείψεις στα στοιχεία θα πρέπει να προχωρήσουν σε διορθώσεις.

ΕΚΘΕΣΗ «ΕΡΓΑΝΗ» 2025

Ιδιαίτερως θετικά αποτελέσματα για την αγορά εργασίας αποτυπώνει η επίσημη έκθεση «ΕΡΓΑΝΗ» για το 2025. Όπως αναφέρει το υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης σε ανακοίνωσή του, σε μία χρονιά που η ανεργία μειώθηκε στο 7,5% τον Δεκέμβριο 2025 έναντι 9,4% τον Δεκέμβριο 2024, στο χαμηλότερο ποσοστό των 18 τελευταίων ετών και στο δεύτερο χαμηλότερο ποσοστό ανεργίας στην ιστορία της χώρας, τα στοιχεία του Ολοκληρωμένου Πληροφοριακού Συστήματος «ΕΡΓΑΝΗ» για τη μισθωτή εργασία επιβεβαιώνουν τη σταθερά ανοδική πορεία της απασχόλησης, αλλά και των αμοιβών.

Το αναπτυξιακό πλάνο Πτωχού για την Αργολίδα

Με όχημα το ΕΣΠΑ 2021-2027, η Περιφέρεια επενδύει στην κοινωνική συνοχή και τις υποδομές

Στην οικονομική διάσταση της ανάπτυξης και στον αντίκτυπο που έχουν οι ευρωπαϊκοί πόροι στην καθημερινότητα του πολίτη εστίασε ο Περιφερειάρχης Πελοποννήσου Δημήτρης Πτωχός, κατά την παρουσίαση του προγράμματος «Πελοπόννησος 2021-2027» που πραγματοποιήθηκε στο Ναύπλιο. Με φόντο τις προκλήσεις της νέας προγραμματικής περιόδου, ο κ. Πτωχός ξεκαθάρισε πως η διαχείριση των κονδυλίων δεν αποτελεί μια στεγνή λογιστική διαδικασία, αλλά έναν στρατηγικό οδικό χάρτη με ανθρωποκεντρικό πρόσημο.

Στην εκδήλωση, που συγκέντρωσε το ενδιαφέρον των τοπικών φορέων της Αργολίδας, αναλύθηκαν οι βασικοί πυλώνες στους οποίους θα διοχετευθούν τα κεφάλαια του ΕΣΠΑ. Ο Περιφερειάρχης έδωσε ιδιαίτερη έμφαση στο γεγονός ότι η οικονομική ευημερία της περιοχής συνδέεται άρρηκτα με την κοινωνική προστασία και την ενίσχυση των υποδομών. «Όταν ο άνθρωπος είναι στο επίκεντρο, τα έργα αποκτούν νόημα», σημείωσε χαρακτηριστικά, δίνοντας το στίγμα της διοίκησής του: τα χρήματα

των Ευρωπαίων πολιτών πρέπει να μεταφράζονται σε απτά οφέλη για τους κατοίκους του Άργους, του Ναυπλίου, της Ερμιονίδας και της Επιδάουρου.

Το πρόγραμμα 2021-2027 περιλαμβάνει μια σειρά από στοχευμένες παρεμβάσεις που αφορούν την καινοτομία, την προστασία του περιβάλλοντος και την ψηφιακή μετάβαση. Ωστόσο, η οικονομική διάσταση που αναδείχθηκε αφορά κυρίως τη βιωσιμότητα και την ανθεκτικότητα της τοπικής οικονομίας. Μέσα από τη χρηματοδότηση δράσεων για την επιχειρηματικότητα και την ενεργειακή αναβάθμιση, η Περιφέρεια επιδιώκει να δημιουργήσει νέες θέσεις εργασίας και να θωρακίσει την Αργολίδα απέναντι στις σύγχρονες οικονομικές πιέσεις.

Ο κ. Πτωχός στάθηκε ιδιαίτερα στη σημασία της κοινωνικής συνοχής. Ένα σημαντικό μέρος των πόρων κατευθύνεται στην υγεία, την πρόνοια και την εκπαίδευση, τομείς που, αν και δεν θεωρούνται πάντα «παραγωγικοί» με τη στενή οικονομική έννοια, αποτελούν τη βάση για οποιαδήποτε υγιή ανάπτυξη. Η ενίσχυση των κοινωνικών δομών στην Αργολίδα

κρίνεται απαραίτητη για τη διατήρηση του κοινωνικού ιστού και τη στήριξη των ευάλωτων ομάδων. Δεν έλειψαν οι αναφορές στα μεγάλα έργα υποδομής που βρίσκονται σε εξέλιξη ή προγραμματίζονται για την περιοχή. Η αξιοποίηση του ΕΣΠΑ για τη βελτίωση του οδικού δικτύου και την ανάδειξη του πολιτιστικού αποθέματος της Αργολίδας αποτελεί προτεραιότητα. Σύμφωνα με τον Περιφερειάρχη, η επένδυση στον πολιτισμό και τον τουρισμό είναι μια κίνηση με υψηλή οικονομική ανταποδοτικότητα, καθώς ενισχύει το τοπικό εισόδημα και προβάλλει την περιοχή διεθνώς.

Κλείνοντας την τοποθέτησή του, ο Δημήτρης Πτωχός κάλεσε τους τοπικούς φορείς σε στενή συνεργασία, υπογραμμίζοντας ότι η επιτυχία του προγράμματος εξαρτάται από την ταχύτητα απορρόφησης των κονδυλίων και την ποιότητα των προτάσεων που θα υλοποιηθούν. Το μήνυμά ήταν σαφές: η Αργολίδα έχει μπροστά της μια σημαντική οικονομική ευκαιρία, και η Περιφέρεια είναι έτοιμη να την αξιοποιήσει με σχέδιο και διαφάνεια.

Πελοπόννησος: Η εφαρμογή «Thèa» στην υπηρεσία του τουρισμού

Βραβείο για καινοτόμο ψηφιακό βοηθό που αλλάζει τα δεδομένα στην περιήγηση επισκεπτών

Στο επίκεντρο των εξελίξεων για τον σύγχρονο τουρισμό βρέθηκε η Περιφέρεια Πελοποννήσου, αποσιτώντας μια σημαντική διάκριση που επιβεβαιώνει τη στροφή της περιοχής προς τον ψηφιακό μετασχηματισμό. Κατά τη διάρκεια της τελετής απονομής, η Περιφέρεια τιμήθηκε για την πρωτοποριακή εφαρμογή τεχνητής νοημοσύνης «Thèa», η οποία είναι ενσωματωμένη στην τουριστική πύλη visit-peloponnese.gr.

Το βραβείο παρέλαβε ο εντεταλμένος Σύμβουλος Μεταφορών και Επικοινωνιών, Αναστάσιος Γανώσης, σηματοδοτώντας μια νέα εποχή για τον τρόπο με τον οποίο οι ξένοι και Έλληνες επισκέπτες ανακαλύπτουν τους θησαυρούς της αργολικής γης και των γειτονικών νομών. Η διάκριση αυτή δεν είναι απλώς μια τυπική αναγνώριση, αλλά το αποτέλεσμα μιας στρατηγικής επιλογής για την ενίσχυση της εξωστρέφειας και της αναβάθμισης της ταξιδιωτικής εμπειρίας.

Το chatbot «Thèa» αποτελεί την καρδιά αυτής της καινοτομίας. Δεν πρόκειται για έναν απλό κατάλογο πληροφοριών, αλλά για έναν εξελιγμένο ψηφιακό βοηθό που βασίζεται στην τεχνητή



νοημοσύνη. Στόχος της εφαρμογής είναι να λειτουργεί ως ένας προσωπικός ξενάγος, διαθέσιμος ανά πάσα στιγμή στο κινητό ή τον υπολογιστή του χρήστη.

Η «Thèa» έχει σχεδιαστεί για να παρέχει άμεσες και έγκυρες απαντήσεις σε ένα ευρύ φάσμα ερωτημάτων. Ο επισκέπτης που βρίσκεται στο Ναύπλιο, στο Άργος ή στην Επίδαυρο μπορεί να συνομιλήσει με την εφαρμογή και να λάβει πληροφορίες για την ιστορία των αρχαιολογικών χώρων, τα αξιοθέατα της περιοχής, αλλά και τις προσφερόμενες δραστηριότητες. Η εφαρμογή

επεκτείνεται και στον τομέα της γαστρονομίας, προτείνοντας τοπικές γεύσεις και σημεία ενδιαφέροντος, ενώ παράλληλα παρέχει χρηστικές οδηγίες για τις μετακινήσεις και τη διαμονή.

Το κύριο χαρακτηριστικό που καθιστά τη «Thèa» καινοτόμο είναι η ικανότητά της να προσφέρει εξατομικευμένες προτάσεις. Μέσω της ανάλυσης των αναγκών του χρήστη, ο ψηφιακός βοηθός προτείνει διαδρομές και εμπειρίες που ταιριάζουν στα ενδιαφέροντα του εκάστοτε ταξιδιώτη. Με αυτόν τον τρόπο, η τεχνητή νοημοσύνη μετατρέπεται σε ένα εργαλείο που όχι μόνο διευκολύνει την οργάνωση του ταξιδιού, αλλά εμπλουτίζει τη διαδραστική σχέση του επισκέπτη με τον προορισμό. Η ενσωμάτωση τέτοιων εργαλείων στην επίσημη τουριστική πύλη της Περιφέρειας αποδεικνύει ότι η Πελοπόννησος επενδύει σε τεχνολογίες αιχμής για να παραμείνει ανταγωνιστική. Η «Thèa» αποτελεί πλέον το ψηφιακό πρόσωπο της περιοχής μας, προσφέροντας μια σύγχρονη και φιλική προσέγγιση σε όσους επιλέγουν να γνωρίσουν την ιστορική και πολιτιστική κληρονομιά του τόπου μας.

Οι δωρεάν μικρές αγγελίες αφορούν ιδιώτες και αποστέλλονται διαδικτυακά στη φόρμα που θα βρείτε στο 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 δημοσιεύει περισσότερες από μία μικρή αγγελία ταυτόχρονα. Δημοσιεύονται και στον έντυπο Αναγνώστη Πελοποννήσου και στο [site anagnostis.org](http://site.anagnostis.org)

ΜΙΚΡΕΣ Αγγελίες

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ 23

ΠΕΜΠΤΗ | 2026
05 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

ΣΤΕΙΛΕ ΑΓΓΕΛΙΑ ΕΔΩ: 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

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ αγρός 10 στρεμμάτων με νερό και ηλεκτρικό μεταξύ Δαλαμανάρας και Λάλουκα. Τηλ. 697 269 3597. ΚΩΔ. 1253

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ ισόγειο κατάστημα 40 τετραγωνικά ισόγειο, 40 τετραγωνικά υπόγειο και 20 πατάρι στο κέντρο του Άργους, Τσώκρη 21. Τηλέφωνο 2751 0 68609 -697 299 4573, με ενεργειακή κατηγορία ΠΕΑ "Η". ΚΩΔ. 1248

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κεντρικό κατάστημα στο Άργος, αυτόνομο κτίριο, ισόγειο, υπόγειο & 1ος όροφος που επικοινωνούν με εσωτερική σκάλα, AC, WC, πλακάκι δαπέδου, ΠΕΑ Ε. Βασ. Αλεξάνδρου 35, τηλ. επικοινωνίας 694 483 5146 & 694 465 5492. ΚΩΔ. 1245

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 85 τ.μ, ισόγειο, με 2 υπνοδωμά-

τια, 1 μπάνιο, σαλόνι, κουζίνα, βεράντα, θέση για πάρκινγκ, στην περιοχή του Άργους, οδός Καρπετοπούλου 111, πλησίον του περιφερειακού. Δείκτης ενεργειακής απόδοσης: B+/ Τηλ. επικοινωνίας: 697 457 9922. Ωρες επικοινωνίας: 7μμ - 9μμ Σαββατοκύριακα. ΚΩΔ. 1239

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ δυάρι διαμέρισμα ρετιρέ 47τ.μ στο κέντρο του Άργους πλήρες επιπλωμένο σε άριστη κατάσταση ενεργειακής κατηγορίας B+. Τιμή ενοικίου 370ευρω. Τηλέφωνο 697 474 0155. ΚΩΔ. 1230

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διαμέρισμα 1ου ορόφου, ευάερο, ευήλιο, στο κέντρο του Άργους. 3 υπνοδωμάτια, 2 μπάνια και τζάκι Ενεργειακή κατηγορία ΠΕΑ Β. Τηλέφωνο επικοινωνίας 694 347 0347. ΚΩΔ. 1297

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ studio 25.00

Τ. Μ. στη Νέα Πόλη Κούρτη, επιπλωμένο, internet, ανεξάρτητη είσοδος. Ενεργειακή κατηγορία A+. Στο ενοίκιο περιλαμβάνεται η αξία του ρεύματος και το νερό. Τιμή 380 ευρώ. Τηλ. 697 924 7225. Κ. Γιώργος. ΚΩΔ. 1292

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ διχωρη γκαρσονιέρα 1ου ορόφου, 35 τ.μ. στην Προσύμνη, Άργους. Είναι σε άριστη κατάσταση και πλήρως εξοπλισμένη. Επίσης, παρέχεται πάρκινγκ σκιασμένο. Κατάλληλη για καθηγητές και νέα ζευγάρια. Περίοδος: Σεπτέμβριος - Ιούνιος. Ενεργειακή Κατηγορία: Β. Χρήστος Μερμύγκης: 697 728 7109. ΚΩΔ. 1291

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΜΟΝΟΚΑΤΟΙΚΙΑ για ενοίκιαση στο Άργος. Τηλ. 690 844 9985. ΚΩΔ. 1289

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ επιπλωμένο σπίτι με γκαράζ. Στην περιοχή Αγία Κυριακή Χαράς 7 Ναύπλιο. Από 01/10/2025 έως 30/06/2026. Με 1 υπνοδωμάτιο 1 κουζίνα 1 σαλόνι και 1 τουαλέτα. Με κήπο. Με δείκτη ενεργειακής απόδοσης Β. Τηλέφωνο επικοινωνίας κ. Βίκυ. Τηλ. 697 970 5574. ΚΩΔ. 1278

ΝΑΥΠΛΙΟ στο κέντρο οδός Φλέσα 5 ενοικιάζεται γραφείο 43 τ.μ πρώτου ορόφου. Μίσθωμα 550 ευρώ. Ενεργειακή

κλάση Δ. ΤΗΛ. 6944 344 956. ΚΩΔ. 1279

ΠΩΛΗΣΕΙΣ

ΣΤΗΝ ΑΣΙΝΗ ΝΑΥΠΛΙΟΥ πωλείται αγροτεμάχιο 2.7 στρεμμάτων. Είναι ποτιστικό και διαθέτει ελαιόδεντρα ποικιλίας "λαδοελιά" και κορωνέικη σε πλήρη παραγωγή ετών 20 και 30 χρόνων. Βρίσκεται επί ασφαλτωμένου δρόμου. Είναι εκτός σχεδίου εντός ζώνης ορίων οικισμού. Τιμή συζητήσιμη! Τηλέφωνο: 690 666 8308. ΚΩΔ. 1254

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΟΙΚΟΠΕΔΟ 300 τετραγωνικά μέτρα με παλιά μονοκατοικία, εντός Άργους σε τιμή ευκαιρίας. 46.000 ευρώ. Τηλ. πληροφορίες: 695 555 7290. ΚΩΔ. 1240

Πωλείται οικόπεδο εντός της πόλεως του Άργους. Πληροφορίες: 697 791 4374. ΚΩΔ. 1238

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΑΓΡΟΤΕΜΑΧΙΟ 2.750 τ.μ στο Κεφαλάρι Αργολίδας, Σχέδιο πόλης: Υπό ένταξη στον Νόμο περί δόμησης σε μικρούς οικισμούς "Ζώνη Γ". Δικό του νερό-γεώτρηση(πιστοποιητικό ΕΜΣΥ) & ρεύμα αγροτικό. 500 μέτρα από Ζωοδόχο πηγή. Κυρίως Ελιές και εσπεριδοειδή δέντρα. Αποθήκη 50 τμ. Τιμή: 30.000 - Τηλ: 697 633 2114. ΚΩΔ. 1286

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΑΓΡΟΤΕΜΑΧΙΟ 2.750τ.μ στο Κεφαλάρι Αργολίδας, Σχέδιο πόλης: Υπό ένταξη στον Νόμο περί δόμησης σε μικρούς οικισμούς "Ζώνη Γ". Με δικό του νερό γεώτρηση και ρεύμα αγροτικό. Περίφραξη. 500 μέτρα από Ζωοδόχο πηγή. Ελαιόδεντρα & εσπεριδοειδή δέντρα. Τιμή: 30.000 - 697 633 2114. Σοβαρές Προτάσεις. ΚΩΔ. 1257

ΠΩΛΕΙΤΑΙ στην ΑΣΙΝΗ ΝΑΥΠΛΙΟΥ γεωτεμάχιο 788 ΜΗ οικοδομήσιμο τ.μ με νερό, ρεύμα, με νόμιμο σπίτι 50 τ.μ. με ΠΕΑ Γ, με άδεια και σχέδια ανακατασκευής από μηχανικό! Πρόσβαση από ασφαλτο δρόμο. 200 μέτρα από το κέντρο του χωριού. Τιμή συζητήσιμη! Τηλ. 690 666 8308. ΚΩΔ. 1258

ΣΤΗΝ ΑΣΙΝΗ ΝΑΥΠΛΙΟΥ, πωλείται πολυτελής κατοικία υπό κατασκευή με ΠΕΑ Α, πισίνα, jacuzzi, BBQ, ιδιωτικό πάρκινγκ, τζάκι, 1 ή 2 υπνοδωμάτια και προσαρμόζεται στα γούστα του πελάτη. Τηλ: 6906 668 308. ΚΩΔ. 1254

ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδο 388,74 τ.μ. άρτιο και οικοδομήσιμο εντός ορίων οικισμού Κουρκουλέικα Φουτιών του Δήμου Μονεμβασίας νομού Λακωνίας. Τιμή 20.000 (Συζητήσιμη). Τηλ. 693 713 7998 ΚΩΔ. 1239

ΑΓΙΑ ΤΡΙΑΔΑ Μιδέας πωλούνται δύο συνεχόμενα άρτια οικοδομήσιμα οικόπεδα 500,23 τμ και 833,44 τμ εντός σχεδίου και ορίων οικισμού ανατολικά με πρόσοψη σε αναγνωρισμένη δημοτική οδό Τιμή 90 ευρώ τμ ιδιώτης. Τηλ. 697 211 7945. ΚΩΔ. 1240

ΠΩΛΕΙΤΑΙ διώροφη κατοικία 174 τ.μ. (Ισ 83,09 τ.μ. και 1ος 90,96 τ.μ.) στην οδό Πάροδος Γούναρη (Διονύσου) 90, Άργος. Το κάθε διαμέρισμα αποτελείται από 2 υπνοδωμάτια, κουζίνα, μπάνιο και σαλόνι. ΠΕΑ Η. Τιμή 750€/τ.μ. Τηλ. 694 956 3525. ΚΩΔ. 1238

ΕΡΓΑΣΙΑ

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΚΥΡΙΑ για φροντίδα ηλικιωμένης. Περιοχή παραλιακή οδός Ναυπλίου Ν. Κίου. Ωράριο 8.00 Π.μ έως 6.00 μ.μ. με ένα ρεπό την εβδομάδα. Απαραίτητο μεταφορικό μέσο. Πληροφορίες: 697 670 4781. ΚΩΔ. 1252

ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ με πολυετή εμπειρία παραδίδει μαθήματα σε όλες τις τάξεις. Τιμές προσιτές έως 8 ευρώ την ώρα. Τηλ. 697 640 6459. ΚΩΔ. 1249

ΖΗΤΕΙΤΑΙ κυρία για φύλαξη ηλικιωμένης στο Ναύπλιο. Ωρες εργασίας από 09.00 πμ

έως 14.30 μμ και 18.00 μμ έως 19.30 μμ. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 698 574 9026. ΚΩΔ. 1247

Κυρία με εμπειρία στην φύλαξη ηλικιωμένων ζητά εργασία (εσωτερική). Νομοί: Αργολίδας, Κορινθίας, Αρκαδίας. Επικοινωνία: 699 463 4852. ΚΩΔ. 1246

ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΑΙ για θέση καμαριέρας ή ετοιμασία πρωινού, σέ ξενώνες στο Ναύπλιο, επίσης αναλαμβάνω μαγειρέμα, σίδερο, καθαριότητα σε σπίτι περιοχή Ναυπλίου, Ελληνίδα. Τηλέφωνο: 697 970 1239. ΚΩΔ. 1242

ΚΥΡΙΑ στη περιοχή Ναυπλίου αναλαμβάνει καθαριότητα κατοικίας και σιδέρωμα απογευματινές ώρες. Τιμή εξαιρετική. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 695 151 0844. ΚΩΔ. 1243

ΣΤΟ ΡΙΒΑΡΙ Ναύπλιο ζητείται γυναίκα εσωτερική για φυλάξει ηλικιωμένου. Πληροφορίες στο 697 250 6568. ΚΩΔ. 1235

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ την φύλαξη των παιδιών σας με υπευθυνότητα, μόνο απογευματινές και νυχτερινές ώρες. Μη καπνίστρια, διαθέτω αυτοκίνητο, Ελληνίδα κυρία περιοχή Ναυπλίου τηλέφωνο 697 970 1239. ΚΩΔ. 1299

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΚΥΡΙΑ για φροντίδα ηλικιωμένης. Περιοχή παρ. Ναυπλίου - Νέας Κίου. Ωράριο 8.00π.μ. έως 7.00μ.μ. η εναλλακτικά τετράωρο πρωινό ή απογευματινό. Παρέχεται φαγητό. Απαραίτητο μεταφορικό μέσο. Τηλέφωνο επικοινωνίας: 697 670 4781. ΚΩΔ. 1298

ΔΙΑΦΟΡΑ

ΠΩΛΕΙΤΑΙ αυτοκίνητο FORD MONDEO 1800cc. Κυκλοφορία 2006, 175.650 km. Ατρακάριστο, μπλε χρώματος, πληρωμένα τέλη κυκλοφορίας για το 2026 και ασφάλιστρα έως 6/26. Τιμή 4.500. Τηλ. 695 519 0115. ΚΩΔ. 1251

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ψυγείο σέ καλή κατάσταση λευκό πάνω κατάψυξη κάτω συντήρηση, οικονομικό, αμερικανικής εταιρίας, έτους 2000. Τιμή 80 ευρώ. Περιοχή Αργοναυπλία. Τηλέφωνο 697 970 1239. ΚΩΔ. 1250

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ δύο τραπέζια σαλονιού και καλοριφέρ σε άριστη κατάσταση. Τηλ επικοινωνίας 698 253 1485. ΚΩΔ. 1244

ΠΩΛΕΙΤΑΙ PASSAT VW Variant 1.800 cm3, turbo, αυτόματο σασμάν, του 2002, μπλε μεταλλικό, 229.000 χιλ., καλοριφέρ. Χρειάζεται επισκευή. Τιμή: 3.300 ευρώ. Επίδαυρος. Κιν: 698 215 9775. ΚΩΔ. 1241

Ζητείται καμαριέρα σε σκάφος αναψυχής

Ζητείται καμαριέρα ηλικίας 25-45 ετών για εργασία σε σκάφος αναψυχής με έδρα το Ναύπλιο, για τη χρονική περίοδο 01/03 έως 31/10. Γνώση αγγλικών θεωρείται απαραίτητη και προϋπηρεσία σε αντίστοιχη θέση (επιθυμητή). Παρέχονται ικανοποιητικές αποδοχές και φιλικό εργασιακό περιβάλλον.

Περισσότερες πληροφορίες:
dimitris@trioshospitality.com
Τηλέφωνο επικοινωνίας: 690 681 4563

Η επιχείρηση **ΜΗΤΡΟΣΥΛΗΣ Α.Ε.**, που δραστηριοποιείται στο χώρο των εξαγωγών φρέσκων φρούτων, στα πλαίσια της ανάπτυξης των δραστηριοτήτων της επιθυμεί να προσλάβει **Γεωπόνο ή Τεχνολόγο Τροφίμων.**

Περιγραφή Θέσης:

Οργάνωση παραγωγικής διαδικασίας, επίβλεψη ποιότητας κατά την παραγωγή τελικού προϊόντος, παρακολούθηση συστήματος ποιότητας, εκτέλεση παραγγελιών.

Προφίλ Υποψηφίου:

- Πτυχίο ΑΕΙ ή ΤΕΙ.
- Επιθυμητή εργασιακή εμπειρία σε ανάλογα καθήκοντα.
- Ο χειρισμός Η/Υ, η εμπειρία σε συστήματα SAP & η γνώση Αγγλικών θα θεωρηθούν πρόσθετα προσόντα.
- Ηγετική και αποφασιστική προσωπικότητα.
- Ικανότητα αποτελεσματικής επικοινωνίας και διαπροσωπικών σχέσεων.
- Αναλυτική σκέψη, με δυνατότητες προγραμματισμού και οργάνωσης.
- Εργατικότητα και ομαδικό πνεύμα.
- Ευελιξία σε εναλλαγή εργασιακού περιβάλλοντος βάση των αναγκών του τμήματος.

Παροχές Εταιρείας:

- Σταθερό πακέτο αποδοχών
- Ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον
- Δυνατότητες εξέλιξης.

Αποστολές Βιογραφικών: mail@mitrosilis.gr

Μετά τη συλλογή και αξιολόγηση των βιογραφικών σημειωμάτων, θα επικοινωνήσουμε με τους υποψήφιους που πληρούν τις απαιτήσεις της θέσης ώστε να ορισθεί συνάντηση για συνέντευξη.

Όλες οι αιτήσεις θεωρούνται απόλυτα εμπιστευτικές.

Η επιχείρηση **ΜΗΤΡΟΣΥΛΗΣ Α.Ε.**, που δραστηριοποιείται στο χώρο των φρέσκων φρούτων, στα πλαίσια της ανάπτυξης των δραστηριοτήτων της επιθυμεί να προσλάβει Υπάλληλο για την στελέχωση του ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟΥ.

Περιγραφή Θέσης :

Μηχανογραφημένο λογιστήριο διπλογραφικών βιβλίων.

Προφίλ Υποψηφίου:

- Πτυχίο ΑΕΙ ή ΤΕΙ.
- Επιθυμητή εργασιακή εμπειρία σε ανάλογα καθήκοντα.
- Η εμπειρία σε συστήματα ERP και ειδικά η γνώση προγράμματος SAP θα θεωρηθεί πρόσθετο προσόν.
- Άριστος χειρισμός Η/Υ, πολύ καλή γνώση MS Office.
- Καλή γνώση Αγγλικών.
- Ικανότητα αποτελεσματικής επικοινωνίας και διαπροσωπικών σχέσεων.
- Αναλυτική σκέψη, με δυνατότητες προγραμματισμού και οργάνωσης.
- Εργατικότητα και ομαδικό πνεύμα.
- Ευελιξία σε εναλλαγή εργασιακού περιβάλλοντος βάση των αναγκών του τμήματος.

Παροχές Εταιρείας:

- Σταθερό πακέτο αποδοχών
- Ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον
- Συνεχής εκπαίδευση

Αποστολές βιογραφικών: mail@mitrosilis.gr

Μετά τη συλλογή και αξιολόγηση των βιογραφικών σημειωμάτων, θα επικοινωνήσουμε με τους υποψήφιους που πληρούν τις απαιτήσεις της θέσης ώστε να ορισθεί συνάντηση για συνέντευξη.

Όλες οι αιτήσεις θεωρούνται απόλυτα εμπιστευτικές.

απροσάρμοστα στομαχόσοφο

Μεξικάνος κομπάρσος



Βουρ στις παραλίες με τις πρώτες ηλιακτίδες

Μια μεγάλη κινηματογραφική εταιρεία στην Αμερική έχει ολοκληρώσει μετά από δύο χρόνια σκληρής δουλειάς τα γυρίσματα μιας ταινίας γουέστερν. Κατά τη διάρκεια του μοντάζ ο σκηνοθέτης ανακαλύπτει ότι τους λείπει μία σκηνή με ένα μεξικάνο που κοιμάται και κάποια στιγμή θα πρέπει να ξυπνήσει για να παρακολουθήσει δύο καβαλάρηδες που θα περνούν από μπροστά του.

Πηγαίνει λοιπόν στο Μεξικό και αρχίζει το ψάξιμο. Μετά από τρεις ημέρες φθάνει έξω από ένα μπαρ όπου βλέπει ένα Μεξικάνο με κατεβασμένο το σομπρέρο να κοιμάται του καλού καιρού.

Ενθουσιασμένος που τον βρήκε του λέει :

-Ε φίλε.

-Αφού περνούν είκοσι λεπτά ο Μεξικάνος σηκώνει το σομπρέρο του και ρωτάει αγουροξυπνημένος: Τι θέλεις ;

-Ο σκηνοθέτης τον ρωτάει: θέλεις να γίνεις ηθοποιός;

-Περνάει μισή ώρα ο Μεξικάνος σηκώνει πάλι το σομπρέρο του και

ρωτάει: Πόσα δίνεις; -Χίλια δολάρια του απαντάει ο άλλος.

-Περνούν τρία τέταρτα σηκώνει πάλι το σομπρέρο και ρωτάει: Τι θα κάνω;

-Λέει λοιπόν ο σκηνοθέτης: Να θα κοιμάσαι όπως κοιμάσαι τώρα και ξαφνικά θα ακούσεις κάποιους πυροβολισμούς, θα σηκώσεις το σομπρέρο σου και θα παρακολουθήσεις τους δύο καβαλάρηδες όση ώρα θα περνούν από μπροστά σου και μετά θα ξανακοιμηθείς. Όλο αυτό δεν θα σου πάρει πάνω από είκοσι δευτερόλεπτα.

-Οπότε ο Μεξικάνος γυρνάει και του λέει: τι λες ρε φίλε εσύ δεν θέλεις ηθοποιό, κασκαντέρ ζητάς.



ανέκδοτο

Μεγάλη Παρασκευή

Λέει μια γυναίκα στον άντρα της, που δεν έχει πάει ποτέ του στην εκκλησία:

- "Πήγαινε, άνθρωπε μου, στην εκκλησία."

Την άλλη μέρα ο άντρας αποφασίζει να πάει στην εκκλησία. Ήταν Μεγάλη Παρασκευή. Άλλοι κρατούσαν τον επιτάφιο, άλλοι τα βιβλία με τα τροπάρια, άλλοι τα εξαπτέρυγα. Τότε πήρε κι αυτός την κολυμπήθρα. Κι όταν πέρασαν έξω από το σπίτι της γυναίκας του, αυτή τον ρωτάει:

- "Καλά, χριστιανέ μου, γιατί κρατάς την κολυμπήθρα;"

- "Ε, μια φορά είπα και εγώ να πάω στην εκκλησία και έκαναν μετακόμιση!"

