

FREE PRESS Karfitsa

ΕΝΤΥΠΗ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Ακολουθήστε μας
στο Instagram



ΟΙ «ΠΛΗΓΕΣ» ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ ΚΑΙ Η ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ

Παρά την φρενίτιδα Ελλήνων και ξένων ορειβατών, τα χρόνια προβλήματα στοιχειώνουν το ψηλότερο βουνό της Ελλάδος που είναι παγκοσμίως γνωστό, Σελ. 20-21



Άρθρο: Γ. ΚΑΡΑΜΑΝΛΗΣ:
Γιατί χαιρόμαστε που οι Έλληνες διαπρέπουν στο εξωτερικό κι όχι στην Ελλάδα, Σελ. 04



+ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΥΓΕΙΑΣ

ΟΙ ΝΕΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΤΡΟΠΟΥ ΖΩΗΣ

Στο πολυσέλιδο αφιέρωμα στην «Υγεία» της «Κ» μια καινοτόμα προσέγγιση με ελληνικές υπογραφές κορυφαίων της ιατρικής επιστήμης, Σελ. 25-38

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΑΚΟΜΗ:

ΔΗΜΟΤΙΚΟ

Το πλάνο Αγγελούδη για την καθαριότητα, Σελ. 12



Κ. ΜΕΡΕΛΗΣ

Η ανθρωπιά στο επίκεντρο κάθε μας απόφασης, Σελ. 15



Κ. ΘΕΟΤΟΚΗΣ

Η επιμόρφωση είναι πυλώνας ανάπτυξης, Σελ. 13



Θ. ΠΑΝΤΑΛΕΩΝ

Με τη συμμετοχή σου μπορούμε να αλλάξουμε σελίδα, Σελ. 17



ΣΥΡΙΖΑ

Ν. ΦΑΡΑΝΤΟΥΡΗΣ
«Είμαι Υποψήφιος για την ενότητα και το κύρος της παράταξης», Σελ. 10



ΙΣΧΥΡΟΙ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

164

ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ

ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΕΚΔΟΓΕΣ
23.24.25 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024

ΘΑΝΟΣ ΚΟΥΛΟΥΤΜΠΑΝΗΣ

ixirolepaggelmaties.gr

f @

Θάνος
Κουλουτμπάνης, Σελ. 11

Editorial: Δικαιούμαστε να ελπίζουμε ότι η Γερμανία θα πληρώσει το κατοχικό δάνειο; Σελ. 02

EDITORIAL



Δικαιούμαστε να ελπίζουμε ότι η Γερμανία θα πληρώσει το κατοχικό δάνειο;

● ● ΤΑ ΕΓΚΛΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΤΗΤΑΣ ΔΕΝ ΠΑΡΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΔΙΚΑΙΟ, ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΚΑΘΙΣΤΑ ΤΙΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΕΝΕΡΓΕΣ ΚΑΙ ΝΟΜΙΜΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ

Το ζήτημα του κατοχικού δανείου που χρωστά η Γερμανία στην Ελλάδα παραμένει ένα πολυσύνθετο και έντονα συναισθηματικό θέμα, που φέρει τεράστια ιστορική και ηθική βαρύτητα. Παρά το πλήθος των υπεκφυγών και της στρατηγικής αποφυγής από πλευράς του Βερολίνου, τα γεγονότα και η ιστορική τεκμηρίωση επιβεβαιώνουν ότι το χρέος παραμένει ανοιχτό και άλυτο, ειδικά μετά την ενοποίηση της Γερμανίας. Ακόμη και αν η Γερμανία επιχειρεί να το παρουσιάσει ως κληιστό κεφάλαιο, η Ελλάδα έχει επιμείνει διαχρονικά στη διατήρηση των διεκδικήσεων της.

Η Γερμανία, μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, ενώ ωφελήθηκε γενναιόδωρα από τους νικητές με τη Συνθήκη του Λονδίνου το 1953 και την ελάφρυνση των οφειλών της, συνεχίζει να αρνείται τις αποζημιώσεις προς την Ελλάδα για τα εγκλήματα που διέπραξε κατά τη διάρκεια της κατοχής. Οι ελληνικές διεκδικήσεις βρίσκονται σε εκκρεμότητα από το τέλος του πολέμου, όταν η Διάσκεψη των Παρισίων (1945-1946) εκτίμησε τις απαιτήσεις σε 7,5 δισ. δολάρια. Η ίδια η Γερμανία είχε, μάλιστα, αναγνωρίσει το αναγκαστικό κατοχικό δάνειο, καταβάλλοντας τις πρώτες δόσεις προτού διακόψει τις πληρωμές.

Στη συνέχεια, το Βερολίνο επιχειρήσε να κλείσει το ζήτημα με μια ασαφή συμφωνία το 1960, καταβάλλοντας 115 εκατομμύρια μάρκα, αποζημίωση που αφορούσε αποκλειστικά θύματα εθνικοσοσιαλιστικής δίωξης για λόγους θρησκευτικούς ή φυλετικούς (κυρίως για τους Εβραίους της Θεσσαλονίκης). Η Ελλάδα, όμως, ρητά επιφυλάχθηκε να διεκδικήσει περαιτέρω αποζημιώσεις, ενώ, παρά την ενοποίηση της Γερμανίας το 1990 με τη Συνθήκη 2+4, το Βερολίνο ισχυρίστηκε αυθαίρετα πως το θέμα είχε κλείσει.

Οι ελληνικές διεκδικήσεις είναι ισχυρές και νομικά τεκμηριωμένες. Τα εγκλήματα κατά της ανθρωπότητας δεν παραγράφονται σύμφωνα με το διεθνές δίκαιο, κάτι που καθιστά τις απαιτήσεις της Ελλάδας ενεργές και νομιμοποιημένες. Η απόφαση του Διεθνούς Δικαστηρίου της Χάγης το 2012, ενώ αναγνώρισε την ετεροδικία, δεν θεώρησε ότι οι ελληνικές διεκδικήσεις είναι άκυρες. Αντιθέτως, προέτρεψε τα κράτη να συνεργαστούν για την επίλυση αυτών των διαφορών.

Το ιταλικό Συνταγματικό Δικαστήριο το 2014 αποφάνθηκε, επίσης, ότι η ετεροδικία δεν ισχύει σε περιπτώσεις εγκλημάτων κατά της ανθρωπότητας, αναγνωρίζοντας τη δυνατότητα ιδιωτών να εγείρουν αξιώσεις.

Η Γερμανία επιχειρήσε να ερμηνεύσει τα κονδύλια της Ευρωπαϊκής Ένωσης ως έμμεση αποζημίωση προς την Ελλάδα. Αυτός ο ισχυρισμός είναι αβάσιμος έως και αστείο, αφού τα κοινοτικά κονδύλια αφορούν τη συνοχή και την ανάπτυξη των χωρών-μελών και δεν σχετίζονται με πολεμικές αποζημιώσεις. Παράλληλα, από το 2013 και μετά, η Ελλάδα ανέδειξε εκ νέου το ζήτημα, συμπίπτοντας με τις διαπραγματεύσεις της για την κρίση χρέους στην Ευρωζώνη. Παρότι η ελληνική κυβέρνηση επί ΣΥΡΙΖΑ αρχικά διεκδίκησε τις αποζημιώσεις, η υπογραφή του τρίτου μνημονίου έθεσε το θέμα προσωρινά στο περιθώριο.

Οι ελληνικές διεκδικήσεις συχνά επανέρχονται στο προσκήνιο, αλλά αντιμετωπίζονται ένα αδιάλλακτο γερμανικό κράτος που επιμένει να αποφεύγει το θέμα. Το Γενικό Λογιστήριο του Κράτους στην Ελλάδα υπολογίζει ότι το χρέος ανέρχεται σε 11 δισ. ευρώ για το κατοχικό δάνειο, με τις συνολικές απαιτήσεις για αποζημιώσεις να φτάνουν σε πάνω από 100 δισ. ευρώ. Ωστόσο, η αναγνώριση του χρέους από τη Γερμανία παραμένει το κρίσιμο πρώτο βήμα για οποιαδήποτε περαιτέρω διαπραγμάτευση. Η Ελλάδα μπορεί και πρέπει να ελπίζει ότι η Γερμανία θα πληρώσει κάποια στιγμή το κατοχικό δάνειο, αλλά για να επιτευχθεί αυτό χρειάζεται ενισχυμένη πολιτική βούληση, διπλωματική πίεση και στήριξη από τη διεθνή κοινότητα. Ορθώς, τόσο η Π.τ.Δ. Κατερίνα Σακελλαροπούλου και ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης επανέφεραν το θέμα στην πρόσφατη επίσκεψη του Γερμανού προέδρου στην Ελλάδα. Οι διαδοχικές υπεκφυγές της Γερμανίας όπως η τελευταία του προέδρου Γιαν-Φρανκ Στανμάγιερ και η αποφυγή αντιμετώπισης της ιστορικής ευθύνης δεν μειώνουν τη νομιμότητα των ελληνικών διεκδικήσεων, οι οποίες είναι θεμελιωμένες τόσο ηθικά όσο και νομικά.

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ

N.K. Media Group Ε.Π.Ε.

ΕΚΔΟΤΗΣ - ΝΟΜΙΜΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ

Νικόλαος Καραμανλής

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ

Φιλίππα Βλαστού

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

Ελίνα Τουκουσπαλίδου

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Δημήτρης Δραγώγιας

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ

Γιάννης Ποθυράδας

ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ

Φιλίππα Βλαστού

Αναστασία Καρυπίδου

Βασίλης Παπαναστασούλης

Φένια Κλιάτσου

Θωμάς Μίχος

Δημήτρης Συρμάτσος

Ελίνα Τουκουσπαλίδου

Ανδρονίκη Ζαφειρίου

Κωστής Ουζούνογλου

Ελευθερία Μαρμαρά

Χρίστος Φιλιππούδης

Βαγγέλης Δούρβας

ΦΩΤΟΡΕΠΟΡΤΑΖ

eurokinissi.gr

ΑΡΘΟΓΡΑΦΙΑ

Δημήτρης Δραγώγιας

Βασίλης Μάστορας

Σύνθια Σάπικα

Γιάννης Νισύριος

Νάνσυ Νενέρογλου

Τζίνα Αλεξάκη

ΝΟΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ

Μαρία Κευγά & Γιώργος Παναγιωτόπουλος

Τηλέφωνο: 210 8250070

ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

ΥΠΟΔΟΧΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ

Κατερίνα Χαρκιολάκη

Επικοινωνία:

harkiolakiaikaterini@gmail.com

6948495809

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ

karfitsa.karfitsa@gmail.com

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ & ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Κωνσταντίνα Βασιλική Ματάτσου

@dina.graphics

ΕΚΤΥΠΩΣΗ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ

FREE PRESS
Karfitsa

Εβδομαδιαία Free Press

Δωδεκανήσου 21, Θεσσαλονίκη

Τηλ: 2310 278 155

Fax: 2310 278 440

info@karfitsa.gr

press@karfitsa.gr



Αριθμός

Πρωτοκόλλου

M.E.T. 230501

ΕΘΝΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ

Με περισσότερες κληρώσεις
για περισσότερα ενδιάμεσα κέρδη!



ο αριθμός
του λεωφορείου

ο αριθμός
του σπιτιού μου

η χρονιά
που γεννήθηκα

Και στην 5^η Έκδοση του 2024, με **4 μόνο ανανεώσεις**, ο προσωπικός αριθμός σου διεκδικεί **100 ενδιάμεσα έπαθλα** ανά κλήρωση (300€, 500€, 1.000€, 2.000€, 5.000€, 10.000€, 20.000€, και 100.000€) στον δρόμο για τη μεγάλη κλήρωση του 1.000.000€.

1^η κλήρωση: **13.11.2024**

Κέρδη 1^{ου} λαχνού: **1.000.000€**

ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΔΙΑΡΚΩΣ ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΟΙ ΓΙΑ ΤΙΣ ΚΛΗΡΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΔΩΡΕΑΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΛΗΡΩΣΕΩΝ

ΑΝ ΕΠΙΘΥΜΕΙΤΕ ΝΑ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΜΕΣΩ SMS ΣΤΟ ΚΙΝΗΤΟ Ή ΜΕ E-MAIL, ΔΗΛΩΣΤΕ ΤΑ ΣΤΟ:

☎ **800 800 5000**
(γραμμή χωρίς χρέωση)

📱 **210 579 8500**
(από κινητό)

🌐 **www.ethniko.gr**
(μέσω internet)

ΕΘΝΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ

ΤΟ ΕΘΝΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΛΑΧΕΙΑ Α.Ε. - ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΟΠΑΠ.



18+

| ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΕΕΕΠ | ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΘΙΣΜΟΥ & ΑΠΩΛΕΙΑΣ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ |
ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ ΚΕΘΕΑ: 1114 | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ

ΓΙΑΤΙ ΧΑΙΡΟΜΑΣΤΕ ΠΟΥ ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΔΙΑΠΡΕΠΟΥΝ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ΚΙ ΟΧΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Είναι πραγματικά υπερηφάνεια να βλέπουμε Έλληνες να διαπρέπουν στο εξωτερικό σε κάθε τομέα – από την επιστήμη και την τέχνη έως την τεχνολογία και την επιχειρηματικότητα. Άλλωστε, ο κατάλογος των Ελλήνων που ξεχωρίζουν παγκοσμίως είναι μεγάλος και διαρκώς αυξανόμενος, ενώ τα παραδείγματα λαμπρών προσωπικοτήτων, όπως ο Γεώργιος Παπανικολάου με το τεστ ΠΑΠ και η Μαρία Κάλλης στην όπερα, παραμένουν ζωντανές αποδείξεις της εφευρετικότητας και της επιτυχίας των Ελλήνων σε διεθνές επίπεδο. Ωστόσο, αν και αυτή η επιτυχία γεννά εθνική υπερηφάνεια, θα έπρεπε να μας γεμίζει και προβληματισμό. Γιατί οι Έλληνες αναγκάζονται να φεύγουν για να αριστεύσουν; Ποιο είναι το τίμημα της ελληνικής "διασποράς" που διαπρέπει;

Η αδυναμία της Ελλάδας να κρατήσει ταλαντούχους επιστήμονες, καλλιτέχνες και επαγγελματίες οφείλεται σε χρόνιες ελλείψεις στις υποδομές, στην έλλειψη ευκαιριών και στα διαρθρωτικά προβλήματα της χώρας, όπως η μετριοκρατία και η οικογενειοκρατία. Παρά τις μεγάλες προόδους, το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα παραμένει σε πολλά σημεία αδύναμο και αποσπασματικό. Η έλλειψη άμεσης σύνδεσης με την αγορά εργασίας, καθώς και οι κακές υλικοτεχνικές υποδομές αποθαρρύνουν πολλούς νέους, ενώ οι συνθήκες εργασίας τόσο στον δημόσιο όσο και στον ιδιωτικό τομέα συχνά δημιουργούν περιβάλλοντα όπου οι άξιοι δυσκολεύονται να αναδειχθούν.

Αυτό είχε ως αποτέλεσμα το τεράστιο brain drain της τελευταίας δεκαετίας, με περίπου 500.000 νέους Έλληνες με υψηλά προσόντα να αναζητούν μια καλύτερη τύχη στο εξωτερικό.

Γιατί χαιρόμαστε, λοιπόν, όταν ακούμε ότι κάποιος Έλληνας διέπρεψε στη Silicon Valley ή έκανε σημαντικές ανακαλύψεις στο εξωτερικό; Ίσως γιατί μας δίνει μια αίσθηση εθνικής υπερηφάνειας και καταδεικνύει το ταλέντο και τη δυναμική που υπάρχει στους ανθρώπους μας. Η χαρά, όμως, αυτή έχει και μια πικρή πλευρά. Αυτές οι επιτυχίες τονίζουν το μεγάλο έλλειμμα που έχουμε ως χώρα να κρατήσουμε τους ανθρώπους αυτούς εντός συνόρων και να τους προσφέρουμε τις ίδιες ευκαιρίες και στήριξη που θα είχαν στο εξωτερικό.

Από τους λόγιους του Βυζαντίου που ενίσχυαν την Αναγέννηση μέχρι τους σύγχρονους επιστήμονες που διακρίνονται στην Αμερική, ο Έλληνας φαίνεται πως αποδίδει καλύτερα όταν εργάζεται εκτός Ελλάδας.

Παρόλο που αρκετοί επιτυχημένοι επιστήμονες επιστρέφουν στην πατρίδα για να προσφέρουν τις γνώσεις και την εμπειρία τους, δεν είναι πάντα ευπρόσδεκτοι όπως τους αξίζει. Αντίθετα, κάποιοι καταλήγουν να φεύγουν ξανά λόγω των δύσκολων συνθηκών.

Η φυγή αυτή έχει βαρύ κόστος: δεν είναι μόνο οι λαμπρές καριέρες που χάνονται από την ελληνική σκηνή, αλλά και οι ιδέες και οι καινοτομίες που θα μπορούσαν να φέρουν ανάπτυξη και πρόοδο στη χώρα μας. Ίσως, λοιπόν, η χαρά για τους «παγκόσμιους Έλληνες» να πρέπει να συνοδεύεται από μια συνειδητοποίηση και μια κινητοποίηση, ώστε να δούμε πώς θα μπορούσαμε να δημιουργήσουμε τις συνθήκες που θα κρατούν τα φωτεινά μυαλά εντός συνόρων. Κι όχι βέβαια, με «πυροτεχνήματα» και πρόσκαιρα κίνητρα αλλά με την καλλιέργεια κλίματος κατάλληλου για να αποδώσει σύμφωνα με τις διεθνείς προδιαγραφές. Μόνο έτσι θα νομιμοποιούμαστε να υπερηφανευόμαστε όχι μόνο για το ταλέντο που απέκτησαν αλλά για τη γνώση που μεταλαμπάδευσαν στις επόμενες γενιές στη γενέτειρά τους.

•Ο Γιώργος Ν. Καραμανλής είναι πτυχιούχος Δημοσιογραφίας και Επικοινωνίας

ΤΟΥ
ΓΙΩΡΓΟΥ Ν.
ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ



ΚΥΝΗΓΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΥΤΥΧΙΑ

Ρώτησα τρεις φίλες μου γιατί πιστεύουν ότι δικαιούνται την ευτυχία. Και οι τρεις έκαναν πολλή ώρα να μου απαντήσουν. Ρώτησα δύο φίλους μου και οι δύο μου απάντησαν παρόμοια. «Γιατί να μην την δικαιούμαι;»

Ενας άλλος φίλος μου ψυχίατρος λέει ότι πού και πού βγαίνουν και δείγματα αντρών που είναι ξεχωριστά και αξίζουν τον κόπο. Και μία άλλη φίλη μου νευρολόγος λέει ότι προτιμά να συνεργάζεται με άντρες και όχι γυναίκες επειδή είναι πιο συνεργάσιμοι, δεν τους πιάνει υστερία και λένε αυτό που εννοούν. «Ναι, αλλά κάνουν αυτά που πρέπει;» παρεμβαίνει μία άλλη φίλη στην συζήτηση που είναι διευθύντρια. «Όχι απαντάει η νευρολόγος, αλλά δεν πειράζει, τα κάνω εγώ».

Όμως ξεκίνησα από αλλού και αλλού το πήγα. Δικαιούμαστε την ευτυχία; Και αν ναι γιατί οι περισσότερες γυναίκες πιστεύουν πως όχι, δεν την δικαιούνται και ακόμα χειρότερο δεν δικαιούνται ούτε την επιτυχία.

Τι είναι ευτυχία; Το να κάνω πράγματα που μου αρέσουν και το να έχω σχέση με ανθρώπους που τους νοιάζομαι και με νοιάζονται.

Δεν είναι και εύκολος ο συνδυασμός των δύο. Όσο για την ευτυχία είναι στιγμές όπως λένε κάποιοι; Είμαι σίγουρη πως είναι και στιγμές και είναι και καταστάσεις. Δηλαδή ευτυχία είναι αυτό που κάνω τώρα με ευχαρίστηση, αλλά είναι και αυτά που κάνω γενικά και μου απαντάνε σε μεταφυσικές και υπαρξιστικές μου ανησυχίες για την ύπαρξη μου στη ζωή.

Ακόμα πιο δύσκολος ο συνδυασμός θα μου πείτε. Και για το τέλος, επειδή νόημα δεν βγαίνει δύο μικρές δανεικές συμβουλές. Κάθε μέρα κάνω κάτι σαν ζαβολιά, έξω από τα συνηθισμένα. Και κάθε μέρα προσπαθώ οι μικρές μου αποφάσεις να είναι σημαντικές. Έτσι λαμβάνω και τις μεγάλες.

•Η Σύνθια Σάπικα είναι διευθύντρια ενημέρωσης της EPT 3

ΤΗΣ ΣΥΝΘΙΑΣ
ΣΑΠΙΚΑ*



COSMOTE INSURANCE: 6 ΧΡΟΝΙΑ ΣΕ ΑΝΟΔΙΚΗ ΤΡΟΧΙΑ

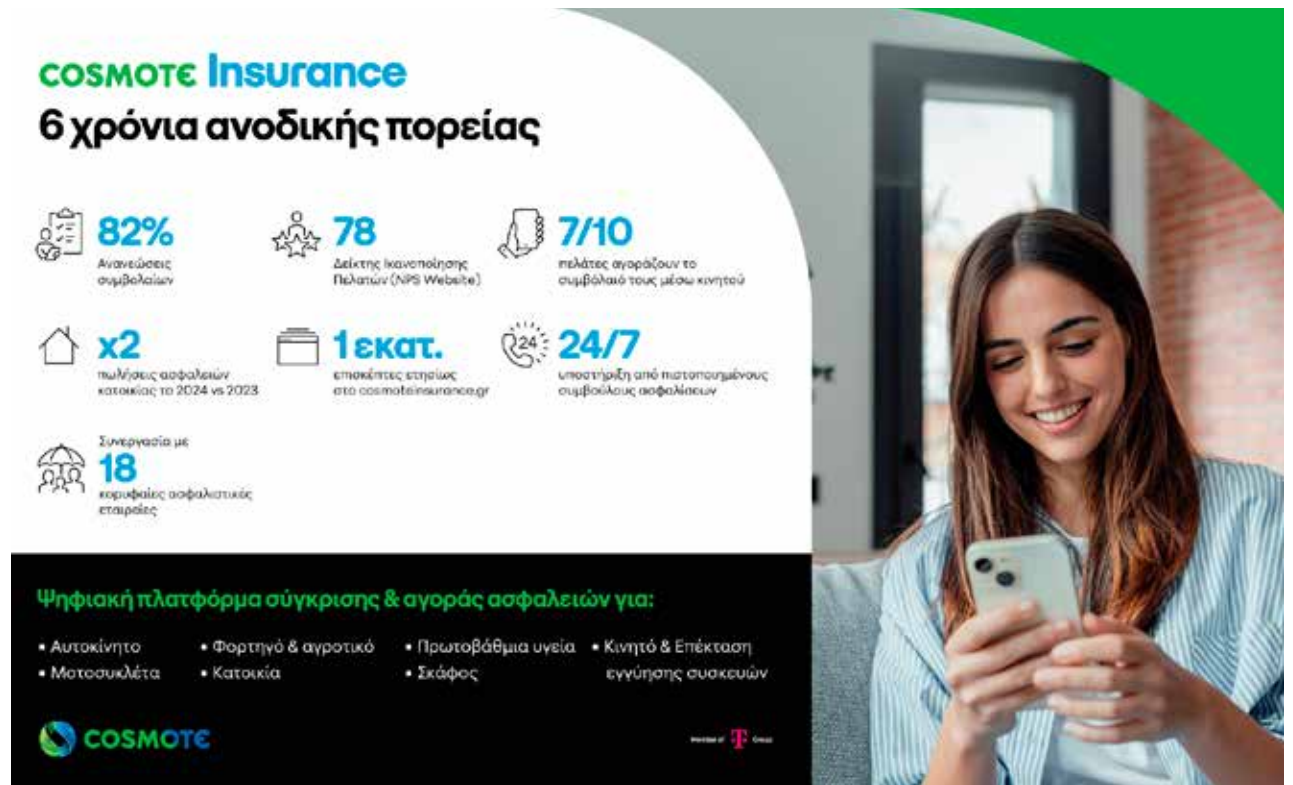
- Στο 82% οι ανανεώσεις συμβολαίων
- Ο δείκτης ικανοποίησης πελατών (NPS website) στο 78
- Διπλάσιες οι πωλήσεις ασφαλειών κατοικίας το 2024
- Προσωποποιημένη εμπειρία, ευκολία, διαφάνεια & ολοκληρωμένη πληροφόρηση

Σε ανοδική τροχιά βρίσκεται το COSMOTE Insurance, η προηγμένη ψηφιακή πλατφόρμα αγοράς ασφαλειών της COSMOTE, που επεκτείνει δυναμικά το μερίδιό της στην ελληνική ασφαλιστική αγορά. Το COSMOTE Insurance, που συμπληρώνει φέτος 6 χρόνια, αναβαθμίζεται συνεχώς και συνεργάζεται με 18 ασφαλιστικές εταιρείες, δίνοντας στον καταναλωτή τη δυνατότητα να συγκρίνει και να αποκτήσει το πρόγραμμα ασφάλισης που του ταιριάζει 100% ψηφιακά από το κινητό του. Με εύκολη προσθαφαίρεση καλύψεων και παροχών, ανάλογα με τις ανάγκες του. Ενδεικτικό της δυναμικής πορείας του COSMOTE Insurance είναι ότι από το 2018 έως σήμερα, οι πελάτες που το εμπιστεύονται αυξάνονται κατά μέσο όρο με ρυθμό 50% ανά έτος.

Σε υψηλούς ρυθμούς κινείται και η επισκεψιμότητα στο site (cosmoteinsurance.gr), που αγγίζει τους 1.000.000 χρήστες ετησίως. Το 75% των χρηστών του πληροίται μέσω κινητού, από τους οποίους το 67% ολοκληρώνει την αγορά του συμβολαίου από την ίδια συσκευή. Οι πελάτες του COSMOTE Insurance είναι ικανοποιημένοι από την πλατφόρμα όπως καταδεικνύει το υψηλό NPS 78 (Net Promoter Score) και είναι πρόθυμοι να την προτείνουν και σε άλλους. Αντίστοιχα, πολύ υψηλό είναι και το ποσοστό ικανοποίησης από την εξυπηρέτηση, που αγγίζει το 92%. Σημειώνεται, επίσης, ότι το 82% των πελατών ανανεώνει σταθερά το συμβόλαιό του.

Συνεχής ανάπτυξη καταγράφεται και στις πωλήσεις ασφαλειών κατοικίας, οι οποίες διπλασιάστηκαν το 2024 σε σχέση με το 2023. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα προγράμματα που προσφέρουν εκπτώσεις στον ΕΝΦΙΑ και καλύψεις για φυσικές καταστροφές. Σημειώνεται ότι το COSMOTE Insurance παρέχει ασφαλιστικά πακέτα που καλύπτουν πλήρως τις ανάγκες δανειοληπτών, ιδιοκτητών και ενοικιαστών, τόσο σε κύριες, όσο και σε εξοχικές κατοικίες, με χαμηλό κόστος από 30€/χρόνο και ενιαία τιμή για όλη την Ελλάδα.

«Στο COSMOTE Insurance επενδύουμε συνεχώς στην βελτίωση της εμπειρίας του πελάτη. Θέλουμε, μέσω της τεχνολογίας, να μπορούν οι πελάτες μας να επιλέγουν έξυπνες προτάσεις ασφάλισης που κάνουν καλύτερη την καθημερινότητά τους. Θα συνεχίσουμε να εμπλουτίζουμε το COSMOTE Insurance με νέες δυνατότητες, νέα προϊόντα και συνεργασίες. Και όλα αυτά με την εγγύηση και την αξιοπιστία της COSMOTE», δήλωσε ο επικεφαλής του COSMOTE Insurance, κ. Διαμαντής Μπουζάνης.



Τι παρέχει το COSMOTE Insurance

Το COSMOTE Insurance παρέχει ολοκληρωμένες ασφαλιστικές λύσεις για το αυτοκίνητο, την μοτοσυκλέτα, το φορτηγό και το αγροτικό, την κατοικία, την πρωτοβάθμια υγεία και το σκάφος, σε συνεργασία με 18 κορυφαίες ασφαλιστικές εταιρείες.

Η ταχύτητα, η διαφάνεια και η πληρότητα στις πληροφορίες, κάνουν το COSMOTE Insurance να ξεχωρίζει, αφού ο πελάτης μπορεί να συγκρίνει online brands, τιμές, καλύψεις, απαλλαγές και στο τέλος να επιλέξει το πρόγραμμα που ταιριάζει στις ασφαλιστικές του ανάγκες και στον προϋπολογισμό του.

Με εγγύηση χαμηλότερης τιμής και καθοδήγηση 24/7 από πιστοποιημένους συμβούλους ασφαλίσεων, που είναι δίπλα στον πελάτη πριν, κατά τη διάρκεια, και μετά την αγορά του ασφαλιστηρίου.

Επιπλέον, μέσω του COSMOTE Insurance, με την απόκτηση κινητού τηλεφώνου, laptop ή τηλεόρασης από τα καταστήματα COSMOTE και ΓΕΡΜΑΝΟΣ, μπορεί ο πελάτης να βρει ασφάλεια και επέκταση εγγύησης για την συσκευή του. Η συγκεκριμένη κάλυψη αφορά σε όλα τα μοντέλα και περιλαμβάνει καλύψεις όπως θραύση οθόνης, ζημιές από νερό ή/και κακόβουλη βλάβη, καθώς και επέκταση εγγύησης κατασκευαστή κατά ένα επιπλέον έτος.



Η ανοδική πορεία του COSMOTE Insurance αποτυπώνεται και στις διακρίσεις που έχει αποσπάσει τα τελευταία χρόνια, όπως το "Insurtech of the Year 2024" που έλαβε για 2η συνεχή χρονιά. Το COSMOTE Insurance αποτελεί μια σύγχρονη ψηφιακή λύση ασφάλισης με άριστη εμπειρία χρήσης, που βελτιώνει την καθημερινότητα των πελατών του μέσω της τεχνολογίας, της εξυπηρέτησης, αλλά και των καινοτόμων υπηρεσιών του.

ΤΟ... ΜΕΝΟΥ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ «ΓΑΛΑΖΙΟΥΣ» ΒΟΥΛΕΥΤΕΣ



ΡΕΠΟΡΤΑΖ
ΦΕΝΙΑ ΚΛΙΑΤΣΗ

Σ σχεδόν τέσσερις ώρες κράτησε η ενημερωτική συνάντηση του αναπληρωτή υπουργού Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών Νίκου Παπαθανάση, με βουλευτές της Νέας Δημοκρατίας. Ήδη σχετικά «ραντεβού» έχουν γίνει από τις ηγεσίες των υπουργείων Εργασίας, Υγείας και Ανάπτυξης και θα ακολουθήσει σύμφωνα με πληροφορίες μέσα στο Νοέμβριο η ηγεσία του υπουργείου Κοινωνικής Συνοχής και Οικογένειας, καθώς μέσα στο Δεκέμβριο θα ψηφιστεί το νομοσχέδιο για τις αλλαγές στα επιδόματα.

Περισσότεροι από 60 «Γαλάζιοι» βουλευτές προσήλθαν στην αίθουσα της Γερουσίας προκειμένου να ενημερωθούν για μία σειρά δράσεων που υλοποιούνται ήδη ή θα υλοποιηθούν το επόμενο διάστημα. Ο κ. Παπαθανάσης, παρουσία Γενικών Γραμματέων του Υπουργείου, διοικητών και των επικεφαλής των εποπτευόμενων φορέων, αρμοδιότητας του Υπουργού, αναφέρθηκε στην αναπτυξιακή στρατηγική της Κυβέρνησης και τα επενδυτικά εργαλεία (Ταμείο Ανάκαμψης , ΕΣΠΑ) για τη στήριξη της κοινωνίας, της Επιχειρηματικότητας αλλά και την ταχύτερη απορρόφηση εθνικών και ευρωπαϊκών πόρων.

«Η Ελλάδα βρίσκεται στις πρώτες θέσεις και στην απορρόφηση του ταμείου ανάκαμψης και του ΕΣΠΑ και ταυτόχρονα τρέχουμε το μεγαλύτερο πρόγραμμα επενδύσεων των τελευταίων 14 ετών. Συνολικά, 13,1 δις θα μπουν στην ελληνική οικονομία στηρίζοντας στην κοινωνία και τις επιχειρήσεις. Για 2024, με 2,3% έχουμε τριπλάσιος ρυθμό ανάπτυξης από την Ευρώπη. Με την ανάπτυξη δίνουμε στήριξη στην κοινωνία και τις επιχειρήσεις, μπορούμε να δημιουργούμε νέες και καλύτερες αμειβόμενες θέσεις εργασίας...και αυτή η ανάπτυξη να περάσει στην καθημερινότητα σε θέσεις εργασίας για όλους τους Έλληνες» είπε μεταξύ άλλων ο κ. Παπαθανάσης ο οποίος έδωσε απαντήσεις-διευκρινίσεις σε τουλάχιστον 17 βουλευτές όταν ρωτήθηκε για τα χρηματοδοτικά εργαλεία όπως το ΕΣΠΑ και για το πως αυτά θα διοχετευθούν με τον πλέον αποτελεσματικό τρόπο στην ελληνική κοινωνία.

Από την πλευρά του ο γραμματέας της ΚΟ της ΝΔ Σταύρος Καλαφάτης μίλησε για δημιουργική και ουσιαστική συζήτηση με στόχο την συμβολή των βουλευτών στην χάραξη της κυβερνητικής πολιτικής προς όφελος των πολιτών.



Ενόψει της ψήφισης του νομοσχεδίου για τις αλλαγές στα επιδόματα

Πάντως από τη Θεσσαλονίκη μόνο δύο βουλευτές, μιας και οι υπόλοιποι υπουργοί δεν συμμετέχουν σε αυτές τις συναντήσεις, έδωσαν το παρών, ο Φάνης Παπός από τη Β' Θεσσαλονίκης και ο Δημήτρης Κούβελας από την Α' Θεσσαλονίκης. Δικαιολογημένα απών ήταν ο Θεόδωρος Καραόγλου ο οποίος πετούσε για Αμερική.

ΑΝΟΙΧΤΕΣ ΟΙ ΠΟΡΤΕΣ ΤΟΥ ΜΑΞΙΜΟΥ ΣΤΟΥΣ ΒΟΥΛΕΥΤΕΣ

Ο Κυριάκος Μητσοτάκης θέλει να εστιάσει στις κυβερνητικές πρωτοβουλίες που λαμβάνονται και έχουν ως επίκεντρο την καθημερινότητα του πολίτη. Γεγονός είναι πως συναντήσεις έγιναν αλλά και γίνονται με βουλευτές, με το μήνυμα που εκπέμπεται από την κυβέρνηση είναι πως οι πόρτες του Μεγάλου Μαξίμου παραμένουν ανοιχτές.

Ηδη μέσα στην εβδομάδα υπήρξε συνάντηση με τους ευρωβουλευτές της Νέας Δημοκρατίας (Γιώργο Αυτιά, Βαγγέλη Μειμαράκη, Ελίζα Βόζεμπεργκ, Ελεονώρα Μελέτη, Μανώλη Κεφαλογιάννη και Δημήτρη Τσιόδρα) όπου συζητήθηκαν οι τρέχουσες ευρωπαϊκές εξελίξεις και οι προτεραιότητες της ευρωομάδας της ΝΔ στο νέο ευρωπαϊκό κύκλο.

Παράλληλα ο πρωθυπουργός δείχνει να αποντάρει στον Τουρισμό καθώς αφού συναντήθηκε με τον βουλευτή της Νέας Δημοκρατίας Χάρη Θεοχάρη τον πρότεινε ως υποψήφιο για την χώρα μας για τη θέση του Γενικού Γραμματέα του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού. Βέβαια αν μην ξεχνάμε πως στις αρχές της εβδομάδας ο περιφερειάρχης Κεντρικής Μακεδονίας, Απόστολος Τζιτζικώστας, περνάει από την ακρόαση του Ευρωκοινοβουλίου, την τελευταία δοκιμασία προτού αναλάβει τα καθήκοντα του Έλληνα Επιτρόπου της ΕΕ, αρμόδιου για τις Βιώσιμες Μεταφορές και τον Τουρισμό. Πρόκειται για ακόμα μια πρόταση του Κυριακού Μητσοτάκη.





ΟΠΑΠ ΜΕΓΑΣ ΧΟΡΗΓΟΣ 41^{ου}
ΑΥΘΕΝΤΙΚΟΥ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ



ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ
ΑΤΗΝΗ
ΟΠΑΠ

ΠΟΛΛΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ, ΜΙΑ ΑΦΕΤΗΡΙΑ.

Ο Μαραθώνιος έχει περισσότερες από 800 διαδρομές σε όλον τον κόσμο.
Η αφετηρία του, ωστόσο, είναι εδώ.

Εδώ, είναι ο Αυθεντικός Μαραθώνιος. Της Αθήνας.

Και ο ΟΠΑΠ, ως μέγας χορηγός, στηρίζει υπερήφανα για ακόμα μία χρονιά,
τον Αγώνα που έδωσε το όνομά του στη μεγαλύτερη δρομική διοργάνωση του πλανήτη.



18+ ΕΠΙΓΕΙΟ
21+ ΨΗΦΙΑΚΟ

ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΕΕΕΠ | ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΘΙΣΜΟΥ & ΑΠΩΛΕΙΑΣ
ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ | ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ ΚΕΘΕΑ: 1114 | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ

ΒΙΟΙ ΑΝΤΙΘΕΤΟΙ

“ ΠΩΣ ΤΟ ΠΑΣΟΚ ΠΗΡΕ ΤΟΝ ΡΟΛΟ ΤΗΣ ΑΞΙΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΝΤΙΠΟΛΙΤΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΡΙΖΑ ΜΕΣΑ ΣΕ ΛΙΓΟΥΣ ΜΗΝΕΣ. Η ΠΟΡΕΙΑ ΚΑΣΣΕΛΑΚΗ, ΟΙ ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗ ΚΑΙ ΜΙΑ ΑΠΟΦΑΣΗ ΠΟΥ ΤΑ ΑΛΛΑΞΕ ΟΛΑ.



Γράφει ο
Δημήτρης Συρμάτης

Τέλη Σεπτεμβρίου 2023. Ο Στέφανος Κασσελάκης είναι εκλεγμένος πρόεδρος του ΣΥΡΙΖΑ με 55,98% στο δεύτερο γύρο των εσωκομματικών εκλογών. Λίγες μέρες μετά η Opinion Poll διενεργεί δημοσκόπηση. Στην πρόθεση ψήφου ο ΣΥΡΙΖΑ λαμβάνει 14% και το ΠΑΣΟΚ 10%. Έναν χρόνο μετά σε δημοσκόπηση της ίδιας εταιρίας το ΠΑΣΟΚ έχει φτάσει στο 12,9% και ο ΣΥΡΙΖΑ κατρακύλησε στο 7,1%. Η «Κ» παρουσιάζει τους δύο παράλληλους αλλά αντίθετους δρόμους των δύο κομμάτων της Κεντροαριστεράς.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΕ ΤΟ ΚΑΛΗΜΕΡΑ

Ο Στέφανος Κασσελάκης πέφτει σαν «κεραυνός εν αιθρία» στο πολιτικό σύστημα της χώρας. Κατέθεσε τελευταίος την υποψηφιότητα για την προεδρία του ΣΥΡΙΖΑ στα τέλη Αυγούστου 2023 σε μια άνευρη μέχρι τότε διαδικασία. Δεν «τάραξε» απλά τα νερά αλλά σάρωσε τους αντιπάλους του.

Όμως ο διχασμός στην βάση του ΣΥΡΙΖΑ είναι εμφανής από τις πρώτες μέρες. Στην δημοσκόπηση της 27ης Σεπτεμβρίου 2023 της Opinion Poll το 68,5% βλέπει διασπαστικές τάσεις στον ΣΥΡΙΖΑ. Μόλις τρεις μέρες μετά το αποτέλεσμα των εσωκομματικών εκλογών!

ΝΙΚΗ ΠΑΣΟΚ ΣΤΙΣ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΤΙΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ

Άπαντες στρέφουν τα βλέμματά τους στις αυτοδιοικητικές εκλογές. Ο ΣΥΡΙΖΑ δεν καταφέρνει να πάει στο δεύτερο γύρο ούτε στους δήμους Αθήνας και Θεσσαλονίκης, εκλέγει ελάχιστους αιρετούς, την ώρα που το ΠΑΣΟΚ καταγράφει δύο περιφέρειες (Κρήτη, Θεσσαλία) και στελέχη ή πρόσωπα με διαδρομή στην παράταξη να εκλέγονται δήμαρχοι σε παραπάνω από 100 δήμους.

Στην πρώτη δημοσκόπηση μετά τις αυτοδιοικητικές εκλογές, στην μέτρηση της GPO, ο ΣΥΡΙΖΑ βρίσκεται στο 12,9% και το ΠΑΣΟΚ στο 11,9%. Όμως οι εντάσεις εντός του ΣΥΡΙΖΑ έχουν αυξηθεί με την βάση να εμφανίζεται διχασμένη καθώς το 48,6% ζητά οι διαφωνούντες να παραμείνουν στο κόμμα και να ασκούν κριτική ενώ το 43% ζητά να αποχωρήσουν.

Η ΦΥΓΗ 11 ΒΟΥΛΕΥΤΩΝ

Τον Νοέμβριο του 2023 ξεκίνησαν οι αποχωρήσεις μελών και τον Δεκέμβριο 11 βουλευτές συγκρότησαν νέα κοινοβουλευτική ομάδα, τη Νέα Αριστερά.

Στην τελευταία δημοσκόπηση πριν κλείσει το 2023, σε μέτρηση της Opinion Poll, το ΠΑΣΟΚ έχει πλέον ξεπεράσει τον ΣΥΡΙΖΑ με 15,5% έναντι 13,4%. Είναι οι τελευταίες καλές στιγμές για το ΠΑΣΟΚ καθώς με την έναρξη του 2024 ξεκινά ένα καταστροφικό δίμηνο για τον Νίκο Ανδρουλάκη.

Δύο νομοσχέδια διχάζουν την κοινοβουλευτική ομάδα του ΠΑΣΟΚ. Δικαιώματα ομόφυλων ζευγαριών και μη κρατικά πανεπιστήμια. Η μη συντεταγμένη εικόνα του κόμματος στοιχίζει στο πρόσωπό της στην κοινωνία. Αποτέλεσμα να χάσει δυναμική και σε δημοσκόπηση της ίδιας εταιρίας στα τέλη Φεβρουαρίου να λαμβάνει ποσοστό 13,9%. Την ίδια στιγμή ο ΣΥΡΙΖΑ του Στέφανου Κασσελάκη συνεχίζει την καθοδική πορεία (11,9%).

ΟΙ ΕΥΡΩΕΚΛΟΓΕΣ

Το συνέδριο του ΣΥΡΙΖΑ και η παρέμβαση Τσίπρα ενδυναμώνουν τον Στέφανο Κασσελάκη, του δίνουν την πολυπόθητη εκκευρία μέχρι τις ευρωεκλογές, την ώρα που το ΠΑΣΟΚ σκοντάφτει στην επικοινωνιακή του τακτική. Το ΤΙΚΤΟΚ γίνεται κυρίαρχος των προεκλογικών εκστρατειών, ο Νίκος Ανδρουλάκης αρνείται «να παίξει σε αυτό το γήπεδο» και το αποτέλεσμα βγαίνει στην κάλπη τον Ιούνιο 2024. Το ΠΑΣΟΚ είναι δεύτερο στην επαρχία αλλά 4ο-5ο στις μεγάλες πόλεις. Ο ΣΥΡΙΖΑ είναι δεύτερη δύναμη με 14,92% ενώ το ΠΑΣΟΚ τρίτο με 12,79%.

Και οι δύο πολιτικοί αρχηγοί αμφισβητούνται. Ο Νίκος Ανδρουλάκης πάει σε εκλογές άμεσα και βάζει ξανά υποψηφιότητα. Ο Στέφανος Κασσελάκης αρνείται να μπει στην ίδια λογική αφήνοντας την εσωστρέφεια να τρώει το κόμμα του. Μάλιστα φτάνει στο σημείο να ζητά μετ' επιτάσεως από τα στελέχη της ΚΕ να του καταθέσουν πρόταση μομφής.

Το αποτέλεσμα είναι σοκαριστικό για τον ίδιο καθώς καθαιρείται και αυτομάτως προκηρύσσονται εσωκομματικές εκλογές την ώρα που ένας αδυσώπητος εμφύλιος υφίσταται στο κόμμα. Το ΠΑΣΟΚ κάνει εκλογές με έξι κορυφαία στελέχη και διακρίνεται για τον πολιτικό του πολιτισμό ακόμη και σε ένα τεταμένο ντιμπέιτ. Ο Νίκος Ανδρουλάκης καταφέρνει να εκλεγεί ξανά πρόεδρος ενώ ο Στ. Κασσελάκης βλέπει οι σύντροφοί του να τον αποκλείουν από τις νέες εκλογές. Ο ΣΥΡΙΖΑ είναι ένα βήμα από την δεύτερη διάσπαση και εντός Βουλής και το ΠΑΣΟΚ περιμένει να μετατραπεί στην δεύτερη τη τάξει κοινοβουλευτική δύναμη και στον ρόλο της αξιωματικής αντιπολίτευσης.



ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΕ ΜΕ ΤΗΝ ΠΙΟ ΑΠΟΔΟΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟ*

ΒΡΕΣ ΤΟ ΚΟΝΤΙΝΟΤΕΡΟ
**ΠΟΛΥΚΕΝΤΡΟ
ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ**
ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ



**ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΕ ΕΔΩ
ΚΑΙ ΚΕΡΔΙΣΕ** 1€ ΑΝΑ 33
ΤΕΜΑΧΙΑ ΠΟΥ
ΑΝΑΚΥΚΛΩΝΕΙΣ

Τα υλικά που μπορείς να ανακυκλώσεις



Μέταλλο



Πλαστικό



Γυαλί



Χαρτί



Ο ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ ΣΥΡΙΖΑ, Ν. ΦΑΡΑΝΤΟΥΡΗΣ ΜΙΛΑ ΣΤΗΝ «Κ»

«ΕΙΜΑΙ ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΟ ΚΥΡΟΣ ΤΗΣ ΠΑΡΑΤΑΞΗΣ»



Συνέντευξη στον
Δημήτρη Συρμάτη

«Και το συνέδριο θα γίνει και εκλογές θα γίνουν και πιστεύω ότι θα πρυτανεύσει ψυχραιμία, συντροφικότητα και πολιτική» τονίζει στην «Κ» ο ευρωβουλευτής και υποψήφιος πρόεδρος του ΣΥΡΙΖΑ, Νικόλαος Φαραντούρης. Καταθέτει τους 10 άξονες ανασυγκρότησης του κόμματος ενώ αφήνει αιχμές για την στάση Κασσελάκη.

Θα γίνει το συνέδριο του ΣΥΡΙΖΑ; Θα γίνουν εκλογές; Υπάρχει μια αβεβαιότητα λιγότερο από ένα μήνα πριν την εκλογική διαδικασία.

Και το συνέδριο θα γίνει και εκλογές θα γίνουν και πιστεύω ότι θα πρυτανεύσει ψυχραιμία, συντροφικότητα και πολιτική. Ο κόσμος έχει κουραστεί από προσωπικές και οπαδικές αντεγκλήσεις, οι οποίες εξυπηρετούν μόνο την κυβέρνηση και τις αντικοινωνικές και επιζήμιες για το λαό και τα εθνικά συμφέροντα πολιτικές της.

Είσατε σύμφωνος με τον αποκλεισμό της υποψηφιότητας Κασσελάκη; Τι μήνυμα στέλνετε στην βάση του κόμματος;

Καθένας πρέπει να σταθμίζει με σοβαρότητα και διορατικότητα τις πράξεις του. Πριν από δύο μήνες είχα ζητήσει δημόσια προσφυγή στις κάλπες για να αποφύγουμε μομφές και περαιτέρω διχασμό. Δυστυχώς δεν εισακούστηκαν. Ο Σ. Κασσελάκης θα μπορούσε να είχε οδηγήσει ο ίδιος συντεταγμένα το κόμμα σε εσωκομματικές διαδικασίες και να ήταν ακόμη Πρόεδρος και εκ νέου υποψήφιος. Ωστόσο, προτίμησε να ζητήσει και ο ίδιος στην Κεντρική Επιτροπή να κατατεθεί πρόταση μομφής εναντίον του. Από εδώ και μπρος χρειάζεται να πάσουμε να μιλάμε για το ΕΓΩ και να μιλήσουμε για το ΕΜΕΙΣ. Να ανακτήσουμε αξιοπιστία και κύρος και να φέρουμε το ΣΥΡΙΖΑ ξανά σε τροχιά νίκης. Η δική μου υποψηφιότητα έχει έναν και μοναδικό στόχο στην ενότητα της επόμενης μέρας και την ανάκτηση της αξιοπιστίας και του κύρους μας.

Μιλάτε για ένα πρόγραμμα δέκα σημείων για την επόμενη μέρα του ΣΥΡΙΖΑ. Αν ξεχωρίζετε κάτι; Ποιο είναι αυτό που θα κάνετε από την Δευτέρα μετά τις εκλογές;

Μαζί με την υποψηφιότητά μου κατέθεσα και το Σχέδιό μου για τον Νέο ΣΥΡΙΖΑ της συμμετοχής και της νέας εποχής και αυτοί είναι οι 10 άξονες ανασυγκρότησης του κόμματος όπως το οραματίζομαι:

1. Η πολιτική εγκαθιδρύεται. Στο καταστατικό μας συνέδριο αμέσως μετά την εκλογή προέδρου προσδιορίζουμε πολιτική λειτουργία και όχι απλά εκλογική διαδικασία. Από τα μέλη μας στις περιφερειακές οργανώσεις, στην ηγεσία και στο Συνέδριο διαμορφώνουμε το διετές πλάνο δράσης του κόμματος και το κυβερνητικό πρόγραμμα. Έτσι εννοώ τη δημοκρατία, τη συμμετοχή, την πολιτική. Και η προετοιμασία του Καταστατικού θα είναι ένα γεγονός για τη χώρα, για την πληθυσμιακή αναγέννηση και όχι μια μονοκομματική ηγεμονία.

2. Γινόμαστε το πρώτο κόμμα που αλλάζει τη ροή αποφάσεων και συμμετοχής αντιστρέφοντας το πυραμιδικό σύστημα. Προτάσεις και προγραμματικές θέσεις από τα κάτω προς τα πάνω και όχι απ' τα πάνω προς τα κάτω.

3. Η Νομαρχιακή Επιτροπή γίνεται ο πυρήνας κομματικής ζωής σε κάθε νομό.

4. Το Περιφερειακό Συμβούλιο σε κάθε περιφέρεια της χώρας γίνεται ο χώρος πολιτικής και εκλογικής ζύμωσης, η βάση παραγωγής και ανάδειξης πολιτικής. Ανά τακτά καθορισμένα διαστήματα προωθεί πολιτικές προτάσεις στην ηγεσία. Είναι η βάση πολιτικής ανανέωσης του κόμματος.

5. Οργανώσεις Μελών μπορούν να δημιουργηθούν οπουδήποτε γεωγραφικά, επαγγελματικά και θεματικά από τουλάχιστον 15 άτομα.

«Στο χέρι μας είναι να ανατρέψουμε τα σημερινά δεδομένα και αυτό θα εξαρτηθεί σε μεγάλο βαθμό από την επόμενη ηγεσία του κόμματος».

6. Θεσπίζεται η θέση δύο αντιπροέδρων του κόμματος. Ο ένας υπεύθυνος για την περιφέρεια και ο άλλος υπεύθυνος για την παραγωγή προγράμματος και θέσεων.

7. Το Ίδρυμα «Νίκος Πουλαντζάς» αναλαμβάνει την επιμόρφωση στελεχών στην οποία δίνουμε μεγάλο βάρος. Το Ίδρυμα αναλαμβάνει ρόλο για την περιφερειακή ανάπτυξη και αυτοδιοίκηση και διασυνδέεται εξωστρεφώς με διεθνή ιδρύματα προοδευτικών πολιτικών.

8. Βάζουμε τέρμα στα μέλη μιας χρήσης. Θεσπίζεται η εξάμηνη θητεία ως ελάχιστο προσ απαιτούμενο για την άσκηση του δικαιώματος ψήφου σε όλα τα μέλη. Ταυτόχρονα απαιτείται διετής θητεία για να μπορεί να εκλεγεί κάποιος σε θέση μέλους Ν.Ε. και πάνω.

9. Ψηφιακή σύγκλιση του κόμματος με την κοινωνική και πολιτική λειτουργία του.

10. Κόμμα διαυγές, με λογοδοσία και απολογισμό για κάθε όργανο, με απολογισμό στα μέλη του και στον ελληνικό λαό.

Εκτιμάτε ότι είναι προσωρινό φαινόμενο ο ΣΥΡΙΖΑ να καταρρέει δημοσκοπικά; Μοιάζει σήμερα να μην εκφράζει κυρίαρχα ούτε την Αριστερά ούτε το Κέντρο.

Στο χέρι μας είναι να ανατρέψουμε τα σημερινά δεδομένα και αυτό θα εξαρτηθεί σε μεγάλο βαθμό από την επόμενη ηγεσία του κόμματος.



Θάνος Κουλουμπάνης: Στόχος μας η ισχυροποίηση του επαγγελματία – Οι 5 +1 δεσμεύσεις μας για την επόμενη μέρα στο ΕΕΘ

* Ο Θάνος Κουλουμπάνης είναι υποψήφιος Πρόεδρος του ΕΕΘ.



Σε μία εποχή που το υψηλό κόστος καυσίμων και ενέργειας, η δυσβάσταχτη φορολογία και οι ελλείψεις σε προσωπικό και δη, εξειδικευμένο, φθείρουν σημαντικά τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις, είναι δεδομένο πως οι **επαγγελματίες της Θεσσαλονίκης** χρειαζόμαστε δομές και υπηρεσίες που θα παρέχουν αξιόπιστες λύσεις, άμεση ρευστότητα και χρηματοδότηση, καθώς και φορολογικές ελαφρύνσεις. Στόχος μας για την επιβίωση του κάθε επαγγελματία της περιοχής είναι να δημιουργήσουμε ένα Επαγγελματικό Επιμελητήριο ισχυρό, με **υπηρεσίες ανταποδοτικότητας προς τα μέλη του**, το οποίο θα λειτουργεί ταυτόχρονα ως κινητήριος δύναμη της ανάπτυξης.

Στο ψηφοδέλτιο μας «**Ισχυροί Επαγγελματίες**», το οποίο συγκροτείται από υποψηφίους όλων των επαγγελματιών και κλάδων που απαρτίζουν το Επιμελητήριο, έχουμε και τη γνώση και την εμπειρία να δώσουμε λύσεις σε προβλήματα που αφορούν τη διαχείριση, την καινοτομία και την εξωστρέφεια και που θα επιτρέπουν στους νέους επιχειρηματίες να αναπτύξουν τις ιδέες τους.

Γνωρίζουμε καλά πως χρειαζόμαστε υπηρεσίες εξειδικευμένων συμβουλών που μπορούν να ξεκλειδώσουν τον δρόμο των μελών μας προς την ανάπτυξη, να προετοιμάσουν το έδαφος για την έλευση νέων επιχειρήσεων στην πόλη και να διασφαλίσουμε την ύπαρξη των συνθηκών εκείνων που θα επιτρέψουν την οικονομική τους επιβίωση.

Έχοντας επίγνωση των αναγκών και προτεραιότητα την ανταποδοτικότητα υπηρεσιών του Επιμελητηρίου προς τα μέλη μας, δεσμευόμαστε να δημιουργήσουμε τα εξής:

* Πρώτον, δεσμευόμαστε για την **Ίδρυση Ταμείου Επαγγελματικής Ασφάλισης Επαγγελματιών (ΤΕΑΕ)**, με στόχο την ενίσχυση της συνταξιοδοτικής εξασφάλισης των επαγγελματιών, προσφέροντας συμπληρωματικές παροχές. Αξίζει, εδώ, να τονίσουμε, μάλιστα, πως ποσά μέχρι του ύψους 20.000 Ευρώ που θα κατατίθενται στο Ταμείο εκπίπτουν από τον φόρο ετήσιων δαπανών! Είναι δηλαδή αφορολόγητα!

* Δεύτερον, η **Ίδρυση Ταμείου Μικροπιστώσεων**, μέσω του οποίου οι επαγγελματίες θα έχουν τη δυνατότητα πρόσβασης σε ευέλικτες και άμεσες λύσεις ρευστότητας. Το Ταμείο αυτό θα μπορεί να παρέχει στους μικρούς επαγγελματίες της πόλης μας που δεν έχουν πρόσβαση στις 4 συστημικές τράπεζες μικρά δάνεια μέχρι 25.000 Ευρώ με ευνοϊκούς όρους, για την αντιμετώπιση άμεσων οικονομικών αναγκών, βοηθώντας τις επιχειρήσεις τους να επιβιώσουν σε δύσκολες οικονομικές συνθήκες.

* Τρίτη δέσμευσή μας και εξίσου σημαντική, είναι η **επανάσταση της Αναπτυξιακής Επιχείρησης του ΕΕΘ**: Πρόκειται για ένα κρίσιμο εργαλείο που θα βοηθήσει τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις να εκσυγχρονιστούν και να ενισχύσουν την ανταγωνιστικότητά τους, καθώς θα λειτουργεί ως πηγή ενημέρωσης και πληροφόρησης σχετικά με χρηματοδοτικά κονδύλια από ευρωπαϊκά και ελληνικά προγράμματα. Ανοίγει, έτσι, ο δρόμος, για τη δημιουργία ενός κύκλου ανάπτυξης και εξωστρέφειας. Παράλληλα, η Αναπτυξιακή Επιχείρηση θα ενημερώνει τους επαγγελματίες για ασφαλιστικά, νομικά, φοροτεχνικά θέματα.

* Τέταρτη δέσμευση μας είναι η **δημιουργία Θερμοκοιτίδας Επιχειρηματικότητας**, η οποία θα υποστηρίζει νέες, κυρίως, επιχειρήσεις μέσω παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής – mentoring, αλλά και τους ήδη ενεργούς επαγγελματίες. Μέσω της Θερμοκοιτίδας, ο νέος επιχειρηματίας θα είναι περισσότερο προετοιμασμένος για τα ζητήματα τα οποία μπορούν να προκύψουν στο δρόμο του και εφοδιασμένος με την κατάλληλη γνώση να τα αντιμετωπίσει.

Στο πλαίσιο αυτό, εντάσσεται και η επιδίωξη μας για επίτευξη συνεργασιών με εκπαιδευτικά ιδρύματα, μία πρωτοβουλία μας ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική αντιμετώπιση του τόσο κρίσιμου ζητήματος της εξειδίκευσης στελεχών.

* Πέμπτη δέσμευση μας είναι η **δημιουργία Δομής Στήριξης Επιχειρήσεων**, την οποία ήδη έχει θεσπίσει ο Νομοθέτης, για την παροχή υποστήριξης σε θέματα που αφορούν τον επαγγελματία, με φυσικούς αποδέκτες τις επιχειρήσεις που επιθυμούν να υλοποιήσουν τα επιχειρηματικά τους σχέδια και να ενισχύσουν τον δυναμισμό τους. Μέσω της Δομής, θα δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στις μικρομεσαίες επιχειρήσεις που έχουν πληγεί από την κρίση και αναζητούν λύσεις για τη βιωσιμότητα και τη μεγέθυνσή τους.

Τελευταία αλλά εξίσου σημαντική δέσμευση και προτεραιότητά μας, η οποία αναδεικνύει την κυρίαρχη στο πρόγραμμά μας διάσταση της ανταποδοτικότητας, είναι η παροχή Δωρεάν Κάρτας Υγείας για όλα τα οικονομικά ενήμερα μέλη του Επιμελητηρίου μας.



ΡΕΠΟΡΤΑΖ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΚΑΡΥΠΙΔΟΥ

Το πλάνο Αγγελούδη για την καθαριότητα

Η επόμενη μέρα και η σύμβαση για τα ογκώδη - «Υπάρχει σχεδιασμός και ξεδιπλώνεται ανάλογα με τις ανάγκες που επικρατούν στη Θεσσαλονίκη» δηλώνει ο δήμαρχος ●●



Την επόμενη μέρα στον τομέα της Καθαριότητας και σε βάθος τετραετίας, με βάση τις ανάγκες των δημοτών και στόχο την καλυτέρευση της εικόνας σε όλες τις γειτονιές της Θεσσαλονίκης, σχεδιάζει η διοίκηση Αγγελούδη. Το πρώτο πλάνο έχει γίνει από τις αρμόδιες υπηρεσίες σε μια προσπάθεια να περιοριστούν τα παράπονα που ακούει ο δήμαρχος για πιο καθαρούς δρόμους, πεζοδρόμια, πάρκα και πλατείες.

«Έχει ανάγκη η πόλη από σάρωμα; Έχει ανάγκη από σκούπισμα; Να πλένεται; Να μαζεύονται τα ογκώδη; Η απάντηση προφανώς είναι ναι» δηλώνει ο δήμαρχος μιλώντας τόσο προς το δημοτικό συμβούλιο, όσο και στις συναντήσεις του με τον κόσμο. Δεν ξεχνάει, δε, ο κ.Αγγελούδης να υπενθυμίζει πως ήταν η εικόνα της Θεσσαλονίκης τον Ιανουάριο του 2024 οπότε και ανέλαβαν επίσημα καθήκοντα ο ίδιος και οι συνεργάτες του.

«Παραλάβαμε μια πόλη με ξέχειλους κάδους σκουπιδιών, χιλιάδες τόνους ογκωδών, κάδους που είχαν να πληθούν χρόνια ολόκληρα, με αποικίες ποντικών. Αυτή ήταν η κατάσταση. Και επίσης, παραλάβαμε τα ανταποδοτικά μ' ένα έλλειμμα 25 εκατ. ευρώ», υποστηρίζει.

Αναφορικά με τις κριτικές που δέχεται από πλευράς αντιπολίτευσης πως προχωρά σε ιδιωτικοποίηση μέρους των υπηρεσιών της Καθαριότητας απαντά πως κανένας εργαζόμενος δεν θα υποστεί το παραμικρό με απώλεια εργασιακής θέσης ή υποβάθμιση, δεσμευόμενος μάλιστα προσωπικά.

ΤΟ ΠΛΑΝΟ

«Προφανώς ενοχλεί το γεγονός ότι η πόλη άρχισε να καθαρίζει» τονίζει ο δήμαρχος, αναλύοντας το σχέδιο της δημοτικής αρχής, μετά την έκτακτη χρηματοδότηση ύψους 8 εκατ. ευρώ από την κυβέρνηση, χρήματα που θα χρησιμοποιηθούν για να καλυφθούν ανάγκες σε Καθαριότητα και Ανακύκλωση.

«Υπάρχει σχεδιασμός και ξεδιπλώνεται ανάλογα με τις συνθήκες και τις ανάγκες που επικρατούν στη Θεσσαλονίκη» υπογραμμίζει ο κ.Αγγελούδης, υπογραμμίζοντας πως αυτή τη στιγμή ο δήμος Θεσσαλονίκης διαθέτει μόλις πέντε μηχανήματα για σάρωμα που είναι 15ετίας και παρουσιάζουν συχνές βλάβες, ενώ οι δρόμοι πλένονται με υδροφόρες, οχήματα που πρέπει να καλύπτουν ανάγκες πολιτικής προστασίας.

Εξηγεί πως εάν ο δήμος επέλεγε ως λύση να προχωρήσει σε διαγωνιστικές διαδικασίες ώστε να αγοραστούν τα απαραίτητα μηχανήματα για τον καθαρισμό της πόλης θα απαιτούνταν χρονική διάρκεια 36 μηνών. Για το λόγο αυτό, προχωρά σε ανάθεση συγκεκριμένων υπηρεσιών όπως είναι το πλύσιμο των δρόμων και των πεζοδρομίων, το σάρωμα, η αποκομιδή των ογκωδών.

Οι διευθύνσεις Καθαριότητας και Ανακύκλωσης, από την πλευρά τους, θα προχωρήσουν σε πλήρη καταγραφή του στόλου, ώστε το επόμενο διάστημα να αγοραστούν απορριμματοφόρα και λοιπός εξοπλισμός που θα παραμείνουν στην κυριότητα του δήμου.

Γ.ΔΗΜΑΡΕΛΟΣ: ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΔΡΑΚΟ ΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙ ΠΕΡΙ ΙΔΙΩΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ

«Το παραμύθι περί ιδιωτικοποίησης της καθαριότητας δεν έχει δράκο», υπογραμμίζει από την πλευρά του ο αντιδήμαρχος Καθαριότητας και Ανακύκλωσης, Γιώργος Δημαρέλος, εξηγώντας τους τρόπους με τους οποίους θα χρησιμοποιηθούν τα 8 εκατ. ευρώ που έλαβε η διοίκηση Αγγελούδη από την κυβέρνηση.

Όπως ανέλυσε ο αντιδήμαρχος τα 2,5 εκατ. ευρώ προβλέπονται για την αποκομιδή των ογκωδών για τα επόμενα τέσσερα χρόνια κι ένα εκατ. ευρώ για την πρόσληψη εργαζομένων ηλικίας 55 – 67 για 1+1 χρόνο. Η δημοτική αρχή κρατά τέσσερα εκατ. ευρώ για κάλυψη μέρους του ελλείμματος που υπάρχει στα ταμεία, ενώ με ένα μέρος των χρημάτων θα πληρωθεί το κόστος της βραδινής αποκομιδής των σκουπιδιών ώστε να μειωθεί ο κυκλοφοριακός φόρτος εξαιτίας και των εργασιών του Fly-over.

Η ΜΑΧΗ ΜΕ ΤΑ ΟΓΚΩΔΗ ΕΩΣ ΤΩΡΑ... 6.486 ΤΟΝΟΙ ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ ΣΕ 9 ΜΗΝΕΣ!

Τα παρατημένα ογκώδη σε δρόμους και πεζοδρόμια σε όλα τα δημοτικά διαμερίσματα συνεχίζουν να αποτελούν «μάστιγα» παρά την αύξηση του προστίμου για τους ασυνείδητους από τα 500 στα 3.000 ευρώ από πλευράς δήμου Θεσσαλονίκης. Είναι χαρακτηριστικό, πως από τον Ιανουάριο του 2024 έως και τον Σεπτέμβριο συγκεντρώθηκαν συνολικά 6.486 τόνοι παρατημένων παλιών αντικειμένων και μπαζών σε όλη την πόλη. Αναλύοντας τα στοιχεία οι πιο «ζόρικοι» μήνες στη διαχείριση ήταν ο περασμένος Απρίλιος και ο Σεπτέμβριος καθώς ο όγκος ξεπέρασε κατά πολύ τους 1.000 τόνους μηνιαίως.

Ενδεικτικά, τον Ιανουάριο συγκεντρώθηκαν 459 τόνοι, τον Φεβρουάριο άλλοι 958, τον Μάρτιο 351, τον Απρίλιο 1.233 τόνοι, τον Μάιο 626, τον Ιούνιο 492, τον Ιούλιο 680, τον Αύγουστο 634 και τον Σεπτέμβριο 1.053 τόνοι ογκωδών. Είναι δε, χαρακτηριστικό, πως το συγκεκριμένο ζήτημα αποτελεί το βασικό «παράπονο» και αίτημα των κατοίκων καθώς από το σύνολο των 1.461 τηλεφωνημάτων που καταγράφηκαν τον περασμένο Σεπτέμβριο στη γραμμή εξυπηρέτησης του πολίτη «15192», το 80% (1.167 αιτήματα) αφορούσαν τα ογκώδη.



Η επιμόρφωση είναι πυλώνας ανάπτυξης

ΤΟΥ ΚΛΕΟΒΟΥΛΟΥ ΘΕΟΤΟΚΗ*



Η επιμόρφωση αποτελεί τον πυλώνα της ανάπτυξης και της ευημερίας της επιχειρηματικής κοινότητας. Δεσμεύομαι ότι εφόσον ο συνδυασμός «Για ένα σύγχρονο επιμελητήριο» αναλάβει τα νιάτα του ΕΕΘ, θα δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον που θα ενθαρρύνει τη συνεχή μάθηση και την ανάπτυξη των δεξιοτήτων των μελών. Μαζί, μπορούμε να καταστήσουμε τις επιχειρήσεις πιο ανταγωνιστικές, πιο καινοτόμες και πιο επιτυχημένες. Προς αυτή την κατεύθυνση, το πρόγραμμά μας –μεταξύ άλλων– περιλαμβάνει:

• **Διοργάνωση ημερίδων για τις νέες προκλήσεις της αγοράς, όπως η βιωσιμότητα (μέσω εφαρμογής πράσινων πρακτικών).**

• **Διενέργεια μελετών αγοράς και κλαδικών αναλύσεων με στόχο την ενημέρωση των μελών για τα νέα δεδομένα.**

• **Διοργάνωση ομιλιών life coaching και mentoring όπου έμπειροι επαγγελματίες μπορούν να υποστηρίξουν και να καθοδηγήσουν τα μέλη στην ανάπτυξη νέων επαγγελματικών δεξιοτήτων.**

Συμφωνούμε όλοι ότι η ταχύτητα με την οποία εξελίσσεται το επιχειρηματικό περιβάλλον είναι ραγδαία. Νέες τεχνολογίες, μεταβαλλόμενες αγορές και αυξανόμενος ανταγωνισμός απαιτούν από εμάς, τους επαγγελματίες, να είμαστε συνεχώς ενήμεροι και προσαρμοστικοί. Η επιμόρφωση δεν είναι πλέον μια επιλογή, αλλά μια αναγκαιότητα.

Είναι βασική πεποίθησή και κεντρικός στόχος μας, να δοθεί έμφαση στην ανάπτυξη και στην ποικιλία των προγραμμάτων επιμόρφωσης που προσφέρει το Επιμελητήριο. Θα συνεργαστούμε στενά με εκπαιδευτικά ιδρύματα, επιστημονικούς φορείς και επιχειρήσεις, ώστε να διασφαλίσουμε ότι τα προγράμματα ανταποκρίνονται στις σύγχρονες ανάγκες της αγοράς και καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα θεματικών ενδιαφερόντων. Παράλληλα, θα δημιουργήσουμε εξειδικευμένα προγράμματα που θα καλύπτουν τις ανάγκες των μικρών και μεσαίων επιχειρήσεων, καθώς και των νέων επιχειρηματιών.

Θα δώσουμε ιδιαίτερη έμφαση στον ψηφιακό μετασχηματισμό, το ηλεκτρονικό εμπόριο, την καινοτομία και την επιχειρηματικότητα.

Έχουμε πλάνο για να αναπτύξουμε πρωτοβουλίες και να ενθαρρύνουμε τη συμμετοχή των μελών μας στα προγράμματα επιμόρφωσης. Θα προσφέρουμε οικονομικά κίνητρα, θα προσαρμόσουμε τα ωράρια των σεμιναρίων και θα διευκολύνουμε την πρόσβαση σε αυτά μέσω διαδικτυακών πλατφορμών. Θέλουμε να μετατρέψουμε το Επιμελητήριο σε έναν ζωντανό οργανισμό, όπου η γνώση θα διαχέεται ελεύθερα. Θα οργανώσουμε τακτικές εκδηλώσεις, όπως διαλέξεις, συζητήσεις, στρογγυλής τραπέζης και workshops, με στόχο την ανταλλαγή ιδεών και την δικτύωση των μελών μας.

Πρέπει να ξεκαθαριστούν οι λόγοι που καθιστούν εξαιρετικά σημαντική την επιμόρφωση. Καταρχάς, διότι βοηθά τις επιχειρήσεις να γίνουν πιο ανταγωνιστικές στις διεθνείς αγορές, ενώ η συνεχής μάθηση ενθαρρύνει την ανάπτυξη νέων ιδεών και την υιοθέτηση καινοτόμων πρακτικών. Επιπλέον, οι εκπαιδευμένοι εργαζόμενοι είναι πιο παραγωγικοί και αποτελεσματικοί, ενώ η επιμόρφωση βοηθά τους εργαζόμενους να αποκτήσουν νέες δεξιότητες και να προσαρμοστούν στις μεταβαλλόμενες απαιτήσεις της αγοράς.

Είμαι σίγουρος ότι η επένδυση στην επιμόρφωση των μελών μας είναι η πιο σοφή επένδυση που μπορούμε να κάνουμε. Μόνο μέσω της συνεχούς μάθησης και της ανανέωσης των γνώσεων μας θα μπορέσουμε να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις του μέλλοντος και να διασφαλίσουμε την ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεων. Σας καλώ να ενώσουμε τις δυνάμεις μας για να χτίσουμε ένα Επιμελητήριο που θα αποτελεί ακλόνητο πυλώνα στήριξης και ανάπτυξης για όλους και έναν φάρο γνώσης και καινοτομίας.

*Ο Κλεόβουλος Θεοτόκης είναι γενικός γραμματέας του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης και υποψήφιος πρόεδρος του, επικεφαλής του συνδυασμού «Για ένα σύγχρονο επιμελητήριο»

ΕΔΩ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

Δ. ΚΑΣΣΑΝΔΡΑΣ: ΔΙΕΥΡΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΚΑΤΗΓΟΡΗΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΟ ΘΑΝΑΤΟ ΤΟΥ 19ΧΡΟΝΟΥ ΣΤΟ ΛΟΥΝΑ ΠΑΡΚ

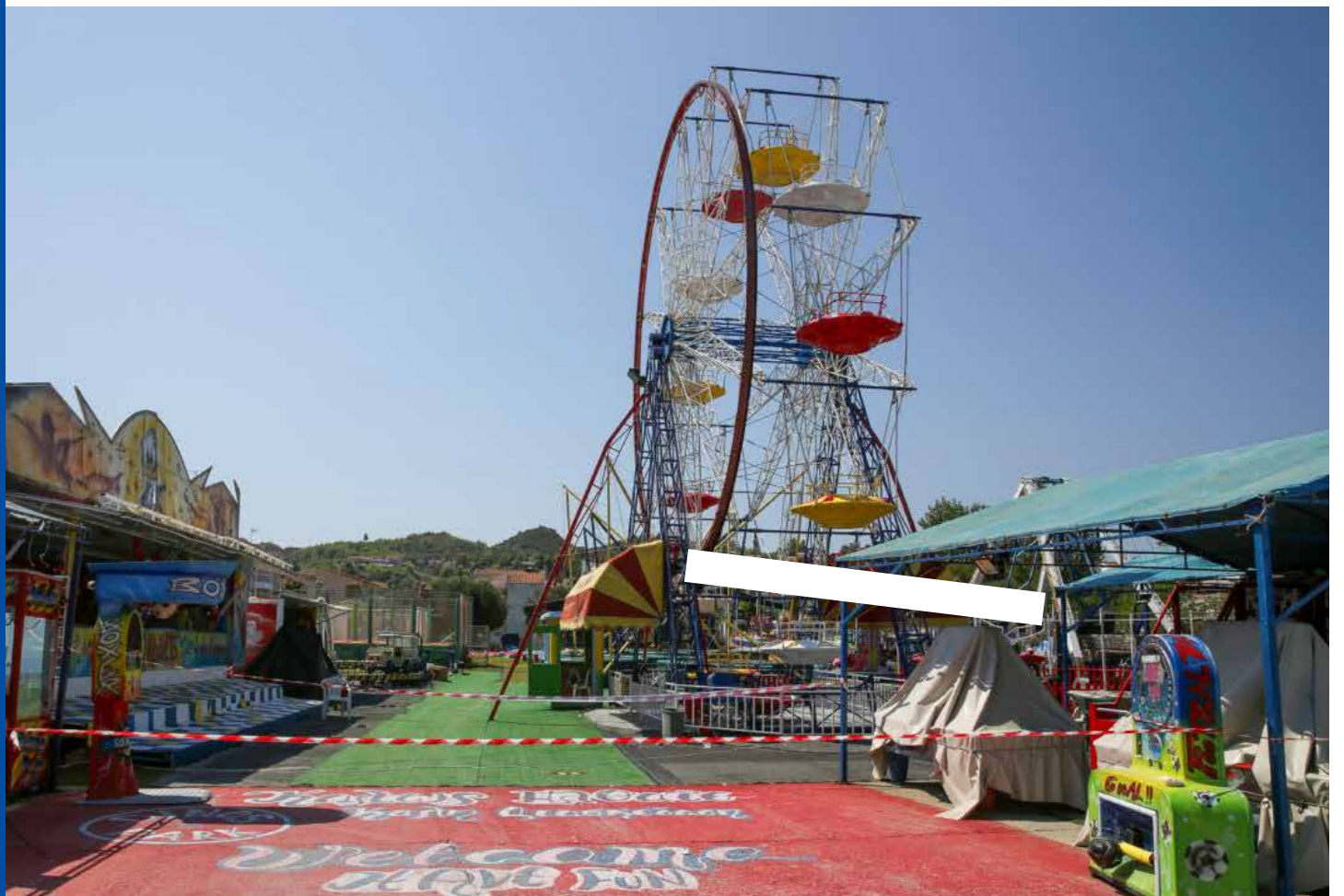


Συμπληρωματικές κατηγορίες απαγγέλθηκαν εις βάρος των εμπλεκόμενων στην τραγική υπόθεση του θανάτου του 19χρονου νεαρού στο λούνα παρκ στο Πευκοχώρι Χαλκιδικής, τον Αύγουστο. Σε βάρος των τριών βασικών κατηγορουμένων – του ιδιοκτήτη του λούνα παρκ, του χειριστή του μηχανήματος και του μηχανικού που πιστοποίησε την ασφάλεια της εγκατάστασης – ασκήθηκε επιπρόσθετη δίωξη για απόπειρα ανθρωποκτονίας με ενδεχόμενο δόλο κατά συρροή, καθώς και για συνέργεια στο αδίκημα.

Η νέα αυτή δίωξη αναβαθμίζει το κατηγορητήριο, διότι οι εμπλεκόμενοι καλούνται πλέον να απολογηθούν όχι μόνο για τον θάνατο του 19χρονου, αλλά και για τον κίνδυνο που θεωρείται ότι έθεσαν σε όσους άλλους επέβαιναν στο μοιραίο παιχνίδι τη στιγμή του ατυχήματος. Μεταξύ των άλλων επιβατών ήταν και ο 16χρονος αδερφός του θύματος, καθώς και τέσσερις νεαροί φίλοι τους, οι οποίοι βρέθηκαν στον ίδιο κίνδυνο όταν το παιχνίδι παρουσίασε το τραγικό δυστύχημα. Η έρευνα της υπόθεσης παραμένει ανοιχτή, και οι ανακριτικές αρχές ενδέχεται να προχωρήσουν σε νέες διώξεις σε όποιον άλλο προκύψει ως υπεύθυνος για τη λειτουργία ή τον έλεγχο ασφαλείας των παιχνιδιών του λούνα παρκ.

Το πρωί της ίδιας ημέρας, ο πατέρας του 19χρονου, Γιώργος Καμπαϊλής, βρέθηκε στο γραφείο της ανακρίτριας στον Πολύγυρο και κατέθεσε πληροφορίες που ο ίδιος έχει συγκεντρώσει από την προσωπική του έρευνα. Ο πατέρας του θύματος ανέφερε λεπτομέρειες που περιγράφουν το σκηνικό του τραγικού ατυχήματος, όπως τις μετέφερε ο νεαρότερος γιος του, ο οποίος ήταν επίσης παρών μαζί με τη σύζυγό του. Σύμφωνα με τον κ. Καμπαϊλή, υπάρχουν αιρετοί και δημοτικοί παράγοντες του δήμου Κασσάνδρας, οι οποίοι φέρουν μερίδιο ευθύνης για το περιστατικό, λόγω παραλείψεων ή ελλιπούς εποπτείας της ασφαλούς λειτουργίας του λούνα παρκ. Ζήτησε από τις ανακριτικές αρχές την απόδοση ευθυνών και την κλήση σε απολογία όσων, κατά την άποψή του, συνέβαλαν με τις ενέργειες ή παραλείψεις τους στον θάνατο του γιου του.

Η υπόθεση συνεχίζει να απασχολεί τις τοπικές αρχές του Πολύγυρου, και, σύμφωνα με πληροφορίες, αναμένεται σύντομα να σταθούν νέες κλήσεις σε πρόσωπα που ενδέχεται να έχουν άμεση ή έμμεση εμπλοκή στο τραγικό περιστατικό. Οι εξελίξεις που θα προκύψουν από τις επόμενες ανακριτικές διαδικασίες θα κρίνουν τη διασφάλιση της διαφάνειας και της απόδοσης ευθυνών για το ατύχημα που στέρησε τη ζωή του νεαρού και συγκλόνισε την τοπική κοινωνία.



Ο πατέρας του 19χρονου Γιάννη, Γιώργος Καμπαϊλής

**ΑΣΚΗΘΗΚΕ
ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ
ΠΟΙΝΙΚΗ ΔΙΩΞΗ
ΓΙΑ ΤΟ ΑΔΙΚΗΜΑ
ΤΗΣ ΑΠΟΠΕΙΡΑΣ
ΑΝΘΡΩΠΟΚΤΟΝΙΑΣ
ΜΕ ΕΝΔΕΧΟΜΕΝΟ
ΔΟΛΟ ΚΑΤΑ
ΣΥΡΡΟΗ ΚΑΙ
ΣΥΝΕΡΓΕΙΑ ΣΕ
ΑΥΤΟ**

ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΜΕΡΕΛΗΣ: Η ΑΝΘΡΩΠΙΑ ΣΤΟ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ ΚΑΘΕ ΜΑΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ

Οι επαγγελματίες της Θεσσαλονίκης, ζητούν από το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Θεσσαλονίκης, από το μεγαλύτερο Επιμελητήριο της Βορείου Ελλάδος, να γίνει πρωταγωνιστής και να ηγηθεί μιας νέας πορείας για την ανάκαμψη των μικρομεσαίων επιχειρήσεων.

Οι εκλογές στις 23, 24 και 25 Νοεμβρίου είναι η μοναδική ευκαιρία που έχουμε και έχετε μπροστά σας, για να κάνουμε όλοι μαζί, την επανεκκίνηση του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης. Του μοναδικού φορέα στον οποίο μπορεί να ακουμπήσει αυτή τη στιγμή ο κάθε επαγγελματίας. Γιατί η ανθρωπιά θα είναι στο επίκεντρο κάθε μας απόφασης.

Βασικό αίτημα και απαίτηση όλων των επαγγελματιών είναι να γίνει το Επιμελητήριο ένας σταθερός σύμμαχος, που θα προσφέρει ουσιαστικές ανταποδοτικές υπηρεσίες, που θα αξιοποιεί σύγχρονα χρηματοδοτικά εργαλεία προς όφελος των μελών του και που θα ανοίγει νέους δρόμους για τη μικρομεσαία επιχειρηματικότητα. Η παράταξή μας "ΝΕΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ" διαθέτει και τη γνώση και τα στελέχη για να το κάνει πράξη.

Δεν αρκούν οι καλές προθέσεις και τα ευχολόγια. Πρέπει να γνωρίζεις σε βάθος τα προβλήματα για να μπορείς να τα επιλύσεις. Πρέπει να έχεις κατανοήσει ότι στις συνθήκες που ζούμε χρειαζόμαστε ένα ΝΕΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ. Οφείλουμε να χαράξουμε όλοι μαζί μια νέα πορεία έχοντας στη φαρέτρα μας την πολύτιμη εμπειρία του παρελθόντος την οποία μαζί με νέα καινοτόμα εργαλεία θα αξιοποιήσουμε για να χαράξουμε νέους δρόμους ανάπτυξης για τον επαγγελματία.

Η παράταξή μας έχει όραμα για το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Θεσσαλονίκης! Θέλει να το καταστήσει πρωταγωνιστή και ρυθμιστικό παράγοντα των εξελίξεων που αφορούν τον Επαγγελματία. Ονειρευόμαστε ένα Επιμελητήριο αδέσμευτο, ελεύθερο από κομματικές υποχρεώσεις και άλλες δεσμεύσεις, ένα Επιμελητήριο που θα λογοδοτεί στα μέλη του και όχι σε κομματικούς παράγοντες. Ένα Επιμελητήριο χωρίς διακρίσεις. Ένα Επιμελητήριο που θα ενώνει και δεν θα διχάζει. Ένα Επιμελητήριο για όλους τους επαγγελματίες του νομού Θεσσαλονίκης!

Η παράταξή μας "ΝΕΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ" και οι υποψήφιοί της είναι επαγγελματίες που ξέρουν πολύ καλά να κάνουν τα λόγια πράξεις. Που αγωνίζονται καθημερινά και γνωρίζουν από πρώτο χέρι πως μπορούν να λυθούν τα προβλήματα που αντιμετωπίζει σήμερα ο Επαγγελματίας.

Ξέρουν πολύ καλά πως η επιτυχία έρχεται μόνο μέσα από ένα μελετημένο και υπολογισμένο σχέδιο και για τον λόγο αυτό έχουμε διαμορφώσει συγκεκριμένες, σαφείς και εύκολα υλοποιήσιμες προτάσεις που μπορούν να φέρουν άμεσα αποτελέσματα στη βελτίωση της καθημερινότητας του Επαγγελματία.



ΝΕΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ
Κυριάκος Μερελής
Υποψήφιος Πρόεδρος
Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης (Ε.Ε.Θ.)

Δραστήριες γυναίκες και δραστήριοι άντρες επιχειρηματίες και επαγγελματίες της πόλης μας, με διαφορετικές πολιτικές προτιμήσεις ο καθένας μας, ενώσαμε τις δυνάμεις μας στο συνδυασμό ΝΕΟ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ, με τη σύμπραξη μας κάνουμε πιο δυνατή, πιο ισχυρή τη φωνή διεκδίκησης του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης. Είναι ο μόνος δρόμος για να αντισταθούμε στη φορολογική λαίλαπα που βιώνουμε, στην αδιαφορία της Πολιτείας για τα τεράστια προβλήματα που μας δημιουργεί η ενεργειακή κρίση. Γνωρίζουμε τις δυνάμεις που δεν θέλουν να αλλιάξουν τίποτα, δεν θέλουν οι επαγγελματίες να προσέλθουν μαζικά στις κάλπες, τους βολεύει να παραμείνουν τα πράγματα ως έχουν.

Δεν βολεύει όμως τα 55.000 μέλη του Επιμελητηρίου. Οι κάλπες στις 23, 24 και 25 Νοεμβρίου, είναι η μοναδική διέξοδος για να αλλιάξει κάτι. Για να γίνει το Επαγγελματικό Επιμελητήριο Θεσσαλονίκης, ουσιαστικός συμπαραστάτης, συνοδοιπόρος και υποστηρικτής του επαγγελματία.

Με ισχυρή φωνή, με διεκδικητικότητα, με ουσιαστικές υπηρεσίες, με αποτελεσματικές πρωτοβουλίες.

•Ο Κυριάκος Μερελής είναι υποψήφιος πρόεδρος του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης



ΕΔΩ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

ΣΙΘΩΝΙΑ: ΔΙΚΑΣΤΗΣ ΘΑ «ΔΙΚΑΣΕΙ» ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΗΣ!

Η ΠΡΩΤΟΔΙΚΗΣ ΤΩΝ «ΛΗΞΙΠΡΟΘΕΣΜΩΝ» ΚΑΛΕΙΤΑΙ ΝΑ ΔΙΚΑΣΕΙ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ «Κ» ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΦΙΜΩΣΗΣ ΤΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΕΙΞΗ ΤΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ ΠΟΥ ΖΗΜΙΩΣΑΝ ΤΟ ΔΗΜΟ ΚΑΤΑ ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΕΥΡΩ

Το τελευταίο διάστημα, ο θεσμός της δικαιοσύνης στην Ελλάδα αμφισβητείται έντονα από την κοινή γνώμη, όπως καταγράφεται σε διάφορες δημοσκοπήσεις. Αν και η αρνητική εικόνα δεν αφορά το σύνολο του δικαστικού σώματος, ορισμένες περιπτώσεις αποδεικνύουν ότι κάποιοι λειτουργοί, με τις υπηρεσιακές τους αποφάσεις, προσβάλλουν το κύρος της δικαιοσύνης και το δημοκρατικό πολίτευμα.

Μία από αυτές τις υποθέσεις αφορά τις ληξιπρόθεσμες οφειλές του Δήμου Σιθωνίας κατά τη θητεία του Ιωάννη Τζιτζιου ως δημάρχου. Το θέμα έχει προκαλέσει το δημόσιο ενδιαφέρον επί σειρά ετών, και τώρα διερευνάται από τις αρμόδιες αρχές. Στο επίκεντρο της υπόθεσης βρίσκεται μια συγκεκριμένη δικαστικός, η οποία, κατά την περίοδο αυτή, εξέδωσε διαταγές πληρωμής συνολικού ύψους 50 εκατομμυρίων ευρώ σε βάρος του Δήμου. Οι διαταγές πληρωμής αυτές εκδόθηκαν χωρίς να τηρούνται οι θεσμικές διαδικασίες που ορίζει ο νόμος, παραβιάζοντας το νομικό πλαίσιο και συγκεκριμένα το άρθρο 272 του Κώδικα Διοικητικής Δικονομίας, το οποίο προβλέπει ότι διαταγές πληρωμής για διοικητικές συμβάσεις πρέπει να εκδίδονται από τα Μονομελή Διοικητικά Εφετεία και όχι από τα Μονομελή Πρωτοδικεία.

Επιπλέον, στις περισσότερες περιπτώσεις, οι απαιτήσεις των εργολάβων δεν προέκυπταν από διοικητικές συμβάσεις όπως απαιτεί η νομοθεσία, και δεν υπήρχε προληπτικός έλεγχος των δαπανών αυτών για την εγκυρότητά τους. Αντίθετα, φαίνεται ότι υπήρξε μία αμφισβητήσιμη συνεργασία μεταξύ του δήμου και των εργολάβων, με τον Δήμο να αποδέχεται τις απαιτήσεις χωρίς επαρκείς αποδείξεις και σε πλείστες περιπτώσεις χωρίς να έχει προηγηθεί σύμβαση. Οι αιτήσεις των εργολάβων για τις διαταγές πληρωμής υποβάλλονταν απευθείας στο Πρωτοδικείο Χαλκιδικής, και εγκρίνονταν χωρίς περαιτέρω έλεγχο.

Αξιοσημείωτο είναι ότι οι διαταγές πληρωμής δικάστηκαν από την ίδια πρωτοδίκη. Κατά σίγουρα μεγάλη και θαυμαστή σύμπτωση, μετά τα έτη αυτά των διαταγών πληρωμής, δηλαδή μετά το 2017 και κυρίως από το 2019 και μετά, η οικογένεια του πρώην δημάρχου επέδειξε υπερ-δραστηριότητα σε πολλές νέες επιχειρήσεις και σε πολλά αθλητάκια πολυτελή ταξίδια του υιού, τα οποία διαφημίζονται δημόσια στα κοινωνικά δίκτυα! Σήμερα, ο πρώην δήμαρχος Ι. Τζιτζιος, ενοχλούμενος από δημοσιεύματα της «Κ» περί πολυτελούς βίου της οικογένειάς του, αιτείται ασφαλιστικών μέτρων κατά της «Κ», ισχυριζόμενος ότι συκοφαντείται και ότι ζουν έναν ταπεινό βίο! Καμιά φορά τα μεγέθη της «ταπεινότητας» είναι τελείως υποκειμενικά στον καθένα και ίσως ο Ι. Τζιτζιος να εννοεί ταπεινό βίο την διαμονή σε ξενοδοχείο των 2500 ευρώ την βραδιά!

Η επιλογή της ίδιας δικαστικού να κρίνει την αίτηση ασφαλιστικών μέτρων κατά της «Κ» δημιουργεί σοβαρές εντυπώσεις και υποψίες για σύγκρουση συμφερόντων, καθώς καλείται να δικάσει την υπόθεση με βάση τις δικές της προηγούμενες αποφάσεις! Η υπόθεση εγείρει ερωτήματα ως προς την ανεξαρτησία και την αμεροληψία της δικαιοσύνης, καθώς η ίδια δικαστικός καλείται να κρίνει την προσφυγή κατά της εφημερίδας που αναδεικνύει τα «απόνερα» των αποφάσεών της, σε μια διαδικασία που μπορεί να οδηγήσει σε δεδικασμένο υπέρ της, νομιμοποιώντας τις προηγούμενες ενέργειές της και φράζοντας τον δρόμο σε κάθε μελλοντική αμφισβήτηση. Παρά την προφανή ανάγκη για πειθαρχικό έλεγχο της εν λόγω δικαστικού και ενδελεχή έρευνα για το πόθεν έσχες τόσο της ίδιας όσο και του πρώην δημάρχου και της οικογένειάς του, η απόφαση να αναλάβει την υπόθεση προκαλεί ανησυχία για τον θεσμικό εκφυλισμό του κράτους δικαίου. Τέτοιες πρακτικές πλήττουν την εμπιστοσύνη των πολιτών στη δικαιοσύνη και δίνουν την εντύπωση ότι ορισμένοι παράγοντες καταφέρνουν να επηρεάσουν τον τρόπο που απονέμεται η δικαιοσύνη.

Η επιμονή στη διεκδίκηση της δικαιοσύνης για την υπόθεση αυτή και η δημοσιοποίηση των στοιχείων που τη συνθέτουν, δεν αποτελεί απλώς ευθύνη των δημοσιογράφων αλλά και βασικό δικαίωμα των πολιτών που ζητούν να λάμψει η αλήθεια και να αποδοθούν ευθύνες για τη ζημιά που υπέστη ο Δήμος Σιθωνίας. Ο θεσμός της δικαιοσύνης, όπως κάθε θεμέλιο της δημοκρατίας, οφείλει να προστατεύεται από κάθε απόπειρα υπονόμευσής του. Είναι απαραίτητο να ληφθούν όλα τα μέτρα για να εξασφαλιστεί ότι τέτοιες υποθέσεις θα διερευνώνται από αμερόληπτους δικαστικούς και ότι οι ευθύνες θα αποδίδονται χωρίς συμβιβασμούς.

Νομοθετικό Πλαίσιο Έκδοσης Διαταγής Πληρωμής σε βάρος του Δημοσίου

N.4329/2015 (ΦΕΚ 53 Α/02.06.2015) : Έκδοση διαταγής πληρωμής για αξιώσεις από διοικητική σύμβαση που έχει συναφθεί στο πλαίσιο εμπορικής συναλλαγής και άλλες διατάξεις.

«ΕΚΔΟΣΗ ΔΙΑΤΑΓΗΣ ΠΛΗΡΩΜΗΣ

Άρθρο 1

Μετά το άρθρο 272 του Κώδικα Διοικητικής Δικονομίας, που κυρώθηκε με το άρθρο πρώτο του ν. 2717/1999 (Α' 97), προστίθεται τρίτο τμήμα για τη διαδικασία έκδοσης διαταγής πληρωμής για αξιώσεις από διοικητικές συμβάσεις, που έχουν συναφθεί στο πλαίσιο εμπορικής συναλλαγής, ως εξής:

«ΤΡΙΤΟ ΤΜΗΜΑ

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ ΔΙΑΤΑΓΗΣ ΠΛΗΡΩΜΗΣ

Άρθρο 272Α

Προϋποθέσεις για την έκδοση διαταγής πληρωμής

Η έκδοση διαταγής πληρωμής για χρηματικές αξιώσεις μη αμφισβητούμενες κατά την έννοια του άρθρου 3 παρ. 1 του Κανονισμού (ΕΚ) 805/2004 (ΕΕ L 143) μπορεί να ζητηθεί εφόσον: α) πηγάζουν από διοικητική σύμβαση που έχει συναφθεί στο πλαίσιο εμπορικής συναλλαγής, κατά την έννοια της υποπαραγράφου Ζ.3 της παραγράφου Ζ' του άρθρου πρώτου του ν. 4152/2013 (Α' 107) και β) έχει ολοκληρωθεί ο προληπτικός έλεγχος της σχετικής δαπάνης και έχει αποβεί θετικός για την πληρωμή της.

Άρθρο 272Β

Καθ' ύλην και κατά τόπο αρμοδιότητα

Αρμόδιος να εκδώσει διαταγή πληρωμής είναι ο δικαστής του Μονομελούς Διοικητικού Εφετείου της έδρας του αντισυμβαλλόμενου φορέα, κατά του οποίου ζητείται η έκδοσή της και προκειμένου για το Δημόσιο, της έδρας της υπηρεσίας που συμβλήθηκε για λογαριασμό του (εφεξής «αντισυμβαλλόμενος»).

Ίδου το άρθρο που αποσαφηνίζει την αρμοδιότητα του δικαστικού λειτουργού που νομιμοποιείται να εκδίδει διαταγές πληρωμής και είναι ο δικαστής Μονομελούς Διοικητικού Εφετείου της έδρας του αντισυμβαλλόμενου φορέα, κατά του οποίου ζητείται η έκδοσή της κι όχι πρωτοδικής

A/A	ΚΩΔ. ΤΠΔ	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΟΤΑ	ΝΟΜΟΣ	ΠΟΣΟ ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΣΗΣ
1	57103	ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟΥ	ΕΒΡΟΥ	18.039,16
2	55202	ΔΡΑΜΑΣ	ΔΡΑΜΑΣ	114.129,27
3	53313	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	339.802,59
4	55706	ΚΙΑΚΙΣ	ΚΙΑΚΙΣ	255.166,88
5	53317	ΚΟΝΙΤΣΑΣ	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	112.457,09
6	51721	ΜΕΣΣΗΝΗΣ	ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ	44.475,92
7	53314	ΠΙΘΩΓΝΙΟΥ	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	60.963,30
8	56411	ΣΙΘΩΝΙΑΣ	ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ	7.756.363,25
9	55443	ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟΥ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	235.269,64
ΣΥΝΟΛΟ				8.936.667,10

1	50302	ΑΛΙΑΡΤΟΥ	ΒΟΙΩΤΙΑΣ	396.034,02
2	59604	ΑΧΑΡΝΩΝ	ΑΤΤΙΚΗΣ	8.336.145,71
3	53325	ΒΟΡΕΙΩΝ ΤΖΟΥΜΕΡΚΩΝ	ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ	230.866,78
4	55433	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	10.002.087,26
5	56101	ΠΥΔΝΑΣ-ΚΟΛΙΝΔΡΟΥ	ΠΙΕΡΙΑΣ	554.236,11
6	56411	ΣΙΘΩΝΙΑΣ	ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ	8.103.470,40
7	59646	ΩΡΩΠΟΥ	ΑΤΤΙΚΗΣ	2.595.327,41
8	51101	ΑΡΓΟΥΣ-ΜΥΚΗΝΩΝ	ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ	408.313,21
9	54108	ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	1.220.533,33

Πακτωλός εκατομμυρίων επιχορηγήσεων διατέθηκαν στο Δ. Σιθωνίας επί κυβέρνησης ΣΥΡΙΖΑ για ληξιπρόθεσμες οφειλές. Οι συγκρίσεις με άλλους δήμους και τα συμπεράσματα δικά σας



Αλληλεγγύη Επαγγελματιών - Δύναμη Αλλαγής

Θεόδωρος Πανταλέων

Υποψήφιος Πρόεδρος
Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Θεσσαλονίκης

- Στις εκλογές για το Ε.Ε.Θ. έχεις επιλογή
- Με τη συμμετοχή σου μπορούμε να γυρίσουμε σελίδα
- Για ένα Επιμελητήριο που στηρίζει τον επαγγελματία

Στις εκλογές
23,24,25 Νοεμβρίου
στήριξε
«Αλληλεγγύη
Επαγγελματιών-
Δύναμη Αλλαγής»

Το Επιμελητήριό
Η ΦΩΝΗ ΣΟΥ

ΣΤΟ ΨΥΧΙΑΤΡΕΙΟ Ο ΣΧΙΖΟΦΡΕΝΗΣ ΜΕ ΤΟ ΠΙΣΤΟΛΙ



Ρεπορτάζ
Βασίλης Παπαναστασίου

Πενταετή νοσηλεία στο τμήμα Ψυχιατροδικαστικής του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης επέβαλε το Μικτό Ορκωτό Δικαστήριο σ' έναν 43χρονο ο οποίος τραυμάτισε έναν ποδηλάτη και στέρησε τη ζωή σ' έναν εργάτη, αντίστοιχα, το 2019 και το 2020. Στον κατηγορούμενο αποδόθηκε το ακαταλόγιστο ενώ με βούλευμα απαλλάχθηκε από τις κατηγορίες της ανθρωποκτονίας με πρόθεση, τετελεσμένης και σε απόπειρα, εξαιτίας της νοσηρής διατάραξης των πνευματικών του λειτουργιών.

Κατά την προδικασία, οι ψυχίατροι διέγνωσαν ότι το κίνητρο για την τέλεση των πράξεων ήταν η παραληρηματική πεποίθηση του ότι τα θύματα του είχαν επιλεγεί από τον διάβολο, με σκοπό τη θανάτωσή τους, ο οποίος μέσω των ακουστικών ψευδαισθήσεων του μιλούσε και του έδινε οδηγίες. Έτσι, το Συμβούλιο Πλημμελειοδικών Θεσσαλονίκης τον παρέπεμψε στο κακούργιοδικείο για την επιβολή του κατάλληλου θεραπευτικού μέτρου που αποφάσισαν μόνο οι τρεις τακτικοί δικαστές, χωρίς να εξετάσουν την ουσία της υπόθεσης.

Ενώπιον του Μικτού Ορκωτού Δικαστηρίου Θεσσαλονίκης ο 43χρονος εκστόμισε μετρημένες κουβέντες. Επισήμανε ότι ακούει φωνές και αφέθηκε στην κρίση των δικαστών για την περαιτέρω μεταχείριση του. «Θέλω να γίνω καλά» ανέφερε, μεταξύ άλλων, αποδεχόμενος ότι δεν είχε την ικανότητα να αντιληφθεί το άδικο των πράξεων του γιατί πάσχει από σχιζοφρένεια παρανοϊκού τύπου ήδη από την ηλικία των 30-31 ετών.

Τον πυροβόλησε στον δρόμο

Ο συγκεκριμένος άνδρας, το βράδυ της 16ης Σεπτεμβρίου 2019, οδηγώντας το ΙΧ επιβατικό αυτοκίνητο του, πλησίασε έναν 32χρονο Ρουμάνο που κινείτο με ποδήλατο στο 11ο χιλιόμετρο της Παλαιάς Εθνικής Οδού Θεσσαλονίκης- Κιλκίς. Έβγαλε από το παράθυρο του συνοδηγού ένα πιστόλι, πυροβολώντας 4-5 φορές εναντίον του ποδηλάτη και κατόπιν ανέπτυξε ταχύτητα κατευθυνόμενος προς το Κιλκίς.

Στον παθόντα προκλήθηκαν δύο τραύματα στην οσφυϊκή χώρα και στην κοιλιά ενώ επλήγη και η σπονδυλική στήλη. Με ασθενοφόρο του ΕΚΑΒ μεταφέρθηκε στο εφημερεύον νοσοκομείο «Γ. Παπανικολάου» και εισήχθη στη ΜΕΘ. Υποβλήθηκε σε χειρουργική επέμβαση, νοσηλεύτηκε επί 10 μέρες και χάρη στην έγκαιρη επέμβαση των γιατρών απέφυγε το ενδεχόμενο του θανάτου.

Η έρευνα διεξήχθη από το τμήμα Εγκλημάτων κατά Ζωής της Διεύθυνσης Ασφαλείας Θεσσαλονίκης και αρχικά ασκήθηκε ποινική δίωξη κατά αγνώστων ενώ η ανάκριση περαιώθηκε χωρίς να προκύψει η ταυτότητα του δράστη. Η δικογραφία τέθηκε στο αρχείο, τον Μάιο του 2021.

Στις 23 Αυγούστου 2020, σε αγροτική περιοχή του δημοτικού διαμερίσματος Κάριανης Καβάλας βρέθηκε νεκρός ένας 58χρονος αλλοδαπός, εργάτης γης, ο οποίος έφερε τραύματα από πυροβόλο όπλο (πιστόλι) στο κεφάλι. Ο θάνατος του αποδόθηκε σε εγκληματική ενέργεια. Η υπόθεση παρέμενε ανεξιχνίαστη επί περίπου έναν χρόνο.του ομολόγησε την πράξη του και συνελήφθη. Από το ιατρικό ιστορικό προέκυψε ότι ο κατηγορούμενος δεν δεχόταν την φαρμακευτική αγωγή ενώ οι γονείς του έβαζαν κρυφά σταγόνες με φάρμακο σε πόσιμα υγρά, όσο έμενε μαζί τους.

Τυχαία σύλληψη

Στις 5 Ιουλίου 2021, αστυνομικοί σταμάτησαν τυχαία τον (τότε) 40χρονο που οδηγούσε ΙΧ επιβατικό αυτοκίνητο, ιδιοκτησίας του πατέρα του. Μέσα στο όχημα βρέθηκαν και κατασχέθηκαν ένα πιστόλι, με γεμάτη γεμιστήρα κι έναν μαχαίρι συνολικού μήκους 51 εκατοστών καθώς επίσης και έξι σελίδες με ιδιόχειρες σημειώσεις που περιείχαν ακατάλληπτες φράσεις.

Από εκείνη την ημέρα έως την 20η Αυγούστου 2021, ο εν λόγω άνδρας νοσηλεύτηκε στη ψυχιατρική κλινική του νοσοκομείου Καβάλας όπου διαπιστώθηκε ότι πάσχει από σχιζοφρένεια παρανοϊκού τύπου. Δεν παραδέχτηκε ότι ήταν ψυχικά ασθενής ενώ από τους ψυχιάτρους διαγνώστηκε ότι η κατηγορία των παθήσεων στην οποία ανήκει είναι η πιο επικίνδυνη για την τέλεση εγκλημάτων κατά της ζωής.

Στο πλαίσιο της κύριας ανάκρισης και από την ανάλυση ευρημάτων προέκυψε ότι αυτός ήταν ο δράστης της δολοφονίας του 58χρονου. Στις 5 Οκτωβρίου 2021, εντοπίστηκε, από αστυνομικούς της Ασφάλειας Καβάλας, στη Θεσσαλονίκη όπου έμενε μόνιμα. Κατά την προσαγωγή του ομολόγησε την πράξη του και συνελήφθη. Από το ιατρικό ιστορικό προέκυψε ότι ο κατηγορούμενος δεν δεχόταν την φαρμακευτική αγωγή ενώ οι γονείς του έβαζαν κρυφά σταγόνες με φάρμακο σε πόσιμα υγρά, όσο έμενε μαζί τους.

Θεραπευτικό μέτρο επιβλήθηκε σε έναν 43χρονο ο οποίος τραυμάτισε έναν ποδηλάτη και στέρησε τη ζωή σ' έναν εργάτη γιατί τον πρόσταξε... ο διάβολος



ΖΟΥΣΑΝ ΚΑΘΗΛΩΜΕΝΟΙ ΜΕ ΜΥΓΕΣ ΚΑΙ ΠΟΝΤΙΚΙΑ



Σε χώρους βρώμικους, με πλήθος εντόμων και ακαθαρσίες τρωκτικών, διαβιούσε μια ντουζίνα ανθρώπων που εντοπίστηκαν σε εμφανώς άθλια ψυχική και σωματική κατάσταση, εντός ενός υποτυπώδους γηροκομείου στον Λιθότοπο Σερρών, τον Οκτώβριο του 2020. Κατά την έφοδο της αστυνομίας, μια 84χρονη βρέθηκε δεμένη από τον δεξιό αστράγαλο, με ιμάντα και λουκέτο, στο κρεβάτι της ενώ από την περαιτέρω έρευνα προέκυψε ότι δύο ηλικιωμένες γυναίκες απεβίωσαν, στερούμενες ιατρικής περίθαλψης. Θάφτηκαν με συνοπτικές διαδικασίες, με τη συνδρομή δύο γιατρών και ισάριθμων ιδιοκτητών γραφείων τελειών.

Οι τρεις υπεύθυνοι της παράτυπης μονάδας-ο διαχειριστής, η διευθύντρια και ο ιδιοκτήτης σύντροφος της- φέρονται πως δέσμευαν τους τρόφιμους και απέτρεπαν την επαφή τους με τον έξω κόσμο ενώ τους χορηγούσαν ναρκωτικές ουσίες, όπως μαρτυρούν τα εκατοντάδες φαρμακευτικά σκευάσματα που κατασχέθηκαν καθώς εμπίπτουν στις διατάξεις του νόμου περί ναρκωτικών. Από την άρση του τηλεφωνικού απορρήτου προέκυψε ότι ο διαχειριστής προέβαινε σε δέσμευση των ηλικιωμένων καθ' υπόδειξη της διευθύντριας η οποία σε μια τηλεφωνική συνομιλία του είπε: «[...] βασικά βραχιόλασε την (σ.σ. μια τρόφιμο) [...] παίρνει ο κώλος της αέρα».

ΣΟΚΑΡΕΙ ΤΟ ΚΑΤΗΓΟΡΗΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΤΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΔΥΝΑΜΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΣΤΟ ΠΑΡΑΝΟΜΟ ΓΗΡΟΚΟΜΕΙΟ ΤΟΥ ΛΙΘΟΤΟΠΟΥ ΣΕΡΡΩΝ

Στο εδώλιο 7 κατηγορούμενοι

Σοκάρουν τα όσα περιγράφονται στο βούλευμα του Συμβουλίου Πλημμελειοδικών Σερρών με το οποίο παραπέμφθηκαν να δικαστούν οι συνολικά 7 εμπλεκόμενοι, στο Μικτό Ορκωτό Δικαστήριο Θεσσαλονίκης. Κατηγορούνται, κατά περίπτωση, για διακίνηση ναρκωτικών, έκθεση από την οποία προκλήθηκε θάνατος των παθόντων, έκδοση ψευδούς ιατρικής πιστοποίησης, υπόθαλψη εγκληματία και για παραβίαση μέτρων για την πρόληψη ασθενειών.

Αφορμή για την έναρξη της ποινικής διερεύνησης της υπόθεσης αποτέλεσε μια 76χρονη γυναίκα η οποία εντοπίστηκε από αστυνομικούς του ΑΤ Ηράκλειας, να περιφέρεται στον δρόμο, εμφανώς ταλαιπωρημένη και με βρώμικα ρούχα. Η ίδια ανέφερε ότι διέμενε στον Λιθότοπο, σε μια μονάδα φιλοξενίας ηλικιωμένων. Ο υπεύθυνος λειτουργίας – διαχειριστής, που ειδοποιήθηκε για να την παραλάβει, υπέπεσε σε αντιφάσεις με αποτέλεσμα να γίνει επιτόπια έρευνα σε δώροφη οικία.

Στο ισόγειο βρέθηκαν εντός ενός δωματίου τρεις κληνίρεις ηλικιωμένοι και σε διπλανό δωμάτιο ακόμη τέσσερις, με σοβαρά προβλήματα υγείας, κινητικά, αναπνευστικά κ.α. Εκτός από δύο άνδρες, ηλικίας 47 και 56 χρόνων, ήταν και έξι γυναίκες που διένυσαν την όγδοη δεκαετία της ζωής τους. Σε δωμάτιο του πάνω ορόφου βρέθηκαν άλλοι δύο ηλικιωμένοι, μεταξύ αυτών κι ένας άνδρας, ηλικίας 85 χρόνων, ο οποίος ήταν σε εμφανώς καλύτερη κατάσταση από τους υπόλοιπους αλληλά και ο μόνος που είχε δυνατότητα να επικοινωνήσει.

«Πήγαν να μου δώσουν φάρμακα»

Ο συγκεκριμένος ηλικιωμένος κατέθεσε στους αστυνομικούς ότι: «Στον οίκο αυτό ένιωθα εγκλωβισμένος γιατί δεν μας έβγαζαν πουθενά. Έβγαίνα μόνος μου στο μπαλκόνι και σε κοινόχρηστο χώρο στο ισόγειο του οίκου, πράγμα το οποίο δεν άρεσε στο αφεντικό (σ.σ. ανέφερε το όνομα του διαχειριστή) ο οποίος μου έκανε συχνά παρατηρήσεις να μπαίνω μέσα στο δωμάτιο ώστε να μη γίνομαι αντιληπτός από τους κατοίκους του χωριού γιατί φαινόμενα [...] Όταν πρωτοπήγα, πήγαν να μου δώσουν φάρμακα ενώ εγώ δεν παίρνω κανένα φάρμακο, τα οποία αρνήθηκα».

Ο διαχειριστής επέδειξε μια άδεια ασκήσεως επαγγέλματος βοηθού νοσηλευτή. Οι αστυνομικοί εντόπισαν συνολικά 339 ναρκωτικά φάρμακα-εκ των οποίων πολλά ήταν ενέσιμα- χωρίς την απαιτούμενη ιατρική συνταγή τα οποία χορηγούνταν στους παραπάνω ηλικιωμένους τρόφιμους.

Από την έρευνα που διενήργησε κοινωνική λειτουργός, στις 16 Οκτωβρίου 2020, προέκυψε ότι όλοι οι φιλοξενούμενοι ηλικιωμένοι έφεραν πάνες ακράτειας, οι οποίες είχαν να αλλαχθούν τουλάχιστον 24 ώρες, σε όλα τα κρεβάτια υπήρχαν ιμάντες οι οποίοι κλειδώναν τα πόδια τους με κλειδαριά. Στα δωμάτια υπήρχαν μύγες και ακαθαρσίες ενώ ένας εκ των τροφίμων κοιμόταν σε κρεβάτι βρώμικο από ούρα και σε άθλια κατάσταση όσον αφορά την υγιεινή του. Στους χώρους βρέθηκαν ποντικοπαγίδες. Ακόμη, εξωτερικά είχαν τοποθετηθεί ψηλές καλαμωτές προκειμένου να αποτραπεί η θέαση του εσωτερικού από τους διερχόμενους.

Θάνατοι χωρίς ιατρική περίθαλψη

Όπως αναγράφεται στο παραπεμπτικό βούλευμα, όλοι οι τρόφιμοι ήταν σε κατάσταση αποδιοργάνωσης και αποπροσανατολισμού, κάποιοι δε εξ αυτών είχαν εμφανή σημάδια υποσιτισμού και αφυδάτωσης. Όλοι νοσούσαν από σοβαρές ασθένειες που υπαγόρευαν την παρακολούθησή τους από εξειδικευμένο νοσηλευτικό και ιατρικό προσωπικό, αλλά κανένας δεν τους περιέθαλπε.

Κατόπιν αξιοποίησης πληροφοριών, προέκυψε ότι δύο γυναίκες, ηλικίας 96 και 67 ετών, απεβίωσαν, στις 21 Σεπτεμβρίου και στις 5 Οκτωβρίου 2020. Οι δύο κατηγορούμενοι ιδιοκτήτες γραφείων τελειών άμεσα μετέβησαν στον Λιθότοπο και παρέλαβαν τις σορούς ενώ οι δύο συγκατηγορούμενοι γιατροί εξέδωσαν τα αντίστοιχα πιστοποιητικά θανάτου, βεβαιώνοντας ψευδώς ότι πέθαναν στην οικία τους. Οι θάνατοι αποδόθηκαν σε παθολογικά αίτια.





ΡΕΠΟΡΤΑΖ
ΦΑΝΗ ΧΑΡΙΣΗ

ΟΙ «ΠΛΗΓΕΣ» ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ ΚΑΙ Η ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ

Έλληνες, Βαλκάνιοι, Ισραηλινοί, Γερμανοί, Γάλλοι, Αυστριακοί κ.ά από πολλές χώρες του κόσμου φτάνουν στην Ελλάδα, προκειμένου να ανεβούν στον ξακουστό Όλυμπο.

Ειδικά τα τελευταία 4-5 χρόνια η αύξηση των ορειβατών και επισκεπτών στο βουνό των θεών είναι τεράστια σε σημείο φρενίτιδας, ενώ ειδικά φέτος ο ήπιος χειμώνας που προηγήθηκε προκάλεσε «έκρηξη» επισκεψιμότητας στη σεζόν Ιουνίου- Οκτωβρίου με συνθήκες απόλυτα ιδανικές για έμπειρους και μη ορειβάτες.

«Είναι πολύ υψηλό του ενδιαφέρον του κόσμου να επισκεφτεί και να ανεβεί τον Όλυμπο. Πολλοί φτάνουν έως το Οροπέδιο και σταματούν εκεί, τους ικανοποιεί και αυτό, ενώ άλλοι καταφέρνουν να φτάσουν στο Μύτικα ή και σε άλλες κορυφές. Η σεζόν ξεκινάει αρχές Ιουνίου και τελειώνει τέλος Οκτωβρίου όπου ουσιαστικά το βουνό είναι σε μια φάση καλοκαιρινή, δηλαδή είναι προσπελάσιμο, δεν έχει χιόνια, δεν έχει κρύο οπότε δελεάζει τον κόσμο να ανεβεί» είπε στην «Κ» ο έμπειρος ορειβάτης Νικόλαος Ράγκος που είναι κάτοχος πτυχίου διεθνούς σχολής ορειβασίας αλλά και οδηγός βουνού.

Στον Όλυμπο λειτουργούν συνολικά τέσσερα καταφύγια, του Αγαπητού, και της Πετρόστρουγκας που είναι στα 2000 και 2100 μέτρα και δύο άλλα, του Κάκκαλου και του Αποστολίδη που είναι ψηλότερα στο βουνό.

Τα τέσσερα καταφύγια είναι άκρως απαραίτητα για όλους όσοι ανεβαίνουν στον Όλυμπο, ωστόσο κατασκευάστηκαν πριν από πάρα πολλά χρόνια και πλέον δεν μπορούν να εξυπηρετήσουν τον όγκο των επισκεπτών είτε φιλοξενώντας τους είτε σε προμήθειες που είναι αναγκαίες. Επιπλέον, ειδικά φέτος, όπως ανέφερε ο κ. Ράγκος, λόγω του ήπιου χειμώνα τα καταφύγια ξέμειναν από νερό, αφού δεν υπήρξαν αρκετά χιόνια για να τα λιώσουν και να κρατήσουν το νερό για καθαριότητα και χρήση στις τουαλέτες όπως έκαναν τις προηγούμενες χρονιές.

Η δημιουργία νέων καταφυγίων ή και η ανάπτυξη των υφισταμένων είναι κάτι παραπάνω από αναγκαία παρότι ιδιαίτερα κοστοβόρα αφού ακόμα και η μεταφορά των υλικών θα πρέπει να γίνει από αέρος.

Ένα άλλο μείζον θέμα που μάλιστα προκαλεί εντύπωση στους ξένους ορειβάτες και τουρίστες είναι η ανυπαρξία μηχανισμού αεροδιάσωσης με εξειδικευμένα εναέρια μέσα και κυρίως προσωπικό.

Τα ατυχήματα ή οι ασθένειες ορειβατών είναι τακτικότερο φαινόμενο, ενώ η διάσωση και η μεταφορά τους εναπόκειται στην καλή διάθεση που θα επιδείξουν διάφοροι φορείς. «Γίνεται ένα ατύχημα με έναν ορειβάτη και θα πρέπει να παρακαλέσεις υπηρεσίες για να αναλάβουν το κόστος και για να έρθει το εναέριο μέσο, που όμως μπορεί να είναι ακατάλληλο.

Παράδειγμα, ένα ελικόπτερο super puma είναι κατάλληλο για τα νησιά, για τον Όλυμπο όμως είναι ακατάλληλο γιατί είναι βαρύ, δεν μπορεί να κάνει γρήγορες κινήσεις κλπ» τόνισε ο κ. Ράγκος που πρόσθεσε ότι «στις Άλπεις υπάρχει η ασφάλιση του ορειβάτη κόστους 60-70 ευρώ ακριβώς για αυτόν τον λόγο, για να έχει ο ορειβάτης αεροδιάσωση όταν θα την χρειαστεί».

Στον Όλυμπο η διάσωση ενός ορειβάτη είναι υπόθεση κυρίως της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας και ο χρόνος ανάβασης των πυροσβεστών υπολογίζεται στις 3,5 ώρες με ό,τι αυτό συνεπάγεται για τη σωματική καταπόνηση των ιδίων.

Σκουπίδια, ακαθάριστα μονοπάτια και με ελλιπή σήμανση

Το κεντρικό μονοπάτι που αρχίζει από τη θέση «Πριόνια» και οδηγεί στο Οροπέδιο και την ψηλότερη κορυφή είναι το Ε4 που θεωρείται ευρωπαϊκό μονοπάτι, καθώς ως νοτή γραμμή οδηγεί προς την Ευρώπη.

Ο Όλυμπος όμως έχει άλλα δεκαπέντε μονοπάτια, τα οποία είναι σε κακή κατάσταση, ακαθάριστα, χωρίς ορθή σήμανση και γεμάτα σκουπίδια. Πολλοί μάλιστα είναι οι επισκέπτες που χάνονται μέσα σε αυτά ειδικά κατά τους θερινούς μήνες και οι διασώστες αδυνατούν να τους εντοπίσουν.



ΠΑΡΑ ΤΗΝ ΦΡΕΝΙΤΙΔΑ ΕΛΛΗΝΩΝ ΚΑΙ ΞΕΝΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ, ΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΛΗΓΩΝΟΥΝ ΤΟ ΨΗΛΟΤΕΡΟ ΒΟΥΝΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΣ ΓΝΩΣΤΟ- ΑΝΟΙΚΤΟ ΤΟ ΕΝΔΕΧΟΜΕΝΟ ΕΙΣΙΤΗΡΙΟΥ



«Μαιμού» οδηγοί βουνών και τα επικίνδυνα ευτράπελα

Για κάποιον που ενδιαφέρεται να ανεβεί στον Όλυμπο μπορεί να το κάνει με τη συνοδεία οδηγού πληρώνοντας περίπου 70- 80 ευρώ προκειμένου να πάρει και τον απαραίτητο εξοπλισμό.

Εκτός όμως από τους πιστοποιημένους οδηγούς και συνοδούς βουνού που έχουν περάσει από τις σχολές της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας - Αναρρίχησης (Ε. Ο. Ο. Α.), δυστυχώς υπάρχουν και οι μη πιστοποιημένοι που εκμεταλλεύονται την τεράστια ζήτηση και την έλλειψη ελέγχου και πηλασάρουν ως οδηγοί και συνοδοί ανεβάζοντας κόσμο στο ψηλότερο βουνό της Ελλάδας.

Εκτός αυτού όμως πολλοί είναι εκείνοι που δεν αντιλαμβάνονται ότι η ανάβαση στον Όλυμπο είναι μια διαδικασία που εκτός από καλή φυσική κατάσταση απαιτεί και ειδικό εξοπλισμό, γιατί οι κίνδυνοι είναι πάρα πολλοί. «Έχουμε δει άτομα να θέλουν να ανέβουν στον Όλυμπο φορώντας σαγιονάρες, παντόφλες cros και σκαρπίνια. Φορούν ακατάλληλα για ορειβασία ρούχα και αγοράζουν φθηνά ακατάλληλα για τον Όλυμπο αντίσκηνα τα οποία τα βράδια ο δυνατός αέρας τα τσακίζει και μένουν απροστάτευτοι» είπε ο κ. Ράγκος.

Τα ξεχασμένα master plan και το ενδεχόμενο εισιτηρίου

Η Πολιτεία ακόμα και σήμερα αδιαφορεί για αυτά τα σημαντικά ζητήματα ενώ έχει αφήσει στα συρτάρια της ένα master plan το οποίο ολοκληρώθηκε το 1996, αφορούσε τον Εθνικό Δρυμό του Ολύμπου και έβαζε σειρά σε πολλά ζητήματα, για να περάσει στη συνέχεια το 2013 σε ένα διαχειριστικό σχέδιο που τελικά δεν εγκρίθηκε ποτέ!

Πέραν αυτών όμως έχουν πραγματοποιηθεί από διάφορους φορείς αρκετές μελέτες που αφορούν την οικονομική και τουριστική ανάπτυξη της περιοχής όμως καμία δεν κατέληξε προς έλεγχο και έγκριση από τον αρμόδιο Οργανισμό Φυσικού Περιβάλλοντος και Κλιματικής Αλλαγής που προΐσταται της Μονάδας Διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου του Ολύμπου.

Στελέχη της Μονάδας Διαχείρισης ανέφεραν στην «Κ» ότι είναι απαραίτητο να υπάρξει ένα σχέδιο ειδικά όσον αφορά τους επισκέπτες και τους ορειβάτες του Ολύμπου που φτάνουν πλέον ετήσια τους 400.000 ενώ χρόνο με τον χρόνο ο αριθμός αυξάνεται.

Όπως έλεγαν τα στελέχη της Μονάδας Διαχείρισης στην μεγάλη αύξηση των επισκεπτών έχουν συντελέσει η μόδα των social media αλλά και η αναζητησιμότητα των ανθρώπων για την επαφή με την φύση.

Ωστόσο, η κατάσταση είναι ανεξέλεγκτη καθώς δεν υπάρχει όπως είπαν καμία καταγραφή των επισκεπτών. «Έχουμε 7-8 εισόδους από τις οποίες μπορεί κάποιος να ανεβεί στον Όλυμπο μέσα από μονοπάτια. Κανονικά σε όλες αυτές θα έπρεπε να υπάρχουν άτομα που να κάνουν καταγραφή των ατόμων που ανεβαίνουν» ανέφερε υπάλληλος της Μονάδας Διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου Ολύμπου προσθέτοντας ότι πάρα πολλοί επισκέπτες είναι απροετοίμαστοι για την άνοδο στο ψηλότερο βουνό της Ελλάδας.

«Πάρα πολλοί επισκέπτες ανεβαίνουν χωρίς καμία προετοιμασία και γνώση για το βουνό, μη έχοντας καμία εμπειρία από άλλες αναβάσεις σε μικρότερα βουνά και συχνά πλέον έχουμε ατυχήματα. Πολλοί έρχονται και μας ρωτούν για τον καιρό και αν μπορούν να ανεβούν. Λαμβάνουμε διαρκώς τα καιρικά δεδομένα και αν είναι άσχημος ο καιρός τους προτρέπουμε να μην ανέβουν αλλά δεν μπορούμε να τους απαγορεύσουμε. Πολλοί αψηφούν τις καιρικές συνθήκες και μετά έχουμε ατυχήματα» ανέφερε ο υπάλληλος της Μονάδας Διαχείρισης.

Το ζητούμενο της δημιουργίας μιας ολοκληρωμένης παροχής υπηρεσιών ακόμα και έναντι των ατυχημάτων είναι κοινό πλέον, αλλά η αρμόδια Πολιτεία δεν το αποφασίζει.

Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό: Πριν από λίγα χρόνια υπήρξε μεγάλη συζήτηση όσον αφορά την επιβολή εισιτηρίου σε όσους ανεβαίνουν στον Όλυμπο. Τότε υπήρξε σφοδρή αντίδραση και το σχέδιο «πάγωσε». Πάντως, όπως πληροφορείται η «Κ», παραμένει ανοιχτή η συζήτηση για το εάν πρέπει να εφαρμοστεί ή όχι, καθώς η ιδέα ουσιαστικά δεν απορρίφθηκε ποτέ. Μάλιστα αναμένεται να γίνει μια επεξεργασία, προκειμένου να προχωρήσει το σχέδιο του εισιτηρίου.





KARFITSOMATA

Σε ...δύο ρόδες κυκλοφορούν
πρόεδρος και αντιδήμαρχος!



Λίγο μετά το πέρας της ειδικής συνεδρίασης λογοδοσίας του δήμου Θεσσαλονίκης ο πρόεδρος του δημοτικού συμβουλίου, Σπύρος Βούγιας, περιμένει καρτερικά στο προαύλιο χώρο του δημαρχιακού μεγάρου το μέσο που θα τον μεταφέρει στο σπίτι.

Όχι κάποιον σοφέρ ή οδηγό του δήμου, όπως θα υπολόγιζαν πολλοί... Περιμένει τον αντιδήμαρχο Κοινωνικής Πολιτικής, Αλληλεγγύης και Πρόνοιας και γιατρό στο επάγγελμα, Ευθύμη Χατζηθεόκλητο.

Ο αντιδήμαρχος, οδηγός δικύκλου, μετακινείται με σκούτερ για να προλαβαίνει τις υποχρεώσεις κι έχει αναλάβει τη μεταφορά του κ.Βούγια μετά τις συνεδριάσεις. Και μάλιστα, φροντίζει να έχει μαζί του και δεύτερο κράνος για την ασφάλεια του προέδρου. Τυπική δυάδα σε κάθε άρθρο του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας!

Ο ...οργασμός των
συνεδριάσεων!



Μια πιο ...στενή σχέση με τα έδρανα του δημοτικού συμβουλίου θα αποκτήσουν το επόμενο διάστημα οι εκλεγμένοι του δήμου Θεσσαλονίκης. Και ο λόγος είναι πως μέχρι το τέλος του έτους θα γίνουν αρκετές συνεδριάσεις καθώς το Σώμα θα κληθεί να συζητήσει και να εγκρίνει σημαντικά θέματα, όπως για παράδειγμα ο προϋπολογισμός του 2025, τα δημοτικά τέλη, το τεχνικό πρόγραμμα. Μέσα σε όλα αυτά θα «χωρέσει» και μια ειδική συνεδρίαση για την ανάπλαση του χώρου της ΔΕΘ που ορίστηκε για τις 13 Νοεμβρίου.

Χωρίς κινητή τηλεφωνία το νέο
Μετρό;



Τη στιγμή που μέσω των Smartphones δεκπεριαιώνονται όλες σχεδόν οι λειτουργίες, από ταυτοποιήσεις, επίδειξη δημοσίων εγγράφων έως πληρωμές μέσα ανέπαφων συναλλαγών, στο νέο Μετρό της Θεσσαλονίκης δεν προνόησαν να λειτουργεί η κινητή τηλεφωνία στη διάρκεια της βασικής διαδρομής. Αν όντως ισχύει αυτό λόγω βιασύνης προκειμένου να προλάβουν τα προαναγγελθέντα χρονοδιαγράμματα είναι μέγιστο σφάλμα καθώς το λάθος της Αθήνας φαίνεται ότι δεν έγινε μάθημα. Διότι μόλις τους προηγούμενους μήνες στις γραμμές του Αθηναικού Μετρό κατάφεραν να λειτουργήσουν οι κεραιές της κινητής τηλεφωνίας ενώ ήδη το Μετρό βρισκόταν σε λειτουργία. Η εκ των υστέρων τοποθέτηση πέραν του ότι θα είναι χρονοβόρα θα είναι και επιζήμια αλλά και πολλαπλάσια σε κόστος.

Μυρίζει Χριστούγεννα στη
Θεσσαλονίκη



Με το που έκανε «ποδαρικό» ο Νοέμβριος αρχίζει να ...μυρίζει Χριστούγεννα στη Θεσσαλονίκη. Οι προετοιμασίες από πλευράς κεντρικού δήμου ξεκινούν και τα επόμενα 24ωρα τα συνεργεία θα αρχίσουν να τοποθετούν τα απαραίτητα λαμπιόνια σε δρόμους, σε πλατείες, σε δέντρα και κοιλώνας. Αυτή τη στιγμή, η αρμόδια αντιδημαρχία με επικεφαλής τον Βασίλη Γάκη βάζει τις τελευταίες «πινελιές», ώστε το πρότζεκτ να παρουσιαστεί επίσημα. Οι υπηρεσίες αναζητούν το καλύτερο έλαιο ενώ έχουν δοθεί άδειες για το Χριστουγεννιάτικο Χωριό που θα «ξεφυτρώσει» από τις 7 Δεκεμβρίου και για ένα μήνα στο άγαλμα του Βενιζέλου.

Οι πληροφορίες λένε πως φέτος τα Χριστούγεννα αναμένονται πολλές εκπλήξεις, μουσικές και όχι μόνο, για τους κατοίκους και τους επισκέπτες. Κι επειδή κάποια «μουσικά» άρχισαν να κυκλοφορούν φαίνεται πως έφτασαν και στα αυτιά των ξένων... Και ήδη καταγράφονται αυξημένες προκρατήσεις στα ξενοδοχεία της πόλης!

Θα σχολιάσει τις φήμες ο
Βενιζέλος;



Δεν είναι μόνο η παρουσία Καραμανλή που τραβάει τα βλέμματα των επόμενων ημερών στην Θεσσαλονίκη. Αλλά και η ομιλία-παρέμβαση του Ευάγγελου Βενιζέλου σε εκδήλωση του «Κύκλου Ιδεών» το προσεχές Σάββατο στο Φουαγιέ του ΚΘΒΕ. Ο πρώην πρόεδρος του ΠΑΣΟΚ παίζει στα σενάρια για Πρόεδρος της Δημοκρατίας όπως και πέντε χρόνια πριν και αρκετοί θα θέλουν να ακούσουν αν σχολιάσει τις φήμες με τον δικό του σιβυλλικό τρόπο.

«Υπερδόμηση της Καλαμαριάς»



Αρκετά δραστήρια η βουλευτής του ΣΥΡΙΖΑ Ράνια Θρασκιά καταθέτοντας συνεχείς ερωτήσεις σε υπουργούς τόσο για ζητήματα Παιδείας όσο και Θεσσαλονίκης. Τελευταία αυτή για το παραλιακό μέτωπο της Καλαμαριάς, την ελεύθερη πρόσβαση πολιτών και την Μαρίνα. Η Θεσσαλονικιά βουλευτής κάνει λόγο για σχέδιο της κυβέρνησης για υπερδόμηση της Καλαμαριάς και ένα σχεδιαζόμενο έργο «παντελώς αντίθετο στην προστασία του περιβάλλοντος και την αισθητική απόλαυση του φυσικού κάλλους».

Ψήφισε αρνητικά και ο
Χουρδάκης



Πολιτική κόντρα με φόντο την εκλογή του νέου Συνηγόρου του Πολίτη με τη ΝΔ να κατηγορεί την αντιπολίτευση για το «όχι σε όλα». Αρνητικά στην εισήγηση της κυβέρνησης ψήφισαν και οι ανεξάρτητοι βουλευτές που εκφράζονται μέσω του βουλευτή Θεσσαλονίκης Μιχάλη Χουρδάκη. Τάχθηκε υπέρ της διατήρησης Ποττάκη στη θέση του ως την ολοκλήρωση της διερεύνησης των κρίσιμων υποθέσεων που χειρίζεται.

Ο ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΙΟΣ

ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΗΣ

Από τη «Γη της Ελιάς» και τις «Ψυχοκόρες» στην όπερα

ΑΡΝΕΙΤΑΙ ΝΑ ΣΥΜΒΙΒΑΣΤΕΙ

Από την τηλεόραση στην όπερα και από την όπερα στο stand up. Ο Θεσσαλονικιός ηθοποιός Γιώργος Χριστοφορίδης συμμετέχει στην παράσταση «Πάμε Όπερα» του Κέντρου Πολιτισμού της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας, μετά από τη συμμετοχή του σε επιτυχημένες τηλεοπτικές σειρές της prime time ζώνης, ενώ δουλεύει επίσης πάνω σε κωμικά stand up κείμενα.

Όπως επισημαίνει στην Karfitsa, θέλει να προκαλεί το ταλέντο του και την υποκριτική του μέσα από διαφορετικά projects.

«Αυτή είναι η ομορφιά της δουλειάς. Ιδανικά θα ήθελα συνέχεια να ξεβολεύομαι και να ανακαλύπτω νέα σύμπαντα. Σε διαφορετική περίπτωση μαθαίνουμε ένα πράγμα, το πάμε μέχρι τέρμα και βγαίνουμε στη σύνταξη. Για μένα είναι μεγάλο ζητούμενο αυτό. Σήμερα είναι η όπερα, αύριο μπορεί να είναι μια παράσταση με κουκλιοθέατρο. Οπουδήποτε μπορώ να μπω με γνώση και σοβαρότητα», αναφέρει χαρακτηριστικά.

Ο ίδιος συμμετείχε στη σειρά «Η Γη της Ελιάς» για 15 επεισόδια, όπου υποδύθηκε έναν απαγωγέα. Συμμετείχε επίσης στο σίριαλ «Ψυχοκόρες». «Είμαι καταδικασμένος να παίζω τον κακό. Στη «Γη της Ελιάς» έκανα τον απαγωγέα. Ήμουν αρχηγός της απαγωγής ενός πλούσιου πρωταγωνιστή, όπου εκβιάσαμε την οικογένειά του για λύτρα.

Ήταν πολύ όμορφη εμπειρία και συνεργασία. Ένας άλλος κόσμος. Κάμερες και μικρόφωνα παντού. Στις «Ψυχοκόρες» υποδύθηκα τον συντηρητικό αδελφό μιας κοπέλας που έμεινε έγκυος, έχοντας κάνει έρωτα πριν από το γάμο. Τη σκότωσα επειδή αθέτησε αυτά που υποσχέθηκε στον πατέρα μας», αναφέρει. Στη «Γη της Ελιάς» ξεχωρίζει τη συνεργασία του με τον Τάσο Ιορδανίδη, ενώ στις «Ψυχοκόρες» τη συνεργασία του με τη Δήμητρα Ματσούκα.

Θέατρο VS τηλεόραση

Σε ερώτηση σχετικά με το αν προτιμά την τηλεόραση ή το θέατρο, υπογραμμίζει στην Karfitsa τα εξής: «Υπάρχει καλή τηλεόραση και καλό θέατρο. Υπάρχει επίσης κακή τηλεόραση και κακό θέατρο. Εμένα με νοιάζει να συναντιέμαι με ανθρώπους, να κάνουμε κάτι ουσιαστικό που να αρέσει σε μας και στον κόσμο και να αφήνουμε το αποτύπωμά μας καλλιτεχνικά. Στην τηλεόραση υπάρχει ένα δημιουργικό χάος και στόχος είναι να μη το κάνεις περισσότερο χάος. Να μπορέσεις να εκπληρώσεις τον όραμα του σκηνοθέτη χωρίς να παιδέψεις τα πράγματα και να καθυστερήσεις τις διαδικασίες. Να είσαι το the point με μια ωραία ερμηνεία για να γίνει η δουλειά».

Αθήνα VS Θεσσαλονίκη

Στην παράσταση «Πάμε Όπερα» υποδύεται έναν δημοσιογράφο που δεν είναι λήτρης της όπερας και αντιμετωπίζει το είδος με δυσπιστία, μέχρι το τέλος να αλλιάξει γνώμη μέσω ενός θιάσου. Κάνει λόγο για μια όμορφη συνεργασία και ένα πολύ ενδιαφέρον project. Ο ηθοποιός π α ρ ά λ λ η η α δουλεύει stand up κείμενα προκειμένου να ετοιμάσει τη δική του παράσταση. Σημειώνει επίσης ως Θεσσαλονικιός, ότι στην Αθήνα είναι περισσότερες οι ευκαιρίες καλλιτεχνικά. Ειδικότερα: «Στη Θεσσαλονίκη δεν γίνονται τόσες παραγωγές. Δεν υπάρχει τηλεόραση και κινηματογράφος. Οι θεατρικές παραγωγές είναι επίσης μειωμένες. Πρέπει να είσαι στην Αθήνα, να υπάρχουν και να διεκδικείς. Πρέπει να καταφέρεις να γίνεις ορατός».



Way of Life
by Elina 

ΤΟ DO LIST - SKG

7

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΔΕΙΣ, ΝΑ ΔΙΑΒΑΣΕΙΣ, ΝΑ ΓΕΥΤΕΙΣ, ΝΑ ΑΚΟΥΣΕΙΣ

Επιμέλεια: Βαγγέλης Δούρβας

1

Θέατρο Κούκλας: «Ο Ψαροτρομάρας» στη Θεσσαλονίκη

«Ο Ψαροτρομάρας», η παιδική παράσταση με την τεχνική του Μαύρου Θεάτρου, παρουσιάζεται ξανά στη Θεσσαλονίκη στο Θέατρο Σοφούλη για 2 παραστάσεις, στις 2 Νοεμβρίου (18:30).



2

Θέατρο Σκιών: «Ο Καραγκιόζης Τουρίστας» στη Θεσσαλονίκη

Το Θέατρο σκιών Νικόλα Κούληλη παρουσιάζει την παράσταση θεάτρου Σκιών, «Ο Καραγκιόζης τουρίστας» στη Θεσσαλονίκη, στο Κινηματοθέατρο Αθήναιον-Σκηνή Β', στις 3 Νοεμβρίου (12:00).



3

Θεσσαλονίκη: Παράσταση «Αγορομάννα» στο Θέατρο Sural

Η παράσταση Αγορομάννα της Αφροδίτης Μητσοπούλου, που συνδυάζει stand-up comedy, ντοκιμαντέρ και μουσικό θέατρο, έρχεται στη Θεσσαλονίκη στο θέατρο Sural Art Space, στις 4 Νοεμβρίου (21:00).



4

Η Αναστασία Μιχαήλογλου και ο Τάσος Σχίζας στην Θεσσαλονίκη για μία μοναδική έκθεση

Η γκαλερί Μικρού φιλοξενεί έκθεση φωτογραφίας της Αναστασίας Μιχαήλογλου και του Τάσου Σχίζα στις 5 Νοεμβρίου (18:00). Η έκθεση πραγματοποιείται στα πλαίσια της 7ης διοργάνωσης του Contrast / Αντίθεση: Φεστιβάλ Φωτογραφίας.



5

Θεσσαλονίκη: Θεατρικό Έργο «Μαιευτήριο» του Θανάση Τριαρίδη

Η ομάδα θεάτρου Πρόταση παρουσιάζει το έργο «Μαιευτήριο» στη Θεσσαλονίκη στο θέατρο Τ, στις 6 Νοεμβρίου (21:30).



6

Ο Νίκος Ξυδάκης και ο Πάνος Δημητρακόπουλος στη Θεσσαλονίκη

Ο Νίκος Ξυδάκης έρχεται να ξεσηκώσει την Θεσσαλονίκη με τον Γιάννη Κυριμκιρίδη στο πιάνο και τον Πάνο Δημητρακόπουλο στο κανονάκι, στις 7 Νοεμβρίου (21:30). Τρεις φίλοι και συνεργάτες μοιράζονται μουσικές προτιμήσεις, ποιήματα, τραγούδια και μικρές αφηγήσεις.



7

Η Παράσταση «Η Θάλασσα και ο Γέρος» Επιστρέφει στη Θεσσαλονίκη

Η θεατρική παράσταση «Η Θάλασσα και ο Γέρος», βασισμένη στο έργο του Έρνεστ Χέμινγκουεϊ «Ο γέρος και η θάλασσα», επιστρέφει στη Θεσσαλονίκη στη σκηνή του θεάτρου Αριστοτέλειον, στις 8 Νοεμβρίου (21:15).



ΑΦΙΕΡΩΜΑ Υγείας



Στο πολυσέλιδο αφιέρωμα στην «Υγεία» της «Κ» επιλεγμένοι και διακεκριμένοι επιστήμονες από πολλές ειδικότητες αρθρογραφούν και στοιχειοθετούν την άποψή τους σχετικά με τη σημασία της πρόληψης και της σωστής ενημέρωσης. Μια καινοτόμα προσέγγιση με ελληνικές υπογραφές κορυφαίων της ιατρικής επιστήμης.

.....

Μάντζιαρη Λίλιαν

ΟΙ ΑΡΡΥΘΜΙΕΣ ΜΕ ΔΙΚΑ ΣΑΣ ΛΟΓΙΑ



— Τι είναι η αρρυθμία;

Είναι όταν ο ρυθμός της καρδιάς είναι διαφορετικός από το φυσιολογικό, άρα η αρρυθμία περιλαμβάνει μια μεγάλη ομάδα παθήσεων και δεν είναι ένα συγκεκριμένο πρόβλημα, μπορεί να εκδηλωθεί ως βραδυκαρδία (παλμοί <math>< 50 / \text{λεπτό}</math>), ως αίσθημα παλμών («κάνω έναν παλμό» ή «κάνει παύση στην ψηλάφιση»), ως άρρυθμος συνεχόμενος χτύπος («η καρδιά χτυπάει περίεργα», «φτερουγίζει») ή ως ταχυκαρδία. Ταχυκαρδία είναι όταν η καρδιακή συχνότητα ανεβαίνει πάνω από 100/λεπτό. Αυτό μπορεί να είναι αποτέλεσμα πολλών διαφορετικών παθήσεων, όπως κοιλιακή μαρμαρυγή, κοιλιακή ταχυκαρδία, υπερκοιλιακή ταχυκαρδία ή κοιλιακή ταχυκαρδία. Η εξειδίκευση της καρδιολογίας που ασχολείται με τις αρρυθμίες ονομάζεται ηλεκτροφυσιολογία, και ο ειδικός καρδιολόγος που έχει εξιδεικευθεί στην αντιμετώπιση των αρρυθμιών ονομάζεται ηλεκτροφυσιολόγος (κοινώς αρρυθμιολόγος).

— Παθαίνω ταχυκαρδία αλλά δε μου βρίσκουν τίποτα!

Εάν δεν υπάρχει καταγραφή της αρρυθμίας, (πχ «μέχρι να πάω στο νοσοκομείο σταματάει», ή «έβαλα Χόλτερ και δεν την έπιασε») τότε είναι απαραίτητη η επίσκεψη σε αρρυθμιολόγο-ηλεκτροφυσιολόγο που από το ιστορικό (πως ξεκινάει, πως το αισθάνεστε και πως τερματίζει) θα καταλάβει τι μπορεί να έχετε και θα προτείνει λύσεις. Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις ασθενών που λαμβάνουν τη διάγνωση «κρίση πανικού» ενώ στην πραγματικότητα έχουν υπερκοιλιακή ταχυκαρδία.

— Γίνεται να έχω κοιλιακή μαρμαρυγή και να είναι όλα φυσιολογικά στον καρδιολογικό έλεγχο;

Ναι, γιατί η κοιλιακή μαρμαρυγή αρχικά και για μεγάλο διάστημα (συνήθως χρόνια) εμφανίζεται κατά παροξυσμούς, δηλαδή επεισόδια αρρυθμίας που έρχονται και φεύγουν, άλλες φορές με έντονη ταχυκαρδία ή εύκολη κόπωση και άλλες φορές χωρίς καθόλου συμπτώματα. Γι' αυτό είναι σημαντικό όταν ο καρδιολόγος την υποψιαστεί να σας εκπαιδεύσει να την ψηλαφίσετε, να μετρήσετε την καρδιακή συχνότητα (με ένα οξύμετρο πχ) ή ακόμα και να καταγράψετε καρδιογράφημα την ώρα που έχετε τα συμπτώματα. Τα έξυπνα ρολόγια μπορούν να ανιχνεύσουν την κοιλιακή μαρμαρυγή και στους ασθενείς που δεν έχουν συμπτώματα.

— Τελικά πότε πρέπει να ανησυχώ;

Κάθε καινούργιο σύμπτωμα που μοιάζει με αρρυθμία θα πρέπει να εκτιμηθεί από καρδιολόγο ή καλύτερα από αρρυθμιολόγο. Στις περισσότερες περιπτώσεις οι αρρυθμίες είναι αθώες αλλά κάποιες φορές συνδυάζονται με σοβαρές παθήσεις τις καρδιάς. Σε κάθε περίπτωση δεν χρειάζεται ανησυχία αλλά έγκαιρη επίσκεψη στον ειδικό για να αντιμετωπιστεί ότι κι αν είναι. Εάν η αρρυθμία συνοδεύεται από απώλεια συνείδησης (ήπιποθυμία), πόνο στο στήθος ή άλλα έντονα συμπτώματα θα πρέπει να ζητήσετε ιατρική βοήθεια άμεσα.

Έχουν και τα παιδιά αρρυθμίες;

Πολλά παιδιά έχουν έκτακτες συστολές που συνήθως είναι αθώες αλλά χρειάζονται παρακολούθηση. Παρουσιάζουν επίσης υπερκοιλιακή ταχυκαρδία (απότομη αύξηση της καρδιακής συχνότητας στα 190-200/λεπτό) ή το σύνδρομο Wolf-Parkinson-White που συνδυάζει υπερκοιλιακή ταχυκαρδία με ένα παθολογικό καρδιογράφημα που χρειάζεται εκτίμηση από αρρυθμιολόγο (μπορεί να είναι επικίνδυνο για τη ζωή). Εκτός από τα παραπάνω υπάρχουν πολύ σπάνιες παθήσεις που προκαλούν ηλεκτρική αστάθεια στην καρδιά που είναι επικίνδυνη για τη ζωή και τις υποψιαζόμαστε όταν υπάρχει παθολογικό καρδιογράφημα ή ιστορικό ανακοπής στην οικογένεια.

Πως αντιμετωπίζονται οι αρρυθμίες;

Πολλές αθώες αρρυθμίες αντιμετωπίζονται με αλλαγές στον τρόπο ζωής (ελαφρά γεύματα, μείωση καφεΐνης και αλκοόλ, αντιμετώπιση άγχους). Μερικές φορές χρειάζεται και φαρμακευτική αγωγή. Στην περίπτωση της κοιλιακής ταχυκαρδίας μπορεί να χρειαστεί εμφύτευση απινιδωτή, ενώ για τη βραδυκαρδία μπορεί να χρειαστεί εμφύτευση βηματοδότη. Για τις συχνότερες αρρυθμίες πχ κοιλιακή μαρμαρυγή, υπερκοιλιακή ταχυκαρδία ή πολύ συχνές έκτακτες κοιλιακές συστολές η καλύτερη λύση είναι η επεμβατική θεραπεία με κατάλυση. Με την εξέλιξη της τεχνολογίας η κατάλυση των αρρυθμιών γίνεται με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα με διαδερμική μέθοδο (χωρίς τομές).

Η Δρ Μάντζιαρη είναι απόφοιτος της Ιατρικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, με ειδικότητα στην Καρδιολογία. Έχει μεταπτυχιακό δίπλωμα (MSc) στην Ιατρική Ερευνητική Μεθοδολογία και αναγορεύτηκε Διδάκτορας (PhD) του ΑΠΘ το 2012. Έχει πραγματοποιήσει δετή εξειδίκευση στην ηλεκτροφυσιολογία (αρρυθμίες) στο εξωτερικό στα νοσοκομεία Royal Brompton Hospital και Harefield Hospital του Λονδίνου. Εκπαιδεύτηκε στην επεμβατική αντιμετώπιση των αρρυθμιών με κατάλυση (ablation) με τις πιο σύγχρονες μεθόδους και τεχνικές. Είναι Διευθύντρια του τμήματος Ηλεκτροφυσιολογίας στο Ιατρικό Διαβαλκανικό Κέντρο.

Μάντζιαρη Λίλιαν, Διδάκτωρ ΑΠΘ
Καρδιολόγος - Ηλεκτροφυσιολόγος
Ιατρείο αντιμετώπισης αρρυθμιών Cardiorhythm
Διεύθυνση: Αιγαίου 36, Καθαμαριά
Τηλέφωνο : 2310416002,

www.Cardiorhythm.gr
info@cardiorhythm.gr



Δημήτριος Μουρτιάδης

ΚΡΙΣΕΙΣ ΠΑΝΙΚΟΥ



Δημήτριος Μουρτιάδης - Σύμβουλος
ψυχικής υγείας - Ψυχοθεραπευτής
Τηλέφωνο: 2311289950 / 6938494948

Συχνά οι άνθρωποι όταν στρεσάρονται για κάτι που συμβαίνει στη ζωή τους ή έχουν βιώσει κάτι δύσκολο ή αγχωτικό παρουσιάζουν ένα έντονο αίσθημα φόβου και άγχους που ονομάζουμε Κρίση Πανικού ή Άγχους.

Ενώ η κρίση πανικού και η κρίση άγχους παρουσιάζουν πολλές ομοιότητες υπάρχουν κάποιες διαφορές μεταξύ των δύο διαταραχών. Οι κρίσεις άγχους τείνουν να είναι πιο σταδιακές, λιγότερο σοβαρές και εστιάζονται περισσότερο σε συγκεκριμένο φόβο ή ερέθισμα, ενώ οι κρίσεις πανικού είναι συνήθως πιο έντονες και ξαφνικές, συχνά συνοδεύονται από μία αίσθηση επικείμενης καταστροφής ή κινδύνου και από έντονα σωματικά συμπτώματα, τα οποία μπορεί να διαρκέσουν από λίγα λεπτά ως μία ώρα ή και περισσότερο.

Φάρμακα όπως διεγερτικά και στεροειδή, μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο κρίσεων πανικού. Εάν αντιμετωπίζετε κρίσεις πανικού και παίρνετε φάρμακα είναι σημαντικό να μιλήσετε με τον γιατρό σας για να προσδιορίσετε αν το φάρμακο σας μπορεί να συμβάλει στην αύξηση των συμπτωμάτων σας.

Τα συμπτώματα των κρίσεων πανικού μπορεί να διαφέρουν από άτομο σε άτομο αλλά γενικά περιλαμβάνουν μια σειρά από σωματικά και ψυχολογικά συμπτώματα όπως:

- Γρήγορος καρδιακός παλμός
- Εφίδρωση
- Τρέμουλο
- Δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθηση πνιγμού
- Πόνος ή δυσφορία στο στήθος
- Ζαλάδα ή αίσθημα λιποθυμίας
- Κράμπες στο στομάχι ή αίσθημα ναυτίας
- Φόβος να χάσεις τον έλεγχο ή να τρελαθείς
- Αίσθημα απομάκρυνσης από την πραγματικότητα ή τον εαυτό σας
- Έντονα συναισθήματα τρόμου ή καταστροφής
- Αίσθηση επικείμενου κινδύνου ή βλάβης

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη κρίσεων πανικού. Οι παράγοντες μπορεί να είναι ψυχολογικοί, περιβαλλοντολογικοί, ή βιολογικοί.

Τα άτομα με οικογενειακό ιστορικό αγχωδών διαταραχών είναι πιο πιθανόν εμφανίσουν κρίσεις πανικού. Τα στρεσογόνα γεγονότα της ζωής όπως ένα διαζύγιο ή η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου μπορεί να πυροδοτήσουν κρίσεις πανικού. Επιπλέον, το συνεχές άγχος από την εργασία, τις σχέσεις ή άλλες πηγές μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη κρίσεων.

Τα άτομα που διανύουν περιόδους άγχους και στρες για μεγάλο χρονικό διάστημα είναι πιθανόν να παρουσιάσουν κρίση πανικού.

Επίσης, ορισμένες ιατρικές παθήσεις όπως καρδιακές παθήσεις, υπερθυρεοειδισμός και άσθμα, μπορούν να αυξήσουν τον κίνδυνο εμφάνισής τους.

Ενώ οι κρίσεις πανικού μπορεί να είναι πολύ οδυνηρές δεν είναι εγγενώς επικίνδυνες και συνήθως δεν οδηγούν σε μακροπρόθεσμες σωματικές βλάβες. Μπορεί να επηρεάσουν όμως, άλλα μέρη της διάθεσης ή της λειτουργικότητας του ατόμου. Ορισμένα άτομα αρχίζουν να αποφεύγουν καταστάσεις στις οποίες φοβούνται ότι μπορεί να εκδηλωθεί κρίση πανικού (φόβος του φόβου). Αν αφεθούν χωρίς θεραπεία οι αγχώδεις διαταραχές μπορεί να συμβάλουν στην ανάπτυξη άλλων προβλημάτων ψυχικής υγείας, όπως η κατάθλιψη, η χρήση ουσιών και οι διατροφικές διαταραχές.

Όμως υπάρχει θεραπεία για τις κρίσεις πανικού όπως φάρμακα, ψυχοθεραπεία, ομάδες υποστήριξης και αλλαγές στον τρόπο ζωής. Επιπλέον, στρατηγικές αυτοβοήθειας όπως ασκήσεις βαθιάς αναπνοής, θετική αυτοομιλία, η μέθοδος 5,4,3,2,1 μπορεί να είναι αποτελεσματικές για τη διαχείριση των κρίσεων.

Να θυμάστε ότι οι κρίσεις πανικού είναι θεραπεύσιμες και με τη σωστή θεραπεία και ψυχολογική υποστήριξη μπορείτε να ξεπεράσετε αυτή τη δοκιμασία και να ζήσετε μία ικανοποιητική ζωή. Μην υποφέρεται ζώντας στη σιωπή, απευθυνθείτε για βοήθεια και κάντε το πρώτο βήμα προς τη θεραπεία σας.

Ο Δημήτριος Μουρτιάδης είναι απόφοιτος EICP, Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο Συμβουλευτικής και Ψυχοθεραπείας.



Μαρία Μπουγουλιά

ΜΙΑ ΤΡΙΧΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ ΜΑΣ ΑΡΚΕΙ!

«Σκανάροντας» τον ανθρώπινο οργανισμό με μία τρίχα!



Δρ. Μαρία Μπουγουλιά
Ενδοκρινολόγος- Διαβητολόγος
Διεύθυνση: Πόντου 62, Καθαμαριά
Τηλέφωνο: 2310-443672

Τα μαλλιά ανδρών και γυναικών είναι ένας καταπληκτικός σχεδόν άφθαρτος, βιο-δείκτης που μεταφέρει πολλές προσωπικές πληροφορίες σε ένα κβαντικό επιγενετικό επίπεδο. Τα μαλλιά, το δέρμα και ο εγκέφαλος, θεωρούνται αισθητήρια όργανα και είναι σε θέση να συλλέγουν περιβαλλοντικά σήματα σε ένα ευρύ φάσμα συχνοτήτων που επιτρέπουν τη λήψη βιολογικών αποκρίσεων στο ανθρώπινο σώμα. Τι είναι οι δείκτες ευεξίας και πώς η επιστήμη της Επιγενετικής χαρτογραφεί στο σώμα μας το παρελθόν μας αλλά και το μέλλον μας;

Επιγενετική είναι ο τομέας της Γενετικής που αναπτύχθηκε ιδιαίτερα τις δύο τελευταίες δεκαετίες και μελετά την επίδραση του περιβάλλοντος στο γονιδίωμα ενός οργανισμού και τον τρόπο με τον οποίο εξωτερικοί παράγοντες επηρεάζουν την ανάπτυξη και τη συμπεριφορά του. Τέτοιοι παράγοντες είναι το τοξικό φορτίο, η διατροφή, η διάθεσή μας, η άσκηση, **ορμονικές διαταραχές, ενδοκρινικοί διαταράκτες** κ.λ.π. Αυτό σημαίνει πως μπορεί κάποιος να έχει κληρονομήσει φυσιολογικό γονίδιο και να εκδηλώσει τελικά μία παθολογική κατάσταση ή να έχει παθολογικά γονίδια και ο οργανισμός του να λειτουργεί φυσιολογικά.

Η Επιγενετική αναφέρεται στις αναστρέψιμες αλλαγές στην λειτουργία των γονιδίων, οι οποίες όμως δεν επιφέρουν μόνιμες αλλαγές στον γενετικό κώδικα. Οι επιγενετικές αλλαγές σχετίζονται με την ανάπτυξη διαφόρων **ασθενειών, ορμονικών διαταραχών, τριχόπτωσης** και συγκεκριμένα, οι επιγενετικοί μηχανισμοί εξηγούν πώς το περιβάλλον και η συμπεριφορά μας επηρεάζουν την «έκφραση» των γονιδίων μας. Η Επιγενετική αποκαλύπτει πως μόνο το 2% της κατάστασης της υγείας μας οφείλεται στην κληρονομικότητα. Το υπόλοιπο 98% εξαρτάται από την επίδραση του περιβάλλοντος που ξεκινά από τη διατροφή μας και φτάνει μέχρι στα υλικά κατασκευής του σπιτιού μας και την έκθεσή μας στην ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία των συσκευών.

Επεξεργασμένα τρόφιμα, **οξειδωτικό στρες**, χαμηλή πρόσληψη αντιοξειδωτικών, ιχνοστοιχείων, μετάλλων, τοξίνες και χημικές ουσίες, ηλεκτρομαγνητικά πεδία, παρεμβολή συχνοτήτων, βαρέα μέταλλα προκαλούν βλάβες στις φυσιολογικές λειτουργίες του σώματος. Γνωρίζετε ότι η τάση για τραυματισμούς, η χαμηλή ενέργεια και η ευερεθιστικότητα και πολλές δυσλειτουργίες οφείλονται στις επιδράσεις του περιβάλλοντος στο σώμα μας; Το οξειδωτικό στρες είναι ουσιαστικά αποτέλεσμα μιας ανισορροπίας μεταξύ της παραγωγής ελευθέρων ριζών και της ικανότητας του σώματος να εξουδετερώνει τις βλαβερές επιδράσεις τους, μέσω της δράσης των αντιοξειδωτικών. Μάλιστα, οδηγεί σε κληρονομικές αλλαγές στις επιγενετικές πληροφορίες.

Το οξειδωτικό στρες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, μεταβάλλει τις επιγενετικές πληροφορίες του εμβρύου και οδηγεί σε καρδιαγγειακές παθήσεις και διαβήτη, καθώς και σε αυξημένο κίνδυνο αυτισμού στα παιδιά. Είναι γνωστό ότι προάγει τη μείωση και τη δυσλειτουργία των τελομερών, η οποία, μεταξύ άλλων παραγόντων, οδηγεί στη γήρανση και την απόπτωση των κυττάρων.

Σήμερα υπάρχει η δυνατότητα «σκαναρίσματος» όλου του ανθρώπινου οργανισμού μέσα από μια τρίχα χάρη στο τεστ επιγενετικής. Τέτοιες μοναδικές πληροφορίες διεγείρονται από το εσωτερικό μικρο-περιβάλλον ως απόκριση στην επιγενετική και μπορούν να αποκωδικοποιηθούν, να μεταφραστούν και να ερμηνευθούν από την τεχνολογία με κατάλληλα εργαλεία όπως το S-Drive. **Περίπου 800 δείκτες ευεξίας** και υγείας του οργανισμού μπορούν να ανιχνευτούν/χαρτογραφηθούν από τον θύλακο της τρίχας σας και να δώσουν σημαντικές πληροφορίες για την γενική κατάσταση του οργανισμού.

Με την πρόοδο της κβαντικής βιολογίας, οι επιγενετικοί μηχανισμοί αρχίζουν να αποκωδικοποιούνται και μας βοηθούν στην κατανόηση διαδικασιών, όπως της ανάπτυξης του οργανισμού, των ασθενειών ακόμη και του καρκίνου!

Έτσι λοιπόν η υγεία μας εξαρτάται από το σύνολο παραγόντων όπως: από το τι τρώμε, αλλά και το πώς και πότε τρώμε, από το τι πίνουμε, τι είδους νερό πίνουμε, από την ποιότητα αέρα που αναπνέουμε, από αυτά που σκεπτόμαστε. Μια αρνητική σκέψη μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο που ενεργούμε...

• Η θεραπευτική παρέμβαση εξατομικεύεται για κάθε ασθενή ΚΑΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟΣΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΟΣΟ ΚΑΙ ΤΟ ΔΑΚΤΥΛΙΚΟ ΜΑΣ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ, ανάλογα με τα αποτελέσματα των απεικονιστικών, βιοχημικών και ιστολογικών εξετάσεων. Η θεραπευτική στρατηγική έχει κάθε φορά σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ασθενούς και την ολοκληρωμένη αντιμετώπιση ενός προβλήματος με τον καλύτερο τεκμηριωμένο επιστημονικά δυνατό τρόπο.

Η Δρ Μαρία Μπουγουλιά είναι απόφοιτη της Ιατρικής σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου το 1984. Έλαβε τον τίτλο ειδικότητας της Ενδοκρινολογίας τον Φεβρουάριο του 1995. Είναι διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής, του Τμήματος Βιολογικής Χημείας στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Η επίσκεψη στο Ενδοκρινολογικό - Διαβητολογικό Ιατρείο της Δρ Μαρίας Μπουγουλιάς είναι μια εμπειρία ευχάριστη, με παροχή ιατρικών υπηρεσιών υψηλότερου επιπέδου σε ευχάριστο και ευγενικό περιβάλλον.



Στέφανος Ψωμάς

Η ΡΟΜΠΟΤΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΩΝ ΕΠΕΜΒΑΣΕΩΝ - ΠΟΙΑ ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ



Δρ. Στέφανος Ψωμάς MD, PhD
Γενικός χειρουργός
Διεύθυνση: Ιατρικό Διαβαλκανικό,
Ασκήπιου 10, Πυλαία
Κινητό: 6979775161
Σταθερό: 2310400000, Εσωτ. Dect: 1758

Η ρομποτική χειρουργική έχει καταστεί πρωτοποριακή τεχνολογία στον τομέα της ιατρικής, προσφέροντας εξαιρετική ακρίβεια και ελάχιστη επεμβατικότητα σε ένα ευρύ φάσμα χειρουργικών επεμβάσεων. Με τη χρήση προηγμένων ρομποτικών συστημάτων, οι χειρουργικές διαδικασίες εκτελούνται με μεγαλύτερη ακρίβεια και ευελιξία, βελτιώνοντας σημαντικά τα αποτελέσματα για τους ασθενείς.

Η ρομποτικές επεμβάσεις εκτελούνται μόνο από πιστοποιημένους ρομποτικούς χειρουργούς.

Λειτουργικότητα και Πλεονεκτήματα:

– **Ενισχυμένη Ακρίβεια:** Τα ρομποτικά συστήματα, όπως το Da Vinci, παρέχουν στους χειρουργούς τρισδιάστατη 3D, υψηλής ανάλυσης απεικόνιση του χειρουργικού πεδίου, επιτρέποντας την εκτέλεση εξαιρετικά λεπτών χειρισμών με μηδενικό τρέμουλο στα εργαλεία, καθώς το σύστημα ελέγχει πλήρως τη σταθερότητα.

– **Ελάχιστη Επεμβατικότητα:** Οι μικρές τομές και η αυξημένη ευελιξία των ρομποτικών εργαλείων οδηγούν σε μικρότερη απώλεια αίματος, ταχύτερη ανάρρωση, ελάχιστη έως μηδενική μετατροπή του χειρουργείου σε ανοιχτό και λιγότερο μετεγχειρητικό πόνο.

– **Εφαρμογές σε Πολλαπλά Πεδία:** Η ρομποτική χειρουργική έχει βρει εφαρμογή σε διάφορους τομείς, συμπεριλαμβανομένης της ογκολογίας, της καρδιοχειρουργικής, της ουρολογίας, της γυναικολογίας και της γενικής χειρουργικής.

– **Βελτιωμένα Αποτελέσματα:** Η ρομποτική χειρουργική έχει αποδειχθεί αποτελεσματική στη μείωση των επιπλοκών, στη βελτίωση των αισθητικών αποτελεσμάτων και στην επιτάχυνση της ανάρρωσης των ασθενών.

Ποιες είναι οι εφαρμογές της ρομποτικής χειρουργικής στην Γενική Χειρουργική:

Στην γενική χειρουργική, η ρομποτική τεχνολογία έχει επαναπροσδιορίσει την αντιμετώπιση μιας ευρείας γκάμας παθήσεων, όπως:

– **Ογκολογικές Επεμβάσεις:** Αφαίρεση όγκων με μεγαλύτερη ακρίβεια και διατήρηση υγιών ιστών.

– **Κήλες:** Επιδιόρθωση κηλών με προηγμένες τεχνικές όπου τα πλέγματα τοποθετούνται χωρίς επαφή με τα σπλάχνα, χωρίς επώδυνους τρόπους καθήλωσης και με μειωμένο κίνδυνο υποτροπής.

– **Διαφραγματοκήλη και παλινδρόμηση γαστρεντερικού:** Εξατομικευμένη αντιμετώπιση με μοναδική αποτελεσματικότητα.

– **Παθήσεις χοληδόχου κύστος και χοληφόρων οδών,** όπου η υψηλή ανάλυση και λεπτομερής απεικόνιση σε συνδυασμό με ICG Firefly, επιτυγχάνει αποτελεσματική έκβαση χωρίς κακώσεις.

– **Παθήσεις στομάχου,** λεπτού εντέρου και παθήσεις παγκρέατος με δυνατότητα υψηλής χειρουργικής ικανότητας στη συρραφή, στον έλεγχο και αποφυγή αιμορραγίας και με δυνατότητα ευκολότερης ενδοκοιλιακής αναστόμωσης.

– **Παθήσεις παχέος εντέρου,** τόσο σε καλοήθεις (πχ εκκοληνωματίτιδα) όσο και κακοήθεις καταστάσεις (καρκίνος παχέος εντέρου), όπου η λεπτομερής παρασκευή και αφαίρεση των όγκων, η ευκολότερη δυνατότητα αναστόμωσης μέσα στο σώμα, η ευκολότερη συρραφή και προσέγγιση όγκων σε πολύ στενά πεδία όπως χαμηλά στην πύελο, καθιστούν το ρομποτικό σύστημα πολύτιμο σύμμαχο.

Μελλοντικές Προοπτικές:

Παρά τα σημαντικά οφέλη της, η ρομποτική χειρουργική αντιμετωπίζει προκλήσεις όπως το κόστος και η ανάγκη για εξειδικευμένη εκπαίδευση. Ωστόσο, με την εξέλιξη της τεχνολογίας και τη μείωση των εξόδων, αναμένεται να γίνει πιο προσιτή και διαδεδομένη.

Συμπέρασμα:

Η ρομποτική χειρουργική αποτελεί μια σημαντική εξέλιξη στην ιατρική, προσφέροντας στους ασθενείς ένα υψηλότερο επίπεδο φροντίδας. Η συνεχής έρευνα και ανάπτυξη στον τομέα αυτό αναμένεται να οδηγήσει σε ακόμα πιο εξελιγμένες τεχνικές και βελτιωμένα αποτελέσματα για τους ασθενείς.

Ο Δρ Στέφανος Ψωμάς είναι αριστούχος απόφοιτος του τμήματος Ιατρικής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Κατέχει τον τίτλο ειδικότητας Γενικής Χειρουργικής και είναι Διδάκτωρ του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Είναι πιστοποιημένος χειρουργός στη Ρομποτική χειρουργική με το υπερσύγχρονο ρομποτικό σύστημα Da Vinci. Είναι εξειδικευμένος στην προηγμένη λαπαροσκοπική και ελάχιστα επεμβατική χειρουργική και στην ογκολογική χειρουργική. Είναι μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Κολλοπροκτολογίας (ΕΕΚΠ) και μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Χειρουργικής Μαστού.



Παναγιώτης Ζεφάνος

ΙΟΣ HPV

ΕΝΑΣ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΗΣ

Ο HPV (human papilloma virus) ή αλλιώς ιός των ανθρωπίνων θηλωμάτων, αναφέρεται σε μία οικογένεια ιών που μολύνουν το δέρμα ή διάφορους βλεννογόνους (π.χ. τράχηλο της μήτρας, περιοχή γεννητικών οργάνων).

Ο ιός HPV ευθύνεται για το πλέον κοινό σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα, ωστόσο αυτός δεν είναι ο μοναδικός τρόπος μετάδοσης του. Σύμφωνα με δεδομένα από το CDC των ΗΠΑ το 80% του ανθρώπινου πληθυσμού θα παρουσιάσει λοίμωξη από τον ιό HPV κάποια στιγμή στη διάρκεια της ζωής του χωρίς εμφανή συμπτωματολογία.

Υπάρχουν πάνω από 100 τύποι HPV αλλά οι 14 από αυτούς σχετίζονται με την εμφάνιση καρκινικών αλλοιώσεων και είναι γνωστοί ως τύποι υψηλού κινδύνου. Οι χαμηλού κινδύνου τύποι HPV μπορούν να προκαλέσουν κοινά κονδυλώματα (ανθοκραμβοειδείς εκβλαστήσεις).

Το μεγαλύτερο ποσοστό των HPV σχετιζόμενων καρκίνων οφείλονται στους τύπους 16 και 18, ενώ το 90% περίπου των περιπτώσεων οξυτενών κονδυλωμάτων οφείλονται στους τύπους 6 και 11. Ο HPV μεταδίδεται από άτομο φορέα του ιού μέσω άμεσης επαφής με μολυσμένο δέρμα, βλεννογόνους ή σωματικά υγρά.

Οι περίπου 30 τύποι του HPV συσχετίζονται με μετάδοσή τους μέσω σεξουαλικής δραστηριότητας (κοιλιακή, στοματική, πρωκτική επαφή ή άγγιγμα γεννητικών οργάνων).

Σε άτομα που έχουν εμφανίσει κονδυλώματα εμφανίζονται συχνά αλλοιώσεις και σε άλλα σημεία όπως στο εφήβαιο και στις μηροβουβωνικές πτυχές. Αυτό συμβαίνει, γιατί κατά την διάρκεια του ξυρίσματος ή της αποτρίχωσης δημιουργούνται τραυματισμοί, οι οποίοι λειτουργούν ως «πύλες εισόδου» και δίνουν την δυνατότητα στον HPV να εισέλθει και να μολύνει την βασική στιβάδα του επιθηλίου.

Μία αισιόδοξη πτυχή στο θέμα του HPV είναι ότι συνήθως οι γυναίκες που είναι θετικές σε κάποιο στέλεχος και διανύουν την δεκαετία 20-30, έχουν μεγάλες πιθανότητες να απαλλαγούν από αυτόν μετά από άλλοτε άλλο χρονικό διάστημα, ανάλογα με την ανοσιακή απάντηση του οργανισμού.

Αυτό λοιπόν που ισχύει είναι ότι από τις 100 γυναίκες που θα μολυνθούν από τον HPV, μόνο 1-2 γυναίκες κινδυνεύουν να δημιουργηθεί σε αυτές προκαρκινική αλλοίωση στον τράχηλο της μήτρας, με την προϋπόθεση ότι αυτές δεν επισκέπτονται τακτικά τον γυναικολόγο και δεν υποβάλλονται στις απαραίτητες εξετάσεις. Η μετάδοση του ιού γίνεται στο μεγαλύτερο ποσοστό 60-65% μέσω σεξουαλικής επαφής. Υπάρχει πολύ μικρή πιθανότητα μετάδοσης του ιού μέσω κοινών πετσετών, αλλά και καμία σχεδόν πιθανότητα μετάδοσης από την επαφή με κάθισμα τουαλέτας, χειρολαβές, βρύσες ή από ένα κατοικίδιο ζώο.



Ο μεγαλύτερος παράγοντας κινδύνου που επιδέχεται μεταβολή είναι ο αριθμός σεξουαλικών συντρόφων. Τρεις ή περισσότεροι στη διάρκεια της ζωής εξαπλάσιάζουν τον κίνδυνο προσβολής από έναν από τους ογκογόνους τύπους.

Η χρήση του προφυλακτικού, παρόλα αυτά περιορίζει τον κίνδυνο μετάδοσης του ιού στο 70%, χωρίς να τον εκμηδενίζει. Ωστόσο, είναι αδύνατο να γνωρίζουμε πάντα εάν έχουμε μολυνθεί από τον HPV ή όχι. Αυτό συμβαίνει, διότι το ανοσοποιητικό σύστημα καταπολεμά τους ιούς με ανοσία κυτταρικού τύπου που αποτελεί μηχανισμό τοπικής εμβέλειας και γι' αυτό τον λόγο δεν παράγονται υψηλά επίπεδα αντισωμάτων στο αίμα για να τα μετρήσουμε εύκολα και να καταλήξουμε σε ένα ασφαλές συμπέρασμα.

Έτσι, αν ο HPV κατασταθεί πρέπει να τονίσουμε ότι η φλεγμονή υποχωρεί, παρόλα ταύτα ο ιός παραμένει στα κύτταρα της βασικής μεμβράνης και πολλαπλασιάζεται παράλληλα με τις κυτταρικές διαιρέσεις. Άρα, ο HPV μπορεί σε κάποια χρονική στιγμή κατά την οποία το ανοσοποιητικό σύστημα θα είναι εξασθενημένο να προκαλέσει ξανά φλεγμονή στα κύτταρα.

Διάφορες έρευνες έχουν δείξει, ότι οποιαδήποτε λοίμωξη μεταξύ των οποίων και η λοίμωξη από HPV δυσχεραίνει την πιθανότητα σύλληψης.

Το American College of Obstetricians and Gynecologists των ΗΠΑ έχει ορίσει την ούλωση και την φραγή των σαλπίνγων, ως πιθανούς παράγοντες κινδύνων για την υπογονιμότητα, ωστόσο ο ιός HPV δεν θεωρείται ειδικός παράγοντας κινδύνου. Οι γυναίκες με λοίμωξη από τον ιό HPV (κονδυλώματα) μπορούν να παρουσιάσουν δυσκολία στην σύλληψη και αυξημένο κίνδυνο αποβολών.

Το τεστ Παπανικολάου, το HPV DNA test, η κολποσκόπηση και οι βιοψίες αποτελούν το σύνολο των εξετάσεων της δευτερογενούς πρόληψης με την εφαρμογή των οποίων μειώνονται σημαντικά οι πιθανότητες ανάπτυξης καρκίνου του τραχήλου της μήτρας.

Το μεγαλύτερο «όπλο» που έχει αυτήν την στιγμή η επιστήμη στα χέρια της είναι το εμβόλιο του HPV, το οποίο παρέχει μία ουσιαστική πρωτογενή προστασία από την νόσο αυτή. Οι τελευταίες οδηγίες της ΕΜΓΕ συστήνουν τον εμβολιασμό για όλα τα κορίτσια από την ηλικία των 9 ετών και για όλες τις γυναίκες τουλάχιστον μέχρι την ηλικία των 45 ετών.

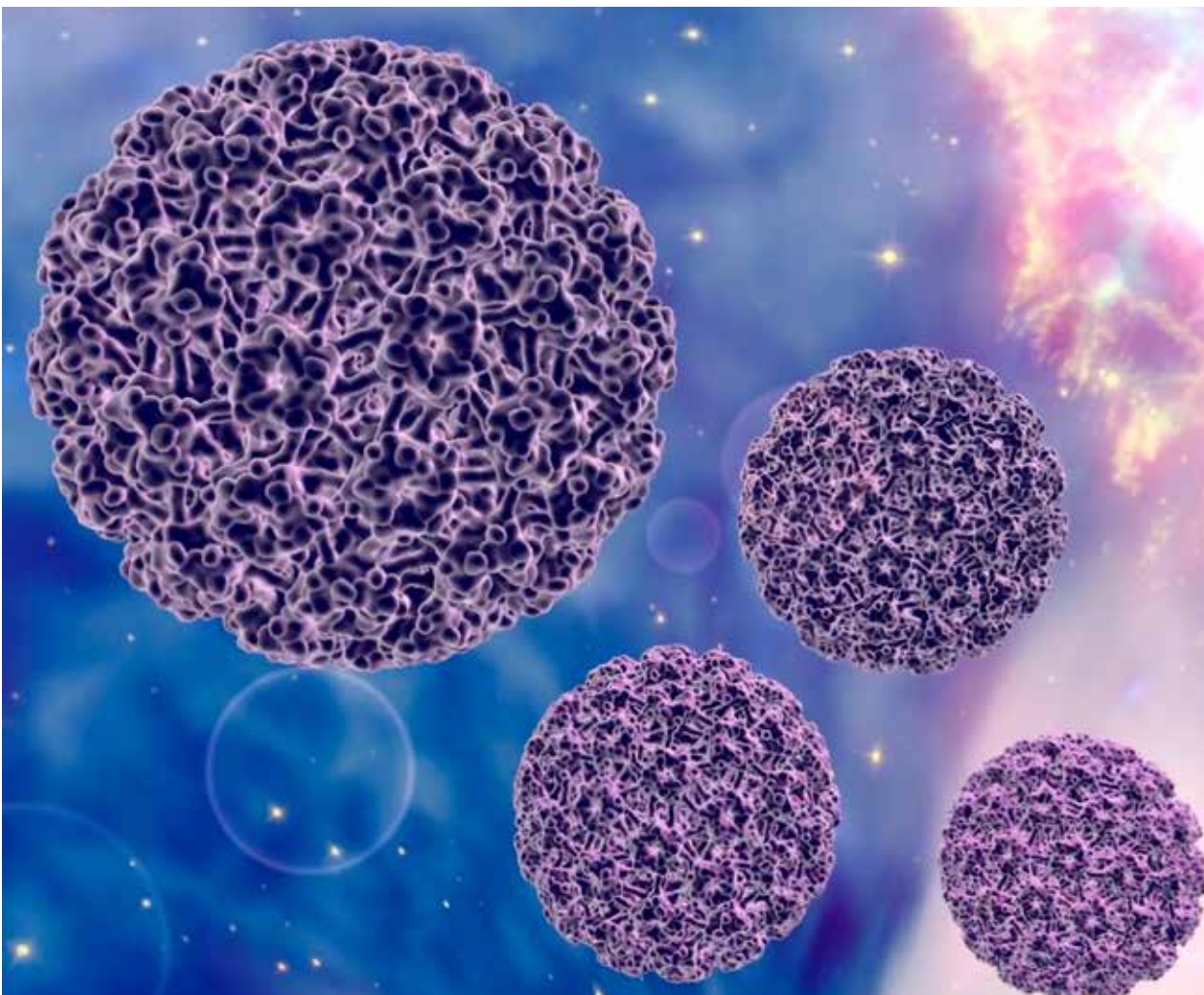
Στα αγόρια η σύσταση είναι εμβολιασμός από την ηλικία των 9 ετών και οι ενδείξεις σχετικά με τους άνδρες μέχρι 26 ετών είναι η πρόληψη οξυτενών κονδυλωμάτων καθώς και προκαρκινικών και καρκινικών αλλοιώσεων του πρωκτού.

Τα παθολογικά αποτελέσματα είτε στο τεστ Παπανικολάου είτε στο HPV DNA test απαιτούν περαιτέρω αξιολόγηση, ένα επαναληπτικό τεστ Παπανικολάου και τεστ HPV DNA, ή κολποσκόπηση, διαδικασία κατά την οποία εξετάζεται ο τράχηλος της μήτρας με ειδικό μεγεθυντικό φακό. Πιθανόν να γίνει λήψη ενός ή περισσότερων δειγμάτων του ιού (βιοψίες) από τον τράχηλο της μήτρας. Μόνο οι αλλοιώσεις χαμηλού βαθμού (LSIL) σημαίνουν πολύ χαμηλό κίνδυνο ανάπτυξης κινδύνου. Οι αλλοιώσεις υψηλού βαθμού (HSIL) απαιτούν θεραπεία. Ο κίνδυνος εξέλιξης σε καρκίνο είναι 4% κατά το πρώτο δωδεκάμηνο και αυξάνεται με την πάροδο του χρόνου.

Συμπερασματικά, ο ιός HPV αποτελεί το πλέον σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα στις μέρες μας και αναμφισβήτητα ο εμβολιασμός είναι ο ακρογωνιαίος λίθος για την πρόληψη καρκίνων που προκαλούνται από τον HPV. Δεν βοηθά ο πανικός και η απελπισία για έναν ιό που βρίσκεται στη γη χιλιάδες χρόνια. Αυτό που σίγουρα χρειάζεται είναι η σωστή ενημέρωση, η πρόληψη και ο τακτικός γυναικολογικός έλεγχος.

Ο Ιατρός Στέφανος Παπαδόπουλος είναι απόφοιτος του τμήματος Ιατρικής του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης, με ειδίκευση γυναικολόγου-μαιευτήρα. Είναι ειδικευόμενος στη χειρουργική κλινική μεταμοσχεύσεων του Εθνικού Οργανισμού Μεταμοσχεύσεων του ΑΠΘ. Εργάστηκε στο Γενικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης «Ο Άγιος Δημήτριος» και στο Γενικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης «Ιπποκράτειο». Ασχολείται κυρίως με την διεύρυνση και αποκατάσταση υπογονιμότητας αλλά και με την παρακολούθηση της κύησης, τον προληπτικό γυναικολογικό έλεγχο την κοσμητική γυναικολογία, την λαπαροσκόπηση-υστεροσκόπηση

Παπαδόπουλος Στέφανος MD, MSc
Γυναικολόγος - Μαιευτήρας
Θεσσαλονίκη
Διεύθυνση: Γεωργίου Σταύρου 6,
Θεσσαλονίκη
Τηλέφωνο: 231 408 3098





Αναστασία Παπαδοπούλου

Αντιμετώπιση της Παιδικής Παχυσαρκίας:

ΕΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΑΠΟ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟ



Η παιδική παχυσαρκία είναι ένα σοβαρό ζήτημα δημόσιας υγείας, ειδικά στην Ελλάδα, όπου τα ποσοστά είναι από τα υψηλότερα στην Ευρώπη. Μελέτες δείχνουν ότι πάνω από το ένα τρίτο των παιδιών στην Ελλάδα είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα, μια τάση που παρατηρείται τόσο στις αστικές όσο και στις προαστιακές περιοχές της Θεσσαλονίκης. Η αντιμετώπιση αυτού του ζητήματος απαιτεί μια πολυδιάστατη προσέγγιση που περιλαμβάνει γονείς, σχολεία και την κοινότητα.

Κατανόηση των Αιτιών

Η παχυσαρκία στα παιδιά είναι αποτέλεσμα πολλών παραγόντων, όπως οι συνήθειες τρόπου ζωής, η γενετική προδιάθεση και οι κοινωνικοοικονομικές επιρροές:

1. Διατροφικές Συνήθειες: Η αυξημένη κατανάλωση επεξεργασμένων τροφίμων και ροφημάτων με ζάχαρη συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση βάρους των παιδιών. Έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά που καταναλώνουν συχνά σνακ που έχουν πολλές θερμίδες και γλυκά ροφήματα διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο.

2. Έλλειψη Φυσικής Δραστηριότητας: Πολλά παιδιά στη Θεσσαλονίκη περνούν ώρες μπροστά σε οθόνες αντί να συμμετέχουν σε φυσικές δραστηριότητες, κάτι που συνδέεται με υψηλότερα ποσοστά παχυσαρκίας.

3. Γονική Επιρροή: Τα παιδιά επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από τις συμπεριφορές των γονέων τους. Μελέτες δείχνουν ότι όταν οι γονείς είναι υπέρβαροι, τα παιδιά έχουν περισσότερες πιθανότητες να υιοθετήσουν παρόμοιες συνήθειες, αυξάνοντας τον δικό τους κίνδυνο παχυσαρκίας.

Οι Κίνδυνοι για την Υγεία που Σχετίζονται με την Παχυσαρκία

Η παιδική παχυσαρκία αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο για διάφορα προβλήματα υγείας, όπως ο διαβήτης τύπου 2, οι καρδιαγγειακές παθήσεις και τα ορθοπαιδικά προβλήματα. Πέρα από τη σωματική υγεία, τα παιδιά που είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα μπορεί επίσης να αντιμετωπίσουν ψυχολογικές προκλήσεις, όπως το κοινωνικό στίγμα και η χαμηλή αυτοεκτίμηση, που μπορούν να συνεχιστούν στην ενηλικίωση.

Η Μεσογειακή Διατροφή: Μια Φυσική Λύση

Η υιοθέτηση της μεσογειακής διατροφής μπορεί να διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στην καταπολέμηση της παιδικής παχυσαρκίας. Αυτό το διατροφικό πρότυπο, πλούσιο σε φρούτα, λαχανικά, δημητριακά ολικής άλεσης και υγιεινά λιπαρά, έχει αποδειχθεί ότι προάγει την καλύτερη σωματική υγεία των παιδιών. Η ενθάρρυνση των παιδιών και των οικογενειών στη Θεσσαλονίκη να ενσωματώσουν περισσότερα παραδοσιακά ελληνικά τρόφιμα, όπως το ελαιόλαδο, τα λαχανικά και τις άπαχες πρωτεΐνες, μπορεί να βοηθήσει αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας.

Βήματα για Γονείς και Σχολεία

1. Προώθηση της Φυσικής Δραστηριότητας: Τα σχολεία και οι γονείς πρέπει να συνεργαστούν για να ενθαρρύνουν την καθημερινή φυσική δραστηριότητα. Τα αθλήματα και το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους είναι απαραίτητα για τη σωματική και ψυχική υγεία των παιδιών.

2. Περιορισμός της Χρήσης Οθόνων: Η μείωση του χρόνου μπροστά από τις οθόνες και η προώθηση πιο δραστήριων μορφών ψυχαγωγίας μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να ζήσουν πιο υγιεινές ζωές.

3. Εκπαίδευση για Υγιεινές Επιλογές: Η διατροφική εκπαίδευση, τόσο στο σπίτι όσο και στα σχολεία, μπορεί να ενδυναμώσει τα παιδιά να κάνουν πιο υγιεινές επιλογές τροφίμων. Η συμμετοχή των γονέων είναι καθοριστική-μελέτες υποδεικνύουν ότι οι γονείς που προβάλλουν υγιεινές διατροφικές συνήθειες μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τις επιλογές των παιδιών τους.

Συμπέρασμα

Η καταπολέμηση της παιδικής παχυσαρκίας απαιτεί τη δέσμευση ολόκληρης της κοινότητας. Με την προτεραιότητα σε πιο υγιεινές συνήθειες, μπορούμε να εργαστούμε προς ένα μέλλον όπου τα παιδιά θα μεγαλώνουν υγιή, ανθεκτικά και ικανά να ζήσουν μια ολοκληρωμένη ζωή.

Η Ιατρός Αναστασία Παπαδοπούλου αποφοίτησε από την Ιατρική Σχολή του Α.Π.Θ. και έλαβε μεταπτυχιακό δίπλωμα στη Νεογνολογία από το πανεπιστήμιο Sapienza της Ιταλίας. Ειδικεύτηκε στην Γ' και Δ' Παιδιατρική κλινική Α.Π.Θ. και στο Νοσοκομείο ειδικών παθήσεων της Θεσσαλονίκης. Εργάστηκε από το 2018 ως παιδίατρος στο κέντρο υγείας Διαβητών διενεργώντας την τακτική παιδιατρική παρακολούθηση και ανοσοποίηση νεογνών-παιδιών-εφήβων και από το 2022 διατηρεί ιδιωτικό ιατρείο στη Θεσσαλονίκη. Είναι υποψήφια διδάκτωρ του Α.Π.Θ. στον τομέα της παιδιατρικής ενδοκρινολογίας και επιστημονική συνεργάτης της Β παιδιατρικής κλινικής του Α.Π.Θ..

Αναστασία Παπαδοπούλου
Παιδίατρος, MD, MSc
Διεύθυνση: Εγνατία 67, Θεσσαλονίκη
Τηλέφωνο: 2314070250



Ανδρονίδης Θ. Γεώργιος

ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑ



Dr. Ανδρονίδης Θ. Γεώργιος,
Επεμβατικός Καρδιολόγος
Διεύθυνση Ιατρείου: Σουρμένων 26,
Ελευθέριο Κορδελλιά,
Τηλέφωνο: 2315117013

Στη σύγχρονη εποχή που διακρίνεται από εντυπωσιακά τεχνολογικά επιτεύγματα στο χώρο της Ιατρικής, η ειδικότητα της καρδιολογίας διακρίνεται από πρόοδο τόσο στη διάγνωση όσο και στη θεραπεία. Παράλληλα, η γήρανση του πληθυσμού στις κοινωνίες μας και η υιοθέτηση δυτικού τρόπου ζωής αύξησαν σημαντικά την επίπτωση καρδιαγγειακών νοσημάτων και στην Ελλάδα.

Η αθηροσκλήρωση των αγγείων της καρδιάς, η λεγόμενη στεφανιαία νόσος, ευθύνεται για τα οξεία εμφράγματα μυοκαρδίου, όπως επίσης για καταστάσεις όπως το οξύ πνευμονικό οίδημα και οι επικίνδυνες για τη ζωή αρρυθμίες. Έντονη δημοσιότητα και προβληματισμό έχουν προκαλέσει οι αιφνίδιοι θάνατοι που αφορούν σε όλες τις ηλικίες. Οι παλαιότερα συχνές παθήσεις των βαλβίδων της καρδιάς από ρευματικό πυρετό έχουν αντικατασταθεί σε μεγάλο βαθμό από παθήσεις φθοράς των βαλβίδων ή επιδείνωσης συνδρόμων κατασκευής τους. Οι ποικίλες αρρυθμίες και ιδιαίτερα η κοιλιακή μαρμαρυγή έχουν ωθήσει στην εκπληκτική πρόοδο της αρρυθμιολογίας, κλάδου της καρδιολογίας. Θα πρέπει να σημειώσουμε ότι η οποιαδήποτε φθορά του μυ της καρδιάς είτε γενετική, είτε από κάποιον παράγοντα εξωτερικό, όπως φάρμακα ή μικροβιακό αίτιο- μυοκαρδίτιδες- οδηγεί στην καρδιακή ανεπάρκεια και στη μεταμόσχευση.

Είναι γεγονός ότι η καρδιολογική εξέταση των ασθενών μας στο ιατρείο δεν έχει αλλιάξει διαχρονικά. Το άριστο ιατρικό ιστορικό, το στηθοσκοπικό και η κλινική εξέταση του ασθενούς εγγυώνται τόσο την ασφαλή διάγνωση, όσο και την οικοδόμηση της ιδανικής σχέσης με τον θεράποντα καρδιολόγο του. Το ηλεκτροκαρδιογράφημα, το triplex καρδιάς και το τεστ κόπωσης σε ποδήλατο ή διάδρομο εξακολουθούν και είναι τα θεμελιώδη όργανα εξέτασης. Ψηφιοποιούνται τα δεδομένα και μεταφέρονται πλέον παντού και για μεγάλο διάστημα (Holter καταγραφικά), ώστε η ακριβέστερη διάγνωση να ισχυροποιεί τις παροχές υγείας του καρδιολόγου. Σε διαγνωστικό επίπεδο έχει γίνει μία επανάσταση σε ότι αφορά στην απεικόνιση. Το υπερηχογράφημα και μάλιστα αυτό από τον οισοφάγο (διοισοφάγειο) έχει γίνει τρισδιάστατο, η αξονική στεφανιαία τομογραφία ανιχνεύει τη στεφανιαία νόσο σε ορισμένους με προδιάθεση, ενώ η μαγνητική τομογραφία καρδιάς βοήθησε στην ανίχνευση μυοκαρδιοπαθειών από απλές μυοκαρδίτιδες ιών μέχρι και σπάνια σύνδρομα καρδιακής ανεπάρκειας.

Ο κλάδος της επεμβατικής καρδιολογίας περιλαμβάνει τις μεθόδους με καθετήρες που εισέρχονται στα αγγεία. Η κλασική στεφανιογραφία πλέον γίνεται κατά κόρον και από το χέρι. Τα stents στο λεγόμενο μπαλόνι έχουν βελτιωθεί ως προς την ανθεκτικότητά τους, ενώ η πρόοδος στα σύρματα, οι μικροκαθετήρες και τα μπαλόνια εγγυώνται την επιτυχία και στα πιο απαιτητικά περιστατικά.

Ο υπέρηχος στεφανιαίων (IVUS), η μέτρηση πιέσεων (FFR) και οι συσκευές υποβοήθησης κυκλοφορίας ολοκληρώνουν τις δυνατότητες των γιατρών να στοιχειοθετήσουν τη στρατηγική τους. Συσκευές σύγκλισης οπών (PFO, αριστερό ωτίο, βοτάλλειος πόρος), βαλβίδες αορτικές (TAVI), πνευμονικές και τελευταία μιτροειδικές εμφυτεύονται επεμβατικά. Η συνεργασία εξειδικευμένων καρδιολόγων οδήγησε στη διενέργεια επεμβάσεων διόρθωσης μιτροειδούς και τριγλώχινας βαλβίδας σε ανεχειρήτους ασθενείς. Η διαμόρφωση αιθουσών (υβριδικών θαλάμων- hybrid rooms) επέτρεψε την αντιμετώπιση περιστατικών που απαιτούν συνεργασία περισσότερων των τριών ειδικοτήτων με πυρήνα αυτόν της καρδιολογίας, όπως για παράδειγμα τα επιπλεγμένα ανευρύσματα της αορτής.

Συνολικά η καρδιολογία, και ειδικότερα στη Θεσσαλονίκη, έχει να προσφέρει συνολικά διαγνωστικές και θεραπευτικές λύσεις στο πλήρες φάσμα της ειδικότητας με αναγνώριση και καταξίωση διεθνή, αλλά και με προοπτική για μία συνεχή αξιολογούμενη πορεία προσφοράς στον άνθρωπο.

Ο Dr. Ανδρονίδης Γεώργιος, με εξειδίκευση στην Επεμβατική Καρδιολογία και διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής του Α. Π.Θ. στην καρδιακή ανεπάρκεια. Είναι επεμβατικός καρδιολόγος στην Κλινική «Ιατρικό Διαβαθκανικό Θεσσαλονίκης», από το 2019 έως σήμερα και διαθέτει ιδιωτικό Καρδιολογικό Ιατρείο στο Ελευθέριο-Κορδελλιά. Το ερευνητικό του ενδιαφέρον αφορά, μεταξύ άλλων, στις νέες επεμβατικές διαγνωστικές και θεραπευτικές τεχνικές, στην καρδιακή ανεπάρκεια και στην εμφύτευση συσκευών, λ.χ. βηματοδότες, απινιδωτές. Είναι συγγραφέας ενός βιβλίου με τίτλο «Εγχειρίδιο Επεμβατικής Καρδιολογίας. Από το Α- Ω: Διάγνωση- Διαδερμική Θεραπεία», Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης, Εκδόσεις Ροτόντα, Θεσ/νίκη 2023.

Κωνσταντίνος Α. Παρπαράς

ΜΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

της αορτικής βαλβίδας με τη μέθοδο TAVI



Κωνσταντίνος Α. Παρπαράς
Επεμβατικός Καρδιολόγος
Διεύθυνση: Μητροπόλεως 57, Θεσσαλονίκη 546 23
Τηλέφωνο: 2310 233 188
Email: kparparas@yahoo.com
www.parparas-cardio.gr

Η στένωση της αορτικής βαλβίδας είναι η συνηθέστερη βαλβιδοπάθεια της καρδιάς. Συνήθως είναι εκφυλιστικής αιτιολογίας, προκαλείται δηλαδή από τη δημιουργία επασβεστώσεων πάνω στις πτυχές της αορτικής βαλβίδας, με αποτέλεσμα να εμποδίζεται η πλήρης διάνοιξή τους. Ακριβώς λόγω της εκφυλιστικής φύσης της νόσου, αυτή εμφανίζεται συνήθως σε ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας.

Όταν η στένωση της αορτικής βαλβίδας επιδεινωθεί και γίνει σημαντικού βαθμού, τότε ο ασθενής εμφανίζει συνήθως συμπτώματα, το συνηθέστερο των οποίων είναι η δύσπνοια, ενώ μπορεί να εμφανίσει και άλλα συμπτώματα όπως ο θωρακικός πόνος (στηθάγχη) ή η απώλεια της συνείδησης για μερικά δευτερόλεπτα (συγκοπικό επεισόδιο).

Ο κλασικός και συνηθέστερος διαχρονικά τρόπος αντιμετώπισης της αορτικής στένωσης είναι η χειρουργική αντικατάσταση της πάσχουσας βαλβίδας από μια προσθετική βαλβίδα. Τα τελευταία 20 περίπου χρόνια έχει αναπτυχθεί και μια μη χειρουργική μέθοδος αντικατάστασης της αορτικής βαλβίδας, η οποία είναι γνωστή ως TAVI (Transcatheter Aortic Valve Implantation, διακαθετηριακή αντικατάσταση της αορτικής βαλβίδας). Με τη μέθοδο αυτή, η προσθετική αορτική βαλβίδα τοποθετείται πάνω σε έναν καθετήρα και (συνήθως) μέσω της μηριαίας αρτηρίας του ποδιού προωθείται στην καρδιά και εκπύσσεται εντός της πάσχουσας φυσικής βαλβίδας, οι πτυχές της οποίας σπρώχνονται προς το τοίχωμα της αορτής. Δηλαδή, σε αντίθεση με τη χειρουργική μέθοδο, η πάσχουσα βαλβίδα δεν αφαιρείται από το σώμα του ασθενούς, απλά η προσθετική βαλβίδα τοποθετείται εντός αυτής.

Είναι μια σχετικά απλή επέμβαση (στην πλειονότητα των περιπτώσεων), ενώ είναι σημαντικό το ότι δεν απαιτείται η χορήγηση γενικής αναισθησίας στον ασθενή, αρκεί η χορήγηση μέθης σε ορισμένα σημεία της επέμβασης.

Η προσθετική βαλβίδα που τοποθετείται με τη μέθοδο TAVI είναι βιολογική, δηλαδή για την κατασκευή της χρησιμοποιείται βιολογικό υλικό (περικάρδιο), που λαμβάνεται από χοίρο ή από βοειδή. Η μέθοδος TAVI αναπτύχθηκε αρχικά για να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα, ότι ένα μεγάλο μέρος των ασθενών που πάσχουν από σοβαρή στένωση της αορτικής βαλβίδας είναι μεγάλης ηλικίας και υψηλού διεγχειρητικού ρίσκου, με αποτέλεσμα η χειρουργική αντικατάσταση της βαλβίδας σε αυτούς τους ασθενείς να συνδέεται με πολύ υψηλό ρίσκο ή να είναι πρακτικά αδύνατη. Παλαιότερα οι ασθενείς αυτοί αντιμετωπιζόνταν συντηρητικά, με αποτέλεσμα να ταλαιπωρούνται από έντονα συμπτώματα και να ελαττώνεται το προσδόκιμο επιβίωσής τους.

Πλέον το πρόβλημα αυτό έχει λυθεί με τη μέθοδο TAVI, ενώ είναι σημαντικό να τονιστεί ότι η μέθοδος αυτή (όπως και η ποιότητα των προσθετικών βαλβίδων που χρησιμοποιούνται) έχει εξελιχθεί τόσο πολύ, ώστε πλέον εφαρμόζεται σε όλο και νεότερους ασθενείς καθώς και σε ασθενείς με χαμηλό διεγχειρητικό ρίσκο.

Οι προσθετικές βαλβίδες TAVI, ως βιολογικές βαλβίδες, εκφυλίζονται με το πέρασμα των ετών, με αποτέλεσμα να ξαναεμφανίζεται το πρόβλημα της σοβαρής στένωσής τους. Επειδή πρόκειται για μια σχετικά καινούργια μέθοδο, δεν υπάρχουν αξιόπιστα δεδομένα σχετικά με το μέσο χρονικό διάστημα στο οποίο οι βαλβίδες αυτές είναι λειτουργικές (δηλαδή δεν έχουν εμφανίσει σημαντική εκφύλιση). Πάντως τα δεδομένα που υπάρχουν μέχρι σήμερα δείχνουν ότι έχουν παρόμοια αντοχή με τις αντίστοιχες χειρουργικές βιοπροσθετικές βαλβίδες για ένα διάστημα παρακολούθησης περίπου 10 ετών (η αντοχή των χειρουργικών βιοπροσθετικών βαλβίδων θεωρείται ότι είναι κατά μέσο όρο περίπου 10-15 χρόνια).

Οι τελευταίες οδηγίες της Ευρωπαϊκής Καρδιολογικής Εταιρίας (ESC) αναφέρουν ότι η μέθοδος TAVI θα πρέπει να προτιμάται σε όλους τους ασθενείς με σοβαρή στένωση της αορτικής βαλβίδας που είναι υψηλού διεγχειρητικού ρίσκου, καθώς και σε όλους τους ασθενείς άνω των 75 ετών. Σε ασθενείς που είναι κάτω των 75 ετών και είναι χαμηλού διεγχειρητικού ρίσκου, η χειρουργική αντικατάσταση αποτελεί τη μέθοδο εκλογής, ενώ στις υπόλοιπες περιπτώσεις (ασθενείς ενδιάμεσου διεγχειρητικού ρίσκου <75 ετών) η μέθοδος θεραπείας θα πρέπει να αποφασίζεται εξατομικευμένα, μετά από συζήτηση μεταξύ της ομάδας των καρδιολόγων, των καρδιοχειρουργών και των αναισθησιολόγων καθώς επίσης και του ασθενούς.

Ο ιατρός Κωνσταντίνος Παρπαράς (MD) είναι επεμβατικός καρδιολόγος. Σπούδασε στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και ειδικεύτηκε στη Γερμανία. Έπειτα από 15 συναπτά έτη πλούσιας εμπειρίας στο εθνικό σύστημα υγείας της Γερμανίας, επέστρεψε στη Θεσσαλονίκη για να ιδιωτεύσει και να αναπτύξει συνεργασίες με άξονα την επεμβατική καρδιολογία εφαρμόζοντας εδραιωμένες μεθόδους με σημαντικά πλεονεκτήματα, όπως η διενέργεια πολυπλόκων επεμβάσεων στις στεφανιαίες αρτηρίες. Ασχολείται και με την μη επεμβατική καρδιολογία με πλήρως εξατομικευμένο πλάνο αντιμετώπισης για τον κάθε ασθενή και για εύρος καρδιολογικών παθήσεων.



Κωνσταντίνος Λάζαρος

ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ ΤΥΠΟΥ 2

Μία παγκόσμια πρόκληση του σύγχρονου τρόπου ζωής και πώς να την αντιμετωπίσουμε



Ο διαβήτης τύπου 2 είναι μια από τις πιο κοινές χρόνιες παθήσεις παγκοσμίως, επηρεάζοντας μισό δισεκατομμύριο ανθρώπους, νούμερο που αναμένεται να αυξηθεί κατά 50% μέχρι το 2045. Σε αντίθεση με τον διαβήτη τύπου 1, ο οποίος συνήθως διαγιγνώσκεται σε παιδιά και οφείλεται στην αδυναμία του σώματος να παράγει ινσουλίνη (ορμόνη που βοηθά στην απορρόφηση της γλυκόζης από το αίμα), ο διαβήτης τύπου 2 είναι το αποτέλεσμα της αδυναμίας του οργανισμού να χρησιμοποιήσει σωστά την ινσουλίνη (αντίσταση στην ινσουλίνη) ή να παράγει επαρκή ποσότητα ινσουλίνης.

Τι προκαλεί τον διαβήτη τύπου 2;

Οι κύριες αιτίες του διαβήτη τύπου 2 είναι ένας συνδυασμός γενετικών παραγόντων και του τρόπου ζωής. Το υπερβολικό βάρος είναι ένας σημαντικός παράγοντας κινδύνου διότι μπορεί να οδηγήσει σε αντίσταση στην ινσουλίνη. Σε παθολογικές καταστάσεις το πάγκρεας, το όργανο που παράγει την ινσουλίνη, δεν είναι πλέον ικανό να ρυθμίσει την παραγωγή της, οδηγώντας σε αυξημένα επίπεδα σακχάρου στο αίμα. Το οικογενειακό ιστορικό και η ηλικία αυξάνουν, επίσης, τον κίνδυνο εμφάνισης της νόσου. Τα τελευταία χρόνια διαγιγνώσκεται και σε νεότερους ανθρώπους, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών λόγω των ραγδαία αυξανόμενων ποσοστών παχυσαρκίας.

Συμπτώματα και διάγνωση

Τα κοινά συμπτώματα περιλαμβάνουν συχνουρία, υπερβολική δίψα και πείνα, κόπωση, θολή όραση, αργή επούλωση πληγών. Ωστόσο, επειδή τα συμπτώματα μπορεί να είναι ήπια στην αρχή, πολλοί άνθρωποι δεν συνειδητοποιούν ότι πάσχουν. Η διάγνωση γίνεται μέσω μέτρησης των επιπέδων σακχάρου στο αίμα. Οι εξετάσεις περιλαμβάνουν τη μέτρηση του σακχάρου νηστείας, τη δοκιμασία ανοχής στη γλυκόζη (καμπύλη σακχάρου) και τη μέτρηση της γλυκοζυλιωμένης αιμοσφαιρίνης HbA1c, η οποία παρέχει μια εικόνα των μέσων επιπέδων σακχάρου στο αίμα τους τελευταίους 2-3 μήνες.

Κίνδυνοι και επιπλοκές για την υγεία

Εάν δεν αντιμετωπιστεί, ο διαβήτης τύπου 2 μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές επιπλοκές στην υγεία. Τα υψηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα μπορούν να προκαλέσουν βλάβες στα αιμοφόρα αγγεία και τα νεύρα, αυξάνοντας τον κίνδυνο καρδιαγγειακών παθήσεων, νεφρικής νόσου, προβλημάτων όρασης (διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια) και των κάτω άκρων οδηγώντας ακόμη και σε ακρωτηριασμούς.

Πρόληψη και Θεραπεία

Ο διαβήτης τύπου 2 μπορεί συχνά να προληφθεί ή να καθυστερήσει μέσω αλλαγών στον τρόπο ζωής. Η υγιεινή διατροφή σε συνδυασμό με τη σωματική άσκηση μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη. Επιπλέον, η απώλεια βάρους μπορεί να βελτιώσει την ικανότητα του οργανισμού να ρυθμίζει τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα. Εκτός από τις αλλαγές στον τρόπο ζωής, οι τακτικοί έλεγχοι σε δομές υγείας είναι απαραίτητοι για την παρακολούθηση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα και την πρόληψη πιθανών επιπλοκών. Η χρήση φαρμάκων, όπως η μετφορμίνη, οι αναστολείς της διπεπτιδυλικής πεπτιδάσης 4 (DPP-4), οι σουλφονουριδίες, η ιογλιταζόνη καθώς και η πρόσληψη ινσουλίνης χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία του διαβήτη τύπου 2. Οι πιο πρόσφατες θεραπείες περιλαμβάνουν φάρμακα που δρουν ως αγωνιστές του υποδοχέα της ορμόνης GLP-1 και διπλούς αγωνιστές των υποδοχέων των GIP/GLP-1, αναστολείς του συμμεταφορέα SGLT2 και καινοτόμες μορφές ινσουλίνης. Ακόμη, γίνεται προσπάθεια για χρήση συστημάτων τεχνητού παγκρέατος για την αντιμετώπιση της πάθησης.

Πού βρισκόμαστε σήμερα;

Ο διαβήτης τύπου 2 αποτελεί σοβαρή και αυξανόμενη ανησυχία για την παγκόσμια υγεία. Η κατανόηση των παραγόντων κινδύνου, η αναγνώριση των συμπτωμάτων και η έγκαιρη αντιμετώπιση μπορούν να οδηγήσουν σε καλύτερη πρόληψη ή διαχείριση της πάθησης. Η ευαισθητοποίηση και η εκπαίδευση αποτελούν κλειδί για τον περιορισμό της αύξησης της νόσου.



Ο Ιατρός Κωνσταντίνος Λάζαρος είναι Ειδικός Παθολόγος και διατηρεί ιδιωτικά ιατρεία στη Σταυρούπολη αλλά και στην Άνω Τούμπα. Είναι πτυχιούχος της Ιατρικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Έχει μεταπτυχιακή εκπαίδευση στο Κέντρο Αριστείας της Α' Παθολογικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης ΑΧΕΠΑ. Έχει ολοκληρώσει τις μεταπτυχιακές του σπουδές που αφορούν τον Σακχαρώδη Διαβήτη. Στο ιδιωτικό του ιατρείο αντιμετωπίζει πλήθος περιστατικών, συνδυάζοντας την επιστημονική του αρτιότητα με την πολυετή του πείρα.

Ιατρός Κωνσταντίνος Λάζαρος MD
MSc Ειδικός Παθολόγος

Ιατρείο 1: Λαγκαδά 190, Σταυρούπολη
Τηλέφωνο: 2310 656 656

Ιατρείο 2: Γρ. Λαμπράκη 173, Άνω Τούμπα
Τηλέφωνο: 2310 922 922

Loft 22 Training Club

«ΔΟΥΛΕΨΕ ΠΑΝΩ ΣΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΣΟΥ! ΜΕ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΚΑΙ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ!»

Ποια είναι τα οφέλη της άσκησης για τη σωματική υγεία; Πώς η γυμναστική μπορεί να μειώσει το άγχος;

Αναμφισβήτητα η γυμναστική έχει πολλά οφέλη για τη σωματική και ψυχική υγεία. Η άσκηση συμβάλλει στην ανάπτυξη δύναμης, αντοχής, ταχύτητας, ευλυγισίας, αλλά και στην προστασία από ασθένειες όπως οι καρδιοπάθειες, ο διαβήτης κ.α. Στόχος της γυμναστικής πέρα από ένα ωραίο και ικανό σώμα είναι η διατήρηση και η προαγωγή της ψυχικής υγείας, η ανάπτυξη υγιούς προσωπικότητας και ομαλών κοινωνικών σχέσεων, η μείωση του στρες και η ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης.

Τι είδους άσκηση είναι προτιμότερο να επιλέξουν τα άτομα που έχουν περιορισμένο χρόνο για γυμναστική;

Το σημαντικότερο είναι ότι μία πλήρης προπόνηση είναι εφικτό να πραγματοποιηθεί ακόμη και σε μισή ώρα. Ο καθένας επιλέγει τον τρόπο εκγύμνασης που του αρέσει, τρέξιμο, αθλήματα, cardio, βάρη. Όσο περιορισμένος και να είναι ο χρόνος κάποιου, ακόμη και μία 30λεπτη προπόνηση μπορεί να είναι ολοκληρωμένη.

Σε τι διαφέρει το γυμναστήριο σας από τα υπόλοιπα; Πώς παρακινείτε τον κόσμο ώστε η γυμναστική και η άσκηση να του γίνει συνήθεια.

Στο Loft 22 Training Club, δίνουμε έμφαση, όχι μόνο στη σωστή γυμναστική και στην παρότρυνση για άσκηση αλλά και στο χτίσιμο των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ των ασκούμενων μας. Οι κύριοι λόγοι για τους οποίους επιλέγει κάποιος να πάει στο γυμναστήριο σίγουρα είναι η σωστή στάση του σώματος, η απώλεια λίπους, η αποκατάσταση από τυχόν τραυματισμό ή το χτίσιμο μυϊκών κιλών. Πολλές φορές όμως πρωτεύον λόγος αποτελεί και η ανάγκη για κοινωνικοποίηση σε ένα περιβάλλον στο οποίο οι αθλούμενοι αισθάνονται εξαρχής άνετοι και ασφαλείς.



Στο Loft 22 Training Club υπάρχουν εξειδικευμένοι γυμναστές, οι οποίοι είναι σε θέση να προσαρμόζουν το πρόγραμμα εκγύμνασης σε κάθε ασκούμενο ανάλογα με το χρόνο που έχει να διαθέσει, τους προσωπικούς του στόχους και τις δυνατότητες του. Επομένως, όταν βλέπουμε ότι κάποιος δεν έρχεται στην προπόνηση και χρειάζεται να τον παρακινήσουμε, επικοινωνούμε προσωπικά μαζί του.

Σκοπός αποτελεί ο ασκούμενος να εγκλιματιστεί με το περιβάλλον και να πετύχει με την κατάλληλη καθοδήγηση τους ατομικούς του στόχους. Ο πρωταρχικός στόχος του Loft 22 Training Club δεν είναι μια πελατειακή σχέση αλλά μία σχέση εμπιστοσύνης.

**Το Loft 22 Training Club βρίσκεται στο κέντρο της Θεσσαλονίκης και αποτελεί τον ιδανικό χώρο για την εκγύμναση ενηλίκων. Χαρακτηρίζεται από τον μοντέρνο και καθαρό του περιβάλλον και διαθέτει σύγχρονο εξοπλισμό με μεγάλη ποικιλία σε όργανα γυμναστικής (ελεύθερα και μηχανήματα), αποδυτήρια και ντουζιέρες. Το μόντο του Loft 22 Training Club «Δούλεψε πάνω στους στόχους σου! Με επίβλεψη και καθοδήγηση! Σε μικρές ομάδες προπόνησης»*



Διεύθυνση: Τανταλίδου 6, Θεσσαλονίκη
Τηλέφωνο: 698 444 8007

LOFT 22
TRAINING CLUB



ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗ Ιατρικά Μηχανήματα

Η Αναπνευστική δραστηριοποιείται από το 2011 στο χώρο της "Φροντίδας της Υγείας στο Σπίτι".

Το εύρος των δραστηριοτήτων μας περιλαμβάνει πωλήσεις, υπηρεσίες και ενοίκιαση συσκευών με δωρεάν παράδοση στο χώρο σας.

Μέριμνα μας είναι να προσφέρουμε άριστη εξυπηρέτηση πελατών και κορυφαία ποιότητα προϊόντα για να ικανοποιήσουμε την κάθε σας ανάγκη, όπως:

- Οξυγονοθεραπεία
- Συσκευές Υπνικής Άπνοιας
- Βοηθήματα κατ' οίκον Θεραπείας

Όραμα μας να είμαστε κοντά στους ανθρώπους που μας εμπιστεύονται και να τους βοηθούμε να καλύπτουν τις ανάγκες τους.

www.anapnefstiki.gr

Ν. Πλαστήρα 55, ΤΚ 54250 Χαριλάου, Θεσσαλονίκη

Τηλέφωνο Επικοινωνίας: (+30) 2310 317187

Email : info@anapnefstiki.gr

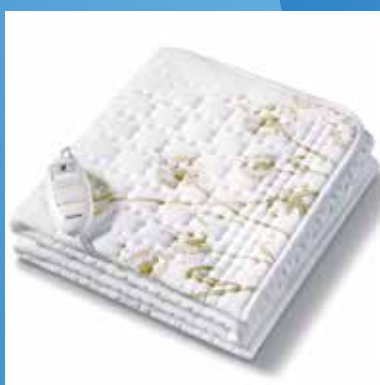
15% ΕΚΠΤΩΣΗ

στα παρακάτω προϊόντα

ΜΕ ΤΟΝ ΚΩΔΙΚΟ

ΚΑΡΦΙΤΣΑ 2024

Η προσφορά ισχύει μέχρι 31 Δεκεμβρίου 2024



Beurer Ηλεκτρική κουβέρτα μονή UB 33



Beurer Ηλεκτρική υποκουβέρτα διπλή UB 56



Hartmann Πισόμετρο Veroyal Duo Control



οικοβοήθεια

ΚΑΤ' ΟΙΚΟ ΝΟΣΗΛΕΙΑ

Η «Οικοβοήθεια» ανήκει στις εταιρείες που παρέχουν ολοκληρωμένες νοσηλευτικές υπηρεσίες κατ' οίκον με έδρα τη Θεσσαλονίκη. Ως γνωστόν, ο νοσηλευτής αποτελεί τον πιο σημαντικό δομικό παράγοντα για την οργάνωση, παροχή και αξιολόγηση υπηρεσιών νοσηλείας στο σπίτι. Οι υπηρεσίες της εταιρείας μας παρέχονται στο σπίτι του ασθενούς μόνο από πτυχιούχους, ευσυνείδητους νοσηλευτές με εμπειρία και με διάθεση προσφοράς προς τον συνάνθρωπο. Η εταιρεία μας αποσκοπεί μέσω της καινοτομίας, της ποιότητας, της προηγμένης τεχνολογίας και των προσαρμοσμένων υπηρεσιών, ανάλογα με την ιδιαιτερότητα του κάθε περιστατικού, στην καθημερινή ανακούφιση ασθενών από την περιοχή της Θεσσαλονίκης. Κλείστε άμεσα το ραντεβού σας, θα είμαστε δίπλα σας όταν και όπου μας χρειαστείτε.

Με τον κωδικό «ΚΑΡΦΙΤΣΑ 2024» κερδίζεται έκπτωση 20% από τις αναγραφόμενες τιμές του site μας σε ολόκληρη την ανατολική Θεσσαλονίκη στις υπηρεσίες:

1. Ένεση στο σπίτι
2. Αιμοληψία και μεταφορά

Η προσφορά ισχύει ολόκληρο τον Νοέμβριο 2024

ΕΚΠΤΩΣΗ 20%

ΚΑΡΦΙΤΣΑ 2024

Ενδεικτικό κάποιες υπηρεσίες:

- Τοποθέτηση ρινογαστρικού καθετήρα-Levin
- Ένεση στο σπίτι
- Αιμοληψία και μεταφορά
- Περιτοναϊκή κάθαρση-πλύση χειροκίνητα
- Φροντίδα κατάκλισης -τραύματος
- Μέθοδος VAC χρόνιων ελκών-κατακλίσεων
- Τοποθέτηση-Αφαίρεση ουροκαθετήρα τύπου Foley
- Διαλείπων καθετηριασμός
- Υποκλυσμός υψηλός - χαμηλός
- Τοποθέτηση φλεβικής γραμμής-Αλλαγή ορού
- Ενδοφλέβια χορήγηση φαρμάκων
- Περιποίηση στομιών (κολοστομία, νεφροστομία)
- Αναρρόφηση βρογχικών εκκρίσεων
- Αφαίρεση ραμμάτων
- Λουτρό καθαριότητας επί κλίνης ή με καρότσι
- Αλλαγή πάνας ενηλίκου

Δελφών 95, ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ | Ωράριο λειτουργίας καθημερινά 7:00-23:00
Τηλέφωνα επικοινωνίας 2310887677, 6907794223, 6984513175, 6949096319

Μηνιαδία Γαρυφαλιά

Νεανική Βία

ΜΙΑ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΠΡΟΚΛΗΣΗ



Μηνιαδία Γαρυφαλιά
Ψυχίατρος- Ψυχοθεραπεύτρια
Διεύθυνση: Παναγή Τσαλδάρη 22,
Νεάπολη, Θεσσαλονίκη
Τηλέφωνο: 2311289950

Η νεανική βία αποτελεί ένα από τα πιο ανησυχητικά φαινόμενα της εποχής μας και μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις τόσο στα θύματα όσο και στους θύτες. Είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο που παρατηρείται και στην Ελλάδα, με ποσοστά που προβληματίζουν. Σύμφωνα με έρευνες, περίπου το 15-20% των νέων ηλικίας 15-19 ετών δηλώνουν ότι έχουν βιώσει περιστατικά βίας.

Στις Ηνωμένες Πολιτείες, περίπου το 20-30% των μαθητών έχουν βιώσει σωματική ή ψυχολογική βία. Στην Ευρώπη, οι εκτιμήσεις κυμαίνονται από 10% έως 25%, με τις χώρες της Βόρειας Ευρώπης να εμφανίζουν τα χαμηλότερα ποσοστά.

Η νεανική βία είναι ένα σύνθετο φαινόμενο και η κατανόηση των διαφορετικών τύπων βίας είναι κρίσιμη για την ανάπτυξη στρατηγικών πρόληψης και παρέμβασης.

Η σχολική βία εκφράζεται, με επιθέσεις ή σωματική κακοποίηση μεταξύ μαθητών. Με ψυχολογική βία. Εκφοβισμός, προσβολές και κοινωνικός αποκλεισμός, που μπορεί να οδηγήσουν σε σοβαρές ψυχολογικές επιπτώσεις. Ακολουθεί η διαδικτυακή βία, για εκφοβισμό ή παρενόχληση, με ανάρτηση ή διανομή προσβλητικών ή παραπληθυντικών περιεχομένων για να πλήξουν τη φήμη κάποιου. Η ενδοοικογενειακή βία (σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική), με κακοποίηση ή εκφοβισμό που προέρχεται από μέλη της οικογένειας. Η βία μεταξύ συνομηθίων με συγκρούσεις και επιθέσεις που συμβαίνουν σε κοινωνικές ομάδες ή παρέες, συχνά λόγω ανταγωνισμού ή διαφωνιών.

Η βία μεταξύ νέων συχνά προέρχεται από μια συνδυαστική επίδραση κοινωνικών, οικογενειακών και ψυχολογικών παραγόντων. Η οικογενειακή ανασφάλεια, η έλλειψη θετικών προτύπων και οι πιέσεις του κοινωνικού περιβάλλοντος μπορεί να οδηγήσουν σε επιθετικές συμπεριφορές. Επίσης, η επίδραση των μέσων μαζικής ενημέρωσης και των κοινωνικών δικτύων συχνά κανονικοποιεί τη βία, καθιστώντας την αποδεκτή ή και επιθυμητή.

Όσον αφορά το οικογενειακό περιβάλλον, σε δυσλειτουργικές ή ασταθείς οικογένειες, εκεί όπου ενυπάρχει βία ή κακοποίηση, οι νέοι τείνουν να υιοθετούν επιθετικές συμπεριφορές. Η έλλειψη συναισθηματικής υποστήριξης ή προσοχής από γονείς μπορεί να οδηγήσει σε συναισθήματα απομόνωσης και θυμού. Ο μηχανισμός ακολουθεί το μοντέλο συμπεριφοράς, τα παιδιά μαθαίνουν από τους γονείς. Αν οι γονείς επιδεικνύουν βίαιες συμπεριφορές, τα παιδιά είναι πιθανότερο να τις μιμηθούν. Οι κοινωνικές επιρροές στα φιλικά πλαίσια. Η πίεση από συνομηθίους μπορεί να οδηγήσει σε βίαιες συμπεριφορές, ειδικά όταν οι φίλοι ενθαρρύνουν ή δικαιολογούν τέτοιες πράξεις. Σε ορισμένες κοινότητες, η βία μπορεί να θεωρείται δείγμα δύναμης ή επιτυχίας, ενισχύοντας έτσι τέτοιες συμπεριφορές.

Τα μέσα Μαζικής Ενημέρωσης με την έκθεση σε βίαιες ταινίες, παιχνίδια ή μουσική μπορεί να αποδεχτεί τη βία ως φυσιολογική συμπεριφορά. Τέλος τα ψυχολογικά προβλήματα περιλαμβάνουν διαταραχές συμπεριφοράς, όπως η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας (ADHD) μπορεί να κάνει τα άτομα είναι πιο επιρρεπείς στη βία. Η κατάθλιψη ή το άγχος μπορεί να εκδηλωθούν μέσω επιθετικής συμπεριφοράς, καθώς οι νέοι μπορεί να νιώθουν αδυναμία να εκφράσουν τα συναισθήματά τους με υγιείς τρόπους. Άτομα που δεν έχουν μάθει πώς να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους μπορεί να αντιδρούν με βία σε καταστάσεις έντασης. Αυτοί οι παράγοντες αλληλοεπιδρούν μεταξύ τους και δρουν συνεργατικά.

Οι επιπτώσεις της νεανικής βίας είναι σοβαρές και μακροχρόνιες. Επηρεάζουν τη σωματική, ψυχολογική και κοινωνική υγεία των νέων. Οι θύτες μπορεί να αντιμετωπίσουν νομικά προβλήματα, ενώ τα θύματα συχνά υποφέρουν από ψυχολογικά τραύματα και δυσκολίες στην κοινωνική τους ένταξη. Νέοι που έχουν βιώσει βία μπορεί να αναπτύξουν PTSD (διαταραχή μετατραυματικού στρες), με συμπτώματα όπως άγχος, εφιάλτες και αναβίωση τραυματικών εμπειριών. Μπορεί να οδηγήσει σε καταθλιπτικά συμπτώματα, μειώνοντας την αυτοεκτίμηση και την αίσθηση ευτυχίας. Μπορεί να αναπτύξουν γενικευμένο άγχος ή συγκεκριμένες φοβίες σχετικά με την ασφάλεια ή τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Προβλήματα στην εκπαίδευση με μειωμένη σχολική απόδοση, δυσκολίες στην προσοχή, τη συγκέντρωση και τη μάθηση, οδηγώντας σε χαμηλούς βαθμούς. Μπορεί να τους ωθήσει να απουσιάζουν από το σχολείο, είτε λόγω φόβου είτε λόγω τραυματικών εμπειριών. Μπορεί να επιδεικνύουν επιθετική ή αποσυρμένη συμπεριφορά, επηρεάζοντας τις σχέσεις τους με καθηγητές και συνομηθίους. Δεν είναι λίγες και οι επιπτώσεις στην κοινωνική ζωή, με κοινωνική απομόνωση, αλλά και οικογενειακές εντάσεις. Νέοι που έχουν βιώσει βία είναι πιθανότερο να αναπαράγουν βίαιες συμπεριφορές σε άλλες σχέσεις, με συνέπεια τη δημιουργία ενός κύκλου βίας.

Η έγκαιρη παρέμβαση είναι κρίσιμη για την αποφυγή αυτών των αρνητικών συνεπειών. Η αντιμετώπιση της νεανικής βίας είναι ευθύνη όλων μας.

Η Ιατρός Γαρυφαλιά Μηνιαδία είναι υποψήφια διδάκτωρ Ιατρικής του ΑΠΘ. Έχει εκπαιδευτεί στην κλινική Ψυχιατρική στο ΨΝΘ. Είναι ειδικευθείσα στην Γνωστική Αναλυτική Ψυχοθεραπεία και επιστημονικός συνεργάτης στην Α'Π. του Γ.Ν. Παπαγεωργίου με ερευνητικό και εκπαιδευτικό έργο. Τέλος έχει συμμετάσχει σε επιστημονικές εργασίες, σεμινάρια, ανακοινώσεις και μετράει δημοσιεύσεις επιστημονικών εργασιών.

Αναστάσιος Στρεβίνας

ΓΥΝΑΙΚΟΜΑΣΤΙΑ:

Από τη Διάγνωση στην Αποκατάσταση Όσα Πρέπει να Ξέρετε

Η γυναικομαστία είναι μια κατάσταση που χαρακτηρίζεται από υπερβολική ανάπτυξη του μαστικού ιστού στους άνδρες, συνήθως λόγω ορμονικών ανισορροπιών. Η διαταραχή αυτή μπορεί να προκαλέσει σωματική και ψυχολογική δυσφορία. Η γυναικομαστία εμφανίζεται σε όλες τις ηλικιακές βαθμίδες από την εφηβεία και έπειτα εξαιτίας παραγόντων όπως η παχυσαρκία, η χρήση φαρμάκων ή άλλα προβλήματα υγείας. Ακολουθεί ένας οδηγός για τη διαδικασία αντιμετώπισης της γυναικομαστίας.

Διάγνωση: Η αρχική φάση περιλαμβάνει ιατρική αξιολόγηση για τον εντοπισμό πιθανών παραγόντων, όπως ορμονικές διαταραχές, φάρμακα ή άλλες παθήσεις καθώς και κάποιες αιματολογικές και απεικονιστικές εξετάσεις.

Θεραπευτική προσέγγιση: Ανάλογα με τη σοβαρότητα της κατάστασης, προτείνονται διάφορες επιλογές. Η λιποαναρρόφηση συνιστάται σε περιπτώσεις όπου η γυναικομαστία οφείλεται κυρίως σε λιπώδη ιστό. Για πιο έντονες μορφές πάθησης προτιμάται συνδυασμός εκτομής του μαστικού αδένου, λιποαναρρόφησης και εκτομής του πλεονάζοντα δέρματος.

Η Επέμβαση: Η διαδικασία γίνεται συνήθως υπό γενική αναισθησία ή μέθη, με διάρκεια 1-2 ώρες και ο ασθενής παίρνει εξιτήριο την ίδια μέρα. Ο χειρουργός αφαιρεί τον πλεονάζοντα ιστό με ακρίβεια, διαμόρφωντας ένα πιο φυσικό και αρμονικό σχήμα στο ανδρικό στήθος.

Μετεγχειρητική Φροντίδα και Ανάρρωση: Μετά την επέμβαση δεν υπάρχει σημαντικός πόνος, συνιστάται η χρήση ειδικού πιεστικού ενδύματος και η αποφυγή έντονης σωματικής δραστηριότητας για περίπου δύο εβδομάδες με στόχο την ομαλή ανάρρωση του ασθενούς.

Η γυναικομαστία στις μέρες μας αντιμετωπίζεται με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα, βελτιώνοντας τη φυσική εμφάνιση και την ποιότητα ζωής του ασθενούς.

Ο Δρ. Αναστάσιος Στρεβίνας είναι απόφοιτος της ιατρικής σχολής και ειδικεύτηκε στην Πλαστική Χειρουργική σε μερικά από τα μεγαλύτερα κέντρα πλαστικής χειρουργικής στη Μεγάλη Βρετανία όπως το Wythenshawe University Hospital του Μάντσεστερ το Queen's Elizabeth Hospital στο Μπέρμιγχαμ και το Royal London Hospital στο Λονδίνο. Εκπαιδεύτηκε τόσο στην επανορθωτική όσο και στην αισθητική πλαστική χειρουργική. Εργάζεται ως ιδιώτης πλαστικός χειρουργός στο κέντρο της Θεσσαλονίκης, από το 2015. Στόχος του αποτελεί το άρτιο και φυσικό αποτέλεσμα, ο σεβασμός και η ειλικρίνεια μεταξύ ασθενούς-ιατρού και η μέγιστη ασφάλεια κατά τη διάρκεια του χειρουργείου.



Δρ. Αναστάσιος Στρεβίνας

Πλαστικός Χειρουργός

Διεύθυνση: Παύλου Μελά 37, 546 22

Τηλέφωνο: 2314022445

www.strevinas.gr

ΕΚΤΟΣ ΤΩΝ ΤΕΙΧΩΝ

Ένα σύγχρονο restaurant Ελληνικών & Μεσογειακών γεύσεων, ένας πραγματικός γαστρονομικός προορισμός, που κερδίζει αρχικά τις εντυπώσεις, με την μοναδική και απaráμιλλη θέα στα κάστρα, στην πόλη της Θεσσαλονίκης και στο θερμαικό, αλλά και με το εξαιρετικής αισθητικής design του.

Το ωραιότερο city view της Θεσσαλονίκης, παντρεύεται αρμονικά με τη δημιουργική κουζίνα του, με επιδέξια αισθητικά και γευστικά πιάτα.

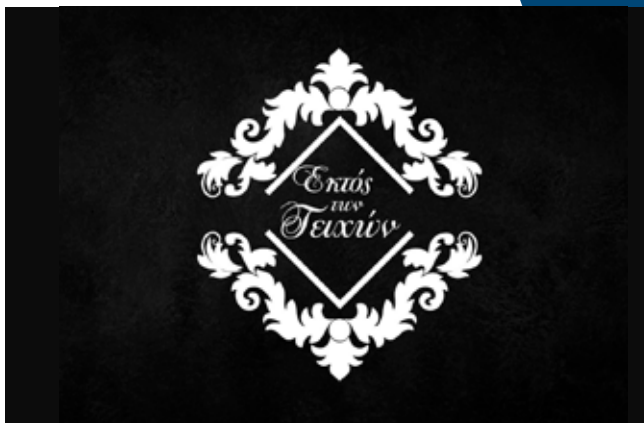
Προσθέτοντας τις επιλεγμένες ετικέτες κρασιών ή της γράπας του, του τσίπουρου ή του ούζου, το "Εκτός των Τειχών" δημιουργεί τον απόλυτο συνδυασμό, που έχει ως στόχο να προκαλέσει ευχάριστα όλες τις αισθήσεις σας.

Βασικές επιπλέον αρχές του, η επιλογή ποιοτικών πρώτων υλών, το ευχάριστο περιβάλλον, το άψογο service του. Με δυνατότητα μάλιστα και δωρεάν parking.

Οποιαδήποτε ώρα της ημέρας -για γεύμα ή δείπνο- το "Εκτός των Τειχών" σας προκαλεί σε ένα ταξίδι γεύσεων και εικόνων.

ΕΛΑΤΕ ΝΑ ΑΠΟΛΑΥΣΤΕ ΤΟ ΝΕΟ ΜΑΣ ΜΕΝΟΥ!

Διεύθ. Λεωφόρος Όχι 2, Κάστρα, Θεσσαλονίκη
Τηλ. 2310 249-664



ΤΟΥ ΠΟΛΥ
ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ

**PO
LIS**
pin-up



ΤΕΣΣΕΡΑ ΠΙΠΕΡΙΑ

Στα ΤΕΣΣΕΡΑ ΠΙΠΕΡΙΑ γίνονται οι πιο «πιπεράτες» συναντήσεις. Το σύγχρονο συναντά το παραδοσιακό. Το ζεστό περιβάλλον συναντά τις πρωτοπόρες γεύσεις. Οι ξεχωριστές δημιουργίες κεντρίζουν το ενδιαφέρον αυτών που μας επιλέγουν και γίνονται ανεξίτηλες γευστικές αναμνήσεις. Τα καλύτερα υλικά, το έμπειρο προσωπικό και η φιλική εξυπηρέτηση καθιστούν το σύγχρονο μεζεδοπωλείο μας το καλύτερο σημείο συνάντησης στην Θεσσαλονίκη. Μικρές παρέες, οικογενειακές συγκεντρώσεις και μεγάλες εκδηλώσεις μπορούν να φιλοξενηθούν στον ευχάριστο χώρο μας και να εξυπηρετηθούν με σεβασμό και προσιτές τιμές. Όλη η ομάδα μας σας περιμένει για να σας αποδείξει ότι μια επίσκεψη στα «Τέσσερα πιπέρια» δεν είναι ποτέ αρκετή.

Διεύθ. 29, Τούμπα. Τηλ. 2311 826086



AGENDA

#Οι θρυλικοί πρωταγωνιστές της μουσικής ψυχής μας, οι ΠΥΞ ΛΑΞ στο D EUS αυτό το Σάββατο 2 Νοεμβρίου στην τελευταία τους εμφάνιση με special guest τον Γιάμμη Ζουγανέλη.

#Κάθε Παρασκευή και Σάββατο στην ΠΥΛΗ ΑΞΙΟΥ ο κορυφαίος Νίκος Οικονομόπουλος που πλησιάζει στο τέλος των εμφανίσεών του.

#Στο BARBARELLA live party η μοναδική και απόλυτη Ελληνίδα σταρ Άννα Βίσηη κάθε Παρασκευή και Σάββατο.

#Κάθε Παρασκευή και Σάββατο το ASTRON live clubbing στην Μπότσαρη & Παπαναστασίου για νύχτες γεμάτες διασκέδαση ενώ κάθε Κυριακή από νωρίς!

#Ο Νικηφόρος και ο Γιώργος Λιβάνης στο ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ Live Basement με Special Guest τη Μαλού στο κέντρο της Θεσσαλονίκης Βασ. Ηρακλείου 43 κάθε Σάββατο και Κυριακή από νωρίς.

Η Άλκηστις Πρωτοψάλτη επιστρέφει στη Θεσσαλονίκη για μία και μοναδική παράσταση στη σκηνή του Θεάτρου Ράδιο Σίτυ, Σάββατο 2 Νοεμβρίου στις 21:00.

#Στο VERGINA Theatre του Hyatt Regency η Σοφία Μουτίδου και η Σοφία Κουρτίδου με την παράσταση SO & SO Show. Με πολύ stand up αλλά και τραγούδι! Σάββατο 2. Παρασκευή 8 και Σάββατο 9 Νοεμβρίου.

#Μετά από αμέτρητες «τελευταίες παραστάσεις» και 2 sold out περιοδείες, η «Μαύρη Σαμπούκα» γίνεται GRANDE » για να κεράσει ένα μοναδικό κωμικό υπερθέαμα στο θέατρο «Αριστοτέλειον» από 2 Νοεμβρίου.

#Το συγκρότημα Μηλε, που λατρεύουμε να ακούμε από τις αρχές της δεκαετίας του '90, επιστρέφει στη Θεσσαλονίκη στην μουσική σκηνή Love – Underground Live Club. το Σάββατο 2 Νοεμβρίου.

#Ο Σταύρος Παζαρέντσος συναντά την Αρετή Κετιμέ, τη Διονυσία Κωστοπούλου και τον Θάνο Ζούρη τα βράδια της Κυριακής στο Mylos Club Thessaloniki. Παλιά και καινούρια λαϊκά και παραδοσιακά κομμάτια σε ένα πρόγραμμα δεξιοτεχνίας. Κυριακή 3 Νοεμβρίου στις 21:00.

ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ ΠΑΠΑΣΩΤΗΡΙΟΥ: Η ΠΙΟ ΓΛΥΚΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ!

Όταν το μεράκι, η εμπειρία, η τέχνη και η παράδοση ζυμωθούν με τα πιο αγνά και άριστης ποιότητας υλικά, τότε το Πάσχα θα συνδυαστεί από το υπέροχο άρωμα του μοναδικού τσουρεκιού των Ζαχαροπλαστέιων ΠΑΠΑΣΩΤΗΡΙΟΥ.

Χειροποίητο και αφράτο θα δέσει απόλυτα με την γεύση της σούβλας και θα γλυκάνει την Πασχαλινή παρέα.

Απλό η γεμιστό με γεύση κάστανου, πραλίνας και διαφόρων φρούτων, πνιγμένο σε λευκή η σκούρη σοκολάτα, θα εντυπωσιάσει και θα αφήσει το πιο γλυκό αποτύπωμα. Σκοπός μας ήταν και είναι να προσφέρουμε απλόχερα στον κόσμο τις γλυκές δημιουργίες μας. «Ποιότητα και τιμή» είναι οι δυο αρχές που διέπουν τη σύσταση της επιχείρησής, ακόμα και σε εποχές, όπου οι τιμές των πρώτων υλών αυξάνονται διαρκώς.

Στο επίκεντρο των ενεργειών μας βρίσκεται πάντα η βέλτιστη εξυπηρέτηση των πελατών μας. Η προτίμησή σας έκανε δυνατή την εξέλιξη της επιχείρησής και έκτοτε αποτελείτε ένα αναπόσπαστο κομμάτι μας. Δεχόμαστε και καλωσορίζουμε τις προτάσεις σας για προσθήκες και διορθώσεις, όποτε αυτές είναι δυνατό να συμβούν, ώστε να βελτιωθούμε, να ικανοποιήσουμε στο μέγιστο όλους τους λάτρεις του γλυκού και να σας προσφέρουμε το καλύτερο αποτέλεσμα!

Η παραγωγή πλέον γίνεται στις νέες ιδιότητες και υπερσύγχρονες εγκαταστάσεις, στην μονάδα πρότυπο που λειτουργεί εδώ και ένα μήνα στο 10ο χιλιόμετρο της Εθνικής οδού Θεσσαλονίκης-Καβάλας, στην περιοχή του Δερβενίου.




PAPASOTIRIOU
PÂTISSERIE
THESSALONIQUE

Ιστορίες με ..κάρυ!

Δέκα ερωτήσεις αναζητούν δέκα σύντομες απαντήσεις. Πρόσωπα της Θεσσαλονίκης, από όλους τους χώρους, μοιράζονται με τους αναγνώστες της εφημερίδας «Karfitsa» πτυχές της ζωής τους και αδημοσίευτες φωτογραφίες σε μια διαφορετική - μίνι συνέντευξη.

ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΤΑ ΝΕΑ ΠΑΙΔΙΑ ΝΑ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΑ ΟΝΕΙΡΑ ΤΟΥΣ



Ο Σταμάτης Αγγελόπουλος είναι ο πρώτος πρόεδρος του Διεθνούς Πανεπιστημίου Ελλάδος. Γεννημένος στη Θεσσαλονίκη, σπούδασε στη Σχολή Γεωπονίας του ΑΠΘ, προχώρησε σε μεταπτυχιακό, με τη μελέτη και τη δίψα για γνώση να μη σταματά ποτέ. Αυτή τη φορά τον «καθίσαμε» εμείς στα ...θρανία να απαντήσει σε ένα σύντομο «τεστ».

Πώς νιώθετε ως πρώτος πρόεδρος του ΔΙΠΑΕ;

Χαρά και μεγάλη τιμή. Έχω πλήρη συναίσθηση των προσδοκιών της ακαδημαϊκής μας κοινότητας, αλλά και των υψηλών απαιτήσεων που έχει το αξίωμα του πρόεδρου.

Ικανοποιημένος από τον πρώτο χρόνο θητείας;

Είμαι απόλυτα ικανοποιημένος γιατί μέσα σε έναν χρόνο τέθηκαν οι βάσεις για την υλοποίηση του μεγαλύτερου μέρους του προτεινόμενου σχεδίου ανάπτυξης που υπέβαλα, διεκδικώντας την προεδρία του ΔΙΠΑΕ.

Τι κερδίζετε από τη σχέση με τους φοιτητές;

Είναι πολύ σημαντικό να μπορείς να λαμβάνεις τα μηνύματα της νέας γενιάς, να ακούς τους προβληματισμούς και τις ανησυχίες τους για το μέλλον. Αυτά τα μηνύματα έχουμε χρέος να τα μετουσιώνουμε σε αποτελεσματικά έργα μέσα στην ακαδημαϊκή κοινότητα και να βελτιώνουμε την καθημερινότητα των φοιτητών και φοιτητριών μας.

Θα συμβουλευάτε τα νέα παιδιά να...

...ακολουθούν τα όνειρά τους. Να μην εγκαταλείπουν τις προσπάθειές τους, να μην εφησυχάζονται, να επενδύουν στη μόρφωση και σε ό,τι επιλέγουν να κάνουν να επιλέγουν τον καλύτερο τρόπο. Να τολμούν και να δημιουργούν.

Με μαγικό ραβδί θα αλλάζατε...

...την αυστηρή νομοθεσία που διέπει το δημόσιο Πανεπιστήμιο. Ένα Ίδρυμα που βασίζεται στην αριστεία και στην καινοτομία, δεν μπορεί να υπόκειται σ' ένα τόσο αυστηρό πλαίσιο εφαρμογής του νόμου.

Τα πανεπιστήμια δίνουν στη Θεσσαλονίκη...

πολιτισμό, κουλτούρα, καινοτομία. Καλλιεργούν την έννοια της συμμετοχικότητας. Επίσης, η συμβολή των ΑΕΙ είναι σημαντική και στην ενίσχυση του ΑΕΠ των περιοχών όπου εκτείνονται.

Σημείο της πόλης που δεν αλλάζετε με τίποτα...

Το κέντρο της. Συνδυάζει την ιστορία και την παράδοση με τις σύγχρονες τάσεις της κοινωνίας.

Σας λείπουν τα έδρανα;

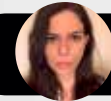
Μου λείπουν γι' αυτό και συνεχίζω να διδάσκω. Κράτησα έναν κύκλο διαλέξεων στο Μεταπτυχιακό του Τμήματος Γεωπονίας, στο οποίο είμαι και διευθυντής. Το κάνω με χαρά γιατί δεν θέλω να αποκοπώ από το κομμάτι της διδασκαλίας και την επαφή με τη φοιτητική μας κοινότητα.

Εάν γυρνούσατε το χρόνο πίσω θα θέλατε να...

Θα έκανα ακριβώς τις ίδιες επιλογές στη ζωή μου αλλά, με μεγαλύτερη ταχύτητα στην υλοποίησή τους. Έχοντας πλέον την εμπειρία και την ωριμότητα, θα εκμεταλλευόμουν τον χρόνο περισσότερο.

Έκφραση που λέτε συχνά...

Εγγύτητα και ταχύτητα στη λήψη αποφάσεων.



Συνέντευξη στη
Φιλίππα Βλαστού

ΤΟ ΒΡΙΣΚΩ ΠΑΡΑΛΟΓΟ ΤΟ 2024 ΝΑ ΜΗΝ ΜΠΟΡΕΙ ΚΑΠΟΙΟΣ ΝΑ ΑΚΟΥΣΤΕΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΣ ΕΑΝ ΔΕΝ ΖΕΙ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΤΖΟΒΑΝΙ

Από το ωδείο της Καλαμαριάς βρέθηκε μετά από λίγα χρόνια για σπουδές στη Βιέννη. Εμφανίσαι σε σημαντικές σκηνές του εξωτερικού όπως στο Μέγαρο Μουσικής της Στουτγκάρδης (Liederhalle Stuttgart), στην Όπερα Μουσικής Δωματίου της Κολλωνίας και στην αίθουσα τελετών του Πανεπιστημίου της Βιέννης. Συμπράξεις με ορχήστρες όπως η Orpheus Kammerorchester Wien και η Συμφωνική Ορχήστρα Δήμου Θεσσαλονίκης. Δικός του δίσκος με τίτλο «33» και προσεχώς αρχές του 2025 αναμένεται να κυκλοφορήσει το νέο του τραγούδι «Η σιωπή μου».

Αυτά είναι μερικά μόνο από όσα αναφέρει στο βιογραφικό του ο Θεσσαλονικιός ερμηνευτής και τραγουδοποιός Αλέξανδρος Τζοβάνι, ο οποίος με τη φωνή και το ταπεραμέντο του στη σκηνή έχει καταφέρει να χτίσει το δικό του κοινό.

Λίγο πριν το live του στο Club του Μύθου, στις 8 Νοεμβρίου, ο Αλέξανδρος Τζοβάνι μιλάει στην Karfitsa για τη δική του Θεσσαλονίκη.

Σε ποια περιοχή μεγαλώσατε; Ποια ήταν η γειτονιά σας και τι αναμνήσεις έχετε από εκεί; Μεγάλωσα στην Καλαμαριά τη δεκαετία του 90. Οι αναμνήσεις μου έχουν θάλασσα, ζεστασιά, παιχνίδι στην πλατεία του Άη Γιάννη και ατέλειωτες «κοσμοπολίτικες» εφηβικές βόλτες στον πεζόδρομο της Καλαμαριάς.

Ποια ήταν τα πρώτα μονοπάτια της διαδρομής σας στη μουσική;

Για έναν ανεξήγητο λόγο πήγα στα 12 μου και ξεκίνησα παραδοσιακά κρουστά στο ωδείο της Καλαμαριάς. Περίμενα πως και πως να γίνω 18 για να ξεκινήσω τραγούδι. Ακολούθησαν Κρατικό ωδείο Θεσσαλονίκης, μουσικό πανεπιστήμιο της Κολλωνίας και το Κονσερβατόριο στη Βιέννη από όπου και αποφοίτησα.

Ποιο ήταν το πρώτο σας live στη Θεσσαλονίκη;

Η πρώτη μου εμφάνιση ήταν σε έναν ιστορικό χώρο για την ελληνική μουσική. Το 2007 στη μουσική σκηνή ΠΛΑΤΩ στη Χαριλάου. Μια σκηνή από όπου ξεκίνησαν τις καριέρες τους ο Μανώλης Ρασούλης και ο Σωκράτης Μάλαμας. Έχουν τραγουδήσει αμέτρητοι σπουδαίοι καλλιτέχνες και άνθρωποι εκεί. Πρώτο τραγούδι ήταν το «θα πω απόψε το φεγγάρι» των μεγάλων δημιουργών Μίμη Πλέσσα και Λευτέρη Παπαδόπουλου. Μιλάμε για πολύ άγχος και άγνοια κινδύνου... το σκέφτομαι και γελάω πια..

Από τη Θεσσαλονίκη στη Βιέννη για σπουδές και μετά πάλι Θεσσαλονίκη. Τι σας έκανε να γυρίσετε στον τόπο σας;

Ήταν ξεκάθαρα η ανάγκη μου να ασχοληθώ με την ελληνική μουσική και τη δημιουργία. Η ανάγκη να επικοινωνήσω τα δικά μου μηνύματα που ίσως αφορούν κι άλλο κόσμο για να τα μοιραζόμαστε.

Γιατί Θεσσαλονίκη και όχι Αθήνα; Υπάρχει η σκέψη να αφήσετε την πόλη για ένα μεγαλύτερο κοινό όπως αυτό της πρωτεύουσας;

Αγαπώ πολύ την Αθήνα και στην ουσία μοιράζω πια το χρόνο μου μεταξύ των δυο πόλεων. Μπορεί να ακούγεται λίγο υπεροπτικό όμως είναι η αλήθεια μου: Θα ήθελα να ανοίξω τους δρόμους για μένα και για τους νεότερους καλλιτέχνες να μπορούν να δρουν καλλιτεχνικά και να υπάρχουν στο χώρο της μουσικής με έδρα τη Θεσσαλονίκη. Είναι ένα όραμα μου. Το βρίσκω παράλογο το 2024 να μην μπορεί κάποιος να ακουστεί πανελληνίως εάν δεν ζει στην Αθήνα.

Νέοι καλλιτέχνες και Θεσσαλονίκη. Υπάρχει support;

Αχ αυτή η Θεσσαλονίκη... Αποπνέει μια αστείρευτη τέχνη και ταυτόχρονα μια μουντή εσωστρέφεια. Αυτό το κλισέ που λέγεται, πάντως, ότι η Θεσσαλονίκη έχει δύσκολο κοινό ισχύει. Πρέπει να δείξει κανείς σταθερότητα και συνέπεια αλλά και ιδέες για να τραβήξει την προσοχή του μέσου ακροατή. Όσον αφορά στους φορείς, θα πρέπει να υπάρξει μεγαλύτερη ενίσχυση και ενθάρρυνση της καλλιτεχνικής δημιουργίας. Δεν ενδιαφέρεται ουσιαστικά η πολιτεία. Με εξαιρέσεις, βέβαια, αλλά έχουμε πολύ δρόμο μπροστά μας.

Η Θεσσαλονίκη αν είχε μελωδία ποια θα ήταν; «Υάκινθοι και κρίνα της κλέψαν τ' άρωμα και το φοράνε...».

SPORTS



Συνέντευξη στον
Γιώργα Μίφο

Ο ΑΡΗΣ ΣΠΑΕΙ ΟΛΑ ΤΑ ΚΟΝΤΕΡ ΚΑΙ Η ΚΑΡΦΙΤΣΑ ΑΝΑΛΥΕΙ ΤΟΥΣ ΛΟΓΟΥΣ ΠΟΥ Η ΟΜΑΔΑ ΤΟΥ ΑΚΗ ΜΑΝΤΖΙΟΥ ΚΑΝΕΙ ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΑΡΗΣ ΚΑΙ... ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΑ!

Αν κάποιος έλεγε στους φίλους του Άρη πως μετά τον τρόπο που χάθηκε ο περσινός τελικός κυπέλλου από τον Παναθηναϊκό στο φινάλε της σεζόν πως η ομάδα τους θα βρίσκονταν μετά το πέρας της ένατης αγωνιστικής του φετινού πρωταθλήματος στην πρώτη θέση, τότε ελάχιστοι ή κανείς δεν θα πίστευε πως αυτό μπορεί να συμβεί. Κι όμως ο Άρης τρέχοντας ένα σερί πέντε αήττητων αγώνων, έχοντας τέσσερις νίκες και μία ισοπαλία στο διάστημα αυτό φιγουράρει μόνος πρώτος με 19 βαθμούς στην κορυφή του βαθμολογικού πίνακα. Οι κίτρινοι εκτός των άλλων είναι η μοναδική ομάδα που μέχρι στιγμής παραμένει αήττητη στα ντέρμπι που έχει δώσει, αφού έχει κερδίσει τον Ολυμπιακό, τον ΠΑΟΚ και πήρε ισοπαλία στο ΟΑΚΑ από τον Παναθηναϊκό. Όλα αυτά φυσικά και έχουν την εξήγησή τους και δεν έγιναν ξαφνικά ούτε από τη μία ημέρα στην άλλη. Και είναι αποτέλεσμα του γεγονότος πως για πρώτη φορά οριοθετήθηκαν ξεκάθαροι μεταγραφικοί στόχοι, ενώ διατηρήθηκε το μεγαλύτερο μέρος του περσινού κορμού κάτι που ουδέποτε έκανε ο Άρης από χρονιά σε χρονιά.

Η αναβάθμιση του ρόστερ

Είναι χαρακτηριστικό πως ο Άρης χωρίς να βιαστεί καθόλου από τη στιγμή που δεν είχε ευρωπαϊκές υποχρεώσεις το καλοκαίρι όρισε τις προτεραιότητες του και απέκτησε ποδοσφαιριστές στις θέσεις που χρειαζόνταν ενίσχυση οι οποίοι αναμφίβολα κάνουν τη διαφορά και έχουν δώσει στον Άκη Μάντζιο την ευχέρεια να διαχειρίζεται - κατά γενική ομολογία - το καλύτερο ρόστερ που είχε ποτέ ο Άρης στην ιστορία του. Μόντσου, Σιφουέντες, Κουάισον, Χουάνκαρ, Μάγιο, Φρίντεκ, Σίστο, Σίντκλεφ, Ντιαντί είναι οι παίκτες που αποκτήθηκαν. Αν προσθέσει κανείς και την παραμονή του Φαμπιάνο τότε αντιλαμβάνεται πως ο Άρης πρόσθεσε... ποιότητα σε κάθε θέση. Είναι χαρακτηριστικό πως ποδοσφαιριστές που την περσινή σεζόν ήταν βασικοί και αναντικατάστατοι όπως για παράδειγμα ο Νταρίντα, ο Μοντόγια, ο Σουλιεϊμάνοφ, ο Σαβέριο, ο Ζουή έρχονται από τον πάγκο ή μένουν ακόμα και εκτός αποστολής. Αυτό δείχνει το πόσο έχει αλλιάξει ο σύλλογος της Θεσσαλονίκης και το αγωνιστικό upgrade που έγινε.



Η παραμονή του Μορόν και η... μεταγραφή του Μάνου Γκαρθία

Λορέν Μορόν και Μάνου Γκαρθία είναι οι δύο ποδοσφαιριστές που την φετινή σεζόν παρά τις πολλές και ποιοτικές μεταγραφές που έγιναν αποτελούν τους πυλώνες του φετινού Άρη και όχι άδικα. Ακόμα και σε αυτές τις περιπτώσεις, η επιμονή, ο τρόπος διαχείρισης και η αντιμετώπιση τους, έφεραν τους καρπούς και το αποτέλεσμα που όλοι βλέπουν σήμερα στο γήπεδο με τον Ισπανό στράικερ να είναι για την ώρα ο πρώτος σκόρερ του πρωταθλήματος με επτά γκολ, ενώ ο συμπατριώτης του μοιάζει να είναι η... έξτρα μεταγραφή στα χέρια του Έλληνα τεχνικού αφού για πρώτη φορά μετά τον σοβαρό τραυματισμό του που τον κράτησε εκτός για έναν χρόνο δείχνει την αξία, τα ποιοτικά χαρακτηριστικά του και εκτός των άλλων δίνει και παραγωγικά νούμερα στην ομάδα του. Την ίδια ώρα ο Άρης «έδεσε» τον Μορόν με νέο κλειστό τριετές συμβόλαιο τον Μορόν στο «Κλεάνθης Βικελίδης» και αν στο προσεχές διάστημα καταφέρει κάτι ανάλογο και με τον Γκαρθία τότε θα έχει «κλειδώσει» δύο εκ των πιο ποιοτικών ποδοσφαιριστών που αγωνίζονται στο ελληνικό πρωτάθλημα στο ρόστερ του για τα επόμενα χρόνια με ότι αυτό συνεπάγεται.

«Στόχος η τετράδα»

Την ώρα που ενθουσιασμός όλων βρίσκεται στα ύψη - και όχι άδικα - στον Άρη προσπαθούν να κρατήσουν χαμηλά τον πήχη με τον Άκη Μάντζιο να τονίζει συνεχώς πως ο στόχος αυτής της ομάδας είναι η είσοδος στην τετράδα και τίποτα παραπάνω. Βέβαια με τα όσα κάνει η ομάδα του μέσα στο γήπεδο, με τα αποτελέσματα που έχει πάρει και το ευνοϊκό πρόγραμμα που ακολουθεί συν του ότι οι αντίπαλοι των κίτρινων δεν δείχνουν να πατούν για την ώρα καλά στο γήπεδο είναι στοιχεία που ανοίγουν την όρεξη όλων και για πρώτη φορά μετά από πολλά χρόνια κάλλιστα οι φίλοι της ομάδας μπορεί να ονειρεύονται και να πιστεύουν πως ο Άρης μπορεί να γίνει ισότιμος διεκδικητής του τίτλου. Το αν θα καταφέρει να μείνει κοντά μέχρι το τέλος είναι κάτι που κανείς δεν μπορεί να το γνωρίζει. Αυτό που πάντως φαίνεται με τα μέχρι στιγμής δεδομένα είναι πως ο Άρης είναι η ομάδα που για να κερδίσει κάποιος θα πρέπει να προσπαθήσει πολύ και σίγουρα η δυναμική που παρουσιάζει τη φετινή σεζόν είναι από τους βασικούς λόγους που το φετινό πρωτάθλημα μοιάζει να είναι το καλύτερο όλων των εποχών.



ΓΡΑΦΕΙ Ο
ΒΑΣΙΛΗΣ
ΜΑΣΤΟΡΑΣ

ΟΙ «ΜΙΚΡΟΙ»... ΜΕΓΑΛΩΣΑΝ Η ΜΗΠΩΣ ΟΙ «ΜΕΓΑΛΟΙ» ΜΙΚΡΑΙΝΑΝ;

Δύο-τρία αποτελέσματα, από αυτά που δεν βλέπουμε συχνά στη Stoiximan Super League, ήταν αρκετά ώστε να ακουστούν σχόλια του τύπου «έχουμε ένα εξαιρετικό Πρωτάθλημα». Λογικό, από τη στιγμή που δεν βλέπουμε συχνά τον Ολυμπιακό να χάνει βαθμούς μέσα στο σπίτι του από τον Λεβαδειάκο και τον Παναιτωλικό ή να γνωρίζει την ήττα στην Τρίπολη από τον Αστέρα. Το ίδιο ισχύει και για την ΑΕΚ που έχασε στις Σέρρες και τον ΠΑΟΚ που έχασε την πρωτιά στον βαθμολογικό πίνακα, μετά την ήττα από τον ΟΦΗ στην Τούμπα. Γι' αυτό ο βαθμολογικός πίνακας έχει πέντε ομάδες με διαφορά το πολύ τεσσάρων βαθμών, μεταξύ πρώτης και πέμπτης θέσης. Μετά από εννέα αγωνιστικές είναι εικόνα απ' αυτές που δεν συναντάμε συχνά. Ο Άρης που σέρνει τον χορό και κάνει όνειρα μεγάλα και οι υπόλοιπες ομάδες του big 5 να ακολουθούν. Ο ανταγωνισμός δεν ανεβάζει απλώς την αδρεναλίνη, αλλά αποτελεί το αλτατοπίερο του Πρωταθλήματος. Φέρτε στο μυαλό σας πως τελείωσε το περσινό Πρωτάθλημα και θα έχετε μία εικόνα του τι μπορεί να συμβεί και φέτος.

Ο ανταγωνισμός όμως δεν σημαίνει πάντα και καλό θέαμα ή γεμάτες κερκίδες. Τουλάχιστον στην εγχώρια διοργάνωση. Τι όμως έφερε τα κάτω- πάνω και οι «μεγάλοι» χάνουν βαθμούς από τους «μικρούς». Είναι αλήθεια ότι οι μικρομεσαίες ομάδες έχουν καλύτερα ρόστερ απ' ότι τα προηγούμενα χρόνια. Όχι όμως σε βαθμό να «κόβουν» βαθμούς από ομάδες που έχουν μπάτζετ, τουλάχιστον, 7-8 φορές μεγαλύτερα.

Αρα τι συμβαίνει; Οι «μεγάλοι» είναι αυτοί που δίνουν δικαιώματα. Παρότι έχουν περάσει εννέα αγωνιστικές δεν έχουν βρει ακόμη τον βηματισμό τους ή πληρώνουν τις επιλογές του καλοκαιριού. Ο Παναθηναϊκός άλλαξε ήδη προπονητή, η ΑΕΚ το σκέφτεται μετά το στραπάτσο στις Σέρρες, ο Ολυμπιακός έξω πάει καλά αλλά εντός των συνόρων τα κάνει μούσκεμα.

Θα ήταν υπέροχο να συνεχιστεί αυτή η θαρραλέα στάση των «μικρών». Να μη σκιάζονται από τα μπάτζετ των αντιπάλων τους και να πετυχαίνουν αποτελέσματα απ' αυτά που δεν έχουμε συνηθίσει στην Ελλάδα. Για τις υπόλοιπες χώρες της Ευρώπης δεν απαγορεύεται οι «μικροί» να κερδίζουν τους «μεγάλους». Μόνο στην Ελλάδα αποτελεί τεράστια είδηση να συμβεί κάτι τέτοιο, γιατί επικρατεί η αντίληψη ότι οι «μικροί» θα πρέπει να σκύβουν το κεφάλι, σε κάθε αντίπαλο που έχει ισχυρό οικονομικά ιδιοκτήτη και χιλιάδες φιλάθλους. Αν ήρθε η ώρα να αλλάξει αυτό το status θα το δείξει ο χρόνος. Οι υγιώς σκεπτόμενοι φιλάθλοι, πιστεύω ότι το εύχονται...

Πρεστίζ

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΛΑΤΡΕΙΣ ΤΟΥ ΚΛΑΣΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ



ΓΡΑΦΕΙ Ο
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΑΝΑΡΕΑΔΗΣ

ΛΑΜΠΡΟΣ Ο ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΟΥ «ΟΧΙ»

Για μια ακόμη χρονιά η Θεσσαλονίκη βρέθηκε στο επίκεντρο των τριήμερων εορτασμών, Πολιούχος Άγιος Δημήτριος, απελευθέρωση της πόλης το 1912, ιστορικό "ΟΧΙ" 28ης Οκτωβρίου.

Παρόντες όλοι οι πολιτειακοί θεσμοί, πολιτικοί και τοπικής αυτοδιοίκησης, αλλά ξεχωριστή και η παρουσία των ανθρώπων του αθλητισμού.

Είναι ιδιαίτερα χαρακτηριστική η στιχομυθία του Εύζωνα Σταύρου από τον Βόλο (που δακρυσε από συγκίνηση) με την ολυμπιονίκη Βούλα Πατουλίδου, η οποία ευχαρίστησε τον Εύζωνα που αποτελεί το παράδειγμα στρατιωτικής αρετής και ήθους, υπηρετώντας την πατρίδα από το ιστορικό τάγμα των Ευζώνων.

ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ

Τέσσερα μετάλλια ήταν η συγκομιδή στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Άρσης Βαρών, κατηγορίας Εφήβων - Νεανίδων που έγινε στο Ραζίν της Πολωνίας.

Τα τρία ήταν χρυσά και τα κατέκτησε το μεγάλο αστέρι του αθλήματος, ηλικίας 16 ετών, η εκπληκτική Μαρία Στρατουδάκη, στην κατηγορία των 49 κιλών.

Στο αρασέ σηκώνοντας 73 κιλά, στο επολέ ζετέ με 96 και επομένως στο σύνολο με 169.

Ασημένιο μετάλλιο κέρδισε ο Κων/νος Λαμπρίδης στην κατηγορία των 67 κιλών, σηκώνοντας στο επολέ ζετέ 153 κιλά.

ΔΕΚΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΣΤΗ ΓΥΜΝΑΣΙΑΔΑ

Με συγκομιδή 10 μεταλλίων επιστρέφει η ομάδα στίβου από την Γυμνασιάδα στο Μπαχρέιν.

Δύο χρυσά από:

Αναστασία Μπουμπουλίδη στο επί κοντώ με 4,00 και από Ιουλιάννα Ρούσσου στα 800 μέτρα.

Δύο ασημένια: Παύλος Τζαμτζης σφυροβολία 71,44 και Μυρτώ Βαλαχα στα 3.000 μέτρα με 9,48,06.

Έξι χάλκινα: Μελίνα Ζαράγκα τριηλούν 12,49 - Μαρία Ραφανίδη σφαίρα 16,63 - Ιωάννα Σταματοπούλου 2.000 ΦΕ 6,56,69 - Πέτρος Πρίφτης επί κοντώ 4,40 - Βασιλική Σαμοηλάδα δίσκος 49,11 - Μαριάννα Ζαφειρίδου μήκος 5,89.

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ... ΠΑΤΣΑ

Εντυπωσιακή ήταν η ανταπόκριση των Θεσσαλονικέων στον εορτασμό της παγκόσμιας ημέρας πατσά, με επίκεντρο το γνωστό ιστορικό εστιατόριο - πατσατζίδικο Τσαρούχα στο κέντρο της πόλης. Είναι γνωστή όμως και η προσφορά του αείμνηστου Νίκου Τσαρούχα στον αθλητισμό και ειδικότερα στον στίβο, αφού στο εστιατόριο σιτίζονταν δωρεάν αρκετοί πρωταθλητές.

Στη φωτογραφία:

Κούλα Παννακίδου, Δημήτρης και Ειρήνη Τσαρούχα, Φάνης Κοντούλης.

ΤΑ ΝΕΑ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΑ ΣΥΜΒΟΥΛΙΑ ΣΤΙΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ ΚΑΙ ΒΟΛΕΪ

Συγκροτήθηκαν σε σώμα τα διοικητικά συμβούλια που προέκυψαν στις τελευταίες πρόσφατες αρχαιρεσίες στις Ομοσπονδίες Πετοσφαίρισης (βόλεϊ - ΕΟΠΕ) και Άρσης Βαρών (ΕΟΑΒ).

ΕΟΠΕ:

Πρόεδρος: Γιώργος Καραμπέτσος
Α' αντιπρόεδρος: Κώστας Χαριτωνίδης

Β' αντιπρόεδρος: Νίκος Δελαγραμμάτικας.

Γενική γραμματέας: Έφη Χρόνη
Ειδική γραμματέας: Άντα Βαφειάδου

Ταμίας: Γιάννης Βερούτης

ΕΟΑΒ:

Πρόεδρος: Θεανώ Ζαγκλιβέρη
Α' αντιπρόεδρος: Άννα Στρούμπου
Β' αντιπρόεδρος: Ηρακλής Ροδίτης

Γ' αντιπρόεδρος: Χαρίκλεια Κυριακίδου

Γενικός γραμματέας: Φιλιππία Κοχλιαρίδου

Ειδικός γραμματέας: Στυλιανός Γορνταμηλάκης

Ταμίας: Γιώργος Κουρομικάκης

MMA CHALLENGE

Εντυπωσιακό θέαμα και συγκλονιστικές αναμετρήσεις προβλέπεται να απολαύσουν οι θεατές - φίλαθλοι που το Σάββατο 16/1 θα παρακολουθήσουν στο γήπεδο της ΧΑΝΘ το τουρνουά MMA Challenge Pro.

Για το μεγάλο όμως αυτό event θα έχουμε εκτενές ρεπορτάζ στο επόμενο Σαββατιαστικό φύλλο μας.



ΛΑΜΠΡΟΣ Ο ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΟΥ «ΟΧΙ»



ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ ΣΤΟ ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ



ΔΕΚΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ ΣΤΗ ΓΥΜΝΑΣΙΑΔΑ



ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ... ΠΑΤΣΑ



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΘΕΟΦΑΝΗΣ Γ. ΚΟΓΙΟΣ

Αγ. Νικολάου 16,
Πλ. Παραμάνη - Θέρμη, Τ.Κ. 57001
Τηλ. 2313 041608

e-mail: deskati.pharma@yahoo.gr

Η ΟΡΟΣΚΟΠΕ

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ



ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ ΚΑΡΤΑ

ΚΡΙΟΣ

Αυτή η εβδομάδα είναι αρκετά δραστήρια για σας, ενώ θα έρθετε σε μία αντιπαράθεση με καταστάσεις που σας έχουν κουράσει και νιώθετε ότι ήρθε το πλήρωμα του χρόνου να τις αντιμετωπίσετε. Για σας των πρώτων ημερών, θα υπάρξουν νέες συνθήκες στην συναισθηματική σας ζωή με την μετακίνηση του Άρη τον Λέοντα, ενώ η εβδομάδα τελειώνει με μία απογοήτευση που αφορά τον προσωπικό, αλλά και οικονομικό σας τομέα.

ΤΑΥΡΟΣ

Εσείς των πρώτων ημερών θα έχετε μία πολύ απαιτητική εβδομάδα, όπου θα είναι δύσκολο να διαχειριστείτε με ευκολία, τις επαγγελματικές και οικογενειακές σας υποθέσεις. Οι προσπάθειές σας θα ανταμειφθούν σε μακροχρόνιο, αλλά και οι συνεργασίες θα έχουν καλές προοπτικές. Στο τέλος της εβδομάδας καλό είναι να μην κάνετε συμφωνίες, αλλά και οι νέες γνωριμίες θα για σας των τελευταίων ημερών, θα έχουν απαιτητές και επικίνδυνες επιπτώσεις.

ΔΙΔΥΜΟΙ

Ο Άρης περνά στο ζώδιο του Λέοντα και για σας σημαίνει ότι ξεμπλοκάρουν οι καταστάσεις που σας κρατούσαν σε απραξία. Ίσως μάλιστα τακτοποιήσετε τις οικονομικές σας υποθέσεις και νιώσετε για λίγο καιρό πιο άνετοι και έτοιμοι για ταξίδια και συμφωνίες που θα ολοκληρωθούν λίγο πριν τα γενέθλιά σας. Ο Δίας στο ζώδιο σας σε ανάδρομη πορεία θα σας φέρει σημαντικά πρόσωπα από το παρελθόν. Στο τέλος της εβδομάδας, εσείς των τελευταίων ημερών, καλό είναι να προσέχετε τις νέες σας γνωριμίες.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Θα φύγει για λίγο από το δικό σας ζώδιο ο Άρης, αλλά θα ξαναεπανεέλθει από τις 6 Γενάρη με διάθεση να ολοκληρώσει ότι έχει αφήσει σε εκκρεμότητα. Στην νέα του θέση θα σας δημιουργήσει οικονομικές καταστάσεις που θα σας αγχώσουν και ίσως παρουσιαστούν έκτακτα έξοδα. Στο τέλος της εβδομάδας, θα έχετε ένα περίεργο κλίμα στον επαγγελματικό σας χώρο και καλό είναι να μην πάρετε τώρα καμία απόφαση.

ΛΕΩΝ

Εσείς των πρώτων ημερών μετά την είσοδο του Άρη στο δικό σας ζώδιο, θα έχετε μία έντονη ανησυχία και σίγουρα θα πρέπει να φροντίσετε περισσότερο την υγεία σας και γενικότερα τις συνθήκες που αυτή την περίοδο βρίσκεστε εκτεθειμένοι σε στρεσογόνες καταστάσεις. Στο τέλος της εβδομάδας θα πρέπει να προσέχετε τις καινούριες γνωριμίες και γενικότερα τις οικονομικές σας υποθέσεις.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ

Οι σχέσεις σας είναι για ακόμη μία φορά ο τομέας που θα σας απασχολήσει, εφόσον ο Κρόνος σας αναγκάζει να οριοθετήσετε τους δεσμούς σας, τις συνεργασίες και τους σημαντικούς ανθρώπους της ζωής σας. Ο Άρης στον 12 τομέα, θα σας τρώει την ενέργεια και αυτό θα πρέπει να το φροντίσετε πριν σας εξαντλήσει και σας δημιουργήσει σωματικές και ψυχικές αδυναμίες. Στο τέλος της εβδομάδας προσοχή σε όσους ανήκετε στις τελευταίες μέρες του ζωδίου σας, κυρίως αν συμβαίνει να έχετε καινούριες γνωριμίες και σχέσεις που δεν δείχνουν από την αρχή, την καθαρή τους εικόνα.

Εβδομαδιαίες προβλέψεις 4 έως 10 Νοεμβρίου 2024



Αυτή η εβδομάδα δεν είναι πλούσια σε αστρολογικά γεγονότα, αλλά έχει την σημαντική μετακίνηση του Άρη στο ζώδιο του Λέοντα. Θα γίνει ανάδρομος στις 5 Νοεμβρίου και θα ξαναγυρίσει στις αρχές του Γενάρη στο ζώδιο του Καρκίνου. Μέχρι τότε θα αναφερθώ αρκετές φορές σε αυτή την κουραστική του παρουσία για τους Καρκίνους, αλλά και Λέοντες του πρώτου δεκαημέρου. Όσο αφορά τις καταστάσεις που δημιουργούνται με την αντίθεση που θα κάνει με τον Πλούτωνα, όπως έχω ξαναπεί, δεν θα υπάρξει παγκόσμια πηχία, αν δεν φύγει και ο Απρίλιος του 2025. Αυτή η εβδομάδα θα έχει μία ανήσυχη σιωπή και αυτό συμβαίνει όταν έρχεται ένα μεγάλο γεγονός.

ΖΥΓΟΣ

Για σας η μετακίνηση του Άρη στο ζώδιο του Λέοντα, θα αναπτύξει νέους στόχους, φιλίες και γνωριμίες, αλλά θα προσέξετε εσείς των πρώτων ημερών μην απογοητευτείτε από τις συμπεριφορές των άλλων. Τα επαγγελματικά σας από ότι φαίνεται με προσπάθεια και αρκετή προσήλωση, θα βρεθούν όσο περισσότερο γίνεται στα ποθητά για σας αποτελέσματα. Εσείς των τελευταίων ημερών, καλό είναι να μην αφήσετε πρόσωπα να σας επηρεάσουν αρνητικά, ή να σας συμβουλευτούν με γνώμονα το προσωπικό τους συμφέρον.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ

Η εβδομάδα αυτή είναι αρκετά πειστική, ιδικά για εσάς που ανήκετε στις πρώτες μέρες του ζωδίου σας και θα επηρεάζετε έντονα με την είσοδο του Άρη στο ζώδιο του Λέοντα. Η κοινωνική σας ζωή θα σας προβληματίσει, ή θα πρέπει να δώσετε πολύ ενέργεια στην καριέρα σας, κάτι που θα επηρεάσει την συμπεριφορά σας απέναντι στους άλλους. Στο τέλος της εβδομάδας καλό είναι να μην εμπιστευτείτε άτομα που θα επιδιώξουν να σας εκμεταλλευτούν, συναισθηματικά και οικονομικά.

ΤΟΞΟΤΗΣ

Αυτή η εβδομάδα είναι αρκετά πιο βοηθητική για σας, εφόσον ο Άρης περνά σε ένα ζώδιο που έχει συμβατότητα με το δικό σας. Μπορεί να υπάρχει η έντονη όψη του Άρη με τον Πλούτωνα, αλλά για σας σημαίνει, διεκδίκηση των στόχων σας και όχι απαραίτητα εντάσεις και κακές σχέσεις με τους άλλους. Επίσης κάποιοι από σας θα ταξιδέψετε, θα σπουδάσετε και θα διεκδικήσετε πράγματα που νιώθετε ότι σας ανήκουν. Το Σαββατοκύριακο μην εμπιστευτείτε απόλυτα τα συναισθήματα σας.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Μία ανάσα θα την πάρετε εσείς οι Αιγόκεροι, εφόσον ο Άρης θα σας αφήσει ήσυχους για αρκετό καιρό και θα νιώσετε γαλήνη και ηρεμία σε σχέσεις και συνεργασίες. Βέβαια θα προσέχετε από εδώ και πέρα τα οικονομικά σας, που από ότι φαίνεται θα είστε επιρρεπείς στα έξοδα και τις υποχρεώσεις. Για σας των τελευταίων ημερών, καλό είναι να προσέχετε τις απαιτητές γνωριμίες και τα άτομα που δεν έχουν καθαρή εικόνα απέναντι σας.

ΥΔΡΟΧΟΥΣ

Για σας των πρώτων ημερών, το πέρασμα του Άρη στο διαμετρικά απέναντι ζώδιο από το δικό σας, θα σας φέρει εντάσεις και ανατροπές που θα σας κουράσουν και θα εξαντλήσουν την υπομονή σας. Για σας που ανήκετε στο τρίτο δεκαήμερο, καλό είναι να κάνετε εκκαθαρίσεις στην ζωή σας, στα άτομα που είναι τοξικά και επίζημια για σας. Επίσης καλό είναι να μην αφήσετε τα οικονομικά θέματα, να χαλάσουν φιλίες χρόνων.

ΙΧΘΥΕΣ

Ο Κρόνος σας πιέζει αρκετά και εσείς θα πρέπει να δείξετε ότι αντέχετε και ότι μαθαίνετε μέσα από τις καταστάσεις που σας συμβαίνουν. Ο Άρης περνώντας στο ζώδιο του Λέοντα, σας καλεί να κάνετε ακόμη περισσότερες προσπάθειες μέσα στον επαγγελματικό σας χώρο. Εσείς των τελευταίων ημερών, θα έχετε μία τάση να μπερδεύετε τις καταστάσεις, να αναστατώνεστε και να εκτίθεστε κοινωνικά.


VERGINA THEATRO
LIVE ENTERTAINMENT

Sofia
ΜΟΥΤΙΔΟΥ & ΚΟΥΡΤΙΔΟΥ



SO & SO
SHOW

Έρχονται με *stand up* από τη μία So και πολύ τραγούδι από την άλλη So!

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ & ΣΑΒΒΑΤΟ
01, 02, 08, 09, 15 & 16 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

Διεύθυνση ορχήστρας: Κωνσταντίνος Βελλιάδης

ΠΡΟΠΩΛΗΣΗ
ΕΙΣΙΤΗΡΙΩΝ

ΣΤΟ ΚΑΖΙΝΟ
2310 491291

more.com

ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ

Public

NOVA