



ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
www.goldenworld.edu.gr

[goldenworld.edu.gr](https://www.facebook.com/goldenworld.edu.gr)

1^ο ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ

Τριπολέμου 36
Τηλ: 210 5759572

2^ο ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ

Αριστοβούλου 3
Τηλ: 210 5737008

LIFEWEST

FREE PRESS ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2025

ΤΕΥΧΟΣ 41

Πρόγραμμα
«Μαριέτα Γιαννάκου»
Συνέντευξη
με τη Μαρία
Συρεγγέλα

Σελ. 9



Άγιοι Ανάργυροι - Καματερό



5 κρίσιμα
έργα υποδομών

προϋπολογισμού άνω
των 22 εκατ. ευρώ

Σελ. 10-11

Το Ίλιον αλλάζει με έργα που αγγίζουν τον
καθένα μας στην καθημερινότητά του

Συνέντευξη
με τη
δήμαρχο
Ιλίου

Σελ. 16-17



Συνομιλώντας με τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Περιοστερίου Γρηγόριο

Από την Ελισάβετ Σταματίου

Σελ. 2-3



MATHIOUDAKI Metals
MATHIOUDAKI METALS SCRAP
www.mathioudakimetals.gr

ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΜΕΤΑΛΛΩΝ ΚΑΙ ΑΠΟΞΗΛΩΣΕΙΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΤΙΜΗΣΗ!!
Παρέχουμε Άμεση Πληρωμή και Εξυπηρέτηση!!!

ΑΝΑΚΥΚΛΩΟΥΜΕ
- ΧΑΛΚΟ, ΜΠΡΟΥΝΤΖΟ, ΙΝΟΧ
- ΚΑΛΩΔΙΟ, ΚΛΙΜΑΤΙΣΤΙΚΑ
- ΑΛΟΥΜΙΝΙΟ, ΜΟΛΥΒΙ, κ.ά.

Καλέστε μας για να λύσουμε τις απορίες σας!!
Παυσανίου 8, Περιστέρι
6943057926 / 2114151244
info@mathioudakimetals.gr

www.Lekkas Fishing Store.com

FISHING
LFS
Lekkas Fishing Store

LFS Lekkas Fishing Store lekkaas.fishing.store
 LFS (Lekkas Fishing Store) 6982332369
 info@lekkaas-fishing-store.com Τόλιν Κάπνισμα 44 Περιστέρι

Αγαπητοί γονείς και μαθητές,
Διανύοντας την 24η μας σχολική χρονιά, θα θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε που μας εμπιστευθήκατε τα προηγούμενα χρόνια και συμπορευθήκαμε στο δύσκολο αλλά ωραίο αγώνα για την κατάκτηση της γνώσης. Έχοντας πάντα συγκεκριμένες απόψεις για τις σπουδές, τη μάθηση, τη διδασκαλία και διατηρώντας το χαμηλό αλλά επιτυχημένο προφίλ μας για την επιτυχία στις εξετάσεις συνεχίζουμε με:

- Αγάπη και ενδιαφέρον για κάθε μαθητή ξεχωριστά
- Συνεχή ενημέρωση και συνεργασία με τους γονείς
- Υπεύθυνη και μεθοδική διδασκαλία
- Αναλυτικές από εμάς σημειώσεις θεωρίας- μεθοδολογίας- ασκήσεων
- Διαρκή έλεγχο της προόδου του μαθητή, με τρίωρα διαγνώσματα προσομοίωσης

Αυστηρά ολιγομελή τμήματα (1-3 άτομα)
Σας περιμένουμε στο φροντιστήριό μας για να σχηματίσετε μια πιο ολοκληρωμένη άποψη του έργου που παράγουμε.

Διεύθυνση σπουδών
Ελισάβετ Αθανασοπούλου
Φιλόλογος

3 Φροντιστήριο
Μέσης
Εκπαίδευσης
3ΤΟΜΗ

18ώμης 5 (Παράλληλος πεζόδρομος) Περιστέρι, Τηλ. 210 5757181
Email: 3group.education@gmail.com - www.3group.gr

ΣΧΟΛΗ ΜΠΑΛΕΤΟΥ
ΕΥΦΙΑΣ ΧΡΟΝΑΚΗ

Παλατιανής 37 & Φρίξου, Ίλιον
 210 50 60 395 - Κιν.: 6932 343 403
 scholihorouchronaki@gmail.com
scholichorouchronaki.gr

Συνομιλώντας με τον Σεβασμιότατο Μητροπολίτη

Γράφει η Ελισάβετ Σταματίου

Αν η φθαρτότητα και η θνητότητα είναι τα ανυπέρβλητα προβλήματα του ανθρώπου, η λύση στα πλαίσια των θεσμών και των παραδόσεων της χώρας μας βρίσκεται στην πίστη και στην Ορθόδοξη Εκκλησία, λύση που πολλοί από εμάς άλλοτε αμφισβητούμε, άλλοτε παντελώς λησμονούμε κι άλλες φορές διακαώς αναζητούμε, ανάλογα με τις περιστάσεις του βίου και τις ανάγκες της ψυχής.

Δε δηλώνω φανατικά οποιαδήποτε θρησκευτική ταυτότητα παρά μόνο μια έμφυτη ταπεινότητα απέναντι στο μυστήριο της ζωής, την απεραντοσύνη του σύμπαντος, τον φόβο του θανάτου, μια ταπεινότητα που ευτυχώς μου επιτρέπει να χτυπώ την πόρτα των εκπροσώπων της Εκκλησίας, όταν η ζωή μου προσφέρει το έναυσμα και το ερέθισμα. Έτσι, τυχαία θα έλεγα γεγονότα, παρακίνησαν το ενδιαφέρον μου να γνωρίσω τον Μητροπολίτη Περιστερίου Γρηγόριο και να συζητήσω μαζί του, με έναν ουσιαστικό και αυθόρμητο τρόπο. Η στάση που επέδειξε σε σχέση με την επαναλειτουργία της Ακαδημίας Ποδοσφαίρου των αδερφών Μισαηλίδη και τα θερμά λόγια ατόμων που τον γνωρίζουν υπήρξαν μόνο οι αφορμές ενώ η αιτία ίσως να είναι μια αέναη πνευματική αναζήτηση που όσο μεγαλώνω όλο και πιο πολύ με βασανίζει.

Εντύπωση μου προκάλεσαν τα ιδιαίτερα θετικά σχόλια του μαθητή Α' Λυκείου, Παναγιώτη Καπνιάζη, ψάλτη και αναγνώστη του Ιερού ναού Αγίου Αντωνίου, ο οποίος τρέφοντας μεγάλη αγάπη για την Εκκλησία και υπηρετώντας την από τη μικρή αυτή ηλικία, εμπνεύστηκε από την προσωπικότητα του Σεβασμιότατου.

Με εντυπωσίασε η προσβασιμότητα και η συνέπεια του Μητροπολίτη Γρηγορίου, καθώς ως ένα απλό μέλος του ποιμνίου, εύκολα και γρήγορα κατάφερα να εξασφαλίσω μια συζήτηση χωρίς σε πρώτη φάση τουλάχιστον να είναι σίγουρη η δημοσιοποίησή της.

Εξάλλου δεν πήγα τυπικά με συγκεκριμένες ερωτήσεις και καθορισμένο πλάνο αλλά με ουσιαστικό ενδιαφέρον και περιέργεια, θα έλεγα, για αυτή την ιδιαίτερη προσωπικότητα που μετά από λαμπρές σπουδές και με αναγνωρισμένη σταδιοδρομία σε ακαδημαϊκό επίπεδο που δεν έχει εγκαταλείψει, βρέθηκε στο ανώτατο εκκλησιαστικό αξίωμα του δήμου μου. Μια θέση στην οποία εκτίθεται, με αποτέλεσμα άλλοτε να εγκωμιάζεται, κάποιες φορές να επικρίνεται αλλά πάντα να τηρεί μια στάση δυναμικής ταπεινότητας και αξιοπρέπειας. Η επίσκεψή μου στη Μητρόπολη Περιστερίου, για πρώτη φορά ομολογώ, αποτέλεσε μια ευχάριστη έκπληξη αφού από τον ιερέα που με υποδέχτηκε στην είσοδο μέχρι τον Σεβασμιότατο που με καλωσόρισε στο γραφείο του, βρήκα βλέμματα και λόγια ευγένειας και καλοσύνης. Στον Μητροπολίτη Γρηγόριο βέβαια, οφείλω να ομολογήσω, πως διέκρινα τη βαθιά γνώση των εκκλησιαστικών κειμένων, τον εμπεριστατωμένο λόγο και την οξεία κρίση που δικαιολογούν τους τίτλους και τις διακρίσεις που τον συνοδεύουν. Επειδή



όμως η Εκκλησία δε χρειάζεται εγκώμια και είμαι η τελευταία που θα το έκανε, αφού η αμφισβήτηση κάποιων θεσμών είναι αναγκαία προϋπόθεση της σκέψης μου, χωρίς αυτό να σημαίνει άρνηση αλλά κριτική σκέψη απέναντι σε κάθε δογματισμό, θα προσπαθήσω, αδέξια ίσως, να μεταφέρω μέσω του γραπτού λόγου μια ενδιαφέρουσα συζήτηση, τουλάχιστον για εμένα.

Σεβασμιότατε, αρχίζοντας κάπως ανορθόδοξα και λίγο τολμηρά, πείτε μου, η απόφασή σας να ασχοληθείτε με την ιεροσύνη δικαιώθηκε; Κι όταν λέω δικαιώθηκε δεν εννοώ ως καριέρα αλλά ως μια βαθύτερη ικανοποίηση της ύπαρξης. Βρήκατε τελικά το νόημα της ζωής, τη γαλήνη της ψυχής;

Αναμφισβήτητα τα βρήκα και δε μετανιώνω στιγμή για την απόφασή μου. Όταν ασχολήθηκα με τον Χριστιανισμό και τη διδασκαλία του Ιησού αποφάσισα πως είτε θα γινόμουν σφοδρός πολέμιος είτε θα αφιερώσω τη ζωή μου υπηρετώντας Τον, η διδασκαλία του είτε είναι η μεγαλύτερη πλάνη είτε η μοναδική αλήθεια. Η ρήση του ίδιου του Ιησού «Εγώ ειμί η αλήθεια» με άγγιξε βαθύτατα ως γνήσιο αναζητητή της κι ενώ σε όλες τις θρησκείες πρεσβεύουν ότι θα μας οδηγήσουν στην αλήθεια, μόνο ο Ιησούς ταυτίζει τον εαυτό του με την αλήθεια και το φως. Αυτό

το φως ακολουθώ από τότε στη ζωή μου χωρίς να διαψευστώ στιγμή.

Χαίρομαι γι' αυτό κι ομολογώ πως διαβάζοντας το βιογραφικό σας εντυπωσιάστηκα από τη γνώση και τη δράση σας. Έχοντας τελειώσει το τμήμα Θεολογικής και Νομικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, έχοντας υπηρετήσει στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση και έχοντας πραγματοποιήσει μεταπτυχιακές, διδακτορικές και μεταδιδακτορικές σπουδές στο Παρίσι όπου διατελέσατε Υφηγητής της Νομικής Σχολής Jean Monet, με λαμπρή ακαδημαϊκή καριέρα στο τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής Αθηνών, έχοντας συγγράψει 30 βιβλία και 130 άρθρα, πώς σας φαίνεται η επαφή σας με τον Δήμο μας και ποια η δράση σας σε αυτό το μετερίζι απ' όπου η Εκκλησία επέλεξε να την υπηρετήσετε;

Από τη στιγμή που κλήθηκα να υπηρετήσω ως Μητροπολίτης Περιστερίου μέχρι σήμερα, με ταπεινότητα δηλώνω πως συνεργάστηκα άφογα διευρύνοντας τις υπάρχουσες υπηρεσίες της Εκκλησίας και απλώνοντας τη δράση μας και σε άλλους τομείς. Είμαστε χαρούμενοι για τη μεταφορά του Κοινωνικού Φροντιστηρίου σε ένα νέο ευρύχωρο κτίριο που πληροί όλες τις προϋποθέσεις για



εποικοδομητική διδασκαλία. Μάλιστα με ειλικρίνεια ομολογώ ότι όχι μόνο προσφέρουμε γνώση σε παιδιά άλλων θρησκειών και εθνοτήτων αλλά ταυτόχρονα σεβόμαστε απόλυτα τη θρησκεία και την πίστη τους χωρίς καμία διάθεση προσηλυτισμού καθώς δεν είναι αυτός ο ρόλος μας. Η γνήσια αγάπη που προσφέρεται είναι το μοναδικό κάλεσμα της Εκκλησίας προς αυτά τα παιδιά. Παράλληλα λειτουργούν κανονικά τα συσσίτια της Εκκλησίας που σε μεγάλο βαθμό βασίζονται σε εισφορές των ανθρώπων σε είδος. Ένας μεγάλος έπαινος αξίζει στους Περιστεριώτες γι' αυτή την ανταπόκριση κι ένα γνήσιο «ευχαριστώ» στην αλυσίδα super market Σκλαβενίτης για τις δωροεπιταγές που προσφέρει στη δικαιοδοσία της Μητρόπολης. Υπάρχει το Γενικό Φιλόπτωχο Ταμείο και τα Φιλόπτωχα των ενοριών που λειτουργούν και συνεργάζονται αρμονικά.

Όλα αυτά καλά, Σεβασμιότατε, αλλά γνωρίζω ηλικιωμένα άτομα στην ενορία μας ανήμπορα να προσέλθουν και να ζητήσουν βοήθεια. Με αυτά τα άτομα που τα γηρατειά και η ασθένεια ταλαιπωρούν τι κάνετε ως Εκκλησία;

Είναι ένα πολύ ευαίσθητο θέμα που προσπαθούμε να προσεγγίσουμε. Έχουν ολοκληρωθεί οι εργασίες του Γηροκομείου που θα λειτουργήσει από την επόμενη χρονιά κι ελπίζω

Περιστερίου Γρηγόριο



εμβληματικό ναό του Περιστερίου.

Χαίρομαι πολύ, Σεβασμιότατε, που σας βλέπω ενεργό στην καθημερινή ζωή του Περιστερίου και πλάι στις ανάγκες των συνδημοτών μου. Ελπίζω όλες αυτές οι υποχρεώσεις να μη σας απομακρύνουν από τις θεωρητικές και ακαδημαϊκές ενασχολήσεις .

Μιας και το αναφέρατε επισημαίνω πως στο Περιστέρι υπάρχει Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο Κανονικού και Εκκλησιαστικού Δικαίου από το 2022 και πραγματοποιούνται συνεργασίες με το εξωτερικό.

Πράγματι, εντυπωσιακό αν κι εμείς συχνά αγνοούμε τέτοιου είδους δράσεις και τη σημασία τους. Να αναφερθούμε τώρα και στους γείτονες μας, τους αδερφούς Μισαηλίδη, παλαίμαχους του Ατρομήτου που εδώ και πολλά χρόνια προπονούν τα παιδιά μας και τους μεταλαμπαδεύουν τη γνώση και την τεχνική τους; Αν και είχατε κάποιες περιπέτειες, μάθαμε ότι η Ακαδημία άνοιξε και περιμένει τα νέα ταλέντα έχοντας βέβαια πάντα τους παλιούς μαθητές να συνεχίζουν το έργο τους και να διαπρέπουν στο γήπεδο. Με έκπληξη πληροφορήθηκα ότι το συγκεκριμένο οικόπεδο που ανήκει στη Μητρόπολη παραχωρήθηκε δωρεάν για την άθληση των παιδιών. Χαίρομαι που οι αδελφοί Μισαηλίδη είχαν αυτή τη διευκόλυνση από την Εκκλησία και είναι σε θέση να επωμιστούν τα υπόλοιπα αναγκαία έξοδα του χώρου (ενοίκιο εξοπλισμού, χλοοτάπητας κλπ), ώστε να δίνουν πάσα στους μικρούς μας ήρωες για τα πρώτα «γκολ» της ζωής. Έτσι, θα συνεχίσουν το έργο τους με τις....ευλογίες σας. Εκ μέρους των γονέων που τα παιδιά μας βρήκαν στον συγκεκριμένο χώρο υγιή εκτόνωση και ασφάλεια, σας ευχαριστούμε.

Ελπίζω να δώσαμε την καλύτερη δυνατή λύση Παραχωρούμε, πράγματι, τον συγκεκριμένο χώρο καθώς η Εκκλησία στέκεται πάντα δίπλα στα παιδιά και τον αθλητισμό. Υπό υγιείς προϋποθέσεις λοιπόν η Ακαδημία συνεχίζει το έργο της.

Ολοκληρώνοντας αυτή τη συζήτηση θα ήθελα να σας ευχαριστήσω και να σας ευχηθώ να συνεχίσετε το έργο σας με τον ίδιο ζήλο.

Και κάπως έτσι έληξε αυτή η ενδιαφέρουσα συνομιλία με τον Μητροπολίτη Γρηγόριο αφήνοντας μου μια γλυκιά γεύση, ένα θετικό αποτύπωμα και ίσως κάποιον προβληματισμό για τη βιοντολογία της ανθρώπινης φύσης μου και την πορεία της. Κι αν κάπου χάθηκα σε Θεολογικές κι εκκλησιαστικές ορολογίες (γιατί ειπώθηκαν και Θεολογικές λεπτομέρειες που ίσως δεν αφορούν πολλούς), ελπίζω πως κάποτε θα βρω τον δρόμο εκείνο που από «κτίσμα πτωτικό» απομακρύνοντας τον «ενδο-υποστατικό ναρκισσισμό» (χρησιμοποιώ όρους κλεμμένους από τον Σεβασμιότατο με χιούμορ και σεβασμό συγχρόνως) θα βρω τον «ενδο – κτισιακό προσανατολισμό» μου και θα καταφέρω άφοβα να αντικρίσω τον εαυτό μου και, γιατί όχι...; τον Θεό. Εξάλλου, όταν οι εκπρόσωποί Του μας εμπνέουν και μας καθοδηγούν, ο δρόμος πιθανότατα να γίνει προσπελάσιμος και η ύπαρξη των συμβόλων του όχι ένας στείρος απαρχαιωμένος κώδικας, αλλά μια ασφαλής πυξίδα.

ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ

ΠΡΕΣΜΑ

ΒΙΒΛΙΑ · ΧΑΡΤΙΚΑ · ΕΙΔΗ ΔΩΡΩΝ

ΦΩΤΟΤΥΠΙΕΣ ΠΛΑΣΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ ΣΦΡΑΓΙΔΕΣ

Σαρανταπόρου 41, Περιστέρι
T/F: 210 5769596 | E: prismagotsis@hotmail.com

η Ροδοπαρέα

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ & ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ

Ο ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΜΑΣ
τηρεί όλες τις παραμέτρους
υγιεινής & ασφάλειας

Τμήματα με βάση την ηλικία & το βαθμό ωριμότητας

Λειτουργούμε 010 το χρόνο

Το ΝΕΟ νηπιαγωγείο μας!

Ενταξιακή & βιωματική μάθηση

Διαδραστικός πίνακας τελευταίας τεχνολογίας όπου η μάθηση γίνεται παιχνίδι

Κηπουπόλεως 50 • Περιστέρι • Τηλ.: 210 50 29 200 • Κιν.: 6937 15 22 55
www.rodoparea.gr

ζουμε πως θα ελαφρύνει τον πόνο κάποιων συνανθρώπων μας.

Πράγματι σπουδαίο έργο που εύχομαι να ευοδωθεί σε μια εποχή που η ανθρωπιά τείνει να εκλείψει. Αλήθεια ποια είναι η στάση της Εκκλησίας στην απαξίωση του ανθρώπου ως οντότητας και τη γενικότερη παρακμή των ανθρωπιστικών σπουδών;

Είναι ένα θέμα που μας απασχολεί και με ειλικρίνεια προσπαθούμε να προσεγγίσουμε τους νέους. Νομίζω πως κάτι έχουμε καταφέρει... Μάλιστα εδώ και 3 χρόνια λειτουργεί Κατασκήνωση με 130 παιδιά ήδη, που πιστεύουμε ότι διαρκώς θα αυξάνονται, γιατί υπάρχει μεγάλη ανταπόκριση. Επίσης είμαστε στην ευχάριστη θέση να δηλώσουμε ότι λειτουργεί Βιβλιοθήκη Ανθρωπιστικών Σπουδών στον Άγιο Κωνσταντίνο, ένα τριώροφο κτίριο που φιλοξενεί Θεολογικά, φιλολογικά, νομικά, κοινωνιολογικά, ψυχολογικά και παιδαγωγικά βιβλία. Και μιας και αναφερόμαστε στο βιβλίο και την αξία του, θα ήθελα να πω ότι ανεπιφύλακτα στήριξα τον συγγραφέα Γιώργο Χριστοφίλοπουλο ηθικά και πρακτικά, στην έκδοση του πέμπτου τόμου του έργου του «Η πόλη έχει τη δική της ιστορία». Η χαρά μας είναι μεγάλη επίσης γιατί ανοίξαμε τον ναό της Αγίας Τριάδας στην Τζων Κένεντι, έναν ιστορικό και

art4more

art & mental health festival

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



έδρα

art4more.org
Είσοδος Ελεύθερη

...tech4soul...

18^ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΤΕΧΝΗΣ & ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

27
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ
2025

@Κύθηρα, Μορφωτικό Κέντρο Κυθήρων

11-12 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025
@ΚΥΒΕ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
Εθνάρχου Μακαρίου 1

Εκθέσεις Σύγχρονης Τέχνης / Εργαστήρια
Ομιλίες / Performance

Με την οικονομική υποστήριξη και υπό την αιγίδα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

Με την Αρωγή και
Στήριξη του
Υπουργείου Υγείας



Υποστήριξη:

Κυθηραϊκός
Σύνδεσμος
Μορφωτικό
Κέντρο Κυθήρων

Υποστηρικτές Επικοινωνίας:



Ξεκίνησαν οι εγγραφές στα Τμήματα Πολιτισμού του Δήμου Αιγάλεω

Από τη Δευτέρα 15 Σεπτεμβρίου 2025 οι δημότες του Αιγάλεω μπορούν να εγγραφούν στα Τμήματα Πολιτισμού του δήμου για το έτος 2025-2026.

Οι ενδιαφερόμενοι έχουν τη δυνατότητα να συμμετάσχουν σε ένα ευρύ φάσμα καλλιτεχνικών δραστηριοτήτων, που απευθύνονται σε όλες τις ηλικίες και προσφέρουν γνώση, έκφραση και δημιουργικότητα.

Οι εγγραφές θα πραγματοποιούνται από Δευτέρα έως Πέμπτη, κατά τις ώρες 10:00 – 12:00, στο Πολιτιστικό Κέντρο «Γιάννης Ρίτσος» (Δημαρχείου 17 & Κουντουριώτη), 1ος όροφος. Τα Τμήματα Πολιτισμού που θα λειτουργήσουν και φέτος είναι τα παρακάτω:

- Κεραμικής – Για ενήλικες
- Ζωγραφικής – Για παιδιά (από 11 ετών) και ενήλικες
- Θεάτρου – Για ενήλικες
- Κλασσικού Μπαλέτου – Για παιδιά (από 4 ετών) και ενήλικες
- Σύγχρονου χορού – Για παιδιά (από 9 ετών) και ενήλικες
- Jazz – Για παιδιά (από 12 ετών) και ενήλικες
- Latin – Για παιδιά (από 4 ετών) και ενήλικες
- Χορευτικής Γυμναστικής – Για εφήβους (από 16 ετών) και ενήλικες
- Stretching – Για εφήβους (από 16 ετών) και ενήλικες
- Προετοιμασίας υποψηφίων για Καλλιτεχνικά Σχολεία (Μπαλέτο & Σύγχρονος Χορός)

Για περισσότερες πληροφορίες και εγγραφές, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στη Γραμματεία του Τμήματος Πολιτισμού: Πολιτιστικό Κέντρο «Γιάννης Ρίτσος» (Δημαρχείου 17 & Κουντουριώτη), 210 5310542



Έναρξη Λειτουργίας του Αλληλέγγυου φροντιστηρίου του Δήμου Αιγάλεω

Ο Δήμος Αιγάλεω, επιδεικνύοντας και φέτος το κοινωνικό του πρόσωπο και με αίσημα αλληλεγγύης, συνεχίζει και φέτος τη λειτουργία του Αλληλέγγυου Φροντιστηρίου, προσφέροντας δωρεάν ενισχυτική διδασκαλία στους μαθητές της Γ' λυκείου που προετοιμάζονται για τις Πανεληνίες Εξετάσεις 2026.

Η πρωτοβουλία αυτή δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να ενισχύσουν τις γνώσεις τους σε μια ιδιαίτερα απαιτητική περίοδο, παρέχοντας παράλληλα στήριξη στις οικογένειες που δοκιμάζονται από τις οικονομικές δυσκολίες. Στόχος είναι να δημιουργηθούν ίσες ευκαιρίες για όλους, ανεξάρτητα από την οικονομική τους κατάσταση, ενισχύοντας ταυτόχρονα την κοινωνική συνοχή και τον θεσμό της παιδείας.

Οι εγγραφές πραγματοποιούνται κατόπιν τηλεφωνικού ραντεβού, ενώ οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να ενημερώνονται αναλυτικά από την αρμόδια υπηρεσία του



Δήμου.
Τμήμα Παιδείας Δήμου Αιγάλεω
Δευτέρα - Παρασκευή, 10:00 - 13:00
Τηλέφωνα: 2132044848, 2132044849, 2132044923
Email: grafeio_paideias@yahoo.gr

Διεύθυνση: Ιερά οδός 364 & Κάλβου 2, 2ος όροφος
4ο ΓΕΛ Αιγάλεω
Τηλέφωνο: 6971758582 (κα Ειρήνη Ζωγκού)
Διεύθυνση: Μυστρά 1, ισόγειο

Ανέλαβε τα καθήκοντά του ο νέος Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Δυτικού Τομέα Αθηνών Χαράλαμπος (Μπάμπης) Αλεξανδράτος

Τα καθήκοντα του έχει αναλάβει κι επίσημα ο νέος Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Δυτικού Τομέα Αθηνών ο κ. Χαράλαμπος (Μπάμπης) Αλεξανδράτος.

Σε σχετική του δήλωση είπε τα εξής: «Με αίσθημα ευθύνης και σεβασμού αναλαμβάνω τη θέση του Αντιπεριφερειάρχη Δυτικού Τομέα Αθηνών, που μου ανέθεσε ο Περιφερειάρχης μας κ. Νίκος Χαρδαλιάς. Κατοικώ τα τελευταία 35 χρόνια στο Ίλιον και γνωρίζω πολύ καλά τη Δυτική Αθήνα. Οι Δήμοι μας - το Ίλιον, η Αγία Βαρβάρα, οι Άγιοι Ανάργυροι-Καματερό, το Αιγάλεω, η Πετρούπολη, το Περιστέρι, το Χαϊδάρι - είναι ευλογημένος τόπος με πολλά θετικά στοιχεία, αλλά και αρκετά προβλήματα, τα οποία θα προσπαθήσω, εν τω μέτρω του δυνατού και με την στήριξη του Περιφερειάρχη μας και όλων των συνεργατών μας, να τα αντιμετωπίσουμε.

Ευχαριστώ από καρδιάς, τόσο τον Περιφερειάρχη μας κ. Νίκο Χαρδαλιά για την εμπιστοσύνη που έδειξε στο πρόσωπό μου όσο και τους συμπολίτες μου της Δυτικής Αθήνας που με τίμησαν με την ψήφο τους και με εξέλεξαν Περιφερειακό Σύμβουλο Δυτικού Τομέα Αθηνών. Θα προσπαθήσω, με όλες μου τις δυνάμεις, να μην τους απογοητεύσω για την τιμή που μου έκαναν. Όλοι Μαζί θα πάμε την Αττική Μπροστά. Όλοι μαζί θα πάμε την Δυτική Αθήνα Μπροστά.

Το χρωστάμε σε όλους του συμπολίτες μας, το χρωστάμε στα παιδιά μας». Η τελετή παράδοσης του χαρτοφυλακίου της Αντιπεριφέρειας Π.Ε. Δυτικού Τομέα Αθηνών από τον απερχόμενο Αντιπεριφερειάρχη Βασίλη Λώλο στο νέο Αντιπεριφερειάρχη Χαράλαμπο (Μπάμπη) Αλεξανδράτο πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 9 Σεπτεμβρίου με την παρουσία όλων των εργαζομένων του κτιρίου της Περιφέρειας Αττικής στο Περιστέρι (Τρώων 1 & Χαλκίδος).

Αρχικά το λόγο πήρε ο απερχόμενος Αντι-



περιφερειάρχη Βασίλης Λώλος ο οποίος στον σύντομο χαιρετισμό του σημείωσε ότι: «Σήμερα ολοκληρώθηκε ο κύκλος της 20μηννης θητείας μου και θέλω να ευχαριστήσω τον Περιφερειάρχη Νίκο Χαρδαλιά για την εμπιστοσύνη του. Με ιδιαίτερη χαρά καλωσορίζω το νέο Αντιπεριφερειάρχη Μπάμπη Αλεξανδράτο, ένας άνθρωπο που ξέρει να διοικεί και μέσα από την καρδιά μου εύχομαι καλή θητεία στα νέα του καθήκοντα. Εσείς συνεχίστε να εργάζεστε με τον ίδιο ζήλο και επαγγελματισμό για να προσφέρετε τις υπηρεσίες στους πολίτες της Δυτικής Αθήνας». Από την πλευρά του, ο νέος Αντιπεριφερειάρχης Χαράλαμπος (Μπάμπης) Αλεξανδράτος τόνισε: «Με βαρύ αίσθημα ευθύνης και σεβασμού, μετά την 20μηννη πετυ-

χημένη θητεία του Βασίλη Λώλου αναλαμβάνω τη θέση του Αντιπεριφερειάρχη Δυτικού Τομέα Αθηνών και έρχομαι για να συνεχίσουμε όλοι μαζί αυτό το έργο. Θέλω να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στον Περιφερειάρχη Νίκο Χαρδαλιά που μου εμπιστεύτηκε αυτή την τόσο υπεύθυνη θέση. Έχω μάθει στη ζωή μου ότι όσο περισσότερα σκαλοπάτια ανεβαίνεις τόσο και πιο πολλές είναι οι ευθύνες και οι υποχρεώσεις. Όλοι μας είμαστε πλήρωμα στο ίδιο καράβι, ο καθένας έχει ένα διαφορετικό ρόλο αλλά δεν παύει να είμαστε όλοι συνεπιβάτες. Η μάχη που δίνουμε είναι κοινή για να κάνουμε την περιοχή μας καλύτερη, τη ζωή των συμπολιτών μας ακόμη καλύτερη. Σας ευχαριστώ θερμά, η πόρτα μου θα είναι πάντα ανοικτή για όλους».

LIFE ΤΕΥΧΟΣ 41 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2025	ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΑΛΙΚΟ
	Δημοκρίτου 2, Περιστέρι, τηλ.: 215-5652757
	Εκδότης: Α. Λαλάκος alexandrosalalagos@gmail.com
	Αρχισυντάκτρια: Γιούλη Ηλιοπούλου stargiouli@gmail.com
	Σύμβουλος έκδοσης: Ελισάβετ Σταματίου
	Υπεύθυνος Μάρκετινγκ: Ανδρέας Γρίβας



18ο Διεθνές Φεστιβάλ Τέχνης & Ψυχικής Υγείας: «Tech4Soul: Τέχνη, Τεχνολογία & Ψυχική Υγεία» στο Περιστέρι

Το **ART4MORE**, το διεθνές φεστιβάλ που εδώ και 18 χρόνια συνδέει την Τέχνη με την Ψυχική Υγεία, επιστρέφει το 2025 με θέμα «**Tech4Soul: Τέχνη, Τεχνολογία & Ψυχική Υγεία**», ανοίγοντας ένα γόνιμο διάλογο γύρω από τον ρόλο της τεχνολογίας στην τέχνη, την ψυχική ευεξία και την ανθρώπινη εμπειρία. Ο επισκέπτης εξερευνά καίρια θέματα Ψυχικής Υγείας μέσα από διεθνή έργα καινοτόμων ψηφιακών εφαρμογών και πολυαισθητηριακών μέσων.

Το φεστιβάλ παρουσιάζει **εικαστικές εκθέσεις, διαδραστικές εγκαταστάσεις, performances, εργαστήρια και ομιλίες**, εξερευνώντας πώς η τεχνολογία επηρεάζει την ψυχική υγεία και την καλλιτεχνική δημιουργία. **Βιώστε μεταξύ άλλων:**

- **Έκθεση immersive τεχνολογίας** ως ένα πολυαισθητηριακό ταξίδι. Κατερίνα Αθανασοπούλου, Gabriel Isak, Αθηνά Κανελλοπούλου, Maren Elize Klemp, Μαρία Μαυροπούλου, Lauren Lee McCarthy, Rachel Papo, Pao Peredes, Χρήστος Προσύλης, Qieer Wang.

- **Διαδραστικός Τοίχος από 3dMapping** – καλλιτεχνική εγκατάσταση που ζωντανεύει με την κίνηση του κοινού.

- **Ιστορίες που Αλλάζουν Ζωές** – ηχητική εγκατάσταση με προσωπικές αφηγήσεις ψυχικής ανθεκτικότητας. Περισσότερα

- **Workshops & Labs** – εργαστήρια βίντεο, θεραπευτικού χορού, κινηματογραφοθεραπείας, καθώς και ειδικό παιδικό εργαστήριο δημιουργίας υπερ-ηρωικών ιστοριών.

- **Performances** – Playback Theatre από StoryDrops, Stand-up Therapy με τον Μάνο Χατζημαλυνά, χορός από Simone - Σίσσυ Μπαξεβανάκη και Pixel Pois shows από Χρήστο Μπιράκο, dj 3voice.

- **Μουσική Performance | Live Looping με τη Σοφία Κουρτίδου.** Η Σοφία Κουρτίδου, με την τεχνική του live vocal looping, δημιουργεί μοναδικές και εντυπωσιακές μουσικές συνθέσεις σε πραγματικό χρόνο.

- **VR Εμπειρίες** – συμμετοχικές προσομοιώσεις και mindfulness εμπειρίες με στόχο την ενσυναίσθηση και την κατανόηση θεμάτων ψυχικής υγείας από την VR Planet.

- **Πάνελ & Ομιλίες** | διεθνείς καλλιτέχνες, ψυχολόγοι και experts συζητούν την ισορροπία μεταξύ τεχνολογικής εξέλιξης και ψυχικής ευεξίας. Συντονίζει η Μαρία Αστερίου. Συμμετέχουν οι Δρ Μ. Σαντρορινάιος, Νικόλαος Γκούβας, Δημήτρης Δημητριάδης, Μαρία Χατζηιωάννου (Maria Rolls).

- **Tech Booths** | διαδραστικές γωνιές από τον Χώρο Τέχνης και Ψυχοθεραπείας ArtConnect και την Eligence Brain gym

Το ART4MORE 2025 “Tech4Soul”, με τη συμμετοχή καλλιτεχνών, ειδικών της ψυχικής υγείας και της τεχνολογίας, σας καλεί να ζήσετε μια μοναδική εμπειρία που αναδεικνύει τη δύναμη της τέχνης και της τεχνολογίας ως εργαλεία έκφρασης δημιουργικότητας και ψυχικής ευεξίας.

Βρείτε το αναλυτικό πρόγραμμα στο **art4more.org**

18ο Φεστιβάλ ART4MORE 2025

@27/9 στα Κύθηρα στο Μορφωτικό Κέντρο Κυθήρων ώρες 12:00 με 21:00

@11–12/10 Αθήνα στο ΚΥΒΕ Περιστερίου ώρες 12:00 με 21:00 (Εθνάρχου Μακαρίου & Κηφισού 1, Περιστέρι)

Με μεγάλη επιτυχία Σεπτέμβρης 2025» στο

Με ιδιαίτερη επιτυχία πραγματοποιείται ο «Πολιτιστικός Σεπτέμβρης 2025» του Δήμου Περιστερίου, προσελκύοντας χιλιάδες πολίτες που γεμίζουν το Άλσος Περιστερίου στις μεγάλες συναυλίες, τα μουσικοχορευτικά αφιέρωματα και τις κινηματογραφικές βραδιές.

Πρόκειται για ένα πλούσιο και πολυδιάστατο πρόγραμμα εκδηλώσεων, το οποίο ολοκληρώνει έναν μεγάλο κύκλο πολιτιστικών δράσεων που ξεκίνησε από τον Μάιο, χαρίζοντας μοναδικές στιγμές ψυχαγωγίας, τέχνης και πολιτισμού σε μικρούς και μεγάλους. Όλες οι εκδηλώσεις ήταν με ελεύθερη είσοδο για όλους τους πολίτες.

Οι εκδηλώσεις ξεκίνησαν με την προβολή της παιδικής ταινίας KIDS MEGA CINEMA «Εγώ ο Απαισιότατος 4» και ακολούθησαν η μεγάλη συναυλία της Ορχήστρας «Μίκης Θεοδωράκης», το Διεθνές Χορευτικό Φεστιβάλ Παράδοσης με συμμετοχές από χώρες της Ευρώπης, το KIDS MEGA CINEMA «Kung Fu Panda 4», η συναυλία με τον Γιώργο Μαργαρίτη «Μιλάει η Καρδιά», μαζί με τον Κωνσταντίνο Μαργαρίτη και τη Γιώτα Βοζίκη, η συναυλία με τη Σοφία Μανουσάκη «Άγιος Έρωτας», το μεγάλο αφιέρωμα στον Θάνο Μικρούτσικο «Το πιο όμορφο απ' όλα δεν στο έχω πει ακόμα...» με ερμηνευτές τους Ρίτα Αντωνοπούλου, Κώστα Θωμαΐδη, Κώστα Μακεδόνα και Γιώτα Νέγκα, σε καλλιτεχνική επιμέλεια του Θύμιου Παπαδόπουλου και σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Αττικής.

Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε η μουσική βραδιά «Μεγάλα Ελληνικά Τραγούδια» με τον Μανώλη Μιχαλάκη, μαζί με τις Φαίη Μάτσου και Χριστίνα Μιχαλάκη, ενώ ξεχωριστό ενδιαφέρον για τα παιδιά συγκέντρωσε η παράσταση Καραγκιόζη από το Θέατρο Σκιών Σπυρόπουλου, με αφορμή την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς.

Παράλληλα, το Άλσος φιλοξένησε την τριήμερη Γιορτή για τα παιδιά από «Το Χαμόγελο του Παιδιού», τη συναυλία – αφιέρωμα στον Στέλιο Καζα-



ντζίδη από τον Σύλλογο Φίλων, την προβολή της ταινίας KIDS MEGA CINEMA «Χιονάτη» (2024, μεταγλωττισμένη), καθώς και τη μεγάλη συναυλία – αφιέρωμα στον Θανάση Παπακωνσταντίνου με ομάδα ταλαντούχων τραγουδιστών και μουσικών. Το πρόγραμμα των εκδηλώσεων συνεχίστηκε με νοσταλγική συναυλία- αφιέρωμα στον μουσικοσυνθέτη Μίμη Πλέσσα από τα Κέντρα Φιλίας Δήμου Περιστερίου. Υπεύθυνη Χορωδίας: Θεοδω-

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ

ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ
ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ

Τμήματα:
Γ' Γυμνασίου - Α', Β', Γ' Λυκείου

Οι εγγραφές
για τη νέα σχολική χρονιά,
των ΔΩΡΕΑΝ φροντιστηριακών μαθημάτων
Ξεκίνησαν!!!
ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
18:00-20:00
Σε περιμένουμε!

Βερανζέρου 9 (ΚΤΗΡΙΟ ΜΑΡΙΝ), Περιστέρι. Τ. Κ. 12135.
Τηλ. : 210 5789909 email: kfrondistirio@imperisteriou.gr
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: Πρωτοπρεσβύτερος Αλέξανδρος Ζαρίκος (6945391654)

Ξεκίνησε το Κοινωνικό Φροντιστήριο της Ιεράς Μητροπόλεως Περιστερίου

Το Κοινωνικό Φροντιστήριο της Ιεράς Μητροπόλεως Περιστερίου, λειτουργεί από τον Οκτώβριο του 2012 με την εθελοντική προσφορά καθηγητών, εντελώς δωρεάν, όλων των απαιτούμενων ειδικοτήτων. Διδάσκονται δωρεάν όλα τα μαθήματα σε μαθητές λυκείου με σκοπό να βοηθηθούν οι οικογένειες στις οποίες οι γονείς δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα να στείλουν τα παιδιά τους σε ιδιωτικό φροντιστήριο. Υπεύθυνος από το 2014 μέχρι και σήμερα είναι ο πρωτοπρεσβύτερος π. Αλέξανδρος Ζαρίκος.

ο «Πολιτιστικός Άλλος Περιστερίου»



ρακάκη Χαρούλα. Μουσική Επιμέλεια – Ενορχήστρωση: Τσάκας Στέλιος.
Την Πέμπτη 18 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε η ΣΥΝΑΥΛΙΑ «25 ΧΡΟΝΙΑ ΚΙΤΡΙΝΑ ΠΟΔΗΛΑΤΑ», όπου οι δημιουργοί Αλέξανδρος και Γιώργος Παντελιάς γιόρτασαν 25 χρόνια μουσικής δημιουργίας.
Πραγματοποιήθηκαν επίσης: Αφιέρωμα στον μεγάλο τραγουδοποιό - συνθέτη - δάσκαλο Θεόδωρο

Πολυκανδριώτη, συναυλία «Τα λαϊκά της νιότης μας τραγούδια», με λαϊκά τραγούδια των δεκαετιών '60, '70 και '80, Εκδήλωση από τον Σύλλογο Διάσωσης και Διάδοσης Ελληνικών Λαϊκών Χορών «Ο ΜΕΝΟΥΣΗΣ»,
Μεγάλο αφιέρωμα στον Πετρολούκα Χαλκιά. Η διοργάνωση έγινε από την Ένωση Ηπειρωτών Περιστερίου και τον Δήμο Περιστερίου, μεγάλο δημοτικό - λαϊκό πανήγυρι με πλήθος καλλιτεχνών.

Ξεκίνησαν από τις 15/9 οι αιτήσεις ένταξης στις Κοινωνικές Δομές του Δήμου Πετρούπολης

Ο Δήμος Πετρούπολης σε συνέχεια της προσπάθειας κάλυψης πρωτογενών αναγκών των κατοίκων, που αδυνατούν να εξασφαλίσουν τα βασικά είδη διατροφής και τις ιατροφαρμακευτικές τους ανάγκες, συνεχίζει και για την περίοδο 2025-2026 τη λειτουργία του Κοινωνικού Παντοπωλείου και του Κοινωνικού Φαρμακείου.
Οι ενδιαφερόμενοι, δυνητικά ωφελούμενοι, δημότες/κάτοικοι του Δήμου μπορούν να υποβάλουν αίτηση ένταξης στις Δομές Παροχής Βασικών Αγαθών, από τις 15/9 έως και την Παρασκευή 26 Σεπτεμβρίου, στις 13:00.
Η υποβολή μπορεί να γίνει ηλεκτρονικά, στα emails: koin.pantopolio@petroupoli.gov.gr farmakio@petroupoli.gov.gr και διά ζώσης, κατόπιν ραντεβού, στη γραμματεία του Κέντρου Κοινότητας του Δήμου (Αθ. Δι-



άκου 88 Α & Αγ. Δημητρίου), από τις 9:00 έως τις 13:00. Τα απαραίτητα δικαιολογητικά και την αίτηση, οι ενδιαφερόμενοι, μπορούν να βρουν στην ιστοσελίδα του Δήμου, στον σύνδεσμο: <https://petroupoli.gov.gr/aitiseis-entaxis-stis-koinonikes-domes/>
Για περισσότερες πληροφορίες μπορούν να καλούν -τις συγκεκριμένες ημερομηνίες και ώρες- στο τηλέφωνο της γραμματείας, 210 5065885.



14ο Jazz Φεστιβάλ στο Ίλιον: Μια μαγευτική βραδιά τζαζ μουσικής

Ο Δήμος Ιλίου φιλοξένησε για 14η συνεχόμενη χρονιά το καθιερωμένο Jazz Φεστιβάλ, μια διοργάνωση που έχει γίνει πλέον θεσμός για την πόλη και για τους φίλους της τζαζ μουσικής. Ο υπέροχος χώρος του Πύργου Βασιλίσσης και πιο συγκεκριμένα ο μαγευτικός χώρος του Κτήματος Σερπιέρη πλημμύρισε από ήχους, ρυθμούς και μελωδίες που ενθουσίασαν το κοινό.
Στο φεστιβάλ συμμετείχαν καταξιωμένοι μουσικοί και σχήματα, όπως οι Δημ. Κασσαβετης quartet Δημήτρης Κασσαβέτης, Γρηγόρης Θεοδωρίδης, Γιάννης Παπαδόπουλος, Henry Chukuma Uninchuks, Κασσάνδρα Χαραλάμπη, Δημήτρης Παπαδόπουλος, Κωνσταντίνος Στουραϊτης, Κίμων Καρούτης, Παναγιώτης Θέμος, Special guest: ο θρυλικός σαξοφωνίστας Alex Foster, Κατερίνα Πολέμη, Μιχάλης Τσιφτσής, Στάθης Αννίνος, Κώστας Παπαιωάννου, Θάνος Χατζηαναγνώστου. Η καλλιτεχνική διεύθυνση του φεστιβάλ ανήκει στον καταξιωμένο Γιώργο Τρανταλίδη.
Όλοι οι καλλιτέχνες προσέφεραν μια ξεχωριστή μουσική εμπειρία γεμάτη ενέργεια. Ιδιαίτερη στιγμή της βραδιάς αποτέλεσε η εμφάνιση του συνόλου jazz του Μουσικού Σχολείου Ιλίου, που κατέπληξε τους θεατές με τις εξαιρετικές εκτελέσεις του.
Η Δήμαρχος Ιλίου, **Ανδριάννα Αλεβίζου**, δήλωσε για το φεστιβάλ: «Στο Ίλιον, το Jazz στο Πάρκο είναι αναπόσπαστο μέρος της πολιτιστικής μας ταυτότητας, ενώνοντας δημότες και επισκέπτες μέσα από τη μαγεία της μουσικής, σε έναν χώρο μοναδικής ομορφιάς. Κάθε διοργάνωση αποδεικνύει πως ο πολιτισμός, όταν καλλιεργείται με συνέπεια, γίνεται δύναμη που ενώνει και προάγει μια πόλη».
Το φεστιβάλ πραγματοποιήθηκε με την ευγενική παραχώρηση του χώρου από τον κ. **Ιωάννη Σερπιέρη** και με χορηγό επικοινωνίας την EPT.



Μαθήματα κηπουρικής για τους μικρούς (και λίγο μεγαλύτερους) μαθητές-καλλιτέχνες

Γράφει
ο Αποστόλης Ηλιόπουλος

Στην αρχή της κάθε σχολικής χρονιάς, όταν οι τσάντες μυρίζουν ακόμη καινούριο χαρτί, υπάρχει μια ευκαιρία που μοιάζει με μικρό σπόρο. Είναι η ευκαιρία η τέχνη να γίνει κομμάτι της ζωής σας, όχι σαν ένα διάλειμμα ή μια «εξωσχολική δραστηριότητα», αλλά σαν γλώσσα που βοηθά να καταλαβαίνετε τον κόσμο και τον εαυτό σας. Κι όμως, συχνά το σχολείο βάζει την τέχνη σε μια γωνιά, σαν κάτι δευτερεύον. Αυτό δεν σημαίνει ότι η τέχνη είναι λιγότερο σημαντική· σημαίνει ότι εσείς χρειάζεται να της δώσετε χώρο μέσα σας. Μην αφήσετε αφρόντιστο αυτό τον σπόρο.

Στα δημοτικά εργαστήρια του δήμου μας θα βρείτε χώρους γεμάτων εικόνες, ήχους, μυρωδιές και λέξεις. Είναι όμορφο να μπαίνετε εκεί και να αισθάνεστε ότι όλα είναι δυνατά. Όμως να θυμάστε: ακόμη κι αυτοί οι χώροι έχουν κανόνες, προγράμματα, ωρολόγια. Την αληθινή ελευθερία δεν σας τη δίνει κανείς έτοιμη· την καλλιεργείτε μέσα σας, όταν δεν φοβάστε να δοκιμάσετε κάτι που δεν είναι «της μόδας» ή που δεν θα αρέσει σε όλους.

Βρείτε το σωστό χώμα για να τον φυτέψετε.

Η κοινωνία γύρω σας, η πολιτική και η οικονομία, βλέπουν συχνά την τέχνη σαν εργαλείο ή προϊόν. Οι μεγάλοι χρησιμοποιούν εκθέσεις, φεστιβάλ, θεάματα για να δείχνουν μια εικόνα όμορφη και «πολιτισμένη». Αγοράζουν έργα, δίνουν χορηγίες, βγάζουν φωτογραφίες μπροστά σε πίνακες. Δεν είναι κακό να υπάρχουν όλα αυτά· αλλά δεν είναι εκεί η ουσία. Η ουσία είναι το γιατί και το πώς δημιουργείτε εσείς, όχι το πόσο «πουλάει» το έργο σας. Τοποθετήστε τον σπόρο σας βαθιά, ξέρει ο Χριστιανόπουλος το γιατί. Ψάξτε το.

Κι ύστερα είναι η τεχνολογία. Ένα μαγικό εργαλείο που σας δίνει τη δυνατότητα να δείξετε τη δουλειά σας σε όλον τον κόσμο, να μάθετε τεχνικές, να εμπνευστείτε. Αλλά και μια μεγάλη παγίδα: να χαθείτε μέσα σε αμέτρη-

τες εικόνες που μοιάζουν, να μετρίεται η αξία με likes. Να θυμάστε ότι το πιο δυνατό έργο δεν είναι το πιο «δημοφιλές», αλλά αυτό που έχει μέσα του κάτι αληθινό, κάτι από εσάς.

Χρειάζεται μελέτη για να φυτρώσει αυτό που φυτέψατε. Μάθετε και επιλέξτε το κατάλληλο λίπασμα για τον σπόρο σας. Ακόμη και τα μέσα ενημέρωσης, που γεμίζουν τον κόσμο με εικόνες και λόγια, αγαπούν το γνώριμο και το ασφαλές. Σπάνια δείχνουν το διαφορετικό, το πειραματικό. Αυτό δεν πρέπει να σας αποθαρρύνει· είναι μια ευκαιρία να καταλάβετε ότι η τέχνη δεν ζει για να την εγκρίνει η τηλεόραση, αλλά για να αγγίζει ανθρώπους, έστω και λίγους, βαθιά.

Ποτίστε το χώμα κι ας μη φαίνεται ο σπόρος. Είναι εκεί, μέσα, κρυμμένος, έτοιμος. Ποτίστε τον όσο χρειάζεται. Και τέλος, οι ίδιοι οι καλλιτέχνες –οι άνθρωποι που θα γίνετε εσείς– καλούνται κάθε μέρα να διαλέξουν: θα μείνουν πιστοί στην εσωτερική τους αλήθεια ή θα προσαρμοστούν για να είναι «βολικοί»; Αυτό δεν είναι εύκολο. Χρειάζεται θάρρος και καλοσύνη: θάρρος για να μη φοβάσαι την αλήθεια σου, καλοσύνη για να ακούς και τους άλλους, ακόμη κι όταν διαφωνούν. Ο σπόρος σας θα ανθίσει. Βοηθήστε τον διπλανό σας με τον δικό του σπόρο. Ακόμα και αν δεν ανθίσει, βοηθήστε τους άλλους με αυτά που μάθατε.

Η τέχνη είναι ένας τρόπος να είστε ελεύθεροι, ακόμη και όταν οι γύρω συνθήκες προσπαθούν να σαςβάλουν όρια. Είναι ένας τρόπος να φυτεύετε μικρούς σπόρους αυθάδειας, δύναμης και σκέψης σε έναν κόσμο που συχνά βιάζεται να μεγαλώσει καμπουριάζοντας από τη σάκα, τη βαριά αλυσίδα της ατελέσφορης γνώσης. Σπόρους αλλαγής σε ένα κόσμο που ό,τι και να εφευρίσκει για να κινείται, τελικά παραμένει στάσιμος. Ξεριζώστε γρήγορα τα φυτά που φύτρωσαν. Επαναλάβετε τη διαδικασία μέχρι να φυτρώσουν τα σωστά.

Η μήπως νομίζατε ότι θα γίνετε κηπουροί με την πρώτη προσπάθεια;



Πετρούπολη: 3ος «Λαϊκός Αγώνας Δρόμου» Άνοιξε η πλατφόρμα αιτήσεων συμμετοχής

Ο Δήμος Πετρούπολης, την Κυριακή 12 Οκτωβρίου 2025, διοργανώνει τον 3ο «Λαϊκό Αγώνα Δρόμου» για παιδιά και ενήλικες.

Η συμμετοχή στον αγώνα είναι ΔΩΡΕΑΝ. Ο Δήμος προτρέπει κάθε συμμετέχοντα να προσφέρει τρόφιμα μακράς διάρκειας για τους ωφελούμενους του Κοινωνικού Παντοπωλείου. Απευθύνεται σε όλους όσους θέλουν να νιώσουν τη χαρά της άθλησης, να βελτιώσουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία.

Δικαίωμα συμμετοχής θα έχουν οι πρώτοι 500 που θα υποβάλουν αίτηση στην πλατφόρμα, η οποία άνοιξε σήμερα (22/9) και μπορείτε να βρείτε στον σύνδεσμο: <https://forms.gle/pPoGEUBGxHozUiNSA>

Σημείο εκκίνησης (στις 9 το πρωί), τερματισμού και απονομών θα είναι η πλατεία «Ηρώ».

Η παραλαβή των αριθμών συμμετοχής-τσιπ θα γίνει:

- Σάββατο 11 Οκτωβρίου 8:00-14:00, από το Δημοτικό Κολυμβητήριο Πετρούπολης «Ολυμπιονίκης, Απόστολος Χρήστου»

- Κυριακή 12 Οκτωβρίου, 8:00 – 08:45 π.μ., στην πλατεία «Ηρώ»

• 1η Διαδρομή (1 χιλιόμετρο)
Για παιδιά 6 – 12 ετών

• 2η Διαδρομή (5 χιλιόμετρα)
Για εφήβους 13+ & ενήλικες

• 3η Διαδρομή (10 χιλιόμετρα)
Για εφήβους 13+ & ενήλικες

Ηλικιακές κατηγορίες: 13-40 ετών και 40 ετών και άνω

Κατά μήκος των διαδρομών θα υπάρχουν δυο σταθμοί παροχής εμφιαλωμένου νερού και στον τερματισμό τροφοδοσία.

Επισημαίνουμε πως είναι ευθύνη κάθε συμμετέχοντα να έχει προβεί στις απαραίτητες ιατρικές εξετάσεις και



να έχει λάβει την έγκριση γιατρού για τη συμμετοχή του στον αγώνα. Είναι προσωπικά υπεύθυνος για την υγεία, ασφάλιση και ασφάλεια των προσωπικών του αντικειμένων.

Ο Δήμος έχει φροντίσει, κατά τη διάρκεια του αγώνα, να υπάρχουν γιατρός, ασθενοφόρο και εθελοντές δι-ασώστες.

Όλοι οι συμμετέχοντες θα επιβραβευσθούν με αναμνηστικό μετάλλιο και οι 3 πρώτοι από κάθε κατηγορία με έπαθλο.

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν στα τηλέφωνα:

• 210-5054860 Χριστίνα Αυλωνίτη (Τρίτη 13:00-15:00 & Τετάρτη – Παρασκευή 14:00-15:00)

• 210-5065668 Αντιγόνη Τσούλη (Τρίτη 11:30-16:00 & Παρασκευή 15:00-19:00)

Η διεξαγωγή του 3ου Λαϊκού Αγώνα Δρόμου θα επιτηρείται από το προσωπικό του Τμήματος Αθλητισμού, της Διεύθυνσης Πολιτισμού, Αθλητισμού & Νεολαίας του Δήμου και τους εθελοντές.

Ανοίγει τις πύλες του το Ελεύθερο Δημοτικό Πανεπιστήμιο (ΕΔΑΠ) Αγίων Αναργύρων-Καματερού

Ανοίγει τις πύλες του το Ελεύθερο Δημοτικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο Αγίων Αναργύρων-Καματερού (ΕΔΑΠ) για μία ακόμη χρονιά στις 15 Οκτωβρίου 2025. Ο χειμερινός κύκλος μαθημάτων θα διαρκέσει έως τις 21 Ιανουαρίου 2026. Πλήθος έγκριτων επιστημόνων, διδασκόντων και ερευνητών θα πραγματοποιήσουν διαλέξεις στο ΕΔΑΠ. Μεταξύ των ομιλητών θα είναι:

• Ο πρόεδρος του Επαγγελματικού Επιμελητηρίου Αθηνών και επίτιμος Διδάκτωρ στο Πανεπιστήμιο Αθηνών και Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, **Ιωάννης Χατζηθεοδοσίου**
• Η καθηγήτρια και Αντιπρόεδρος του τμήματος Οικονομικής Επιστήμης του Πανεπιστημίου Πειραιώς, **Κωνσταντίνα Κοτταρίδη**.

• Ο τέως υπουργός Οικονομικών και Βουλευτής Β1 Βορείου Τομέα Αθηνών **Ευκλείδης Τσακαλώτος**

• Ο καθηγητής στο Πάντειο Πανεπιστήμιο του τμήματος Πολιτικής Επιστήμης και Ιστορίας στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο **Κωνσταντίνος Κατσάπης**,

• Ο καθηγητής στο Πάντειο Πανεπιστήμιο του τμήματος Πολιτικής Επιστήμης και Ιστορίας και στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, **Βασίλειος Μπογιατζής**.

• Η καθηγήτρια της Ανωτάτης Σχολής Καλών Τεχνών **Ερμιόνη Δελή**.

• Η καθηγήτρια και εκπρόσωπος της UNESCO GHE/WHO Collaborating Centre, αναπληρώτρια καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής ΕΚΠΑ, **Άρτεμις Τσίτσικα**.

Ο Δήμαρχος Αγίων Αναργύρων-Καματερού **Σταύρος Τσίρμπας** τόνισε με αφορμή τη νέα χρονιά του ΕΔΑΠ Αγίων Αναργύρων-Καματερού που θα ξεκινήσει σε λίγες ημέρες: «*Καλώ τους δημότες μας να συμμετέχουν στο ΕΔΑΠ Αγίων Αναργύρων-Καματερού που μετράει ήδη πέντε χρό-*

νια λειτουργίας. Εύχομαι σε όλους μια δημιουργική, γόνιμη και ευχάριστη χρονιά γεμάτη νέες γνώσεις, ιδέες και εμπειρίες.

Τα μαθήματα του ΕΔΑΠ θα συνεχίσουν να πραγματοποιούνται διαζώσης στην Αίθουσα Εκδηλώσεων του 1ου Δημοτικού Σχολείου Αγίων Αναργύρων. Οι διαλέξεις διενεργούνται ημέρα Τετάρτη και από τις 19.00 έως τις 21.00. Θα υπάρχει η δυνατότητα και της τηλεκαπαίδευσης μέσω zoom. Επισημαίνεται ότι στην αίθουσα υπάρχει προσβασιμότητα και σε ΑμεΑ. Οι αιτήσεις συμμετοχής ξεκινούν σήμερα 26 Σεπτεμβρίου 2025 και θα τηρηθεί αυστηρά σειρά προτεραιότητας. Οι εγγραφές πραγματοποιούνται εκ νέου, ανεξάρτητα αν κάποιος είχε εγγραφεί τις προηγούμενες χρονιές. Πρέπει δηλαδή να επανεγγραφεί!

Μπορείτε να εγγραφείτε ηλεκτρονικά στο: bit.ly/42PFyle

Email: edap@agankam.gov.gr

Τηλέφωνα: 21321023675 και 2132023656 από Δευτέρα έως και Παρασκευή και ώρες 09:00-15:00.

Η φοίτηση στο ΕΔΑΠ είναι δωρεάν. Σε όσους παρακολουθήσουν ολοκληρωμένα τους κύκλους γνώσης θα δίνεται βεβαίωση παρακολούθησης.



Πρόγραμμα
Χειμερινού Εξαμήνου
2025-26



Συνέντευξη με την Μαρία Συρεγγέλα για το Πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου»

Στον Αλέξανδρο Λαλάκο

Το Πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου» είναι ένα πρόγραμμα, που έχει σαν στόχο την αναβάθμιση και ανακαίνιση εκατοντάδων σχολικών μονάδων σε όλη την Ελλάδα.

Ζητήσαμε από τη Μαρία Συρεγγέλα, Βουλευτή Δυτικού Τομέα Αθηνών, πρώην Υφυπουργό Εργασίας & Κοινωνικών Υποθέσεων, αρμόδια για θέματα Ισότητας, Δημογραφικής Πολιτικής & Οικογένειας και πρώην Γραμματέα της Πολιτικής Επιτροπής της Νέας Δημοκρατίας, να μας λύσει τις απορίες μας σχετικά με το πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου», που βρίσκεται σε φάση υλοποίησης και στη δυτική Αθήνα.

Πρόσφατα επισκεφτήκατε σχολεία της δυτικής Αθήνας, ώστε να ενημερωθείτε από κοντά σχετικά με την ολοκλήρωση των εργασιών ανακαίνισης, με βάση το πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου». Θα μας περιγράψετε τι είναι το πρόγραμμα αυτό και ποιος είναι ο στόχος του;

Οι πρόσφατες επισκέψεις μου σε σχολεία της Πετρούπολης, του Αιγάλεω και του Χαϊδαρίου ήταν συνέχεια των καλοκαιρινών μου επισκέψεων σε σχολεία του Περιστερίου και του Ιλίου ώστε να δω από κοντά την εξέλιξη των έργων του προγράμματος «Μαριέττα Γιαννάκου». Πρόκειται για ένα έργο συνολικού ύψους 100 εκατ. ευρώ, τα οποία προέρχονται από τη δωρεά της Ελληνικής Ένωσης Τραπεζών και σε πρώτη φάση αφορούσε 431 σχολεία σε όλη τη χώρα. Στόχος του προγράμματος είναι η ανακαίνιση και αναβάθμιση των σχολικών υποδομών που φιλοξενούν τα παιδιά μας για το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας καθώς επίσης και η μετατροπή των σχολείων σε χώρους προσβάσιμους όπου κανένα παιδί δεν θα στερείται το δικαίωμα στη μάθηση. Θα ήθελα να προσθέσω πως είμαι πολύ χαρούμενη που το πρόγραμμα αυτό ονομάστηκε «Μαριέττα Γιαννάκου» καθώς η αείμνηστη Υπουργός -και πολιτική μου μητέρα- άφησε ανεξίτηλο το στίγμα της στην παιδεία της Ελλάδας.

Στον χαιρετισμό σας κατά τη διάρκεια της επίσκεψης αυτής αναφερθήκατε στη σπουδαιότητα της συνεργασίας μεταξύ δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, ως προς τη χρηματοδότηση του προγράμματος. Θα μας το εξηγήσετε αναλυτικά;

Το έργο αυτό είναι η περίττανη απόδειξη ότι για να πάμε τη χώρα μας μπροστά χρειαζόμαστε συνεργασίες. Είδαμε στην συγκεκριμένη περίπτωση την ιδιαίτερα αποτελεσματική συνεργασία μεταξύ του κράτους και του ιδιωτικού τομέα. Τι πετύχαμε; Πετύχαμε την ταχύτατη εκτέλεση των έργων σε αθλητικές εγκαταστάσεις, εσωτερικούς χώρους σχολείων και χώρους υγιεινής. Έτσι η σχολική χρονιά ξεκίνησε με τα έργα ολοκληρωμένα και με τα αναβαθμισμένα σχολεία να υποδέχονται παιδιά και εκπαιδευτικούς.

Στη δυτική Αθήνα πόσα σχολεία έχουν ενταχθεί στο πρόγραμμα;



Τα σχολεία της δυτικής Αθήνας που εντάχθηκαν στο πρόγραμμα σε αυτή την φάση είναι 10. Πρόκειται για το 1ο Δημοτικό Αγίας Βαρβάρας και το 1ο Δημοτικό Πετρούπολης, το 32ο Δημοτικό Περιστερίου,



το 5ο Γυμνάσιο Πετρούπολης, το 3ο Λύκειο Ιλίου, το 6ο Λύκειο Ιλίου, το 26ο Δημοτικό Ιλίου και το Ε.Ε.Ε.ΕΚ μαθητών με προβλήματα όρασης και πολλαπλές αναπηρίες Αιγάλεω.



Θα μας πείτε ποιες είναι αναλυτικά οι παρεμβάσεις στα σχολεία με βάση το συγκεκριμένο πρόγραμμα;

Τα σχολεία που συμμετείχαν στο πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου» υποδέχτηκαν τους μαθητές και τις μαθήτριες τον Σεπτέμβρη με καινούργιες τουαλέτες, φρεσκοβαμμένες τάξεις και διαδρόμους, μονώσεις, νέες πόρτες και παράθυρα, προσβάσιμους χώρους για παιδιά και εκπαιδευτικούς με αναπηρία, καλοπισμένα προαύλια αλλά και ανακατασκευασμένα γήπεδα με στόχο την προώθηση της άθλησης. Μετατρέψαμε πρακτικά τα σχολεία σε όμορφους χώρους χαράς μέσα στους οποίους προωθείται -σε συνδυασμό με τις υπόλοιπες μεταρρυθμίσεις που έχουμε φέρει στην παιδεία- η ανάπτυξη δεξιοτήτων, η διεύρυνση των γνωστικών οριζόντων και ο σεβασμός.

Πώς προβλέπεται το μέλλον του προγράμματος; Πρόκειται να συνεχιστεί τα επόμενα χρόνια;

Όπως ανακοίνωσε ο Πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης έρχεται μια γενναία επέκταση του προγράμματος «Μαριέττα Γιαννάκου» με δωρεά ακόμα 300 εκατομμυρίων ευρώ σε βάθος τριετίας από τις τέσσερις συστημικές τράπεζες. Αυτό το ποσό σε συνδυασμό με τα 250 εκατομμύρια ευρώ του Προγράμματος Δημόσιων Επενδύσεων και τα ήδη 100 εκατομμύρια ευρώ που έχουν δοθεί αυξάνουν το συνολικό ποσό σε 650 εκατομμύρια ευρώ τα οποία προορίζονται για υλοποίηση έργων σε περισσότερα από 2.500 σχολεία. Οι αριθμοί είναι μεγάλοι όντως, αλλά ακόμα μεγαλύτερη είναι η θέληση της κυβέρνησης της Νέας Δημοκρατίας να ενισχύσει τη δημόσια δωρεάν παιδεία της χώρας. Και προσωπικά δεσμεύομαι να συνεχίσω να είμαι δίπλα στα σχολεία της δυτικής Αθήνας και να βοηθώ στην επίλυση των ζητημάτων που αντιμετωπίζουν.



Άγιοι Ανάργυροι-Καματερό

5 κρίσιμα έργα υποδομών, συνολ προϋπολογισμού άνω των 22 εκα

Του Κωνσταντίνου Μπορδόκα

Τα έργα και οι επενδύσεις σε κρίσιμες υποδομές του δήμου Αγίων Αναργύρων - Καματερού, που βρίσκονται σε εξέλιξη και θα πραγματοποιηθούν με πόρους της Περιφέρειας Αττικής τέθηκαν επί τάπητος από το Νίκο Χαρδαλιά και τον Δήμαρχο Σταύρο Τσίρμπα σε συνάντηση που είχαν οι δύο τους, κατά την επίσκεψη του Περιφερειάρχη στον Δήμο Αγίων Αναργύρων, στον οποίο υλοποιούνται έργα ύψους 22 εκατομμυρίων ευρώ.

Στη σύσκεψη εργασίας που πραγματοποιήθηκε με τον Δήμαρχο **Σταύρο Τσίρμπα** και υπηρεσιακούς παράγοντες, τέθηκε επί τάπητος η πρόοδος των μεγάλων έργων που βρίσκονται σε εξέλιξη ή πρόκειται να ξεκινήσουν άμεσα, με χρηματοδότηση από πόρους της Περιφέρειας Αττικής. Ειδικότερα, έγινε ιδιαίτερη αναφορά σε πέντε κρίσιμα έργα υποδομών και κοινωνικής πολιτικής, συνολικού προϋπολογισμού άνω των 22 εκατομμυρίων ευρώ, που αναμένεται να αλλάξουν την όψη της περιοχής, να ενισχύουν την ασφάλεια των κατοίκων, την ποιότητα ζωής και την κοινωνική συνοχή:

Αντιπλημμυρικό έργο στην περιοχή της οδού Παπαρρηγοπούλου

Ένα από τα σημαντικότερα έργα σε εξέλιξη, αφορά την αντιπλημμυρική θωράκιση της περιοχής δυτικά των γραμμών του ΟΣΕ, κατά μήκος της οδού Παπαρρηγοπούλου, με συνολικό προϋπολογισμό 12 εκατ. ευρώ. Το έργο περιλαμβάνει την κατασκευή νέου υπόγειου δικτύου ομβρίων υδάτων μήκους 3 χιλιομέτρων εντός του πυκνοδομημένου αστικού ιστού, με τελικό αποδέκτη τον Κηφισό ποταμό.

Ειδικότερα, κατασκευάζεται νέο δίκτυο στις οδούς Βαλτετσίου, Σπ. Τρικούπη, Παπαρρηγοπούλου, Δεληγιάννη και Λεωφόρο Κωνσταντινουπόλεως, αποτελούμενο από τσιμεντοσωλήνες διαφόρων διαμέτρων (Φ500 έως Φ1200). Παράλληλα, αντικαθίστανται οι παλαιοί και ανεπαρκείς αγωγοί με νέους αγωγούς ορθογωνικής διατομής στις οδούς Παλαμά, Λεωφόρο Δημοκρατίας, Στουρνάρα και Μυκήνων/Πιπίνου. Επιπλέον, κατασκευάζονται δύο μικροσήραγγες (pipe jacking) κάτω από τις γραμμές του ΟΣΕ στις οδούς Καρπενησίου και Καλπακίου, διασφαλίζοντας απρόσκοπτη υδραυλική ροή και χωρίς παρεμβολές στην κυκλοφορία του σιδηροδρόμου.



Ανακατασκευή της οδού Κωστή Παλαμά στο Καματερό

Πρόκειται για έργο ουσιαστικής αναβάθμισης του οδικού περιβάλλοντος της περιοχής με στόχο τη μείωση των τροχαίων ατυχημάτων και την αισθητική αναβάθμιση της καθημερινότητας. Με προϋπολογισμό 5 εκατ. ευρώ, η παρέμβαση περιλαμβάνει την πλήρη ανακατασκευή του οδοστρώματος συνολικού μήκους 1.350 μέτρων και επιφάνειας 10.000 τ.μ., την επαναδιαμόρφωση και διαπλάτυνση των πεζοδρομίων, καθώς και την κατασκευή ποδηλατοδρόμου. Το έργο ενισχύει την ασφάλεια και την προσβασιμότητα, περιλαμβάνοντας μεταξύ άλλων την αναβάθμιση του

ικου τομμυρίων ευρώ

οδοφωτισμού, την ενίσχυση του πρασίνου και την εγκατάσταση αστικού εξοπλισμού, όπως παγκάκια και βυθιζόμενους κάδους. Επίσης, προβλέπεται η υπογειοποίηση του δικτύου της Δ.Ε.Η. και η προσαρμογή των φρεατίων των Οργανισμών Κοινής Ωφελείας.

Συμπλήρωση και κατασκευή δικτύου ομβρίων στο Γεροβουνό

Πρόκειται για ένα έργο υποδομής συνολικού προϋπολογισμού 3,35 εκατ. ευρώ, που απαντά στις ανάγκες αποστράγγισης μίας από τις πιο επιβαρυνμένες περιοχές του Καματερού. Περιλαμβάνει την κατασκευή υπόγειου δικτύου αποχέτευσης ομβρίων, φρεατίων επίσκεψης και υδροσυλλογής, σύμφωνα με την υφιστάμενη υδραυλική μελέτη. Η ολοκλήρωση της παρέμβασης θα ενισχύσει την αντιπλημμυρική προστασία και θα μειώσει δραστικά τον κίνδυνο τοπικών υπερχειλίσεων σε έντονες βροχοπτώσεις.

Ανακατασκευή και αναβάθμιση αθλητικών εγκαταστάσεων

Περιλαμβάνει ένα εκτεταμένο πρόγραμμα παρεμβάσεων σε σχολικές και δημοτικές αθλητικές υποδομές, ύψους 1,5 εκατ. ευρώ, που εξελίσσεται στον Δήμο Αγίων Αναργύρων – Καματερού. Στο πλαίσιο του έργου προβλέπεται πλήρης ανακατασκευή αθλητικών δαπέδων, αντικατάσταση συνθετικών ταπήτων, ανανέωση περιφράξεων και εξοπλισμού, καθώς και σημαντικές ηλεκτρομηχανολογικές παρεμβάσεις. Αναβαθμίζονται αποδυτήρια, χώροι υγιεινής, κουφώματα και υαλοπίνακες, ενώ πραγματοποιούνται στεγανοποιήσεις, μεταξύ άλλων, και στην πισίνα εκμάθησης του Δήμου. Οι παρεμβάσεις καλύπτουν σχολεία και αθλητικά κέντρα όπως: το 1ο και 2ο ΓΕΛ Καματερού, το 1ο Γυμνάσιο, Δημοτικά Σχολεία (5ο και 10ο Αγίων Αναργύρων), Κλειστά Γυμναστήρια, το Γήπεδο Αττάλου και το ανοιχτό γήπεδο ποδοσφαί-

ρου επί της Λεωφόρου Δημοκρατίας.

Λειτουργία Κέντρου Συμβουλευτικής Υποστήριξης Γυναικών Θυμάτων Βίας

Με ευαισθησία στα κοινωνικά ζητήματα, η Περιφέρεια Αττικής χρηματοδοτεί με 260.000 ευρώ τη δημιουργία ενός σύγχρονου Κέντρου Συμβουλευτικής για την

υποστήριξη γυναικών που έχουν υποστεί βία. Το κέντρο θα στεγαστεί στο Κοινωνικό Προνοιακό Κέντρο του Δήμου και θα παρέχει ψυχολογική, κοινωνική και νομική υποστήριξη, καθώς και παραπομπές σε σχετικές δομές. Παράλληλα, θα αναπτύσσει δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης κατά της έμφυλης βίας στην τοπική κοινωνία.





*Αυθεντικές γεύσεις
με γνώμονα την ποιότητα
και την παράδοση.*

Το Μαγκάλι ένα από τα καλύτερα μαγαζιά, αποτελεί σταθερή επιλογή για τους λάτρεις των κρεατικών. Πέρα από τα καθιερωμένα τυλιχτά σουβλάκια με γύρο χοιρινό, κοτόπουλο στήθος και μπούτι, γύρο μοσχαρίσιο, αυτό που θα σας ξετρελάνει είναι το χειροποίητο ζουμερό κεμπάπ από αρμενική παραδοσιακή συνταγή. Μην παραλείψετε να δοκιμάσετε και το πεντανόστιμο λαχματζούν, αλλά και τα υπόλοιπα ενδιαφέροντα πιάτα, όπως μπιφτέκι με φέτα ηπείρου, σουτζούκι, φεγγαρόπιτες με τηγανιτές πατάτες, αλλά και υπέροχες δροσερές σαλάτες.

Ανοιχτά από 12.30 το μεσημέρι μέχρι 01.00 το βράδυ

Δωδεκανήσου 24 και Πελοπίδα 48
Τηλ: 210 571 1114 & 6976730153 what's up

Η ιστορία των θερινών σινεμά κάνει



Τρεις από τους πολλούς κινηματογράφους, που τα κτήρια σώζονται ακόμη

Γράφει η Γιούλη Ηλιοπούλου

Σε παλαιότερα άρθρα μας στη LIFE είχαμε καταπιαστεί με το αγαπημένο θέμα των σινεμά (θερινών και χειμερινών) ιδιαίτερα αυτών που υπήρχαν στο Περιστερί.

Στο παρόν άρθρο σειρά έχει ο δήμος του Αιγάλεω, αφού εκεί άνοιξε φέτος τις πόρτες του, μετά από χρόνια ο θερινός κινηματογράφος ΤΙΤΑΝ, ένα ιστορικό σημείο για τον δήμο.

Η ιστορία

Ο κινηματογράφος ΤΙΤΑΝ, επί της οδού Δωδεκανήσου, αποτελεί ένα σπουδαίο κεφάλαιο της ιστορίας του Αιγάλεω. Άνοιξε για πρώτη φορά τις πόρτες του πριν τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, στην αρχή ως θέατρο κατά τη διάρκεια της Κατοχής, ενώ από το καλοκαίρι του 1945 λειτούργησε ως θερινός κινηματογράφος, αποτελώντας τον παλαιότερο από τους συνολικά είκοσι (20) ! κινηματογράφους που υπήρξαν στο Αιγάλεω και καθιερώθηκε ως ένας από τους σημαντικότερους θερινούς κινηματογράφους της Δυτικής Αθήνας.

Η επαναλειτουργία του ΤΙΤΑΝ

Η φετινή επαναλειτουργία του ΤΙΤΑΝ είναι αποτέλεσμα μιας παρέμβασης αποκατάστασης, την οποία σχεδίασε και υλοποίησε η Διεύθυνση Τεχνικών Υπηρεσιών του Δήμου Αιγάλεω, με σεβασμό στην ιστορία του χώρου και γνώμονα την προσβασιμότητα, την ασφάλεια και τη σύγχρονη αισθητική. Μεταξύ άλλων, πραγματοποιήθηκαν:

- ◆ Κατασκευή νέας σταθερής οθόνης προβολής και υπερυψωμένης σκηνής
- ◆ Τοποθέτηση σύγχρονου εξοπλισμού ήχου και εικόνας, ικανού να υποστηρίξει προβολές αλλά και άλλες εκδηλώσεις
- ◆ Ανακατασκευή του χώρου καθισμάτων, με νέα διάταξη 200 θέσεων τύπου «σκηνοθέτη» σε διαμορφωμένα κλιμακωτά επίπεδα
- ◆ Πλήρης αποκατάσταση του περιβάλλοντα χώρου, με φυτεύσεις, ράμπες για ΑμεΑ, νέα πλακόστρωση και ηχοαπορροφητικά πετάσματα
- ◆ Στερέωση και αποκατάσταση των υφιστάμενων κερκίδων, καθώς και όλων των δομικών στοιχείων του παλαιού κινηματογράφου

ΤΙΤΑΝ: Ένα σύμβολο συλλογικής μνήμης

Χαρακτηριστικά αναφέρει ο Δήμος Αιγάλεω στην ανακοίνωσή του για την επαναλειτουργία του ΤΙΤΑΝ: «Ο ΤΙΤΑΝ δεν είναι απλά ένας θερινός κινηματογράφος. Είναι σύμβολο συλλογικής μνήμης, πολιτιστικής συνέχειας και αστικής αναγέννησης.

Είναι ένας χώρος όπου οι νέες γενιές θα μοιραστούν τις δικές τους καλοκαιρινές αναμνήσεις, όπως ακριβώς έκαναν και οι προηγούμενες, στο κέντρο της πόλης, με τη δροσιά της λεμονάδας και της γρανίτας και με το άρωμα του γιασεμιού να συνοδεύει τις βραδιές τους.

Η επαναλειτουργία του αποτελεί έμπρακτη απόδειξη της δέσμευσης του Δήμου Αιγά-



λεω να διαφυλάσσει την πολιτιστική του κληρονομιά, να αναβαθμίζει τον δημόσιο χώρο και να προσφέρει στους πολίτες ποιοτικές ευκαιρίες ψυχαγωγίας.

Το καλοκαίρι στο Αιγάλεω αποκτά ξανά τη δική του μεγάλη οθόνη».

Το Αιγάλεω με τα 20 (!) σινεμά

Όπως αναφέραμε και παραπάνω, στο Αιγάλεω παλιά λειτουργούσαν 20 σινεμά (χειμερινοί και θερινοί), από τους οποίους σήμερα δεν έχει απομείνει τίποτα, ούτε κάποιο δείγμα της παρουσίας τους.

Ποιοί ήταν αυτοί:

ΑΙΓΑΛΕΩ: Θ Αιγάλεω – Λεωφ. Κηφισού & Ιερά Οδός, 1959 – 1967, γκρεμίστηκε

ΑΛΑΜΠΡΑ: Θ Αιγάλεω – Δωδεκανήσου & Μ. Μπότσαρη, 1961 – 1969, γκρεμίστηκε και έγινε πολυκατοικία

ΑΛΕΞ: ΧΘ Αιγάλεω – Θηβών 39 & Γκύζη, 1962 – 1973, θέσεις 1200 με εξώστη, άνοιξε στα πλάγια, έγινε σούπερ μάρκετ Σκλαβενίτης

ΑΝΤΑΜΣ: ΧΘ Αιγάλεω – Ιερά Οδός 197 & Ατταλείας, 1967 – 2005, θέσεις 750 με εξώστη, άνοιξε στα πλάγια, το 1998 χωρίστηκε σε αίθουσες 1,2, έγινε κτήριο με γραφεία

ΑΝΤΖΕΛΑ: Θ Αιγάλεω – Εθν. Αντιστάσεως & Ιασίου, (πρώην Διαδ. Κωνσταντίνου & Ερμού), 1960 – 1971, θέσεις 600, γκρεμίστηκε

ΑΡΖΕΝΤΙΝΑ: ΧΘ Αιγάλεω – Βασ. Γεωργίου Β 115, 1969 – 1974, θέσεις 650

ΑΡΗΣ: ΧΘ Αιγάλεω – Ιεράπολις, Σόλωνος & Πλάτωνος 3, (πρώην Αλαμάνου 3), 1962 – 1971, θέσεις 600, έγινε σούπερ μάρκετ Γαλαξίας

ΑΣΤΡΟΝ: ΧΘ Αιγάλεω – Μ. Μπότσαρη 52 & Ατταλείας, 1962 – 1985, θέσεις 1000 με εξώστη, χτίστηκε στη θέση του θερινού σινεμά ΣΟΝΟΡΑ, μετά έγινε πρατήριο οπωρολαχανικών και έγινε σούπερ μάρκετ ΑΒ

ΑΣΤΗΡ: Θ Αιγάλεω – Λιούμη, Ζωσιμάδων & Διγενή Ακρίτα, (πρώην 28ης Οκτωβρίου 30), 1963 – 1975, θέσεις 700, γκρεμίστηκε και έγινε πολυκατοικία

ΑΤΛΑΣ: Χ Αιγάλεω – Μυριόφυτου 55 & Κουντουριώτου 40, κάτω από το ΒΥΖΑΝΤΙΟΝ, 1967 – 1993, θέσεις 200, μετά έγινε sex cinema, μετά έγινε ΒΥΖΑΝΤΙΟΝ 2, έγινε θέατρο, ιδρυτής και ιδιοκτήτης Χρυσόστομος Κίτσιανός, ξαναλειτουργεί ως σινεμά και θέατρο με την ονομασία Λάμπρος Κωνσταντά-

στάση στο Αιγάλεω



ρας, Ρένα Βλαχοπούλου με θέσεις 151, με ιδιοκτησία Εύαγγελος & Χριστόδουλος Κιτσιανός, γιοί του ιδρυτή
ΑΤΤΙΚΟΝ: Θ Αιγάλεω – Περικλέους 37, 1968 – 1971, θέσεις 500, γκρεμίστηκε και έγινε πολυκατοικία
ΑΦΡΟΔΙΤΗ: Χ Αιγάλεω – Ιερά Οδός 240, Πλ. Εσταυρωμένου, 1963 – 1979, θέσεις 1106 με εξώστη, έγινε μουσικός οίκος από την Ιερά οδό, η αίθουσα από τη πλατεία Εσταυρωμένου έγινε σουπερ μάρκετ Μαρινόπουλος
ΒΕΡΑ: ΧΘ Αιγάλεω – Θηβών 24 & Περικλέους, 1955 – 1983, θέσεις 1000 με εξώστη,

άνοιγε από πλάγια, το τελευταίο καιρό ήταν sex cinema, μετά έγινε σουπερ μάρκετ, παραμένει κλειστό και παρατημένο το τελευταίο καιρό
ΒΥΖΑΝΤΙΟΝ: Χ Αιγάλεω – Κουντουριώτου 40, 1966 – 2000, θέσεις 621, ιδρυτής και ιδιοκτήτης Χρυσόστομος Κιτσιανός, μετά έγινε θέατρο Ρένα Βλαχοπούλου, τέλος του 2014 ξαναλειτούργει ως σινεμά και θέατρο με την ονομασία Λάμπρος Κωνσταντάρας, Ρένα Βλαχοπούλου με θέσεις 406, με ιδιοκτησία Εύαγγελος & Χριστόδουλος Κιτσιανός, γιοί του ιδρυτή

ΕΡΜΗΣ: Θ Αιγάλεω – Ιερά Οδός 306 & Μυστρά, 1958 – 1973, θέσεις 1600, μετά έγινε αναψυκτήριο, μετά έγινε είδη υγιεινής, το 2008 γκρεμίστηκε και έγινε σχολικό συγκρότημα
ΗΡΑΙΟΝ: Χ Αιγάλεω – Ιερά Οδός & Μοσχονησίων 4, 1946 – 1988, θέσεις 700, έγινε αίθουσα ψυχαγωγίας (ΧΕΙΜΕΡΙΝΟΣ – ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΟΣ)
ΙΩΑΝΝΑ: Θ Αιγάλεω – Θηβών 71 & Κουντουριώτου, (πρώην Βασ. Γεωργίου Β), θερινό ξεκίνησε το 1966, το 1970 μετατράπηκε σε μικτό στον πρώτο όροφο, θέσεις 510, έκλεισε

το 1988, τέλος έγινε κτήριο με καταστήματα
ΝΤΑΛΙΑ: ΧΘ Αιγάλεω – Ιερά Οδός 234 & Ελλησπόντου, 1950 – 1994, θέσεις 700, το θερινό στη ταράτσα, έγινε είναι κατάσταση με ηλεκτρικά είδη
ΣΟΝΟΡΑ: Χ Αιγάλεω – Κουντουριώτου, ξεκίνησε το 1952, στη θέση του χτίστηκε το ΑΣΤΡΟΝ
ΤΙΤΑΝ: Θ Αιγάλεω – Ιερά οδός 233, (πρώην πυριτιδοποιείο) ξεκίνησε προπολεμικά, επαναλειτούργησε το 1947 – 1988, θέσεις 950, είναι παρατημένο με προοπτική να ανακαινιστεί.

Πηγή: https://aigaleopolis.blogspot.com/2020/05/blog-post_7.html?spref=fb&fbclid=IwAR25vdcM8b8oE6EI0-8HuUMQ8-0EJDakZkKnKuGrzdjPHZpq42f6UAQPkiE&m=1&mibextid=xfxF2i

PIZZA Yess!

DELIVERY ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 12:30 - 00:30

210 58 12 624

Αγωνιστών Στρατοπέδου Χαϊδαρίου 106
Χαϊδάρη 124,61

www.yess-pizza.gr

Επιμέλεια: Γιούλη Ηλιοπούλου

Οι «δεύτερες ευκαιρίες» είναι συνήθως οι πιο σημαντικές. Ξανακάνουμε το βήμα, ξαναμπαίνουμε στη δράση, ξαναπροσπαθούμε για τον στόχο. Και ίσως οι δεύτερες ευκαιρίες είναι πιο ελπιδοφόρες και πιο επιτυχείς.

Όταν μάλιστα μιλάμε για δεύτερη ευκαιρία στη μάθηση και την παιδεία, τότε ο σκοπός φαντάζει ακόμα σημαντικότερος. Υπάρχει ένας θεσμός που επιτρέπει σε εκείνους που για οποιονδήποτε λόγο σταμάτησαν πριν το τέλος τη σχολική τους εκπαίδευση, αλλά επιθυμούν να τη συνεχίσουν και να τη διεκπεραιώσουν. Αυτό είναι το Σχολείο Δεύτερης Ευκαιρίας. Ας το γνωρίσουμε, κατανοώντας μέσα από την παρουσίαση αυτή το εξαιρετικά σημαντικό του έργο.

Σε αυτό αρωγός μας θα είναι ο διευθυντής του Σχολείου Δεύτερης Ευκαιρίας Αγίων Αναργύρων, κ. Κάλιοσης Ευάγγελος, με τον οποίο είχαμε τη χαρά να επικοινωνήσουμε, ώστε να μας κατατοπίσει σε κάθε μας απορία.

Τι είναι τα Σ.Δ.Ε.;

Τα Σχολεία Δεύτερης Ευκαιρίας (Σ.Δ.Ε.) είναι δημόσια σχολεία ενηλίκων στο πεδίο της Διά Βίου Μάθησης. Απευθύνονται σε πολίτες 18 ετών και άνω, οι οποίοι δεν έχουν ολοκληρώσει την εννιάχρονη υποχρεωτική εκπαίδευση. Η φοίτηση είναι δωρεάν και διαρκεί δύο σχολικά έτη. Οι εκπαιδευόμενοι αποκτούν τίτλο ισότιμο με το απολυτήριο Γυμνασίου (ν.2525/1997). Ο θεσμός αποτελεί πρόγραμμα, το οποίο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και το Ελληνικό Δημόσιο.

Ποιος είναι ο σκοπός και ποιοι οι στόχοι των Σχολείων Δεύτερης Ευκαιρίας;

Ο σκοπός και οι στόχοι των Σχολείων Δεύτερης Ευκαιρίας, όπως ορίζονται και από τον νέο Κανονισμό Λειτουργίας τους (ΦΕΚ 4473/20-08-2025) είναι οι ακόλουθοι: Σκοπός των Σχολείων Δεύτερης Ευκαιρίας (Σ.Δ.Ε.) είναι η συνολική ανάπτυξη των εκπαιδευομένων και η πληρέστερη συμμετοχή τους στο οικονομικό, κοινωνικό και πολιτι-

Σε όλους αξίζει μία δεύτερη



Μαθητές του ΣΔΕ δείχνουν την πινακίδα που οι ίδιοι κατασκεύασαν

σμικό γίνεσθαι, καθώς και η αποτελεσματικότερη συμμετοχή τους στο χώρο της εργασίας.

Στόχοι των Σ.Δ.Ε. είναι:

- α) η ολοκλήρωση της υποχρεωτικής εκπαίδευσης ατόμων ηλικίας δεκαοκτώ ετών και άνω,
- β) η επανασύνδεση των εκπαιδευομένων με τα συστήματα εκπαίδευσης και κατάρτισης,
- γ) η απόκτηση σύγχρονων γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων που θα τους βοηθήσουν στην κοινωνική οικονομική ένταξη και ανέλιξη,
- δ) η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των εκπαιδευομένων και
- ε) η συμβολή στην ένταξή τους ή στη βελ-

τίωση της θέσης τους στον χώρο της εργασίας.

Ποιο είναι το πρόγραμμα σπουδών των Σ.Δ.Ε.;

Το πρόγραμμα σπουδών των ΣΔΕ είναι ανοιχτό και ευέλικτο. Λαμβάνει υπόψη την κοινωνική πραγματικότητα που βιώνουν καθημερινά οι εκπαιδευόμενοι σε συνδυασμό με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους. Οι εμπειρίες των εκπαιδευομένων από τον περίγυρό τους αποτελούν σημαντικό κεφάλαιο, το οποίο αξιοποιείται στη μαθησιακή διαδικασία. Το πρόγραμμα σπουδών είναι ταχύρρυθμο και διαρκεί δύο σχολικά έτη, τα οποία διακρίνονται σε δύο εννεάμηνες περιόδους. Το ωρο-

λόγιο εβδομαδιαίο πρόγραμμα καλύπτει 25 ώρες (20 ώρες γραμματισμοί, 2 ώρες συμβουλευτικές υπηρεσίες και 3 ώρες σχέδια δράσης με ποικίλη θεματολογία).

Τι είναι οι γραμματισμοί;

Οι γραμματισμοί είναι ευέλικτα γνωστικά αντικείμενα που στοχεύουν στην κατάκτηση βασικών γνώσεων και δεξιοτήτων συνδυάζοντας τυπικές, μη τυπικές και άτυπες μορφές μάθησης, αλλά και στην κατάκτηση κοινωνικών δεξιοτήτων (μαθαίνω πώς να μαθαίνω, συνεργασία, επικοινωνία, κλπ.). Οι γραμματισμοί αποτελούν τον κορμό του προγράμματος ως εξής:

- Ελληνική Γλώσσα (3 ώρες εβδομαδιαίως)
- Μαθηματικά (3 ώρες εβδομαδιαίως)
- Πληροφορική (3 ώρες εβδομαδιαίως)
- Αγγλικά (3 ώρες εβδομαδιαίως)
- Κοινωνική Εκπαίδευση (3 ώρες εβδομαδιαίως)
- Περιβαλλοντική Εκπαίδευση (2 ώρες εβδομαδιαίως)
- Στοιχεία Τεχνολογίας και Φυσικών Επιστημών (2 ώρες εβδομαδιαίως)
- Πολιτισμική-Αισθητική Αγωγή (1 ώρα εβδομαδιαίως)

Πώς συμπληρώνεται το εκπαιδευτικό πρόγραμμα;

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα συμπληρώνεται από Συμβουλευτική Προσανατολισμού σε θέματα επαγγελματικής σταδιοδρομίας και Συμβουλευτική Ψυχολογία για την καλύτερη υποστήριξη των εκπαιδευομένων σε ατομικό, κοινωνικό και επαγγελματικό επίπεδο.

Ιδιαίτερη θέση στο πρόγραμμα σπουδών των ΣΔΕ κατέχουν τα λεγόμενα Σχέδια Δράσης (Projects), τα οποία αποτελούν διεπιστημονικές, διαθεματικές προσεγγίσεις σε θέματα που επιλέγονται από τους ίδιους τους εκπαιδευόμενους σε συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς και στόχο έχουν την ενθάρρυνση της αυτενέργειας, τη διεγερση της δημιουργικότητας, την καλλιέργεια δεξιοτήτων και το πλάτεμα των οριζό-



Ολοήμερη εκδρομή στην Πάτρα και επίσκεψη στο μουσείο της



Ολοήμερη εκδρομή του ΣΔΕ στο Ναύπλιο

ρη ευκαιρία...



Συμμετοχή του ΣΔΕ
στο 3ο Διαδραστικό
Μαθητικό Συνέδριο
Δήμου Αγίων
Αναργύρων

ντων των εκπαιδευομένων.
Τέλος, ιδιαίτερα σημαντικές θεωρούνται οι εκπαιδευτικές επισκέψεις που πραγματοποιεί το σχολείο μας σε χώρους πολιτισμού όπως μουσεία, εκθέσεις βιβλίου, κ.ά, καθώς και οι εξωδιδασκλικές δράσεις που διοργανώνονται στον χώρο του σχολείου (πχ ομιλίες, παρουσιάσεις, κλπ).

Και μετά το Σ.Δ.Ε. τι;

Οι απόφοιτοι του σχολείου μπορούν να συνεχίσουν τις σπουδές τους στο Γενικό ή το Επαγγελματικό Λύκειο, όπως και στις επαγ-

γελματικές σχολές του ΟΑΕΔ. Αρκετοί προχωρούν και στο Πανεπιστήμιο!

**Πού μπορούν να απευθυνθούν
οι ενδιαφερόμενοι;**
Η διεύθυνση του σχολείου είναι
Πίνδου Δαβάκη 20, Άγιοι Ανάργυροι
Πληροφορίες και εγγραφές:
Δευτέρα - Παρασκευή 5:30-8:30 μ.μ.
μέχρι τις 30 Σεπτεμβρίου
Τηλ.210-8323941



Ημερίδα ενημέρωσης και
ευαισθητοποίησης της
τοπικής κοινωνίας 2025



Θεατρική παράσταση εκπαιδευομένων και εκπαιδευτικών του ΣΔΕ



www.ortholine.gr



Στο κατάστημα της Ortholine, θα βρείτε:

- Ορθοπεδικά Βοηθήματα & Ανατομικά Υποδήματα
- Εξοπλισμό για κατ' οίκον νοσηλεία
- Αθλητιατρικά
- Γυαλιά Οράσεως και Ηλίου
- Είδη Ατομικής Υγιεινής & Προστασίας από τον COVID-19
- Νοσοκομειακά Κρεβάτια

**ΔΩΡΕΑΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑ
3D ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΗΜΑ**

Παρέχουμε Service και Άμεση Εξυπηρέτηση!

Παναγή Τσαλδάρη 9B, Περιστέρι, Τ.Κ 12134
+30 210 5058583 | info@ortholine.gr

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΤΗ ΔΗΜΑΡΧΟ ΙΛΙΟΥ,

Στον Αλέξανδρο Λαλάκο

Η νέα δήμαρχος Ιλίου Ανδριάνα Αλεβίζου – Κουκουβίνου είναι μια νέα γυναίκα που μπήκε στον στίβο της πολιτικής, με όραμα και όρεξη, για να αλλάξει την εικόνα της πόλης, της οποίας μάλιστα είναι γέννημα- θρέμμα. Το 2023 εκλέχτηκε Δήμαρχος Ιλίου, με το υψηλό ποσοστό του 58,10%.

Σπούδασε Ελληνική Φιλολογία, με μεταπτυχιακό δίπλωμα στη Συγκριτική Γλωσσολογία και μετά Νομική. Έχει επίσης μεταπτυχιακό στη Δημόσια Πολιτική και Διοίκηση στο Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών και μεταπτυχιακό στις Πολιτικές Επιστήμες στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Έχει εργαστεί ως καθηγήτρια φιλολογίας στην Μέση και Νομική Εκπαίδευση. Υπηρετεί το θεσμό της Τοπικής Αυτοδιοίκησης από το 2010, έχοντας διατελέσει Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Προστασίας & Υγείας (2014-2017), Αντιδήμαρχος Οικονομικών, Διοικητικών Υπηρεσιών & ΚΕΠ (2019-2022). Διετέλεσε επιπλέον Αντιπρόεδρος της Επιτροπής Ισότητας των Φύλων της ΚΕΔΕ και μέλος της Επιτροπής Υγείας, Γραμματέας Τοπικής Αυτοδιοίκησης.

Η νέα δήμαρχος μας μίλησε για όλα εκείνα που αλλάζουν στο Ίλιον αλλά και για το όραμά της για να ωθήσει τον δήμο να πάει ακόμα πιο μπροστά στο μέλλον.

Διαβάστε παρακάτω:

Είστε μια νέα δήμαρχος που ανέλαβε έναν μεγάλο δήμο. Ποιο είναι το όραμά σας για την πόλη;

Το όραμά μας είναι ξεκάθαρο να κάνουμε το Ίλιον μια πόλη που θα κοιτάζει στο μέλλον με σιγουριά. Μια πόλη όπου κάθε παιδί θα πηγαίνει σε ασφαλές σχολείο, κάθε οικογένεια θα έχει γύρω της υποδομές που διευκολύνουν την καθημερινότητα. Δεν μένουμε στα λόγια διεκδικούμε έργα, δίνουμε λύσεις και προχωράμε βήμα-βήμα ώστε οι πολίτες να νιώθουν περήφανοι για την πόλη τους.

Διατηρείτε επαφή με τους δημότες της πόλης σας; Τι ζητούν περισσότερο από τη δήμαρχό τους;

Η καθημερινή επαφή με τους δημότες είναι για μένα η βάση της δουλειάς μας. Συναντώ ανθρώπους στο Δημαρχείο, στις γειτονιές, στα σχολεία, στις εκδηλώσεις. Αυτό που ζητούν πιο συχνά είναι λύσεις σε ζητήματα που αφορούν την καθαριότητα τους: ασφάλεια, καλύτερες υποδομές. Και αυτό προσπαθούμε να κάνουμε είναι να ακούμε, να



διεκδικούμε και να δίνουμε απαντήσεις εκεί όπου πραγματικά πονάει η καθημερινότητα.

Ποιες είναι οι σημαντικότερες παθογένειες που κατά τη γνώμη σας ταλανίζουν τον δήμο Ιλίου;

Κάθε πόλη που μεγαλώνει και εξελίσσεται κουβαλά και τα δικά της διαχρονικά προβλήματα. Στο Ίλιον οι ανάγκες είναι πολλές: σε υποδομές, σε αναπλάσεις γειτονιών, σε έργα που θωρακίζουν την πόλη απέναντι στις σύγχρονες προκλήσεις. Για εμάς, οι παθογέ-

νεις δεν είναι λόγος απογοήτευσης, αλλά αφετηρία για δουλειά. Βλέπουμε τις αδυναμίες, τις αναγνωρίζουμε και τις μετατρέπουμε σε στόχους με σχέδιο και διεκδίκηση. Αυτή είναι η αποστολή της Δημοτικής μας Αρχής.

Ποια είναι η κοινωνική σας πολιτική και ποια τα κοινωνικά προγράμματα που «τρέχουν» στον δήμο Ιλίου και ποια η ανταπόκριση των δημοτών σε αυτά;

Η κοινωνική πολιτική είναι η ψυχή της δουλειάς μας. Για εμάς στον Δήμο Ιλίου

κανείς δεν πρέπει να μένει μόνος. Οι ψυχολόγοι και οι κοινωνικοί μας επιστήμονες στάθηκαν δίπλα σε εκατοντάδες περιστατικά το 2024. Στον πυρήνα της στήριξης βρίσκονται οι δομές μας: το Κοινωνικό Παντοπωλείο, το Κοινωνικό Φαρμακείο, το Κοινωνικό Συσσίτιο και το πρόγραμμα με μικρογεύματα για μαθητές. Το πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι» πρόσφερε ουσιαστική φροντίδα με 550 κατ' οίκον επισκέψεις. Για τα άτομα με αναπηρία εκπονήσαμε τη μελέτη "Καταγραφή και δράσεις ενσωμάτωσης και ευαισθητο-

ΑΝΔΡΙΑΝΑ ΑΛΕΒΙΖΟΥ



ποίησης σε θέματα ατόμων με οπτική, ακουστική και κινητική αναπηρία”. Ο Συμβουλευτικός Σταθμός Ανοιας και το Ιατρείο Μνήμης στήριξαν ωφελούμενους, δίνοντας πρόσβαση σε έγκαιρη αξιολόγηση και εκπαίδευση φροντιστών. Πλήθος προληπτικών ιατρικών εξετάσεων υλοποιούνται σε μηνιαία βάση σε συνεργασία με δημόσιους φορείς. Λειτουργούμε 8 ΚΑΠΗ και διαθέτουμε βρεφονηπιακούς σταθμούς άρτια στελεχωμένους. Το μεγαλύτερο έργο μας είναι οι ίδιοι οι άνθρωποι της πόλης μας.

Αντιπλημμυρικά έργα: Παλαιότερα, ιδιαίτερα το 2015, ζήσαμε πλημμύρες στον δήμο Ιλίου (π.χ. το ρέμα της φλέβας). Υπάρχουν αντιπλημμυρικά έργα σε εξέλιξη από την παρούσα διοίκηση, ώστε να μπορέσουν να αντιμετωπιστούν παρόμοιες καταστάσεις;

Οι πλημμύρες του 2014-2015 άφησαν βαθύ αποτύπωμα στη μνήμη της πόλης μας. Από την πρώτη στιγμή είπαμε ότι αυτό δεν πρέπει να ξανα συμβεί, τη στιγμή μάλιστα που η κλιματική κρίση έχει λάβει τέτοιες διαστάσεις σε πα-

γκόσμιο επίπεδο. Γι’ αυτό και ένα από τα πιο σημαντικά έργα που προτεραιοποιήσαμε τους πρώτους 20 μήνες της θητείας μας ήταν η επαναλειτουργία του αντλιοστασίου Ένα έργο που το παραλάβαμε ανενεργό από το 2019. Η πόλη κινδύνευε. Για εμάς αυτό αποτέλεσε προμετωπίδα: με αγώνα και πίεση εξασφαλίσαμε τη χρηματοδότηση από την Περιφέρεια Αττικής και έχουν γίνει όλες οι απαραίτητες ενέργειες για την μελέτη προκειμένου να δημοπρατηθεί το συντομότερο δυνατό. Δεν σταμάταμε ποτέ.

Είναι η Περιφέρεια αρωγός στις προσπάθειές σας για τη βελτιστοποίηση της ζωής των κατοίκων του δήμου;

Η Περιφέρεια Αττικής είναι αρωγός στις προσπάθειές μας. Για εμάς σημασία έχει τα έργα να μην μένουν στα χαρτιά αλλά να φτάνουν στον πολίτη. Και αυτό το πετύχαμε με τη συνεργασία που έχουμε χτίσει με τον Περιφερειάρχη κ. Νίκο Χαρδαλιά και τα στελέχη της Περιφέρειας. Μετά από διεκδίκηση του Δήμου Ιλίου, εγκρίθηκε η χρηματοδότηση σημαντικών έργων που αλλάζουν την εικόνα της πόλης:

- η ανέγερση του 1ου Πρότυπου Γυμνασίου Ιλίου
- η ανάπλαση του εμπορικού κέντρου Ιλίου
- η συντήρηση και επισκευή των σχολικών μας κτιρίων
- η αναβάθμιση κοινόχρηστων χώρων και παιδικών χαρών
- η αποκατάσταση αντλιοστασίου
- η δεξαμενή ανάσχεσης πλημμυρικής παροχής στο Ποικίλο Όρος

Αυτά τα έργα είναι η καλύτερη απόδειξη ότι η συνεργασία Δήμου και Περιφέρειας μπορεί να δίνει λύσεις που αγγίζουν την καθημερινή ζωή των ανθρώπων μας.

Υπάρχει συμμετοχή των πολιτών στα κοινωνικά δρώμενα;

Η συμμετοχή των πολιτών είναι η μεγάλη μας δύναμη. Στο Ίλιον οι εκδηλώσεις μας είναι ζωντανές γιορτές, που αποκτούν νόημα μόνο όταν ο κόσμος είναι παρών και τις αγκαλιάζει. Το ζήσαμε έντονα τα Χριστούγεννα, με τον νέο θεσμό που δημιουργήσαμε, τη «Μαγική Πόλη». Μια πρωτοβουλία της δικής μας δημοτικής αρχής, που αγκαλιάστηκε από τις οικογένειες, τα παιδιά, τους νέους. Οι δρόμοι και οι πλατείες γέμισαν ζωή, χαμόγελα και αισιοδοξία. Κορυφαία στιγμή ήταν βέβαια οι επετειακές εκδηλώσεις για τα 100 χρόνια του Δήμου Ιλίου. Ο κόσμος ήρθε, τις αγκάλιασε, συγκινήθηκε, ξαναθυμήθηκε στιγμές και ιστορίες του τόπου μας. Αυτές οι εκδηλώσεις έγιναν

γέφυρα ανάμεσα στις παλιότερες γενιές και τη νέα, έδωσαν σε όλους περηφάνια και αίσθηση ότι το Ίλιον γράφει ιστορία. Το ίδιο συνέβη και με τις μεγάλες πολιτιστικές μας εκδηλώσεις: από τη συναυλία της Μαρίας Φαραντούρη για την έναρξη στα «Ίλια - Βασίλης Κουκουβίνος», μέχρι τις τιμητικές εκδηλώσεις όπως η αναγόρευση του Μητροπολίτη Ιλίου, Αχαρνών και Πετρούπολης σε επίτιμο δημότη, στο πλαίσιο του εορτασμού των 100 ετών του Δήμου και των 200 χρόνων του Μητροπολιτικού Ναού Ευαγγελισμού της Θεοτόκου. Για εμάς, αυτή η συμμετοχή είναι η μεγαλύτερη επιβεβαίωση: ότι οι πολίτες θέλουν να είναι μέρος των κοινωνικών και πολιτιστικών δράσεων.

Υπάρχουν προτάσεις ή ιδέες από τον δήμο Ιλίου για μελλοντικές παρεμβάσεις στο πάρκο Τρίτση;

Το Πάρκο Τρίτση είναι ο μεγάλος πνεύμονας πρασίνου της Δυτικής Αθήνας με πλούσια χλωρίδα και πανίδα που δίνει ανάσα σε δεκάδες χιλιάδες επισκέπτες. Για εμάς στο Ίλιον δεν είναι απλώς μια έκταση πρασίνου είναι κομμάτι της ζωής μας. Γι’ αυτό και η Δημοτική μας Αρχή έχει αναλάβει ενεργό ρόλο, συμβάλλοντας έμπρακτα στην καθημερινή του λειτουργία αναλαμβάνοντας την υδροδότησή του ώστε να διατηρείται φιλόξενο για τους χιλιάδες επισκέπτες του.

Ποιες είναι οι σημαντικότερες παρεμβάσεις που βρίσκονται σε εξέλιξη ή που δρομολογούνται στο άμεσο μέλλον στον δήμο;

Στο Ίλιον ξεκινάμε εκτεταμένες ασφαλτοστρώσεις σε δρόμους που είχαν να δουν ανάλογο έργο πάνω από τριάντα χρόνια. Είναι μια παρέμβαση που θα βελτιώσει ουσιαστικά την καθημερινότητα των πολιτών. Παράλληλα, δρομολογούμε την ανάπλαση της πλατείας Αγίου Φανουρίου, για την οποία διεκδικήσαμε και πετύχαμε χρηματοδότηση από το Πράσινο Ταμείο. Μιλάμε για ένα έργο που θα αλλάξει πραγματικά την εικόνα και τη ζωή στη γειτονιά ενώ ολοκληρώνεται η υποβολή πρότασης για την ανάπλαση του εμπορικού κέντρου της πόλης. Ιδιαίτερη μέριμνα δίνουμε επίσης στα σχολεία μας. Με τη στήριξη της Περιφέρειας Αττικής έχουμε εξασφαλίσει χρηματοδότηση για παρεμβάσεις που θα κάνουν τα σχολεία πιο λειτουργικά και πιο ασφαλή για τα παιδιά μας ενώ δρομολογείται με σταθερό βηματισμό η ανέγερση του 1ου Πρότυπου Γυμνασίου Ιλίου. Επιπλέον ανακατασκευάζουμε εξολοκλήρου το προσεχές διάστημα 8 νέες παιδικές χαρές. Το Ίλιον αλλάζει. Και αλλάζει με έργα που αγγίζουν τον καθένα μας στην καθημερινότητά του.



Οι παραδοσιακοί χοροί της Μεσογείου «συναντήθηκαν» στην Πετρούπολη



Με μεγάλη επιτυχία και σημαντική προσέλευση του κοινού πραγματοποιήθηκε το Σάββατο (13/9) στο Θέατρο Πέτρας, για δέκατη συνεχόμενη χρονιά, μια εκδήλωση που έχει πλέον γίνει θεσμός, το «10ο Συναπάντημα Παραδοσιακών Χορών».

Τη φετινή χρονιά πραγματοποιήθηκε με τη συνδιοργάνωση της Περιφερειακής Ένωσης Δήμων Αττικής (Π.Ε.Δ.Α.) και αποτέλεσε μια πολιτιστική συνάντηση γεμάτη με «άρωματα», σκοπούς και χορούς από τη Μεσόγειο.

Το τμήμα Παραδοσιακών Χορών του Δήμου Πετρούπολης, συνοδεία παραδοσιακής ορχήστρας, παρουσίασε στους παρευρισκόμενους, χορούς από τη Βόρεια Θράκη (Ανατολική Ρωμυλία) και από τη Νάουσα Ημαθίας.

Σε μια ξεχωριστή εκδήλωση με άρωμα παράδοσης

Η ομάδα «Alawde» («Η Επιστροφή») της Παλαιστινιακής Παροικίας στην Ελλάδα, παρουσίασε τον παραδοσιακό χορό Dabke, σκοπούς από την Κρήτη χόρεψαν τα μέλη του Πολιτιστικού Συλλόγου «Ακταιοκρήτες» και από την Αρκαδία ο Σύλλογος Αρκαδών Ιλίου «Οι Προσέλληνες».

Νοητά μας μετέφεραν στα ελληνόφωνα χωριά της κάτω Ιταλίας τα συγκροτήματα «Tamburellisti di Torrepaduli» και «Astéria», που «έντυσαν» την εκδήλωση με τραγούδια στα «γκρεκάνικα» και ξεσήκωσαν τους θεατές με τους ρυθμούς της ταραντέλας.

Η εκδήλωση άρχισε με χαιρετισμό από τον Αντιδήμαρχο Πολιτισμού, Αθλητισμού & Νεολαίας Γιάννη Κουγέα, ο οποίος -μεταξύ άλλων- επισήμανε πως η συνάντηση αυτή αποτελεί μια ακόμα απόδειξη πως οι λαοί δεν έχουν τίποτα να χωρίσουν μεταξύ τους.

Αντίθετα, τόνισε, έχουν πολλά που τους ενώνουν, μπορούν -και μέσω του πολιτισμού- να βρουν κοινούς τόπους, να γνωριστούν και να έρθουν πιο κοντά. Καλωσόρισε τους προσκεκλημένους συντελεστές και τους θεατές, ευχόμενος να υπάρξει ειρήνη και ευημερία στους λαούς.



Για τον Δήμο Περιστερίου, η μέριμνα για την ψυχική υγεία των πολιτών του δεν αποτελεί απλώς μία υπηρεσία, αλλά δέσμευση ουσίας. Με επίκεντρο πάντα τον άνθρωπο και με γνώμονα τις πραγματικές ανάγκες της κοινωνίας, ο Δήμος με στοχευμένες δράσεις επενδύει στην πρόληψη, την υποστήριξη και την ενδυνάμωση όσων το έχουν ανάγκη.

Σε αυτό το πλαίσιο, η δέσμευση του Δήμου ενισχύεται από την Κοινωνική Υπηρεσία με τους άρτια καταρτισμένους και με βαθιά ευαισθησία νέους επιστήμονες της, όπως η **Θεώνη Διαμαντοπούλου**, που προσφέρουν στήριξη γεμάτη γνώσεις και ενσυναίσθηση, ενισχύοντας καθημερινά την δέσμευση του Δήμου για ψυχικά υγιείς και κοινωνικά ενδυναμωμένους πολίτες. Για μια ισορροπημένη κοινωνία, η ψυχική υγεία είναι θεμέλιο. Ο Δήμος Περιστερίου το γνωρίζει και καθημερινά συνεισφέρει ουσιαστικά στη συνοχή και την ποιότητα ζωής της τοπικής κοινωνίας.

«Δεν αναγνωρίζω πια το παιδί μου...». Μια φράση που επαναλαμβάνουν συχνά γονείς εφήβων, περιγράφοντας το ξάφνιασμα, τον φόβο ή και την απογοήτευσή τους μπροστά στην ξαφνική αλλαγή της συμπεριφοράς του παιδιού τους. Η εφηβεία είναι μια εποχή σωματικής, συναισθηματικής και γνωστικής μεταμόρφωσης, που δοκιμάζει τα όρια όλων. Γονείς και παιδιά βρίσκονται ξαφνικά σε νέα, άγνωστα εδάφη. Με το παρόν άρθρο φιλοδοξώ να φωτίσω τις δυναμικές που εκτυλίσσονται πίσω από τις εντάσεις, τις αποστάσεις και τις ενίοτε εκρηκτικές συγκρούσεις. Πώς αντιλαμβάνεται ένας γονιός την ένταση της εφηβείας και πώς την βιώνει ο ίδιος ο έφηβος; Πού τελειώνει η γονεϊκή καθοδήγηση και πού ξεκινά ο αυταρχισμός; Είναι τα όρια εχθρός της ελευθερίας ή ο βασικός όρος για τον σεβασμό και την ασφάλεια; Ερωτήματα που δεν χωρούν απλές απαντήσεις αλλά αξίζει να εξετάσουμε χωρίς φόβο και με ειλικρίνεια.

Εφηβεία: Η μετάβαση που ταράζει τις ισορροπίες

Σε πολλούς γονείς η λέξη «εφηβεία» τους προκαλεί έναν εσωτερικό σφίξιμο. Είναι εκείνη η περίοδος που το παιδί αρχίζει να απομακρύνεται, να αμφισβητεί, να συγκρούεται. Και μπορεί φαινομενικά να μοιάζει με εξέγερση, στην ουσία, όμως, πρόκειται για κάτι βαθύτερο. Μια εσωτερική ανάγκη του εφήβου να αποκτήσει αυτονομία, να ανακαλύψει την προσωπική του ταυτότητα και το δικό του νόημα ζωής. Ο έφηβος δεν απορρίπτει τους γονείς του αλλά αποστασιοποιείται για λίγο, ώστε να ανακαλύψει ποιος είναι χωρίς αυτούς. Αυτός ο προσωρινός αποχωρισμός δεν είναι επίθεση αλλά το φυσικό επόμενο βήμα μιας υγιούς ανάπτυξης. Η μετάβαση από την παιδική εξάρτηση στην αυτονόμηση δυστυχώς δεν γίνεται να συμβεί χωρίς τριγμούς. Είναι μια εσωτερική αναμέτρηση του εφήβου, μια πορεία αποδόμησης και αναδόμησης της προσωπικότητάς του. Συχνά, λοιπόν, η φυσική απόσταση που παίρνει από τους γονείς του, εκλαμβάνεται



από αυτούς ως απόρριψη κι αυτό πυροδοτεί αντιδράσεις ελέγχου ή έντασης. Έτσι, γεννιέται ένας φαύλος κύκλος όπου η επικοινωνία τους δοκιμάζεται, η σύνδεση δυσχεραίνει και οι γονείς καλούνται να ισορροπήσουν ανάμεσα στην καθοδήγηση και την κατανόηση. Η εφηβεία δεν είναι πόλεμος. Είναι μετάβαση και χρειάζεται χώρο, χρόνο, εμπιστοσύνη και ήρεμους ενήλικες που θα παραμένουν εκεί, όχι για να επιβληθούν αλλά για να προσφέρουν την στήριξη τους.

Περί επιβολής ορίων: Η ουσία της γονεϊκής καθοδήγησης

Το να θέτει ένας γονιός όρια στο παιδί του δεν είναι αυστηρότητα αλλά υπευθυνότητα, καθώς λειτουργούν ως πλαίσιο ασφάλειας γι' αυτό. Ωστόσο, όταν τα όρια επιβάλλονται χωρίς διάλογο, όταν εμφανίζονται ως αδιαπραγμάτευτες εντολές χωρίς εξήγηση ή χωρίς σεβασμό στις ανάγκες του εφήβου, τότε χάνουν τον προστατευτικό τους ρόλο και εκλαμβάνονται από αυτόν ως τιμωρία, με αποτέλεσμα να επιχειρεί να τα παραβιάσει για να αποδείξει την αυτονομία του.

Επίσης, είναι αξιοσημείωτο πως πολλοί γονείς, στην προσπάθειά τους να διατηρήσουν τον έλεγχο, φοβούνται ότι η έλλειψη αυστηρότητας θα οδηγήσει σε απώλεια του γονεϊκού τους ρόλου. Αν και το συναίσθημα αυτό είναι απολύτως κατανοητό, δεν θα πρέπει να αποτελεί τον οδηγό της σχέσης, καθώς τα όρια έχουν πραγματική αξία μόνο όταν δεν ακυρώνουν το συναίσθημα του παιδιού αλλά το προστατεύουν.

Η σχέση γονέα και εφήβου: Χτίζοντας εμπιστοσύνη αντί για επιβολή

Η σχέση γονέα και παιδιού δεν οικοδομείται με όρους πειθαρχίας, αλλά θεμελιώνεται στην εμπιστοσύνη. Ο έφηβος μπορεί να συνδεθεί ουσιαστικά με τους γονείς του μόνο όταν νιώθει πως γίνεται αποδεκτός ακόμη και όταν κάνει λάθη. Αντίθετα, όταν η επικοινωνία περιορίζεται σε εντολές, απαγορεύσεις ή επικρίσεις, το παιδί απομακρύνεται. Όχι για να τιμω-

ρήσει τον γονιό, αλλά επειδή δεν αισθάνεται ότι «χωράει» σε αυτή τη σχέση. Η απόσυρσή του δεν είναι ένδειξη αδιαφορίας, αλλά ανάγκη προστασίας του εαυτού του. Γι' αυτό και είναι κρίσιμο η επικοινωνία να πάψει να έχει τη μορφή συνεχούς νουθεσίας και να μετατραπεί σε ειλικρινή διάλογο. Μόνο τότε ανοίγει ο δρόμος για μια βαθύτερη και ουσιαστικότερη σύνδεση.

Η εφηβεία δεν είναι μόνο μια περίοδος αποστασιοποίησης, όπως συχνά φοβούνται οι γονείς. Είναι επίσης μια ευκαιρία για τη δημιουργία μιας νέας ποιότητας στη σχέση τους με το παιδί μιας σχέσης που βασίζεται στην κατανόηση, στον σεβασμό και στη διαθεσιμότητα. Άλλωστε, οι έφηβοι, όσο κι αν δεν το εκδηλώνουν ανοιχτά, έχουν ανάγκη από τους γονείς τους. Τους χρειάζονται ως παρόντες, διαθέσιμους και ειλικρινείς συνομιλητές. Τα παιδιά δεν μαθαίνουν μέσα από αυτό που τους επιβάλλεται, αλλά μέσα από αυτό που τους εξηγείται, τους αναγνωρίζεται και συζητιέται.

Η λεπτή γραμμή της σχέσης: Ο σεβασμός ως πεδίο συνύπαρξης

Η απαίτηση για σεβασμό είναι έντονη και από τις δύο πλευρές: οι γονείς τον απαιτούν, οι έφηβοι τον διεκδικούν. Ωστόσο, όταν απουσιάζει η διάθεση για αμοιβαιότητα, ο σεβασμός μετατρέπεται εύκολα σε εργαλείο επιβολής. Κι όμως, η ουσιαστική επικοινωνία δεν προϋποθέτει ομοφωνία, αλλά δεκτικότητα. Δεν έχει στόχο να εξαλείψει τη διαφωνία, αλλά να την εντάξει στον διάλογο. Όταν ένας γονέας επιτρέπει στο παιδί του να εκφράσει διαφορετική άποψη χωρίς φόβο, του διδάσκει στην πράξη τι σημαίνει σεβασμός και πώς αυτός συνυπάρχει με την ελευθερία έκφρασης. Τελικά, ο σεβασμός δεν είναι υπόθεση ιεραρχίας, αλλά τρόπος συνύπαρξης. Είναι η βάση για κάθε σχέση που θέλει να αντέξει στον χρόνο και να εξελιχθεί με υγεία.

Γέφυρες επικοινωνίας με τη συμβολή του ειδικού ψυχικής υγείας

Σε περιόδους στασιμότητας ή έντονης συ-

ναισθηματικής φόρτισης, όταν η καθημερινότητα στο σπίτι μοιάζει να μετατρέπεται σε πεδίο μάχης, η συμβολή ενός ειδικού ψυχικής υγείας μπορεί να λειτουργήσει καταλυτικά. Όχι για να «διορθώσει» κάποιον ή να πάρει τη θέση του γονέα, αλλά για να φωτίσει τις πτυχές της σχέσης που παραμένουν αθέατες κατά τις εντάσεις.

Ο ρόλος του ειδικού είναι να διευκολύνει την έκφραση, να βοηθήσει στον εντοπισμό αναγκών, να ξεκαθαρίσει ρόλους και δυναμικές πάντα με σεβασμό στις ιδιαιτερότητες κάθε οικογένειας. Μέσα από την αναγνώριση των εσωτερικών αναγκών, τόσο του εφήβου όσο και των γονιών του, η θεραπευτική διαδικασία συμβάλλει στην αναδόμηση μιας σχέσης που βασίζεται στην ειλικρίνεια, τη φροντίδα και την κατανόηση της νέας συνθήκης που εισάγει η εφηβεία. Μια τέτοια παρέμβαση δεν αφορά μόνο το παιδί ή μόνο τον γονιό αφορά τη σχέση. Και μέσα από αυτήν τη σχέση μπορεί να ξαναχτιστεί η επικοινωνία, να μειωθούν οι εντάσεις και να δημιουργηθεί χώρος για κάθε μέλος της οικογένειας ώστε να υπάρχει με αυθεντικότητα, χωρίς να θυσιάζει την ατομικότητά του.

Συναισθηματική ωρίμανση: Γονείς και έφηβοι σε κοινή διαδρομή

Η εφηβεία δεν είναι περίοδος που πρέπει να φοβόμαστε, αλλά μια φάση γεμάτη προκλήσεις και ευκαιρίες για γονείς και εφήβους. Μέσα από συγκρούσεις αναδύεται η δυνατότητα για ουσιαστικό διάλογο και βαθύτερη κατανόηση. Όταν οι γονείς προσεγγίζουν με σεβασμό και ανοιχτή διάθεση, δημιουργούν ασφαλές πλαίσιο εμπιστοσύνης, όπου ο έφηβος νιώθει, ακούγεται και συμμετέχει αυθεντικά. Τα όρια γίνονται προστασία, όχι τιμωρία και η σχέση τους μπορεί να γίνει πιο ώριμη και αληθινή. Αυτός ο δεσμός είναι ο μεγαλύτερος θησαυρός της εφηβείας, μια μοναδική ευκαιρία να ενώσει δύο γενιές.

Ακολουθήστε την Θεώνη Διαμαντοπούλου στο Instagram και στο Facebook
<https://www.instagram.com/theoni.diamantopoulou/>
<https://www.facebook.com/theonidiamantopoulou.py>

Πετρούπολη: Ένας λαχανόκηπος όπου οι

Γράφει η Γιούλη Ηλιοπούλου

Μια ξεχωριστή αστική καλλιέργεια
Στον Δήμο Πετρούπολης γίνεται κάτι
πολύ ενδιαφέρον και ξεχωριστό.
Μια πραγμάτωση της πρακτικής της
αστικής καλλιέργειας.

Πιο συγκεκριμένα, ο Δήμος Πετρούπολης, σε συνεργασία με την Οργάνωση Γη και με την υποστήριξη του Ιδρύματος Ιωάννη Σ. Λάτση, προχώρησαν στη δημιουργία ενός «Κοινωνικού Βιολογικού Λαχανόκηπου», με κοινωνικά και περιβαλλοντικά οφέλη επί της οδού Αναπαύσεως 4-16 (πρώην πάρκο σκύλων). Βασικός σκοπός της δημιουργίας του «Κοινωνικού Βιολογικού Λαχανόκηπου» είναι η ενίσχυση της ανθεκτικότητας της τοπικής κοινότητας, προάγοντας την υγιεινή διατροφή και τη βιώσιμη καλλιέργεια.

Όλες οι λεπτομέρειες για τον λαχανόκηπο περιγράφονται αναλυτικά σε ανακοίνωση του δήμου:

«Η δημιουργία Δημοτικού Βιολογικού Λαχανόκηπου είναι μια δράση που απευθύνεται στην τοπική κοινωνία με καθαρά ψυχοκοινωνικά και περιβαλλοντολογικά χαρακτηριστικά.

Σε έκταση εντός του Άλσους της Πετρούπολης, στην συμβολή των οδών Δωδεκανήσου και Αναπαύσεως, διαμορφώνεται έκταση ενιαίου αρδευόμενου και περιφραγμένου αγροκτήματος, η οποία κατανέμεται σε 47 ισόμερη τεμάχια των περίπου 30 τ.μ. έκαστο, τα οποία η Διεύθυνση θα παραχωρεί σε πολίτες, που ανήκουν σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες, προκειμένου να τα καλλιεργήσουν. Κατά προτεραιότητα επιλέγονται, για εγκατάσταση στο Δημοτικό Βιολογικό Λαχανόκηπο, δημότες της Πετρούπολης που είναι άνεργοι, μόνοι γονείς, πολύτεκνοι και πολίτες με πολύ χαμηλά εισοδήματα.

Μπορούν να διατεθούν κήποι και σε συλλόγους (με βάση τη δράση και το πλήθος των εγγεγραμμένων μελών τους) και σε σχολεία, μόνο εάν υπάρξουν αδιάθετοι κήποι και για διάρκεια ενός έτους.

Η δράση δεν στοχεύει απλά και μόνο στην ανακούφιση νοικοκυριών με χαμηλά εισοδήματα, αλλά πρόκειται για μια δράση που διαμορφώνει νησίδες συλλογικότητας στην τοπική κοινωνία. Μπορεί να φέρει κοντά τους πολίτες που θα ασχοληθούν, ανθρώπους διαφόρων ηλικιών και κουλτούρας, ενώ θα προσφέρει άσκηση, εκτόνωση και δημιουργική απασχόληση σε αυτούς που το έχουν πραγματική ανάγκη.



Ο χώρος θα είναι κοινόχρηστος και θα επιτρέπεται η πρόσβαση σε όλους τους πολίτες, τις ώρες και τις ημέρες που η κεντρική είσοδος θα είναι ανοικτή από τους καλλιεργητές. Η επιλογή των δικαιούχων θα γίνεται από επιτροπή που θα ορίζεται από τη Διεύθυνση Παιδείας, Πρόνοιας και Κοινωνικής Πολιτικής. Στόχος της λειτουργία του Δημοτικού Βιολογικού Λαχανόκηπου, πέραν του κοινωνικού του χαρακτήρα, είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των κατοίκων που βρίσκονται στον κήπο, να αποτελεί καταλύτη για κοινωνική ανάπτυξη και ανάπτυξη των γειτονιών, να ενθαρρύνει την κοινωνική αλληλεγγύη, την αυτονομία, να μειώνει τον οικογενειακό προϋπολογισμό για το φαγητό, να δημιουργεί ευκαιρίες για αναψυχή, άσκηση, θεραπεία και εκπαίδευση, να μειώνει την εγκληματικότητα και να συμβάλλει σε φιλοπεριβαλλοντικές δράσεις, όπως:

◆ Ανάπτυξη Προγραμμάτων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης σε συνεργασία με την Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση.

◆ Δημιουργία χώρου ανάπτυξης ορθών περιβαλλοντικών πρακτικών στη γεωργία, σε συνεργασία με αρμόδιους φορείς (Πανεπιστήμια, Δ/νσεις Αγροτικής Ανάπτυξης κλπ.).

◆ Διοργάνωση εκδηλώσεων περιβαλλοντικού περιεχομένου.

◆ Για τους παραπάνω σκοπούς, προβλέπεται στον χώρο η ανάπτυξη κατασκευών αναψυχής και οργάνωσης υπαίθριων εκδηλώσεων, με επίκεντρο περιβαλλοντικά θέματα.

Τα δικαιολογητικά που απαιτούνται από τους ενδιαφερόμενους είναι αυτά που προβλέπονται κάθε φορά, για την ένταξη των ωφελούμενων στο Κοινωνικό Παντοπωλείο. Ενδεικτικά τα δικαιολογητικά και τα κριτήρια ένταξης είναι:

Δικαίωμα υποβολής αίτησης για τον Δημοτικό Βιολογικό Λαχανόκηπο έχει ένας μόνο ενήλικας από κάθε νοικοκυριό. Το ίδιο ισχύει και σε περίπτωση φιλοξενίας ενηλίκου. Οι αιτήσεις και τα δικαιολογητικά θα πρέπει να υποβάλλονται από τον ίδιο τον ενδιαφερόμενο. Η μοριοδότηση γίνεται με κριτήρια της οικογενειακή και οικονομική κατάσταση, την υγεία του ατόμου καθώς και την εργασιακή του κατάσταση.

Κομμάτια του Δημοτικού Βιολογικού Λαχανόκηπου, τα οποία παραμένουν αδιάθετα, δύναται να παρέχονται:

◆ Σε ψυχικά ευάλωτους δημότες μετά από εισηγητική έκθεση της Κοινωνικής Λειτουργού του Δήμου.

◆ Σε δομημένες ομάδες ή αναγνωρισμένους συλλόγους, βάσει των Π.Δ.795/1970 περί σωματείων και ενώσεων, Β.Δ.608/1970 περί λογοδοσίας Σωματείων που τροποποιήθηκε με το Π.Δ.175/1997, του Ν.Δ.1111/1972 περί φιλανθρωπικών σωματείων.

◆ Σε σχολεία».

Ένα πρότυπο αστικής καλλιέργειας

Το πρωτοπόρο παράδειγμα της Πετρούπολης δεν είναι κάτι άγνωστο και καινούργιο για τον υπόλοιπο κόσμο και κάποιες ακόμη πόλεις της χώρας μας.

Η αστική καλλιέργεια, γνωστή αλλιώς και ως αστική γεωργία, είναι η πρακτική της παραγωγής τροφίμων μέσα σε αστικά ή περιφερειακά περιβάλλοντα, αξιοποιώντας διάφορους χώρους όπως ταράτσες, μπαλκόνια, εγκαταλελειμμένες εκτάσεις ή ακόμη και εσωτερικούς χώρους. Κύριος στόχος της είναι η παραγωγή τροφίμων με ελάχιστο κόστος, χαμηλή κατανάλωση ενέργειας και μειωμένο μεταφορικό κόστος, συμβάλλοντας στην αυτάρκεια και τη βιωσιμότητα της πόλης. Χρησιμοποιούνται διάφοροι χώροι, από μικρά μπαλκόνια και ταράτσες έως κοινοτικούς λαχανόκηπους σε παραμελημένες εκτάσεις. Η αστική γεωργία βέβαια είναι μικρής κλίμακας. Εστιάζει σε σχετικά μικρές παραγωγικές μονάδες, όπως η αστική κηπουρική και η μελισσοκομία. Τα προϊόντα παράγονται τοπικά, μειώνοντας την ανάγκη για μεγάλες μεταφορές και τη σχετική επιβάρυνση στο περιβάλλον. Στόχος της είναι και η βιωσιμότητα, αφού ενθαρρύνει την αυτάρκεια τροφίμων και συμβάλλει στην πράσινη ανάπτυξη των πόλεων.

Διαχρονικά οι αστικοί λαχανόκηποι συνέβαλλαν στην αντιμετώπιση της φτώχειας

και στον περιορισμό του επισιτιστικού προβλήματος που αντιμετώπιζαν αρκετές αστικές περιοχές, ειδικότερα σε περιόδους πολέμων, κοινωνικών αναταραχών και οικονομικής ύφεσης. Στις αρχές του 20ου αιώνα, σε αρκετές πόλεις των Η.Π.Α., τα υψηλά ποσοστά ανεργίας σε συνδυασμό με την κοινωνικοοικονομική αστάθεια, οδήγησαν τις αρχές στην ανάληψη πρωτοβουλιών για την καταπολέμηση της αστικής φτώχειας και της επισιτιστικής ανασφάλειας. Έτσι, σε πολλές περιοχές προωθήθηκαν προγράμματα αστικής γεωργίας και αρκετοί κάτοικοι αστικών κέντρων άρχισαν να επιδίδονται σε μικρής κλίμακας γεωργικές δραστηριότητες.

Κατά τη διάρκεια του Πρώτου και του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου, σε πολλές αστικές περιοχές των Η.Π.Α., της Μεγάλης Βρετανίας, του Καναδά και της Γερμανίας, δημιουργήθηκαν οι λεγόμενοι «Κήποι της Νίκης» (Victory Gardens). Επρόκειτο για μικρές καλλιεργήσιμες εκτάσεις γης εντός αστικών κέντρων, που αποσκοπούσαν αφενός στον ανεμπόδιστο ανεφοδιασμό των στρατευμάτων και αφετέρου στον περιορισμό της επισιτιστικής κρίσης και την κάλυψη ενός μέρους των διατροφικών αναγκών των αστών. Στα μέσα του 1970 ένα διαφορετικό κίνημα γεννήθηκε στο Μανχάταν της Νέας Υόρκης στις Η.Π.Α. που έριχνε σπόρους σε άδεια οικόπεδα και όπου αλλού θα μπορούσε να αναπτυχθούν φυτά. Έγινε γνωστό ως το κίνημα της «αντάρτικης κηπουρικής». Ο πρώτος αστικός λαχανόκηπος δημιουργήθηκε λίγο αργότερα από τους ίδιους τους «πρωτεργάτες» της δράσης αυτής σε ένα μεγάλο εγκαταλελειμμένο οικόπεδο. Η δράση τους συνεχίζει μέχρι σήμερα και η επιρροή των ιδεών τους για τους αστικούς λαχανόκηπους εξελίχθηκε με παραλλαγές σε παγκόσμιο κίνημα. Ενεργοί πολίτες αυτό-οργανώνονται σε ομάδες και στη βάση του εθελοντισμού, της αλληλεγγύης και της άμεσης δημοκρατίας καλλιεργούν απαξιωμένες και παρατημένες εκτάσεις μέσα ή στα όρια του αστικού ιστού, διεκδικώντας την επανοικειοποίηση της αστικής γης, του δημόσιου χώρου και της επανασύνδεσης με τη φύση, καλύπτοντας παράλληλα μέρος των διατροφικών τους αναγκών.

Στην Ελλάδα οι πρώτες προσπάθειες αστικής καλλιέργειας εμφανίστηκαν γύρω στο 2011, ως αντίδραση στην οικονομική κρίση και ακολουθώντας διεθνείς τάσεις. Πολίτες, μέσω ομάδων, δημιούργησαν κοινοτικούς



κάτοικοι καλλιεργούν τα δικά τους προϊόντα



Σχετικά με την Οργάνωση Γη

Όπως προανέφερα, ο Δήμος Πετρούπολης οργάνωσε τον Κοινωνικό λαχανόκηπο σε συνεργασία με την Οργάνωση Γη. Η Οργάνωση Γη είναι μια διεθνώς βραβευμένη, μη κερδοσκοπική οργάνωση της κοινωνίας των πολιτών, που ιδρύθηκε το 2010. Βασικός σκοπός της είναι η προώθηση ενός βιώσιμου τρόπου ζωής, μέσω της επανασύνδεσης του ανθρώπου με τη φύση, προτάσσοντας παράλληλα την κοινωνική συμπερίληψη. Οι δράσεις της περιλαμβάνουν βιωματικά εκπαιδευτικά εργαστήρια για την ανάπτυξη πράσινων δεξιοτήτων, δημιουργία αστικού πρασίνου και διοργάνωση συλλογικών δραστηριοτήτων, ενθαρρύνοντας τη συμμετοχή των πολιτών στον σχεδιασμό ανθεκτικών κοινοτήτων.

λαχανόκηπους σε παραμελημένες εκτάσεις, ενώ αργότερα και πολλοί δήμοι ανέπτυξαν παρόμοιες πρωτοβουλίες. Μάλιστα στην περίπτωση της Αθήνας, μιας πόλης που υποφέρει τόσο από έλλειψη χώρων πρασίνου και τσιμεντοποίηση παντού, η αστική γεωργία μπορεί να είναι και ένας τρόπος για την ενίσχυση της κλιματικής ανθεκτικότητας και την αύξηση της φυτικής και ζωικής βιοποικιλότητας και τον μετριασμό των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και αλληλεγγύη

Μια όμως εξαιρετικά σημαντική παράμετρος των δράσεων αυτών είναι η κοινωνική. Μια

κοινωνική αλληλεπίδραση που ενθαρρύνεται, η ενεργός συμμετοχή στο κοινωνικό γίγνεσθαι και η συνεπακόλουθη ενδυνάμωση των δεσμών της γειτονιάς και της αίσθησης της κοινότητας, με την καταπολέμηση του κοινωνικού αποκλεισμού. Σημαντικό επίσης είναι ότι το κοινωνικό πρόσημο της δράσης αυτής δεν αφορά μόνο όσους άμεσα επωφελούνται, αλλά και πολλούς ακόμα συνανθρώπους μας, αφού μεγάλο μέρος της σοδειάς είναι στη διάθεση των κοινωνικών υπηρεσιών για την προσφορά δωρεάν

γευμάτων σε όσους το έχουν ανάγκη, αφού τμήμα της συγκομιδής θα διανέμεται στους ωφελούμενους του Δημοτικού Κοινωνικού Παντοπωλείου.

Ένα ακόμη πλεονέκτημα της αστικής γεωργίας εντοπίζεται στην εκπαιδευτική διάσταση που μπορεί να προσλάβει η ανάπτυξη γεωργικών δραστηριοτήτων μέσα στον αστικό ιστό. Στο πλαίσιο αυτό, ένας κοινοτικός λαχανόκηπος, ένας αστικός αγρός, ένα δημοτικό πάρκο ή το προαύλιο μιας σχολικής μονάδας μπορούν να αποτελέσουν ένα

Info

Για πληροφορίες μπορείτε να καλείτε στα τηλέφωνα: 210 5064067, 2105064061, 2105064079.

ιδανικό πεδίο εκπαίδευσης και κατάρτισης στην κατεύθυνση της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης. Οι εκπαιδευόμενοι έχουν τη δυνατότητα να έρθουν σε άμεση επαφή με τη γη και τις καλλιεργητικές διεργασίες και να γνωρίσουν τις ιδιαιτερότητες των επιμέρους γεωργικών δραστηριοτήτων, διαμορφώνοντας παράλληλα μια περισσότερο ευαισθητοποιημένη περιβαλλοντική συνείδηση.

Κλιματισμός – TV 42" Icd HD – καθρέπτες οροφής
TIVOLI radio – σεσουάρ – είδη προσ. υγιεινής
Συσκευασμένο ιματισμό – εμφιαλωμένο νερό
3 διαφορετικούς κρυφούς φωτισμούς
3 prime κανάλια TV & 2 μουσικά κανάλια
Jacuzzi – άλατα μπάνιου – κρέμα σώματος

Προσιτή
ποιοτέτεια

Σατωβριάνδου 1-Α & Λ. Αθηνών-Κορίνθου, Δάσος Χαϊδαρίου
τηλ.: 210 5815450 – fax: 210 5325044 • e-mail: hotelmarkos@hotmail.com

Hotel Markos
www.markoshotel.gr



KUKI ATH στο ***Ίλιον*** Εκεί που το μπισκότο γίνεται «λατρεία»



Το KUKI ATH είναι το νέο μπισκοτάδικο που άνοιξε τις πόρτες του εδώ και λίγο καιρό στο Ίλιον και έχει ήδη κάνει ένα δυναμικό ξεκίνημα στον χώρο των cookies, με τους λάτρεις του είδους αμέσως να το ξεχωρίζουν. Και αν έχετε συνηθίσει το μονότονο COOKIES ή αυτά που αγοράζετε από τα ράφια των σούπερ μάρκετ, εδώ θα ζήσετε μια ξεχωριστή γευστική εμπειρία.

Αυτό που πρωτοκάνει εντύπωση στον επισκέπτη του μαγαζιού είναι η δελεαστική μυρωδιά φρεσκοψημένου μπισκότου. Έπονται τα χαμογελαστά πρόσωπα προσωπικού και θαμώνων και ο μυρωδάτος καφές για να συνοδεύσεις τα μπισκότα σου.

Τα μπισκότα παρασκευάζονται καθημερινά με προσεγμένα υλικά, ποιοτικές πρώτες ύλες υψηλής ποιότητας σοκολάτες και συνταγές δουλεμένες με μεράκι και έμπνευση.

Η ποικιλία από τα κλασικά σοκολατένια μέχρι τα πιο ιδιαίτερα όπως το Hazelnut Kuki, έχει δημιουργηθεί με αγάπη και φροντίδα για να καλύπτει όλα τα γούστα. Δείτε ενδεικτικά τις γεύσεις του για να καταλάβετε ότι μια στάση στο KUKI ATH αξίζει τον κόπο...

→ **Classic Kuki**

100g. Με βιολογικό βούτυρο, κομματάκια σοκολάτας και ανθό αλατιού

→ **Double Chocolate Kuki**

100g. Με βιολογικό βούτυρο, σοκολάτα υγείας, σοκολάτα γάλακτος και ανθό αλατιού

→ **Lemon Kuki**

100g. Με βιολογικό βούτυρο και λεμόνι

→ **Cheese Cake Kuki**

100g. Τραγανή ζύμη shortbread με cheesecake San Sebastian, μαρμελάδα κόκκινα φρούτα και φρέσκα κόκκινα φρούτα



→ **Banoffee Kuki**

100g. Με βιολογικό βούτυρο, καραμέλα, μπανάνα, σοκολάτα γάλακτος και αμύγδαλο

→ **Belgian Kuki**

100g. Με βιολογικό βούτυρο, χειροποίητη πραλίνα μπισκότο και λευκή σοκολάτα

→ **Hazelnut Kuki**

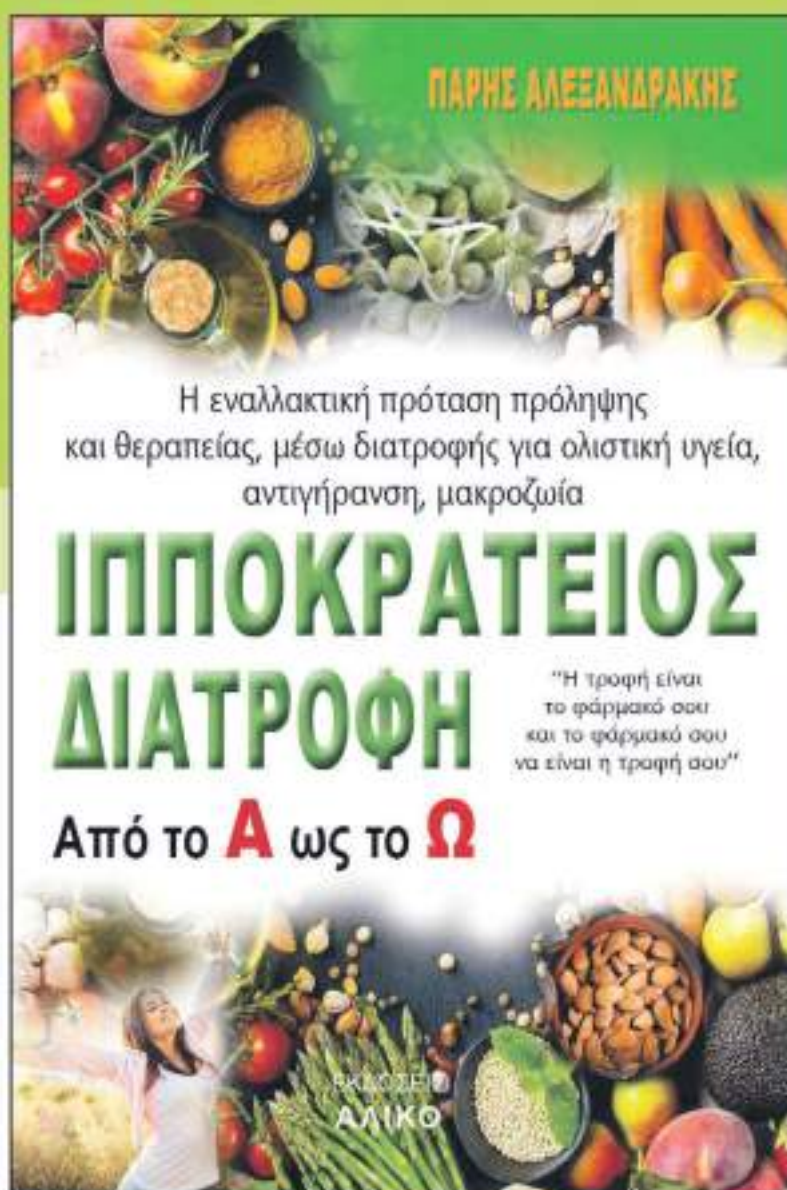
100g. Με βιολογικό βούτυρο, χειροποίητη gianduja, καραμέλα και φουντούκι



Κυκλοφορεί απο τις εκδόσεις του Υγεία Ευεξία

ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

απο το Α εως το Ω



Ένα βιβλίο που θα σας μυήσει στα μυστικά της Ιπποκράτειας διατροφής αλλά και θα σας βοηθήσει ώστε να κατακτήσετε την γνώση της πρόληψης για υγεία, ευεξία και μακροζωία

Παραγγελίες στο

και στο mail:

τηλ. **2155652757**

info@alikobooks.gr

Μεταφορικά για την ηπειρωτική Ελλάδα ΔΩΡΕΑΝ

ΤΟ ΑΡΧΟΝΤΙΚΟΝ



Το ΑΡΧΟΝΤΙΚΟΝ
παραμένει στην
κορυφή της διασκέδασης
στο Μπουρνάζι,
με συνέπεια και
υπευθυνότητα στον
πελάτη.

Το ΑΡΧΟΝΤΙΚΟΝ πρωτοπόρο
και στις κοινωνικές εκδηλώσεις
(γάμοι, βαπτίσεις κλπ).

Τις πιο σημαντικές στιγμές της ζωής σας
τις μοιραζόμαστε μαζί σας με άψογη
εξυπηρέτηση, θαυμάσια ποιότητα
και προσιτές τιμές.

Γλέντι αιελείωτο στις εκδηλώσεις του Αρχοντικού

Στο ΑΡΧΟΝΤΙΚΟΝ η διασκέδαση συνδυάζει
κέφι- ποιότητα- ψυχαγωγία. Το σταθερό μουσικό
σχήμα, η Τζο, ο Αλέξης και ο Τάσος, με το πλούσιο
ρεπερτόριό τους σας χαρίζουν υπέροχες μουσικές
εμπειρίες που θα σας γοντεύσουν.

Καλή σας διασκέδαση!



Λ. Κωνσταντινουπόλεως 94 & Σκύρου 2 Περιστέρι, 12133 • Τηλ.: 210 5743525