

ΔΙΑΥΛΟΣ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ «ΔΙΑΥΛΟΣ» (Σεπτέμβριος - Οκτώβριος - Νοέμβριος 2017)

Έτος 10ο - Αρ. Φύλλου 36 - Διανέμεται Δωρεάν

editorial

Άλλο ένα τεύχος, άλλη μια κατάθεση ψυχής από την ομάδα της εφημερίδας προς τους αγαπητούς μας αναγνώστες.

Η φθινοπωρινή έκδοση, εμπειριέχει χρώματα της φύσης, εικόνες, συναίσθηματα και την ομορφιά μιας εποχής που μπορεί να φαίνεται μελαγχολική, αλλά είναι πανέμορφη και με συνεχείς εναλλαγές.

Βουτήξαμε λοιπόν την πένα μας στο μελανοδοχείο της δράσης και της δημιουργίας, έτσι ώστε να επικοινωνήσουμε μαζί σας αλληλοσυμπληρώνοντας η μια πλευρά την άλλη.

Συντάκτες και αναγνώστες, συνεχίζουμε να διευρύνουμε την μεταξύ μας σχέση, με νέα άρθρα, κείμενα, ιστορίες, ποίηση, φωτογραφίες και ότι ωραίο απορρέει από την έμπνευσή μας.

Σ αυτό το τεύχος εφαρμόσαμε μια πρωτοτυπία: Συνθέσαμε από κοινού ποίηση, συμπληρώνοντας ο ένας τον στίχο του άλλου. Γιατί στη ζωή όλα μπορούν να ομορφύνουν με το ΕΜΕΙΣ της συλλογικότητας...



«ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΜΑΣ»

ΣΕΛΙΔΑ 2

- ✓ ΘΟΛΗ ΠΟΛΗ
- ✓ Η ΜΑΝΑ
- ✓ ΘΕΛΩ
- ✓ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΒΡΟΧΟΥΛΑ
- ✓ ΤΟ ΝΕΟΚΛΑΣΣΙΚΟ
- ✓ ΣΥΓΧΩΡΕΣΗ ΆΛΛΑ ΚΑΙ ΛΗΘΗ
- ✓ ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΜΠΑΛΚΟΝΙ

ΣΕΛΙΔΑ 3

- ✓ Ο κ. ΑΛΕΞΗΣ ΤΣΙΠΡΑΣ
- ✓ ΤΕΛΛΟΣ ΑΓΡΑΣ
- ✓ Η ΖΩΗ ΠΟΝΑ
- ✓ ΜΙΑ ΖΩΗ ΦΥΛΑΚΗ
- ✓ ΠΡΟΣΦΥΓΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ
- ✓ ΣΤΙΓΜΑ

ΣΕΛΙΔΑ 4

- ✓ ΑΓΑΠΩ ΤΑ ΖΩΑ
- ✓ ΣΚΑΕΙ ΤΟ ΚΥΜΑΤΑΚΙ
- ✓ ΑΠΡΟΣΔΟΚΗΤΟ
- ✓ ΣΥΝΑΠΑΝΤΗΜΑ
- ✓ ΓΕΥΜΑ ΣΤΟ «ΝΑΥΠΛΙΟ»
- ✓ ΝΟΣΤΑΛΓΙΑ, ΑΓΑΠΗ, ΑΝΟΙΞΗ
- ✓ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΓΕΙΤΟΝΟΣ ΗΓΕΤΗ
- ✓ ΠΕΡΙ ΑΓΝΩΣΤΟΥ
- ✓ ΑΝΔΡΩΝ ΕΠΙΦΑΝΩΝ
- ✓ ΠΑΣΑ ΓΗ ΤΑΦΟΣ
- ✓ ΜΠΟΡΩ-ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΩ

ΣΕΛΙΔΑ 5

- ✓ ΒΡΟΧΗ ΚΙ ΑΓΑΠΗ
- ✓ ΤΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ
- ✓ ΣΕΒΑΣΜΟΣ
- ✓ ΓΩΝΙΑ ΠΑΤΗΣΙΩΝ ΚΑΙ ΣΤΟΥΡΝΑΡΗ
- ✓ ΣΙΓΑ ΣΙΓΑ
- ✓ ΤΟ ΚΑΛΝΤΕΡΙΜΙ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ
- ✓ ΤΟ ΝΟΤΙΣΜΕΝΟ ΧΩΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΒΡΟΧΗ
- ✓ ΤΟ ΔΕΝΤΡΟ

ΣΕΛΙΔΑ 6

- ✓ ΣΚΕΨΗ: ΣΥΜΠΑΝ + ΗΔΟΝΗ = ΦΡΟΝΗΣΗ.
ΣΥΝΕΣΗ + ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ = ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ + ΟΜΟΡΦΙΑ + ΑΓΑΠΗ!!!
- ✓ ΠΡΩΤΟΒΡΟΧΙΑ
- ✓ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΠΑΝΩ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

ΣΕΛΙΔΑ 7

- ✓ ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΆΛΛΑΓΗ!!!
- ✓ Η φωτογραφία του Μήνα

ΣΕΛΙΔΑ 8

- ✓ Ανέκδοτο...
- ✓ ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΚΑΙ ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ

ΘΟΛΗ ΠΟΛΗ

Ρίχνει χιόνι, βροχή, οι άνθρωποι τρέχουν αλλά που να πάνε; Μια κυρία η Γωγώ, μετακομίζει, πηγαίνει στο πατρικό της, γιατί την έδιωξε ο άντρας της. Ζαλωμένη με τα σκουτιά της, πήγαινε σιγά - σιγά, αλλά είχε και το άγχος τι θα έλεγαν τα γονικά της, που άφησε το σπίτι της μετά από 20 χρόνια παντρειάς. Άλλα δεν είχε που να πάει, τα παιδιά της πήγαιναν στο λύκειο και έμεναν με τον πατέρα τους το μέθυσο, αλλά η Γωγώ ήταν διωγμένη από άντρα και τα παιδιά ήταν αδιάφορα. Δεν ήξερε τι να κάνει στην αγορά της μικρής πόλης, όπου υπήρχαν κάτι άνθρωποι, αλλά η Γωγώ ντρεπόταν, μα τι να γίνει; Τάχυνε το βήμα της, μπήκε σε ένα στενό και χτύπησε την πόρτα του πατρικού της σπιτιού κι εκείνη την ώρα έπεφτε το χιόνι πυκνό.

Αντιγόνη Γκίνη

Η ΜΑΝΑ

Μάνα, μητέρα, μαμά, τι γλυκιά λέξη, τι γλυκό να μπορείς να προσφέρεις, σε αγαπώ μαμά, χρόνια πολλά μανούλα. Άμα δεν είναι δυνατόν αυτό γίνεται, εσύ μητέρα να το ακούς και πάλι ούτε τότε το ακούς, δεν μπορείς να πεις ποτέ σε αγαπώ, μαμά, αλλά και δεν το ακούς από τα δικά σου τα παιδιά και τότε τι κάνεις; Τι μπορείς να κάνεις; Κάθεσαι στη κρυφή γωνίτσα της καρδιάς σου και περιμένεις την αγάπη, την ευτυχία, την χαρά, την ελπίδα να σου πουν το πολυπόθητο χρόνια πολλά μητέρα σε αγαπώ. Ναι, αλλά αυτή η στιγμή δεν έρχεται ποτέ κι εσύ προσπαθείς, σκάβεις, σαρώνεις το χωράφι συνεχώς και ρίχνεις σπόρους, ρίχνεις, αλλά δεν βλέπεις αποτέλεσμα. Οι σπόροι φυτρώνουν στο καλά σαρωμένο χωράφι, περήφανοι και όμορφοι, αλλά δεν γυρίζουν να σε κοιτάζουν. Δεν με πονεί που δεν μου λένε σε αγαπώ μαμά, με πονεί που δεν μπορώ εγώ να πω χρόνια πολλά μάνα, σε αγαπώ. Σε ψάχνω, σε αναζητώ πολλά χρόνια, για να σε βρω. Που είσαι; Δεν σε βρίσκω. Μια τόσο όμορφη, ιερή, γλυκιά λέξη, που δεν την είπα, δεν την ένιωσα ποτέ. Το κενό είναι τόσο μεγάλο, που δεν κλείνει, όσο και να το κρύβω, βαθιά μέσα μου, εκείνο θεριεύει και με πνίγει κύμα μεγάλο της μοναξιάς μου συντροφιά και του μυαλού μου αντάμα.

Αντιγόνη Γκίνη

ΘΕΛΩ

Θέλω, μια λέξη με βάθος, θέλω, θέλω, είναι πολλά τα θέλω, δεν προλαβαίνω να τα βάλω σε σειρά, θέλω εκείνο, το άλλο, ναι τα θέλω όλα, τα θέλω και πολύ με πιάνει άγχος από τα θέλω. Μα τι είναι αυτά που θέλω; Από μικρή ήθελα πολλά, νοσταλγία που ήμουν μικρή, τότε αγαπούσα πολύ το καρναβάλι, τις απόκριες. Ήθελα να ντυθώ με αποκριάτικη στολή, να πάω με τους δικούς μου στην Πάτρα στο καρναβάλι, να μου πετάξει η βασιλισσα του καρναβαλιού σοκολάτες. Αλήθεια, πόσα είναι τα θέλω μου; Όλο θέλω και δεν σταματώ. Θέλω να τα αγοράζω όλα. Ναι, υπάρχουν και τα ουσιαστικά θέλω μου που δεν έχουν σχέση με υλικές απολαύσεις. Αυτά τα θέλω με μπερδεύονταν. Τέλος, πάνω από όλα θέλω την ζωή, την αγάπη, την ευτυχία, την ηρεμία και την ελπίδα, για να μπορώ να ζω και να ρουφάω την ζωή. Ναι, θέλω έρωτα, αγάπη και καμπό. Θέλω έστω και πόνο, για να καταλαβαίνω τη ζωή, θέλω, θέλω, θέλω, δεν σταματούν τα θέλω μου, θέλω να σας αγαπώ. Ευχαριστώ.

Αντιγόνη Γκίνη

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΒΡΟΧΟΥΛΑ

Εκεί που είμαστε όλη η παρέα συγκεντρωμένοι στη παραλία, παιζαμε τέννις, όλοι γεμάτοι χαρά, καλοκαίρι, θαλασσίσα, όλα όμορφα, να τα πιεις στο ποτήρι. Όσο κοιτούσα τη θάλασσα, γέμιζε το μάτι μου, η ψυχή μου, το βλέμμα μου αγκάλιαζε τον ορίζοντα, ήταν όλα τέλεια. Ξαφνικά ο ουρανός άρχισε να συνεψιάζει και τοκ - τοκ οι σταγόνες της βροχής άρχισαν να πέφτουν σιγανά. Τα μάζεψαν κι έφυγαν όλοι, εγώ έμεινα και απολάμβανα τις σιγανές ψιχάλες, συνεχίστηκε για καμία ώρα το σιγανοψιχάλισμα, η συγκέντρωση είχε διαλυθεί, εγώ καθόμουν σε ένα βραχάκι κι απολάμβανα τις σιγανές ψιχάλες και πάλι όλα ήταν τέλεια, ο ουρανός μιλούσε με τη θάλασσα. Σιγά - σιγά το σιγανοψιχάλισμα έβαλε την τελευταία νότα σε αυτό το τέλειο μπάνιο στη θάλασσα. Τώρα τα είχε όλα, δεν έλειπε τίποτα.

Αντιγόνη Γκίνη

ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΜΠΑΛΚΟΝΙ

Τι όμορφα στην πολυκατοικία μας, το δικό μας το διαμέρισμα ήταν εσωτερικό, κοιτούσε στον ακάλυπτο στην αυλή. Η γιαγιά καθόταν όλη μέρα και κοιτούσε στον ακάλυπτο, στην εσωτερική αυλή, γύρω - γύρω τα άλλα διαμερίσματα κι έπλαθε ιστορίες για τον καθένα.

Η κυρά Ελένη του τρίτου, η κυρά Μαρία του δευτέρου, ο κυρ Κώστας του πρώτου, τα δίδυμα του τετάρτου ο Νίκος κι η Ανθούλα, ένας μικρόκοσμος που η γιαγιά καθόταν στην πολυθρόνα της όλη μέρα κι ασχολείτο μαζί του. Δεν είδα σήμερα το κύριο Ηλία του πρώτου. Τι να κάνουν τα δίδυμα; Δεν πήγαν σχολείο. Μήπως είναι άρρωστα; Κι έτσι περνούσε ο καιρός, με τα νέα της αυλής.

Αντιγόνη Γκίνη

ΔΙΑΥΛΟΣ

Τριημηνιαία έκδοση της Ομάδας Δημοσιογραφικού Εργαστηρίου του Σωματείου «Αυτοεκπροσώπηση»,
36ο τεύχος.

Η τακτική χρηματοδότηση της εφημερίδας, αλλά και η φιλοξενία της παραπάνω ομάδας παρέχονται από την Π.Ε.Ψ.Α.Ε.Ε.

Διεύθυνση επικοινωνίας:
Ηπείρου 41, Αθήνα 104 39.
Τηλ: 210 - 8818946,
fax: 210 - 5245302,
e-mail: pdiakakis@gmail.com,
ιστοσελίδα: www.autoekprosopisi.gr

Αν είστε Λήπτες Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας μπορείτε να στέλνετε άρθρα, σχέδια, ποιήματα ή οτιδήποτε άλλο προς δημοσίευση στην εφημερίδα μας.

Τα κείμενα που υπάρχουν εντός της εφημερίδας εκφράζουν τις προσωπικές απόψεις των αρθρογράφων - δημιουργών που αναφέρονται στην συντακτική ομάδα και που υπογράφουν τα κείμενα αυτά.

Συντακτική ομάδα:
Γκίνη Αντιγόνη,
Τριπολίτου Αγγελική,
Συράκη Μαίρη,
Καββαδίας Ανδρέας,
Χουγκάζ Φερνάντα,
Διακώνης Κώστας,
Παυλής Δημήτρης.

Συντονισμός ομάδας:
Χαλιακόπουλος Γρηγόρης.

Επιμέλεια-συγκέντρωση άρθρων:
Διακάκης Παναγιώτης.

Μοντάζ:
Καρούσος Σταύρος.

Αντιγόνη Γκίνη

Ο κ. ΑΛΕΞΗΣ ΤΣΙΠΡΑΣ

Έγραψα για αρκετούς. Έγραψα κι αρκετές βιογραφίες, όπως του Καζαντζάκη, του Λουντέμη. Καιρός ήταν να γράψω και για τον Πρωθυπουργό μας τον κ. Αλέξη Τσίπρα.

Ο κ. Τσίπρας γεννήθηκε το 1974. Έχει καταγωγή από το Αθαμάνιο και την Ελευθερούπολη. Αποφοίτησε από το Πολυκλαδικό Λύκειο Αμπελοκήπων. Σπούδασε στο ΕΜΠ Πολιτικός Μηχανικός από όπου αποφοίτησε το 2000. Το 2003 ολοκλήρωσε το μεταπτυχιακό του στην Πολεοδομία - Χωροταξία στο ΕΜΠ. Από μικρή ηλικία εντάχθηκε στο χώρο της αριστεράς, καθώς οργανώθηκε στην ΚΝΕ το 1988. Συμμετέχει στην ομάδα μαθητών και συνομιλούσε με την Κυβέρνηση Μητσοτάκη, κατά τη διάρκεια των μαθητικών κινητοποιήσεων το 1990-1991. Αποχώρησε από την ΚΝΕ το 1991. Ως φοιτητής συμμετείχε στην ίδρυση της παράταξης Εγκέλαδος. Την περίοδο 1999-2003, ήταν γραμματέας της νεολαίας του Συναπισμού. Το 2001 ο κ. Τσίπρας ταξίδεψε στην Ιταλία για να συμμετάσχει στις διαδηλώσεις εναντίον της Συνόδου Κορυφής στην Γένοβα. Ήταν ένα από τα 135 στελέχη του ΣΥΝ που θεωρήθηκαν ύποπτα για πρόκληση επεισοδίων και στα οποία απαγορεύτηκε η αποβίβαση στο Λιμάνι της Αγκόνας, με αποτέλεσμα να οργανώσουν επιτόπια ολοήμερη διαμαρτυρία, παρεμποδίζοντας την αναχώρηση του Καραβιού, έως ότου παρενέβη η Ιταλική Αστυνομία.

Έθεσε υποψηφίότητα για βουλευτής στις εκλογές του 2004. Το Δεκέμβριο του 2004 αποχώρησε από την Νεολαία και εξελέγη στην κεντρική πολιτική επιτροπή του ΣΥΝ και εν συνεχεία στην πολιτική γραμματεία του Κόμματος. Τον Οκτώβριο του 2005 ο πρόεδρος του κόμματος κ. Αλαβάνος, τον πρότεινε στο κόμμα ως υποψήφιο δήμαρχο Αθηναίων.

Σε ηλικία 31 ετών ο κ. Τσίπρας έγινε ο νεώτερος αρχηγός πολιτικού κόμματος στην ιστορία της Ελλάδος. Εν όψει των εθνικών εκλογών του 2009, ο κ. Τσίπρας υπέβαλε αρχικά πρόταση στο να είναι επικεφαλής της προεκλογικής εκστρατείας, κάτι που δεν συνέβη τελικά. Στις εκλογές ο ΣΥΡΙΖΑ μπήκε στη Βουλή με 4,6% με τον Τσίπρα να εκλέγεται για πρώτη φορά στην Α' Αθηνών κι έπειτα ομόφωνα πρόεδρος της Κ.Ο. Στις εκλογές του

2012 τελικά ο ΣΥΡΙΖΑ κατετάγη 2ο κόμμα (26,9%) με διαφορά μικρότερη των 3 μονάδων από την ΝΔ η οποία σχημάτισε κυβέρνηση συνεργασίας με το ΠΑΣΟΚ και την ΔΗΜΑΡ. Τον Ιούλιο του 2013, έλαβε χώρα το ιδρυτικό συνέδριο του ΣΥΡΙΖΑ ως ενιαίο πολιτικό κόμμα, κατά το οποίο εξελέγη πρόεδρος του κόμματος με ποσοστό 74%.

Στις Βουλευτικές εκλογές του Ιανουαρίου του 2015, ο ΣΥΡΙΖΑ ανεδέιχτηκε πρώτο κόμμα με 36,3% και 149 έδρες. Το πρώτη της επόμενης ο κ. Τσίπρας συναντήθηκε με τον κ. Πάνο Καμμένο, πρόεδρο των ΑΝΕΛ, ο οποίος ανακοίνωσε την πρόθεση συνεργασίας για τον σχηματισμό Κυβέρνησης. Την ίδια μέρα ο κ. Τσίπρας συναντήθηκε με τον Αρχιεπίσκοπο Ιερώνυμο κι έπειτα με τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας Κάρολο Παπούλια που του έδωσε εντολή σχηματισμού Κυβέρνησης και τον όρκισε Πρωθυπουργό.

Στις εκλογές που πραγματοποιήθηκαν στις 20 Σεπτεμβρίου του 2015, ο ΣΥΡΙΖΑ ανεδέιχθη και πάλι πρώτο κόμμα, αυτή τη φορά με ποσοστό 35,5% και 145 έδρες και 155 βουλευτές. Μετά την παραίτηση και την ανεξαρτητοποίηση 2 βουλευτών από το Νοέμβριο του 2015, η κυβερνητική πλειοψηφία αποτελείται από 153 βουλευτές. Ο κ. Αλέξης Τσίπρας συζέει με την Περιστέρα Μπαζιάνα, με την οποία έχει υπογράψει σύμφωνο ελεύθερης συμβίωσης και έχει αποκτήσει 2 γιους. Έχει δηλώσει Άθεος και δεν έχει τελέσει θρησκευτική βάπτιση για τα παιδιά του.

Το 2015, επίσης, τιμήθηκε από τον Πατριάρχη Ιεροσολύμων, Θεόφιλο, με τον Μεγαλόσταυρο των Ιπποτών του Τάγματος του Πανάγιου Τάφου. Σε αντίθεση με πολλά που λέγονται, θα' λεγα ότι τα πράγματα πάνε πολύ καλά. Είναι το Μνημόνιο μέσα στη μέση, βέβαια, αλλά αφού χρωστάμε χρήματα είναι κάτι το αναπόφευκτο. Αυτό και για την αντιπολίτευση, που δεν μας λέει όμως, πως θα το ξεχρεώσει κι από πού; Ο κ. Τσίπρας είναι ένας από τους λίγους καλούς Πρωθυπουργούς και του εύχομαι ότι καλύτερο υπάρχει στο δύσκολο δρόμο της Πρωθυπουργίας του και καλά Χριστούγεννα και ευτυχισμένο το 2018.

Μαίρη Συράκη
Ξενώνας «ΕΣΤΙΑ»



ΤΕΛΟΣ ΑΓΡΑΣ

Ο Καπετάν Άγρας από τους Γαργαλιάνους Μεσσηνίας λεγόταν πραγματικά Αγαπητός Σαραντέλας και είχε γεννηθεί το 1880 και δολοφονήθηκε από τους Βούλγαρους στις 7 Ιουνίου του 1907.

Ήταν Μακεδονομάχος, έδρασε στην περιοχή των Γιαννιτσών και συγκεκριμένα στη λίμνη των Γιαννιτσών όπου είχαν γίνει πολλές μάχες μεταξύ Ελλήνων και Βουλγάρων. Και οι Τούρκοι γελούσαν, λέγοντας: «να σκοτώνονται οι Χριστιανοί» και αυτοί έκαναν τους καλούς.

Τέλος πάντων, ο Καπετάν Άγρας ήταν μια μορφή ισότιμη του Παύλου Μελά κι ας ήταν από την Μεσσηνία. Τότε, από όλη την Ελλάδα, Κρήτες, Μεσσήνιοι, Λάκωνες, έλαβαν μέρος στο Μακεδονικό Αγώνα. Ο Καπετάν Άγρας ήθελε να μονιάσουν Έλληνες και Βούλγαροι, κυρίως λόγω του ίδιου θρησκεύματος. Και γιαυτό, έκλεισε συνάντηση, τότε στην περιοχή των Βοδενών ('Εδδεσα), για να τα βρουν Έλληνες και Βούλγαροι και να πολεμήσουν μαζί τους Τούρκους. Οι Βούλγαροι όμως, τον ξεγέλασαν τον καπετάν Άγρα, τον έσερναν μια εβδομάδα στα βουλγαροχώρια. Πριν την απελευθέρωση της Μακεδονικής Ελληνικής γης, υπήρχαν πολλά χωριά Βουλγάρικα και Σλάβικα. Τέλος, τον αποκεφάλισαν στα Βοδένα στις 7 Ιουνίου 1907.

Τελικά απελευθερώθηκε η Μακεδονία, λίγο αργότερα η υπόλοιπη Βόρεια Ελλάδα, από Τούρκους, Βούλγαρους και άλλους. Η Ελλάδα πήρε πίσω το 60% του Μακεδονικού εδάφους. Ο Τέλλος Άγρας ήταν ένας μεγάλος άνδρας που γέννησε η Μεσσηνία και πολέμησε για την λευτεριά της Μακεδονικής γης. Υπήρξαν κι άλλες ηρωικές μορφές στον Μακεδονικό Αγώνα. Οι παραπάνω πληροφορίες επιάρθησαν από τα μυστικά του βάλτου βιβλίο της Πηγελόπης Δέλτα που ζούσε την εποχή του Μακεδονικού Αγώνα και χάρηκε την Απελευθέρωση της Μακεδονίας. Μπορώ να γράψω πολλά, αλλά λίγα αρκούν. Ήταν μεγάλος ο Τέλλος Άγρας ο Σαραντέλος Αγαπητός. Εδώ θα τελειώσω με το γνωστό ρητό που το έχω γράψει ξανά: «Ανδρών Επιφανών πάσα γη Τάφος»,
Ευχαριστώ,

Αντιγόνη Γκίνη

Η ΖΩΗ ΠΟΝΑ ΜΙΑ ΖΩΗ ΦΥΛΑΚΗ

Η ζωή είναι μία και πρέπει να την ζήσουμε, όπως θέλουμε κι όπως πρέπει κάποιες φορές. Ζούμε μια ζωή φυλακισμένη που μας πονά. Θέλουμε να σπάσουμε τα δεσμά και να πετάξουμε ψηλά, να φύγουμε από την φυλακή, αλλά πονάμε πολύ γιατί και στην νοερή φυλακή κάτι μας κρατά. Πονάμε πολύ μια ζωή και γιατρός δεν βρίσκεται, δεν υπάρχει, η ζωή είναι μικρή και όμορφη και γλυκιά και πρέπει να την χαρούμε, να την ζήσουμε μέχρι τέλους, γιατί είναι μία δεν υπάρχει άλλη. Δεν θα ζήσουμε πολλές ζωές, γιαυτό πρέπει να την χαρούμε κι ας έχει πάνω και δάκρυα. Όλα είναι γλυκά κι ο γιατρός της καρδιάς όλα τα θεραπεύει. Γλεντήστε την ζωή σας γιατί δεν υπάρχει άλλη.

Αντιγόνη Γκίνη

ΠΡΟΣΦΥΓΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

Η Λέσβος και τα άλλα νησιά του Β.Α. Αιγαίου προτάθηκαν για NOBEL. Τελικά κάλεσαν στις Βρυξέλλες, στο κτίριο της Κομισιόν, ένα κύριο από την Μυτιλήνη, που είναι φούρναρης και πήγαινε ένα βαν αυτοκίνητο κάθε μέρα, γεμάτο ψωμιά και άλλα αρτοποιήματα και τα πήγαινε στους πρόσφυγες να φάνε, αλλά δεν ήταν μόνο εκείνος. Ήταν και μια κυρία που τάιζε με το μπιζερό, ένα παιδάκι από τους πρόσφυγες. Οι Εταίροι μας, έδειξαν μεγάλη κατανόηση στους έλληνες Νησιώτες που με τη σειρά τους έδειξαν τόση αγάπη στους πρόσφυγες και στα παιδιά τους. Έτσι, τους κάλεσαν στην Κομισιόν για τιμητικές εκδηλώσεις. Οι πρόσφυγες χρωστούν πολλά στους έλληνες Νησιώτες.

Αντιγόνη Γκίνη

ΣΤΙΓΜΑ

Το στίγμα είναι μια λέξη που νομίζουμε ότι έχει κορεσθεί κι όμως, όσο και να αναπτύσσουμε το θέμα στίγμα, όλο και θα γράφουμε κι άλλα κι άλλα. Είναι ανεξάντλητο και η γνώμη των ανθρώπων που είναι γύρω - γύρω από έναν άνθρωπο με ιδιαιτερότητες, δηλαδή λήπτη, αυτοί οι άνθρωποι, οι συγγενείς, οι γύρω - γύρω, αυτοί είναι που καυτηριάζουν τον λήπτη, τον ιδιαίτερο, με τα πολλά χαρίσματα που λέω εγώ. Οι συγγενείς, αυτοί είναι που δεν δείχνουν κατανόηση, αυτοί κάνουν σκέψεις ενοχικές και δεν έχουν πνεύμα μεγάλο, να διασχίζει ορίζοντες. Λοιπόν το Πάσχα είχα πάει να το περάσω με τα παιδιά μου και στη κουβέντα επάνω είπα ότι στην ΠΕΨΑΕΕ πηγαίνω στην ομάδα Φιλοσοφίας. Εκείνη τη στιγμή ο γιος μου λέει στη σύζυγό του: Ρένα ακούς; Οι τρελοί κάνουν φιλοσοφία! Εγώ δεν μιλησα, γιατί με αυτό που είπε κατέβασε το δικό του επίπεδο και μου τόνισε ξανά το ανύπαρκτο IQ του.

Αντιγόνη Γκίνη

ΑΓΑΠΩ ΤΑ ΖΩΑ

Σήμερα ήταν μια δύσκολη μέρα, δυστυχώς δεν ήταν η πρώτη. Έχω τρομερή αδυναμία στα ζωάκια, κυρίως στις γάτες και στα σκυλάκια. Φυσικά τώρα γράφω σε παρελθόντα χρόνο. Οι δυο λυκοσκυλίτες μου, οι δίδυμες όπως τις λέω, είναι άρρωστες, έχω ειδοποιήσει τον κτηνίατρο, του είπα τα συμπτώματα και τον περιμένω να έρθει δεν θα είναι και η πρώτη φορά. την μια θα έρθει για να κάνει ευθανασία για το Καλαζάρ, την άλλη τρέχοντας να γλυτώσουμε τα σκυλάκια από φόλα, μεγάλη ιστορία κι αυτή με τις φόλες. Άλλα δεν το βάζω κάτω, κάθε φορά που θα χάσω ένα σκυλάκι, αμέσως παίρνω άλλο. Τί να κάνω; Όταν γνώρισα τους ανθρώπους αγάπησα τα ζώα κι αυτό μου συνέβη σε πολύ μικρή ηλικία. Τέλος πάντων, ήρθε ο κτηνίατρος, έκανε τη διάγνωση, ήταν καλαζάρ, τους έκανε την γνωστή ένεση, δεν θα κάνω σχόλια γύρω από αυτό και τέλειωσαν όλα. Την άλλη μέρα ήμουν στο pet shop και αγόρασα άλλο λυκοσκυλάκι.

Ζύσα σε εξοχικό σπίτι, είχα μεγάλο κτήμα και μου χρειάζονταν μεγάλα σκυλιά, αλλά εκτός από αυτό τα αγαπούσα πολύ και είχα μάθει από τον κτηνίατρο να τους κάνω ενέσεις όταν αρρώσταιναν, μέχρι να έρθει εκείνος να τα δει. Τα παιδιά μου, η ζωή μου ήταν τα λυκόσκυλα που τα είχα ονομάσει με αρχαία ονόματα, όπως και το μέρος που ήταν το κτήμα και ήταν λίγο ψηλά κι έβλεπες όλο το Αιγαίο, μέχρι την Σίφνο έβλεπες.

Λοιπόν, το κτήμα το ονόμασα όρος λύκαιον, την περιοχή λυκόσουρα και το λυκόσκυλο Λυκάνωνας. Αυτά, περασμένα μεγαλεία και διηγώντας τα να κλαις. Ευχαριστώ πολύ. Τι άλλο να πω;

Αντιγόνη Γκίνη

ΣΚΑΕΙ ΤΟ ΚΥΜΑΤΑΚΙ

Πλαφ - πλουσφ, κάθομαι στην παραλία και το κυματάκι μου γλύφει τα πόδια, τι γλυκιά αίσθηση, τι όμορφα. Έτσι μου ήρθε και πήρα τη σανίδα του σερφ, ανέβηκα επάνω, κράτησα την ισορροπία μου και το κύμα με πήγαινε μια εδώ, μια εκεί. Το θέμα ήταν να κρατήσω ισορροπία και λίγο - λίγο το κυματάκι ανέβαινε. Με τα χέρια απλωμένα και τα πόδια, το κύμα είχε αγκαλιάσει τη σανίδα του σερφ, μια εδώ, μια εκεί, έπρεπε να κρατηθώ, γιατί εάν έπεφτε στο νερό, μετά ξανά από την αρχή. Έτσι, πέρασα το απόγευμα στην όμορφη θάλασσα, το κύμα πλατσούριζε κι εγώ πάνω στη σανίδα του σερφ, προσπαθούσα να κρατηθώ. Τι υπέροχα στην θάλασσα, σιγά - σιγά θα το μάθαινα, που θα πάει, ναι μου άρεσε πολύ, Χαβάτ 5-0, η σανίδα είναι πιο καλή για τον ωκεανό, αλλά κι εδώ κάτι γίνεται, αλλιώς μπορείς να βάλεις στην σανίδα του σερφ ίστιο και τότε γίνεται ιστιοσανίδα.

Αντιγόνη Γκίνη

ΑΠΡΟΣΔΟΚΗΤΟ ΣΥΝΑΠΑΝΤΗΜΑ

Ανέβαινα το λόφο στο Σουνιό, ήθελα να κάνω μια επίσκεψη στο Ναό του Ποσειδώνα, ανεβαίνοντας αριστερά έχει ερείπια από το Ναό της Αθηνάς, δεξιά απέναντι από τον Ναό στη θάλασσα, είναι η περιοχή που ήταν ο Ναός της Αρτέμιδας. Ανεβαίνοντας είχα ένα γλυκό συναπάντημα. Συνάντησα ένα εφηβικό μου φίλο. Πόσα πολλά χρόνια είχα να τον δω; Πιαστήκαμε χέρι - χέρι και προχωρήσαμε στον Ναό. Καθίσαμε λίγο μιλήσαμε. Θαυμάσαμε τον 3000 ετών Ναό τις Κολώνες και μετά καθίσαμε σε ένα καφέ που ήταν εκεί και κοιτούσαμε μαγεμένοι το ηλιοβασιλέμα του Σουνιού που είναι ένα από τα πιο μαγευτικά ηλιοβασιλέματα του κόσμου. Λίγο - λίγο θυμηθήκαμε τα εφηβικά μας χρόνια και τα μάτια μας γέμισαν δάκρυα. Πως χαθήκαμε τό-

σα χρόνια πολλά; Χρόνια η ζωή μας κύλησε σαν νερό και τώρα πιασμένοι χέρι - χέρι, μιλάμε και λέμε ο καθένας την ζωή που έζησε και πως πέρασε. Μετά αρχίσαμε να κατεβαίνουμε προς την θάλασσα, ώσπου φτάσαμε. Φορούσαμε μαγιό και πέσαμε να κολυμπήσουμε. Βέβαια πριν πολλά χρόνια, τελευταία φορά που είχαμε κολυμπήσει μαζί, ήταν στην δυτική Πελοπόννησο, σε μια χρυσή παραλία. Τώρα βρισκόμαστε σε ένα λιμανάκι με βότσαλα και βράχια στο Σουνιό. Ναι, η συνάντηση μου με τον Τάκη τον παιδικό μου φίλο, ήταν όντως ένα απροσδόκητο συναπάντημα, πολύ ευχάριστο και θέλησα να το μοιραστώ μαζί σας. Ευχαριστώ.

Αντιγόνη Γκίνη

ΓΕΥΜΑ ΣΤΟ «ΝΑΥΠΛΙΟ» ΝΟΣΤΑΛΓΙΑ, ΑΓΑΠΗ, ΑΝΟΙΞΗ

Ξημέρωσε Κυριακή και με έπιασε μια νοσταλγία, αλήθεια πόσο καιρό είχα να πάω εκδρομή; Και ξαφνικά ήρθε και μου είπε ο συγκάτοικός μου θα πηγαίναμε στο εστιατόριο να φάμε, να γευματίσουμε, για το μεσημέρι αυτό. Το εστιατόριο ήταν πολύ καλό κι είχε από έξω την ταμπέλα «ΤΟ ΝΑΥΠΛΙΟ». Εκδρομή βέβαια δεν πήγα, αλλά και το γεύμα στο εστιατόριο ήταν ότι πρέπει, η ημέρα ήταν ζεστή, η άνοιξη μας χαμογελούσε, όλα ήταν όμορφα, η αγάπη ήταν παντού χωραφισμένη στα πρόσωπα των αν-

θρώπων, τα λουλούδια παντού, η άνοιξη είχε μπει και το φώναζε, ναι, ναι, ήρθε, ελάτε όλοι μαζί να την υποδεχτούμε, παντού έβλεπες χαλιά στρωμένα και φτιαγμένα από άνθη, ελάτε να ξαπλώσουμε στα λουλουδένια χαλιά. Ένα κορίτσι έτρεχε και φώναζε το αγόρι της όλο αγάπη, σ' αγαπώ, έλα, τρέχα, η άνοιξη ήρθε, βγείτε όλοι έξω, να δηλώσετε την αγάπη σας για την άνοιξη.

Αντιγόνη Γκίνη

ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΓΕΙΤΟΝΟΣ ΗΓΕΤΗ

Ήρθε και στη χώρα μας, μετά από δική μας πρόσκληση, ηγέτης γείτονος χώρας, με την ατζέντα του γεμάτη. Μίλησε ανοιχτά για την συνθήκη της Λωζάνης, με παιδαριώδεις δικαιολογίες και αιτήματα. Φυσικά έχει ασθενή μνήμη για την εισβολή στη Κύπρο και βεβαίως ενώ η μειονότητα στη Θράκη λέγεται Ελληνική Μουσουλμανική μει-

ονότητα και υπηρετούν στον Ελληνικό Στρατό, όπως όλοι οι Έλληνες. Η γείτονα επιμένει και την αποκαλεί Τουρκική. Το κλίμα στη Θράκη, με την Ελληνική Μουσουλμανική μειονότητα, είναι τεταμένο αρκετά και περιμένουν τον ηγέτη της γείτονος. Η Ελλάς ως φιλόδενη χώρα, από Αρχαιότητας, με τον Ξένιο Ζέα να υπάρχει πάντοτε, θα

ΠΕΡΙ ΑΓΝΩΣΤΟΥ

Πάντα, όταν βρίσκει μπροστά του, κάτι νέο και μη κατανοήσιμο, ο άνθρωπος απορεί. Αυτή η απορία, είναι η βάση για να αναρωτιέται, φιλοσοφικά στεκούμενος απέναντι στο άγνωστο. Το άγνωστο για να γίνει γνωστό πρέπει να αναλωθεί, στεκούμενο στις παραμέτρους. Έτσι βρίσκει την αρχή του Γόρδιου Δεσμού, αις πούμε. Υπάρχει όμως και το άγνωστο που δεν θα μπορέσει να αναλυθεί, τουλάχιστον στην παρούσα κατάσταση. Μπορεί όμως, με την πάροδο του χρόνου, να βρεθεί εξήγηση.

Δημήτρης Παυλής

ΑΝΔΡΩΝ ΕΠΙΦΑΝΩΝ ΠΑΣΑ ΓΗ ΤΑΦΟΣ

Πολλά χρόνια, δεκαετίες πολλές είχε να νοιώσει στα σπλάχνα της τέτοια προσωπικότητα, η κρητική γη. Ο τελευταίος ήταν ο Ελευθέριος Βενιζέλος και τώρα ο ανιψιός του Κωνσταντίνος Μητσοτάκης. Ήταν μεγαλειώδης η εξόδιος ακολουθία, ανάλογη του πολιτικού και ανθρωπίνου μεγαλείου του ανδρός. «Βρακοφόροι» από κάθε νομό της Κρήτης, «Κρητικοπούλες», εγώ θα έλεγα «Μινώτες και Μινώτισσες» συνόδεψαν τον μεγάλο περήφανο πολιτικό άνδρα στην ύστατη κατοικία του. Ναι από τον θάνατο του Βενιζέλου είχε να νοιώσει η λεβεντογέννα μάνα Κρήτη, στα σπλάχνα της, τέτοιο μεγαλείο τέτοια τελετή. Εγώ θα τελειώσω και θα προσθέσω: Σε ψηλό βουνό κάθεται Αητός... Καλό ταξίδι Αρχηγέ Αετομαδαρίτη...

Αντιγόνη Γκίνη

ΜΠΟΡΩ-ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΩ

Κάθομαι και σκέφτομαι τι αξίζω στη ζωή, τι μπορώ να κάνω, με πλημμυρίζουν τα συναισθήματα, αγάπη, έρωτας, χαρά, λύπη κι έτσι ανακαλύπτω βαθιά, πολύ βαθιά μέσα μου, τι θα μπορούσα να κάνω για να βελτιώσω τις σχέσεις μου με τους γύρω μου, με το οικείο περιβάλλον.

Αντιγόνη Γκίνη



ΒΡΟΧΗ ΚΙ ΑΓΑΠΗ

Η βροχή εξαγνίζει το περιβάλλον
Όπως η αγάπη προκαλεί
Κάθαρση στην ψυχή μας.
Η ζωή του ανθρώπου αλλάζει
Από μια μεγάλη νεροποντή
Μακριά να μην μείνουμε
Ποτέ από βροχή.
Η σωτηρία της ψυχής
Πόσο εύκολα λέγεται ή γράφεται
Όταν βρέχει μ' αρέσει
Να μωρίζω το χώμα.
Η αγάπη όπως και η βροχή
Είναι πολύτιμη
Και πρέπει να την ελέγχεις κάπως.
Η βροχή και η αγάπη σαν χείμαρρος
Κατακλύζουν τις ζωές των ανθρώπων.
Η αγάπη και η βροχή
Είναι πολύτιμα διαμάντια
Αλλά μπορούν να αφήσουν πίσω τους
Αθώες ψυχές.
Δίχως αγάπη και βροχή
Δεν υποδιαλίζονται συναισθήματα
Στις ψυχές των ανθρώπων.

↙ Μαίρη Συράκη
Ανδρέας Καββαδίας
Δημήτρης Παυλής

ΤΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

Το φθινόπωρο είναι η μελαγχολική εποχή
Βροχή, πέσιμο φύλλων
Και αύξηση της πρασινάδας.
Φέρνει στη καρδιά μας
Το αίσθημα της αγάπης
Οι άνθρωποι συγκινούνται
Από την ομορφιά της φύσης
Γιατί είναι προμήνυμα του χειμώνα
Οι πρώτες βροχές πέφτουν
Και η φύση αναζωογονείται.
Τα μυρμήγκια χώνονται στο σπίτι τους
Και απολαμβάνουν τον κόπο
Του καλοκαιριού που έψυγε
Κι έτσι προχωρούμε προς τα Χριστούγεννα
Που είναι η μεγαλύτερη γιορτή της χρονιάς
Με τη μεγαλύτερη νύχτα.
Το φθινόπωρο τελειώνει
Αφού αφήσει τα σημάδια του
Στην ψυχή όλων μας.

↙ Μαίρη Συράκη
Ανδρέας Καββαδίας
Δημήτρης Παυλής

ΣΕΒΑΣΜΟΣ

Η ομορφιά της ζωής, έγκειται στο σεβασμό του εαυτού μας και των άλλων. Εκεί που σταματάει η ελευθερία του ενός, αρχίζει η ελευθερία του άλλου. Γιατί όταν κάποιος σέβεται τον εαυτό του, τότε σέβεται και τους άλλους. Η ζωή είναι όμορφη, αρκεί να μπορέσεις να την καταλάβεις. Γιαυτό καλό είναι να έχουμε το γνώθι σ' αυτόν, ώστε να έχουμε αυτοεκτίμηση, για να αγαπάμε πρώτα τον εαυτό μας και μετά τους άλλους. Στο όνομα της αγάπης, πολλά εγκλήματα σεβασμού έχουν γίνει. Και να μη ξεχνάμε πως με το σεβασμό χτίζονται οι μεγάλες προσωπικότητες.

Συλλογική, φιλοσοφική σκέψη των εξής μελών της ομάδας:
Δημήτρης, Μαίρη, Αντιγόνη, Αγγελική, Νίκος, Μαρίνα.

ΓΩΝΙΑ ΠΑΤΗΣΙΩΝ ΚΑΙ ΣΤΟΥΡΝΑΡΗ

Είχε μπει για καλά ο χειμώνας. Ο καστανάς στη γωνία ζέσταινε τα χέρια πάνω από τα κάστανα. Ο κόσμος περνούσε, αλλά δεν αγόραζε κανείς και ο ίδιος ήταν άστεγος και δεν μπορούσε να ζήσει πλέον από την πώληση, από την δουλειά του καστανά. Τον φιλοξενούσε προσωρινά η αδελφή του, αλλά μέχρι πότε; Κι εκείνη ζούσε με ένα φτωχό επίδομα, αλλά είχε ένα μικρό σπίτι. Η κρίση είχε τσακίσει τα πάντα. Πρώτα ο καστανάς πήγαινε φαγητό και πλήρωνε όλα τα έξοδα και η αδερφή έβαζε το σπίτι. Τώρα, όλα χάλια. Η γραφική φιγούρα στη γωνία Πατησίων και Στουρνάρη σιγά-σιγά έφευγε, όπως και άλλοι μικροπωλητές. Τι θα γίνουν αυτοί οι άνθρωποι; Πως θα αναπληρώσουν το κενό των χρημάτων στο πορτοφόλι τους; Ο φτωχός καστανάς στην ίδια γωνία τώρα επαιτούσε, αλλά του κάκου. Τι να του δώσουν και ποιος; Στο σπίτι της αδερφής του δεν πήγαινε, ντρεπόταν κι εκείνη έπαιρνε τους δρόμους, για να τον φέρει στο σπίτι, ώστου ένα βράδυ τον βρήκε παγωμένο και ακίνητο στην γωνιά της γωνιάς. Άλλο ένα θύμα της εξέλιξης των καιρών... ποιος νοιάζεται για τον πόνο και την πίκρα και την φτώχεια του άλλου; Κανείς!

Σας ευχαριστώ.

↙ Αντιγόνη Γκίνη

ΣΙΓΑ - ΣΙΓΑ

Σιγά - σιγά ξεδιπλώνεται το κουβάρι
Και ίσως φθάσουμε τελικά μέχρι τον Άρη
Αρχίζει να φαίνεται η δική μας χάρη
Και τις νύχτες μας κάνει συντροφιά το ήσυχο φεγγάρι

Ίσως στο πω, ίσως ο έρωτας με συνεπάρει
Σιγά - σιγά θα βγούμε απ' το προσωπικό μας το πατάρι
Μπορεί εμείς οι δυο, να γίνουμε ζευγάρι
Και να αφήσουμε να φύγουν, όλου του κόσμου τα βάρη
Και να βάλουμε στη ζωή μας, λίγο απ' το εξωτικό το κάρυ

Να φέρει επιτέλους εξάρες αυτό το ζάρι

Και να σε πάω βόλτα και στο παζάρι

Να σηματοδοτήσουνε, ανάβοντας χαρούμενα

Την αρχή μιας καινούργιας ζωής

Όλης της γης οι φάροι

Και το πλοίο της αγάπης

Με φουσκωμένα πανιά

Για άλλα μέρη να σαλπάρει

Η μοναξιά μας να φύγει μακριά

Στον εαυτό μας να μην ξανασαλτάρει

Και η τύχη μας να βάλει γκολ

Στο γάμα να σουτάρει και να σκοράρει

Να χτυπήσει δυνατά να σπάσει το δοκάρι

Και ευτυχισμένοι πια, να βρούμε τη χαρά

Και του νοήματος το δοξάρι

Να γκρεμίσουμε τους τοίχους απ' το σαθρό μας το κελλάρι

Και να δώσουμε πνοή, στο άδειο μας κουφάρι

Να σβήσουμε το στίγμα, που την ψυχή μας έχει μαρκάρει

Να πετάξουμε την ταμπέλα, αυτή που μας έχει φρικάρει

Να μην νιώθουμε φυλακισμένοι σαν τιμωρημένοι φαντάροι

Και στο τέλος να πούμε με χαμόγελο, μακάρι, μακάρι...

ΤΟ ΚΑΛΝΤΕΡΙΜΙ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ

Το καλντερίμι κάθε που σκοτείνιαζε, γέμιζε ζευγαράκια στις γωνίες. Και τι δεν έχει ακούσει αυτό το καλντερίμι, όρκους αιώνιας αγάπης, αλλά και κόσμος περνούσε για τις δουλειές του. Άκουγε το καλντερίμι από το διπλανό παράθυρο, το ανδρόγυνο που μιλούσαν στον ύπνο τους. Ολόκληρη ιστορία θα έγραφε το καλντερίμι αν μιλούσε, για αγάπη, έρωτα, ψώνια, κοτσομπολιά, την βρύση στην γωνία με τα παιδιά που έπαιζαν, τις κοπέλες στο παράθυρο, ανάμεσα στα γεράνια και πολλά άλλα, αν μιλούσε, θα έλεγε το καλντερίμι.

↙ Αντιγόνη Γκίνη

ΤΟ ΝΟΤΙΣΜΕΝΟ ΧΩΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΒΡΟΧΗ

Τα άτομα που πιάνουν θέση στην πλατεία, για να μαζέψουν λίγο ήλιο. Κι όμως τον έστησε η κοπέλα του. Άμοιρο αρσενικό. Που ξέρεις; Θα υπάρξει κι άλλη ευκαιρία. Το ελπίζει ο νέος. Εναντίον του 15λεπτου του ακαδημαϊκού. Γι αυτό κι απόλαυσε την φύση στο φθινοπωρινό φόρτε της. Κι όμως ήρθε κάποια άλλη, πιο όμορφη, πιο καλοσυνάτη, πιο θρήσκα.

↙ Δημήτρης Παυλής

Ποίημα πατρίδας

ΤΟ ΔΕΝΤΡΟ

Σε είχα φυτέψει από μικρός

Καλό μου δέντρο

Κι έγινες θεόρατο...

Μαζί μεγαλώσαμε

Εσύ στην αυλή

Κι εγώ μέσα στο σπίτι.

Στη φλούδα σου χάραξα

Το όνομα της πρώτης μου αγάπης.

Στη σκιά σου καθόμουν

Τα καλοκαιρινά λιοπύρια.

Σκούπιζα το χειμώνα

Τα ξερά σου φύλλα

Και την Άνοιξη

Σ' έβλεπα ν' ανθοφορείς.

Πόσες καταιγίδες κι ανέμους

Περάσαμε μαζί!

Και να τώρα σε κόβουν

Για να φαρδύνουν το δρόμο...

Φίλε μου,

Πώς θ' αντέξω το χωρισμό σου:-

↙ Σταθόπουλος Γιώργος

↙ Γιάννης Πετσαλάκης

ΣΚΕΨΗ: ΣΥΜΠΑΝ + ΗΔΟΝΗ = ΦΡΟΝΗΣΗ. ΣΥΝΕΣΗ + ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ = ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ + ΟΜΟΡΦΙΑ + ΑΓΑΠΗ!!!

Ο Paolo Coehlo λέει, ότι όταν θέλεις κάτι πολύ, όλο το σύμπαν συνομοτεί στο να το αποκτήσεις (επιτύχεις)!!! Όταν όμως, κάποιος προκαλεί την οργή σου, ο μόνος λόγος που θυμώνεις, είναι γιατί εστιάζεις στο πώς νομίζεις, ότι κάτι πρέπει να είναι... Αρνείσαι πως είναι... Τότε βλέπεις, ότι είναι οι προσδοκίες του δικού σου μυαλού, που δημιουργούν την δική σου κόλαση!!!

Όταν απογοητεύεσαι για κάτι, δεν είναι ο τρόπος που νομίζεις ότι θα ήταν. Ανάλυσε τον τρόπο που σκέφτηκες, όχι μόνο το αντικείμενο της απογοητευσής σου!!! Θα δεις ότι πολλές από τις συναισθηματικές ταλαιπωρίες, δημιουργούνται από τα ενσωματωμένα μοντέλα σου (κοινώς πρότυπα) για το πώς νομίζεις ότι το σύμπαν πρέπει να είναι και συνάμα την ανικανότητά σου, να επιτρέψεις να είναι όπως είναι, όπως λέει ο φίλος μου Μανές Πάνγκαλος!!!!

Δυστυχώς, έτσι νομίζουμε και με την ηδονή. Ο Επίκουρος π.χ. Θεωρούσε την ηδονή, αρχή κι απώτερο σκοπό της ευτυχισμένης ζωής, γιατί έχουμε αναγνωρίσει ότι είναι πρωταρχικό κι έμφυτο αγαθό μέσα μας και ότι από αυτήν ξεκινάει το τι θα αποφύγουμε και τι θα προτιμήσουμε και σε αυτή καταλήγουμε όταν αξιολογούμε κάθε αγαθό, με κριτήριο την αισθησή της!!! Κι επειδή η ηδονή είναι το πρωταρχικό κι έμφυτο αγαθό, γιαυτό δεν επιλέγουμε οποιαδήποτε ηδονή, αλλά μερικές φορές δεν ενδίδουμε σε πολλές ηδονές, όταν αυτές μας προκαλούν μεγαλύτερα προβλήματα... πολλούς πόνους μάλιστα, τους θεωρούμε προτιμότερους από τις ηδονές, εφόσον είναι μεγαλύτερη η ηδονή που θα ακολουθήσει, εάν υπομείνουμε πολύ χρόνο τους πόνους, οπότε θα μπορούσαμε να χαρακτηρί-

στούμε και αυτοκαταστροφικού!!!!!!

Κάθε ηδονή λοιπόν, επειδή η φύση της μας είναι οικεία, είναι κάτι το καλό. Δεν συμβαίνει όμως, να επιλέγουμε μια οποιαδήποτε ηδονή - όπως και κάθε πόνος είναι κακός. Ωστόσο από την φύση του, δεν γίνεται πάντα να τον αποφεύγουμε... Και όταν μιλάμε για ηδονή, δεν αναφερόμαστε στο sex, στο φαΐ, στο ταιγάρο, το αλκοόλ, τα ναρκωτικά και γενικά πολλές συνήθειες ή απολαύσεις της ζωής, αλλά και επίγεια υλικά αγαθά!!!! Δεν εννοούμε τις ηδονές των ασώτων και τις αισθησιακές απολαύσεις (όπως από άγνοια ορισμένοι νομίζουν και επειδή διαφωνούν μαζί μας και παρεμπηνεύουν αυτά που λέμε) αλλά εννοούμε το να μην υπάρχει πόνος στο σώμα και ταραχή στην ψυχή, γιατί την ζωή δεν την κάνουν τα συνεχή φαγοπότια, τα γλέντια, ούτε οι απολαύσεις με άντρες και γυναίκες, αλλά ο νηφάλιος στοχασμός που εξετάζει τους λόγους για τους οποίους προτιμούμε ή αποφεύγουμε το κάθε τι και διώχνει τις ιδέες που προκαλούν την μεγάλη ταραχή που κυριεύει την ψυχή μας!!!! Αρχή για όλα αυτά και μέγιστο αγαθό είναι η φρόνηση, γιαυτό ακόμα κι από τη Φιλοσοφία, μεγαλύτερη αξία έχει η φρόνηση, από την οποία πηγάζουν όλες οι αρετές και η οποία μας διδάσκει, ότι δεν είναι δυνατόν να ζεις ευχάριστα, χωρίς σύνεση, ομορφά και δικαιοσύνη, ούτε μπορείς να ζεις με σύνεση, ομορφά και δικαιοσύνη, χωρίς να ζεις ευχάριστα!!! Γιατί οι αρετές είναι από την φύση τους συνυφασμένες με την ευχάριστη ζωή και η ευχάριστη ζωή είναι αχώριστη σύντροφός τους!!!!

Όλα αυτά όμως οφείλει να τα κρίνει κανείς, συγκρίνοντάς τα και αξιολογώντας προσεκτικά, τι είναι συμφέρον και

τι ασύμφορο, γιατί σε ορισμένες περιπτώσεις χρησιμοποιούμε το καλό ως κακό και αντίτροφα!!!! (Επίκουρος, επιστολή προς Μενοικέα), αλλά καμιά φορά, αν εκθέσουμε τον εαυτό μας στον μεγαλύτερο μας φόβο, μετά από αυτό δεν έχει δύναμη και ο φόβος της ελευθερίας συρρικνώνεται και εξαφανίζεται... είσαι ελεύθερος πλέον, όπως μας εκμυστηρεύεται ο Jim Morrison στους Doors σε ένα τραγούδι τους, αλλά δεν θα σας το συνιστούσα, γιατί αυτός πέθανε από τα ναρκωτικά!!! Γιαυτό τελικά είναι καλό να επενδύουμε στην αγάπη (ψυχή) και όχι στην ηδονή!!! Γιατί: «Βλέπουμε την ομορφιά του κόσμου γύρω μας, αλλά αν δεν μας την χαρίσει κάποιος, δεν γίνεται ποτέ δική μας...» (Άλκηστη Παπαδάκη) Κοινώς, όπως έλεγαν οι Στωικοί Φιλόσοφοι: «Δεν είναι τα πράγματα που μας πειράζουν, αλλά ο τρόπος που σκεφτόμαστε τα πράγματα!!!».

Γιαυτό, καλό είναι να μην είμαστε απόλυτοι, να μην έχουμε διπολική σκέψη (σκέψη των δυο άκρων) και ότι οι άλλοι πρέπει να φέρονται σωστά!!! Δεν υπάρχει «πρέπει»!!! Αυτό είναι εξαναγκασμός ψυχής (βιασμός)!!!

Όταν έβριζαν τον Σωκράτη, τον ρωτήσαν: «Δεν έχεις θυμάσει;» Κι εκείνος τους απαντάει: «Αν πάει να με κλωτσήσει ένας γάιδαρος, θα τον κλωτσώ κι εγώ;» Οπότε, ή αλλάζουμε εμείς, ή προσπαθούμε να αλλάξουμε τους άλλους, πράγμα που δεν γίνεται, αν δεν το θέλουν πραγματικά και οι ίδιοι και όλα, ίσως, τελικά, κατά βάθος, να είναι θέμα γονιδίων...

Αγγελική Τριπολίτου

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΠΑΝΩ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

Ο πολιτισμός του ανθρώπου τα τελευταία χρόνια, έκανε πολύ μεγάλα άλματα.

Δημιουργήθηκαν εργοστάσια, βιομηχανίες, βιοτεχνίες, διωλιστήρια. Αυτοκίνητα γέμισαν τις μεγαλουπόλεις, καινούργιες καλλιέργειες γέμισαν την ύπαιθρο, συνοδευόμενες από φυτοφάρμακα τα οποία συνοδεύουν τις καλλιέργειες και γενικότερα τα φυτά. Όλα αυτά είχαν σαν αποτέλεσμα, να επιδράσουν στην ομαλή λειτουργία της φύσης. Απόβλητα από τις βιομηχανίες και τα εργοστάσια γέμισαν τα ποτάμια. Οι οργανισμοί που στήριζαν την διατροφή τους στα φυτά, άρχισαν να πεθαίνουν λόγω της χρήσης φυτοφαρμάκων. Οι ρύποι που απέμασαν από τα αυτοκίνητα και τις βιομηχανίες, γέμισαν τις μεγαλουπόλεις και την ύπαιθρο. Γενικότερα, ο άνθρωπος δεν άφησε απείραχτη τη φύση και ειδικότερα, την κατέστρεψε.

Η ίδια η ζωή του ανθρώπου απομακρύνθηκε από την φύση κι έγινε τεχνητή. Το φυσικό περιβάλλον έπιασθε ανεπανόρθωτη ζημιά, από αυτή την παρέμβαση του ανθρώπου πάνω του. Και οι θάλασσες γέμισαν ρύπους, ίδιαίτερα τα λιμάνια. Τόνοι με λύματα χύνονται στις θάλασσες και τα ψάρια μετά βίας επιβιώνουν. Όλα αυτά συνέβησαν μετά την βιομηχανική επανάσταση και οφείλονται στην απληστία του ανθρώπου. Η βιομηχανική επανάσταση τους δρόμους στον άνθρωπο, για κέρδος και υπερκατανάλωση. Επίσης στον πλανήτη γη ήρθε κι ο υπερπληθυσμός, ο οποίος υπερκατανάλωνται τα προϊόντα της βιομηχανικής επανάστασης.

Επίσης η αποτυχία των πολιτικών συστημάτων μας έκανε να ελέγχεται ο πλανήτης από το κεφάλαιο και τους αρχηγούς του. Το κέρδος για το κεφάλαιο, είναι το βασικότερο πράγμα και οδηγεί ολόκληρο τον πλανήτη στην απληστία. Η φύση παραδόθηκε στα χέρια του κέρδους, της απληστίας και της υπερκατανάλωσης. Τα πολιτικά συστήματα απέτυχαν να ελέγχουν το κεφάλαιο και έγιναν όργανά του.

Τελειώνοντας, θέλω να υπογραμμίσω, ότι ο άνθρωπος έπραξε αντίθετα από το θέλημα του θεού και απομακρύνθηκε από τη φύση, αφού την έβλαψε ανεπανόρθωτα.

ΠΡΩΤΟΒΡΟΧΙΑ

Πόσα έχουν γραφτεί από ποιητές για τα πρωτοβρόχια, σε άλλες εποχές όμως και σε άλλα χρόνια, μακρινά, χρόνια αλλοτινά, που τα νοσταλγούμε. Στα αναγνωστικά παλαιών χρόνων και σε άλλα μαθήματα σχολικά, υπήρχε ένα μάθημα, η Πατριδογνωσία που από μικρά τα παιδιά, τα έβαζε στο κλίμα της χώρας τους.

Τα Ελληνόπουλα μεγάλωναν, με το κλασσικό κλίμα που επικρατούσε κάποτε. Οι μετεωρολογικές συνθήκες δεν άλλαζαν. Όλα αυτά, κάποτε. Θα πούμε το γνωστό, περασμένα μεγαλεία και διηγώντας τα να κλαις. Στο σήμερα λοιπόν, τα πρωτοβρόχια που ενέπνεαν ρομαντισμό στους ποιητές, έγιναν χειμάρροι, ποτάμια και πνίγουν πολύ κόσμο, καταστρέφουν επιχειρήσεις, γκρεμίζουν σπίτια, πνίγουν ανθρώπους στον ύπνο τους, στην εργασία τους, καταστρέφουν περιουσίες,

εξαφανίζουν αυτοκίνητα.

Ένα τεράστιο βιβλικό ποτάμι από λάσπη, που στο διάβα του κατέστρεψε τα πάντα. Σπίτια, μαγαζιά, αυτοκίνητα, άνθρωποι γυμνοί χωρίς χρήματα, χωρίς ρούχα, όπου το βράδυ κοιμήθηκαν στο σπίτι τους, νοικοκυραίοι και το πρώιμην περιήτες, ξυπόλυτοι, χωρίς φαγητό, εντελώς ξεκρέμαστοι κι άλλοι δεν ξύπνησαν ποτέ. Και τώρα, μετά από την καταστροφή, στο δια ταύτα. Τις πταίει; Μα όλοι φταίμε. Κι εμείς κι αυτοί και οι άλλοι, αλλά πάνω από όλα οι ιθύνοντες. Τι θα γίνει; Τα τελευταία χρόνια, αυτό γίνεται όλο και πιο τακτικά σε πολλές περιοχές της πατρίδας μας. Δεν είμαι εγώ αυτή που θα πει, θα δώσει γνώμη, τι θα πρέπει να γίνει, αλλά επιτέλους φτάνει μέχρι εδώ. Δεν μπορεί να πνίγονται άνθρωποι και μετά να το ξεχωρίζει. Πρέπει η πολιτεία να λάβει δραστικά μέτρα, όσο και

να πονούν και κάποιοι να καταλάβουν ότι δεν μπορείς να χτίζεις παντού. Δεν γίνεται να κάνεις τους χειμάρρους δρόμους και πλατείες. Όχι δεν μπορούμε και δεν γίνεται να χτίζουμε τα πάντα. Η φύση έχει το δρόμο της χιλιάδες χρόνια και δεν τον αλλάζει, ότι και να γίνει. Αυτό το φθινόπωρο, πονέσαμε όλοι μας πολύ. Το τι μέλλει γενέσθαι, θα το αποφασίσουμε άλλοι. Ας ελπίσουμε, με βαριά την καρδιά, ότι θα είναι το τελευταίο και ποτέ ξανά δεν θα θρηνήσουμε θύματα και καταστροφές πάλεων από την ευλογία της φύσης, την βροχή. Οι άνθρωποι την ευλογία, την έκαναν κατάρα. Ως εδώ, φτάνει.

Εύχομαι πλήρη αποκατάσταση στους πληγέντες, υπομονή, κουράγιο και θερμά συλλυπητήρια, στους συγγενείς των παθόντων, με όλη μου την αγάπη.

Αντιγόνη Γκίνη

Ανδρέας Καββαδίας

Η φωτογραφία του Μήνα

Ευχαριστούμε τον καθηγητή φωτογράφο κύριο Αιμίλιο Πέτρου που ευγενώς μας παραχωρεί το δικαίωμα δημοσίευσης της φωτογραφίας του για να κοσμήσει την εφημερίδα μας.



ΜΙΑ ΣΤΑΓΩΝΑ ΒΡΟΧΗΣ ΓΕΜΑΤΗ ΆΛΟΓΟΣ ΕΜΟΡΦΙΕΣ ΤΟΥ
ΤΟΠΙΟΥ
ΑΝΔΡΕΑΣ

Πολύ όμορφο τόπο το κρυψμένο ενιρεύεται
τελικά σηκωνει ενωχει ειρει με της
οροφιές της
και στα διακοπές

είναι από την έργων οι οι φωτογραφίες είναι
ανάποδα.

Πέρισσοτε ένα στρίψει με μαρτίξει μια φωτιά
διαφανή με σούκες ανικανοπτρικές μια υπέροχη
πολυχρονία ή ένα ποντίκι με νερό σεν παραλία.

ΠΑΥΛΗΣ . κ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

Μία σταγόνα ωδή σε ανθεκτικότητα.

Μαίρη

ΜΙΑ ΣΤΑΓΩΝΑ ΒΡΟΧΗ
ΠΟΥ ΑΝΑΝΕΩΣΗ ΖΕ ΗΣ
ΦΕΡΝΑΝΤΑ ΧΟΥΓΚΑΖ

ΣΤΑΓΩΝΑ. ΒΡΟΧΗΣ!

ΕΝΑ ΑΚΑΤΕΡΓΑΣΣΟ & ΑΝΙΚΑΝΟΠΤΡΙ-
ΣΜΟΣ ΔΙΑΜΑΝΤΟΣ

Που θα εμφανίσει το περιβάλλον

& συνάρπεται την ψυχή μας, γιαγιο

ΑΛΛΩΣΣΕ Μας αρέσει να βρέχομα-
ζε... για καθαρέσκει του νού!!!

και & ανεργημένος, βροχή,
δεν φοβάται...)

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ!!!

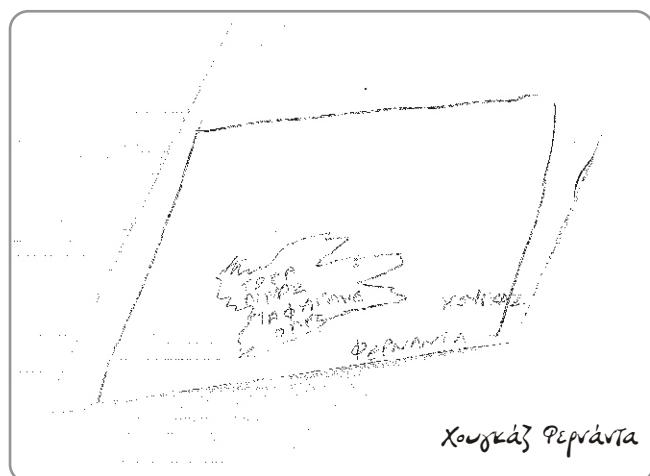
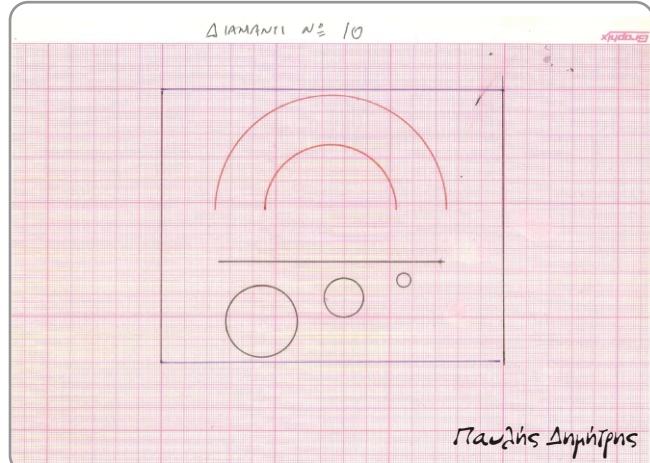
Με την καταστροφή της χλωρίδας και της πανίδας, έχει επέλθει μεγάλη κλιματική αλλαγή στον πλανήτη!!! Το κλίμα έχει αλλάξει και έχει γίνει τροπικό. Στα μεσογειακά κράτη, το καλοκαίρι και στην Αυστραλία (που είναι στο κέντρο της γης), το καλοκαίρι πολικό!!!! Όπως έχει πει και ο Stephen Hawkins, αυτό οφείλεται και στις πυρκαϊές που βάζουν οι οικοπεδοφάγοι επίτηδες το καλοκαίρι και με την καταστροφή της ατμόσφαιρας, έχει αλλάξει ριζικά πλέον το κλίμα, σε όλον τον πλανήτη και τελικά θα τον εξαφανίσουμε από το σύμπαν, αφού τα καιρικά φαινόμενα εκδικούνται, όπως π.χ. με την πετρελαιοκηλίδα από το τάνκερ και τον σκοτωμό τόσων σπάνιων ζώων από τους ανθρώπους, όπως της θαλάσσιας φώκιας από τους τουρίστες και τελικά θα επέλθει το τέλος του κόσμου, όπως έχει προβλέψει αυτή η διάνοια (αν και ΑμεΑ) ο Stephen Hawkins, δηλαδή ο Αρμαγεδών!!!!

Γιαυτό καλό είναι να γίνεται αναδάσωση, να προσφερόμεθα εθελοντικά και να απαγορεύεται το κυνήγι σπάνιων ζώων, όπως εδώ και σε άλλα κράτη. Η κλιματική αλλαγή έχει πάρει και πολιτικές διαστάσεις!!! Αυτό είναι παράξενο γιατί δεν βλέπω ανθρώπους να επιλέγουν πλευρές πάνω στο $E=MC^2$ ή άλλα ριζικά δεδομένα της επιστήμης!!!! (Neil de Grosse Tyson) «Το παρελθόν το γνωρίζω ώστε να μη με γοητεύει... το μέλλον είναι σκοτεινό, ώστε να με τρομάζει!!! (Εγώ θα έλεγα αδιάφορο και αβέβαιο). Αγαπώ το φωτεινό, το γνωστό σήμερα!!!!» (Μ. Καραγάτσης). Γιαυτό, καλό είναι να προσέχουμε, να αγαπάμε τον πλανήτη μας, γιατί με την κλιματική αλλαγή επηρεάζεται και η ατμόσφαιρα, άρα και οι πινεύμονές μας, άρα και η αναπνοή μας, π.χ. με τις φωτιές στα δάση, άρα και εμείς οι ίδιοι!!!!

Και τώρα με το «τσουνάμι» στην Μάνδρα Αττικής για ζωντανό παράδειγμα, με τόσα αθώα θύματα, πήραμε ένα γερό μάθημα για το τι έχουμε κάνει στον πλανήτη μας!!! Αν και η βροχή εξαγνίζει το περιβάλλον και νιώθεις να προκαλεί κάθαρση και στην ψυχή σου σαν ακατέργαστο διαμάντι, όταν βρέχεται, (εκτός αν είσαι ήδη «βρεγμένος», γιατί «βρεγμένος, βροχή δεν φοβάται...»), τότε «η ζωή δεν είναι να περιμένεις την καταιγίδα να περάσει... αλλά είναι να μαθαίνεις να χορεύεις στην βροχή!!!!» (Vivian Green).

Γιαυτό καλό θα ήταν, να δώσουμε σημασία στην ενημέρωση, από το Δημαρχείο της Μάνδρας Αττικής και να στείλουμε ειδήρουχη σημού στη Ρόκκα 45, Μάνδρα, 196 00, Δημαρχείο Μάνδρας-Ειδυλλίας, με τηλέφωνο επικοινωνίας 213.20.14.900 και καλό επίσης θα ήταν, να το διαδώσουμε, κοινώς να βοηθήσουμε όσο μπορούμε τους ανθρώπους αυτούς, που καταποντίστηκαν από την σφοδρή αυτή κακοκαιρία.

Αγγελική Τριπολίτου



Ανέκδοτο...

Ένας επιθεωρητής, πηγαίνει στο σχολείο και μπαίνει σε μια σχολική τάξη...

ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΗΣ: Ποιος έκλεψε τα Μήλα των Εσπερίδων;

ΜΑΘΗΤΕΣ: Όχι εμείς!!!

ΔΑΣΚΑΛΟΣ: Κύριε Επιθεωρητά, δεν γίνονται τέτοια πράγματα στο σχολείο μας!!!

Απογοητευμένος ο Επιθεωρητής, φεύγει και στέλνει ένα γράμμα στο Υπουργείο Παιδείας, γράφοντας: Επισκέφτηκα το καλύτερο σχολείο της χώρας και στην ερώτησή μου ποιος έκλεψε τα Μήλα των Εσπερίδων, δεν ήξερε κανένα παιδί να μου απαντήσει και το χειρότερο από όλα δεν ήξερε ούτε κι ο Δάσκαλός τους!!! Και το Υπουργείο Παιδείας του απαντά: Κύριε Επιθεωρητά, εσείς να κοιτάζετε την δουλειά σας... Αυτό είναι υπόθεση της Αστυνομίας!!!! Ποιος είχε κλέψει, τελικά τα Μήλα των Εσπερίδων:::



✍ Αγγελική Τριπολίτου.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΚΑΙ ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ

Κέντρα Ψυχικής Υγείας

ΑΘΗΝΑ - ΠΕΙΡΑΙΑΣ

**Κέντρο Κοινοτικής Ψυχικής Υγείας
Βύρωνα-Καισαριανής**
Δίρλου 14, Καισαριανή,
τηλ. 210 7640111, 210 7644705,
210 7662247

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Περιστερίου
Πλούτωνος 19 και Ηφαίστου, Περιστέρι,
τηλ. 210 5756226, 210 5756401,
210 5756664

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χαλανδρίου
Μεσογείων και Ζαλόγγου 6,
Αγ. Παρασκευή,
τηλ. 210 6015079, 210 6016030

**Κοινοτικό Κέντρο Ψυχικής Υγείας
Παγκρατίου Τρίμα Ενηλίκων**
Φερεκύδου 5, Παγκράτι,
τηλ. 210 7016611

**Κέντρο Ψυχικής Υγείας Αθηνών
Υπηρεσία Κοινωνικής Ψυχιατρικής
Ενηλίκων**
Ιουλιανού 18 & Μαυροματάιων, Αθήνα,
τηλ. 210 8210222

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Αιγάλεω
Σούτου 4 - Πλατεία Δαβάκη, Αιγάλεω,
τηλ. 210 5449898

Κέντρο Ψυχικής Υγείας Πειραιά
Μπουμπούλινας 15, Πειραιάς,
τηλ. 210 4170546

**Κέντρο Ψυχικής Υγείας Δραπετσώνας -
Κερατσινίου**
Ελ. Βενιζέλου και Ανδριανού 1,
Δραπετσώνα, τηλ. 210 4630100,
210 4630134

Τμήμα Ψυχιατρικής Εφήβων και Νέων
Μεσογείων 154, τηλ. 210 7480901

**Κέντρο Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης
Βοτανικού**
Ελασίδων 30 & Κωνσταντινουπόλεως,
Βοτανικός, τηλ. 210 3424024

**Κέντρο Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης
Ζεφύριου**
Εθν. Μακαρίου 2, Ζεφύρι,
τηλ. 210 2682685, 210 2684194

Γραμμή «Μαζί για το παιδί»
Συμβουλευτική για κλήσεις που αφορούν τη ψυχική υγεία παιδιού-εφήβου, την άσκηση βίας μέσα στην οικογένεια, τα παιδιά με ειδικές ανάγκες και τα παιδιά που βρίσκονται σε κίνδυνο. Τηλ. 11525

"Έχω θέση έχω φωνή" υπηρεσία για γυναίκες θύματα βίας.
Η υπηρεσία παρέχει δωρεάν συμβουλευτική από έμπειρη κλινική ψυχολόγο σε κάθε γυναίκα που έχει ανάγκη. Βρίσκεται πλησίον του σταθμού Κάτω Πατήσια, Αχαρνών 297-3ος όροφος και το τηλ. επικοινωνίας είναι 210 8655039. Υπεύθυνη προγράμματος Παπαδοπούλου Ιωάννα

**Γραμμές Άμεσης Βοήθειας (SOS) -
Πληροφόρησης - Υποστήριξης**

**Κέντρο Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας
(EKAKB)**
τηλ. 197 ή 210-197, όλο το 24ωρο, όλες τις ημέρες της εβδομάδας

Γιατροί χωρίς σύνορα
τηλ. 210 5200500

**Εφημερεύοντα νοσοκομεία,
διανυκτερεύοντα φαρμακεία, ιατροί**
τηλ. 1434

**OKANA, Οργανισμός κατά των
Ναρκωτικών**
τηλ. 1031

**Ανοιχτή τηλεφωνική γραμμή του
Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής
(Ψ.Ν.Α.) για Αλκοολικούς**
τηλ. 210 3617089
**Ανοιχτή γραμμή απεξάρτησης
τοξικομανόν**
τηλ. 210 5323780

Ανοιχτή γραμμή απεξάρτησης ΙΑΣΩΝ
τηλ. 210 8656600

**Γραμμή Ψυχολογικής υποστήριξης της
ΙΘΑΚΗΣ**
τηλ. 2310 515150

**Γραμμή για εξάρτηση από τυχερά
παιχνίδια**
τηλ. 800111-0401

Γραμμή SOS Αιγινήτειου
τηλ. 210 7222333

**"Γραμμή Ελπίδας" της Αντικαρκινικής
Εταιρείας**
τηλ. 210 3802800

**Γραμμή Βοήθειας για θέματα AIDS
(Νοσοκ. Συγγρού)**
τηλ. 210 7222222

**Κέντρο Άμεσης Ψυχολογικής
Υποστήριξης**
τηλ. 210 8840712

**Ανοιχτή γραμμή οικογενειακής
συμβουλευτικής & θεραπείας**
τηλ. 210 5234737

Ανοιχτή γραμμή εφήβων και νέων
τηλ. 210 3638833

**Γραμμή Ψυχολογικής υποστήριξης
Στρατού**
τηλ. 8001145551, 210 8105068

**Γραμμή Ψυχολογικής υποστήριξης
Ναυτικού**
τηλ. 210 5574121

**Γραμμή SOS της Γενικής Γραμματείας
Ισότητας**
τηλ. 210 3220900

**Γραμμή "Δίπλα σου" για κακοποίηση
στην οικογένεια**
τηλ. 80011888881

Χαρόγελο του Παιδιού

<http://www.hamogelo.gr>
SOS: 1056 Γραμμή Υποστήριξης Παιδιών
Στο τηλέφωνο απαντούν παιδοψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί και εθελοντές.
Ακούν τους προβληματισμούς των παιδιών όλο το 24ωρο και δέχονται καταγγελίες για παιδική κακοποίηση ή εκμετάλλευση.

Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.

Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού & του Εφήβου
<http://www.epsype.gr>
SOS: 801 801 11 77 Γραμμή Υποστήριξης Παιδιών & Εφήβων
Η γραμμή απευθύνεται σε γονείς, παιδιά, εφήβους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες ψυχικής υγείας και γενικά σε οποιονδήποτε έχει ανάγκη συμβουλής, υποστήριξης, βοήθειας, σχετικά με θέματα για την ψυχική υγεία της οικογένειας.
Ώρες λειτουργίας γραμμής: Καθημερινά, 9:30 π.μ. έως 8:30 μ.μ., Σάββατο: 9:30 π.μ. έως 2:30 μ.μ.

Μονάδα Επείγουσας Τηλεφωνικής Βοήθειας

SOS: 210 72 22 333 Αιγινήτειο
Νοσοκομείο, Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική
Τηλεφωνική βοήθεια για ψυχολογικά προβλήματα.
Ώρες λειτουργίας γραμμής: Καθημερινά, 3:00 μ.μ. έως 11:00 μ.μ.

"ΣΑΜΑΡΕΙΤΗΣ" (Ε.Ε.Σ.)

3ης ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 21, ΑΘΗΝΑ 104 32
Τηλ. 210 5248132

**Κέντρο στήριξης οικογενειακής
ισότητας «ΓΟΝΙΣ» Τηλ: 2103251850**



**ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΛΗΠΤΩΝ
ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
«ΑΥΤΟΕΚΠΡΟΣΩΠΗΣΗ»**

www.autoekprosopisi.gr