

>>> **27 & 28 ΙΟΥΝΙΟΥ** ώρα **19:30**
Αποχαιρετιστήριες Εκδηλώσεις



Οι αποχαιρετιστήριες εκδηλώσεις του συλλόγου μας, για το έτος 2015-2016, θα πραγματοποιηθούν στις 27 και 28 Ιουνίου ώρα 19:30, στο κηποθέατρο «Μάνος Χατζιδάκις»



ΤΟ Βήμα του Αϊ Γιάννη

Ιούνιος 2016 Τεύχος 31 - Περιοδική Έκδοση του Πολιτιστικού Συλλόγου



Συνεδρίασαν τα νέα μέλη του Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη, που αναδείχτηκαν από την εκλογική διαδικασία της 15ης Μαΐου 2016. σελ.03



ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΖΟΥΡΜΠΑΚΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ
ΚΟΚΟΛΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ
e-mail: enoiko1@hotmail.com

Ιδιαίτερα Μαθήματα
Ομοιογενή Τμήματα 3-4 μαθητών
Λειτουργεί τμήμα συμβουλευτικής σε θέματα Επαγγελματικού Προσανατολισμού
Σε 4 υπηρεσία στο Ηράκλειο

• ΛΕΩΦ. ΚΝΩΣΟΥ 171, ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΗΛ.: 2810 235566 • ΓΙΟΦΥΡΟΣ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑΣ ΦΡΑΓΚΑΚΗ 2 ΤΗΛ.: 2810 313890
• ΜΑΣΤΑΜΠΑΣ: ΠΑΤΡΙΑΡΧΟΥ ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ 37Α ΤΗΛ.:2810 327379 • ΘΕΡΙΣΣΟΥ 59 ΤΗΛ.:2810 322321

>>> ΘΕΡΙΝΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Κατά τους θερινούς μήνες Ιούνιο-Ιούλιο- Αύγουστο και Σεπτέμβριο θα λειτουργήσουν τα παρακάτω τμήματα:

- ΚΡΗΤΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ:** ΦΑΡΑΖΑΚΗ ΕΛΕΝΗ ΤΗΛ: 6948382116
LATIN: ΚΑΚΟΥΛΑΚΗ ΚΡΙΣΤΗ ΤΗΛ: 6937531868
ΓΙΟΓΚΑ: ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΤΗΛ: 6945790075
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ: ΒΕΡΙΓΟΣ ΠΑΥΛΟΣ ΤΗΛ: 6938504933
ΛΥΡΑ: ΝΤΑΓΙΑΝΤΑΣ ΜΕΝΕΛΑΟΣ ΤΗΛ: 6973499678
ΖΟΥΜΠΑ: ΣΓΟΥΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ ΤΗΛ: 69517806 ΤΗΛ.6982804633
ΝΤΕΚΟΥΠΑΣ: ΠΙΤΑΡΟΚΟΙΛΗ ΣΤΕΛΑ ΤΗΛ: 6944656949 ΤΜΗΜΑ ΑΡΧΑΡΙΩΝ
ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ: ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ ΤΗΛ. 6934171944
ΚΟΠΤΙΚΗ ΡΑΠΤΙΚΗ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ ΤΗΛ.6975977298



Τι είναι το ταγκό;

Έμπειροι χορευτές θα σας πουν ότι είναι ένα συναίσθημα που χορεύεται. Σε αυτό μπορείς να εκφράσεις τη χαρά, τη λύπη, το θυμό, την απογοήτευση. Το ταγκό είναι πάθος, είναι μια αγκαλιά. Είναι τέχνη, μα πάνω από όλα είναι επικοινωνία. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι ένα ρομάντζο που κάποιος ερωτεύεται κάτι, στην προκειμένη περίπτωση τον ίδιο το χορό. Είναι σαν να ψάχνεις κάτι για να ερωτευτείς ώστε να το αφήσεις να σε παρασύρει..

Το ταγκό γεννήθηκε στις φτωχογειτονιές του Buenos Aires, από τους πολυάριθμους και κατεχορήγην ευρωπαίους μετανάστες. Έφεραν τις δικές τους μουσικές και τα δικά τους ακούσματα που αναμιγνύονται και μεταφράζονται σε ένα συναίσθημα νοσταλγίας για τη ζωή που άφησαν πίσω. Με την Ευρώπη να μασιτίζεται από τη φτώχεια και τους πολέμους ο κύριος όγκος αυτών των μεταναστών είναι άνδρες που έρχονται να δουλέψουν και οι οποίοι ξεκινούν να χορεύουν μεταξύ τους στα φτηνά καμπαρέ της εποχής

όπου και εμφανίζονται τα πρώτα βήματα του ταγκό. Ο χορός δεν ήταν κοινωνικά αποδεκτός και θεωρούνταν ο χορός των μεταναστών. Μέχρι που ταξίδεψε στα ευρωπαϊκά σαλόνια από όπου κ ξαναγεννήθηκε για να επιστρέψει στην υψηλή τάξη της Αργεντινής. Στις βραδιές χορού, τις μιλόγκες ή "milongas" για τους μιμημένους, μπορείς να δεις ένα εύρος ηλικιών, από 17-18 χρόνων μέχρι και 80 .Σε αυτές, άντρες και γυναίκες ντύνονται χαλαρά σε σχέση με ο, τι συνηθιζόταν παλιά που υπήρχε κώδικας ντυσίματος. Η αγκαλιά, θεμέλιος λίθος του ταγκό, έχει καταλυτική επίδραση στο ζευγάρι. Μια καλή αγκαλιά προμηνύει κατά κανόνα ένα καλό χορό. Μαθαίνοντας ταγκό, μαθαίνει κάποιος την τεχνική και κρατάει αυτό που του είναι πιο χρήσιμο. Αργότερα όλοι δημιουργούν το δικό τους στυλ, τη δική τους αγκαλιά, το δικό τους περπάτημα. Από τα πιο ωραία πράγματα στο ταγκό είναι όταν επικοινωνείς με τον άλλο. Τον αγκαλιάζεις, δεν έχεις καν ξεκινήσει το πρώτο βήμα και ήδη ξέρεις η έχεις μια ιδέα για τις δυνατότητες που σου δίνει ο χορός μαζί του. Είναι η ενέργεια της αγκαλιάς, την οποία τη βλέπεις, τη λαμβάνεις και τη μεταδίδεις. Το ταγκό δεν είναι απλά ένας χορός, απαιτεί όλη την προσοχή σου. Ακούς τη μουσική, χαμογελάς, κοινωνικοποιήσαι προσπαθείς να βρεις ένα κοινό σημείο επαφής με τον άλλο, πράγμα δύσκολο και ασυνήθιστο στη σύγχρονη κοινωνία που ζούμε. Κρατάς τον άλλο αγκαλιά και προσπαθείς να μιλήσεις σε αυτόν, χρησιμοποιώντας το σώμα σου, όχι τις λέξεις και ακολουθώντας τη μελωδία και το ρυθμό της μουσικής του τάγκο.

Tamara Heisrath

>>> ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΝΙΩΤΩΝ

Το Δ.Σ. του Συλλόγου Καραμπουρνιωτών Ηρακλείου ο «Αγιος Γεώργιος»
 Α) Ευχαριστεί θερμά τους ιερείς του Ιερού Ναού του Αγίου Ιωάννου π. Ανδρέα και π. Κωνσταντίνου, τους ενορίτες καθώς και τα μέλη και τους φίλους του Συλλόγου μας που για μια ακόμη χρονιά συνέβαλαν ώστε να τιμήσουμε τη μνήμη του προστάτη Αγίου του Συλλόγου μας, Αγίου Γεωργίου. Ιδιαίτερα ευχαριστούμε όλους όσους παραβρέθηκαν στο καθιερωμένο αγιασμό στα γραφεία του Συλλόγου μας, όπου φυλάσσεται η εικόνα του Αγίου Γεωργίου ως τάμα των προγόνων μας.
 Β) Ενημερώνει τα μέλη και τους φίλους του

Συλλόγου μας ότι οργανώνουμε στις 24 Ιουνίου 2016 εκδήλωση στο χώρο έξω από τα γραφεία του Συλλόγου (Πικροδάφνης 8) για το κάψιμο του "Μάη" και την αναβίωση του εθίμου του ΚΛΗΔΟΝΑ, με μαντινάδες και φαγητά από μέλη μας, και καλεί όλους να μας τιμήσουν με την παρουσία τους.
 Γ) Προσκαλεί τα μέλη του Συλλόγου μας σε Γενική Συνέλευση την Παρασκευή 3 Ιουνίου 2016, στις 6.30 μ.μ., στα γραφεία του Συλλόγου (Πικροδάφνης 8) με θέμα: «Ετήσιος οικονομικός απολογισμός». Σε περίπτωση μη απαρτίας η Γενική Συνέλευση θα επαναληφθεί την Πέμπτη 9 Ιουνίου 2016 την ίδια ώρα και στον ίδιο χώρο.

το Βήμα του Αϊ Γιάννη

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ
 - ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ & ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ
 ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ
 ΑΓ. ΙΩΑΝΝΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

- Βαγγέλης Αλαξάκης** - 6979 536382
 e-alexakis@hotmail.com
Δέσποινα Μαραγκάκη - 6947 409383
 despoina@gjavidis.gr
Νίκη Χατζηδάκη - 6944338779
 xatzidaki-elpiniki@hotmail.com
Δέσποινα Σακαδάκη - 6945610024
 despinasakadaki@yahoo.gr

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

- ο Σύλλογος Καραμπουρνιωτών
 η Ομάδα πολιτών «Αναλαμβάνω»
 ο κ Μανώλης Οικονόμου
 ο κ Μαρίνος Ιδομενέως
 ο κ. Α. Ανυφαντάκης
 η κ. Δήμητρα Νεονάκη
 η κ. Tamara Heisrath
 η κ. Μαρίζα Ζυμνοπούλου
 ο κ. Νίκος Ψιλάκης
 η κ. Ελένη Γαϊτανάκη
 η κ. Τρουλιού Αγγελική**

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Χάρης Σπανάκης - xspanakis@gmail.com

**Ε.Α. ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
 ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΟΥ**
 ΤΑΝΤΑΛΟΥ & ΓΑΖΙΟΥ, Τ.Κ. 71409 ΗΡΑΚΛΕΙΟ

www.psagioannou.blogspot.com
 e-mail: **politistikosaig@gmail.com**

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

>>>ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη ευχαριστεί τους κ. ΚΑΡΤΣΑΚΗ ΚΩΝ/ΝΟ και ΜΑΡΚΑΤΑΝΤΟ ΚΩΝ/ΝΟ ΓΙΑ ΤΗ ΔΩΡΕΑ ΒΙΒΛΙΩΝ για τη βιβλιοθήκη του.

Το Δ.Σ. του ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Με αφορμή το κλείσιμο της επιχείρησης φιλικών, ιδιοκτησίας Ευαγγελίας Φλουρή, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε από καρδιάς όλους τους κατοίκους του Αγίου Ιωάννη, καθώς και τις Διοικήσεις των Δομών του Δήμου Ηρακλείου, των Κοινοφελών Ιδρυμάτων, Συλλόγων και Συλλογικοτήτων της περιοχής για την αμέριστη συμπαράσταση την οποία επέδειξαν κατά την σχεδόν 20ετή λειτουργία της επιχείρησής μας.

Ένα θερμό ευχαριστώ σε όλους εσάς,
 Γρηγόριος & Δήμητρα Φλουρή

Το Νέο Δ. Σ. και Ε.Ε. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη



Επιμέλεια: Βαγγέλης Αλαξάκης



Συνεδρίασαν τα νέα μέλη του Δ. Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη, που αναδείχτηκαν από την εκλογική διαδικασία της 15ης Μαΐου 2016.

Τη συνεδρίαση συγκάλεσε η πλειοψηφούσα σύμβουλος κ. Δέσποινα Μαραγκάκη και μετά από ψηφοφορία το νέο Δ. Σ. συγκροτήθηκε σε σώμα ως εξής:



- | | |
|--|--|
| 1. Πρόεδρος:
Μαραγκάκη Δέσποινα | 8. Μέλος:
Χατζηδάκη Ελπινίκη |
| 2. Αντιπρόεδρος:
Τσαγκαράκης Γεώργιος | 9. Μέλος:
Φλώκος Ξενοφών |
| 3. Γενικός Γραμματέας:
Αλεξάκης Ευάγγελος | Αναπληρωματικά μέλη:
Βασαλάκη Ιωάννα, Κουτσάκη Ειρήνη, Κούρος Αντώνης. |
| 4. Αν/της Γενικός Γραμματέας:
Οικονόμου Εμμανουήλ | Τα νέα μέλη της Ε. Ε. είναι:
1. Γιαβρίδης Δημήτριος |
| 5. Ταμίας:
Αβραμάκη- Σακαδάκη Δέσποινα | 2. Παυλιδάκης Ιωάννης |
| 6. Ανθρωπιστικών θεμάτων και Αλληλεγγύης:
Μανωλαράκη Μαρία | 3. Σπετσωτάκη Ροδούλα |
| 7. Μέλος:
Ανυφαντάκης Απόστολος | Και αναπληρωματικό μέλος
1. Γαλιανός Γιώργος |

>>> Ευχαριστούμε θερμά:

Τα μέλη του Συλλόγου που προσήλθαν στις εκλογές για την ανάδειξη του νέου Διοικητικού Συμβουλίου..
 Καλούμε όλα τα μέλη και τους φίλους του Συλλόγου να στηρίξουν με την συμμετοχή τους το έργο του. Με την συμμετοχή σας στις δράσεις που διοργανώνουμε, με νέες ιδέες και προτάσεις θα φθάσουμε πιο σύντομα μαζί στους στόχους μας. Στόχους που αφορούν τόσο την βελτίωση της αισθητικής εικόνας του προαστίου μας, όσο

και την στήριξη των κατοίκων σε θέματα απλά ή σύνθετα καθημερινότητας. Στόχους που αφορούν την συνεργασία με τα σχολεία της περιοχής μας, τις κοινωνικές υπηρεσίες, αλλά και την συνεργασία με τις Δημοτικές Υπηρεσίες για την επίλυση προβλημάτων που προκύπτουν. Στόχους που αφορούν κοινωνικές ομάδες συμπολιτών μας που έχουν ανάγκη από υλική και ηθική στήριξη. Τέλος στόχους που αφορούν την ενημέρωση, την ψυχαγωγία και την εκπαίδευση.

ΕΝΑ ΚΑΛΑΙΣΘΗΤΟ ΚΤΙΡΙΟ ΜΕ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ



Μετακόμισε το 64ο Νηπιαγωγείο της περιοχής του Αη Γιάννη στο νεόδμητο κτίριο της οδού Αντ.Βορεάδη.

**ΠΡΑΤΗΡΙΟ ΥΓΡΩΝ ΚΑΥΣΙΜΩΝ
 ΠΛΥΝΤΗΡΙΑ - ΕΙΔΗ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ**
ΜΑΥΡΑΚΗΣ
Δύναμη Κίνησης

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΜΑΥΡΑΚΗΣ
 Νικ. Κρασσάκη Ο.Τ. 25, Αγ. Ιωάννης
 Τηλ: 2810 325565, 2810 241296

ΔΙΑΝΟΜΗ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ

Κέντρο Ξένων Γλωσσών
Γ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ - ΦΛΩΚΟΥ

PALSO

Α. Κνωσού 224 & Θεοκτίστου, Ηράκλειο
 Τηλ.: 2810 211573, Fax: 2810 235721, Κιν.: 6974 646693

Μικτή χορωδία “Ερωδιός” του Αγ. Ιωάννη



Η μικτή χορωδία “Ερωδιός” του Αγ. Ιωάννη συνεχίζει το όμορφο ταξίδι της.

Στα πλαίσια των Πολιτιστικών Αγώνων του Δήμου Ηρακλείου, η Χορωδία μας παρουσιάζει τη νέα της δουλειά την ερχόμενη Τετάρτη 20 Απριλίου στον Θεατρικό Σταθμό, ώρα 7 το απόγευμα, με δωρεάν είσοδο.

Όπως είναι γνωστό, η χορωδία “Ερωδιός” είναι στον τέταρτο χρόνο δημιουργικής προσπάθειας, με καλλιτεχνικά υπεύθυνο τον έμπειρο μαέστρο και μουσικό κ. Μάνο Κανακάκη.

Η χορωδία μας υποστηρίζεται ηθικά και υλικά τόσο από τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγ. Ιωάννη, που μας παρέχει δωρεάν στέγη και μηνιαία οικονομική στήριξη, καθώς και από τον Μικρασιατικό Σύλλογο

“Καραμπουρνιωτών” Αγ. Γεώργιος, που εκτός από μηνιαία οικονομική στήριξη, βοηθά με κάθε δυνατό τρόπο την προσπάθεια μας. Την τελευταία ιδιαίτερα περίοδο η χορωδία μας, έχει αποκτήσει νέα μέλη και με προσεκτικά βήματα, υπό την καθοδήγηση του μαέστρου μας, γίνεται προσπάθεια να διεύρυνση του “ρεπερτορίου” μας, πέρα από το παραδοσιακό τραγούδι, ώστε να δοκιμαστούν νέα τραγούδια, που γεφυρώνουν το σήμερα με το χτες.

Πιστεύουμε ότι αξίζει να υποστηριχθεί η προσπάθεια της Χορωδίας “Ερωδιός” και προσκαλούμε όλους τους φίλους του Προαστίου μας και όχι μόνο να παρακολουθήσουν τις εκδηλώσεις μας

“Ο τοίχος της καλοσύνης”



Το κίνημα αλληλεγγύης “Οι Τοίχοι της Καλοσύνης” απλώνεται γρήγορα σε όλη την Ελλάδα.



Ένας ακόμα «Τοίχος της Καλοσύνης» - σπουδαία εικαστική παρέμβαση, στην ανατολική πλευρά του σχολικού συγκροτήματος του Νυκτερινού Γενικού Λυκείου. Συγχαρητήρια στους δημιουργούς για την πρωτοβουλία.

Δεν θα μπορούσε να λείπει και από τη γειτονιά μας. Έτσι λοιπόν στην οδό Θεογονή 11 στον τοίχο του 13ου Γυμνασίου τοποθετήθηκε κρεμάστρα, όπου οι πολίτες μπορούν να αφήσουν ρούχα και τρόφιμα για τους συνανθρώπους μας που έχουν ανάγκη και ενθαρρύνοντας τους περαστικούς να

εκφράσουν την αλληλεγγύη τους σε όσους το έχουν ανάγκη. Οι πολίτες κρεμούν σε αυτές ρούχα, τρόφιμα, βιβλία, παιχνίδια, οτιδήποτε δεν τους χρειάζεται και θέλουν να το χαρίσουν σε έναν άνθρωπο που δυσκολεύεται να το αποκτήσει. Από εκεί κάποιος θα το πάρει, χωρίς να γνωρίζει τον ανώνυμο «ευεργέτη» του.

«Να διευκρινίσουμε ότι δεν κοστίζει απολύτως τίποτα! Γενικότερα στις συναλλαγές μας δεν υπάρχει.. καθόλου το χρήμα...!!! Υπάρχει μόνον η αξιοπρέπεια μέσω της αλληλεγγύης!!!» λένε τα μέλη της Πρωτοβουλίας του “Τοίχου Καλοσύνης” της πόλης μας.

Ατυχήματα στη συμβολή των οδών Ζώρζη και Δημάκη

>>>ΠΑΡΑΠΟΝΑ

Μια κάτοικος της περιοχής μας,μάς έστειλε την παρακάτω επιστολή

“Θελω να αναφερω το προβλημα που δημιουργειται στην συμβολη Τζωρτζη και Δημακη. Χτες ειχαμε αλλη μια συγκρουση δυο οχηματων με μεγαλες ζημιες και στα δυο οχηματα.

Αυτην την στιγμη ειναι κατω απο το σπιτι μου παρκαρισμενα λογω της συγκρουσης για οποιον θελει να βγαλει φωτο.

Πλεον εχει παραγινει το κακο! Στην επομενη συγκρουση ισως να υπαρξει νεκρος. Η προηγουμενη ηταν αυτοκινητο με μηχανακι.

Τα παιδια μας ειναι με τα ποδηλατα. Τι μπορει να γινει για αυτο το θεμα και σε ποιο σημειο μπορει να βοηθησει ο συλλογος.

Κ. Γ.”

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου έχει καταθέσει ενημερωτική επιστολή προς το αρμόδιο τμήμα του Δήμου Ηρακλείου, με τα επικίνδυνα σημεία στους δρόμους του προαστίου. Επίσης έχει δημοσιεύσει τα σημεία αυτά με φωτογραφίες, στο τεύχος 18 της εφημερίδας «Το Βήμα του Αη Γιάννη» με τίτλο «Επικίνδυνα σημεία στους δρόμους του Αη Γιάννη»

Επίσης έχει κατατεθεί πρόταση στην επιτροπή κυκλοφορίας του Δήμου



Ηρακλείου η οποία θα εξετάσει το θέμα.

Γνωρίζουμε την επικινδυνότητα του σημείου αυτού με αφορμή ατυχήματα που έχουν συμβεί στο παρελθόν, όπως και στην παραπάνω περίπτωση, μόνο με υλικές ζημιές. Όπως αναφέραμε, είμαστε σε επαφή με τις αρμόδιες υπηρεσίες του Δήμου μας, προωθώντας την λύση του προβλήματος σε εύλογο χρονικό διάστημα, για τους λόγους που τόνισε η αποστολέας της επιστολής.



Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου έχει καταθέσει ενημερωτική επιστολή προς το αρμόδιο τμήμα του Δήμου Ηρακλείου, με τα επικίνδυνα σημεία στους δρόμους του προαστίου.

passion haircuts
 Κομμώσεις Φροντίδα
 Δεληγιάννη Μαρία
 Αρτέμιδος 23 (πάρκος Αρχιεπ. Ευγενίου) Ηράκλειο Κρήτης
 Τηλ.: 2810 322521

ΚΕΝΤΡΟ ΕΞΕΙΔΙΚΕΜΕΝΗΣ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

ΦΩΤΟΔΥΝΑΜΙΚΗ
 Μελεγχρωμίες
 Λακέρ
 Γρανάζη
 Ευρωαγγείες

ΦΩΤΟΑΝΑΠΛΑΣΗ
 Ουλές
 Αντίπλαση Καλογόρου
 Ροτίδας

ΜΕΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
 ΜΟΝΙΜΗ ΥΠΕΡ ΦΩΤΟΛΠΟΤΡΙΚΩΣΗ
 ΚΛΑΣΙΚΗ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ
 Σαμπάν - Προσώπου
 ΚΛΑΣΙΚΗ ΑΠΟΤΡΙΚΩΣΗ
 ΜΑΚΙΓΙΑΖ

Κρασαδάκη & Καλομοίρη γωνία, Αγ. Ιωάννης, Ηράκλειο
 τηλ. & fax: 2810 322663, κιν: 6944 750278, e-mail: irenesvirin@vodafone.net.gr

Δράσεις από την περιβαλλοντική ομάδα “ΦΥΣΗ ΚΑΙ ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ” του 13ου Γυμνασίου

Οι μαθητές/τριες δεσμεύτηκαν να συνεχίσουν τη δράση παρακολουθώντας την εξέλιξη και την ανάπτυξη των φυτών.



Ένα πρόγραμμα με θέμα τη φύση που έχει πολλαπλούς στόχους για τους μαθητές: γνωστικούς, όπως τη συνειδητοποίηση βασικών εννοιών γύρω από το περιβάλλον και τη ζωή που κρύβει, συναισθηματικούς, όπως την ευαισθητοποίηση, την αλλαγή συμπεριφοράς και την ανάληψη δράσης, πρώτιστα όμως στοχεύει στην επαφή των μαθητών με το φυσικό περιβάλλον, δεν μπορεί να επιτευχθεί παρά μόνο μέσα από βιωματικές δραστηριότητες και εκπαιδευτικές επισκέψεις. Μέσα στο πλαίσιο αυτό υλοποιήθηκε και η παρακάτω δράση σε

συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αη-Γιάννη.

Περιβαλλοντική Ομάδα Α' Τάξης με θέμα «Φύση και υπαίθριες δραστηριότητες»
Υπεύθυνες καθηγήτριες: Νεονάκη Δήμητρα, Καμπτάκη Αργυρώ, Ιωάννα Σμυρνάκη.

Στις 24/2/2016 η ομάδα σε βιο-καλλιερητική δράση ενημερώθηκε για θέματα που άπτονται της υγιεινής διατροφής και κατανάλωσης λαχανικών από τον γεωπόνο κ. Γιώργο Βλοντάκη. Δόθηκε η ευκαιρία στους μαθητές/

τριες να πληροφορηθούν, να ενεργοποιηθούν και να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα όπως η σπορά των λαχανικών, η καλλιέργειά τους, οι τύποι φυτοχωμάτων που είναι διαθέσιμοι κ.α. Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με φύτευση σπόρων πιπεριάς και μελιτζάνας (που τέθηκαν υπό την φροντίδα των συμμετεχόντων) με στόχο την παραγωγή σπορόφυτων τα οποία μεταφυτεύτηκαν στις 21/4/2016, στον οικολογικό λαχανόκηπο που διαθέτει ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αϊ Γιάννη.



Κτιριακά προβλήματα 19ου Δημ. Σχολ. Ηρακλείου



19ο 12/ΘΕΣΙΟ ΔΗΜ. ΣΧΟΛΕΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
Διευθ.: Α.Κνωσού 236, Τ.Κ.: 71409
Τηλ: 2810-231459, fax: 2810-326144
e-mail: mail@19dim-iraklira.sch.gr

1. Ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα του Σχολείου, είναι η έλλειψη σωστής μόνωσης - στεγανοποίησης της ταράτσας του παλαιού κτιρίου του Σχολείου που ξεκινά από το 1996.

Είναι αναγκαία η άμεση παρέμβαση από την αρμόδια Τεχνική Υπηρεσία του Δήμου για την άμεση αποκατάσταση των εκτεταμένων ζημιών του κτιρίου του Σχολείου μας με μόνιμη λύση.

2. Επίσης πολύ σοβαρό πρόβλημα είναι οι εξωσχολικοί που δημιουργούν ζημιές στα κτίρια με τις “καλλιτεχνικές” και όχι μόνο παρεμβάσεις τους.

Μετά από τόσα χρόνια διαρροής νερού λόγω της κακής κατασκευής της ταράτσας, έχουν δημιουργηθεί εκτεταμένες ζημιές από τη διάβρωση, μέσα και έξω από το κτίριο (σοβάδες που πέφτουν σε αίθουσες μαθημάτων, σε σκάλες, σε διάδρομο, φουσκωμένοι τοίχοι, απογυμνωμένα σίδερα και άλλα).

Τσικνοπέμπτη - 19ο Δημοτικό Σχολείο



Την Τσικνοπέμπτη 03-03-2016, οι Μαθητές/τριες του 19ου Δημοτικού Σχολείου Ηρακλείου, έκλεισαν τις τσάντες τους “έβαλαν τα καλά τους” και παρακολούθησαν ως όφειλαν, καλεσμένοι γαρ, τον «Γάμο του Χαραλάμπη» παλιό αποκριάτικο έθιμο.

Πρωταγωνιστές αυτή τη φορά ήταν οι Δάσκαλοι/λες του Σχολείου, που έδωσαν τον καλύτερό τους εαυτό, αναπαριστώντας τη γαμήλια τελετή, η οποία συνοδεύτηκε με κρητικούς χορούς και τραγούδια.

Συνεργάτες στην προσπάθεια αυτή ο Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων, ο οποίος φρόντισε για το ψήσιμο, που γινόταν επιτόπου, του παραδοσιακού “γαμποπλάφου” που τόσο πλουσιοπάροχα μοίρασε στα παιδιά - καλεσμένους. Για άλλη μια φορά το Σχολείο προσέφερε στα παιδιά του, εκτός από γνώση, μια νότα χαράς και διασκέδασης, τηρώντας τις παραδόσεις.



Αντωνία Χαριτάκη
Αισθητικός - Κοσμετολόγος
Αριστούχος Α.Τ.Ε.Ι. Αθηνών
Diploma in shiatzu therapy
Μέλος του Συλλόγου Επαγγελματιών
Αισθητικών Ελλάδος

Αρχ. Ευγενίου 9 Αγ. Ιωάννης (Κνωσού)
Ηράκλειο Κρήτης, Τ.Κ.71409
Τηλ: 2811 112 871
Fax: 6974 665 284
E-mail: info@euphoriasenses.com
www.euphoriasenses.com

- Επιστημονική Φροντίδα Δέρματος
- Ακμή - Αφυδάτωση - Μελαγχρώσεις
- Αντιγήρανση - Rejouvance Φυσικό Lifting
- Αδυναμία - Λιπολυπτική - Βαλασ/πεία
- Αποτρίχωση • Μεσοθεραπεία
- Περιποίηση άκρων - Ποδολογία
- Wellness - Shiatzu Massage
- Νυφικό Μακιγιάζ - Special Event
- Προϊόντα, Ελιξίρια νεόπιας
- Gift Cards - δώρα ομορφιάς

ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΙΝΟΤΙΚΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ – ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΗ (ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η.)



Τον Αύγουστο του 2011 ιδρύθηκαν από το δήμο Ηρακλείου τα Κέντρα Κοινωνικής Φροντίδας – Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων (ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η.) Ένα σε κάθε δημοτική κοινότητα του δήμου Ηρακλείου. Πρόκειται για Τοπικούς Φορείς Παροχής Κοινωνικών Υπηρεσιών, Τοπικά Κοινωνικά Αναπτυξιακά Κέντρα και Κέντρα Παροχής Υπηρεσιών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.



Προέκυψε η ανάγκη αναδιάρθρωσης της λειτουργίας των κοινωνικών υπηρεσιών, ώστε να αναπτυχθεί ένα προσφιλές περιβάλλον διαβίωσης των ηλικιωμένων αλλά και των ευπαθών κοινωνικών ομάδων, χωρίς αποκλεισμούς, συμβάλλοντας θετικά στην υγεία και την ποιότητα ζωής όλων των γενεών. Έχει σαν φιλοσοφία ότι κάθε κοινωνία για να προάγει μια ζωή ποιότητας των μελών της, έχει ανάγκη από την δημιουργική δράση όλων των πληθυσμιακών της ομάδων. Σκοπός των ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η είναι η ανάπτυξη της περιοχής της χωρικής κοινότητας που αναφέρονται, η αναγέννηση του αισθήματος του "ανήκω σε μία κοινότητα ανθρώπων", στηριζόμενοι στην Αλληλεγγύη την Αλληλοβοήθεια και την Συλλογική Προσπάθεια. Η υπηρεσία απευθύνεται :Σε όλους τους κατοίκους κάθε Δημοτικής Κοινότητας ανεξάρτητα από ηλικία, υγεία, θρησκεία και εθνικότητα και • Σε όσους αντιμετωπίζουν ειδικές καταστάσεις που απαιτείται άμεσα κοινωνική παρέμβαση ή μέριμνα για παραπομπή σε αρμόδιους φορείς ήτοι:

- Οι έχοντες χαμηλό ή ανύπαρκτο εισόδημα ή άτομα που το εισόδημα τους δεν καλύπτει επαρκώς τις βασικές τους ανάγκες
- διατροφή, στέγαση, ασφάλιση, ένδυση-υπόδηση
- Άστεγοι
- Αρχηγοί μονογονεϊκών οικογενειών,
- Αποφυλακισμένοι

- Άτομα που υφίστανται κακοποίησης ή κακομεταχείρισης ή παραμέλησης και
- Ηλικιωμένοι

Στόχοι των ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η: Τα Κέντρα Κοινωνικής Φροντίδας του Δήμου Ηρακλείου Κρήτης έχουν ως στόχο: την διατήρηση της υγείας, την πρόληψη, την ανεξάρτητη διαβίωση, την κοινωνική συμμετοχή και την ενεργοποίηση των πολιτών Για τον λόγο αυτό προγραμματίζονται και υλοποιούνται σειρά δράσεων όπως: Οι δράσεις που πραγματοποιήθηκαν στο ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η. του Αγ.Ιωάννη κατά τους μήνες Ιανουάριο μέχρι και τον Απρίλιο 2016 είναι εξής:

- Στις 19 / 1 / 2016 , πραγματοποιήθηκε ομιλία στο χώρο του ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η. , με θέμα << Μέτρα αυτοπροστασίας από τον σεισμό >>από την ΠΡΟΤΕΚΤΑ σε συνεργασία με τις σπουδάστριες εργαστηριακής άσκησης Κοινωνικής Εργασίας του ΤΕΙ Κρήτης.
- Στις 22 / 1 / 2016, πραγματοποιήθηκε ομιλία στο χώρο του ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η. από τον φυσίατρο, κ.Γκέκα με θέμα "Εξέταση και θεραπεία πόνου σύμφωνα με τους κανόνες της φυσικής αποκατάστασης".
- Στις 18/ 2 /2016, πραγματοποιήθηκε συναυλία στο Πολιτιστικό κέντρο Ηρακλείου με 2 σολίστες, τον κ. Τίτο Γουβέλη στο πιάνο και τον κ. Νίκο Νικολόπουλο στο φλάουτο, αποκλειστικά για τους ωφελούμενους των ΚΕΚΟΙΦ-ΑΠΗ , σε συνεργασία αντιδημαρχίας Πολιτισμού και Κοινωνικής Πολιτικής όπου συμμετείχαν αρκετά μέλη μας.
- Στις 3/3/2016, πραγματοποιήθηκε αποκριάτικη γιορτή στο χώρο του ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.- Α.Π.Η. με το πηγαίο γέλιο και χαρά στα χείλη όλων και τα αντίστοιχα σκετσάκια από την θεατρική ομάδα των μελών μας.
- Στις 11 / 3 / 2016 , πραγματοποιήθηκε ομιλία στο χώρο του Κέντρου, από την ενδοκρινολόγο κ.Μπουμπάκη με θέμα <<Παχυσαρκία και Σακχαρώδης διαβήτης>> όπου δόθηκαν χρήσιμες πληροφορίες και απαντήσεις στα ερωτήματα όλων.
- Στις 24 / 3 / 2016 , πραγματοποιήθηκε στο χώρο

του ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η εκδήλωση για την Εθνική γιορτή της 25ης Μαρτίου με φιλοξενούμενη ομάδα μελών, της Μονάδας Φροντίδας Ηλικιωμένων ΗΡΑ. Ακούστηκαν επετειακά ποιήματα, τραγούδια από την χορωδία καθώς και ομιλίες από μέλη του Κέντρου με μηνύματα από την ζωή των προγόνων μας, σε συνδιασμό με το σήμερα και είχαμε την ευκαιρία επίσης να θαυμάσουμε κάποια κομμάτια από την ανεκτίμητη συλλογή των αγωνιστών του πολέμου του κ. Καλουρή Δημητρίου.

- Στις 4/4/2016, πραγματοποιήθηκαν στο χώρο του ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-Α.Π.Η. , σπειρομετρήσεις από την ομάδα ΧΑΠ της πνευμονολογικής κλινικής του Π.Α.Γ.Ν.Η σε συνεργασία του Ιατρικού συλλόγου με την Δ/ση Κοινωνικής Πολιτικής Δήμου Ηρακλείου.
- Στις 19/ 4 /2016 , θα πραγματοποιηθεί επίσκεψη στον Παιδικό σταθμό Ντόναλτ από ομάδα μελών του Κέντρου για να δείξουν στα παιδιά τα ήθη και έθιμα του τότε σε συνδιασμό με το σήμερα. Να θυμηθούν με ιστορίες τις Αγίες Μέρες που πλησιάζουν και τον ερχομό του Πάσχα.
- Στις 20/ 4 /2016, θα πραγματοποιηθεί επίσης επίσκεψη στο 51ο Νηπιαγωγείο επίσκεψη από ομάδα μελών του Κέντρου για να δείξουν στα παιδιά τα ήθη και έθιμα από το Σάββατο του Λαζάρου (Τα Λαζαράκια), Κάλαντα και ιστορίες για τον ερχομό του Πάσχα.
- Στις 21 / 4 /2016, θα πραγματοποιηθεί η Πασχαλινή γιορτή στο ΚΕ.ΚΟΙ.Φ.-ΑΠΗ, με Ευχέλαιο, ομιλία για το πνεύμα των ημερών, θα ακουστούν ύμνοι και ποιήματα από την χορωδία του Κέντρου και θα μοιραστούν σε όλους λαμπάδες και κάρτες από την ομάδα εργοθεραπείας.
- Θα φιλοξενηθούν μέλη του Πτωχοκομείου Ιδρυμάτων Καλοκαιρινού
- Τα εδέσματα θα προσφερθούν από την ομάδα ζαχαροπλαστικής.

Τέλος, ένα μεγάλο ευχαριστώ στις σπουδάστριες των εργαστηρίων Κοινωνικής Εργασίας του Τ.Ε.Ι. Ηρακλείου, Σταυροπούλου Σοφία και Κυτταρατζή Χρύσα, για την πολύτιμη βοήθειά τους στην συλλογή των στοιχείων.

ΕΓΚΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ

ΕΓΚΛΗΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ – ΑΜΕΣΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ

Αν η λέξη methomyl δεν σας λέει και πολλά πράγματα, σίγουρα το Lannate σας χτυπάει κάποιο καμπανάκι. Πρόκειται ίσως για το πιο ισχυρό φυτοφάρμακο της αγοράς, ένα από αυτά που ενώ είναι ιδιαίτερος επικίνδυνος, διατίθεται είτε νόμιμα είτε παράνομα χωρίς έλεγχο, σε όσους το «χρειάζονται». Αν λοιπόν, η διάθεση αυτού του προϊόντος σας βρίσκει σύμφωνους ή αν ακόμα η παρουσία του στη φύση σας αφήνει παντελώς αδιάφορους, ξανασκεφτείτε το. Το προϊόν αυτό «τοποθετείται» επανειλημμένως και με δόλο, σε σημεία που κυκλοφορούν τα παιδιά μας! Τους τελευταίους 20 μήνες μόνο στη περιοχή του Αγ. Ιωάννη, στην οδό Ερμή, σε πολύ μικρή ακτίνα από το Κέντρο Προσχολικής Αγωγής «Μητέρα» περισσότερα από 20 αδέσποτα και δεσποζόμενα, γιατί και σκυλιά, έχουν βρει βίαιο και σχεδόν ακαριαίο θάνατο από αυτή την ουσία. Δηλητηριασμένες τροφές είτε σε μορφή μικρής λιχουδιάς είτε ολόκληρου γουαουριού, έχουν τοποθετηθεί σε σημεία όπου εκτός από ζώα κυκλοφορούν καθημερινά και παίζουν τα παιδιά μας.

26 Απριλίου 2015: Δεκάδες γιατί και σκυλιά βρίσκουν τραγικό θάνατο από φόδες που τοποθετήθηκαν κατά μήκος της οδού Ερμή από τη Παιδική Χαρά μέχρι τον Όμιλο Αντισφαίρισης του Αγ. Ιωάννη. Μέσα σε αυτά και ο μικροσκοπικόλης, άκακος Έντυ, παρέα των παιδιών της γειτονιάς, ο οποίος «δοκίμασε» ένα παιδικό γιαούρτι, επιμελώς τοποθετημένο δίπλα στο κάδο ακριβώς έξω από το 13ο Γυμνάσιο. Σε σημείο όπου καθημερινά περνάνε δεκάδες παιδιά για να πάνε στο σχολείο τους και που τα απογέυματα παίζουν μπάλα. Λίγους μήνες νωρίτερα άλλα τόσα αδέσποτα και



δεσποζόμενα ζώα βρέθηκαν θανατωμένα από φόδες, στις ίδιες περιοχές. 22 Φεβρουαρίου 2016 : Ένα πολύ μικρό κομμάτι κρέας θανατώνει μέσα σε λίγα λεπτά ένα δεσποζόμενο σκύλο 30 κιλών, το Σωκράτη. Η δηλητηριασμένη τροφή είχε τοποθετηθεί στην οδό Ερμή, στο ξέφωτο ανάμεσα στο Κέντρο Προσχολικής Αγωγής «Μητέρα» και τον Όμιλο Αντισφαίρισης, πίσω από το περίπτερο. Εκεί που καθημερινά πολλές δεκάδες παιδιών περνάνε για να πάνε στο σχολείο τους, συχνάζουν, παίζουν. Εκεί που σε μερικούς μήνες θα ανοίξει το νέο Νηπιαγωγείο της περιοχής.

31 Μαρτίου 2016 : Η ίδια ιστορία. Στην ίδια γειτονιά. Ο Μανούσος, ένας σκύλος 35 κιλά ζαπλώνει, χωρίς ελπίδα σωτηρίας, δίπλα στα κάγκελα του Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Κωφών και Κωφαλάλων πίσω από το Νηπιαγωγείο «Μητέρα» και χάνει σχεδόν ακαριαία τη ζωή του από δηλητηριασμένη τροφή. Αν τα παραπάνω περιστατικά δεν σας συγκινούν ή σας χαροποιούν (!) αναλογιστείτε τι θα συνέβαινε αν κάποιο παιδί ή το δικό σας παιδί, άγγιζε μία από αυτές τις τροφές ή αν κάποιο μπαλάκι από τα τόσα που καθημερινά πέφτουν εκτός των γηπέδων τέννις ακουμπούσε το δηλητήριο. Ήταν λοιπόν η μοναδική ποσότητα που τοποθετήθηκε και θανάτωσε τον σκύλο στο τελευταίο περιστατικό; Υπάρχουν και άλλα κομμάτια δηλητηριασμένης τροφής σκορπισμένα στη περιοχή; Άγνωστο. Άγνωστο αν θα πεθάνουν και άλλα ζώα από τα χέρια αυτού του δολοφόνου. Άγνωστο για πόσο θα συνεχίσει να διαπράττει αυτό το έγκλημα. Ένα όμως είναι γνωστό και σίγουρο, τα παιδιά μας κινδυνεύουν και είναι καθαρά θέμα χρόνου και καταστάσεων μέχρι να φτάσουμε να θρηνούμε και ανθρώπους.

Για τα παραπάνω καταγεγραμμένα περιστατικά καθώς και τα στοιχεία που προέκυψαν, έχει ενημερωθεί ο Εισαγγελέας Πρωτοδικείου Ηρακλείου καθώς ο νόμος είναι πολύ σαφής. Η θανάτωση των ζώων με φόδες είναι αξιόποινη πράξη, δηλαδή έγκλημα, το οποίο τιμωρείται με φυλάκιση και χρηματικά πρόστιμα. Σύμφωνα με το Νόμο 4039/2012 ο δράστης αντιμετωπίζει ποινές φυλάκισης από 1 έως 5 έτη και διοικητικά πρόστιμα μέχρι 5000 ευρώ για κάθε ζώο που θανατώνεται από δηλητηρίαση. Οι συγκεκριμένες πράξεις είναι προφανές ότι διαπράχθηκαν από άτομα ή άτομο, που με τη δικαιολογία της ... αγανάκτησης από τα αδέσποτα ή τα δεσποζόμενα ζώα της περιοχής, δεν διστάζει «να πάρει το νόμο στα χέρια του» και χωρίς

κανέναν ενδοιασμό τοποθετεί δηλητήρια στις γειτονιές, σπέρνοντας το θάνατο. Και μολύνοντας τις γειτονιές. Αναφορές επιστημόνων του Μουσείου Φυσικής Ιστορίας και άλλων Ιδρυμάτων, αναφέρουν ότι η παρουσία δηλητηριασμένων τροφών (δολώματα ή φόδες) στο περιβάλλον έχει πολλές βλαβερές συνέπειες. Καθώς απορροφάται από το χώμα ή καταναλώνεται από άλλους οργανισμούς όχι απλά παραμένει αλλά η βλαβερή του επίδραση διογκώνεται. Ακόμα και τα δηλητηριασμένα ζώα που είτε κείτονται στους δρόμους, σε χωράφια είτε έχουν θαφτεί, αποτελούν εστίες μόλυνσης.

Μπορεί λοιπόν κάποιος εύκολα να αντιληφθεί το μέγεθος του προβλήματος αλλά και του κινδύνου, όταν σε μία γειτονιά ζει ένας τέτοιος διαταραγμένος «άνθρωπος». Γιατί κάποιος που επιλέγει να ενεργήσει κατ'αυτό τον τρόπο σίγουρα έχει πρόβλημα και είναι επικίνδυνος. Και το κυριότερο, ζει ανάμεσά μας. Σε κοινωνίες όπου η ζωοφιλία αποτελεί δείγμα σεβασμού προς τη φύση και πολιτισμού προς τη κοινωνία, ο «άνθρωπος» που αποφασίζει να διαπράξει έγκλημα κακοποίησης ή δηλητηρίασης σε ζώο αντιμετωπίζεται ως επικίνδυνος για τη κοινωνία και διώκεται ως τέτοιος. Μελέτες έχουν δείξει ότι είναι θέμα συνθηκών να προβεί σε εγκληματικές ενέργειες απέναντι και σε ανθρώπους. Είναι λοιπόν, επιτακτική η ανάγκη να βρεθεί ο ένοχος και είναι χρέος όλων να βοηθήσουμε σε αυτό. Για την ασφάλεια όλων των κατοίκων του Αγίου Ιωάννη, δίποδων και τετράποδων.

Μαρίζα Ζυμνοπούλου, Κάτοικος της περιοχής, μητέρα και μέλος της Φ.Ο.Σείριος

Υ.Σ. : Για οποιαδήποτε πληροφορία ή καταγγελία, μπορείτε να επικοινωνείτε μέσω email με τη Φιλοζωική Ομάδα Σείριος, στο fo.seirios@yahoo.gr, και με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννη στο politistikosaig@gmail.com .

χονδρική - λιανική

... με το γάντι

χαρτικά απορρυπαντικά είδη συσκευασίας

Ανέστης Παλιούρας Κλειώ Μελισσουργάκη

Α.Κνωσσού 304, Ηράκλειο Κρήτης
Τ. 2810 361.764 κ. 6946 072506

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ Δ.Σ. 2013 - 2016



Το σημερινό Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννου ανέλαβε καθήκοντα στις 11-4-2013 μετά από εκλογές που πραγματοποιήθηκαν στις 7- 4- 2013
Από τότε έχει συνεδριάσει 107 φορές και έχει πραγματοποιήσει 2 Γενικές Συνελεύσεις. Από την αρχή ο σύλλογος ασχολήθηκε με τους εξής τομείς:

1. Εξοπλισμός
2. Περιβάλλον
3. Τεχνικά θέματα – καθημερινότητα
4. Παιδεία- εκπαίδευση
5. Κοινωνικά θέματα
6. Ενημέρωση
7. Τμήματα Δραστηριοτήτων
8. Πολιτιστικά θέματα και εκδηλώσεις

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Εδώ και 6 χρόνια γίνεται προσπάθεια ούτως ώστε ο Σύλλογος να διαθέτει τον κατάλληλο εξοπλισμό που χρειάζεται ώστε να μπορεί με όσο το δυνατό λιγότερα έξοδα να πραγματοποιεί τις εκδηλώσεις του, αλλά και να βοηθάει τους κατοίκους της περιοχής όταν του ζητείται. Και αυτήν την τριετία έγινε μια πάρα πολύ σοβαρή προσπάθεια προς αυτήν την κατεύθυνση. Τα σημαντικότερα από αυτά είναι.

- Αναβαθμίσαμε την μικροφωνική του συλλόγου ώστε να μπορεί να καλύψει μεγαλύτερες εκδηλώσεις.
- Αποκτήσαμε και άλλους πάγκους και αυτήν την

στιγμή διαθέτουμε 28 μεγάλους και 3 μικρούς.

- Αγοράστηκαν νέες καρέκλες με αποτέλεσμα να διαθέτουμε πλέον 310
- Κατασκευάσαμε 2 ξύλινα σπιτάκια και 9 κίσκια για τις ανάγκες του Μαγικού Χριστουγεννιάτικου Χωριού.
- Αποκτήθηκαν δυο τέντες μεγάλες.
- Διαθέτουμε πλέον αρκετό ηλεκτρολογικό εξοπλισμό όπως μπαλαντέζες πινάκες και καλώδια.
- Πήραμε ένα τραπέζι πινγκ πονγκ για να γίνονται μαθήματα στο σύλλογο.
- Προμηθευτήκαμε μετά από συνεργασία με το ΕΚΑΒ Ν.Ηρακλείου έναν απινιδωτή για να τοποθετηθεί σε χώρο του Πολιτιστικού Συλλόγου. Θα ενταχθεί στο δίκτυο του ΕΚΑΒ και να χρησιμοποιηθεί σε περίπτωση ανάγκης.
- Από ηλεκτρονικό υλικό διαθέτουμε ψηφιακή φωτογραφική μηχανή, λάμπτοπ, εκτυπωτή, προτζέκτορα και δυο cd player.
- Διαθέτουμε επίσης ένα ηλεκτρικό πιάνο για την κάλυψη των μουσικών μας εκδηλώσεων και τις ανάγκες των χορωδιών μας.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Ο Σύλλογος θέλοντας να ευαισθητοποιήσει τους πολίτες σε θέματα περιβάλλοντος πραγματοποίησε διάφορες δράσεις.

- Στις 5-6-13 έγινε καθαρισμός πάρκου Ερμής.
- Στις 6-4-2014 συμμετείχαμε στην πανελλαδική περιβαλλοντική δράση lets do it όπου στο πάρκο Ανεμώνης φτιάξαμε χελιδονοφωλιές σε συνεργασία με το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας και καθαρίσαμε την γύρω περιοχή.
- Το 2015 πάλι στα πλαίσια του lets do it καθαρίσαμε τον περιβάλλοντα χώρο του πανεπιστημίου και σε συνεργασία με τον Γεωπόνο βιοκαλλιεργητή

Γιώργο Βλοντάκη έγινε μάθημα κλαδέματος ελιάς.

Στις 28-04-2015 σε συνεργασία με το 47ο Δημοτικό ΔΣ φυτέψαμε τον λαχανόκηπο μας στο πάρκο στην οδό Κρασαδάκη δίνοντας στους μαθητές την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με την καλλιέργεια πολλών ειδών. Η προσπάθεια αυτή συνεχίστηκε μέχρι τέλος του καλοκαιριού με τεράστια επιτυχία παράγοντας πλήθος κηπευτικών.

Το ίδιο πάρκο ξαναφύτευτηκε και φέτος σε συνεργασία με το 13ο γυμνάσιο Ηρακλείου. Συμμετείχαμε σε συνεργασία με τον Δήμο Ηρακλείου, εθελοντικές ομάδες και τους κάτοικους της περιοχής, στον καθαρισμό, την σπορά και το όργωμα του μητροπολιτικού πάρκου Μεσαμπελιών στην οδό Ερυθραίας.

Λειτουργήσε Περιβαλλοντικό σχολείο ενηλίκων σε συνεργασία με την Οικολογική Παρέμβαση Ηρακλείου.

ΤΕΧΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ - ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ

Όλο αυτό το διάστημα γνωρίζοντας τα προβλήματα του προαστίου μας, προσπαθούμε για την επίλυση τους. Μέσα από αυτήν την επίμονη προσπάθεια έχουμε καταφέρει να βοηθήσουμε στην επίλυση πολλών από αυτά. Αυτό δεν σημαίνει βέβαια ότι καταφέραμε όσα θα θέλαμε. Πρέπει να συνεχίσουμε με ακόμα μεγαλύτερο ζήλο να αναδεικνύουμε τα προβλήματα και να διεκδικούμε για την περιοχή μας.

Η Παρόχθια, η Ερμή, η Κρασαδάκη, η Αρχιεπισκόπου Ευγενίου, η Εριθρέας, το Μητροπολιτικό πάρκο Μεσαμπελιών, το Πάρκο Ανεμώνης, το Πάρκο Πικροδάφνης, το πάρκο Ερμής, το 64ο Νηπιαγωγείο, το 20ο Δημοτικό Σχολείο το 47ο Δημοτικό σχολείο το 19ο Δημοτικό σχολείο,

το ΚΕΚΟΙΦ/ΑΠΗ Αγ Ιωάννου, η εσωτερική αστική γραμμή του ΚΤΕΛ, η αστυνόμευση της περιοχής είναι μερικά από αυτά που άλλα έχουν λυθεί και άλλα όχι ενώ άλλα είναι στην μέση.

ΠΑΙΔΕΙΑ

Τα σχολεία της περιοχής μας έχουν πάρα πολλά προβλήματα και ο σύλλογος οφείλει να είναι κοντά. Έχει συνεργασία με όλα τα σχολεία της περιοχής, παρεμβαίνει και διεκδικεί για λογαριασμό τους. Πιέζει για την δημιουργία και άλλων σχολικών μονάδων στην περιοχή και παρακολουθεί από κοντά την εξέλιξη των υπό κατασκευή έργων.

Ειδικά για την περιοχή του Μητέρα, που γύρω από αυτό υπάρχουν 5 σχολικά κτήρια και 7 διαφορετικά σχολεία, έχει καταθέσει συγκεκριμένη πρωτοποριακή πρόταση αξιολογώντας της ανάγκες της περιοχής για δημιουργία ΣΧΟΛΕΙΟΥΠΟΛΗΣ, που περιλαμβάνει πεζοδρόμους, πεζοδρόμια, φωτισμό, δενδροφυτεύσεις, κατασκευή πάρκου, σημάνσεις, ακόμα και θέσεις στάθμευσης και προσέγγιση του ιδιικού σχολείου. Παράλληλα προσφέραμε 60 παιδικά βιβλία για τον εξοπλισμό της βιβλιοθήκης των ΚΔΑΠ Ηρακλείου. Στήριξε την δημιουργία της σχολικής βιβλιοθήκης του 8ου Λυκείου με προσφορά λογοτεχνικών βιβλίων. Επίσης στήριξε οικονομικά την βιβλιοθήκη του 13ου γυμνασίου.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

Στον τομέα αυτό, λόγω των αυξημένων αναγκών της εποχής ο σύλλογος δεν θα μπορούσε να είναι αμέτοχος. Η ομάδα αλληλεγγύης του Συλλόγου παραλαμβάνει και διαθέτει ιματισμό, παιχνίδια και τρόφιμα σε όσους τα έχουν ανάγκη. Επίσης προσφέρει υπηρεσίες και οικονομική στήριξη όπου κριθεί αναγκαίο πάντα σύμφωνα στον βαθμό που μπορεί.

Ο Σύλλογος συνεργάζεται με το Κοινωνικό Ιατρείο – Φαρμακείο.

Έχει φροντίσει να γίνονται μαθήματα δωρεάν σε συνεργασία με ιδιώτες σε παιδιά που το είχαν ανάγκη. Έχει προσφέρει ιατρική υποστήριξη με την βοήθεια εθελοντών γιατρών σε άτομα που είχαν άμεση ανάγκη.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Όλες αυτές οι δράσεις και όλα τα προβλήματα, οι απόψεις αλλά και οι θέσεις των συμπολιτών μας προβάλλονται μέσα από την εφημερίδα «το Βήμα του Αϊ Γιάννη» που αισίως έφτασε τα 30 τεύχη. Αυτήν την στιγμή η εφημερίδα εκτυπώνεται σε 4000 φύλλα και διανέμεται δωρεάν σε πάνω από 3500 σπίτια. Ο κάθε ένας από εσάς μπορεί να παρουσιάσει τις απόψεις αλλά και τα προβλήματα του μέσω αυτής και αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα εργαλεία για τον σύλλογο. Παράλληλα δημιουργήσαμε και διαδικτυακή εφημερίδα (tovimanews.gr) ακολουθώντας τις απαιτήσεις των καιρών. Πλέον η ενημέρωση είναι άμεση και ο κάθε ένας μπορεί να ενημερώνεται κάθε στιγμή για τις εξελίξεις τα θέματα που μας αφορούν.

Ο σύλλογος διαθέτει ηλεκτρονική διεύθυνση που είναι politistikosaig@gmail.com ιστοσελίδα που είναι www.psigiaionnou.blogspot.com και σελίδα στο facebook που είναι Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννου όπου όποιος το επιθυμεί μπορεί να επικοινωνήσει.

ΤΜΗΜΑΤΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Ο Σύλλογος θέλοντας να βελτιώσει την καθημερινότητα των κατοίκων της περιοχής έδωσε μια διέξοδο στην καθημερινότητα τους κάνοντας πράξη κάποιες επιθυμίες τους. Την πρώτη χρονιά είχαμε 4 διαφορετικά τμήματα Ζωγραφική, Αγιογραφία, Λάτιν και Κοπτική-Ραπτική τα οποία αγκαλιάστηκαν από τους πολίτες και λειτουργήσαν με απόλυτη επιτυχία. Αυτό μας έδωσε τη δύναμη να συνεχίσουμε αλλά και να προσπαθούμε ακόμα περισσότερο.

Έτσι σήμερα έχουμε 21 διαφορετικά μαθήματα και πάνω από 600 μαθητές όλων των ηλικιών σε 4 χώρους που νοικιάζει ο σύλλογος.

Οι χώροι αυτοί είναι: Τα κεντρικά γραφεία του Συλλόγου στην οδό Ταντάλου, η αίθουσα της οδού Παρθενόνος και οι αίθουσες του Πανεπιστημίου Κρήτης που βρισκόμαστε.

Τα τμήματα αυτά είναι:

Κοπτική-Ραπτική, Λάτιν για παιδιά και ενήλικες, Ζωγραφική για παιδιά και ενήλικες, Σκάκι, Κιθάρα, Λύρα, Μαντολίνο, Αρμόνιο-ηλεκτρικό πιάνο, Ομάδα προσωπικής ανάπτυξης, Τεχνική αυτοάμυνας, Κρητικοί χοροί για παιδιά και ενήλικες, Παιδική χορωδία, Χορωδία για ενήλικες Ερωδίας, Ντεκουπάζ, Ζούμπα, Φωτογραφία, Κόσμημα, Θεατρική ομάδα, Γιόγκα, Ομάδα γυμναστικής για ενήλικες και Λασέ Βελόνα.

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΚΑΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Στο κομμάτι του πολιτισμού και των εκδηλώσεων ο Σύλλογος έχει να παρουσιάσει πλούσιο έργο.

- Κοπή πίτας 2014, 2015, 2016.
- Το παιδικό τμήμα Ζωγραφικής του Συλλόγου με δασκάλα την κ. Ελένη Τσαγκαράκη, δημιούργησαν έργα τα οποία δωρίθηκαν και διακοσμούσαν τους διαδρόμους της παιδιατρικής και της παθολογικής κλινικής του Βενιζέλειου Νοσοκομείου.
- Αναβιώσαμε τα Θερινά σινεμά της γειτονιάς σε αίθριους του προαστίου.

• 2014 το 2015 και το 2016 στολισμός Χριστουγεννιάτικου δέντρου στην Λ. Κνωσού.

• Διοργανώσαμε αποκρίατικο περίπατο αναβιώνοντας το έθιμο του γάμου και του Καντή (Τούρκου δικαστή).

• Το 2014 άνοιξε τις πύλες του το Μαγικό Χριστουγεννιάτικο χωριό το οποίο διήρκεσε 9 μέρες και της ημέρες αυτές πραγματοποιήθηκαν πάνω από 40 εκδηλώσεις, προσφέροντας πολύ όμορφες στιγμές σε πλήθος κόσμου που το επισκέφτηκε. Από τότε και περά έχει γίνει θεσμός και φέτος συμπλήρωσε 3 χρόνια ζωής.

• Μαζί με το ΚΕΚΟΙΦΑΠΗ Αγ Ιωάννου οργανώσαμε διαγωνισμό μικρασιάτικης κουζίνας.

• Τα τμήματα δραστηριοτήτων του Συλλόγου μας παρουσιάζονται κάθε χρόνο σε διήμερο εκδηλώσεων στο κηποθέατρο Μάνου Χατζιδάκι.

• Συμμετέχουμε εδώ και 2 χρόνια στην Κρητική Καντάδα που διοργανώνει ο Πολιτιστικός Σύλλογος Ανωγειών.

• Διοργανώσαμε εκδήλωση προς τιμήν του Στυλιανού Αλεξίου με ομιλητές τους: Καθηγητή Θεοχάρη Δετοράκη και τον συντοπίτη μας κ. Μανίνο Ιδομενέως.

• Συνδιοργανώσαμε με τις εκδόσεις Ίτανος και την Λέσχη Ανάγνωσης Ίτανος εκδήλωση μνήμης για τον Κρητικό Πόλεμο στην αίθουσα Ανδρόγεω του Δήμου Ηρακλείου.

• Σε συνεργασία με την ομάδα Ηρακλειώτισσες Μαμάδες διοργανώσαμε το παιδικό φεστιβάλ «Παιχνιδίσιοι Γνώστους»

• Περιπατήσαμε τον δρόμο του νερού με ξεναγό την κ. Λιάνα Σταρίδα.

• Η θεατρική ομάδα του Συλλόγου ανέβασε το καλοκαίρι του 2015 το θεατρικό έργο του Φρειδερίκου Ντύρενματ με τίτλο «Η γηραιά κυρία» σε σκηνοθεσία Αντώνη Διαμαντή, ενώ φέτος ετοιμάζεται να παρουσιάσει το έργο του Ντάριο Φο με τίτλο «Οι αρχάγγελοι δεν παίζουν φλίπερ» σε σκηνοθεσία Δομήνικου Ταβερναράκη.

• Συμμετοχή στο 3ο και 4ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας που πραγματοποιήθηκε στα Ρουσοχώρια με διοργανωτή τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αποστολιανών.

• Η φίλη του Συλλόγου κ. Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη πρόσφερε εθελοντική ξεναγήση στο νεοανακαινισμένο μουσείο της Αγίας Αικατερίνης.

• Δημιουργήσαμε παιδικής χορωδίας με δασκάλο τον Νίκο Κυπράκη.

• Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου μαζί με τον σύλλογο Καραμπουρνισιτών «Άγιος Γεώργιος» στηρίζουμε την μικτή χορωδία «Ερωδίας» με μαέστρο τον Μανόλη Κανακάκη.

• Παρουσίαση του βιβλίου «Εντροπία» του Μάρκου Σελλιανάκη από τις εκδόσεις Ίτανος.

• Ομιλία για την παιδεία με τον ψυχολόγο Νικόλαο Μαγαλιό.

• Ομιλία με τον ψυχολόγο Μανόλη Καργάκη σε συνεργασία με το 8ο Λύκειο, με θέμα το άγχος μαθητών και γονέων ενόψει πανελλαδικών εξετάσεων.

• Εκδρομή στην Κάτω Ζάκρο και στην Μονή Τοπλού με την ξεναγό Αθηνά Σφακάκη

• Μια ιδέα που έγινε θεσμός και κέρδισε το ενδιαφέρον και την αγάπη των συμμετεχόντων, είναι τα «ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ»

Σειρά σεμιναρίων που βασίζονται στον εθελοντισμό, από πλευράς διδασκόντων και διδασκόμενων. Ξεκίνησε τον Απρίλιο του 2015 και ως τώρα έχει πραγματοποιήσει πάνω από 20 διαφορετικά σεμινάρια που αφορούν έργα χειρός με φυσικά υλικά.

• 2014 το 2015 και το 2016 στολισμός Χριστουγεννιάτικου δέντρου στην Λ. Κνωσού.

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Όλα αυτά όμως για να γίνουν και να οργανωθούν οφείλονται σε κάποιους ανθρώπους, που με πολύ μεράκι αλλά και αφιερώνοντας πάρα πολύ προσωπικό χρόνο δούλεψαν αυτά τα 3 χρόνια. Θα ήθελα λοιπόν να σας τους παρουσιάσω και οφείλουμε όλοι μαζί να τους πούμε ένα μεγάλο ευχαριστώ.

Αλεξάκης Βαγγέλης: Αντιπρόεδρος

Μαραγκάκη Δέσποινα: Γραμματέας

Σακαδάκη Δέσποινα: Ταμείας

Δασκαλάκης Νίκος: Υπεύθ. Δημοσίων Σχέσεων

Χατζηδάκη Νίκη: υπεύθυνη ομάδας αλληλεγγύης

Βασαλάκη Ιωάννα: Μέλος

Μανουσάκη Ευαγγελία: Μέλος

Φλώκος Ξενοφώντας: Μέλος

Αναπληρωματικά Μέλη:

Μανόλης Οικονόμου

Πλατανάκης Γιώργος

Ένα μεγάλο ευχαριστώ και στους **συμπολίτες** μας, **κάτοικους** και μη του προαστίου, που στήριξαν και στηρίζουν το έργο του Συλλόγου.

Η συμμετοχή και η συνεργασία σας είναι το κίνητρο για να συνεχίσουμε.

ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΗ ΜΑΣΚΑ



Στον αποκριάτικο στολισμό της πόλης μας συμμετείχε και ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου. Το μέλος του Δ.Σ. Μαραγκάκη Δέσποινα κατασκεύασε αποκριάτικη μάσκα με θέμα «Ανθεστήρια – Διόνυσος» που τοποθετήθηκε σε κολώνα στην οδό Δικαιοσύνης απέναντι από το Δικαστικό Μέγαρο. Η κατασκευή έγινε στα πλαίσια διαγωνισμού που προκηρύχθηκε από την Κοινωφελή Επιχείρηση του Δήμου Ηρακλείου για σχολεία και συλλόγους προκειμένου να συμμετέχουν και οι πολίτες στον αποκριάτικο στολισμό της πόλης μας. Εξαιρετική συμμετοχή είχε και το 47ο Δημοτικό με θέμα «Οι τέσσερις φυλές κάτω από τον ίδιο ήλιο» και κατασκευάστηκε από μαθητές και εκπαιδευτικούς του σχολείου και αναρτήθηκε οδό Δικαιοσύνης μαζί με άλλες δημιουργίες ομάδων και σχολείων της πόλης του Ηρακλείου.



«Αποκριάτικο Γαϊτανάκι»



«Αποκριάτικο Γαϊτανάκι» διοργάνωσε ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννη το Σάββατο 27/2/2016 στις 3.30 το απόγευμα. Όλοι μικροί και μεγάλοι που βρέθηκαν μασκαρεμένοι στο κτήριο του συλλόγου, Ταντάλου και Γαζίου γωνία, υποδέχθηκαν την Αποκριά. Στην εκδήλωση συμμετείχαν τα τμήματα Ζumba και Κρητικών χορών του συλλόγου. Κρητική μουσική έπαιξε το συγκρότημα του Μενέλαου Νταγιαντά. Στο «Αποκριάτικο Γαϊτανάκι» συμμετείχαν οι μαθητές του 13ου Γυμνασίου, του 20ου και 56ου Δημοτικού σχολείου. Ο πολ. Σύλλογος προσέφερε ζεστό ζυνόχοιτρο.



ΥΙΟΘΕΣΙΕΣ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ

>>> Ένα μεγάλο μπράβο! “ΠΑΡΚΟ ΑΓΙΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ”



Με πρωτοβουλία των κατοίκων γύρω από τον κοινόχρηστο χώρο στην οδό Αγ. Στεφάνου έγινε υιοθεσία και διαμόρφωση του υπο κατασκευή πάρκου. Με συντονιστή της δράσης τον

κ. Αντώνη Κούρο καθαρίστη, οργάνωθηκε φυτεύτηκε και υιοθετήθηκε ο συγκεκριμένος χώρος. Με την συνεργασία και την στήριξη του Δήμου Ηρακλείου, του Πολιτιστικού

Συλλόγου Αγίου Ιωάννη, κυρίως όμως με την ενεργή συμμετοχή των κατοίκων της γειτονιάς, ένα χώρος εγκαταλελειμμένος θα γίνει χώρος αναψυχής.

Ευχαριστούμε τον κ. Γιάννη Γιαγκιόζη για την προσφορά του στην καλλιέργεια (όργωμα).

>>> Σε λίγο χρόνο, ο χώρος άλλαξε όψη “ΠΑΡΚΟ 13ου ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ”



Στα πλαίσια περιβαλλοντικού προγράμματος το 13ο Νηπιαγωγείο υιοθέτησε μέρος κοινόχρηστου χώρου

στο υπο κατασκευή πάρκο της οδού Ερυθραίας.

Την Παρασκευή 3 Ιουνίου 2016 γονείς, μαθητές και εκπαιδευτικοί φύτεψαν περιμετρικά στον χώρο που υιοθέτησαν, πικροδάφνες και αρωματικά φυτά. Το τμήμα πρασίνου του Δήμου Ηρακλείου

διέθεσε τα φυτά και ο Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων πρόσφερε την καλλιέργεια και προετοιμασία του χώρου για να φυτευτούν από μαθητές και γονείς. **Την δράση στήριξε και ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη.**

Σε μια χαρούμενη ατμόσφαιρα, σε λίγο χρόνο, ο χώρος άλλαξε όψη. Ζωντάνεψε με την ενέργεια των μικρών» καλλιεργητών». Μαθητές και γονείς υποσχέθηκαν ότι θα φροντίζουν το πάρκο τους, κάνοντας τακτικές επισκέψεις για να ποτίζουν φυτά και δεντράκια.

Η συμβολή των κατοίκων της γειτονιάς ήταν καθοριστική για την επιτυχία της δράσης. Τονίζουν την έλλειψη ενδιαφέροντος από τις αρμόδιες αρχές για την ολοκλήρωση του έργου (πάρκο 55 στρεμμάτων). Έργου ζωτικής σημασίας, αφού μοναδικός χώρος παιχνιδιού και δραστηριότητας παιδιών και εφήβων είναι η αυλή του 19ου Δημοτικού σχολείου.



Κρίσεις πανικού και η αντιμετώπισή τους

Τα άτομα που υποφέρουν από κρίσεις πανικού συνήθως είναι πολύ οργανωμένα, τους αρέσει η τάξη και το πρόγραμμα και επιθυμούν να έχουν τον έλεγχο στα πράγματα και στις σχέσεις τους. Λειτουργούν περισσότερο εγκεφαλικά παρά συναισθηματικά. Συνήθως κάποια τραυματική εμπειρία τους ακολουθεί η οποία δεν επεξεργάστηκε συναισθηματικά έτσι ώστε επέφερε ένα συναισθηματικό κλείσιμο ή ακόμα και πάγωμα των συναισθημάτων τους... Αυτό δεν σημαίνει ότι

των κρίσεων πανικού που είναι να καταφέρουν να αποδεκατίσουν το άτομο, να το αποδυναμώσουν και να χάσει τις δραστηριότητες και τα πράγματα που το χαροποιούσαν, το ενδυνάμωναν, το έκαναν να χαίρεται.

Η επίσκεψη στον ψυχολόγο είναι απαραίτητη και πρέπει να γίνεται άμεσα για να μπορέσει το άτομο να εξέλθει από το φαύλο κύκλο του πανικού και τον φόβο του φόβου. Πολλές φορές οι άνθρωποι που παθαίνουν κρίσεις περιμένουν ότι θα



να αγνοεί αυτά που του λένε "ότι είναι αδύναμος, ότι δε μπορεί να τα καταφέρει ή ότι οι άλλοι σκέφτονται ότι είναι "άρρωστος" ή αδύναμος" τότε θα αρχίσει σύντομα να βελτιώνεται και να αγνοεί τις κρίσεις και προοδευτικά να τις εξουδετερώνει.

Οι κρίσεις πανικού εμφανίζονται στην ζωή του κάθε ανθρώπου γιατί κάτι σημαντικό θέλουν να του "πουν" αλλά δεν έχουν τον τρόπο. Θέλουν να του εκφράσουν παρά τον τρόπο που του προκαλούν αρχικά ότι είναι έτοιμος να αλλάξει αρκετά πράγματα στην ζωή του, ότι είναι σημαντικό να αγαπήσει τον εαυτό του, να μη βάζει τους άλλους πριν από αυτόν αγνοώντας τις δικές του συναισθηματικές ανάγκες, θέλουν να του πουν ότι αξίζει να ζει και να λαμβάνει αυτά που θέλει από την ζωή χωρίς άγχος και ενοχές.

Τότε θα καταλάβει ότι επεισόδια έρχονται για να το αφυπνίσουν και να του υπενθυμίσουν ότι χρειάζεται να επαναπροσδιορίσει τη λειτουργία του και να έρθει πιο κοντά στα συναισθήματα του ή στον εαυτό του τις ανάγκες, τις επιθυμίες του... ΕΙΝΑΙ η ευκαιρία του για αλλαγή...

Αννα Πετράκη - Ψυχολόγος
www.annapetraki.gr

Οι κρίσεις πανικού εμφανίζονται στην ζωή του κάθε ανθρώπου γιατί κάτι σημαντικό θέλουν να του "πουν" αλλά δεν έχουν τον τρόπο.

δεν έχουν συναισθήματα αλλά επιλέγουν να τα λογικοποιούν αντί να τα βιώνουν γιατί δεν ξέρουν πως αλλιώς να τα διαχειριστούν.

Πολλές φορές υπάρχει μεγάλη δυσκολία στο να ζητήσουν βοήθεια από ειδικό γιατί είτε υπάρχει φόβος ότι θα υπεισέλθουν σε "σκοτεινά και περίεργα" μονοπάτια σε σχέση με την παιδική τους ηλικία είτε γιατί έχουν μάθει να τα κάνουν όλα μόνοι τους οπότε το αξιακό τους σύστημα είναι αντίθετο στο να "δεχτούν" βοήθεια. Πράγμα που βέβαια δεν τους βοηθάει. Έρχονται στο γραφείο μου άνθρωποι οι οποίοι υποφέρουν για χρόνια και δεν παίρνουν την απόφαση να επισκεφτούν ειδικό παρά μόνο όταν όλο αυτό αρχίζει να γίνεται ανυπόφορο και δυσλειτουργικό, ή όταν ξεκινάει κάποια φοβία ή αρχίζει να έρχεται η κατάθλιψη.

Σκέψεις ότι "θα περάσει" ή ότι δεν "είμαι τρελός" για να πάω σε ειδικό δεν βοηθούν και ενισχύουν το έργο

ξαναπάθουν κρίση και έτσι ένα άγχος αναμονής τους προσμένει στην καθημερινότητά τους. Αυτό το άγχος "συμμαχεί" με τις κρίσεις και πολλές φορές φέρνουν το επιθυμητό αποτέλεσμα, "άλλη μια κρίση πανικού". Όσο πιο γρήγορα ξεκινήσει κάποιος τη θεραπεία τόσο πιο αποτελεσματικά και άμεσα θα αντιμετωπίσει τις κρίσεις! Εάν το άτομο συνεργαστεί με τον ειδικό ψυχολόγο θα αρχίσει να καταλαβαίνει ποιοι μηχανισμοί που χρησιμοποιεί φέρνουν τους πανικούς, ποιους συμμάχους έχουν οι πανικοί, τι του λένε και τι ζητάνε από αυτόν/αυτήν.. Θα αρχίσει να τους συνδέει με ρόλους που έχει στην ζωή του (π.χ του δυνατού που δεν ζητάει βοήθεια κτλ), με το πως επικοινωνεί με τους άλλους... Το πιο σημαντικό στη θεραπεία είναι να βρει και ποιες εναλλακτικές λύσεις έχει για να τις αντιμετωπίζει, ερχόμενος "πρόσωπο με πρόσωπο" με αυτές χωρίς να τις αφήνει να τον ακινητοποιούν,

Τα απίστευτα οφέλη του σύκου: Η απόλυτη υπερτροφή του καλοκαιριού!

Με τη μοναδική του γλυκιά γεύση και το... λαστιχωτό εσωτερικό, γεμίζει το στόμα μας με την πλούσια σύστασή του. Πρόκειται για ένα από τα πιο νόστιμα φρούτα, το οποίο όχι μόνο μας γλυκαίνει αλλά και μας οφελεί όσο δεν φαντάζεστε!



Τα σύκα έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε φυσικά σάκχαρα, ανόργανα άλατα και διαλυτές ίνες. Είναι πλούσια σε ορυκτά, συμπεριλαμβανομένου του καλίου, ασβεστίου, μαγνησίου, σιδήρου και χαλκού και είναι μια καλή πηγή αντιοξειδωτικών βιταμινών Α, Ε και Κ που συμβάλλουν στην υγεία και την ευεξία.

Τα 11 οφέλη του σύκου:

1. Προστατεύει από τον καρκίνο
2. Μειώνει τη χοληστερόλη
3. Προλαμβάνει την υψηλή πίεση και τις καρδιακές παθήσεις
4. Μειώνει την κούραση και βελτιώνει τη μνήμη
5. Έχει καθαρτική δράση και είναι χρήσιμο για τη δυσκοιλιότητα
6. Είναι πλούσιο σε ασβέστιο, οπότε είναι η τέλεια εναλλακτική για εκείνους που δεν καταναλώνουν γαλακτοκομικά προϊόντα
7. Πέρα από ασβέστιο έχει και κάλιο. Και τα δύο προλαμβάνουν την οστεοπόρωση και βοηθούν στην ανάπτυξη της οστικής πυκνότητας.
8. Πλούσιο σε φυτικές ίνες, κάτι που το καθιστά αποτελεσματικό στην απώλεια βάρους
9. Βοηθάει τον ύπνο και την απαλλαγή από διαταραχές του
10. Αν το πολτοποιήσετε και το απλώσετε στο δέρμα, είναι εξαιρετικό για την ακμή

Πηγή: www.kontranews.gr

ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΗΤΕΙΑ – ΖΑΚΡΟΣ ΜΟΝΗ ΤΟΠΛΟΥ



Μέλη και φίλοι του Πολιτιστικού Συλλόγου είχαμε την χαρά να ξεναγηθούμε στο μουσείο της Σητείας, στον αρχαιολογικό χώρο του ανακτόρου της Ζάκρου και στην Ιερά Μονή της Παναγίας Ακρωτηριανής (Μονή Τοπλού), από την φίλη και συνεργάτιδα του Συλλόγου μας, ξεναγό, κ. Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη.

Η ξεναγήση πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 20 Μαρτίου. Πρώτος σταθμός ήταν το μουσείο της Σητείας, όπου μας εξέπληξε το μοναδικό μέχρι σήμερα εύρημα «Ο Κούρος του Παλαικάστρου» κατασκευασμένο από δόντια υποπόταμου και χρυσό. Τα δόντια υποπόταμου εισήχθησαν στην Κρήτη. Ο επόμενος σταθμός ήταν ο Αρχαιολογικός χώρος του ανακτόρου της Ζάκρου. Μετά από μια σύντομη επίσκεψη στο φοινικόδασος στην παραλία του Βαϊ, καταλήξαμε στην Ιερά μονή της Παναγίας Ακρωτηριανής – Τοπλού. Αφού παρακολουθήσαμε τον εσπερινό, η κ. Αθηνά μας έκανε μια σύντομη παρουσίαση της εικόνας «Μέγας ει Κύριε» του Ιωάννη Κορνάρου και ο Ηγούμενος μας ξενάγησε στο μουσείο της Μονής.

ΖΑΚΡΟΣ.

Το πλουσιότερο και σπουδαιότερο διαμετακομιστικό λιμάνι της Νεοανακτορικής Κρήτης. Εργαστήρια χρυσοχοίας και μεταλλουργίας, αποθήκες πολυτίμων υλών όπως ελεφαντόδοντο και τάλαντα, αποθήκες γεωργικών αγαθών. Η δεξαμενή στην οποία βρέθηκε το κοίλο πήλινο σκεύος με βρώσιμες μινωικές ελιές. Η κυκλική

στεγασμένη δεξαμενή νερού, "πισίνα"; Οι πλακόστρωτοι Ιωνικοί δρόμοι της πόλης και αυτός του λιμένος.....και η κατάληξη της φάλαγγας των νεκρών!

ΒΑΪ

Το μοναδικό κάλλους φοινικόδασος, αν και αποδεκατισμένο εξακολουθεί να σαγηνεύει. Από την εποχή της Αραβικής κατοχής, Άραβες πειρατές κατέλυσαν λόγω θαλασσοταραχής στον όρμο, κατανάλωσαν χουρμάδες για τροφή, και από αυτούς προέκυψε το φοινικόδασος.

ΤΟΠΛΟΥ

Η μονή της Παναγίας της Ακρωτηριανής, φρουριακή κατασκευή, με εντυπωσιακό κωδωνοστάσιο και βοτσαλωτό



πάτωμα. Η μονή με το κανόνι, για να προστατεύουν οι μοναχοί το τελευταίο ανατολικό άκρο της Κρήτης. Στην μονή αυτή, ο Ιωάννης Κορνάρος ιστόρησε το 1770 την εικόνα "Μέγας ει Κύριε", στην οποία σε 61 διάσπαρτες επι της επιφανείας της εικόνας παραστάσεις, και γραφές, έδωσε την δεύτερη ενότητα της ωραίας ευχής του Πατριάρχη Σωφρονίου, της ευχής του Μεγάλου Αγιασμού. Μοναδικό μνημείο της Χριστιανικής Ορθοδοξίας, η εικόνα εκλύει, εκπλήττει και γοητεύει



ΜΙΑ ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Όλοι όσοι συμμετείχαμε παρακολουθήσαμε μια μοναδική σε πλούτο πληροφοριών και εικόνων ξεναγήση. Η κ. Αθηνά μας πρόσφερε μια ξεναγήση από καρδιάς. Σε όλη την διάρκεια της διαδρομής μας έδινε πλήθος πληροφοριών για την ιστορία των χωριών των πόλεων και κωμοπόλεων που συναντήσαμε αλλά και των αρχαιολογικών χώρων που υπάρχουν σε αυτές. Την προέλευση των τοπωνυμίων και καθετί που θεωρήσε σημαντικό να γνωρίζουμε, μας τα πρόσφερε ακούραστα μέχρι το τελευταίο λεπτό της διαδρομής κεντρίζοντας το ενδιαφέρον μας με πληροφορίες για το ευλογημένο αυτό νησί.

Ο ΚΟΥΡΟΣ ΤΟΥ ΠΑΛΑΙΚΑΣΤΡΟΥ...

Κατά την απροσδόκητη, εκτός προγράμματος αλλά υπέροχη και ελκυστική ξεναγήση στο αρχαιολογικό μουσείο Σητείας, Ένα από τα "νεότερα" μουσεία της Κρήτης, πολλά αρχαιολογικά ευρήματα της μινωικής κυρίως εποχής εκπλήττουν, και σαγηνεύουν. Αυτός όμως που επιβάλλεται των πάντων, είναι ο "μέγας" και μοναδικός" Κούρος του Παλαικάστρου". Ομοίωμα



Η παράδοσή μας ξέρει να δίνει μορφή στις έννοιες, να δίνει σχήμα στις ευχές

Τούτες τις μέρες που η ανοιξη κίνησε πάλι τα πλουμιά της στο υφάδι της γης, στρέφουμε το βλέμμα στις ακατάλυτες αξίες του πολιτισμού μας, στο μήνυμα της ελπίδας που μας έρχεται χέρι-χέρι με τον αναστημένο Χριστό. Πρωτομαγιά κι ανάσταση, σαν ζύπνημα μοιάζει, σαν σάλπισμα που μας έρχεται από τα βάθη της προϊστορίας για να μας θυμίσει πως κάποτε οι μακρινοί πρόγονοί μας πίστευαν στην αέναη ανάσταση, στο κύκλιο σχήμα του ατέρμονος χρόνου. Ο δικός τους Νεαρός Θεός, ο αιώνιος συνοδός της Μεγάλης Μητέρας, πέθαινε κι αναστηνόταν κάθε χρόνο. Θρηνούσαν τη θανά και γιόρταζαν την ετήσια έλευσή του, όπως γιορτάζουμε κι εμείς τις Πασχαλιές μας, με τραγούδια κι ελπίδες. Ο δικός μας Θεός ροβόλησε κατά τη γης για να νικήσει τη φθορά του θανάτου, κατήλθε για ν' ανέλθει και πάλι στο αιώνιο κι ακατάλυτο κατοικητήριο, έχοντας γνωρίσει την πορεία προς τον Γολγοθά και το σταυρικό του μαρτύριο. Το 'χει τούτος ο κόσμος να σταυρώνει ανθρώπους, να σταυρώνει λαούς, ακόμη και θεούς να σταυρώνει.

Διαλέξαμε δώρα παμπάλαια, το ψωμί και το σιτάρι, για να ντύσουμε την ευχή και την ελπίδα. Μας το έμαθε ο ποιητής των Ειδυλλιών, ο Θεόκριτος, που έγραψε πως κάποτε, σε χρόνους μακρινούς, οι γυναίκες έπλαθαν κάθε χρόνο, την εποχή που αναστηνόταν ο δικός τους Θεός, αρτίδια πλασμένα με τέχνη σε σχήμα των ερπετών της γης και των πουλιών. («είδατά θ' όσσα γυναίκες επί πλαθάνω πανέονται / άνθηα μίγοισαι λευκώ παντοία μαλεύρω [...] πάντ' αυτά πετηνά και ερπετά τείδε πάρεστι...» (Ειδύλλια 15, 115-118).

Το ίδιο κάνανε κι οι δικές μας γιαγιάδες κι οι δικές μας μανάδες. Έπλαθαν με κάτασπρο ζυμάρι ζωομορφικά κι ανθρωπομορφικά ψωμάκια, τα στόλιζαν με λουλούδια και κόκκινα αυγά. Τα ονομάτισαν κιάλας. Τα είπαν κουκνίκους,



μαντόνες, κακαρίστρες, αυγούλες... Τα φούνριζαν και τα πρόσφεραν στα παιδιά μας άλλης εποχής. Δεν ήταν τούτα τα λαμπριάτικα ψωμάκια απλά πασχαλιάτικα δώρα. Ήταν η απλή κι απείριτη κορύφωση μιας σπουδαίας μνητικής τελετής που μετέφερε στις επόμενες γενιές τις αξίες του πολιτισμού μας. Κι εκείνος ο παμπάλαιος πολιτισμός ήξερε να δίνει μορφή στις έννοιες, να δίνει σχήμα στις ευχές, όπως ακριβώς ήξερε να ξεχωρίζει το αιώνιο από το πρόσκαιρο, το πολύτιμο από το ευτελές.

Πολύτιμο το μήνυμα της Ανάστασης, πολύτιμα και τα σύμβόλά του. Όσο πολύτιμο είναι το ψωμί, το καθημερινό και το γιορτινό. Όσο πολύτιμο είναι και η ελπίδα. Κι η προσδοκία. Κι ο αγώνας για το καλύτερο.

Από την οικογένεια Νίκου και Μαρίας Ψιλάκη (και των υπολοίπων μελών, παλαιών και ...νεοφερμένων), πολλές - πολλές ευχές. Χριστός Ανέστη και Χρόνια Πολλά.

“Το ‘χει τούτος ο κόσμος να σταυρώνει ανθρώπους, να σταυρώνει λαούς, ακόμη και θεούς να σταυρώνει.”

ΜΟΛΙΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΗΣΕ!

ΥΠΗΡΧΕ ΜΙΑ ΠΟΛΗ...

Τα θρησκευτικά μνημεία του Μεγάλου Κάστρου

Ο Γ' τόμος της σειράς «Υπήρχε μια Πόλη», με ανέκδοτο φωτογραφικό υλικό ιστορικών κτηρίων και μνημείων της Πόλης μας κυκλοφορεί από τις Εκδόσεις Ιτανος! Ένα απαραίτητο βοήθημα για τη μύηση στην ιστορία του Ηρακλείου, με έμφαση στη λεπτομέρεια και την ακριβή παρουσίαση των γεγονότων, που πολλά από αυτά βλέπουν για πρώτη φορά το φως της δημοσιότητας.

Έκπτωση €5

στην αγορά του λευκώματος από το κατάστημα των Εκδόσεων Ιτανος, Οδός Θ', Βι. Πε. Ηρακλείου, Τηλ.: 2810 380931-5

www.itanosbooks.gr

ΑΝΤΩΝΗΣ ΚΑΡΤΣΑΚΗΣ “Στον ανήσυχο μαθητή μου” Εκδόσεις Εστία



Το τελευταίο βιβλίο του Αντώνη Καρτσάκη είναι μια επιστολή-κραυγή αγωνίας για όσα γίνονται ή δεν γίνονται στα σχολεία μας.

Παρακάμπτοντας παιδαγωγικές μεθόδους, μελετώντας την ίδια την εκπαιδευτική του διαδρομή, τις αστοχίες ή τις ευστοχίες του, ο δάσκαλος-συγγραφέας επιχειρεί να δώσει τη δυνατότητα σε γονείς και

δασκάλους να γνωρίσουν καλύτερα τα παιδιά τους.

Να πλησιάσει τους μαθητές τους οποίους το εκπαιδευτικό μας σύστημα αδυνατεί να κερδίσει και να θέσει προβληματισμούς: “Γιατί το ζωηρό αυτό παιδί στο τελευταίο θρανίο δικαιούται την προσοχή και την αγάπη μας. Γιατί η διδασκαλία δεν αρνείται την ατομικότητα αλλά αξιοποιεί την ανθρωπολογική πολυπλοκότητα που συνεπάγεται η παρουσία του κάθε μαθητή. Γιατί ο δάσκαλος έχει ηθικό χρέος να ωθήσει όλους τους μαθητές στην περιέργεια, στη φαντασία, στην κριτική, στην περιπέτεια της γνώσης.” Μέσα από βιωματικές αναφορές, όπου το σοβαρό παραχωρεί τη θέση του στο εύθυμο, φωτίζει πτυχές της εκπαιδευτικής μας πραγματικότητας τις οποίες ο επιστημονικός λόγος αγνοεί ή αδυνατεί να συλλάβει.

Και μια αναφορά στο προηγούμενο βιβλίο του που δεν καταφέραμε να παρουσιάσουμε όπως είχε προγραμματιστεί, “Το Λογοτεχνικό Ηράκλειο του Μεσοπολέμου” : Τι διάβαζαν οι Ηρακλειώτες του Μεσοπολέμου; Ποιες είναι οι λογοτεχνικές προτιμήσεις τους; Ποια η πνευματική εικόνα του τόπου; Η χαρτογράφηση της πνευματικής ζωής του μεσοπολεμικού Ηρακλείου.

Βιογραφικό

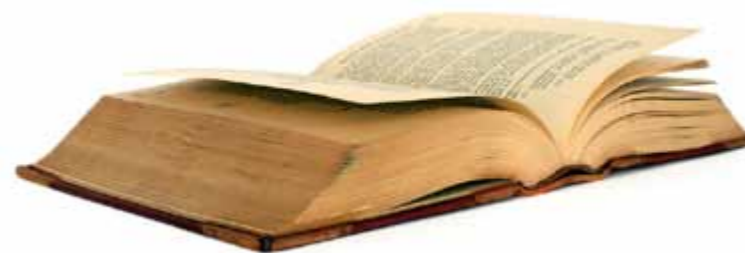
Ο Αντώνης Καρτσάκης είναι πτυχιούχος της Φιλοσοφικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών με μεταπτυχιακές σπουδές στο Τμήμα Φιλολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης όπου εκπόνησε τη διδακτορική του διατριβή.

Εργάστηκε ως φιλόλογος στη Μέση Εκπαίδευση, ως διευθυντής Λυκείου (8ο ΓΕΛ Ηρακλείου) και ως Σχολικός Σύμβουλος Φιλολόγων Νομού Ηρακλείου.

Έχει επιμεληθεί πολλές εκδόσεις και υπήρξε επιστημονικός συνεργάτης της Εγκυκλοπαίδεια Τύπου του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών.

Το 2009 κυκλοφόρησε από τις εκδόσεις της Εστίας η μελέτη του, Μεταπολεμική κριτική και ποίηση.

Το 2013 κυκλοφόρησε το βιβλίο του “Το Λογοτεχνικό Ηράκλειο του Μεσοπολέμου”, κείμενα και έντυπα, από τις εκδόσεις της Βικελαίας Δημοτικής Βιβλιοθήκης Ηρακλείου.



“Του Λογισμού μου Αθιβολές” Στάθης Φραγκιαδουλάκης

Ένα βιβλίο με άφουγους έμμετρος στίχους που μαρτυρούν τη βαθιά γνώση και αγάπη του συγγραφέα για την παράδοση της Κρήτης.

Αυτά τα στοιχεία κάνουν μοναδικό το έργο στο είδος του πράγμα που ο αναγνώστης, ιδιαίτερα εκείνος που γνωρίζει την κρητική διάλεκτο, χαίρεται να το διαβάσει. Στο έργο αυτό οι πρωταγωνιστές είναι πιστοί στο Θεό, στα ήθη και στα έθιμα, στις παραδόσεις και στις σωστές ανθρώπινες σχέσεις και όλο αυτό το πραγματεύεται θαυμάσια η πένα του στιχουργού-συγγραφέα.

Ηράκλειο του Πελάγους Πλατανάκης Γιώργος Εκδόσεις Γαβριηλίδης 2015



Ο Γιώργος Πλατανάκης στην πρώτη του αυτή ποιητική συλλογή τρέφεται από τη μνήμη της γενέθλιας πόλης. Ψηλαφεί τα πολλαπλά ιστορικά ρήγματα του τόπου του και ανακαλύπτει την τραγικότητα του σύγχρονου ανθρώπου. “Μια ποιητική φωνή εντελώς νέα.”

Ακολουθώντας την ποιητική του πτήση βρισκόμαστε “κοντά στο Βαλιδέ-τζαμί

που χάθηκε αφήνοντας μετέωρο τ' όνομά του”. Την πόλη να καθρεπτίζεται στο Κούλε τα νερά και η ιστορία να γυρεύει τα κομμένα μέλη της στα ξεθαμμένα ερείπια των οικιών. Κι ο ποιητής “πάρκοικος και παρεπίδημος” να κατηγορεί στα παλιά νεύρια ζητώντας της θάλασσας μια τρυφερή χειρονομία (Ηράκλειο του Πελάγους).

Νοσταλγώντας πάντα ο ποιητής συνομιλεί με σημαίνουσες μορφές της παράδοσης όπως η Αρετούσα του Κορνάρου (Αθέατο άγαλμα). Στις Πασχαλινές ακολουθίες στον Άγιο Τίτο μέσα σε “αμφίβουλο καιρό ιδανικό για φωτισμό δραμάτων” τα σύννεφα, οι άνεμοι, οι άγιοι και κυρίως η παρουσία της μητέρας δίπλα στα κάτασπρα κεριά.

Στην Πύλη του Παντοκράτορος τη γνωστή μας Χανιόπορτα, εκεί που ξεκινά η “τεθλιμμένη οδός” όπου συντελείται το σύγχρονο δράμα, οι “ικέτες του μάννα”, οι μετανάστες “αδειάζουν από μέσα τους σκοτωμένα τοπία” (Πύλη Παντοκράτορος)

Ο πόνος βαθαίνει για την αλύτρωτη πατρίδα “Σε ποιο τραγούδι να χωρέσεις αχώρητη πατρίδα σε ποια οδή.” (Η προσευχή της πέτρας)

Άλλοτε πάλι εστιάζει το βλέμμα του στην παλιά φωτογραφία του παππού που πίσω της διαβάσει τις περιπέτειες της πατρίδας (βαλκανικές, μικρασιατικές, παγκόσμιες), ζωές πολλές που “έγιναν χαράγματα σε στήλες”. (Παλιά φωτογραφία)

Καταγγέλλει τη “δειλή φιλανθρωπία μας.” “Δεν θέλουμε να δείτε τα σπασμένα παιχνίδια των παιδιών μας που κλαίνε / τα ρούχα που στεγνώνουν τις τρύπες τους στον ήλιο / Να φύγετε ο δρόμος μας ανήκει.” (Οδός Βουρβουμπάδων) Ο ποιητής εκφράζει την αλήθεια του σε μια ποίηση σεμνού αλλά υψηλού στοχασμού. “Στα χρόνια τα δικά μας τα σκατάκια” τα ποιήματα του Πλατανάκη συνιστούν μια φωνή εντελώς νέα.

Βιογραφικό

Ο Ο Γιώργος Πλατανάκης γεννήθηκε στο Ηράκλειο αλλά μεγάλωσε στη Μακεδονία. Είναι οδοντίατρος, ζει και εργάζεται στο Ηράκλειο, κάτοικος του προαστίου μας.

Είναι ένα άψογο έμμετρο οικοδόμημα και στις έξι του ενότητες που με την υψηλού επιπέδου στιχουργική μαστοριά του σε συνεπαίρνει.

Ένα μικρό δείγμα του πονήματος:

“Τ’ αμάθια ντου σε μια’ ρφανή τα ‘χνε στυλωμένα, κι είχε τα πλούτη του ντουνιά στη μπάντα αφημένα.

Κουμανταδόρους λούισμέ μη βάνεις τ’ απατού μου, κι ό,τι ρασίδι ράφεις μου σκας να ‘ναι του μογογιού μου.

Παραμιλεί και του Θεού συχνά κι αναρρωθιέται, γιάντα κοντώ σ’ ό,τι του πει, δε ντου απηλογιέται.”

Πήγαινε στη χωριάτικη λαϊκή ζωή να βρεις τη γλώσσα σου και την ψυχή σου (Ιων Δραγούμης).

Βιογραφικό

Γεννημένος στη Βόννη, εκπαιδευτικός με πρόσθετο πτυχίο της Σχολής Επιμόρφωσης Λειτουργών Δημοτικής Εκπαίδευσης και προγράμματος εξομοίωσης πτυχίων των δασκάλων. Υπηρέτησε σε διάφορα σχολεία μεταξύ αυτών και στο 47ο ως διευθυντής από όπου συνταξιοδοτήθηκε.

75η ΕΠΕΤΕΙΟΣ ΤΗΣ ΜΑΧΗΣ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ



Με λαμπρότητα εόρτασε ο Δήμος Ηρακλείου την 75η επέτειο της Μάχης της Κρήτης και ηρωικής αντίστασης του κρητικού λαού, το Μάη του 1941 εναντίον των Ναζί.

θερμών χειροκροτημάτων και επευφημιών των παρισταμένων, οι οποίοι υπάκουσαν τυφλά στο εναρκτήριο δεκαπεντασύλλαβο του δημιουργού, ο οποίος τους έμπασε στο θέμα, με την παρότρυνση: **Κλείστε τα μάτια σας εδώ, να απογειωθούμε βδομήντα πέντε Μάηδες όπως να βρεθούμε!...** **Και ξεκινούμε ιδιαίδα όλοι μαζί, θωρώ το, να φτάζομε αγκαλιαστοί στο διάσελο το πρώτο!** **Και να μας! Εβρεθήκαμε κιάλας στα περασμένα, κι ομπρός μας ολοζώντανα είν' όλα απλωμένα!...**

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στην αίθουσα «Μανώλη Καρέλλη» του δημοτικού μεγάρου στην οδό Ανδρόγεω το βράδυ της Παρασκευής 20 Μαΐου 2016.

Σ' αυτή το μέλος του Συλλόγου μας Μαρτίνος Ίδομενέως, παρουσίασε την έμμετρη σε κρητικό λόγο ποιητική δημιουργία του τη σχετική με την ηρωική αυτή μάχη, εν μέσω

Το ρόλο της Κρήτης ενσάρκωσε με μεγάλη επιτυχία η γνωστή φιλόλογος κ. Μαρία Φραγκιαδάκη, ενώ τη μουσική επένδυση της εκδήλωσης έκανε με επιτυχία επίσης το

κρητικό συγκρότημα του λυράρη Μανώλη Πετράκη αποτελούμενο από τον ίδιο στη λύρα και στο τραγούδι, το Γιώργο Χαρσαράκη στο μαντολίνο, το Χάρη Καστελλάκη στο λαγούτο και το Δημήτρη Μαραγκάκη στην κιθάρα.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους οι δημοτικοί άρχοντες: η κ. Αριστέα Πλεύρη, Αντιδήμαρχος Πολιτισμού η οποία και προλόγισε την εκδήλωση, ο κ. Γιώργος Τσαγκαράκης Πρόεδρος της ΔΗΚΕΗ, τέως πρόεδρος και νυν Αντιπρόεδρος του Πολιτιστικού μας Συλλόγου και ο κ. Νίκος Αγγελάκης Πρόεδρος της ΔΕΠΑΝΑΛ Α.Ε, ενώ τον Πολιτιστικό μας Σύλλογο εκπροσώπησαν η κ. Δέσποινα Μαραγκάκη-Γαβριδίου νέα Πρόεδρος του Συλλόγου και η κ. Δέσποινα Αβραμάκη-Σακαδάκη Ταμίας, και η κ. Ελπινίκη Χατζηδάκη μέλος του Δ.Σ.

Εκλογές στον "ΑΝΔΡΟΓΕΑ" και ...Πασχαλινές λαμπάδες

ΑΝΥΦΑΝΤΑΚΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΣ Δ.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑ

Μετά τις εκλογές στην Γενική συνέλευση στις 17/4/16, συγκεντρώθηκαν την Κυριακή 24/04/2016 και ώρα 19.30 στο χώρο του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννου στην οδό Γαζίου και Ταντάλου τα παρακάτω εκλεγμένα μέλη του Δ.Σ

ΑΝΥΦΑΝΤΑΚΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ του ΕΜΜ. ΒΑΣΙΛΟΓΛΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ του ΦΩΤΙΟΥ ΓΙΑΟΥΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ του ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΔΙΑΚΑΚΗΣ ΜΑΡΙΟΣ του ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΚΟΣΜΑΔΑΚΗΣ ΜΙΛΤΟΣ του Χριστοφόρου ΚΡΑΣΟΝΙΚΟΛΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ του ΙΩΑΝΝΗ ΛΑΜΠΡΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ του ΚΩΝΝΟΥ ΜΥΛΩΝΑΚΗΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ του Κυριάκου ΣΗΦΑΚΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ του Ιωάννου ΤΣΟΜΠΑΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ του ΓΕΩΡΓΙΟΥ

ΣΥΣΤΑΣΗ ΣΕ ΣΩΜΑ ΤΟΥ Δ.Σ.

Μετά από διαλογική συζήτηση, προτάσεις και αντιπροτάσεις η σύνθεση του διοικητικού συμβουλίου, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο καταστατικό του συλλόγου, έχει ως εξής:

ΑΝΥΦΑΝΤΑΚΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΤΟΥ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΠΡΟΕΔΡΟΣ Δ.Σ.

ΚΡΑΣΟΝΙΚΟΛΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΟΥ ΙΩΑΝΝΗ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ Δ.Σ. ΓΙΑΟΥΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ ΤΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΣΗΦΑΚΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΤΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΜΥΛΩΝΑΚΗΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΤΟΥ ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΓΕΝΙΚΟΣ ΑΡΧΗΓΟΣ ΔΙΑΚΑΚΗΣ ΜΑΡΙΟΣ ΤΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΤΑΜΙΑΣ ΚΟΣΜΑΔΑΚΗΣ ΜΙΛΤΟΣ ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ ΒΟΗΘΟΣ ΤΑΜΙΑ ΚΑΙ ΛΑΜΠΡΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΟΥ ΚΩΝΝΟΥ ΩΣ ΑΝ. ΜΕΛΟΣ Δ.Σ ΤΣΟΜΠΑΝΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΩΣ ΑΝ.ΜΕΛΟΣ Δ.Σ ΒΑΣΙΛΟΓΛΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΤΟΥ ΦΩΤΙΟΥ ΩΣ ΑΝ.ΜΕΛΟΣ Δ.Σ

Μετά τον ορισμό καθηκόντων ο πρόεδρος του Δ.Σ. συνεχάρη όλους τους εκλεγμένους και τους ευχήθηκε καλή επιτυχία στα καθήκοντα τους.

Για άλλη μια χρονιά η διοίκηση της ομάδας του ΓΑΣ ΑΝΔΡΟΓΕΑ, δημιούργησε και πρόσφερε δωρεάν την Πασχαλινή Λαμπάδα για όλα τα παιδιά των ακαδημιών, δίνοντας την ευχή για Καλή Ανάσταση και Καλό Πάσχα σε παιδιά, γονείς, προπονητές μέλη της ομάδας και συνεργάτες αυτής. Και του χρόνου με υγεία για όλους.



4ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας

35 Σύλλογοι ενωμένοι με αγάπη μαγείρεψαν παραδοσιακές συνταγές και πάνω από 3.000 επισκέπτες απόλαυσαν συνταγές οι οποίες διαδόθηκαν με το πέρασμα των χρόνων από γενιά σε γενιά.



Επιτυχημένο για άλλη μια χρονιά το Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας που πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 14 Φεβρουαρίου. Το 4ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας διοργάνωσε ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αποστόλων Πεδιάδος σε συνδιοργάνωση με την Παγκρήτια Ένωση Πολιτιστικών Συλλόγων, τη στήριξη της Περιφέρειας Κρήτης και την Αιγίδα του Δήμου Μινιά Πεδιάδος. Την εκδήλωση παρουσίασε η δημοσιογράφος κ. Βούλα Νεονάκη. Κάθε Πολιτιστικός Σύλλογος είχε έρθει με τη δικιά του συνταγή και με τα ευλογημένα από τη φύση προϊόντα του τόπου του.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη συμμετείχε για δεύτερη χρονιά φέτος στο 4ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας με τον κ. Κώστα Ντερέκα, μέλος του Συλλόγου και συνεργάτη στη εφημερίδα «Το Βήμα του Αϊ Γιάννη». Με συνεργάτες τις Μαρία Μανωλαράκη, Μαρία Πασαδάκη και Μαρία Κοσιδέκακη, μαγείρεψαν κοτόπουλο με φασκόμηλο.

Το Δ.Σ. του Συλλόγου μας ευχαριστεί και συγχαίρει τους διοργανωτές για την επιτυχημένη αυτή εκδήλωση που συμβάλλει στην διατήρηση και εξέλιξη του διατροφικού μας πολιτισμού και ταυτόχρονα αναδεικνύει έθιμα και αξίες του τόπου μας.

Τελικά δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να ξεχνάμε τις νοστιμιότες παραδοσιακές συνταγές. Τις απλές και καθαρές γεύσεις που διατηρήθηκαν έως τις μέρες μας μέσω της προφορικότητας. 35 Σύλλογοι ενωμένοι με αγάπη μαγείρεψαν παραδοσιακές συνταγές και πάνω από 3.000 επισκέπτες απόλαυσαν συνταγές οι οποίες διαδόθηκαν με το πέρασμα των χρόνων από γενιά σε γενιά.

1. Αγροτικός Οικοτεχνικός Συνεταιρισμός Αγίου

Βασιλείου "Βασιλείων Γλύκασμος" 2.Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίας Αικατερίνης Ηρακλείου 3.Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Γεωργίου Σητείας «ΟΙ ΤΟΥΡΤΟΥΛΟΙ» 4.Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη Ηρακλείου 5.Πολιτιστικός Σύλλογος Αποστόλων 6.Πολιτιστικός Σύλλογος Αρκαλοχωρίου 7.Πολιτιστικός Σύλλογος Αρμάχας 8.Πολιτιστικός Σύλλογος Αστυρακίου «Ο ΑΣΤΥΡΑΚΑΣ» 9.Πολιτιστικός Σύλλογος Αφρατίου 10.Πολιτιστικός Σύλλογος Αχεντριά «Ο Άγιος Νικήτας» 11.Πολιτιστικός Σύλλογος Γαλατά 12.Σύνδεσμος Ανάπλασης Εθιάς 13.Αγροτικός Οικοτεχνικός Συνεταιρισμός Παλαιών Ρουμάτων «Η Αρχόντισσα» Χανίων 14.Οικομουσείο Αγροτικής Ζωής Ορεινής Ρεθύμνης ΚΟΥΡΗΤΙΑ ΟΔΟΣ, Τζανακία 15.ΚΟΙΝ.Σ.ΕΠ. «Εν καρδία Θραψανού» 16.Κρητικό Τραταμένο Ινίου 17.Πολιτιστικός Σύλλογος Ινίου - Μοναστηρακίου 18.Πολιτιστικός Σύλλογος Κασταμονίτσας 19.Πολιτιστικός Σύλλογος Καστελλίου 20.Πολιτιστικός Σύλλογος Κεραμουσιού 21.Πολιτιστικός Σύλλογος Λαγούτας - Βακιώτες 22.Ευέκας Πολιτιστικός Σύλλογος Λευκοχωρίου 23.Πολιτιστικός Σύλλογος Πραισού Σητείας «Η ΑΡΧΑΙΑ ΠΡΑΙΣΟΣ» 24. Σύλλογος Γυναικών "Μαλβαζία" Δήμου Μαλεβιζίου 25.Πολιτιστικός Σύλλογος Μαρωνιάς Σητείας «Ο Παντέλης» 26.Σύνδεσμος Μέσα Λασιθίου «Η ΑΛΟΪΔΑ» 27.Πολιτιστικός Σύλλογος Μεσοχωρίου 28.Πολιτιστικός Σύλλογος Νιπιδιού 29.Σύλλογος Γυναικών Οροπεδίου Λασιθίου «Ρέα» 30.Πολιτιστικός Σύλλογος Ρουσοχωρίου 31.Προοδευτικός Σύλλογος Σητείας «Ο Βιτσέντζος Κορνάρος» 32.Πολιτιστικός Σύλλογος Σίσεως Ρεθύμνης 33.Πολιτιστικός Σύλλογος Σκινιά 34.Πολιτιστικός Οργανισμός ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΩΝ ΚΟΥΡΗΤΩΝ, Τζανακιά - Μαργαρίτες Μυλοποτάμου 35.Πολιτιστικός Σύλλογος Τυλίσου Τα μέλη και οι φίλοι των Πολιτιστικών Συλλόγων που επισκεφτήκαν το 4ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας παρακολούθησαν ζωντανά: Ομιλία για τα Κρητικά χόρτα και τις ευεργετικές τους ιδιότητες από την Εύα Κουρούπη, Διαιτολόγο Διατροφολόγο, και την Αναστασία Φρυγανάκη, Φιλόλογο, πρόεδρο του Πολιτιστικού Οργανισμού «Το Σπίτι



των Κουρήτων» και μέλος της επιτροπής τουρισμού Μυλοποτάμου, τραγούδια αφιερωμένα στον έρωτα από το σχήμα Irida- Antonis duet, ακούσματα της λαϊκής παράδοσης από το μουσικό σχήμα EPAN, παρουσίαση Κρητικών χορών από το Λαογραφικό Όμιλο "Άζαρος και Μανώλης Χνάρης", παρουσίαση παραδοσιακών στολών από τη χορευτική ομάδα του Πολιτιστικού Συλλόγου Αστυρακίου και γεύτηκαν μυρωδιές θύμησης αλλά και τη φιλοξενία που ξέρει πάντα να παρέχει απλόχερα μια Κρητική οικογένεια!

Κύρος στην κρητική επιτροπή χάρισαν με τη συμμετοχή τους, η διεθνούς φήμης Chef Ντίνα Νικολάου, ο Pastry Chef Θέμος Ρήγας, η Μαρίκα Ζανέττου από τον Όμιλο Grecotel, ο Chef Χρήστος Ι. Λάππας, ο Γεωπόνος-Τεχνολόγος Τροφίμων Μανώλης Κασσάκης από την Λέσχη Αρχιμαγείρων Κρήτης ο Α' Αντιπρόεδρος Λύρας Κυριάκος Executive Chef.



Ψητοπωλείο Εστιατόριο

ΛΕΩΦΟΡΟΣ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 11:00 έως 01:00

Λεωφόρος Κνωσού 235 Τηλ.: 2810 233930

«ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ»

Παράδοση και βραβεύσεις στη τελετή λήξης των σεμιναρίων

Επιμέλεια : Βαγγέλης Αλεξάκης
 Αντιπρόεδρος του Δ.Σ. του Συλλόγου
 και μέλος της συντακτικής
 επιτροπής της εφημερίδας.



Η τελετή λήξης των σεμιναρίων που πραγματοποιήθηκαν στα πλαίσια του τομέα δραστηριοτήτων του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη, με τίτλο «**ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ**»,

Έγινε το Σάββατο 28 Μαΐου στον χώρο του Συλλόγου μας, στην οδό Ταντάλου & Γαζίου.

Η εκδήλωση ξεκίνησε στις πέντε το απόγευμα με το σεμινάριο «Από το σπάρι στο ψωμί» με την κ. Δέσποινα Μαθιουδάκη. Στις έξι ο Σύλλογος ευχαρίστησε συμβολικά τους υπεύθυνους των σεμιναρίων με την απονομή ευχαριστήριων επαίνων και αναμνηστικών αγαλαματιδίων.

Στην συνέχεια ολοκληρώθηκε η παρασκευή του ψωμιού. Το ψήσιμο έγινε σε παραδοσιακό γειτονικό ξυλόφουρνο.

Όλοι μαζί παρέα δοκιμάσαμε το ζεστό ψωμί, μελαδορίγανη και ελιές, αλλά και ότι άλλο ετοιμάσαμε όλοι για την εκδήλωση. Απολαύσαμε το καταπληκτικό «καπρικό» που έψησε στο ξυλόφουρνο του ο Γιώργος Τσαγκαράκης.

Το Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου ευχαρίστησε τους συμμετέχοντες και τους ευχήθηκε καλό καλοκαίρι και του χρόνου με νέες ιδέες και ποιο «**ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ**»



1000 καλώς εσμίσαμε!

Μια ομάδα ενωμένη με αγάπη και επαγγελματισμό που δοκιμάζεται και μεγαλώνει μαζί και χάρη σ' εσας.

Στα σούπερ μάρκετ Χαλκιάδακς το 2015 ξεπεράσαμε για πρώτη φορά τους 1000 εργαζόμενους. Για εμάς, αυτό είναι το μεγαλύτερο κέρδος, αυτός είναι ο αληθινός πλούτος. Οι άνθρωποί μας!

Σας ευχαριστούμε!

Xχαλκιάδακς
 ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΠΟΥ ΕΜΠΙΣΤΕΥΕΤΕ