

**ΝΕΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΞΕΝΑΓΗΣΕΩΝ
2026-2027**
σελ.13



“Η ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ ΒΡΙΣΚΕΙ ΞΑΝΑ ΤΟΝ ΧΩΡΟ ΤΗΣ”
Με διάθεση προσφοράς και αγάπης προς τον συνάνθρωπο,
ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου επαναφέρει τη δράση της
Ομάδας Αλληλεγγύης, αυτή τη φορά στη νέα μας αίθουσα, στην
οδό Πικροδάφνης 42. σελ.9

το Βήμα του Αι Γιάννη

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2026 ΤΕΥΧΟΣ 55 • ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

**6ος ΡΟΔΑΝΘΕΙΟΣ
δρόμος**
Αφιερωμένος στη μνήμη της Ροδοίας Σπυριωτάκη

ΚΥΡΙΑΚΗ 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026
ΑΓΩΝΑΣ 1000 m | ΑΓΩΝΑΣ 5000 m
10:30 π.μ. | 11:00 π.μ.

ΑΦΕΤΗΡΙΑ - ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ:
ΤΑΝΤΑΛΟΥ & ΓΑΖΙΟΥ, ΑΓΙΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (Πολιτιστικός Σύλλογος)

Συνδιοργάνωση:  **ΕΡΕΥΡΑ ΕΡΕΤΣΙ**
Υπο την αιγίδα του ΥΠΑΙΘΑ: 
ΣΧΗΜΑΤΕΣ ΓΙΑ ΣΠΟΡΟΦΟΡΕΣ ΕΚΔΕΤΤΑΙ: 



**«6ος ΡΟΔΑΝΘΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ»
ΣΑΣ ΠΡΟΣΚΑΛΟΥΜΕ
ΝΑ ΠΕΡΠΑΤΗΣΟΥΜΕ
Ή ΝΑ ΤΡΕΞΟΥΜΕ
την ΚΥΡΙΑΚΗ 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ** σελ.3

**ΤΑ ΝΕΑ ΤΜΗΜΑΤΑ
ΤΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ
ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ**
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026 - ΙΟΥΝΙΟΣ 2027 σελ.11



**Κέντρο Ξένων Γλωσσών
Γ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ - ΦΛΩΚΟΥ**
ΑΓΓΛΙΚΑ - ΓΕΡΜΑΝΙΚΑ
Με ενθουσιασμό
για μάθηση!

Α. Κινυράκη 224 & Θεσσαλονίκης 14 Ηρόδοτος
Τηλ. 2810 211573
Κιν. 6974 646693



**ΔΙΑΚΡΟΤΗΜΑ**
Τα καλύτερα Φροντιστήρια της πόλης

ΠΡΟΤΥΠΑ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ

**AFTER
SCHOOL**
Κέντρα Σχολικής Μελέτης
& Εκμετάλλευση Γνώσεων

Α' ΚΤΗΡΙΟ: ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΚΝΩΣΟΥ 227 & ΓΕΡΟΥΛΑΝΟΥ - Β' ΚΤΗΡΙΟ: ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΚΝΩΣΟΥ 210 - Γ' ΚΤΗΡΙΟ: ΛΕΩΦΟΡΟΣ 62 ΜΑΡΤΥΡΩΝ 58, ΤΗΛ. 2810 210045

ΜΙΑ «ΕΞΥΠΝΗ» ΔΙΑΒΑΣΗ ΚΟΝΤΑ ΣΤΟ 19ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Επιμέλεια: Χρονάκη Νεκταρία
Μέλος Δ.Σ. του Συλλόγου

Σε εξέλιξη βρίσκεται το έργο κατασκευής 24 πρότυπων «έξυπνων» διαβάσεων πεζών σε σημεία της πόλης όπου υπάρχει αυξημένη ανάγκη για οδική ασφάλεια, μεταξύ άλλων και κοντά σε σχολεία.

Μία από τις «έξυπνες» διαβάσεις κατασκευάστηκε και στη δική μας περιοχή, κοντά στο **19ο Δημοτικό Σχολείο, στη Λεωφόρο Κνωσού 236.**

Πρόκειται για μια σημαντική παρέμβαση, καθώς από το σημείο καθημερινά περνούν μαθητές, γονείς, εκπαιδευτικοί και κάτοικοι.

Το έργο χρηματοδοτείται από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας και υλοποιείται από το Τεχνικό Επιμελητήριο Ελλάδας.

Στόχος είναι η δημιουργία ασφαλέστερων και περισσότερο λειτουργικών διαβάσεων, με τη χρήση σύγχρονων τεχνολογιών.

Πώς λειτουργεί η «έξυπνη» διάβαση

Οι νέες διαβάσεις δεν περιορίζονται στην παραδοσιακή διαγράμμιση του οδοστρώματος. Περιλαμβάνουν αισθητήρες κυκλοφοριακών δεδομένων, φωτισμό LED ενσωματωμένο στο οδόστρωμα. Η διάβαση διαθέτει αισθητήρες,

φωτισμό LED στο οδόστρωμα και καθώς και κατακόρυφες φωτιζόμενες πινακίδες σήμανσης LED, οι οποίες διαθέτουν φωτοβολταϊκά πάνελ. Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό της διάβασης είναι ο μηχανισμός ενεργοποίησης από τον ίδιο τον πεζό. Με το πάτημα ενός κουμπιού από τον πεζό ενεργοποιείται ο φωτισμός, προειδοποιώντας τους οδηγούς για τη διέλευση.

Σημαντική παρέμβαση για την περιοχή

Η αξιοποίηση τεχνολογιών μπορεί να συμβάλει ώστε οι διαβάσεις να γίνονται περισσότερο ορατές στους οδηγούς, ιδιαίτερα κατά τις ώρες μειωμένης ορατότητας.

Το ζητούμενο πλέον είναι η ολοκλήρωση του έργου και, κυρίως, η σωστή λειτουργία και συντήρηση της διάβασης στην πορεία του χρόνου. Γιατί μια σύγχρονη υποδομή οδικής ασφάλειας αποκτά πραγματική αξία όταν χρησιμοποιείται σωστά και συμβάλλει ουσιαστικά στην προστασία των πεζών.





Γεύσεις που αλλάζουν καθημερινά... η ρουτίνα δεν έχει θέση στο πιάτο σου!

📍 Αρχιεπισκόπου Ευγενίου 36 & Αυτωνίου Βορείοδη • Ηράκλειο
☎ 698 5060045 • 2810 210255

📍 Αιτωπόλεως 2 • Κέντρο Ηρακλείου
☎ 6985588804 • 2810 221485

📍 Koutala Gastronomy Senses
Καθημερινά: 11:00 - 19:00 • Σάββατο 12:00 - 16:00



το Βήμα του Αϊ Γιάννη



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

ΧΟΡΗΓΕΣ -ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ:

Βάνα Βασιλάκη

6976 726727 - vana.vasalaki@gmail.com

Δήμητρα Νεονάκη

6977 943733 - neonakidim@yahoo.gr

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

13ο Γυμνάσιο

Κρυσταλένια Ανδρουλάκη

Παντελής Αρβανίτης

Ιωάννα Βασιλάκη

Ευαγγελία Γαργουλάκη

Βαλάντης Θεοδοσάκης

Μαρία Μανωλαράκη

Γιώργος Παπαδάκης

Αθηνά Σφακάκη

Ελπινίκη Χατζηδάκη

Νεκταρία Χρονάκη

Φίλιος Ζευσ

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Χάρης Σπανάκης - xspanakis@gmail.com

Ε.Α. ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΟΥ

ΤΑΝΤΑΛΟΥ & ΓΑΖΙΟΥ, Τ.Κ. 71409 ΗΡΑΚΛΕΙΟ

aigiannis.gr

www.psagioannou.blogspot.com

e-mail: politistikosaig@gmail.com

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Κατασκευές επισκευές
μουσικών οργάνων...

Επον 5 Αγ
Ιωάννη Κνωσού

Τηλ
6988604830

Μαθήματα λυρας
λαούτο μαντολίνο

Ενοικιάσεις ηχητικών
κάθε είδους εκδηλώσεις



📍 Knosou 259 Heraklion Crete
☎ 2810 360086 6936719750
✉ info@fotoprofile.gr
✉ info@profilephotography.gr
🌐 www.profilephotography.gr
📘 Profile Photography G.K.
📷 Profile Photography G.K.





«6^{ος} ΡΟΔΑΝΘΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ 2026»

ΠΕΡΠΑΤΑΜΕ Ή ΤΡΕΧΟΥΜΕ ΤΗΝ ΚΥΡΙΑΚΗ 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026!



Ο Εξωραϊστικός – Αναπτυξιακός & Πολιτιστικός Σύλλογος Προαστίου Αγίου Ιωάννη, σε συνεργασία με την Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Ν. Ηρακλείου (Ε.Π.Φ.Α.Ν.Η.), με τη συνδιοργάνωση της Περιφέρειας Κρήτης και υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας διοργανώνουν τον «6ο Ροδάνθειο Δρόμο 2026», στη μνήμη της Σπετσωτάκης Ροδούλας.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 11 Οκτωβρίου 2026 και περιλαμβάνει δύο αγώνες, έναν δρόμο 1.000 μέτρων και έναν δρόμο 5.000 μέτρων σε ανώμαλο έδαφος.

Ο ΡΟΔΑΝΘΕΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ έχει πλέον γίνει ένας θεσμός που αγαπήθηκε τόσο στο προάστιο μας αλλά και όλη την Κρήτη, καθώς κάθε χρόνο συγκεντρώνει όλο και περισσότερους συμμετέχοντες. Η επιτυχία των προηγούμενων διοργανώσεων απέδειξε πως τέτοιες πρωτοβουλίες μπορούν να ενώσουν ανθρώπους διαφορετικών ηλικιών και να μετατρέψουν έναν αγώνα δρόμου σε μια μεγάλη γιορτή συμμετοχής και συνύπαρξης.

Η φετινή, 6η διοργάνωση, συνεχίζει αυτή την προσπάθεια, δίνοντας έμφαση όχι μόνο στην αγωνιστική πλευρά, αλλά κυρίως στη χαρά της συμμετοχής, στην άθληση και στην επαφή των ανθρώπων. Ο Ροδάνθειος Δρόμος απευθύνεται σε όλους, ανεξάρτητα από το αν είναι έμπειροι δρομείς ή απλώς θέλουν να κάνουν τα πρώτα τους βήματα στον κόσμο του τρεξίματος. Πίσω από κάθε επιτυχημένη διοργάνωση βρίσκονται άνθρωποι, εθελοντές και φορείς που προσφέρουν χρόνο και προσπάθεια, συμβάλλοντας ώστε ο αγώνας να πραγματοποιείται με ασφάλεια και να διατηρεί τον χαρακτήρα μιας ανοιχτής γιορτής για το προάστιο μας.

Όσοι & όσες θέλουν να βοηθήσουν ως εθελοντές μπορούν να επικοινωνήσουν στο τηλ **6977 943733** ή στο **politistiko-saig@gmail.com**

Οι εγγραφές θα πραγματοποιούνται αποκλειστικά ηλεκτρονικά στον σύνδεσμο <https://atpro.gr/register/6os-rodantheios-dromos-2026>

QR code ηλεκτρονικής εγγραφής:



Η παραλαβή του υλικού συμμετοχής θα γίνει το Σάββατο 10 Οκτωβρίου 2026, παραμονή των αγώνων, στα γραφεία του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννου, στη συμβολή των οδών Ταντάλου και Γαζίου, από τις 10:00 έως τις 13:00 και από τις 17:00 έως τις 20:00

Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΣΩΖΕΙ ΖΩΕΣ

Στα πλαίσια του Ροδάνθειου δρόμου ο πολιτιστικός σύλλογος προσφέρει τη δυνατότητα για δωρεάν μαστογραφίες η οποία θα πραγματοποιηθεί το **Σάββατο 10 Οκτωβρίου**.

Τηλ συμμετοχών
Πρωί **698 3881275** -
Απόγευμα **6939 230545**
Η μαστογραφία δεν είναι απλώς μια εξέταση είναι μια πράξη αγάπης προς

τον εαυτό μας.
Ο καρκίνος του μαστού όταν διαγνωστεί έγκαιρα θεραπεύεται. Ας θυμηθούμε πως η πρόληψη είναι η πιο δυνατή μας ασπίδα. Στηρίξτε και εσύ αυτή τη σημαντική πρωτοβουλία για την υγεία των γυναικών.

Δήλωσε συμμετοχή για εσένα ή για κάποια που αγαπάς!



Η εφημερίδα του Συλλόγου εκδίδεται σε 4.500 αντίτυπα και διανέμεται δωρεάν πόρτα-πόρτα

Τηλ. επικοινωνίας: 6939 230545

Βάση Πορείας

Πρότυπο κέντρο μελέτης & ενισχυτικής δράσης για μαθητές Γυμνασίου

Φροντιστήριο ΠΟΡΕΙΑ
Ι.Θ. Κακριδής 3 & Λ. Κνωσού 210
Τηλ.: 2810 238 780, E-mail: fr_poria@otenet.gr
Βάση Πορείας

ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΠΟΡΕΙΑ

Στον "λαβύρινθο" της γνώσης επιλέγω την σωστή "πορεία"

Ι.Θ. Κακριδής 3 & Λ. Κνωσού 210, Αγ. Ιωάννης Ηράκλειο
Τηλ. & Fax: 2810 238.780, e-mail: fr_poria@otenet.gr
Φροντιστήριο Πορεία

ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΩΝΤΑΣ >>>

Επιμέλεια Ελπίνη Χατζηδάκη, μέλος του ΔΣ

>>> ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΗ ΚΩΣΤΑ ΦΑΝΤΑΟΥΤΣΑΚΗ

Αν ο αλτρουισμός, η ανιδιοτέλεια, η αλληλεγγύη και ο εθελοντισμός είχαν όνομα, ασφαλώς θα είχαν το δικό σου, αγαπητέ συνοδοιπόρε Κώστα...!!! Φεύγουν οι άνθρωποι, ναι, φεύγουν βιολογικά ως φυσική παρουσία, αλλά τι αφήνουν στο πέρασμά τους έχει σημασία και εσύ, Κώστα, άφησες ισχυρό αποτύπωμα...!!!

Από τη συμμετοχή σου στις επιτροπές του 4ου Διαμερίσματος, στο ΚΑΠΗ & στο Πολιτιστικό, τη συμμετοχή σου ως ενεργό μέλος σε χορωδίες και βέβαια, τι επιστέγασμα η αλληλέγγυα δράση και προσφορά σου...!!!

Από συστάσεως της ΟΜΑΔΑΣ ΑΓΑΠΗΣ ήσουν παρών, ενεργός και δοτικός σε όλες τις εκφάνσεις της αλληλέγγυας δράσης...!!!

Τι να πρωτοθυμηθώ αλήθεια...!!! Τις αποστάσεις που διανύσαμε από τις Μαλάδες ως το Σκαλάκι, τις άπειρες ώρες στο χώρο με το ρουχισμό & τη συγκέντρωση και τη διανομή τροφίμων, το μοίρασμα κατ' οίκον των γευμάτων από τα συσσίτια των Ιδρυμάτων Καλοκαιρινού σε άτομα που αδυνατούσαν να τα παραλάβουν, τη συνοδεία πασχαλιάτικα ωφελομένων

της ομάδας στο Κτήμα Καλαθάκη στο γεύμα αγάπης που προσέφερε, τη συνοδεία σε εθελοντές γιατρούς & στο νοσοκομείο ωφελομένων της ομάδας που έχριζαν ιατρικής φροντίδας & νοσηλείας...!!!

Ανασύρω μνήμες από το σεντούκι του μυαλού μου και όλο κάτι πετάγεται...!!!

Κάνω εικόνα το καφεδάκι στις αυλές της Λασκαρίνας, του Ιορδάνη και της Ζωής που με προσμονή μας περίμεναν, όχι τόσο για το τι θα κρατάγαμε, αλλά πιο πολύ για την κουβέντα και τα αστεία που θα αλάφρωναν τη βεβαρημένη από τα βάσανα ζωή τους...!!!

Σε διακατείχε μια ηθική ευαισθησία για τους πάσχοντες...!!!

Ένας κουμπαράς από εκείνους που είχαμε τότε τοποθετήσει σε μαγαζιά της Κνωσού και που πρόσφατα μου έδωσε μια γειτόνισσα, μιας και ξέμεινε στο χώρο της, θα βρίσκειται σε περίοπτη θέση για να θυμίζει τόσο από εκείνη την περίοδο...!!! Έχω την αίσθηση ότι εκεί στα επουράνια σε περίοπτη θέση θα σε έχουν βάλει & όλο και κάτι θα σκαρφιστείς να πράξεις εθελοντικά...!!!

Έκδηλη η συγκίνησή σου στην τελετή βράβευσής σου, ως οφειλόμενη τιμή στο πρόσωπό σου εκ μέρους του συλλόγου μας & η δική μου επίσης προσφωνώντας σε...!!!



>>> ΤΟΝ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟ ΚΑΡΑΛΗ – ΕΝΑΝ ΠΟΛΥΤΙΜΟ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟ

Επιμέλεια: Χρονάκη Νεκταρία
Μέλος Δ.Σ. του Συλλόγου

Η είδηση του αιφνίδιου και απρόσμενου θανάτου του Αλέξανδρου Καραλή συγκλόνισε βαθιά όλους όσοι είχαμε την τύχη να τον γνωρίσουμε και να συνεργαστούμε μαζί του. Για τον Σύλλογό μας, ο Αλέξανδρος δεν ήταν απλώς ο λογιστής μας. Ήταν ένας **ανεκτίμητος συνεργάτης**, ένας πολύτιμος

σύμβουλος και, πάνω απ' όλα, ένας φίλος. Γι' αυτό και η απώλειά του αφήνει ένα μεγάλο και **δυσαναπλήρωτο κενό**.

Για πολλά χρόνια στάθηκε δίπλα στον Σύλλογο με **αφοσίωση, συνέπεια, υπευθυνότητα** και **επαγγελματισμό**, αρετές που κέρδισαν την εμπιστοσύνη και την εκτίμηση όλων μας. Ήταν άνθρωπος έντιμος, δίκαιος και τυπικός. Ξεχώριζε για την **εργατικότητά** του, την επιμονή του και την προσοχή στη λεπτομέρεια. Με τη γνώση και την υπευθυνότητά του συνέβαλε ουσιαστικά, όλα αυτά τα χρόνια, ώστε ο Σύλλογός μας να λειτουργεί με τάξη, σταθερότητα και διαφάνεια.

Η πίστη στον Θεό και στα διδάγματα της χριστιανικής πίστης αποτελούσε σημαντικό

κομμάτι της ζωής του. Η θρησκευτική του ευλάβεια και οι αξίες που απορρέουν από αυτήν καθοδηγούσαν τη στάση του απέναντι στους συνανθρώπους του.

Τον αποχαιρετήσαμε με βαριά καρδιά, αλλά και με βαθιά ευγνωμοσύνη για τη συνεργασία, για τον χρόνο που μοιραστήκαμε μαζί του, για τη στήριξη και για όλα όσα προσέφερε στον Σύλλογό μας. Οι άνθρωποι που αφήνουν πίσω τους ήθος, καλοσύνη και προσφορά δεν φεύγουν πραγματικά. Παραμένουν στη μνήμη μας και συνεχίζουν να υπάρχουν μέσα από όσα δίδαξαν με τη ζωή και τη συμπεριφορά τους. Στην οικογένειά του εκφράζουμε τα θερμά και ειλικρινή μας συλλυπητήρια. Αιωνία σου η μνήμη.



Ψητοπωλείο Εστιατόριο

ΛΕΩΦΟΡΟΣ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
11:00 έως 01:00

Λεωφόρος Κνωσού 235 Τηλ.: 2810 233930

LAKU kafe

2810 320888
Λ. Κνωσού 284

In coffee we trust

LAKU kafe
LAKU kafe

QR code

«ΜΠΟΥΡΛΟΤΟ ΕΠΙ ΣΚΗΝΗΣ» ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ



Μπουρλότο στη σκηνή του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννου έβαλε η θεατρική μας ομάδα!

Υπό την καθοδήγηση και σκηνοθετική ματιά του Δομίνικου Ταβερναράκη, οι «μαθητές» μας ζωντάνεψαν αξέχαστες σκηνές από αγαπημένες ταινίες του παλιού ελληνικού κινηματογράφου και χάρισαν στο κοινό δύο βράδια γεμάτα γέλιο και νοσταλγία. Ένα μεγάλο μπράβο σε όλους και όλες που συμμετείχαν! Η προσπάθεια, το ταλέντο και η αγάπη τους για το θέατρο κέρδισαν το πιο θερμό χειροκρότημα.

«ΓΕΦΥΡΕΣ ΧΤΙΖΟΥΜΕ, ΣΠΑΜΕ ΣΙΩΠΕΣ»

Μια θεατρική παράσταση για τη Διαφορετικότητα και την Ενσυναίσθηση



Στην κατάμεστη αυλή του Συλλόγου μας είχαμε τη χαρά να φιλοξενήσουμε μια ξεχωριστή θεατρική παράσταση, που αγκαλιάστηκε θερμά από μικρούς και μεγάλους, υπενθυμίζοντάς μας ότι οι πιο όμορφες γέφυρες χτίζονται με κατανόηση, αγάπη και σεβασμό.

Βασισμένο στο αγαπημένο παραμύθι «Ο Φαφούτης Καρχαρίας» του Νικόλα Σμυρνάκη, το θεατρικό έργο μάς θυμίζει πως η διαφορετικότητα δεν είναι αδυναμία, αλλά δύναμη, ανατρέποντας την προσδοκία για το

πώς «πρέπει» να είναι κανείς. Διδάσκει στα παιδιά ότι η αξία μας δεν ορίζεται από την εξωτερική εμφάνιση ή τις ελλείψεις μας.

Παράλληλα, μιλάει με ευγένεια για τον σχολικό εκφοβισμό και προσφέρει στους μικρούς θεατές τα κατάλληλα συναισθηματικά εργαλεία για να αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν παρόμοιες συμπεριφορές.

Το σημαντικότερο μήνυμα είναι η αυτο-αποδοχή: το να μαθαίνεις να αγαπάς τον εαυτό σου όπως ακριβώς είσαι, μετατρέποντας την ιδιαιτερότητά σου σε δύναμη, χωρίς να

προσπαθείς να γίνεις κάποιος άλλος.

Με τη σκηνοθετική υπογραφή του Κωνσταντίνου Μεταξάκη από τη θεατρική ομάδα «Σχήμα 7», η παράσταση καλλιεργεί την ενσυναίσθηση, τον σεβασμό και την αποδοχή μέσα από τη δύναμη του θεάτρου.

Ευχαριστούμε θερμά την Περιφέρεια Κρήτης για την πρωτοβουλία και τη διοργάνωση μιας τόσο σημαντικής θεατρικής παράστασης, που στέλνει ένα δυνατό μήνυμα αποδοχής, συμπερίληψης και σεβασμού στη διαφορετικότητα.



Εμμανουέλα Γεμιτζάκη

Λ. Κνωσού 201 - Ηράκλειο
Τηλ./Fax 2810 234179 Κιν. 6947610403
e-mail: valotta.s@gmail.com

ΕΚΛΕΚΤΑ ΦΡΕΣΚΑ ΚΡΕΑΤΑ
ΤΥΡΟΚΟΜΙΚΑ
ΑΛΛΑΝΤΙΚΑ



Μαρμαράς

ΓΕΡΩΝΥΜΑΚΗ & ΜΟΝΗ ΤΟΠΛΟΥ 2, ΠΑΤΕΛΕΣ - ΤΗΛ.: 2810.220391, 344245
ΛΕΩΦ. ΚΝΩΣΟΥ 246 - ΤΗΛ.: 2810.360620, 360690
ΜΑΓΓΑΝΑΡΗΔΩΝ 27 (παράλ. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ) - ΤΗΛ.: 2810.231120, 231171
ΛΕΩΦ. ΙΚΑΡΟΥ 28 ΝΕΑ ΑΛΙΚΑΡΝΑΣΣΙΟΣ - ΤΗΛ.: 2810 229800
ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΑΠΟΘΗΚΕΣ CASH & CARRY: ΒΙ.ΠΕ. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ - ΤΗΛ.: 2810 542418, 542417
ΜΑΧΗΣ ΚΡΗΤΗΣ 17 & ΑΠΟΛΛΩΝΙΑΣ 1 - ΤΗΛ. 2810 310599

Σχολή γονέων από τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννη

Επιμέλεια: Μαρία Μανωλαράκη, Μέλος Δ.Σ.

Ένας όμορφος κύκλος ολοκληρώθηκε... και μας άφησε πλουσιότερους σε γνώση, προβληματισμό και ουσιαστική επικοινωνία.



Μέσα από τέσσερις ξεχωριστές συναντήσεις είχαμε την ευκαιρία να προσεγγίσουμε σημαντικά ζητήματα που αφορούν την οικογένεια - και όχι μόνο - και τη σύγχρονη καθημερινότητά της:

- «**Αχ... πώς μεγαλώνω;**»
- «**Οικογένεια σε κρίση**»... ή μήπως απλώς οικογένεια σε κίνηση;
- «**Η οικογένεια σε μεταβατικό στάδιο. Αλλαγές, προκλήσεις, ευκαιρίες**»
- «**Διαχείριση Συγκρούσεων στην Οικογένεια**»

Θα θέλαμε να εκφράσουμε τις θερμές μας ευχαριστίες στις συντονίστριες των συναντήσεων: Ζαφειρούλα Ι. Μαρινάκη (Κοινωνική Λειτουργό - Διαμεσολαβήτρια) και Δέσποινα Α. Γιαμαλάκη (Συστημική Σύμβουλο

Ενηλίκων, Ζεύγους & Οικογένειας) για την επιστημονική τους κατάρτιση, την ευαισθησία, την αμεσότητα και τη γενναιόδωρη διάθεση με την οποία μοιράστηκαν τις γνώσεις και την εμπειρία τους.

Ευχαριστούμε επίσης όλους τους γονείς και τα μέλη της τοπικής μας κοινωνίας που συμμετείχαν στις συναντήσεις, κατέθεσαν τις σκέψεις και τους προβληματισμούς τους και συνέβαλαν στη δημιουργία ενός κλίματος εμπιστοσύνης, διαλόγου και αλληλοσεβασμού.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου συνεχίζει να στηρίζει δράσεις που ενδυναμώνουν την οικογένεια, προάγουν τη γνώση και ενισχύουν τους δεσμούς της κοινότητάς μας.

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Επιμέλεια: Μαρία Μανωλαράκη, Μέλος Δ.Σ.



Μαθαίνουμε – Επικοινωνούμε – Εξελισσόμαστε

Πόσο εύκολο είναι να επικοινωνούμε αποτελεσματικά όταν διαφωνούμε; Να εκφράζουμε τις ανάγκες μας χωρίς να πληγώνουμε τον άλλον; Να διαχειριζόμαστε μια σύγκρουση πριν αυτή επηρεάσει μια σημαντική σχέση; Να οργανώνουμε τον χρόνο μας χωρίς να αισθανόμαστε ότι βρισκόμαστε διαρκώς σε πίεση; Μετά την επιτυχημένη περσινή μας συνάντηση μέσα από τις Σχολές Γονέων, φέτος ανοίγουμε τον κύκλο και σας προσκαλούμε σε κάτι καινούργιο:

Ένα ανοιχτό Εργαστήρι Δεξιοτήτων Δωρεάν για όλους τους ενήλικες!

Μία φορά τον μήνα συναντιόμαστε, συζητάμε, μοιραζόμαστε προβληματισμούς και, κυρίως, δοκιμάζουμε στην πράξη εργαλεία που μπορούν να μας φανούν χρήσιμα στην καθημερινότητά μας.

Στόχος των συναντήσεων είναι να συνδέσουμε τη γνώση με την καθημερινή εμπειρία. Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, συζήτηση, παραδείγματα και πρακτικά εργαλεία, θα έχουμε την ευκαιρία να παρατηρήσουμε τον τρόπο με τον οποίο επικοινωνούμε, σχετιζόμαστε και ανταποκρινόμαστε στις απαιτήσεις της καθημερινότητας - και να αναζητήσουμε τρόπους που μπορούν να λειτουργήσουν καλύτερα για εμάς. Στις συναντήσεις θα επεξεργαστούμε θέματα όπως:

- **Αποτελεσματική επικοινωνία** – πώς εκφράζομαι, ακούω και γίνομαι κατανοητός
- **Διαχείριση συγκρούσεων** – πώς αντιμετωπίζουμε τις διαφωνίες με πιο λειτουργικό τρόπο
- **Ποιτικές διαπροσωπικές σχέσεις** – όρια, ανάγκες, σύνδεση και αλληλεπίδραση

• **Διαχείριση χρόνου – προτεραιότητες**, οργάνωση και ισορροπία στην καθημερινότητα

Το Εργαστήρι είναι ανοιχτό σε όλους τους ενήλικες δωρεάν. Κάθε συνάντηση θα έχει τη δική της θεματική και μπορεί να παρακολουθηθεί αυτοτελώς, χωρίς δέσμευση συμμετοχής σε ολόκληρο τον κύκλο.

Τις συναντήσεις συντονίζουν:

Μαρινάκη Ρούλα, Κοινωνική Λειτουργός, Δ. διαμεσολαβήτρια, Μ.ΕΔ. Εκπαίδευση Ενηλίκων, **Γιαμαλάκη Δέσποινα**, Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια, Κλινική Υπνοθεραπεύτρια, Σύμβουλος ατόμων, ζευγών και οικογένειας.

6974 946988 giamalakides@yahoo.com

Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννου

Ένα Σάββατο τον μήνα 18:00-20:00

Γιατί οι δεξιότητες που χρειαζόμαστε στην καθημερινή μας ζωή δεν είναι κάτι στατικό. Καλλιεργούνται, εξασκούνται και εξελίσσονται μαζί μας.



Δέσποινα Α. Γιαμαλάκη
Συστημική Θεραπεύτρια/Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας
Συμβουλευτική Ενηλίκων-Ζευγών-Οικογένειας

Μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Συμβουλευτικής Ε.Ε.Σ.
& Ευρωπαϊκής Εταιρείας Οικογενειακής Θεραπείας Ε.Ε.Τ.Α.

Συνεδρίες
Διαζώσης
&
Εξ αποστάσεως

☎ 6974946988 - 2810325657
✉ giamalakides@yahoo.com
📍 Δέσποινα Γιαμαλάκη
📍 despoinalgiannakaki

Λεωφόρος Βορείου 26
Άγιος Ιωάννης Κνωσσού
ΤΚ 71 409, Ηράκλειο Κρήτης



A DROP OF HAPPINESS

Λουκουμάδες • Καφές
Κρέπες • Βάφλες • Pancakes

— ΜΑΝΟΛΗΣ ΝΑΤΣΑΚΟΣ —

ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΚΝΩΣΟΥ 240
☎ 2810 230110

«ΘΩΡΑΚΙΖΟΜΑΙ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ»

Μαθαίνω, προστατεύομαι, μεγαλώνω με αυτοπεποίθηση



Επιμέλεια:
Καράμελελα Μαρία,
Κοινωνιολόγος

Κάθε γονιός εύχεται το παιδί του να είναι χαρούμενο, ασφαλές και να έχει τα εφόδια ώστε να προστατεύει τον εαυτό του. Οι δεξιότητες ζωής δεν καλλιεργούνται μέσα από τον φόβο και τις απαγορεύσεις, αλλά μέσα από τη γνώση, τη σχέση, την αλληλεπίδραση και το παιχνίδι. Το «**Θωρακίζομαι Παίζοντας**», με επιστημονική υπεύθυνη την **Καράμελελα Μαρία**, Κοινωνιολόγο με Παιδαγωγική Επάρκεια και Πιστοποιημένη Εκπαιδευτρια Ενηλίκων, είναι μια διαφορετική εβδομαδιαία βιωματική δραστηριότητα για **παιδιά Δημοτικού**. Μέσα από το παιχνίδι, τη συνεργασία και δημιουργικές δραστηριότητες, τα παιδιά αναπτύσσουν κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες, μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να θέτουν προσωπικά

όρια, να δημιουργούν υγιείς και ισότιμες σχέσεις, να διαχειρίζονται τις συγκρούσεις, να προστατεύονται από τη σεξουαλική κακοποίηση και τον σχολικό εκφοβισμό και να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο με ασφάλεια και υπευθυνότητα. Τα παιδιά συμμετέχουν σε μια ασφαλή και χαρούμενη ομάδα, όπου μέσα από το παιχνίδι και τη συνεργασία μαθαίνουν χωρίς πίεση και φόβο. Η γνώση γίνεται εμπειρία και η εμπειρία δύναμη, βοηθώντας τα να γνωρίζουν την αξία τους, να σέβονται τον εαυτό τους και τους άλλους και να ζητούν βοήθεια όταν τη χρειάζονται. Η πρόληψη δεν σημαίνει να μεγαλώνουμε παιδιά που φοβούνται τον κόσμο. Σημαίνει να μεγαλώνουμε παιδιά ενημερωμένα, δυνατά και με αυτοπεποίθηση. Γιατί τα πιο σημαντικά μαθήματα δεν αποστηθίζονται. **Παίζουνται!**

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ ΚΟΣΜΗΜΑΤΩΝ ΜΕ ΧΑΝΤΡΕΣ



Μια νέα, δημιουργική διέξοδος ξεκινά στην πόλη μας για όσους θέλουν να εκφράσουν τη φαντασία τους και να μάθουν να κατασκευάζουν τα δικά τους μοναδικά αξεσουάρ. Τα μαθήματα δημιουργίας κοσμημάτων με χάντρες ανοίγουν τις πόρτες τους και υποδέχονται όσους αγαπούν τη χειροποίητη δημιουργία.

Μέσα από έναν ολοκληρωμένο κύκλο συναντήσεων, οι συμμετέχοντες θα έρθουν σε επαφή με τον μαγικό κόσμο των χαντρών miyuki. Θα διδαχθούν τεχνικές πλέξης, συνδυασμού χρωμάτων και σχεδιασμού, μεταμορφώνοντας τα σε εντυπωσιακά κολιέ, βραχιόλια και σκουλαρίκια.

ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Ονομάζομαι Γεωργία Κουτλή και είμαι παιδαγωγός στη προσχολική ηλικία με πολυετή εμπειρία στο χώρο. Είμαι ένας άνθρωπος με αγάπη για έκφραση και δημιουργία, με ζωντάνια και μεταδοτικότητα και με αυτό το κίνητρο ασχολούμαι επαγγελματικά και με το θεατρικό παιχνίδι. Λειτουργώ ως εκπαιδευτρια σε παιδιά ώστε να λειτουργήσω ως γέφυρα για να ανακαλύψουμε νέους μαγικούς κόσμους, να χαρίσουμε, να τραγουδήσουμε, να δοκιμάσουμε τις δυνατότητες μας και μέσα από την διάδραση να πετύχουμε το πλέον επιθυμητό: τη χαρά. Με την ανακάλυψη νέων γνώσεων και οριζόντων και την ανάπτυξη της φαντασίας, της συνεργασίας, της κοινωνικοποίησης, του μαιευτικού αλλά και της ελευθερίας να πάρει ένα βήμα παραπέρα και να ανακαλύψουμε νέα στοιχεία και κινήσεις του εαυτού μας. Για λοιπόν να ταξιδεύουμε μαζί στο κόσμο ενός βιβλίου που μας χαρίζει τον πλούτο του και μας κάνει πιο δυνατά συναισθηματικά, μοναδικά αλλά και δημιουργικά παιδιά μέσα από το θεατρικό παιχνίδι. Τα εφόδια που θα χρειαστούμε είναι ένα άδειο σακίδιο που θα το γεμίσουμε αναμνήσεις, έναν χώρο με προσομοίω της φαντασίας και μια πυξίδα με μονητική βελόνα στραμμένη στην ΑΓΛΗ.

Σε περιμένουμε στην όμορφη παρέα μας

ΝΕΟ ΤΜΗΜΑ ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Παίζουμε για υγεία, χαρά και καλύτερη ποιότητα ζωής!

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ:

- Βελτίωση συντονισμού και συντονισμού κινήσεων
- Ενίσχυση μνήμης και συγκέντρωσης
- Νέοι συμμετέχοντες δίνουν την ιδέα της ηλικίας
- Κοινωνικοποίηση και ευχαρίστηση παρτίδας
- Μείωση άγχους και βελτίωση της διάθεσης
- Διατήρηση καλής φυσικής και πνευματικής κατάσταση

ΠΟΤΕ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΡΓΑ ΝΑ ΔΕΚΛΗΤΕΣ ΚΑΤΙ ΝΕΟ!

Το πινγκ πονγκ αποτελεί μία ασφαλή και ευχάριστη μορφή άσκησης που συμβάλλει στη συμμετοχή και φυσική ευεμία των μεγαλύτερων ηλικιών. Τα οφέλη του στην κοινωνία, στη συγκέντρωση και στην κοινωνική δραστηριότητα έχουν αναδειχθεί από ελληνικούς συλλόγους και προγράμματα ασκήσεων στην Ελλάδα.

Ελάτε να αθληθείτε, να διασκεδάσετε και να παραμυτιάσετε δραστήριοι!

Ελάτε ασκήσει... ένα βήμα για καλύτερη ζωή!

ΕΥΧΑΙΣΤΙΑ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ | ΑΣΚΗΣΙΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ | ΔΙΔΑΚΤΕΛΙΚΟ ΚΑΙ ΗΘΙΚΟ | ΚΑΙΝΕΡΓΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ



Κατάστημα Vodafone Λεωφ. Κνωσού 196, τηλ. 2810 327212

MOCANNELLA

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΤΟΙ • ΚΑΦΕΣ • ΣΑΧΑΡΩΔΗ ΠΡΟΪΟΝΤΑ • ΠΟΤΑ

Αλ. Παπαναστασίου 102, Α. Κνωσού 238
τηλ. 2810 210833

www.mocannella.gr

ΚΥΚΛΟΣ ΔΡΑΣΕΩΝ ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑΣ ΣΤΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΜΑΣ!

Επιμέλεια: Ευαγγελία Γαργουλάκη



στήριξαν κάθε συνάντηση με ενδιαφέρον, φροντίδα και αγάπη για το βιβλίο.

Ένα **ιδιαίτερο ευχαριστώ στον Γιώργο Γρηγοράκη**, που ανταποκρίθηκε στην πρόσκλησή μας και μοιράστηκε με τα παιδιά σκέψεις, συναισθήματα και τα μυστικά της δημιουργικής γραφής. Μαζί συζητήσαν για το πώς γεννιέται μια ιστορία, τι αναζητούν οι ήρωές της και πώς η αγάπη γίνεται η κινητήρια δύναμη πίσω από κάθε όμορφη δημιουργία.

Στη συνέχεια, τα παιδιά έλυσαν γρίφους, δοκίμασαν τις δυνάμεις τους στο πρωτότυπο επιτραπέζιο παιχνίδι «Η Απόδραση των Λέξεων», έπαιξαν στην παιδική χαρά και φυσικά περιηγήθηκαν στη βιβλιοθήκη, ξεφύλλισαν βιβλία και επέλεξαν εκείνα που θα τα συντροφεύσουν στις καλοκαιρινές τους αναγνώσεις.

Για εμάς τις εθελόντριες, αυτές οι συναντήσεις είναι κάτι πολύ περισσότερο από μια δράση. Είναι στιγμές που μας γεμίζουν χαρά, αισιοδοξία και εκείνη τη βαθιά αίσθηση πληρότητας που γεννιέται όταν προσφέρεις χρόνο, φροντίδα και αγάπη σε κάτι μεγαλύτερο από τον εαυτό σου.

Σας περιμένουμε και αυτή τη χρονιά, με νέες ιστορίες, νέες συναντήσεις και πολλά ακόμη βιβλία που περιμένουν να βρουν τον επόμενο αναγνώστη τους!

Κάθε Δευτέρα 10.00 με 12.00, Παρασκευή 16.00-17.30 και Σάββατο 17.30 με 20.30.

Είχαμε τη χαρά να υποδεχτούμε:

- **τέσσερα τμήματα Β' Δημοτικού** με αφορμή το βιβλίο «Χαριστική Βιβλιοθήκη»,

- **δύο τμήματα Δ' Δημοτικού** με το βιβλίο «Το βιβλίο που δεν ήθελε να διαβαστεί», όπου παιδιά και εκπαιδευτικοί συμμετείχαν στη μεγαλόφωνη ανάγνωση της ιστορίας,

- και **δύο ακόμη τμήματα Δ' Δημοτικού** που γνώρισαν από κοντά τον εκπαιδευτικό και συγγραφέα Γιώργο Γρηγοράκη και ταξίδεψαν στον κόσμο του βιβλίου «The Dream Escape – Η Απόδραση της Αλίκης».

Ευχαριστούμε θερμά το σχολείο για την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία, καθώς και τις εκπαιδευτικούς που συνόδευσαν και

ΔΡΑΣΕΙΣ & ΑΠΟΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΕΚΟΙΦ ΚΑΠΗ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ

Φωτ. Υλικό: Ελπινίκη Χατζηδόκη



Επιμέλεια: Μαρία Μανωλαράκη, Μέλος Δ.Σ.

ΝΕΑ ΑΙΘΟΥΣΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ!

Μια νέα αίθουσα έρχεται να προστεθεί στους χώρους όπου φιλοξενούνται οι δραστηριότητες του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννου, καθώς από **την 1η Οκτωβρίου, με την έναρξη των μαθημάτων της νέας χρονιάς, ο Σύλλογος θα διαθέτει έναν ακόμη χώρο στην οδό Πικροδάφνης 42.**



Ο νέος χώρος έρχεται να προστεθεί στις αίθουσες της οδού Παρθενώνος και της οδού Ταντάλου, ενισχύοντας σημαντικά τη δυνατότητα του Συλλόγου να φιλοξενεί τα ολοένα και περισσότερα τμήματα και τις δραστηριότητές του.

Η αύξηση των μελών και η συνεχής συμμετοχή των κατοίκων στα μαθήματα και στις δράσεις του Συλλόγου αποτελούν για εμάς μια ιδιαίτερα ευχάριστη εξέλιξη και ταυτόχρονα ένα κίνητρο να συνεχίσουμε με ακόμη μεγαλύτερη διάθεση.

Η αίθουσα της οδού Πικροδάφνης 42 θα εξυπηρετεί κυρίως τα απογευματινά τμήματα, προσφέροντας περισσότερες επιλογές και μεγαλύτερη ευελιξία στα μέλη μας.

Με τη νέα αυτή προσθήκη, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου συνεχίζει να μεγαλώνει, να δημιουργεί και να ανοίγει νέους χώρους για τον πολιτισμό, τη μάθηση και τη συνάντηση των ανθρώπων της γειτονιάς μας.

Επιμέλεια: Μαρία Μανωλαράκη, Μέλος Δ.Σ.

Η ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ ΒΡΙΣΚΕΙ ΞΑΝΑ ΤΟΝ ΧΩΡΟ ΤΗΣ.

Με διάθεση προσφοράς και αγάπης προς τον συνάνθρωπο, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου επαναφέρει τη δράση της Ομάδας Αλληλεγγύης, αυτή τη φορά στη νέα μας αίθουσα, στην οδό Πικροδάφνης 42.



Η νέα αίθουσα παραχωρείται στον Σύλλογό μας χάρη στην ευαισθητοποίηση και την άμεση ανταπόκριση στο κάλεσμά μας από τον αγαπητό φίλο του Συλλόγου, κ. **Ζάννη Αργουδέλη**, τον οποίο ευχαριστούμε θερμά για την πολύτιμη αυτή προσφορά και τη στήριξή του στο έργο μας. Η Ομάδα Αλληλεγγύης συγκεντρώνει γυναικεία, ανδρικά και παιδικά ρούχα σε καλή κατάσταση, τα οποία στη συνέχεια προσφέρονται σε συνανθρώπους μας που τα έχουν ανάγκη. Παράλληλα, συλλέγονται τρόφιμα μακράς διάρκειας, προκειμένου να στηριχθούν οικογένειες και άνθρωποι της τοπικής μας κοινωνίας που αντιμετωπίζουν δυσκολίες. Η επαναλειτουργία της Ομάδας Αλληλεγγύης αποτελεί μια ακόμη προσπάθεια του Συλλόγου μας

να βρίσκεται κοντά στην κοινωνία και να ενισχύει έμπρακτα την αξία της προσφοράς.

Καλούμε όλους όσοι επιθυμούν να στηρίξουν αυτή την προσπάθεια να συμμετέχουν, προσφέροντας ό,τι μπορούν. Κάθε προσφορά, μικρή ή μεγάλη, είναι σημαντική όταν γίνεται με αγάπη.

Η πρόσβαση στη νέα αίθουσα για την παράδοση ειδών καθώς και παραλαβή γίνεται κατόπιν ραντεβού και μόνο κατά τις απογευματινές ώρες, στα τηλέφωνα: **6939 230545 6948 499106**

Ας κάνουμε αλληλεγγύη πράξη και ας κρατήσουμε ζωντανό το πνεύμα της προσφοράς και της αλληλοβοήθειας στο προάστιό μας.

GEOSUPPLIES
ΚΑΛΟΥΔΑΚΗ - ΠΕΤΡΑΚΗ

Φυτοφάρμακα - Λιπάσματα
Αρδεύσεις - Φυτά - Σπόροι

Λ.Κνωσού 296, Ηράκλειο, τ.2810 210110
f: Καλουδάκη-Πετράκη, i: kaloudaki_petraki
geosupplies.gr
kaloudakipetraki@gmail.com



BOYCHOYRAS

ΟΠΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Λ.κνωσσο 205 ΤΗΛ : 2813022276

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ

Η καλοκαιρινή γιορτή αποτελεί έναν σταθμό πριν την έναρξη του καλοκαιριού για να βρεθούμε πιο κοντά οι κάτοικοι του Αγίου Ιωάννη. Μέσα σε εορταστικό κλίμα να διασκεδάσουμε μικροί και μεγάλοι, να γνωριστούμε καλύτερα και μεταξύ μας και με τη γειτονιά μας. Μια μοναδική ευκαιρία να παρουσιαστούν κάποια από τα μαθήματα που γίνονται στον Σύλλογο και όλο και περισσότερο τα μαθήματα και οι δράσεις του Συλλόγου να αποτελούν διέξοδο στους κατοίκους του προαστίου μας.



Άλλη μια χρονιά, μια βραδιά γεμάτη χαμόγελα, μουσική, χορό, δημιουργία και όμορφες στιγμές που θα μας μείνουν αξέχαστες!

Τα τμήματα **Oriental, Zumba, Latin χορών, Μαντολίνου και Κρητικών χορών** παρουσίασαν με ενθουσιασμό τη δουλειά τους, ενώ τα έργα των τμημάτων ζωγραφικής ομόρφυναν το πάρκο και κέρδισαν τον θαυμασμό όλων.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ στους δασκάλους

μας, στους μαθητές και σε όλους εσάς που μας τιμήσατε με την παρουσία σας και γεμίσατε το πάρκο με το ζεστό σας χειροκρότημα.

Η αγάπη και η στήριξή σας είναι η δύναμή μας να συνεχίζουμε να δημιουργούμε και να προσφέρουμε πολιτισμό στη γειτονιά μας. Μια νέα χρονιά ξεκινάει, με νέες δράσεις, νέα τμήματα και ακόμη περισσότερες όμορφες στιγμές μαζί!



ΟΜΑΔΑ ΚΡΗΤΙΚΩΝ ΧΟΡΩΝ



ΟΜΑΔΑ ΜΑΝΤΟΛΙΝΟΥ



ΟΜΑΔΑ ORIENTAL



ΟΜΑΔΑ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ



ΟΜΑΔΑ ZUMBA



ΜΙΑ ΜΕΓΑΛΗ ΓΙΟΡΤΗ ΠΟΥ ΚΑΤΕΛΗΞΕ ΣΕ ΕΝΑ ΜΕΓΑΛΟ ΓΛΕΝΤΙ!



ΤΜΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2026 - ΙΟΥΝΙΟΣ 2027



ΣΚΑΝΑΡΕΤΕ ΕΔΩ

ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Με τη σάρωση του QR Code, μπορείτε να εισέλθετε στη φόρμα εγγραφής και να συμπληρώσετε τα στοιχεία σας για την εγγραφή στον Πολιτιστικό Σύλλογο. Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή στις δραστηριότητες του Συλλόγου είναι η ετήσια συνδρομή μέλους. Παρακάτω παρουσιάζονται αναλυτικά οι δραστηριότητες του Συλλόγου, καθώς και τα στοιχεία επικοινωνίας των υπευθύνων για κάθε δραστηριότητα, στους οποίους μπορείτε να απευθύνεστε για περισσότερες πληροφορίες και για τις εγγραφές.

- **ΚΡΗΤΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ** /ΦΑΡΑΖΑΚΗ ΕΛΕΝΗ 6948 382116
- **ΧΟΡΩΔΙΑ ΕΡΩΔΙΟΣ** / ΚΑΝΑΚΑΚΗΣ ΜΑΝΟΛΗΣ 6936 785430
- **ΛΑΤΙΝ ΡΟΥΕΔΑ** /ΚΑΚΟΥΛΑΚΗ ΚΡΙΣΤΗ 6937 531868
- **ΚΟΠΤΙΚΗ ΡΑΠΤΙΚΗ** / ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ ΒΑΓΓΕΛΙΩ 69759 77298
- **ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ** /ΤΖΑΓΚΑΡΑΚΗ ΕΛΕΝΗ 6932 611716
- **ΣΚΑΚΙ** /ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ ΜΑΡΙΑ 6973 826452
- **ΖΟΥΜΠΙΑ** /ΔΑΣΚΑΛΑΚΗ ΜΑΡΙΑ 6977 919199
- **ΘΩΡΑΚΙΖΟΜΑΙ ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ** / ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ ΜΑΡΙΑ 6977 417434
- **ΖΕΙΜΠΕΚΙΚΟ** /ΦΑΡΑΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ 6948 382116

- **ΜΑΝΤΟΛΙΝΟ** /ΜΑΡΤΣΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ 6946 103328
- **ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΓΙΑ ΕΝΗΛΙΚΕΣ** /ΤΑΒΕΡΝΑΡΑΚΗΣ ΔΟΜΗΝΙΚΟΣ 6974 491551
- **ΟΡΙΕΝΤΑΛ** /ΚΑΤΣΑΡΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ 6970 416458
- **ΚΛΑΣΙΚΗ /ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΚΙΘΑΡΑ** /ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ 6977 884064
- **ΓΙΟΓΚΑ** /ΒΙΤΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ 6948 578759
- **ΟΜΑΔΑ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ** / ΑΝΥΦΑΝΤΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ 6983 123131
- **ΟΜΑΔΑ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ: ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΣΩΜΑ & ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΑΥΤΟΪΔΙΑ** / ΠΕΤΡΟΧΕΙΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ 6936 654921

- **ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ Μαθαίνουμε – Επικοινωνούμε – Εξελισσόμαστε** / ΜΑΡΙΝΑΚΗ ΡΟΥΛΑ-ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΓΙΑΜΑΛΑΚΗ 6974 946988
- **ΚΟΚΚΙΝΗ ΚΛΩΣΤΗ ΠΛΕΓΜΕΝΗ (ΠΛΕΞΙΜΟ)** /ΜΑΘΙΟΥΔΑΚΗ ΕΛΙΝΑ 6973 726642
- **ΚΟΣΜΗΜΑ** /ΠΛΑΙΤΗ ΕΛΕΝΗ 6947 691446
- **ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ** / ΚΟΥΤΛΗ ΓΕΩΡΓΙΑ 6982 479927
- **ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ** / ΠΟΤΟΥΡΙΔΗΣ ΠΑΥΛΟΣ 6944 685856
- **ΣΚΑΚΙ ΓΙΑ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΥΣ** / ΔΟΜΟΣΙΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ 6986 592874

ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΩΝ ΦΡΙΚΑΛΕΟΤΗΤΩΝ ΤΗΣ 25ης ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 1898

Αθήνα Ν. Κυριακή-Σάββατο
Γύρος Συναγών-Σ/ς Τραπεζών- Ιστορικός Συναγών
Ραδιοφωνικός παραγωγός
Τηλ: +30 6944130023
e-mail: info@athens-ghetaki.com / Dr. Athina Ghetaki

Υπό την πίεση της Αγγλικής διπλωματίας διετάχθη ο τουρκικός στρατός να αποχωρήσει από την Κρήτη. Εγκατέλειψαν την Κρήτη 48.000 μουσουλμάνοι στρατιωτικοί. Παρέμειναν 33.000 πολίτες. Η αποχώρηση αυτών έγινε σταδιακά. Το 1923 με την ανταλλαγή των πληθυσμών έφυγαν οι τελευταίοι. Στο Ηράκλειο παίχθηκε η τελευταία πράξη του κρητικού δράματος.

Η εκατόμβη της 25ης Αυγούστου 1898, επέβαλε τον δραματικό επίλογο μιας μακρόχρονης και απάνθρωπης δουλείας. Ο ανταποκριτής γερμανικής εφημερίδας Max δημοσίευσε σχετικό για την Κρήτη σχόλιο με το ακόλουθο περιεχόμενο: «Η εκ Κρήτης απέλευσις τών Τούρκων στρατιωτών καί υπαλλήλων είναι πλέον τετελεσμένον γεγονός καί τη 23η Ὀκτωβρίου (4 Νοεμβρίου έ. έτους), κατελύθη πράγματι τό επί τής νήσου κράτος τής ημισελήνου:

-- Ἐπί τών Χανίων ἐκυμάτισεν

ἡ τουρκική σημαία ἀπό τās 20

Αυγούστου 1645, ἤτοι ἐν ὅλῳ 253 έτη.

-- Ἐπί τοῦ Ηρακλείου 229 έτη.

-- Ἐπί τοῦ βράχου τής Γραμβούσης 195.

-- Ἐπί τοῦ πύργου τής Σπιναλόγκας καί τής Σούδας 171.

Οἱ ἐξὶ πελέκεις οἱ σωζόμενοι ἐπὶ τών τειχῶν τοῦ Ηρακλείου, εἰς ἀνάμνησιν τής ἐφόδου τής 27ης Σεπτεμβρίου 1669, κατερρίφθησαν, ἐξηφανίσθησαν τὰ ἐμβλήματα τοῦ κυριάρχου καί οἱ μαρμάρινοι λέοντες οἱ ἐπισκοπούντες ἀπό τών χρόνων τών Βενετῶν τās ὑπὸ τούς πόθους τών μεταβολās, δέν βλέπουνσι πλέον ἐνοπλους τούς μουσουλμάνους, τούς νικήσαντας ποτέ τήν ὑπερήφανον δημοκρατίαν».

Ο Βίκτωρ Ουγκώ, κορυφαίος εκπρόσωπος του γαλλικού πνεύματος της εποχής, ασχολήθηκε με το Κρητικό Ζήτημα γράφοντας σχετικά:

«Τίνος ἔνεκεν ἔξανέστη ἡ Κρήτη; Διότι ὁ μέν Θεός ἐπλάσεν αὐτήν τόν κάλλιστον τόπον τής οἰκουμένης, οἱ δέ Τούρκοι τόν ἀνέδειξαν τόν ἀθλιότερον. Διότι ἔχει προϊόντα, ἀλλ' οὐδέν ἐμπόριον Πόλεις, ἀλλ' οὐδεμίαν οδόν. Λιμένας, ἀλλ' οὐδένα ἀσφαλῆ ὄρμον. Ποταμούς, ἀλλ' οὐδεμίαν γέφυραν. Παιδας, ἀλλ' οὐδεμίαν σχολήν. Ἡλιον, ἀλλ' οὐδέν φῶς. Οἱ Τούρκοι φέρουσι τήν νύκτα.. Ἐξανέστη, διότι ἡ Κρήτη εἶναι Ἑλλάς καί οὐχί Τουρκία. Επειδή ὁ ξένος καθίσταται ἀφόρητος. Επειδή ὁ καταθλίβων ὢν ὁμοφυλος τῷ καταθλιβομένῳ ἀποβαίνει μισητός, μή ὁμοφυλος δέ ὢν, φρικαλέος. Επειδή δεσπότης βαρβαροφωνῶν ἐν τῇ πατρίδι τοῦ Μίνως καί Ἑτεάρχου εἶναι ἀδύνατος».

Ο Κρητικός στοχαστής του πνεύματος, ο Νίκος Καζαντζάκης, περικλείει σε λίγες γραμμές τον μεγαλειώδη αγώνα των Κρητικών όταν γράφει: «... Εἶναι λαοί κι ἄνθρωποι πού φωνάζουν το Θεό με προσευχή καί μέ κλάματα» ἡ μέ τήν εγκαρτέρηση καί τή φρόνιμη ἀπαντοχή ἡ μέ βλαστήμιες. Οἱ Κρητικοί μέ τό τουφέκι. Στέκονται ἀπόξω ἀπό τήν πόρτα τοῦ Θεοῦ καί βροντοῦν τό τουφέκι ν' ἀκούσει. «Ἀνταρσία!» ουρλιάζει ὁ Σουλτάνος πού ἀκούει πρῶτος τήν τουφεκιά καί ξαποστέλνει φρενιασμένους πασάδες, νιζάμηδες καί παλούκια. «Αυθάδεια» φωνάζουν οἱ Φράγκοι

κι ἀμολνοῦν τ' ἀσπαλένια θωρακωτά τους νά ριχτοῦν ἀπάνω στή μικρή βαρκούλα πού χαροπαλεύει ἀνάμεσα στήν Ευρώπη, τήν Ἀσία καί τήν Ἀφρική. «Υπομονή, φρονιμάδα, μή μέ βάλετε στά αἷματά!» παρακαλιέται ἡ φτωχομάνα ἡ Ελλάδα καί τρέμει.

«Ἐλευθερία ἡ Θάνατος ἀποκρίνονται οἱ Κρητικοί καί βροντοῦν τήν πόρτα τοῦ Κυρίου...» Με τήν Ἀυτονομία καί τήν Ἀρμοσσία τοῦ Πρίγκιπα Γεωργίου ἔσπασαν τὰ δεσμοῦ τής τουρκικῆς δουλείας. Μόνο μια τουρκική σημαία ἀπό λευκοσίδερο ἔμεινε στο νησάκι τής Σούδας, σύμβολο τής δῆθεν τουρκικῆς επικυριαρχίας στήν Κρήτη. Ἐτσι ἔπειτα ἀπό σκληροῦς ἀγῶνες καί αιματηρές θυσιές καί με τήν ἐνεργοποίηση ἐπιτέλους τών Μ. Δυνάμεων ἀνοίγεται ὁ δρόμος τής Ἀυτονομίας καί τής Ἑνώσεως τής Κρήτης με τήν Ελλάδα. Παρά τήν διαμαρτυρία τής Πύλης 9 Δεκεμβρίου 1898 ἔφθασε στα Χανιά ὡς Ὑπατος Ἀρμοστής ὁ Πρίγκιπας Γεώργιος.

Ἡ μακράωνη περίοδος τής Τουρκικῆς δουλείας εἶχε τελειώσει. Τον Ἰανουάριο τοῦ 1899 ὁ Ἐπίσκοπος Πέτρος Τίτος ἔγραφε: «...δυνάμεθα καί ἡμεῖς οἱ Κρητικοί νά ὀνομάσομεν εαυτούς με τό γλυκύτατον ὄνομα ἐλευθέρους».

Γραφή συγκλονιστική τοῦ ἱεράρχου. Τον Μάρτιο



τοῦ 1899, ὁ Ὑπατος Ἀρμοστής ἐπισκέφθη το Ηρακλειο. Τα ἶχνη τής καταστροφῆς στήν οδὸ τών Μαρτύρων 25ης Αυγούστου ἐμφανέστατα στήν φωτογραφία εἰκ.7

Ἀποκαλυπτική προθέσεων καί σκοπιμοτήτων εἶναι ἡ θέση τοῦ Ἀγγλοῦ Προξένου Biliotti ,ὅπως διατυπώθηκε, λίγες ἡμέρες μετὰ τήν τελευταία ΕΚΑΤΟΜΒΗ τῆς 25 ἡς Αυγούστου 1898,κατὰ τήν συνάντηση Κούνδουρου- Biliotti ἔξω ἀπό το Ηράκλειο. Αὐτοῦσιο κείμενο ἀπό το ἡμερολόγιο τοῦ Μανούσου Κούνδουρου: «...Μετά ταῦτα ἀπεμακρύνθημεν μετὰ τοῦ Biliotti ἀπό τόν τόπο ὅπου ἴσαντο οἱ λοιποί καί τῷ εἶπα: --- "Βεβαίως ὕστερα ἀπό τὰ συμβάντα τοῦ Ηρα-

κλείου ἡ θέσις σας μετεβλήθη".

---"Βέβαια" εἶπεν, ἀλλά οφείλετε νά γνωρίζετε τὴ ἀκριβῶς συμβαίνει. Οἱ Τούρκοι ἐπυροβόλησαν ἔξωθι τοῦ τελωνείου καί ἐφόνευσαν τὸν ἀξιωματικόν καί δέκα ἐπτὰ ἄγγλους στρατιώτας, εἰς τοὺς φόνους τῶν δε συνένοχος εἶναι καί ὁ τουρκικὸς στρατὸς, διότι καί οὗτος, ἀντὶ νά υπερασπίσῃ τὸν ἀγγλικὸν στρατὸν ἐκ τῆς ἐπιθέσεως τῶν βασιμπουζούκων, ἐπυροβόλησε κατὰ τούτου καί ἡ προσβολὴ τοῦ τουρκικοῦ στρατοῦ ἐναντίον τοῦ ἀγγλικοῦ στρατοῦ φέρει ἄλλα ἀποτελέσματα. Ὅστε, ὅτι οἱ μουσουλμάνοι προέβησαν μετὰ τὴν προσβολὴν κατὰ τοῦ ἀγγλικοῦ στρατοῦ, καί εἰς τὴν σφαγὴν τῶν χριστιανῶν κατοίκων τῆς πόλεως, τούτο δὲν θὰ εἶχε πολιτικὴν σημασίαν καί δὲν θὰ μετέβαλλε τὰ πράγματα. Θὰ ἐγίνετο εἰς πολιτικὸς συμψηφισμὸς τῶν ἐκατὼν ἐξήκοντα χριστιανῶν Ηρακλειωτῶν εἰς τοὺς οκτακόσιους πεντήκοντα μουσουλμάνους τῆς Σητείας, ἀφοῦ μάλιστα πολλοὶ φονεῖς τῶν χριστιανῶν τοῦ Ηρακλείου εἶναι συγγενεῖς τῶν ἐν Σητεία σφαγέντων το παρελθόν ἔτος μουσουλμάνων"...».

Αὐτὴ ἦταν ἡ ἀποψη τοῦ Βρετανοῦ διπλωμάτη. Οἱ ἐξελίξεις στήν Διεθνή σκακιέρα καθορίζοντο καί καθορίζονται ἀπὸ το συμφέρον τοῦ ἐκάστοτε δυνατοῦ. Καί τότε καί τώρα.

Στο Ηράκλειο ἀναφέρονται φονευθέντες 18 Ἀγγλοι Ἡ βορεία κατὰληξη τῆς Οδοῦ 25ης Αυγούστου ὀνομάζεται πλατεία 18 Ἀγγλων. Ἡ φίλη κ. Ἀννα Μαρκοδημητράκη -Συγγελάκη, νομικός, καθηγήτρια στο Πανεπιστήμιο τοῦ Southampton, ἐνετόπισε καί μου διαβίβασε φωτογραφίες τῆς ἀναθηματικῆς στήλης εἰκ.8 στον καθεδρικό ναό τοῦ St.Giles εἰκ.9, στο Εδιμβούργο τῆς Σκωτίας.



Εἰκ.8

Ορισμένα ὀνόματα τῆς ἀναθηματικῆς στήλης ἡ κ.Μαρκοδημητράκη βρήκε σε ἐπιτύμβιες στήλες στον περίβολο τοῦ Νεκροταφείου Α. Κωνσταντίνου, στον χώρο τῆς μεταταφῆς τῶν σφαγιασθέντων. Φαίνεται ἦταν Σκωτσέζοι



Εἰκ.9

ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΕΣ ΞΕΝΑΓΗΣΕΙΣ από την κα Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη



Μοροζίνι, του Αγίου Μάρκου, της Λότζιας και της Κρήνης Σαγκρέντο, επισκεφθήκαμε την Αμνισό, το Μέγαρο Νίρου και τη Γκουβερνιώτισσα, ακολουθήσαμε τη μοναδική διαδρομή προς την Αγία Τριάδα, βρεθήκαμε στο Μινωικό Ανάκτορο Μαλίων και ολοκληρώσαμε το ταξίδι μας στις Μινωικές Οικίες της Τυλίσου.

Ιδιαίτερες και εγκάρδιες ευχαριστίες απευθύνουμε στην κα. Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη, η οποία για ακόμη μία χρονιά προσέφερε εθελοντικά τις γνώσεις, την εμπειρία και την αγάπη της για την ιστορία και τον πολιτισμό του τόπου μας. Με τον μοναδικό τρόπο που αφηγείται και αναδεικνύει την ιστορία, κατάφερε να μετατρέψει κάθε ξενάγηση σε μια ξεχωριστή εμπειρία γνώσης και βιωματικής μάθησης.

Θερμά ευχαριστούμε επίσης όλους τους συμμετέχοντες που στήριξαν με την παρουσία τους αυτή την προσπάθεια. Η ανταπόκρισή σας επιβεβαιώνει ότι υπάρχει πραγματικό

ενδιαφέρον για τη γνωριμία με την ιστορία και την πολιτιστική κληρονομιά μας.

Οι εθελοντικές ξεναγήσεις αποτελούν μια πολύτιμη δράση, καθώς μας δίνουν την ευκαιρία να ανακαλύπτουμε την Κρήτη μέσα από μια διαφορετική ματιά και να καλλιεργούμε την ιστορική μας συνείδηση.

Συνεχίζουμε το ταξίδι στην ιστορία και τον πολιτισμό της Κρήτης

Για ακόμη μία χρονιά, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου έχει τη χαρά και την τιμή να προσφέρει στα μέλη και στους φίλους του ένα ξεχωριστό πρόγραμμα πολιτιστικών ξεναγήσεων, με την πολύτιμη και ανιδιοτελή εθελοντική προσφορά της κας Αθηνάς Κυριακάκη Σφακάκη.

Με τη γνώση, την αγάπη και το μοναδικό της τρόπο να ζωντανεύει την ιστορία και τον πολιτισμό του τόπου μας, η κα. Σφακάκη θα μας ταξιδέψει και φέτος σε σημαντικά μνημεία, μουσεία και ιστορικούς χώρους της Κρήτης.

Οι ξεναγήσεις δεν αποτελούν απλώς μια ευκαιρία να γνωρίσουμε καλύτερα την ιστορία του νησιού μας. Είναι μια αφορμή να περπατήσουμε σε τόπους που συχνά προσπερνάμε, να ανακαλύψουμε άγνωστες πτυχές της κρητικής ιστορίας και να δούμε με διαφορετικό μάτι την πολιτιστική μας κληρονομιά.

Το πρόγραμμα των ξεναγήσεων

- **15 Νοεμβρίου 2026** - Μινωικό Ανάκτορο Κνωσού
- **28 Νοεμβρίου 2026** - Μουσείο Χριστιανικής Τέχνης Αγίας Αικατερίνης
- **12 Δεκεμβρίου 2026** - Ηράκλειο – Μαργαρίτες – Μουσείο Ελευθέρας – Μονή Αρκαδίου – Ρέθυμνο
- **23 Ιανουαρίου 2027** - Πλατεία 18 Αγγλων – Φρούριο Κούλες
- **27 Φεβρουαρίου 2027** - Πλατεία Ελευθερίας – Άγαλμα Βενιζέλου – Πύλη Αγίου Γεωργίου – Τάφος Προμαχώνα Σαμπιονάρα – Νεώρια
- **22 Μαΐου 2027** - Πύλη Μακάση – Πύλη Βηθλεέμ – Πύλη Παντοκράτορα
- **12 Ιουνίου 2027** - Ηράκλειο – Υστερομινωικό Νεκροταφείο Αρμένων Ρεθύμνου – Σπήλι – Αγία Γαλήνη – Ηράκλειο

Η ακριβής ώρα έναρξης κάθε ξενάγησης θα ανακοινώνεται εγκαίρως από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης του Συλλόγου:

Facebook: Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου

Instagram: @polsyllaigianni

Viber: μέσω του καναλιού του Συλλόγου

Σας περιμένουμε να συνεχίσουμε μαζί αυτό το όμορφο ταξίδι στη γνώση, την ιστορία και τον πολιτισμό της Κρήτης!



ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΠΟΛΙΟΥΧΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΗ

Επιμέλεια: Χρονάκη Νεκταρία
Μέλος Δ.Σ. του Συλλόγου

Το προάστιό μας γιορτάζει με ιδιαίτερη λαμπρότητα τη μνήμη του Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου και Βαπτιστή, πολιούχου του τόπου μας, γνωστού και ως Αϊ-Γιάννης ο Ριγολόγος.

Με μεγαλοπρέπεια γιορτάστηκε και φέτος, στις **29 Αυγούστου**, η εορτή της Αποτομής της Τιμίας Κεφαλής του **Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου**,

μέσα σε κλίμα βαθιάς κατάνυξης και ευλάβειας. Με τη συμμετοχή πλήθους πιστών τελέστηκε η πανηγυρική Θεία Λειτουργία, χοροστατούντος

του **Σεβασμιωτάτου Αρχιεπισκόπου Κρήτης κ.κ. Ευγενίου**. Πλήθος κόσμου προσήλθε για να προσκυνήσει την Ιερή Εικόνα του Αγίου,

σε μια ιδιαίτερα κατανυκτική ατμόσφαιρα. Την παράδοση και την πολιτιστική μας κληρονομιά τίμησαν οι χορευτές του τμήματος Κρητικών Χορών του Συλλόγου μας, με τις παραδοσιακές κρητικές φορεσιές τους.

Η χάρη του Αγίου Ιωάννη του Ριγολόγου να μας προστατεύει, να μας φωτίζει και να χαρίζει σε όλους υγεία, δύναμη και ευλογία!



Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου τιμά την παράδοση και τα έθιμα

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΗΣ ΣΤΑΥΡΟΠΡΟΣΚΥΝΗΣΕΩΣ ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΩΝ ΒΑΪΩΝ ΜΕΓΑΛΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ



Η **Κυριακή της Σταυροπροσκυνήσεως** είναι η τρίτη Κυριακή της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, κατά την οποία τιμάται ο Σταυρός, το σύμβολο της χριστιανικής πίστης, και οι πιστοί προσκυνούν τον Σταυρό, παίρνοντας δύναμη για να συνεχίσουν την πορεία τους προς το Πάσχα. Στην Κρήτη συνδέεται με το όμορφο έθιμο των ροδαριών (αροδαριών). Ετσι και εμείς, μια όμορφη παρέα από μικρούς και μεγάλους μαζεύτηκε και με πολλή αγάπη ετοίμασε τις ροδαρές που δόθηκαν στους πιστούς στην εκκλησία του προαστίου μας του Αη-Γιάννη, Τέτοιες στιγμές μας θυμίζουν πόσο όμορφο είναι

να μαζευόμαστε όλοι μαζί και να κρατάμε ζωντανά τα όμορφα έθιμα μας.

Κυριακή των Βαΐων: Τιμάται η θριαμβευτική είσοδος του Ιησού Χριστού στα Ιεροσόλυμα, όπου ο λαός Τον υποδέχθηκε κρατώντας βάγια. Η ημέρα αυτή σηματοδοτεί και την είσοδο στη Μεγάλη Εβδομάδα, την εβδομάδα των Παθών του Χριστού, στην πιο κατανυκτική περίοδο της Ορθοδοξίας, γεμάτη συμβολισμούς, παράδοση και βαθιά πίστη. Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου τιμώντας την παράδοση ετοίμασε και φέτους τα βάγια για τους πιστούς της εκκλησίας

του Αγίου Ιωάννη ευχόμενους σε όλους καλή και ευλογημένη Μεγάλη Εβδομάδα.

Η Μεγάλη Παρασκευή είναι μια από τις πιο σημαντικές ημέρες της Μεγάλης Εβδομάδας. Την ημέρα αυτή οι Χριστιανοί τιμούν τη Σταύρωση και την ταφή του Ιησού Χριστού.

Είναι ημέρα βαθιάς κατάνυξης και περισυλλογής. Με σεβασμό και ευλάβεια, όπως κάθε χρόνο, μέλη του Πολιτιστικού Συλλόγου συμμετέχουν στην ψαλμωδία των Ιερών Εγκωμίων του Επιταφίου, τιμώντας το Θείο Πάθος.



ΚΑΥΣΙΜΑ & ΕΡΓΗ

AutoGas Διανομή Πετρελαίου Θέρμανσης

Τ: 2810 325565
Φ: 2810 241296

www.envirol.gr
info@envirol.gr

Πρατήριο Υγρών Καυσίμων
Λιπαντικά Μαυράκης Χαράλαμπος & Σια ΕΕ
Νεκ. Κρασοδάκη ο.τ. 25 Ηράκλειο Κρήτης



Λεωφ. Κνωσού 244

Για παραγγελίες take away:
2810 214 900

Ομιλία π. Λίβου



«...Ο ΘΕΟΣ ΠΕΡΠΑΤΑΕΙ ΜΑΖΙ ΜΑΣ ΣΤΟ ΣΚΟΤΑΔΙ...»

Με πολλή χαρά και συγκίνηση υποδεχτήκαμε στον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννου τον π. Χαράλαμπο Λίβυο Παπαδόπουλο, ο οποίος μας τίμησε με την παρουσία του και μοιράστηκε μαζί μας μια βαθιά πνευματική ομιλία γύρω από την πίστη, την εσωτερική ενδυνάμωση και τον τρόπο που μπορούμε να σταθούμε με περισσότερη γαλήνη και νόημα μέσα στην καθημερινότητά μας.



Ένα πράγμα πριν κοιμηθούμε, προσευχή !!!

Να μη μένεις μόνος.. μέσα στο σκοτάδι πρέπει να έχεις παρέα

Στο σκοτάδι και στον πειρασμό θέλεις ένα χέρι να είναι δίπλα σου

Μη βιάζεσαι να βράξεις συμπεράσματα... μην απογοητεύεσαι

Την ώρα της δυσκολίας μην παίρνεις μεγάλες αποφάσεις.. άσε να περάσει η καταιγίδα... ο Θεός ετοιμάζει για σένα όμορφα πράγματα

Κράτα την προσευχή σου ας είναι κ μια φράση. Όταν είσαι στη δυσκολία μπορεί να μην μπορείς να πεις πράγματα στο Θεό κάνε το σταυρό σου και έχει εμπιστοσύνη στο Θεό

Μη ζητάς απάντηση.. μη ρωτάς γιατί... έχει μαζί σου το Θεό κ όλα καλά θα πάνε ζέμισε από την παρουσία του Θεού.

Προσευχή σημαίνει ξεχυνώνομαι είμαι ειλικρινής, νιώθω το Θεό δίπλα μου τον καλώ να είναι δίπλα μου .

Προσευχή μπορεί να μην πεις κ ζίποζε μόνο να κοιτάς το Θεό.

Με αισθήματα βαθιάς ευγνωμοσύνης και εκτίμησης τον ευχαριστήσαμε για την παρουσία και τον χρόνο που μας αφιέρωσε, τον χαρισματικό και φωτισμένο λόγο του, τη ζεστασιά καθώς και για τα τόσο ουσιαστικά λόγια που άγγιξαν όλους όσους παρευρέθηκαν. Μέσα από τις σελίδες της ζωής, και των βιβλίων του διδάσκει την

αγάπη, την ελπίδα και την πίστη, εμπνέοντάς μας να πορευόμαστε μέσα στις δυσκολίες της ζωής και να αντιμετωπίζουμε κάθε σκοτάδι με οδηγό το φως και την αλήθεια του Θεού. Ένα μεγάλο ευχαριστώ επίσης σε όλους εσάς που ήρθατε, συμμετήχατε και αγκαλιάσατε τη δράση μας με την παρουσία σας.



Ο πρωτοπρεσβύτερος Χαράλαμπος Παπαδόπουλος ή «π.Λίβυος» γεννήθηκε το 1975 στο Ηράκλειο Κρήτης. Φοίτησε στην Ιερατική Σχολή Τήνου, στην Ανωτάτη Εκκλησιαστική Ακαδημία Κρήτης, στην Θεολογική Σχολή Θεσσαλονίκης και στο Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Ως συγγραφέας και ομιλητής ασχολείται με θέματα πνευματικής αυτογνωσίας και θεραπείας που έχουν βάση τους την Ορθόδοξη Χριστιανική πνευματικότητα καθώς δε και τις σύγχρονες σχολές ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας. Έχει συγγράψει 13 βιβλία και έχει συμμετάσχει σε πολλούς συλλογικούς τόμους. Αρκετά από τα βιβλία, κείμενα και ομιλίες του, έχουν μεταφραστεί στα Ρωσικά, Ρουμανικά, Σερβικά, Βουλγαρικά, Γεωργιανά, Ουγγρικά. Σήμερα ζει στην νότια Κρήτη, στο χωριό Πύργος Μονοφατισίου, και είναι εφημέριος στην Ενορία Αγ. Ειρήνης Πύργου της Ι.Μ. Γορτύνης και Αρκαδίας. Είναι έγγαμος και έχει τρία παιδιά.



ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΑΚΡΩΝ - ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ & MASSAGE
Ιωνος 5 & Κλεισούρας γωνία - ΤΗΛ. 6937480539



Κεντρικό κατάστημα: Καρτερού 3, κεντρική παραγορά
Τηλ.: 2810 286 275 - Κιν.: 6944 263 067, 6986 924 410
Υποκατάστημα: Α. Παπαναστασίου 135
Τηλ.: 2810 361 047 - Κιν.: 6944 263 067
Υποκατάστημα: Α. Κνωσού 224
Τηλ.: 2810 220 511 - Κιν.: 6944 263 067

www.kanelos.gr
info@kanelos.gr

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΚΥΚΛΑΔΙΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Βασαλάκη Ιωάννα μέλος του πολιτ.συνλόγου Αγ.Ιωάννου

Το πολύχρωμο μωσαϊκό της κουζίνας Κυκλάδων διαμορφώθηκε σε εποχές που το κάθε νησί ήταν, όσο γινόταν, διατροφικά αυτόνομο καθώς η κουζίνα του βασιζόταν κυρίως σε ιδιοπαραγόμενα προϊόντα και σε προϊόντα που προέρχονταν από τα πλησιέστερα νησιά. Πρόκειται, λοιπόν, για παλιές, παραδοσιακές κυκλαδίτικες συνταγές, που μεταδίδονταν από γενιά σε γενιά. Με αυτόν τον τρόπο διασώθηκαν μέχρι τις μέρες μας. Στην ιδιαιτερότητα της γεύσης τους, βέβαια, παίζει καθοριστικό ρόλο η χρήση φρέσκων, εποχιακών υλικών από τους τοπικούς παραγωγούς, καθώς και οι μέθοδοι του μαγειρέματός τους, οι μικρές «χειρονομίες» της κουζίνας που μεταδίδονται από γενιά σε γενιά, αφηγούμενες την ιστορία του νησιού και ορίζοντας τη γευστική του ταυτότητα. Τα φρέσκα κρεμμυδάκια και ειδικά τα πράσινα φύλλα τους χρησιμοποιούνται πολύ στα νησιά του Αιγαίου και μαγειρεύονται σε πίτες, ομελέτες και



μαγειρευτά φαγητά.

Δυσόσμος φρέσκος και μάραθος είναι απαραίτητος στις πίτες τους Αιγαίου. Μάλιστα στις αρχές του καλοκαιριού που ο φρέσκος άγριος μάραθος είναι σε αφθονία, τον μαζεύουν, τον αποξηραίνουν ή τον διατηρούν στην κατάψυξη.

Οι πίτες του Αιγαίου γίνονται συνήθως με 2 χοντρά χωριάτικα φύλλα. Δηλαδή κάθε πίτα έχει 1 χοντρό χωριάτικο φύλλο πάνω, 1 χοντρό χωριάτικο φύλλο

κάτω και στη μέση μπαίνει η γέμιση. Θα βρείτε όμως και πίτες με 4 πιο λεπτά φύλλα. Δηλαδή 2 χωριάτικα φύλλα πάνω, 2 χωριάτικα φύλλα κάτω και στη μέση η γέμιση. Ανοίξετε τη ζύμη για το χωριάτικο φύλλο σε δυο χοντρά φύλλα ή σε 4 πιο λεπτά χωριάτικα φύλλα. Εναλλακτικά χρησιμοποιούμε έτοιμα χωριάτικα φύλλα η 2 έτοιμα φύλλα κουρού.

Συνήθως οι γεμίσεις στις πίτες του Αιγαίου είναι ωμές. Δηλαδή δεν μαγειρεύονται πριν μπουν μέσα στα φύλλα. Σπάνια θα δείτε πίτα κυκλαδίτικη να έχει γέμιση μαγειρεμένη εκτός αν πρόκειται για γλυκιά συνταγή. Ένα εκλεκτό παραδοσιακό πιάτο των κυκλάδων είναι η κρεμμυδόπιτα της Μυκόνου.

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΡΕΜΜΥΔΟΠΙΤΑ ΜΥΚΟΝΟΥ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Υλικά

6 χωριάτικα φύλλα (ή δυο παραδοσιακά χοντρά φύλλα) - 1/3 φλ.ελαιόλαδο για τα φύλλα. Λίγο νερό Λίγο σουσάμι, προαιρετικά

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

1 kg τυροβολιά Μυκόνου, (ή φρέσκια μυζήθρα ή ανθότυρο ή μίξη τυριών) - 3-4 αυγά - 10 φρέσκα κρεμμυδάκια (τρυφερά με τα πράσινα φύλλα τους) - 2 μέτρια κρεμμύδια ξερά (ψιλοκομμένα) - 2 φωλιές φιδέ ψιλό - 1/2 ματσ. άνηθο - 1/2 φρέσκο δυόσμο - 1/2 μάραθο - Αλάτι - Φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

Μπορείτε να φτιάξετε το δικό σας χωριάτικο φύλλο. Λιώνουμε την τυροβολιά και τα υπόλοιπα τυριά με πιρούνι σε ένα μπολ. Προσθέτουμε τα βότανα, αλατοπίπερο και τον σπασμένο φιδέ. Διαλέγουμε τρυφερά φρέσκα κρεμμυδάκια. Αν είναι πολύ μεγάλα, βάλτε τα μισά. Θα χρησιμοποιήσουμε και τα πράσινα φύλλα τους. Ψιλοκόβουμε τα φρέσκα και τα ξερά κρεμμύδια. Τα προσθέτουμε στο τυρί. Χτυπάμε τα αυγά με το λάδι σε ένα μπολ και τα προσθέτουμε στα τυριά. Με ένα κουτάλι ανακατεύουμε τη γέμιση. Αν έχετε φρέσκο μάραθο, τον βάζετε γιατί κάνει την πίτα μαγική. Γενικά στα νησιά του Αιγαίου χρησιμοποιούμε πολύ τον μάραθο και το φρέσκο δυόσμο, ειδικά στις πίτες. Αλλιώς, βάζουμε λίγο παραπάνω άνηθο. Σε λαδωμένο ρηχό ταψί 40 εκατ. για πίτα, στρώνουμε ακτινωτά 3 φύλλα λαδώνοντάς τα ενδιάμεσα. Αδειάζουμε μέσα τη γέμιση και στρώνουμε τα υλικά με ένα κουτάλι. Γυρίζουμε τις άκρες των φύλλων που εξέχουν πάνω στη γέμιση. Σκεπάζουμε την πίτα με τα υπόλοιπα φύλλα. Τα στρώνουμε τσαλακωμένα και ραντίζουμε ελαιόλαδο ανάμεσα στα φύλλα. Τρυπάμε όλη την επιφάνεια της πίτας και τη χαράζουμε επιφανειακά. Περιχύνουμε με το υπόλοιπο ελαιόλαδο κι ελάχιστο νερό, ραντίζοντας την επιφάνεια. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 180 °C στις αντιστάσεις (πάνω και κάτω) για περίπου 1 ώρα, μέχρι να ροδίσει η κρεμμυδόπιτα πάνω και κάτω. Για πιο τραγανό αποτέλεσμα, ψήνω για 20 λεπτά μόνο στην κάτω αντίσταση. Αφήνω την πίτα να σταθεί για 15 λεπτά και να τραβήξει τα υγρά της. Έτσι το φύλλο θα παραμείνει τραγανό μέχρι την τελευταία μπουκιά.

Tips

- Η τυροβολιά Μυκόνου είναι η φρέσκια μυζήθρα που παράγεται στη Μύκονο από το στάδιο της πρώτης τυροκόμησης και παίρνει το όνομα της από το καλαθάκι "τυροβόλι" που σουρώνει το φρέσκο τυρί.
- Το τυρί αυτό γίνεται κρεμμυδόπιτα αλλά και μελόπιτα ένα υπέροχο παραδοσιακό Μυκονιάτικο γλυκό με ωραίο παραδοσιακό φύλλο, μέλι, κανέλα και αυγά.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

χονδρική - λιανική

... με το γάντι

χαρτικά
απορρυπαντικά
είδη συσκευασίας

Ανέστης Παλιούρας
Κλειώ Μελισσουράκη

Λ.Κνωσσού 304, Ηράκλειο Κρήτης
Τ.2810 361.764 Κ.6937 300635

ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΜΕΛΟΣ
ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ
ΕΛΛΑΔΟΣ

Ελευθερία Ι. Χούμα, SLT
Λογοθεραπεύτρια Πτυχιούχος Α.Τ.Ε.Ι.
Διαταραχές λόγου και ομιλίας • Μαθησιακές δυσκολίες

6948 505765
eleftheria_ch@hotmail.com
Χούμα Ελευθερία λογοθεραπεύτρια

Αξιολόγηση • Θεραπεία
Συμβουλευτική

Βυνιχάκης
ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ

Μανώλης Βυνιχάκης

Λ. Κνωσσού 213Α, Ηράκλειο
Τ.2810 202039, 6977661709 mvinihakis@gmail.com

13ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ, ΕΝΑ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΝΟΙΧΤΟ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Η σχολική χρονιά 2025-2026 ήταν για το 13ο Γυμνάσιο Ηρακλείου μια χρονιά γεμάτη δράσεις, συνεργασίες και εμπειρίες. Μια χρονιά κατά την οποία το σχολείο μας άνοιξε τις πόρτες του στη γειτονιά, στην πόλη και στην κοινωνία, δίνοντας στους μαθητές ευκαιρίες να μάθουν όχι μόνο μέσα από τα βιβλία, αλλά και μέσα από τη συμμετοχή και την προσφορά.

Σε αυτή τη διαδρομή, ξεχωριστή θέση είχε η **συνεργασία μας με τον Πολιτιστικό Σύλλογο** της περιοχής. Η φύτευση σπόρων στον σχολικό λαχανόκηπο έδωσε στα παιδιά την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με τη γη και να παρακολουθήσουν από κοντά τον κύκλο της καλλιέργειας. Παράλληλα, για 3η χρονιά συμμετείχαμε στη «Λεωφόρο των Αστεριών», βάζοντας το λιθαράκι μας στην όμορφη γιορτινή δράση που διοργάνωσε ο Πολιτιστικός Σύλλογος πριν τα Χριστούγεννα. Τέλος, στο Αθλητικό Πάρκο του Αγίου Ιωάννη, μαθητές και εκπαιδευτικοί έπαιξαν «Παιχνίδια μιας άλλης εποχής», στο πλαίσιο της φιλοξενίας μαθητών **Erasmus** από το εξωτερικό.

Εξίσου, όμως, σημαντικό κομμάτι της σχολικής ζωής αποτέλεσε ο **εθελοντισμός**. Οι μαθητές μας, ως ενεργοί πολίτες, έμαθαν να προσφέρουν έμπρακτα σε ανθρώπους που χρειάζονται στήριξη, συλλέγοντας τρόφιμα, είδη προσωπικής υγιεινής και τροφές για αδέσποτα, τα οποία προσέφεραν σε φορείς όπως «Το Χαμόγελο του Παιδιού», Α.Τ.Α.Χ.Τ.Ο.Ι και το Κυνοκομείο Ηρακλείου. Επίσης, με τα χρήματα που συγκεντρώθηκαν από το Χριστουγεννιάτικο παζάρι πραγματοποίησαν δωρεά στην Παιδοογκολογική Κλινική του ΠΑΓΝΗ. Η **δράση αλληλεγγύης** ενισχύθηκε για ακόμα μία χρονιά μέσα από τη συνεργασία μας με το δίκτυο σχολείων «ΕΛΑ ΜΑΖΙ ΜΑΣ».

Παράλληλα, υλοποιήθηκαν ποικίλες **περιβαλλοντικές και πολιτιστικές δράσεις, μαθητικές πεζοπορίες, εκπαιδευτικές επισκέψεις, ταξίδια στο εσωτερικό και το εξωτερικό, καθώς και προγράμματα eTwinning και Erasmus**. Η σχολική καθημερινότητα εμπλουτίστηκε ακόμα περισσότερο μέσα από διαγωνισμούς, τη λειτουργία ομάδας podcast, αλλά και τη δημιουργία ομάδας διαμεσολάβησης από μαθητές για τη βελτίωση του σχολικού κλίματος.

Στόχος μας και για τη νέα σχολική χρονιά είναι το σχολείο να συνεχίσει να αποτελεί έναν **ζωντανό οργανισμό** σε άμεση σύνδεση με την κοινωνία. Έναν χώρο όπου τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται, να δημιουργούν, να προσφέρουν και να αισθάνονται ότι αποτελούν ενεργό κομμάτι του τόπου τους.





12 Χρόνια Κοντά σας!

Βρεφική Παιδική Ένδυση

Λεωφ. Κνωσσού 222, Τηλ. 2810234595

Follow us - **Fraoula kerasi kids fashion** 

Ευχαριστούμε για την εμπιστοσύνη σας!



ΛΕΩΦ. ΚΝΩΣΟΥ 213 - ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

ΤΗΛ.: 2810 213221, 6972 284104, 6970 418588



ΑΘΑΝΑΣΑΚΗΣ ΒΕΝΕΡΑΚΗΣ

Λ.Κνωσού 157, Ηράκλειο

τ. 2810 210065, κ. 6944 444989, 6972 845139

info@cargroup.gr - www.cargroup.gr

ΠΩΣ Η ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΠΛΟΠΟΙΗΣΕΙ ΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ

Επιμέλεια: Βαλάντης Θεοδοσάκης



Στον Άγιο Ιωάννη, όπου η ζωή ακολουθεί τον ρυθμό των εποχών — τη συγκομιδή της ελιάς, το πότισμα του μπουστάνιου, τη φροντίδα της οικογένειας— η «Τεχνητή Νοημοσύνη» (AI) μοιάζει κάτι μακρινό και ψυχρό. Στην πραγματικότητα όμως είναι ένα απλό εργαλείο που μπορεί να μας εξυπηρετήσει χωρίς να χρειαστεί να γίνουμε ειδικοί υπολογιστών. Αρκεί να το φανταστούμε σαν έναν ευγενικό βοηθό μέσα στο κινητό μας, στον οποίο μιλάμε σαν σε γείτονα.

1. **Ο βοηθός στην κουζίνα.** Όταν το ψυγείο έχει λίγα υλικά και δεν ξέρουμε τι να μαγειρέψουμε, μπορούμε να ρωτήσουμε φωνητικά μια εφαρμογή όπως το ChatGPT —π.χ. «έχω χόρτα, αυγά και μυζήθρα, τι να φτιάξω;»— και να πάρουμε άμεσα μια συνταγή βήμα-βήμα. Έτσι μειώνεται η σπατάλη τροφίμων και βρίσκουμε ιδέες κοντά στην κρητική κουζίνα.

2. **Ο «πρακτικός» γιατρός του μπουστάνιου.** Όταν τα φυτά ή τα δέντρα δείχνουν σημάδια ασθένειας, μια φωτογραφία μέσω εφαρμογής AI (όπως το Google Lens) μπορεί να δώσει μια πρώτη διάγνωση και συμβουλή, εξοικονομώντας χρόνο μέχρι να συμβουλευτούμε τον ειδικό για σοβαρότερα θέματα.

3. **Ξένη γλώσσα και γραφειοκρατία.** Για όσους νοικιάζουν δωμάτια σε τουρίστες, το AI μπορεί να μεταφράσει και να συνοψίσει δύσκολα μηνύματα ή επίσημα έγγραφα

(π.χ. από την εφορία), αλλά και να συντάξει ευγενικές απαντήσεις σε ξένη γλώσσα. Έτσι σπάει το γλωσσικό φράγμα και διευκολύνεται η επικοινωνία.

4. **Ιστορίες του τόπου και δημιουργικότητα.** Οι αναμνήσεις της γιαγιάς από την Κρήτη του '50 μπορούν να μετατραπούν, με τη βοήθεια του AI, σε εικονογραφημένα παραμύθια —π.χ. ένα αγόρι που μαζεύει ελιές με τον παππού του και βρίσκει έναν μινωικό θησαυρό. Έτσι δημιουργείται μια γέφυρα ανάμεσα στις γενιές και τα παιδιά απασχολούνται δημιουργικά.

5. **Οργάνωση εκδηλώσεων.** Για γιορτές όπως αυτή της Παναγίας, το AI μπορεί να προτείνει πλήρες πρόγραμμα εκδήλωσης —ώρες, μουσική, κέρασμα— καθώς και προσχέδιο ανακοίνωσης για social media, βοηθώντας τους τοπικούς συλλόγους να οργανωθούν πιο επαγγελματικά.

Πώς να ξεκινήσετε. Δεν χρειάζονται ειδικές συσκευές ή γνώσεις —αρκεί ένα smartphone.

• Κατεβάστε μια δωρεάν εφαρμογή, όπως το ChatGPT ή το Microsoft Copilot.

• Μιλήστε του φωνητικά, σαν να είστε στο καφενείο, ξεκινώντας με απλές ερωτήσεις (π.χ. για τον καιρό).

• Ξεκινήστε από ένα καθημερινό πρόβλημα — μια συνταγή, μια απορία για τον κήπο ή κάτι που ρωτά το παιδί— αντί να το ψάχνετε μόνοι σας.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη δεν έρχεται να αντικαταστήσει την ανθρώπινη επαφή, τη σοφία του γεωπόνου ή τη ζεστασιά μιας κουβέντας στην αυλή. Είναι απλώς ένα νέο εργαλείο —όπως κάποτε το τρακτέρ ή το ψυγείο— που μας απαλλάσσει από την αγγαρεία και μας χαρίζει περισσότερο χρόνο για όσα αγαπάμε: την παρέα, τον τόπο και την παράδοσή μας.

Σημείωση: το άρθρο δημιουργήθηκε με τη χρήση τεχνητής νοημοσύνης AI.

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

Στα σούπερ μάρκετ Χαλκισιάκης το 2026 ξεπεράσαμε τους 2.000 εργαζόμενους. Για εμός, αυτό είναι το μεγαλύτερο κέρδος, αυτός είναι ο αληθινός πλούτος.

Οι άνθρωποί μας!
Σας ευχαριστούμε!

Δίπλα σου με 2.000 περήφανους εργαζόμενους

X χαλκισιάκης

xalkiadakis.gr facebook.com/xalkiadakis.gr youtube.com/xalkiadakisAE

ΩΡΑ ΓΙΑ ΣΕΝΤΡΑ

στο τοπικό μας πρωτάθλημα!

Επιμέλεια: Γιώργος Παπαδάκης



Η καρδιά του ερασιτεχνικού αθλητισμού χτυπά ξανά στη γειτονιά μας! Με την έναρξη της νέας αγωνιστικής περιόδου, η ποδοσφαιρική ομάδα του Αγίου Ιωάννη ετοιμάζεται να ριχτεί στη μάχη του τοπικού πρωταθλήματος, γεμάτη όνειρα, ενθουσιασμό και υψηλές προσδοκίες.

Ο αθλητισμός αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του πολιτισμού της περιοχής μας. Πίσω από κάθε προπόνηση και κάθε αγώνα, βρίσκεται η προσπάθεια νέων παιδιών της γειτονιάς μας που αγωνίζονται με πάθος, ήθος και ευγενή άμιλλα. Η ομάδα μας δεν εκπροσωπεί μόνο μια αθλητική προσπάθεια, αλλά ολόκληρη την τοπική

μας κοινότητα, φέρνοντας κοντά μικρούς και μεγάλους σε κάθε εντός έδρας παιχνίδι. Η φετινή προετοιμασία ξεκίνησε με χαμόγελα, σκληρή δουλειά και νέες προσθήκες που δυναμώνουν το ρόστερ. Διοίκηση, προπονητικό τιμ και παίκτες είναι έτοιμοι να δώσουν τον καλύτερό τους εαυτό στον αγωνιστικό χώρο, τιμώντας τη φανέλα και την ιστορία του οικισμού μας.

ΜΕ ΤΗ ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΧΟΡΗΓΩΝ ΤΟΥΣ



Τα μέλη της ομάδας ευχαριστούν όλους τους χορηγούς και υποστηρικτές, που με την πολύτιμη στήριξή τους, βρίσκονται δίπλα στον Αϊ Γιάννη FC και συμβάλλουν έμπρακτα στην προσπάθειά τους, αφού όπως επισημαίνουν, είναι η δύναμή τους. Ευχόμαστε στην ομάδα μας μια χρονιά γεμάτη υγεία, μακριά από τραυματισμούς, με πολλές επιτυχίες και όμορφες ποδοσφαιρικές στιγμές. Καλή αρχή και καλή επιτυχία στο νέο πρωτάθλημα!

Ο ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΜΑΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΚΑΙ ΣΤΑ SOCIAL MEDIA!



Μέσα από τις σελίδες μας στο Facebook, στο Instagram, στο Viber αλλά και στο site μας, μπορείτε να μαθαίνετε πρώτοι τα νέα μας, να βλέπετε στιγμιότυπα από τις εκδηλώσεις μας και να ενημερώνεστε άμεσα για τις επόμενες δράσεις μας.

Ακολουθήστε μας και... stay tuned ή αλλιώς μείνετε συντονισμένοι!



Δυνατά και στις ψηφιακές παραγωγές...

για κάθε είδος εκτύπωσης!

Σε οποιοδήποτε υλικό και σε όποια ποσότητα εσείς επιθυμείτε!

DETORAKIS
Plotter - Ψηφιακές & Offset Εκτυπώσεις

ΒΙ.ΠΕ. Ηρακλείου, Οδός Θ', Ηράκλειο Κρήτης, Τ. 2810 380931-4, info@detorakis.gr - www.detorakis.gr

ΟΜΑΔΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ «ΦΙΛΙΟΣ ΖΕΥΣ» – ΜΕΟΠΠ 0088-00-25



Η «Φίλιος ΖΕΥΣ» είναι ένα ενεργό εθελοντικό σωματείο με δράση στην πρόληψη και αντιμετώπιση εκτάκτων αναγκών, στηρίζοντας το έργο των αρμόδιων υπηρεσιών και της Τοπικής Αυτοδιοίκησης.

Οι εθελοντές της δραστηριοποιούνται στη δασοπροστασία και δασοπυρόσβεση, τις πρώτες βοήθειες, την έρευνα και διάσωση, την υγειονομική κάλυψη αθλητικών περιβαλλοντικών και πολιτιστικών εκδηλώσεων και την πολιτική προστασία.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην πρόληψη και την εκπαίδευση των πολιτών, με δράσεις ενημέρωσης και σεμινάρια πρώτων βοηθειών, και πολιτικής προστασίας. Παράλληλα, η ομάδα συμμετέχει και στηρίζει το πρόγραμμα «ΖΩΗ» της Περιφέρειας Κρήτης, συμβάλλοντας στη διάδοση της ΚΑΡΠΑ και της χρήσης ΑΕΑ. Επίσης, έχουν ανάλαβει την κάλυψη του "Ροδάνθιου δρόμου" για τις προηγούμενες πέντε χρονιές και φέτος θα είναι η έκτη.

Οι εγγραφές στην ομάδα έχουν ξεκινήσει, γίνε και συ ο επόμενος εθελοντής μας.

Τηλ επικοινωνίας: 6952 844412 - 6944 427076

EMAIL: filios.zeus@gmail.com

https://filioszeus.gr

facebook Εθελοντική ομάδα «φίλιος Ζευς»

Instagram filioszeus



ONIRA

ALL YOUR HOME NEEDS

NEF-NEF HOMEWARE

Λεωφ. Κνωσού 203 | @ onira_home

SUPER STROM VASINAS

Με σεβασμό στα όνειρά σας!

Λ. Κνωσού 210, Ηράκλειο