



## ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΑΝΑΦΑΙΩΝ ΑΡΓΟΝΑΥΤΙΚΑ 2014

### Πρόγραμμα Καλοκαιρινών Εκδηλώσεων

Σας ενημερώνουμε ότι κατά τον μήνα Αύγουστο θα πραγματοποιηθούν από τον Σύνδεσμο των Απανταχού Αναφαίων οι παρακάτω εκδηλώσεις:

1. Στις **10-8-2014**, ημέρα **Κυριακή** και ώρα **6.30 μ.μ.** στην πλατεία του **Αγίου Νικολάου** αγωνίσματα για μικρούς και μεγάλους (τσουβαλοδρομία-αυγοδρομία-μανδηλοδρομία).

Μετά το πέρας των αγωνισμάτων θα γίνει η απονομή των μεταλλίων-βραβείων στους συμμετέχοντες

2. Στις **12-8-2014** ημέρα **Τρίτη** και ώρα **9.00 μ.μ.** μουσικο-χορευτική βραδιά με το συγκρότημα του **Μιχάλη Καβαλάρη** και γλέντι μέχρι πρωίας στην πλατεία του **Αγίου Νικολάου**.

3. Στις **19-8-2014** ημέρα **Τρίτη**, εσπερινός και **20-8-2014** ημέρα **Τετάρτη** θεία Λειτουργία και αρτοκλασία στο **Πάνω Μοναστήρι**.

Η συμμετοχή για τα αγωνίσματα θα δηλώνεται στους υπεύθυνους μισή ώρα πριν την έναρξή τους.

Το Δ.Σ

Η Πρόεδρος Γαβαλά Φλώρα

Ο Γ. Γραμματέας Νικολής Γεώργιος

Ο Πολιτιστικός και Φυσιολατρικός Σύλλογος της Ανάφης σε συνεργασία με το Δήμο και τον Σύνδεσμο θα διοργανώσει για τους μήνες Ιούλιο - Αύγουστο και Σεπτέμβριο Λαογραφική Έκθεση στην αίθουσα του Συνδέσμου της Ανάφης.

Στην έκθεση θα εκτίθενται παραδοσιακά παλαιά αντικείμενα (όπως σίδηρα - σκεύη κουζίνας - παλαιά εργαλεία κ.λ.π.), έπιπλα, καθρέπτες, εργόχειρα - κεντήματα, φωτογραφικό υλικό από την συλλογή του κ. Ηλιοπούλου και γενικά ότι υλικό συγκεντρωθεί που να αναδεικνύει την παράδοσή μας.

Όσοι πατριώτες επιθυμείτε να βοηθήσετε σ' αυτή την προσπάθεια και πραγματικά πρέπει όλοι να βοηθήσουμε, μπορείτε να δανείσετε ή να χαρίσετε τέτοια αντικείμενα, τα οποία μελλοντικά θα χρησιμοποιηθούν στο Μουσείο της Ανάφης.

Για πληροφορίες μπορείτε να τηλεφωνείτε στον Πρόεδρο του Πολιτιστικού Συλλόγου κ. Κοηυδά Γιάννη (κινητό 6977016729) και σ' όλα τα μέλη του Δ.Σ. του.

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ



Σας ενημερώνουμε ότι ο **Δήμος της Ανάφης** στα πλαίσια των **Καλοκαιρινών εκδηλώσεων** θα διοργανώσει **μουσικοχορευτική βραδιά** στις **2 Αυγούστου 2014**, ημέρα **Σάββατο** με την ζωντανή ορχήστρα του **Χρήστου Τσελέντη**.

## Η ιστοσελίδα μας



Σας ενημερώνουμε ότι δημιουργήσαμε ιστοσελίδα στο facebook, από όπου μπορείτε να ενημερώνεστε για τις δραστηριότητες του Συνδέσμου.

Η διεύθυνσή μας είναι η εξής:  
[www.facebook.com/sindesmosanafis](http://www.facebook.com/sindesmosanafis)

Το email μας για οποιαδήποτε πληροφορία - αποστολή υλικού για την εφημερίδα μας κ.λ.π. είναι:

email: [sindesmosanafis@gmail.com](mailto:sindesmosanafis@gmail.com)

## ΉΞΥΠΝΕΣ ΑΤΑΚΕΣ

- Ζήσε τη ζωή σου όπως θέλεις, χωρίς να υπολογίζεις την γνώμη του κόσμου. Ο κόσμος είναι πολύς, η ζωή σου είναι απλώς λίγη.
- Ποτέ μην μετανιώνεις για κάτι που έκανες, παρά μόνο για κάτι που δεν έχεις κάνει
- Η ευτυχία δημιουργεί φίλους. Η δυστυχία τους δοκιμάζει
- Η όμορφη γυκαίκα είναι στολίδι και η καλή θησαυρός.
- Οι άνθρωποι που πρέπει να φοβάσαι δεν είναι αυτοί που διαφωνούν μαζί σου, αλλά αυτοί που διαφωνούν μαζί σου και φοβούνται να σου το πουν.
- Δοκίμασε τον συγγενή στην δυσκολία, τον φίλο στην αντιξοότητα και την γυναίκα στη δυστυχία.
- Αν έχεις αναλάβει μια δύσκολη εργασία, ανέθεσε την σ' έναν πολύ τεμπέλη... Θα βρει σίγουρα ένα ευκολότερο τρόπο να την κάνει.
- Τα δεσμά του γάμου είναι τόσο βαριά που χρειάζονται δύο για να τα κουβαλήσουν. Συχνά και τρεις.
- Άμα δεν σε θέλουν στο χωριό, μην ρωτάς για του παπά το σπίτι.
- Γέρος γάτος τρυφερά ποντίκια θέλει.
- Η Ευτυχία αποτελείται από τόσα πολλά κομμάτια, που είναι φυσικό πάντα κάποιο να λείπει.
- Αν δεν κλωστήσει ο γαΐδαρος δεν τον ξεφορτώνουν.



## Γέλια μέχρι δακρύων

Πάει ένας 20άρης για ψάρεμα δίπλα σε ένα παππού 80ντάρη, Μετά από δύο ώρες το καλάθι του παππού τίγκα στο ψάρι, ενώ στου 20σάρη ούτε λέπι!

- "Παπού, τον ρωτάει, τι δόλωμα βάζεις;"

- "Γαρίδα, παιδί μου", απαντάει ο παππούς.

Την άλλη μέρα, να σου πάλι ο 20άρης φορτωμένος με γαρίδες, αλλά πάλι ούτε λέπι, ενώ ο παππούς τίγκα στο ψάρι!

- "Παπού τι δόλωμα βάζεις;" ξαναρωτά ο 20άρης.

- "Μαρίδα, παιδί μου" απα-

ντά ο παππούς.

- "Και πως ξερεις ποια μέρα τα ψάρια θα τσιμπήσουν με γαρίδα και ποια μέρα με μαρίδα;"

- \*Α, είναι πολύ απλό! Όταν σηκώνομαι το πρωί και η τσουτσού μου γέρνει δεξιά, βάζω γαρίδα.

Άμα γέρνει αριστερά, βάζω μαρίδα. Εσένα, άμα ξυπνάς το πρωί, πώς είναι η τσουτσού σου;\*

- "Εμένα είναι όρθια" απαντάει ο 20άρης.

Και ο παππούς:

- "Κι έρχεσαι για ψάρεμα;"

★

Στάση λεωφορείου, ένα ζευγάρι με τα δέκα παιδιά τους περιμένουν το λεωφορείο! Σε λίγο καταρθάνει κι ένας τυφλός.

Έρχεται το λεωφορείο, αλλά επειδή είχε υπεράριθμους επιβάτες μπαίνουν η σύζυγος με τα δέκα παιδιά τους και μένουν έξω ο σύζυγος και ο τυφλός κι έτσι αποφασίζουν να το κόψουν με το πόδι.

Στο δρόμο ο σύζυγος άρχισε να εκνευρίζεται με το τικί-τίκι που κάνει το μπαστούνι του τυφλού στο πεζοδρόμιο και του λέει:

- Ρε 'συ μεγάλε δεν μπορείς να βάλεις ένα λαστιχάκι στο μαρκούτσι σου να μη μας σπας τα α..... με το τικί-τίκι;

Και ο τυφλός του απαντάει:  
- Ναι ρε μ....., αν είχες βάλει εσύ ένα λαστιχάκι στο δικό σου μαρκούτσι, τώρα θα πηγαίναμε με το λεωφορείο!!!

★

Ο άντρας στη γυναίκα του:  
- Γυναίκα πρέπει να μάθεις να μαγειρεύεις για να απολύσουμε την υπηρέτρια.

Και εκείνη:  
- Και εσύ πρέπει να μάθεις να ...για να απολύσουμε τον κηπουρό!



### ΓΕΝΗΣΕΙΣ

- Η **Μαριαλένα Τσαλιαγκού** (εγγονή Φοξούλας) και ο σύζυγός της **Νίκος Πορίχης** απέκτησαν κοριτσάκι στις 15-2-2014.

το όνομα **Ελένη**.

- Στις 11-5-2014 ο **Ευθύμιος Συρίγος** και η σύζυγός του **Άννα Χατζηδάκη** βάπτισαν την κόρη τους και της έδωσαν το όνομα **Αμαλία - Μαρία**.

### ΓΑΜΟΙ

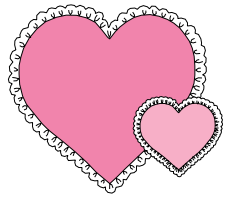
- Στις 14-6-2014 παντρεύτηκαν στα Σπάτα ο **Χάλαρης Νικόλαος** του Ανδρέα (του Πίτικα) και η **Έλλη Σιάννη**.

- Στις 14-6-2014 παντρεύτηκαν στο Περιστέρι ο **Πελεκάνος Νικόλαος** του Πέτρου και η **Αρετή Γιαννακοπούλου**.



### ΒΑΠΤΙΣΕΙΣ

- Στις 4-5-2014 ο **Φάνης Μπακόλας** και η σύζυγός του **Μαρία** βάπτισαν το κοριτσάκι τους και της έδωσαν



## ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

- Στις 29-4-2014 δόθηκε μία (1) μονάδα αίματος στην κ. **Χαμπλά Μαρία** του Γεωργίου (συγγ. Κατσαρός Δημ.).

- Στις 7-5-2014 δόθηκε μία (1) μονάδα στην κ. **Βασιλειάδου Σμαράγδα** (συγγ. Νικολή Γεωργίου του Ιωάν.).

- Στις 13-5-2014 δόθηκε μία (1) μονάδα αίματος στον κ. **Πατσούρα** (συγγ. Συρίγου Αντωνίου του Ευθ.).

- Στις 19-5-2014 δόθηκαν τρεις (3) μονάδες αίματος στον κ. **Χάλαρη Δημήτριο** του Γεωργίου

## ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

Ο **Λουδάρος Νικόλαος** του Εμμανουήλ περάτωσε με **άριστα** το μεταπτυχιακό του στην Κτηνιατρική Σχολή Θεσσαλίας με αντικείμενο της Ιχθυοκαλλιέργειας.

### Βασίλης ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ το γένος Νικολή

Τέντα - Πέργολα - Στόρια

Αχιλέως 4-8, Νίκαια  
Τ.Κ. 18454

Τηλ.: 210 4944791  
Κιν.: 6937 674819

### ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ Γ. ΜΠΟΥΝΤΟΥΡΑΚΗ

#### Δικηγόρος

Φορμίωνος 126-128  
Βύρωνα

Τηλ. Οικίας: 210 7646689  
Τηλ. Γραφείου: 210 7601322  
Κινητό: 6944 221299

## ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΗ

### I. & Γ. ΔΑΜΙΓΟΣ Ο.Ε.

#### ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

ΜΕΝΑΝΔΡΟΥ 61, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ  
ΤΗΛ. ΓΡΑΦΕΙΟΥ: 210 9760320, 210 9705938  
www.damigos-oikodomiki.gr

### ΜΕΤΑΦΟΡΙΚΗ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗΣ

ΑΘΗΝΑ - ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ ΑΘΗΝΑ-ΑΝΑΦΗ

### ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΧΑΛΑΡΗΣ

ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗ 70, ΡΕΝΤΗΣ -  
ΤΗΛ.: 210 490 6757,  
210 4906770  
ΦΗΡΑ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ (δίπλα από  
το γήπεδο) - ΤΗΛ.: 22860 22485,  
24796-ΚΙΝ.: 6944562654

Η μεταφορική Σαντορίνη του Κου Χάλαρη Αντωνίου εκτελεί δρομολόγια από Αθήνα-Σαντορίνη και από Αθήνα-Ανάφη που δεν έχει αναγραφεί στην διαφήμιση του Ημερολογίου 2014 από τυπογραφικό λάθος.



### ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΡΙΝΑΚΗΣ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΕΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΕΣ

ΑΝΑΦΗ-ΚΥΚΛΑΔΕΣ 84009  
ΤΗΛ. 22860 61320, 61362  
ΚΙΝ. 6974-820039



Λογιστικά - Φοροτεχνικά

**Χάλαρη Ανθή**  
Λογίστρια - Φοροτεχνικός  
Απόφοιτη Οικονομικού  
Πανεπιστημίου Αθηνών

Ελ.Βενιζέλου 102  
Ν.Σμύρνη  
Τ.210 9950432  
Κ. 6974037656  
chalarian@gmail.com

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΚΥΚΛΑΔΩΝ  
ΔΗΜΟΣ ΑΝΑΦΗΣ**

Ταχ. Δ/ση: Ανάφη Κυκλάδων, Τ.κ. 84009  
Πληρ. Ρούσσος Ιάκωβος  
Τηλ: 22863-60622, Fax: 22860-61300  
e-mail: k-anafis@otenet.gr

Προς:  
Εκπομπή 60' Ελλάδα, Alpha TV  
Υπόψιν κου Μάνεση Νίκου



Ανάφη 06/06/2014  
Α.Π.958

## Θέμα: «Διαμαρτυρία για την εκπομπή 60' λεπτά Ελλάδα - Ανάφη»

Κύριε Μάνεση,

Θα θέλαμε να σας δηλώσουμε την έντονη δυσαρέσκεια μας σε ότι αφορά την εκπομπή που μεταδόθηκε από τον τηλεοπτικό σταθμό Alpha την Τετάρτη 04/06/2014 και είχε θέμα το νησί μας.

Κατανοούμε το concept της εκπομπής σας και σεβόμαστε το γεγονός ότι σκοπός σας δεν είναι η προσέλκυση τουριστών σε κάθε μέρος που επισκέπτεστε και προβάλλετε. Όμως στην συγκεκριμένη περίπτωση λειτουργήσατε παράδοξα και δυσφημιστικά. Είναι άδικο για ένα νησί της άγονης γραμμής να συγκρίνεται με έναν από τους πρώτους παγκόσμια προορισμούς, όπως είναι η Σαντορίνη. Είναι άδικο να μην προβληθούν τα όμορφα τοπία της Ανάφης από τα οποία μάλιστα πήρατε πλάνα! Οι συνεντεύξεις σας με τους κατοίκους του νησιού περιορίζονταν σε κοντινές λήψεις και σε καμία περίπτωση δεν αναδείκνυαν την άγρια ομορφιά του τοπίου. Ήταν όμορφο που σας είδαμε να παίζεται ανέμελος μπάλα στο γήπεδο μας, το οποίο ανήκει όμως σε ένα σχολικό συγκρότημα με μία παιδική χαρά που δεν φάνηκαν πουθενά. Αρνηθήκατε να πάρετε συνέντευξη από τον φύλακα αρχαιοτήτων της Ανάφης, ο οποίος μάλιστα σας πρότεινε να σας μιλήσει στην περιοχή Καστέλι (όπου τα αρχαία βρίσκονται κυριολεκτικά μέσα στον δρόμο και αυτό αποτελεί πρόβλημα) και στο Μοναστήρι της Ζωοδόχου Πηγής (όπου οι καλόγηροι έχουν τις δικές τους καλλιέργειες και το μέρος περίσσεια ιστορίας). Δεν αναφερθήκατε καθόλου στο άριστο ποιοτικά τοπικό μας προϊόν, το θυμαρίσιο μέλι. Δεν παρουσιάσατε τις ελεύθερες και πεντακάθαρες παραλίες μας και τόσα άλλα, που σας είχαμε υποδείξει, κατόπιν πολλαπλών επικοινωνιών με ανθρώπους της εκπομπής σας που προηγήθηκαν.

Όλα αυτά μας βάζουν σε δεύτερες σκέψεις και αναρωτιόμαστε ποιος ήταν τελικά ο στόχος της συγκεκριμένης εκπομπής;

Κλείνοντας θα ήθελα να σας επισημάνω κάτι το οποίο γνωρίζεται πολύ καλύτερα από εμάς, μία κάμερα μπορεί να αναδείξει ή να θάψει το οτιδήποτε καταγράφει, δυστυχώς στα δικά σας χέρια λειτούργησε σαν όπλο κι εσείς τραβήξατε την σκανδάλη.

Ο Δήμαρχος Ρούσσος Ιάκωβος



**ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΑΝΑΦΑΙΩΝ**

Παμίσου 21 και Παλαιών Πατρών Γερμανού

Τ.Κ 17343 Άγιος Δημήτριος Αττικής

Τηλ. - fax: 210-9719140

Mail: sindesmos.anafis@gmail.com

Αριθ. Πρωτοκόλλου: 172  
Σάββατο, 7 Ιουνίου 2014

Προς: Τηλεοπτικό Σταθμό Alpha TV  
Εκπομπή "60 Λεπτά Ελλάδα"  
κ. Νίκο Μάνεση

**ΘΕΜΑ: Διαμαρτυρία για το επεισόδιο "60 Λεπτά Ελλάδα στην Ανάφη"**

Με χαρά ακούσαμε, προ εβδομάδων, ότι η εκπομπή σας επισκέφτηκε το νησί μας. Δυστυχώς η χαρά μας εξανεμίστηκε όταν παρακολουθήσαμε το αποτέλεσμα της δουλειάς σας, την Τετάρτη 4/6/2014.

Κύριε Μάνεση η Ανάφη δεν είναι το νησί με ένα βοσκό με μικρή παραγωγή. Είναι το νησί με παραγωγή τόνων θυμαρίσιου μελιού άριστης ποιότητας προϊόν που δεν προβάλατε.

Κύριε Μάνεση η Ανάφη δεν έχει μόνο ένα μικρό εκκλησάκι στην κορυφή της Χώρας. Έχει επίσης το μοναστήρι της Ζωοδόχου Πηγής (Κάτω Μονή Παναγίας Καλαμιάτισσας) με καλόγριες που παράγουν δικά τους προϊόντα και ζουν σε ένα χώρο που συνυπάρχουν Βυζαντινά κειμήλια, η ορθόδοξη πίστη και ο αρχαιοελληνικός ναός του Αιγλήτη Απόλλωνα του Αναφαίου, χώροι που δεν πήγατε. Κύριε Μάνεση η λέξη ΑΕΚ σε λίγα σπίτια της χώρας δεν είναι το πιο εντυπωσιακό αξιοθέατο του νησιού. Η αρχαία πόλη, η Ιερά οδός που ενώνει τον πόλη με τον Ναό του Απόλλωνα και το αρχαίο λιμάνι είναι αξιόλογοι χώροι προβολής αλλά δεν πήγατε αν και σας προτάθηκε.

Κύριε Μάνεση, τα παραδείγματα είναι πολλά αλλά ας μην επεκταθούμε.

Θα μας επιτρέψετε όμως να σας επισημάνουμε ότι η επίσκεψη ενός μέσου μαζικής ενημέρωσης πανελλαδικής εμβέλειας σε ένα νησί της άγονης γραμμής προκαλεί προσδοκίες προβολής των ομορφιών του τόπου.

Κάθε τόπος σε όλη την χώρα έχει θετικά και αρνητικά αλλά η εκπομπή σας έκανε επιλεκτική προβολή των αρνητικών και μόνο. Η αρνητική προβολή του νησιού μας ήταν επιτυχημένη εκ μέρους σας. Ευτυχώς η εκπομπή σας είναι μεταμεσονύκτια και ελπίζουμε η τηλεθέαση να είναι μικρή ώστε και η ζημιά στο νησί να περιοριστεί στο ελάχιστο.

Η Πρόεδρος

Για το ΔΣ

Ο Γενικός Γραμματέας

Γαβαλά-Νάκου Φλώρα



Νικολής Γεώργιος

## Ανακοίνωση

Αγαπητοί πατριώτες,

Ο Σύνδεσμος των Απανταχού Αναφαίων έχει ξεκινήσει την δημιουργία του νέου διαδικτυακού του χώρου του στο Ιντερνετ. Είναι βέβαιο ότι στις μέρες μας κάθε οργανισμός, σύλλογος, οργάνωση κτλ. είναι αδύνατον να μην έχει παρουσία στο Ιντερνετ. Ο Σύνδεσμος έχει ιστορία από το 1927 η οποία χάνεται στην πάροδο του χρόνου.

Η νέα ιστοσελίδα του συνδέσμου θα έχει ως στόχους

1. Την προβολή της ιστορίας και των δραστηριοτήτων του Συνδέσμου από την ίδρυση του έως σήμερα
2. Την παρουσίαση της πολιτιστικής παράδοσης της Ανάφης μέσα από καταγεγραμμένες αφηγήσεις, φωτογραφίες και βίντεο
3. Την καταγραφή της ιστορίας του νησιού από την αρχαιότητα έως σήμερα
4. Την αρχειοθέτηση μεγάλου ιστορικού φωτογραφικού υλικού που έχουν φίλοι και μελετητές της Ανάφης
5. Την επικοινωνία μεταξύ των Αναφαίων σε όλη την Ελλάδα και το εξωτερικό
6. Την παρουσίαση των ομορφιών τουριστικού ενδιαφέροντος σε όλο το νησί
7. Την κατάρτιση οδηγού Αναφαίων επαγγελματιών σε Ανάφη, Αθήνα και υπόλοιπη Ελλάδα.

Ήδη ο Σύνδεσμος έχει έρθει σε επαφή με προσωπικότητες που έχουν μελετήσει ή καταγράφει οτιδήποτε σε σχέση με το νησί ώστε να μοιραστούν το υλικό που έχουν με όλους μας.

Στόχος του ΔΣ είναι η νέα ιστοσελίδα να είναι η ιστοσελίδα όλων των Αναφαίων όπου οργανωμένα και με τάξη θα μπορούν όλοι να δημοσιεύουν υλικό σε σχέση με το νησί.

Η ιστοσελίδα χρειάζεται την συμβολή όλων μας. Χρειαζόμαστε κάθε φωτογραφία, βίντεο ή κείμενο που έχει σχέση με το νησί στο παρελθόν και την παράδοση του. Φωτογραφίες από παραδοσιακούς γάμους, από τους προγόνους μας που κάνουν αγροτικές εργασίες με τον παραδοσιακό τρόπο κτλ είναι μερικά παραδείγματα υλικού που ψάχνουμε. Όποιος κατέχει τέτοιο υλικό θα ήταν χαρά μας να μας το δανείσει. Ο Σύνδεσμος μετά από τέτοιους δανεισμούς θα προχωρά στην ψηφιακή αντιγραφή του υλικού και θα επιστρέφει το αυθεντικό υλικό άθικτο στον ιδιοκτήτη του. Το υλικό θα παρουσιαστεί στην σελίδα με αναφορά στον ιδιοκτήτη που το παραχώρησε.

Πιστεύουμε ότι η ιστοσελίδα του συνδέσμου θα καταγράφει το παρελθόν και θα προβάλλει το παρόν του νησιού με τον καλύτερο τρόπο, στο δημοφιλέστερο μέσο επικοινωνίας σήμερα. Το Ιντερνετ.

Σε λίγο καιρό [www.sindesmosanafis.gr](http://www.sindesmosanafis.gr) θα είναι γεγονός!

## ΦΑΝΗ Γ. ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ

### Συμβολαιογράφος

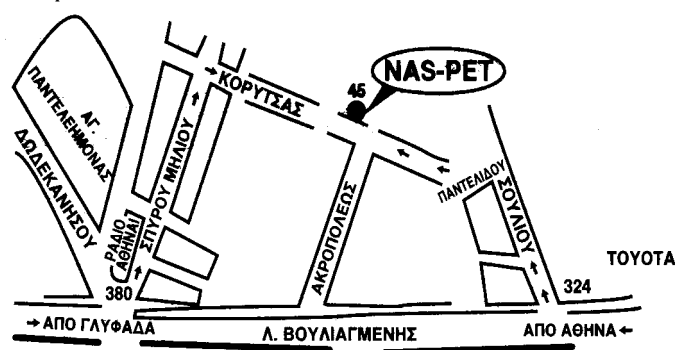
Ατρείδων 11, Αθήνα, 116 31 - Τηλ./Fax: 210 7013922

## ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ

### ΠΑΙΔΙΚΩΝ ΕΝΔΥΜΑΤΩΝ

## Νίκος Φροντιστής

Κορυτσάς 45, Αγ. Δημήτριος  
Τηλ.: 210 9927469, 210 9953358, Fax: 210 9927469



Γελασμένος είναι όποιος φρονεί ότι είναι δυνατή η παρουσίαση αυτού του εργώδους πολυσέλιδου και με πάμπολλες παραπομπές έργου, αγνώστων ωρών εργασίας, Κατά πρώτον να συγχαρούμε τον εκλεκτό συγγραφέα συμπατριώτη μας, δημοσιογράφο μάχιμο στο ιερό καθήκον της ενημέρωσης των πολιτών, και ερευνητή παντός θέματος το οποίον προσφέρει βοήθεια στην πανανθρώπινη πορεία μας, πολλώ δε μάλλον εν μέσω χαλεπών εποχών του αναποδογυρισματος των αξιών, σε τούτη την εποχή που ζούμε. Να του τιμήσουμε το βιβλίο του, αναλόγως της αξίας του, της μελέτης του ως να φτάσει στα δικά μας χεριά, εκπληρώνοντας τον σκοπό τον οποίον εξυπηρετεί.

Το πελώριο και πανέμορφο δέντρο της γνώσης προσφέρει τέτοια γαλήνη και ομορφιά που μακάριος και ευτυχής γίνεται όποιος καθίσει στην σκιά του, αφού τότε ο άνθρωπος εναρμονίζεται στον συμπατικό νόμο που οδηγεί τα πάντα προς το άριστον. Δεν συζητούμε για ένα βιβλίο αναφορικά με τα φραγκόσυκα και τις φραγκοσυκιές αλλά για μια εγκυκλοπαίδεια περί του δέντρου και των καρπών του, Το φρούτο της φραγκοσυκιάς κρύβει επτασφράγιστο μυστικό το οποίον αποσφράγισε ο κ. Στρατουδάκης απλόχερα με πλήρη ανάλυση.

Καμμένο περιφρονημένο δέντρο και τι δεν προσφέρει στον κόσμο των ανθρώπων, των ζώων και των πτηνών, Πάνω σε μια ξερολιθιά απεριποίητο βρίσκεσαι, ψάχνεις τρόπο να ριζώνεις προχωρώντας σε βάθος τις ρίζες σου, για να προσφέρεις την δική σου προσφορά στη ζωή της αλληλοβοήθειας και της πα-

## «ΤΑ ΦΡΑΓΚΟΣΥΚΑ»

ντού σοφίας του κύκλου γεννητικού αενάως κύκλου της φύσης. Η εκτεταμένη ανάλυση για την φραγκοσυκιά και τα φραγκόσυκα όπως έχει μορφοποιηθεί προέρχεται από προσωπικές εμπειρίες του συγγραφέα. Πανέμορφες της γνώσης εικόνες προσφέρει η φραγκοσυκιά και το βιβλίο του Μ. Στρατουδάκη εκτός των περιγραφών ζωντανεύει την κάθε ερμηνεία,

Ο Ξεραμμένος κορμός π.χ. ριγμένος κάπου μας αφήνει άφωνους από την πυκνότητα



και τάξη που έχουν τα διάφορα νεύρα του ή φλέβες, που προχωρούν προς τα πάνω δημιουργώντας τον κορμό που δένεται μέσα σε χυμώδες περικάλυμμα, (π.χ. Φύλλο ή βασικός κορμός δέντρου), θαυμαστό στα μάτια μας που μας βάζει να στοχαστούμε τη σοφία του κάθε δέντρου μαζί με του θεού το χέρι. Δεν θα αναφερθούμε στην πελώρια βιβλιογραφία και μελέτη αποδεικτικής λογικής του βιβλίου γιατί θα χρειαζόταν να γραφεί ένα άλλο βιβλίο, θα περιοριστούμε στις μεγάλες θεραπευτικές ιδιότητες που προσφέρει αυτό το φρούτο, που προσφέρεται και στην ποτοποιία, την βιομηχανία, την παραγωγή οιοπνευματώδων ποτών κ.τ.λ.

Τα ανθη των καρπών είναι ωραία και προσκαλούν και τις

μέλισσες, πέρα από τα άλλα πτερόεντα. Βέβαια η ύπαρξη του ανθρώπου εξαρτάται τελείως από τα φυτά και τα άγια δέντρα. Ποιήματα όπως «Γιάννη γιατί έκοψες το δέντρο το σπλαχνικό... «είχανε τα σχολικά βιβλία κάποτε.

Οι θεραπευτικές ιδιότητες από τα φραγκόσυκα γενικώς είναι πάρα πολλές και αναφέρονται στο έργο, θα αναφέρουμε λίγες από αυτές.

**1) Κατά της υπερτροφίας του προστάτη.** Πρόσφατες κλινικές έρευνες που χρησιμοποιήθηκαν εκχυλίσματα από φραγκόσυκα έδειξαν ενθαρρυντικά αποτελέσματα για την απάλειψη των συμπτωμάτων της υπερτροφίας του προστάτη.

**2) Κατά της κακής χοληστερόλης.** Τα φραγκόσυκα είναι το όπλο κατά της κακής χοληστερόλης. Και αυτό γιατί περιέχουν ηκτηίνη η οποία είναι βιολογικό συστατικό του φραγκόσυκου. Η ηκτηίνη περιέχεται σε πολλά φρούτα και λαχανικά εντούτοις θεωρείται πως αυτή του φραγκόσυκου είναι πολύ ισχυρότερη από τις άλλες πηγές...

**3) Κατά του σακχαρώδους διαβήτη.** Είναι πιστευτό πως ελέγχει τον σακχαρώδη διαβήτη. Αντικαθιστά τοιούτο τρόπο την χορήγηση ινσουλίνης της οποίας η χρήση σε ορισμένες περιπτώσεις και δύσκολος ή ανύπαρκτος είναι. Τα φραγκόσυκα προσφέρονται για μια ισορροπημένη διαίτα. Μπορούμε να καταναλώνουμε καθημερινώς 500 γραμμάρια βρασμένα φύλλα όσο και αν μας φαίνεται παράδοξο. Η κατανάλωση αυτών πριν το φαγητό επί δέκα συνεχείς ημέρες μετακινεί τα επίπεδα γλυκόζης του αίματος.

**4) Κατά του τυμπανισμού** έχουν αναφερθεί περιπτώσεις οπου άτομο υπέφερε από τυμπανισμό και δυσκοιλιότητα, βασανιζόμενο επί τρία τουλάχιστον εικοσιτετράωρα. «Έφαγε φραγκόσυκα». Μετά άρχισε η αντίστροφη μέτρηση! Οι κενώσεις έφταναν τις 4 ημερησίως και φυσικά ο τυμπανισμός εξέλιπε.

**5) Κατά της φλεβίτιδας.** Τα φραγκόσυκα συνδυάζονται με φασκόμηλα για την θεραπεία της φλεβίτιδας. Πρακτική δοσολογία:

Προσθέτουμε σε ένα φρέσκο φράγκοσυκο μικρή ποσότητα φασκόμηλου και λίγο χυμό λεμονιού. Καταναλίσκουμε το παρασκευασθέν μείγμα εντός εννέα (9) ημερών. (Λήψη

κάθε πρωί με άδειο στομάχι).

**6) «Αμμοβολή» στον οργανισμό.** Το όφελος στον ανθρώπινο οργανισμό από τα φραγκόσυκα μετά και τα πιο πάνω εκτεθέντα είναι αδιαμφισβήτητο πολύπλευρο, και πολυσιδέες. Ο Αεροπαγίτης Νικόλαος Γ. Οικονομίδης χαρακτηρίζει τα φραγκόσυκα ως την αμμοβολή δι' όλα τα όργανα του σώματος. «Ότι λέγει συνήθως είναι η αμμοβολή δια τα πλοία, το αυτό είναι και τα φραγκόσυκα για τον οργανισμό. Για αυτό τρώτε πολλά φραγκόσυκα».

### ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΕΩΝ

**Α) Ως διουρητικό.** Τα άνθη της φραγκοσυκιάς είναι εξαιρετικώς ωφέλιμα για την αντιμετώπιση της καλοήθους υπερπλασίας του προστάτη,

**Β) τονωτικά** του ανοσοποιητικού συστήματος.

**Γ) Αναψυκτικό** με αποξηραμένα άνθη φραγκοσυκιάς αναμιγνύονται με τσάι και αποτελούν ένα θαυμάσιο ρόφημα για χειμώνα και καλοκαίρι,

**Κατά της φυματίωσης.** Η φυματίωση που πριν την ανακάλυψη της πενικιλίνης ήταν νόσος θανατηφόρος, έσπρωξε τους ανθρώπους να ανακαλύψουν πως αφέψημα φύλλων φραγκοσυκιάς αναμεμιγμένο με άλλα βότανα αποτελεί όπλο κατά της φυματίωσης.

Τα ανωτέρω είναι λίγες αναφορές συνοπτικές για μια μικρή εικόνα των αναγνωστών ώστε να έχουν την ελάχιστη πληροφορία για την εγκυκλοπαίδεια του εκλεκτού μας. Οι πολλές συνταγές μαγειρικής από φραγκοσυκιές αναφέρονται στο Ε' μέρος του βιβλίου. Όλα τα τμήματα της φραγκοσυκιάς είναι κατάλληλα για παρασκευάσματα στην κουζίνα είτε αυτά προορίζονται για ποτά είτε για φαγητά είτε για γλυκά. Οι τρόποι πα-

ρασκευής είναι πάρα πολλοί και ποικίλοι.

Γλυκά, μαρμελάδες, κομπόστες, ποτά, πρωινά γεύματα σαλάτες, φαγητά, ψωμί, κρασί και άλλα...

Χυμοποίηση και διατήρηση.....

Επιλογή φύλλων, προετοιμασία φύλλων, Μεθυστικό ποτό...

Ηδύποτο Μεξικού.

Θεανώ: Ρακή με φραγκόσυκα,

Οινοχόη: Ρούμι με φραγκόσυκα.

«Νέκταρ Διός»: Αναψυκτικό από φραγκοσυκιά,

«Νέκταρ Αφροδίτης»: Αναψυκτικό από φραγκόσυκα.

«Ουρανία»: Ανανάς με φραγκόσυκα

«Ιωάννα»: Λεμόνι με φραγκόσυκα

«Διόνυσος»: Πιπερόριζα με φραγκόσυκα.

Από ίδιαν πείρα ο γράφων γνωρίζω πόσο πολύ έχει εξαπλωθεί τα τελευταία χρόνια στο Μεξικό και στην λοιπή Αμερική η ζήτηση, χυμού από φραγκόσυκα.

Κοκτέιλ, μαρμελάδες:

«Τύρναβος»: Ούζο με φραγκόσυκο.

«Σάμος»: Κρασί με φραγκόσυκα.

«Θήρα»: Ντομάτες με φραγκόσυκα.

«Μανταριναδα»: Μανταρίνι με φραγκόσυκα.

«Μέλισσα»: Μέλι με φραγκόσυκα.

«Ευτέρπη»: Χουρμάδες με φραγκόσυκα.

«Καλλιόπη»: Μαρμελάδα με φραγκόσυκα.

«Κλειώ»: Μαρμελάδα από φραγκόσυκα.

«Πολυδεύκης»: Φύλλα φραγκοσυκιάς τηγανητά, με βούτυρο, τυρί, αυγά.

Ψωμί από φραγκόσυκα.

«Θάλεια»: φραγκόσυκα κατσαρόλας.

«Πατατάτο»: Κρέας με φύλλα φραγκοσυκιάς.

«Ορνιθα»: Κοτόπουλο με φύλλα φραγκοσυκιάς.

«Πιλάφι»: Ρύζι με φύλλα φραγκοσυκιάς.



**ΠΟΥΔ**  
DESIGN

Λογότυπο  
Επαγγελματικές κάρτες  
Έντυπα - Αφίσες - Μενού  
Διαφημιστικά δώρα - Μπλούζες  
Αυτοκόλλητα - Επιδραστές  
Ιστοσελίδες - Facebook Fan Pages

.....

Πούου Ατιγόνη // 6947153831  
www.poua.eu, info@poua.eu

## ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ



ΦΡΕΣΚΑ - ΝΤΟΠΙΑ  
ΚΡΕΑΤΑ

**ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΕΛΕΚΗΣ**

**ΚΟΡΥΤΣΑΣ 20 ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ☎ 210 9911771**

**ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ  
ΜΑΝΘΟΣ ΛΟΥΔΑΡΟΣ**

Μελέτες - Άδειες οικοδ.-επιβλέψεις  
Διακοσμήσεις εσωτ. & εξωτ. χώρων

**ΠΕΤΡΟΣ ΜΑΝΘ. ΛΟΥΔΑΡΟΣ**  
**ΜΙΧΑΛΗΣ ΜΑΝΘ. ΛΟΥΔΑΡΟΣ**

}

Αρχιτέκτονες

ΓΡΑΦΕΙΟ: Γαλαξειδίου 3, Μοσχάτο, ΤΗΛ. 210 52 34 564  
FAX 210 52 33 973 Κιν. 6932 88 63 55

**ΛΟΥΔΑΡΟΥ ΘΕΚΛΑ** του Ματθαίου  
Υπεύθυνη Καταστήματος



Γραμμή Πληροφοριών: από σταθερό 800-11-40000, από κινητό 210-8006000

Αγ. Δημητρίου 303,  
173 43, Αγ. Δημήτριος  
τηλ.: 210 9889222, fax: 210 9889222  
κιν.: 6973 827904  
e-mail: kgm\_ag\_dimitriou@germanos.gr



# ΔΗΜΟΤΙΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ ΑΝΑΦΗΣ

Στις 18 Μαΐου 2014 διεξήχθησαν οι Δημοτικές Εκλογές στην Ανάφη για την ανάδειξη νέου Δημάρχου και Δημοτικού Συμβουλίου.

Οι υποψήφιοι εφέτος ήταν δύο (2). Ο νυν δήμαρχος Κος Ρούσσος Ιάκωβος επικεφαλής του ψηφοδέλιου με την επωνυμία «**ΠΡΟΟΔΕΥΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ**», με έμβλημα τον ανεμόμυλο και ο νυν Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου Κος Χάλαρης Γιάννης επικεφαλής του ψηφοδέλιου με την επωνυμία «**ΑΝΑΦΗ ΝΕΑ ΠΟΡΕΙΑ**» με έμβλημα την μέλισσα.

Στον Δήμο της Ανάφης οι εγγεγραμμένοι είναι 486

Ψήφισαν 372 άτομα. Έγκυρα 369. Άκυρα 3

Πρώτος ήρθε ο συνδυασμός με επικεφαλής τον Κο Ρούσσο Ιάκωβο που έλαβε 221 ψήφους, ενώ ο συνδυασμός με επικεφαλής τον Κο Χάλαρη Ιωάννη έλαβε 148 ψήφους.



Αναλυτικά με σειρά φήφων ανά ψηφοδέλτιο τα αποτελέσματα είναι

## ΠΡΟΟΔΕΥΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ

1. Ρούσσος Τζώρτζης του Ιάκωβου
2. Κολυδάς Γεώργιος του Ρουσσέτου
3. Ρούσσος Ιάκωβος του Τζώρτζη
4. Κολυδάς Γεώργιος του Εμμανουήλ
5. Πατηνιώτης Ιωάννης του Ματθαίου
6. Δαμίγος Παναγιώτης του Ιωάννη  
Σιγάλας Μάρκος του Αγαπίου
8. Μεγαλοοικονόμου Μάριος του Βαλέριου
9. Συρίγος Ανδρέας του Αντωνίου
10. Λουδάρος Εμμανουήλ του Νικολάου
11. Καλογεροπούλου Μαργαρίτα του Εμμανουήλ
12. Σιγάλα Μαρία του Ιωάννη
13. Πατηνιώτης Ευάγγελος του Ιωάννη
14. Ρούσσου Νεκταρία του Ρουστικού
15. Καραμαλέγκου Ευθυμία του Εμμανουήλ

## ΑΝΑΦΗ ΝΕΑ ΠΟΡΕΙΑ

- 1 Χάλαρης Ιωάννης του Λάμπρου
- 2 Νικολή Σταυρούλα του Ιωάννη
- 3 Χάλαρης Ιωάννης του Εμμανουήλ
- 4 Κολυδά Μαρία του Γεωργίου
- 5 Κολυδά Αντωνία του Νικολάου
- 6 Χάλαρη Αικατερίνη του Ιωάννη
- 7 Γαβαλάς Εμμανουήλ του Νικολάου
- 8 Χάλαρης Εμμανουήλ του Παναγιώτη
- 9 Γαβαλά Καλλιόπη του Ιωάννη  
Χάλαρης Χαράλαμπος του Ιωάννη
- 11 Γαβαλάς Ιωάννης του Αναστασίου  
Συρίγος Μάρκος του Ευθυμίου
- 13 Χάλαρης Κυριάκος του Νικολάου
- 14 Σιγάλας Ρουστικός του Αγαπίου

Σύμφωνα με τα ανωτέρω αποτελέσματα ο συνδυασμός του Δημάρχου Κου Ρούσσου Ιάκωβου πέτυχε ποσοστό 59,89% και εκλέγει τους οκτώ (8) πρώτους κατά σειρά ψήφων δημοτικούς συμβούλους εκτός από τον ίδιο, ενώ ο συνδυασμός της αντιπολίτευσης θα αντιπροσωπεύεται στο Δημοτικό Συμβούλιο από τον επικεφαλής και τους τρεις (3) πρώτους κατά σειρά ψήφων δημοτικούς συμβούλους.

Το χαρακτηριστικό των φετινών εκλογών, που αξίζει και επιτρέπεται να σχολιαστεί από την εφημερίδα μας, ήταν η μεγάλη προσέλευση ψηφοφόρων πατριωτών από την Αθήνα. Περίπου εκατόν πενήντα άτομα (150) άτομα ήταν οι Αθηναίοι Αναφιώτες, οι περισσότεροι νέοι άνθρωποι, που αφήτησαν την ταλαιπωρία και ήρθαν Σάββατο πρωί και έφυγαν αργά το βράδυ της Κυριακής για να εκλέξουν τον Δήμαρχο του νησιού μας για τα επόμενα πέντε (5) χρόνια.

Η Πρόεδρος και το Δ.Σ του Συνδέσμου των Απανταχού Αναφαιών συγχαίρουν τον Δήμαρχο και το Νέο Δημοτικό Συμβούλιο για την εκλογή τους και τους εύχονται καλή επιτυχία στο έργο τους για την ευημερία και την πρόοδο του νησιού μας που όπως δείχνουν τα πράγματα θα αποτελέσει καταφύγιο για πολλούς πατριώτες από την Αθήνα και ιδιαίτερα νέους.

έλαβε 85 ψήφους  
έλαβε 72 ψήφους  
έλαβε 67 ψήφους  
έλαβε 48 ψήφους  
έλαβε 44 ψήφους  
έλαβε 42 ψήφους  
έλαβε 42 ψήφους  
έλαβε 41 ψήφους  
έλαβε 38 ψήφους  
έλαβε 30 ψήφους  
έλαβε 25 ψήφους  
έλαβε 23 ψήφους  
έλαβε 22 ψήφους  
έλαβε 15 ψήφους  
έλαβε 12 ψήφους

έλαβε 65 ψήφους  
έλαβε 57 ψήφους  
έλαβε 45 ψήφους  
έλαβε 40 ψήφους  
έλαβε 35 ψήφους  
έλαβε 30 ψήφους  
έλαβε 24 ψήφους  
έλαβε 19 ψήφους  
έλαβε 15 ψήφους  
έλαβε 15 ψήφους  
έλαβε 14 ψήφους  
έλαβε 14 ψήφους  
έλαβε 12 ψήφους  
έλαβε 11 ψήφους

## ΕΥΡΩΕΚΛΟΓΕΣ

Γραμμένοι	486
Ψηφίσαντες	236
Άκυρα/Λευκά	11
Έγκυρα	225
Έλαβαν:	
Νέα Δημοκρατία	43
ΣΥΡΙΖΑ	60
Χρυσή Αυγή	9
Δημοκρατική Αριστερά	1
Κ.Κ.Ε.	17
Ένωση Κενρών	2
ΑΝΤΑΡΣΥΑ	4
Κοινωνία	1
Κ.Ε.Α.Ν	1
ΛΑ.Ο.Σ	3
Κόμμα Ελλήνων Κυνηγών	8
Το Ποτάμι	14
Ε.Π.Α.Μ.	1
Μ-Λ ΚΚΕ	1
Παναθηναϊκό Κίνημα	3
Έλληνες Ευρωπ. Πολίτες	1
Ελιά - Δημοκρ. Παράταξη	35
Οικ. Πρασ.-Κομ.Πειρ.Ελλ.	3
Ένωση για την Πατρίδα	2
Ανεξάρτητοι Έλληνες	16



## ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

Την ημέρα των Δημοτικών Εκλογών έγιναν και οι Περιφερειακές Εκλογές Νοτίου Αιγαίου.

Εγγεγραμμένοι ψηφοφόροι 486

Ψήφισαν 372

Άκυρα 12 Λευκά 12

Τα αποτελέσματα ανά συνδυασμό είναι

**1. Νότιο Αιγαίο Αρχιπέλαγος Δημιουργίας** (Επικεφαλής Μαχαίριδης Ιωάννης) Ελαβε 150 ψήφους.

**2. Μπροστά το Νότιο Αιγαίο** (Επικεφαλής Χατζημάρκος Γεώργιος) Ελαβε 142 ψήφους

**3. Λαϊκή Συσπείρωση Νοτίου Αιγαίου** (Επικεφαλής Καφαντάρη Λίλα) Ελαβε 21 ψήφους

**4. Ελληνική Αυγή** για το Νότιο Αιγαίο (Σπυριδης Σάββας) Ελαβε 18 ψήφους

**5. Νησιωτική Ανατροπή** (Μπενέτος Σπύρος) Ελαβε 17 ψήφους

Από τους υποψηφίους των ανωτέρω συνδυασμών ξεχώρισαν οι

1 Μάινας Ηλίας (Συνδυασμός «Νότιο Αιγαίο Αρχιπέλαγος Δημιουργίας») Ελαβε 118 ψήφους

2 Λειβαδάρου Θεώνη (Συνδυασμός Μπροστά το Νότιο Αιγαίο) Ελαβε 80 ψήφους.

3 Καραμολέγκου Ιουλία (Συνδυασμός «Μπροστά το Νότιο Αιγαίο») Ελαβε 45 ψήφους.

## ΒΑΦΕΣ

εσωτερικών & εξωτερικών χώρων  
Πόρτες-Παράθυρα-Κάγκελα



**ΓΙΑΝΝΗΣ Ε. ΚΟΛΥΔΑΣ**

τηλ.: 6977 016729

ΑΝΑΦΗ ΚΥΚΛΑΔΩΝ

## Ανακοίνωση

Σας ενημερώνουμε ότι όσοι πατριώτες επιθυμείτε, μπορείτε να τελέσετε θρησκευτικά μυστήρια (γάμοι - βαπτίσεις) στο γραφικό εκκλησιάκι του Αγίου Συμεών στα Αναφιώτικα με την εκπληκτική θέα του βράχου της Ακροπόλεως.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να τηλεφωνείτε στα μέλη της Εκκλησιαστικής Επιτροπής.

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Παρακαλούμε πάρα πολύ τους Συνδρομητές, Αναφιώτες και ξένους, που επιθυμούν να στέλνουν τις Συνδρομές της Εφημερίδας ή ετήσιας ενημέρωσης ή ακόμη και πρόσφορες οποιασδήποτε μορφής Ταχυδρομικώς, να τις στέλνουν στο όνομα του Ταμιά του Συνδέσμου:

κ. Ματθαίο Ιωάν. Νικολή (Σούλας)  
στην οδό Σπύρου Μήλιου 39,  
Αγ. Δημήτριος (Μπραχάμι)

Για οποιαδήποτε πληροφορία τα τηλέφωνα του ταμιά είναι:

Οικίας: 210 9912544, Κινητό: 6946710390

ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ

**Αλεξάνδρα**

ΠΡΩΙΝΟ - CAFE  
22860 61212 ΧΩΡΑ ΑΝΑΦΗ

### ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΟ ΑΝ. ΒΕΛΛΟΥ

ΑΣΦΑΛΙΣΕΙΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΚΛΑΔΩΝ  
ΖΩΗΣ • ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ • ΠΥΡΟΣ • ΣΚΑΦΩΝ κλπ.

Με δική σας επιλογή Εταιρίας

Σατωβριάνδου 29 Τ.Κ. 10431, Αθήνα  
Τηλ. 210 5232411 Fax: 210 5232186 Κιν.: 6977624249  
e-mail: vellosan@yahoo.gr

Πληροφορίες: ΚΟΛΥΔΑΣ ΣΟΦΟΥΛΗΣ  
Τηλ.: 6976987016

## ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ ΚΗΔΕΙΕΣ - ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΕΙΣ

ΜΑΡΙΑ ΚΟΜΗΤΟΠΟΥΛΟΥ - ΓΑΒΑΛΑ

Λ. Χατζηκυριακού 64 - Πειραιάς  
Τηλ. Γραφ. 210 45 13 056 - 210 45 38 495  
Κινητό 6944 733378

Αναλαμβάνουμε κηδείες πάσης κατηγορίας  
ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΟΛΟ ΤΟ 24ΩΡΟ

## Ανακοίνωση

Ενημέρωνουμε για άλλη μια φορά τους αγαπητούς πατριώτες-σες ότι το Δ.Σ. συνεδριάζει υποχρεωτικά κάθε μήνα και συγκεκριμένα το 1ο 10ήμερο και εκτάκτως όποτε προκύψει θέμα.

Τα Συμβούλια είναι ανοικτά και μπορεί να τα παρακολουθήσει όποιος-α επιθυμεί, είτε για να ενημερωθεί, είτε για να μας μεταφέρει κάποιο μήνυμα-πρόβλημα. Για την ώρα και την ημέρα, μπορείτε να ενημερωθείτε από την Πρόεδρο ή τα μέλη του Δ.Σ. ή αν μας έχετε ενημερώσει για την επιθυμία σας να παραστείτε, θα σας ενημερώσουμε εμείς τηλεφωνικά.

Το Δ.Σ.

## Ανακοίνωση

Όσοι πατριώτες-σες δεν μπορούν να προσέρχονται στις αιμοδοσίες του Συνδέσμου αλλά επιθυμούν να ενισχύσουν την Τράπεζα αίματός μας, μπορούν να δίνουν αίμα σε οποιοδήποτε νοσοκομείο (αιμοδοσία) λέγοντάς τους να χρεωθεί στην Τράπεζα αίματος που έχουμε στον Ερυθρό Σταυρό.

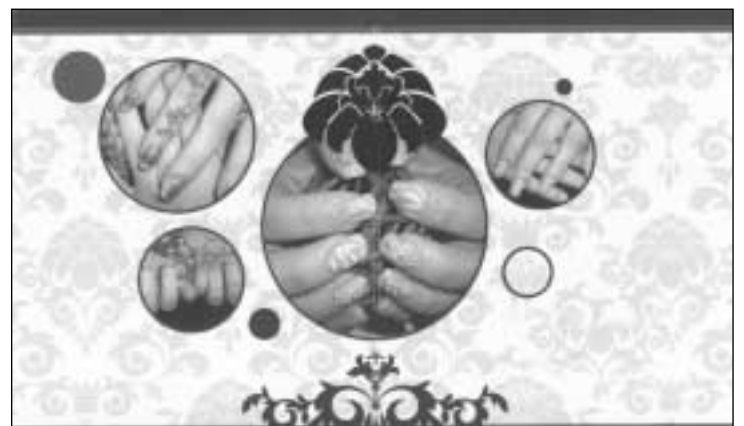
Οι μόνιμοι κάτοικοι της Ανάφης μπορούν να κάνουν το ίδιο δίνοντας αίμα στο Κέντρο Υγείας της Σαντορίνης.

Και στις δυο περιπτώσεις απαιτείται η ενημέρωση της Προέδρου (Γαβαλά Φλώρα) που είναι υπεύθυνη για την αιμοδοσία.

Τηλ. επικοινων.: 210 9964823, 698 3502288

**Παρακαλούμε  
τους συνδρομητές  
μας να  
μας ενημερώνουν  
για τα κοινωνικά  
γεγονότα καθώς  
και για ό,τι άλλο  
κρίνουν  
απαραίτητο  
για να δημοσιευθεί  
στην εφημερίδα,  
στα τηλέφωνα:**

⇒ Υπεύθυνη  
εφημερίδας:  
Γαβαλά Φλώρα  
6976255569,  
210 9964823  
⇒ Ταμίας  
Ματθαίος Νικολής  
6946710390,  
210 9912544  
και στο Fax  
του Συνδέσμου  
210 9719140.



Μανικιούρ & Μανικιούρ διάρκειας 2 εβδομάδων  
Πεντικιούρ & Πεντικιούρ διάρκειας 2 εβδομάδων  
Πεντικιούρ με Spa - Τεχνητά νύχια ακρυλικό  
Επιμήκυνση φυσικού νυχιού - Μόνιμο γαλλικό - Θεραπείες

**Άννα Χατζηδάκη**

Τηλ.: 6937302904, 6988 182266  
anna-xatz@hotmail.com, FB: ANNA XATZIDAKI

ΠΑΡΗΣΕΙΣ  
ΕΥΓΗΡΟΝΩΝ  
ΒΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΩΝ

**ΧΑΠΑΡΗΣ**  
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ

Τ. 210.99.50.432  
Ελευθερίου Βενιζέλου 102, Ν. Εμόρμη  
www.halkat.gr

ΧΑΠΑΡΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ  
Κιν.: 6944.622.084

## ΑΝΑΦΗ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:  
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΤΩΝ  
ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΑΝΑΦΑΙΩΝ

● Γραφεία: Παμίσου 21 &  
Παλ. Πατρών Γερμανού  
Τηλ.-FAX: 210 97.19.140

● Ετήσια Συνδρομή € 10

● Εκδότης:  
ΓΑΒΑΛΑ-ΝΑΚΟΥ ΦΛΩΡΑ

● Φωτοστοιχειοθεσία - Εκτύπωση  
Γραφικές Τέχνες  
«ΝΙΚ. & ΓΙΩΡΓ. ΖΩΡΖΟΣ Ο.Ε.»  
Μεσολογίου 10 & Μάνης  
Αθήνα - Τηλ. 210 33.01.600

## ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΩΝ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ



**ΤΣΟΥΓΚΡΑΝΗ  
ΒΑΡΒΑΡΑ**

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ-ΕΙΔΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΣ  
ΑΠΟΦΟΙΤΟΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

**πρόληψη - διάγνωση - αντιμετώπιση**

- Ιδιαίτερες εκπαιδευτικές ανάγκες
- Μαθησιακές Δυσκολίες
- Λογοθεραπεία
- Ψυχοθεραπεία
- Ψυχοπαιδαγωγικά Προγράμματα
- Συμβουλευτική γονέων
- Ψυχοθεραπεία παιδιού-εφήβου-οικογένειας

Βαθυκλέους 26 Αγ. Αρτέμιος, Παγκράτι  
Τηλ.: 210 7519858, κιν.: 697 8827315  
e-mail: btsougrani@yahoo.gr

**20% έκπτωση σε ανέργους και πολυτέκνους**

# Το καρπούζι και τα μυστικά για να το επιλέξετε και Συνταγές

**Ε**πειδή δεν πουλάνε όλοι καρπούζι "με το μαχαίρι", δίνοντας σου δηλαδή να δοκιμάσεις ένα κομμάτι από το υποψήφιο προς αγορά φρούτο κι επειδή στις πόλεις καρπούζι βρίσκεις στους μανάβηδες και τα σούπερ μάρκετ, καλό θα ήταν να προσέξετε τα σημεία που κάνουν τη διαφορά:

## 1. Το κοτσάνι

Επιλέξτε καρπούζι που το κοτσάνι του να είναι χρώματος πράσινο σαν αυτό ενός φρέσκου αγγουριού και όχι ξεραμένο που σημαίνει ότι έχει κοπεί πριν μέρες.

## 2. Εξωτερική εμφάνιση

Το χρώμα του να είναι ομοιόμορφο και το σχήμα συμμετρικό. Να μην είναι σκισμένο ή γρατζουνισμένο και να μην έχει εμφανή χτυπήματα από τη μετακίνησή του. Θα το καταλάβετε από τις μαυρίλες που έχουνε τα σημεία αυτά από την πίεση που δέχτηκαν.

Ελεγξε την κηλίδα που βρίσκεται στη βάση του. Αν είναι ασπροκίτρινη, τότε είναι ώριμο. Αν είναι λευκή ή ασπροπράσινη, είναι ακόμα άγουρο.

## 3. Σημεία πώλησης

Επιλέξτε το σημείο που θα αγοράσετε τα καρπούζια να είναι δροσερό και να μην τα χτυπά ο ήλιος και γενικά να μην είναι εκτεθειμένα σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Συνήθεις ύποπτοι ορισμένα σούπερ μάρ-

κετ και οι μανάβηδες που τα βγάζουν έξω λόγω έλλειψης χώρου και φυσικά οι φίλτατοι γύφτοι με τις διόλου ενοχλητικές μικροφωνικές και τα Datsun.

## 4. Ήχος

Το μυστικό των μυστικών για τη σωστή επιλογή ενός καρπούζιού είναι ο ήχος! Πάρτε το στο δυο χέρια και χτυπήστε το. Ο ήχος που θα κάνει θα πρέπει να είναι βαθύς και όχι σύντομος-συμπαγής που σημαίνει ότι το καρπούζι είναι άγουρο, έχει χτυπηθεί ή έχουν περάσει πολλές μέρες από την κοπή του. Επίσης καλό θα ήταν να αποφύγετε τα μικρά ή τα πολύ μεγάλα καρπούζια. Επιλέξτε αυτά με βάρος από 7 έως και 10 κιλά. ~ Krasoblog.

## Το καρπούζι

Το καρπούζι (επιστ.: Κίτρουλλος ο εριώδης, Citrullus lanatus) είναι ένα φρούτο το οποίο προέρχεται από τη νότια Αφρική. Οι ποικιλίες που καταναλώνονται σήμερα μπορούν να φτάσουν σε βάρος αρκετά κιλά.

Το καρπούζι είναι λείο εξωτερικά με χρώμα αποχρώσεις του πράσινου και ενίοτε με εναλλασσόμενες σκούρες και ανοικτές πράσινες ρίγες. Ο φλοιός του είναι αρκετά σκληρός, με πάχος περίπου ένα εκατοστό και άσπρο χρώμα στο εσωτερικό. Το κύριο μέρος του καρπού-

ζιού στο εσωτερικό είναι μαλακό, κόκκινο, περιέχει μεγάλο αριθμό μαύρων σπόρων (ή και άσπρων) και περιέχει μεγάλες ποσότητες νερού.

Το καρπούζι εμφανίζεται σε ιερογλυφικά της Αρχαίας Αιγύπτου. Τον 10ο αιώνα μ.Χ. καλλιεργείται στην Κίνα και τον 13ο αιώνα εμφανίζεται στην Ευρώπη. Η ελληνική λέξη για τον καρπό είναι «υδροπέπων» (αντίστοιχα στην αγγλική γλώσσα water-melon). Η λέξη «καρπούζι» προέρχεται από την αντίστοιχη τουρκική καρuz, η οποία ανάγεται στην περσική karbuz(a). Στην Κύπρο δε, χρησιμοποιείται και η αραβική ονομασία 'πατίχα'.

Στην Ελλάδα ωριμάζει το καλοκαίρι και είναι ένα από τα πιο δροσιστικά καλοκαιρινά φρούτα, ιδανικό για κατανάλωση σε φέτες ή σε φρουτοσαλάτες.

Μπορεί επίσης να χτυπηθεί στο μπλέντερ και να γίνει γρανίτα ή αναψυκτικό, με ή χωρίς την προσθήκη μικρής ποσότητας αλκοόλ.

Μπορεί επίσης να γίνει και φρουτ-παντς, κόβοντάς το στη μέση, αδειάζοντας το ένα μισό και ξαναγεμίζοντάς το με το αλεσμένο περιεχόμενο συν ένα μπουκάλι βότκα και παγάκια. Σε αρκετά σημεία της Ελλάδας με το φλοιό του καρπούζιού κατασκευάζουν γλυκό κουταλιού.

## Διατροφική αξία

βιταμίνη C  
β-καροτίνη  
βιταμίνη A, B, B2, B3, B9  
λυκοπένιο  
κάλιο  
ασβέστιο  
σίδηρος  
μαγνήσιο  
φώσφορος  
ψευδάργυρος

## Κάνει καλό

Δρα θεραπευτικά στις παθήσεις του ήπατος, όπως στις χρόνιες φλεγμονές (ηπατίτιδες), ενώ είναι αποτελεσματικό σε κυστίτιδες και γενικότερα σε φλεγμονές του ουροποιητικού συστήματος. Ο συνδυασμός των πολύτιμων στοιχείων του απομακρύνει τον κίνδυνο οστεοαρθρίτιδας και ρευματοειδούς αρθρίτιδας. Έχει επίσης αντιοξειδωτικές ιδιότητες, που συμβάλλουν στην προστασία του οργανισμού από διάφορες μορφές καρκίνου.

Μπορεί ακόμη να βοηθήσει τους ασθενείς που πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη. Έρευνες δείχνουν ότι, έπειτα από ολιγοήμερη διατροφή μόνο με καρπούζι, η δίψα, η πολουρία και η φαγούρα εξαφανίζονται και η αναλογία σακχάρου στα ούρα γίνεται φυσιολογική.

## Ποιοι να το αποφεύγουν

Όσοι πάσχουν από γλαύκωμα, διότι αυξάνει την ενδοφθάλμια πίεση

## Τι να προσέξω

Εάν είναι άγουρο, μπορείς να το αφήσεις να ωριμάσει για λίγες μέρες σε θερμοκρασία δωματίου.

Εάν δεν τον κόψεις, μπορεί να διατηρηθεί εκτός ψυγείου 2-3 εβδομάδες. Κομμένο και καλυμμένο, διατηρείται στο ψυγείο για λίγες μέρες.

Όσο για τους σπόρους του καρπούζιού, αν και συνηθίζεται να τους... φτύνουμε, αποτελούν σχεδόν ένα πλήρες γεύμα.

Προτίμησε ένα σφιχτό, συμμετρικό καρπούζι, χωρίς γδαρσίματα, βαθουλώματα και αποχρωματισμούς.

"Ζύγισέ" το στα χέρια σας. Πρέπει να είναι βαρύ για το μέγεθός του, αφού αποτελείται κατά 92% από νερό.

Γρατσουνίσε τη φλούδα του με το νύχι του αντίχειρα. Εάν ξεφλουδίζεται εύκολα, είναι ώριμο. Αν είναι άγουρο, η γρατσουνιά αφήνει μια σκούρα γραμμή.

Μερικοί ειδικοί ξεχωρίζουν το ώριμο καρπούζι από τον "κούφιο" ήχο που κάνει όταν το χτυπάνε.

Τέλος, τα καρπούζια που φυλάσσονται σε θερμοκρασία δωματίου παρέχουν στον οργανισμό περισσότερα θρεπτικά συστατικά από εκείνα που τοποθετούνται στο ψυγείο. Το αξιοπερίεργο, όμως, είναι ότι τα "καρπούζια του δωματίου" περιέχουν περισσότερα θρεπτικά συστατικά και από τα φρεσκοκομμένα από το χωράφι!

## Καρπουζοσυνταγές: Καρπουζόπιτα (!)

Η καρπουζόπιτα είναι γλυκό που έχει τις ρίζες της στις Κυκλάδες κι ιδιαίτερα στην Μήλο και Φολέγανδρο. Κι όσο αν φαίνεται εύκολο σαν γλυκό το μυστικό του είναι η πρώτη ύλη, όπως και σε όλα τα γλυκά. Θα έ-

χετε βέβαια ακούσει ότι ζητάμε ένα καρπούζι καλό όχι για πίτα. Κι όμως αν δεν είναι καλό ούτε για πίτα δεν κάνει. Η συνταγή μου προέρχεται από πολλές αναζητήσεις στο διαδίκτυο αλλά και σε περιοδικά προσαρμοσμένη από μένα.

## Υλικά:

1 μέτριο καρπούζι περίπου 5-6 κιλά  
3 κουταλιές ζάχαρη  
3 κουταλιές μέλι  
3-4 κουταλιές λάδι  
4 κουταλιές αλεύρι  
Αρκετό σουσάμι  
Κανέλα τριμμένη

## Εκτέλεση:

Κόβω το καρπούζι το καθαρίζω από τη φλούδα και τα κουκούτσια και το στύβω με τα χέρια μου μέσα σε ένα σουρωτήρι χωρίς να το διαλύσω εντελώς. Σε ένα μπολ κάτω από το σουρωτήρι μαζεύω το χυμό του. (Βάλτε τον στο ψυγείο και είναι ένα θαυμάσιο δροσιστικό). Αφήνω το καρπούζι στο σουρωτήρι τουλάχιστον για μια ώρα.

Σε ένα μπολ ανακατεύω το καρπούζι μια κουταλιά λάδι, τη ζάχαρη, το μισό μέλι και το αλεύρι έτσι που να έχω ένα μείγμα όχι πολύ νερούλο αλλά όχι και πολύ πηχτό. Αν χρειαστεί προσθέτω λίγο αλεύρι.

Αλείφω ένα ταψί (διαμέτρου 30) με λάδι και καλύπτω με σουσάμι όλο τον πάτο. Αδειάζω το μείγμα καρπούζιού στο ταψί και καλύπτω πάλι με σουσάμι. (Προσοχή δεν πρέπει να ξεπερνά τα 2-2,5 εκατοστά πάχος).

Ρίχνω από πάνω μια κουταλιά λάδι και ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς κι αέρα για 45 λεπτά.

Μόλις βγάλω από το φούρνο ρίχνω από πάνω το υπόλοιπο μέλι κι όταν κρυώσει πασπαλίζω με κανέλα. Τρώγεται και κρύα από το ψυγείο.

## ΤΕΧΝΙΚΟ ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

## ΕΡΓΟΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ

**ΚΑΦΟΥΡΟΣ Κ. ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ**  
ΜΕΛΕΤΗ – ΕΠΙΒΛΕΨΗ – ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ  
ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΙΣ – ΕΛΑΙΟΧΡΩΜΑΤΙΣΜΟΙ  
ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

www.ergokallitechniki.gr

ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ 153 ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ  
ΤΗΛ.: 210 9424550 – ΚΙΝ.: 6977 347 280  
ΤΗΛ.: 210 9920442 – ΚΙΝ.: 6972 694 335

## ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΛΟΓΟΥ & ΟΜΙΛΙΑΣ ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΔΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ

(ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ – ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ – ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ – ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ – ΕΙΔΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ – ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ)

## ΕΙΡΗΝΗ ΔΡΟΣΟΥ

SLT, P.G.C. in Dyslexia (Liverpool J.M. University)  
Λογοθεραπεύτρια – Ειδική Παιδαγωγός

Α. Βουλιαγμένης 336 & Γρ. Διγενή 1 Τ: 210 9953201,  
Αγ. Δημήτριος 697 8809257  
e-mail: drosou@institute.gr site: www.institute.gr

## Μαρία Κολυμπίρη-Διώτη

### Αισθητικός

- ✓ Μακιγιάζ (βραδινό-απογευματινό-νυφικό)
- ✓ Περιποίηση προσώπου-σώματος (μασάζ)
- ✓ Αποτρίχωση με κερί και με κλωστή
- ✓ Μανικιούρ-Πεντικιούρ-Ονυχοπλαστική

693 731 3367



## ΣΚΟΔΡΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.

### ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΙΚΑ ΕΡΓΑ

Υδρευση-Θέρμανση-Κλιματισμός  
-Πυρόσβεση-Αέρια-Βιομηχανικά

www.scodras.com  
info@scodras.com  
levitas@otenet.gr

Εδρα: Βούρβαχη 53, Ίλιον  
Αποθήκη: Πελίας 3, Ίλιον  
Τηλ.: 210 5771004, Fax: 210 5771004  
Κιν.: 697 4609538-697 3536070

## ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

## ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ

### ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

ΜΕΛΕΤΗ, ΕΠΙΣΚΕΥΗ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ,  
ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ  
ΔΟΜΗΜΕΝΗ ΚΑΛΩΔΙΩΣΗ  
ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΙ INSTA.BUS  
ΕΚΔΙΔΟΝΤΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ Δ.Ε.Η.

Τηλ.: 210 9935217, Κιν.: 694 5405607



## Η πρώτη Αιμοδοσία του Συνδέσμου για το 2014

Στις 2 Ιουνίου 2014, ημέρα Δευτέρα και από ώρα 5:30 - 8:30 πραγματοποιήθηκε η πρώτη αιμοδοσία του Συνδέσμου για το 2014 στο γραφείο του Πολιτιστικού μας Κέντρου στον Άγιο Δημήτριο.

Οι αιμοδότες-σες που προσήλθαν είναι:

1. Κολυδάς Αντώνιος του Πέτρου
2. Χάλαρη Μαρουλία του Γεωργίου
3. Γαβαλά Όλγα του Εμμανουήλ
4. Νικολής Γεώργιος του Ιωάννη
5. Νικολής Ματθαίος του Ιωάννη
6. Ρούσσου Αριάδνη του Αγαπίου
7. Κολυδάς Βικέντιος του Νικολάου
8. Πελέκης Ιάκωβος του Δημητρίου
9. Πελέκης Αντώνιος του Ιωάννη
10. Σιγάλα Μαρία του Εμμανουήλ
11. Νικολής Γεώργιος του Εμμανουήλ
12. Νικολή Μαρία του Εμμανουήλ
13. Ρούσσος Ιωάννης του Ρουσσέτου
14. Χάλαρης Γεώργιος του Δημητρίου
15. Νικολής Παναγιώτης του Αντωνίου
16. Ζώρζος Νικόλαος του Γεωργίου
17. Καραπαλικογλου Παναγιώτης του Ιωάννη
18. Χάλαρη Αριάδνη του Εμμανουήλ
19. Χάλαρη Μαργαρίτα του Γεωργίου
20. Χάλαρης Εμμανουήλ του Αντωνίου
21. Κολυδάς Εμμανουήλ του Νικολάου
22. Χάλαρης Νικόλαος του Ματθαίου (Ιερέας Ανάφης)
23. Χάλαρης Γεώργιος του Ιωάννη

24. Πατηνιώτης Ιωάννης του Μιχαήλ
25. Πατηνιώτη Εμμανουέλα του Μιχαήλ
26. Πατηνιώτης Αντώνιος του Μιχαήλ
27. Κομητόπουλος Δημήτριος του Νικολάου

28. Μαρνέλου - Ρούσσου Έφη του Κων/νου

Από τα είκοσι οκτώ (28) άτομα μπόρεσαν και έδωσαν αίμα τα είκοσι τρία (23).

Έτσι μέχρι σήμερα, τα αποθέματά μας στις δύο (2) Τράπεζες Αίματος είναι:

**Ελπίς** (πρώην Δρακοπούλειο) εκατόν δέκα τεσσereis (114) Μονάδες

**Ερυθρός** πενήντα τρεις (53) Μονάδες

Ευχαριστούμε θερμά όλους τους αιμοδότες μας για την στήριξή τους και την παρουσία τους.

Η υπεύθυνη της αιμοδοσίας  
Γαβαλά Φλώρα  
Πρόεδρος Συνδέσμου

### Ανακοίνωση

Όπως ήδη γνωρίζεται οι πατριώτες-σες μας ενημερώνονται τηλεφωνικά με μήνυμα για τα νέα και τις εκδηλώσεις του Συνδέσμου..

Όσοι δεν ενημερώνεστε και επιθυμείτε την εγγραφή σας στο σύστημα στείλτε το ονοματεπώνυμό σας και το κινητό σας τηλέφωνο και την λέξη «εγγραφή» με μήνυμα στο κινητό:

6972035393.

Αντίστοιχα όσοι είστε περασμένοι στο σύστημα και επιθυμείτε την διαγραφή σας στείλτε μήνυμα με το ονοματεπώνυμό σας και το τηλέφωνο σας αλλά με την λέξη «Διαγραφή».



CAFE - SNACK - CREPA

Υπεύθυνος καταστήματος  
Μανώλης Αλεξιάκης

Αγίου Δημητρίου 61 - Τ.Κ. 173 43  
Άγιος Δημήτριος - 210 9763070

## ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΑΝΑΦΑΙΩΝ

Παμίσου 21 και Παλαιών Πατρών Γερμανού  
Τ.Κ 17343 Άγιος Δημήτριος  
Τηλέφ-fax: 210-9719140

Προς: Δήμαρχο Ανάφης  
Κο Ρούσσο Ιάκωβο

Αριθμ.Πρωτ: 170  
Ημερομηνία: 20-5-14

### Εκφραση Συγχαρητηρίων

Η Πρόεδρος και το Διοικητικό Συμβούλιο του Συνδέσμου των Απανταχού Αναφαίων σας συγχαίρουν για την επανεκλογή σας στην θέση του Δημάρχου της Ανάφης και σας εύχονται προσωπική, οικογενειακή ευτυχία και καλή επιτυχία στη συνέχιση της πορείας σας στην τοπική αυτοδιοίκηση.



Προς: Δήμαρχο Αγίου Δημητρίου Αριθμ.Πρωτ: 171  
Κα Ανδρούτσου Μαρία Ημερομηνία: 27-7-14

### Εκφραση Συγχαρητηρίων

Η Πρόεδρος και το Διοικητικό Συμβούλιο του Συνδέσμου των Απανταχού Αναφαίων σας συγχαίρουν για την επανεκλογή σας στην θέση της Δημάρχου του Αγίου Δημητρίου και σας εύχονται προσωπική, οικογενειακή ευτυχία και καλή επιτυχία στη συνέχιση της πορείας σας στην τοπική αυτοδιοίκηση

Με εκτίμηση  
Το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος  
Γαβαλά-Νάκου Φλώρα

Ο Γενικός Γραμματέας  
Νικολής Γεώργιος

### ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΘΟΚΟΜΙΑΣ - ΚΗΠΟΤΕΧΝΙΑΣ

#### ΝΙΚΟΣ ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ-ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΗΠΩΝ  
ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΧΛΟΟΤΑΠΗΤΑ  
ΑΥΤΟΜΑΤΟ ΠΟΤΙΣΜΑ  
ΚΑΤΑΡΡΑΧΤΕΣ  
ΒΡΑΧΟΚΗΠΟΙ

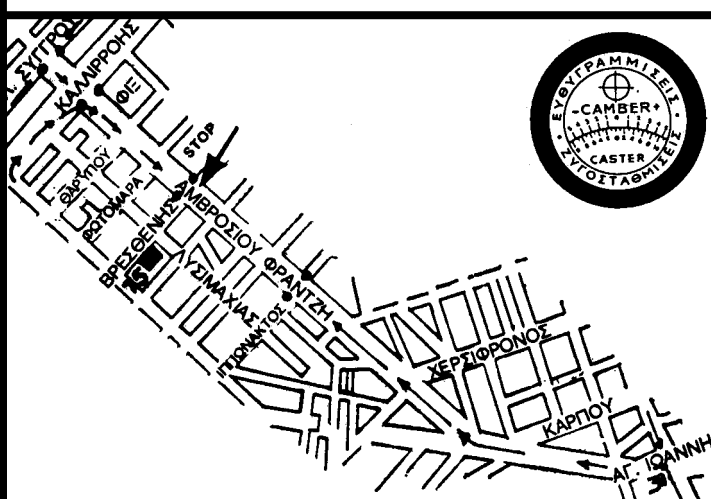
ΤΗΛ. 210 8975977 - ΚΙΝ. 697 4797248



### ΔΙΟΝΥΣΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓ.

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ  
ΕΥΘΥΓΡΑΜΜΙΣΕΙΣ ΖΥΓΟΣΤΑΘΜΙΣΕΙΣ  
ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ & ΕΠΑΝΑΦΟΡΕΣ ΣΑΣΙ

### ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΟ ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ



ΘΕΟΔ. ΒΡΕΣΘΕΝΗΣ 75 Ν. ΚΟΣΜΟΣ  
210 923 9631 - 210 923 6459

### ΚΟΥΦΩΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ-ΣΙΔΗΡΟΥ ΧΑΛΑΡΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

Γούναρη 219 ☎ ΚΑΤ. 210 96 49 104  
ΓΛΥΦΑΔΑ ΚΙΝΗΤΟ 6944 33 58 05

### ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΣΙΔΗΡΟΥ



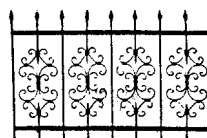
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΑΓΚΕΛΑ

ΑΡΧΙΤΕΚΤ. ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

ΠΑΤΑΡΙΑ - ΣΚΑΛΕΣ

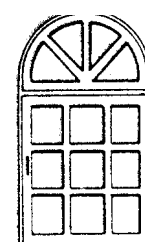
ΨΕΥΔΟΡΟΦΕΣ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΣΜ.



ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΔΥΣΚΟΛΗ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΕΧΟΥΜΕ  
ΤΗΝ ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗ ΛΥΣΗ

### ΚΟΥΦΩΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ



EUROPA 500 - 1000 - 900

ALUMIN 9000 - 9200 9300

- 9400 - 9600

ETEM 2200 - 2300

ALPIN 2000 - 400

PROFIL 150 - 219

ΑΛΜΕΤΑΛ