



Σύντομα
κοντά σας



ΒΟΥΤΣΕΛΗΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ - ΦΩΤΙΣΜΟΣ

Α. Μαραθώνος 65 Άνοιξη

Νοέμβριος 19 / Φύλλο 140

Βόρεια Προάστια

ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Η πρώτη εφημερίδα των Βορείων Προαστίων

www.voreiaproastia.gr



ΑΤΟΜΙΚΟ ΣΥΜΦΕΡΟΝ

ΠΟΣΟ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΔΗΜΟΤΩΝ;

σελ.12-13



MarCal

= BAKERY SWEET & COFFEE =

Ψωμί - Γλυκό - Καφές

Α. Κρουνερίου 39 Κρουνέρι - Τηλ: 210 81 61 065 @ MarCalbakery f MarCalbakery

παραδοσιακό
ζυμωτό ψωμί!!!



- ✓ ΔΙΑΝΟΜΗ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ & ΑΥΘΗΜΕΡΟΝ
- ✓ ΕΓΓΥΗΣΗ ΣΤΑ ΒΟΡΕΙΑ ΠΡΟΑΣΤΙΑ
- για την Ποιότητα & την Ποσότητα
- ✓ Έως 6 άτοκες δόσεις
- ✓ Δεκτές όλες οι κάρτες

τηλ: 210 62.20.600 - 210 81.60.622 • Ασκληπιού 3, Κρουνέρι • www.petrelaiothermansis.gr

MARTIAL ARTS RHYTHMIC & GYMNASTICS FITNESS

NAS CAMP SPORTS ACADEMIES

by AEK ΑΓΙΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ



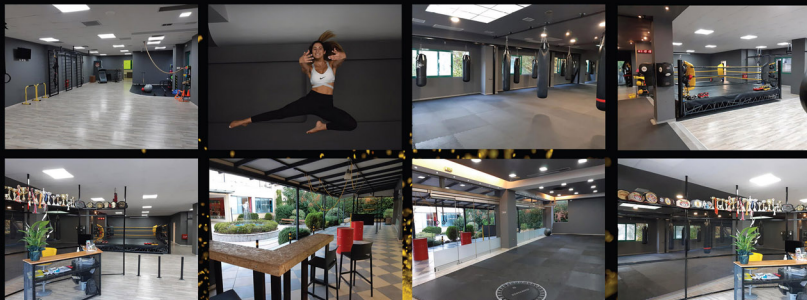
Α.Σ. ΑΕΚ ΑΓΙΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ - ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΠΟ ΤΗ Γ.Γ.Α.
Ηρώων Πολυτεχνείου 13 Σιρριναπόρου 1Α Αγ. Στέφανος
210 6215542 6981005948 6947779390
nascamp@outlook.com facebook : NASSPORTSCAMP

Νέα εποχή για τις ακαδημίες μας, στον ανακαινισμένο χώρο 900 τετραγωνικών για τις πολεμικές και μαχητικές τέχνες και ξεχωριστό για τα προγράμματα των gymnastics - ρυθμικής - ακροβατικής και των τμημάτων FITNESS και ενδυνάμωσης.

Χώρος αναμονής για τους γονείς με Health cafe.

Ενημερωθείτε από την γραμματεία μας καθημερινά από 9:00 - 21:00 .

Καλή αθλητική σεζόν με καλή διάθεση και επιτυχίες τόσο ατομικές όσο και συλλογικές.



Σύγκρουση οχημάτων με αγριογούρουνο στη Λεωφόρο Διονύσου

Δυσάρεστη έκπληξη περιμένε το βράδυ της Τρίτης 12 Νοεμβρίου δυο οδηγούς που κινούνταν επί της Λεωφόρου Διονύσου, μια που ενεπλάκησαν σε τροχαίο ατύχημα με... αγριογούρουνο που διέσχισε τη Λεωφόρο!

Πιο συγκεκριμένα, στη συμβολή της Λεωφόρου Διονύσου με την οδό Μάνης ένα αυτοκίνητο συγκρούστηκε με αγριογούρουνο, ενώ ελάχιστα λεπτά αργότερα δεύτερο όχημα που περνούσε από το ίδιο σημείο δεν πρόλαβε να ανα-

κόψει ταχύτητα, με αποτέλεσμα να συγκρουστεί και αυτό με το ζώο, το οποίο και σκοτώθηκε. Οι οδηγοί δεν τραυματίστηκαν, αλλά τα οχήματα υπέστησαν ζημιές, το δεύτερο μάλιστα από αυτά σοβαρές.

Με αφορμή το γεγονός, οι τοπικοί σύμβουλοι συζητήσαν τρόπους ενμέρωσης των κατοίκων, ώστε να είναι ιδιαίτερας προσεκτικοί κατά τις μετακινήσεις τους, ειδικά τις βραδινές ώρες, όπως και έγινε μερικές ημέρες μετά.

Πόρισμα - ανατροπή για το μοιραίο τροχαίο του γιου του Ζαχαριά



Ανατροπή στην υπόθεση του τροχαίου δυστυχήματος με θύμα τον 23χρονο **Αλέξανδρο Ζαχαριά**, για του γνωστού επιχειρηματία της αμόνιμης αλυσιδίας καταστημάτων παιγνιδιών, επεφύλασσε το πόρισμα του ανεξάρτητου πραγματογνώμονα που ανέλαβε την έρευνα για τα αίτια του τροχαίου συμβάντος. Οι αρχικές εκτιμήσεις ανέφεραν ότι ο Αλέξανδρος Ζαχαριάς είχε αναπτύξει το απόγευμα της 23ης Ιουλίου του 2019 μεγάλη ταχύτητα **στη λεωφόρο Τραπεζούτσου, στον Άγιο Στέφανο**, με αποτέλεσμα να "καρφωθεί" σε ένα δέντρο, στην προσπάθειά του να αποφύγει προπορευόμενο όχημα.

Το πόρισμα ωστόσο καταρρίπτει την παραπάνω θεωρία.

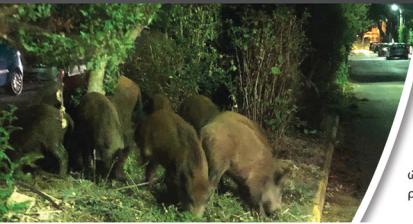
Ο πραγματογνώμονας κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η μοιραία πρόσκρουση του αυτοκινήτου στο δέντρο έγινε με ταχύτητα 95 χιλιομέτρων την ώρα. Ο 23χρονος δεν φορούσε ζώνη και βρήκε ακαριαίο θάνατο.

Στην προκειμένη περίπτωση, όπως εξήγησαν οι



ειδίκοι, ο θάνατος μπορεί να μην είχε αποφευχθεί ακόμα και αν ο 23χρονος φορούσε ζώνη. Αυτό διότι η δύναμη της επιβράδυνσης ήταν τέτοια που δεν θα μπορούσε να την αντέξει ο ανθρώπινος οργανισμός.

Το τελικό συμπέρασμα του πραγματογνώμονα είναι ότι το δυστύχημα οφείλεται σε έναν συνδυασμό παραγόντων: **Στην ταχύτητα του αυτοκινήτου του Αλέξανδρου Ζαχαριά, στη στενότητα της λεωφόρου που χωράει αποκλειστικά δύο οχήματα και στον πολύ μικρό χρόνο αντίδρασης** που είχε ο οδηγός προσπαθώντας να αποφύγει το προπορευόμενο όχημα.



Διανομή Πετρελαίου Θέρμανσης

Στράτος Γεωργ. Χαβιαρόπουλος

Άμεση εξυπηρέτηση

Εγγυημένη ποιότητα

40 Χρόνια εμπειρίας

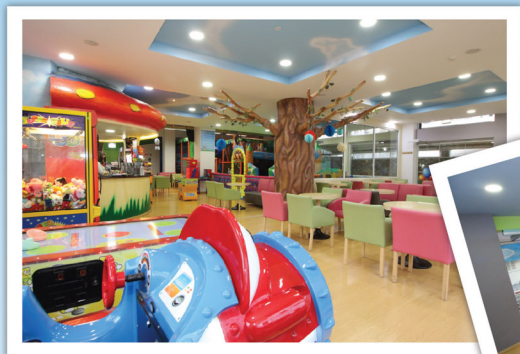


Τηλ.: 210 81 41 504, 6932 37 52 52

email: StratosXaviaropoulos@gmail.com

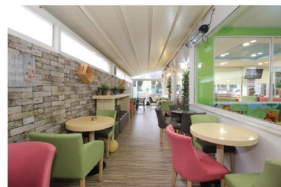


Cafe
Παιδότοπος
Παιδικά Party
Οργάνωση
Εκδηλώσεων



Νέο

Ανακαινισμένος Χώρος - Αίθουσα Prive Party



Λεωφ. Μαραθώνος 102, Άνοιξη • Τηλ.: 211 411 4090
www.pareamikroimegaloi.gr

Εισβολή με αυτοκίνητο σε σούπερ μάρκετ στον Άγιο Στέφανο

«**Χ**τύπησαν» για μια ακόμη φορά οι άγνωστοι που χρησιμοποιούν αυτοκίνητα ως πολιορηκτική κριό για να εισβάλλουν σε καταστήματα.

Η νέα ληστεία πραγματοποιήθηκε αυτή τη φορά στον Άγιο Στέφανο, όπου άγνωστοι «μπούκαραν» σε σούπερ μάρκετ την Πέμπτη 21 Νοεμβρίου στις 4:15 τα ξημερώματα.

Ο δράστες προσέκρουσε με το όχημα στην είσοδο του σούπερ μάρκετ και άρπαξαν την ταμειακή μηχανή.

Στη συνέχεια, φόρτωσαν την ταμειακή σε παρακείμενο όχημα που τους περίμενε και διέφυγαν.



Νεκρή η "εξημερωμένη" αλεπού της Προκονήσου

Την Παρασκευή 16 Νοεμβρίου, γύρω στις 21:00 το βράδυ, ακούστηκαν κάποιου πυροβολισμού οι οποίοι αναστάτωσαν την ήμερη περιοχή της Προκονήσου Σταμάτας. Το πρώτο της επομένως, οι περισσότεροι από την πλατεία αγοράς στην Προκονήσου, αντίκρισαν το διασάεστο θέμα μιας νεκρής αλεπούς στο χορτάρι.

Το ζώκι είχε κάνει τη συγκεκριμένη περιοχή σπίτι του, χωρίς να είχε προκαλέσει κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα σύμφωνα με τους κατοίκους της περιοχής (όπως η επίθεση σε οικίσματα ζώα). Οι ίδιοι μάλιστα, όπως μας είπαν, συνήθιζαν να την ταΐζουν και να απολαμβάνουν τη συνύπαρξή τους με το "άγριο" ζώο. Κάποιος, όμως, είχε αντίθετη άποψη, όπως φαίνεται από την κατάληξη αυτής της συνύπαρξης...

Δυστυχώς η αντιμετώπιση ορισμένων προς τα ζώα είναι απάνθρωπη, με τα περισσότερα κατοικίδια να αυθάνονται αντί να περιορίζονται.

Είναι θέμα παιδείας, αλλά σίγουρα είναι πρόπον να ληφθούν δραστηικά μέτρα για τη μείωση ανάλωγων συμβάντων, τουλάχιστον στα όρια των δήμων μας.



ΒΑΡΝΑΒΑΣ

Ακόμη ένα **μηχάνημα ATM ανατίναξαν** άγνωστοι στην περιοχή του Βαρνάβα Αττικής

Σύμφωνα με την αστυνομία, οι δράστες προκάλεσαν έκρηξη στο ATM, που βρίσκεται στην είσοδο του κοινοτικού καταστήματος, την Τετάρτη 20 Νοεμβρίου στις 02:30 και αφού αφαίρεσαν τις καστίνες με τα χρήματα τράπηκαν σε φυγή.

Από την έκρηξη προκλήθηκαν υλικές ζημιές, ενώ βρίσκονται σε εξέλιξη οι αστυνομικές έρευνες για τον εντοπισμό και τη σύλληψη των δραστών.





Πάλλης

Εκτυπώσεις ποιότητας

τυπογραφείο

email: pallis.print@gmail.com

Κ. Θεοτόκου 20 • Άγιος Στέφανος • Τ: 210 6219 038 • Κ: 6932000 212

ΑΝΑΓΛΥΦΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Τιμοκατάλογος και Εκτύπωση

καταλόγων σε γλώσσα παράδοσης **BRaille**

χονδρικής για Μετατροπή

και έκτυπωση **BRaille**

με άμεση παράδοση

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ

ΙΣΧΥΣ ΑΠΟ 1.1.2019 νόμος 4488/2017

<p>Για 2-3 σελίδες κείμενο απλής γραφής έως 10 σελίδες Braille</p> <p>55 €</p> <p>κάθε επιπλέον αντίτυπο +10€ η αντίστοιχία χρεώνεται επιπλέον 15€</p>	<p>Για 3-5 σελίδες κείμενο απλής γραφής έως 20 σελίδες Braille</p> <p>70 €</p> <p>κάθε επιπλέον αντίτυπο +15€ η αντίστοιχία χρεώνεται επιπλέον 20€</p>	<p>Για 5-8 σελίδες κείμενο απλής γραφής έως 30 σελίδες Braille</p> <p>85 €</p> <p>κάθε επιπλέον αντίτυπο +20€ η αντίστοιχία χρεώνεται επιπλέον 25€</p>
--	--	--

Οι καταλόγοι παραδίδονται άμεσα σε 2-3 εργάσιμες ημέρες. Στις παραπάνω τιμές περιλαμβάνονται κοντά 600 γραμμάτια ελεύθερου/αποθετικού και έλεγμα με ψηφίο.

η αντίστοιχία είναι άλλος ένας κατάλογος μετάφρασης Braille ώστε να γνωρίζουμε τι αναγράφεται

ΤΟ ΑΝΑΓΛΥΦΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ χρεώνεται επιπλέον 15€

Οι παραπάνω τιμές δεν περιλαμβάνουν Φ.Π.Α. Στις παραπάνω τιμές δεν συμπεριλαμβάνεται η δακτυλογράφηση κειμένων των καταλόγων. Τα κείμενα των καταλόγων παραδίδονται από σας σε μορφή word ύστερα από συνενόηση με το γραφιστικό τμήμα της εταιρείας μας. Για οποιαδήποτε εργασία πέρα των αναγραφόμενων επικοινωνήστε μαζί μας για προσφορά.

ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ

ΜΠΟΥΡΑΣ

ΤΙΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

- ✓ ΑΜΕΣΗ ΚΑΙ ΣΩΣΤΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ
- ✓ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΙ ΔΕΞΑΜΕΝΩΝ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΕΙΣ
- ✓ ΔΕΚΤΕΣ ΟΛΕΣ ΟΙ ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ

διανομή
κατ'οίκον




Αγίου Ιωάννου 32, Ροδόπολη
Τηλ.: 210 62 29 659, 210 62 11 840, Κιν.: 6999 770 770



θαλασσομαγειρέματα & ΤΣΙΠΟΥΡΑΔΙΚΟ

Άβακας

Εντός σιδηροδρομικού σταθμού
Αγίου Στεφάνου στην Αθήνα...

τηλ.: 210 6217080  Άβακας μουσικό μεζεδοπωλείο-οινομαγειρείο





Το internet πουλάει εσείς;

- Κατασκευή Ιστοσελίδων & E-Shop
 - Social media marketing
 - Email marketing

Αθηνών Χαλκίδος 21, Άνοιξη Τ.Κ. 14569
Τηλ.: 210 8141 727 - 699 5244 384
www.enzodesign.gr, info@enzodesign.gr

Εργασίες επισκευής και κατασκευής φρεατίων στον Άγιο Στέφανο

Σε εξέλιξη βρίσκονται εργασίες επισκευής υφιστάμενων φρεατίων αλλά και κατασκευής νέων, στις οδούς Ζημιόλου και 28ης Οκτωβρίου στον Άγιο Στέφανο, στο πλαίσιο του εξελισσόμενου αντιλημμυρικού έργου στη Δημο-

τική Κοινότητα του Αγίου Στεφάνου.

Ο Δήμαρχος Διονύσου Γιάννης Καλαφατέλης δήλωσε σχετικά: «Η δημοτική αρχή είναι ιδιαίτερα βεβαίως στην έγκαιρη ολοκλήρωση έργων που σχετίζονται με την αντιλημμυρική

χώρωση του Δήμου Διονύσου και στις 7 Δημοτικές Κοινότητες. Η συνεχής βελτίωση των υποδομών και η εμπέδωση αισθητικής ασφάλειας στους δημότες, ενόψει των δυσμενών καιρικών φαινομένων, αποτελεί κορυφαία προτεραιότητά μας».



Λογαριασμός νερού με επεξηγηματική επιστολή από το δήμαρχο Διονύσου

Εδώ και μερικές ημέρες οι κάτοικοι του Δήμου Διονύσου έχουν αρχίσει και πάλι να βρίσκουν στα γραμματοκιβώτια τους τους λογαριασμούς ύδρευσης, μετά από πολύμηνη καθυστέρηση και ανησυχία. Ο λογαριασμός που ακολουθείται με πληρώσιμους, εν προκειμένω, αφορά στο τέταρτο τετράμηνο του 2018 και σύμφωνα με σχετική πρόσφατη διευκρινιστική ανακοίνωση του Δήμου Διονύσου, ο έμπονος δεν θα αποσταλεί πριν να περάσει τουλάχιστον ένα δίμηνο.

Το λογαριαστικό συνδέεται και μια επιστολή από το δήμαρχο Διονύσου Γιάννη Καλαφατέλη, μέσα από την οποία εξηγεί τη δράση της δημοτικής αρχής.

* Αγαπητοί συνδημότες, Φίλες και φίλοι,

Είμαι πολύ χαρούμενος που έχω την ευκαιρία να επικοινωνήσω σήμερα μαζί σας δύο περίπου μήνες μετά την ανάλυση των καθηκόντων της νέας δημοτικής αρχής.

Θα ήθελα να σας διαβεβαιώσω, με απόλυτη σιγή, να επιστρέψω στο θεσμικό μου ρόλο ως Πρώτου Πολίτη του δήμου, όχι στο αυτο το διαστάση εγώ και οι συνεργάτες μου εργαζόμεστε σκληρά και μεθοδικά, για να επιστρέψουμε όσο το δυνατόν περισσότερο προβλήματα, από το πόδι που παραλήθαμε. Ένα από αυτά δυστυχώς ήταν η απαράδεκτη καθυστέρηση αποστολής αυτού του λογαριασμού.

Από την πρώτη μέρα που με δική σας ενισχυτή συνεισφορά τη διοίκηση, δώσατε και συνεχίζουμε να δίνουμε μια αίσθηση μέχρι στον τομέα της καθαριότητας και του περιβάλλοντος, προκειμένου να επαναφέρουμε την κανονικότητα, που είχε χαθεί τους προηγούμενους μήνες.

Δεν είναι τώρα η κατάλληλη στιγμή για να σας ενημερώσω αναλυτικά ποια κατάσταση κληθήκαμε να αντιμετωπίσουμε και υπό ποια συνθήκες. Αυτό που έβα σημασία είναι ότι η προσπάθειά μας συνεχίζεται με εντατικούς ρυθμούς και αισιοδοξώμε ότι μέσα στους επόμενους μήνες ο Δήμος μας θα γίνει ένας από τους καθαρούς Δήμους της Αττικής.

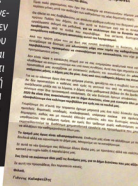
Για να το κάνουμε όμως όσο πιο γρήγορα γίνεται, χρειάζεται και η συμβολή των πολιτών. Αν δεν προστεθεί ο καθένας από εμάς τη γενναία του από τα απορρίμματα, τα ανελέητα μπάζα και τα λύματα, ο Δήμος έχει μαθηματικά βέβαια ότι θα βρεθεί πολύ σύντομα στην ίδια τριτοκοσμική κατάσταση. Ος νέα διοίκηση έχουμε αποφασίσει ότι το 2020 θα είναι έτος ανακύκλωσης για το δήμο Διονύσου, είναι μια ευκαιρία όλα μαζί να εξεραρλογίσουμε ένα καλύτερο περιβάλλον για εμάς και τα παιδιά μας.

Γνωρίζουμε ότι αυτή την τετραετία έχουμε μπροστά μας ένα πολύ δύσκολο έργο, με ημιτελείς δημοτικές υποδομές, κυκλοφοριακά υπέρβαρα ενδοκίγια για σχολεία και Δημαρχείο, καθώς και με παντελή έλλειψη μελετών και που απειλεί να υποθηκεύσει την επόμενη μέρα, αν εμείς δεν χρεώσουμε χωρίς καθυστέρηση για να εμπνευστείσουμε τα διαθέσιμα χρηματοδοτικά εργαλεία και προγράμματα που μπορούν να αλλάξουν την καθημερινότητα όλων μας.

Το φρόνημά μας όμως είναι διασημαριστικό. Εμπήμη μας είναι να αλλάζουμε με πολλή δουλειά αλλά και καινοτομία το Δήμο μας. Μπορούμε να το καταφέρουμε. Σε αυτό το νέο ξεκίνημα σας θέλωμε όλους δίπλα μας αλλά και καλύτερη κριτική για τυχόν λάθη ή παραλείψεις μας.

Σας ζητούμε να ενισχύσετε όλη μαζί τις δυνάμεις μας για το Δήμο Διονύσου που μας αξίζει! Σε αυτή την προσπάθεια δεν περισσεύουν κανείς. Φιλικά,
Γιάννης Καλαφατέλης

* Η μορφοποίηση της επιστολής (όπως τα έντονα γράμματα) μεταφράστηκε αυτούσια.



ΥδροCanal

μονοκόμματα υδρορροές αλουμινίου

ΜΟΝΟΚΟΜΜΑΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΥΔΡΟΡΡΟΩΝ



- ✓ 20 χρόνια γραπτή εγγύηση για την ποιότητα των υλικών και της εργασίας μας.
- ✓ Εγκατάσταση μονοκόμματων υδρορροών, χωρίς εμφανή στρίψιματα.
- ✓ Υλικά αναλώσιμα στο χρόνο, με ηλεκτροστατικές βαφές (ISO 9001:2000).
- ✓ ΠΑΤΕΝΤΑ – «XTEN!» Αρ. Πατέντας: 1005445 & 6002469.

• Οικονομία • Ποιότητα • Άψογη αισθητική • Αντοχή • Λειτουργικότητα • Στεγανότητα

Κατάστημα Αττικής: Παλάδος Αθηνών 39, Παλλήνη, Αττικής | τηλ.: 210.6645281

Κατάστημα Ηλείας: Αγ. Γεωργίου, Πύργος, Ν. Ηλείας | τηλ.: 26210.36660

web: www.ydrocanal.gr | email: tsoglis@ydrocanal.gr

ΜΙΧΑΗΛ ΜΑΝΔΑΛΑΚΑΣ Α.Ε.

ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΥΦΑΣΜΑΤΩΝ ΑΠΟ ΤΟ 1946

2500 σχέδια για ...εσάς

mmc!

fashion textiles

ΠΡΑΓΜΑΤΙΟ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟΥ ΛΕΥΚΩΝ ΒΙΩΝ

ΧΙΟΥ 1, ΚΡΥΟΝΕΡΙ ΑΤΤΙΚΗΣ

Όρες: Δεσποινίς Δευτ. - Παρ.: 09μ - 14μ | Σάβ.: 09μ - 2μ
Τ. 210 6161514 - Φ. 210 6261235 - Φ. 210 6161215
e-mail: info@mandalakas.gr web: www.mmc.gr

- κουρτίνες (σε όλες τις βαφές)
- κουρτινοθήκες
- αξεσουάρ κουρτίνας
- σεντόνια
- παπλωματοθήκες
- κουβέρτες
- ριζτόνια
- νυχτικά κουβερτόνια
- μπιμπινιέρες
- πετσέτες
- μπουνοβύζια
- τραπεζομάντιλα
- σεμάν

Φυσικό αέριο στο δήμο Διονύσου από το 2021

Συνάντηση στα γραφεία της Εταιρείας Διανομής Αερίου Αττικής (Ε.Δ.Α. Αττικής) στη Λυκόβρυσσ, πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 14 Νοεμβρίου 2019, μεταξύ του Δημάρχου Διονύσου Γιάννη Καλαφατέλη, συνοδευόμενου από τους Αντιδημάρχους Γιάννη Φωτιάκη και Χρήστο Παπαβασιλείου και του Διευθυντή Ανάπτυξης Υποδομών της Ε.Δ.Α. Αττικής κ. Ιωάννη Ντρούκα.

Αντικείμενο της συνάντησης υπήρξε η ένταξη των περιοχών του Δήμου Διονύσου στο πενταετές πρόγραμμα ανάπτυξης της Ε.Δ.Α. Αττικής, προκειμένου αυτές να αρχίσουν να συνδέονται με το δίκτυο φυσικού αερίου.

Η συζήτηση ήταν ιδιαίτερα εποικοδομητική και επιφανώθηκε η εντατική επιφανεία και συνεργασία μεταξύ των αρμοσίων υπηρεσιών των δύο μερών, δηλαδή της Ε.Δ.Α. Αττικής και του Δήμου Διονύσου, προκειμένου να ξεκινήσει άμεσα ο προγραμματισμός και η μελέτη των σχετικών έργων, έτσι ώστε αυτά να αρχίσουν να εκτελούνται από το 2021 και μετέπειτα.



Γιάννης Καλαφατέλης:

«Ο κόσμος να μας εμπιστευτεί, για να φτιάξουμε όλοι μαζί το Δήμο που μας αξίζει»

Συνέντευξη στο Τηλεοπτικό Κανάλι HIGH TV και την εκπομπή «Χωρίς Χρώμα», που παρουσιάζει ο δημοσιογράφος Γιάννης Βαθιάτης, παραχώρησε ο βράδυ της Τρίτης 5 Νοεμβρίου ο Δήμαρχος Διονύσου Γιάννης Καλαφατέλης. Η συνέντευξη διάρκειας περίπου 20 λεπτών, με τον δήμαρχο Διονύσου να απαντά σε αρκετά θέματα που τέθηκαν στο τραπέζι.



Για το εκλογικό αποτέλεσμα

«Ο κόσμος να δώσει μια δεύτερη ευκαιρία για να βάλουμε τα πράγματα στη θέση τους».

Για την απλή αναλογική

«Η αλήθεια είναι ότι η απλή αναλογική φέρνει πάρα πολλά προβλήματα στους δήμους. Θεωρώ όμως ότι με τις διορθωτικές κινήσεις που έχει κάνει το Υπουργείο Εσωτερικών μέσω της Οικονομικής Επιτροπής μπιάνου τα πράγματα στη θέση τους. Βεβαίως αυτό έχει να κάνει και με τη συναισθηση που επεξεργαζόμαστε κι εμείς για κάθε θέμα και εισήγηση που φέρνουμε εμείς στο δημοτικό συμβούλιο».

Για την πιο δυσάρεστη στιγμή που βίωσε ως δήμαρχος

«Το ότι έλασα τις εκλογές το 2014. Θυμάμαι ότι δουλέψαμε νυχθημέρον να φτιάξουμε ένα δήμο λειτουργικό και αξιόπιστο. Δεν είχαμε την τύχη που θα θέλαμε. Προ-

χωρήσαμε, δεν το βάλουμε κάτω, πέσαμε αλλά σηκώθηκαν και θέλω να πιστεύω ότι θα φτιάξουμε στο επιθυμητό αποτέλεσμα».

Το μήνυμα του δημάρχου προς τους δημότες

«Ο κόσμος να μας εμπιστευτεί, για να φτιάξουμε όλοι μαζί το Δήμο που μας αξίζει».

Ο Δήμαρχος Διονύσου απάντησε ακόμη σε ερωτήματα για τις ασφαλιστικές, το αποχετικό, τα όμβρια και το κυκλοφορικό και εμφανίστηκε αισιόδοξος ότι όλα τα ζητήματα θα μπορούσαν να επιλυθούν, σε μεγάλο βαθμό, εντός της τετραετίας.

Εξασφάλισε, επίσης, ότι η δημοτική αρχή θα είναι διεκδικητική απέναντι στην Περιφέρεια, πιέζοντας για τη χρηματοδότηση έργων πλούς εντός των ορίων του Δήμου Διονύσου, ενώ ανέφερε ως βασικές προτεραιότητες του τη βελτίωση των βασικών υποδομών αλλά και των σχολικών κτιρίων.




ANASTAZIA HOTEL

LUXURY SUITES & ROOMS

Ένα ξενοδοχείο με πλήθος ανακαινισμένα δωμάτια, με μοναδική διακόσμηση από έμπειρους επαγγελματίες, σε συνεργασία με την CocoMat.

Νέα eco-friendly φιλοσοφία και διάθεση στα δωμάτια μας και πολυτελείς Suites. Θερμαινόμενη πισίνα, σύγχρονο pool-bar, Spa με Sauna, γυμναστήριο, jacuzzi, massage και περιποιημένα προσιτό, σε προστιθέσιμες υπηρεσίες και άψογο service.

Μοναδικός μας στόχος:
η ΑΠΟΛΥΤΗ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ οαs!



διαμονή



πλούσιο πρωινό & lounge bar



SPA



γάμος βάπτιση



ΑΤΟΜΙΚΟ ΣΥΜΦΕΡΟΝ ΠΟΣΟ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΔΗΜΟΤΩΝ;

Η περιοχή μας αντιμετωπίζει σοβαρές προκλήσεις, με κυριότερη από αυτές την έλλειψη ενός αξιοπρεπούς επιπέδου ζωής για τους κατοίκους της. Τα προβλήματα των δήμων Κηφισιάς και Διονύσου συγκλίνουν κυρίως στα εξής: **αντιπλημμυρική προστασία, υποδομές, κυκλοφοριακό, δημόσιος φωτισμός**. Κακά τα ψέματα, τα προβλήματα αυτά είναι χρόνια και οι δημότες έχουν εκφράσει την έντονη δυσανεξία τους ουκ ολίγες φορές. Βέβαια, δεν μπορεί να μην αναγνωριστεί ότι οι δημοτικές αρχές έχουν καταβάλει σημαντικές προσπάθειες για την επίλυση αυτών των προβλημάτων.

Αρχικά θα πρέπει να αναρωτηθούμε το εξής:

Διαθέτουν οι δήμοι τους μηχανισμούς και τις πολιτικές για να τα αντιμετωπίσουν επαρκώς;

Μέχρι ποιο σημείο φτάνει η δικαιοδοσία και η ικανότητα αποφασιστικής παρέμβασης μιας δημοτικής αρχής;

Απαντώντας κατ' αρχάς στο δεύτερο ερώτημα θα επιχειρήσουμε να απαντήσουμε και στο πρώτο. Ας πιάσουμε το αποχετευτικό. **Είναι ευθύνη της δημοτικής αρχής η ανεξέλεγκτη πέρυσηση λυμάτων στους δρόμους;** Ναι και όχι. Βλέπτε, μπορεί η επίλυση του αποχετευτικού να αποτελεί μια εκνευριστικά χρονοβόρα διαδικασία, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι οι κάτοικοι πρέπει να παίρνουν κατά τέτοιο τρόπο την κατάσταση στα χέρια τους.

Γεμίζοντας τους δρόμους της περιοχής μας με λύματα, κάνουν κακό όχι μόνο στην εικόνα του τόπου, αλλά θέτουν σε κίνδυνο την υγεία των συμπολιτών τους. Δεν είναι λίγα τα περιστατικά τόσο τροχαιών ατυχημάτων λόγω της ολισθηρότητας του οδοστρώματος, όσο και τραυματισμών για το ίδιο λόγο.

Στο συγκεκριμένο πρόβλημα, η προηγούμενη δημοτική αρχή του Διονύσου απάντησε με ορισμένα εξώδικα στους πολίτες που συστηματικά ακολουθούσαν αυτή την πρακτική, όπως μας είχε πληροφορήσει η πρώην αντιδήμαρχος Περιβάλλοντος **κ. Αγγελική Πέττα**, σε μια συνέντευξη που μας είχε παραχωρήσει στην εκπομπή «Τα εν οίκω εν δήμω» στις αρχές του 2019. Αν και δεν είμαστε προς το παρόν σε θέση να γνωρίζουμε πώς ακριβώς προχώρησε η συγκεκριμένη διαδικασία, αυτό που μπορούμε να υποστηρίξουμε με ασφάλεια είναι ότι η συγκεκριμένη πρακτική δεν έφερε κάποιο ουσιαστικό αποτέλεσμα. Τα συγκεκριμένα φαινόμενα συνεχίζουν να δυσχεραίνουν την καθημερινότητά μας και να θέτουν σε κίνδυνο την υγεία μας. Μπορεί το αποχετευτικό να μην έχει επιλυθεί, μπορεί να μην έχουν βρει αντίκρισμα οι προσπάθειες των αρμοδίων να περιορίσουν το πρόβλημα μέχρι να επιλυθεί οριστικά, **αλλά**

αυτό σε καμία περίπτωση δεν δικαιολογεί ορισμένους στο να μην σέβονται την πόλη τους και κυρίως τον συμπολίτη τους.

Εκεί ακριβώς εντοπίζεται η προβληματική της υιοθέτησής μας, η αδυναμία του να διαμόσουμε το ατομικό μας συμφέρον, για χάρη του συλλογικού.

Ποιοι είναι ο διαχωρισμός που κάνουμε σήμερα; Διαχωρίζουμε το ατομικό, το στενό, του εαυτού μας το συμφέρον από το συλλογικό, της κοινότητας, της κοινωνίας. Είναι κάτι έμφυτο, το είχαμε εκ γενετής και δεν μπορούμε να αλλάξουμε; Όχι.

Το κάνουμε επειδή έτσι μάθαμε αφού κάποιος μας έμαθαν να συμπεριφερόμαστε με αυτόν τον τρόπο. Η οικογένεια, το σχολείο, το στενό μας περιβάλλον λειτουργούν ατομικά και όρα κι εμείς λειτουργούμε ατομικά. Αν λειτουργούσαν συλλογικά δε θα είχαμε άλλη αντίληψη, συμπεριφορά, πρακτική στην καθημερινή μας ζωή. Επομένως δεν μπορούμε αρχικά να υποθέσουμε ότι ευθύνεται κάποιος αλλογενής παράγοντας έξω και πέρα από εμάς. Οι παράγοντες που μας καθορίζουν όπως η οικογένεια, το σχολείο, το στενό μας περιβάλλον βρίσκεται σε άμεση σύνδεση μαζί μας, με το δικό μας «εγώ». Θεωρητικά μπορούμε να το αλλάξουμε, αλλά και πάλι εξαρτάται από εμάς κάθε φορά.

Τώρα πολλοί να θεωρούν ότι αυτό είναι ένα ψυ-

Χο συμφέρον της κοινωνίας λοιπόν δεν είναι φιλοσοφικό, αίολο, απροσδιόριστο αλλά υλοποιείται από εμάς. Όπως συμβαίνει με το ατομικό μας συμφέρον που μόνο από μας μπορεί να οριστεί. Είναι δυνατός άλλος να επιδώσει το ατομικό μας συμφέρον;

Όχι χωρίς να έχει ο ίδιος συμφέρον.

Το προσωπικό συμφέρον κυριαρχεί στη μικροπολιτική, ενώ η συλλογική προσπάθεια είναι η μόνη που θα μπορούσε να εξασφαλίσει ή να διατηρήσει τη σταθερότητα. Η πείση στην εσωτερική πολιτική σκηνή περιορίζει την ικανότητα των αρμοδίων (τουλάχιστον όσων το επιχειρούν) να διαχειριστούν προβλήματα με γνύμονα τη μακροπρόθεση ευημερία του τόπου τους.

Αυτό είναι τα ζητήματα που θα πρέπει να μας προβληματίζουν. Αντί αυτού, αναλωνόμαστε σε **μικροπολιτικές κόντρες στα social media**, θέτοντας ζητήματα στην ημερήσια ατζέντα τα οποία καταβαρυνθούν άλλα σημαντικότερα, με ελπίδα να ωφεληθούμε ατομικά. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί το περιστατικό με το Fiat Punto του δήμου Διονύσου, η ανάδειξη του οποίου έγινε με λάθος τρόπο και δεν ωφέλησε ούτε κατά διάνοια το δημόσιο διάλογο.

αυτό ευρίσκεται και το δικό σας». (Θ. Κολοκοτρώνης, Λόγος στην Πύκλα).

Η ατομική πρόοδος και η κοινωνική εξέλιξη θεμελιώθηκαν πάνω στη δυνατότητα του ανθρώπου να προχωρά σε εκείνες τις υπερβάσεις που τον κατατάσσουν στην ανώτερη βαθμίδα της φυσικής δημιουργίας. Ιστορικά, δηλαδή, ο άνθρωπος δεν υπερβή μόνο τη βιολογική του φύση και μετασχηματίστηκε σε πνευματικό ον αλλά τίθασσε τα όρια πάθη του και τις ενστικτώδεις δυνάμεις στο όνομα της κοινωνικής συνύπαρξης.

Κορυφαία πράξη του ανθρώπου στην ιστορική του πορεία θεωρείται η παραιτήσή του από τη μονομερή υπεράσπιση του ατομικού συμφέροντος προς όφελος του αντίστοιχου κοινωνικού. Εκτοτε η προσπάθεια του κοινωνικού ανθρώπου να συνδυάσει και να συνδυάσει σε μια αρμονία τα δύο αυτά είδη συμφερόντων προοδιστική και να καθορίζει ακόμη και σήμερα την ποιότητα και την ταχύτητα της κοινωνικής εξέλιξης.

Οστόσο, όπως προαναφέραμε, γενική παραμέληση η διαπίστωση πως στις μέρες μας κυριαρχεί ένας αχαλίνωτος ατομικισμός. Μπορούμε να τον παρακάμψουμε, να τον χαλιναγωγήσουμε και να φτιάξουμε ένα πιο όμορφο κόσμο; Από τη μία, οι ιθύνοντες αυτού του τόπου καλούνται να παραμερίσουν τα όρια μικροπολιτικής σφηλιά και να δρομολογήσουν τα έργα που θα διαμορφώσουν μια πιο ευαίσθητη καθημερινότητα. Από την άλλη,



χολογικό ζήτημα που πρέπει να λυθεί. Όμως είναι και πολιτικό, κοινωνικό, πολιτισμικό. Η γνώση, η σκέψη όταν μπει σε τροχιά μας δείχνει τι να επιλέξουμε και πώς να ανταποκριθούμε στα κοινωνικά μας καθήκοντα. Σκεφτόμαστε το καλό και δρούμε σύμφωνα με αυτό. Ακούγεται πολύ θεωρητικό αλλά πρακτικά κάπως έτσι δεν λειτουργούμε; Το καλό ταυτίζεται συνήθως με το συλλογικό καλό παρά με το ατομικό. Σ' αυτό θα πρέπει να συμφωνήσουμε. Το να το επιδιώκουμε ή όχι είναι ζήτημα δικό μας, προσωπικό. Και μια ιδέα (πολιτική, πολιτιστική κλπ) να τη επιβάλλει για να γίνει γεγονός, να το δούμε στ' αλήθεια πρέπει να κάνουμε πράγματα που οδηγούν στην εξυπηρέτηση του δημοσίου συμφέροντος. Για παράδειγμα, αν μια ιδέα που ξέρουμε μας υποδηλώνει να μην ρυπαίνουμε, τη πράξη ή δική μας θα την κάνουμε πραγματικότητα.



Το συγκεκριμένο αποτελεί απλά ένα δείγμα του υπάρχοντος τρόπου με τον οποίο «αφήνεται» ο δημόσιος διάλογος. Αν πάμε στο μεγάλο επίπεδο και τα εθνικά μας θέματα, δεν βλέπουμε ούτε κατά διάνοια συνεννόηση, διάλογο και συναίνεση, αλλά ανούσιες συζητήσεις επί ανούσιων συζητήσεων σχετικά με διάφορες ατυχείς αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η υπερβολική και καθημερινή ενασχόληση με τέτοιου είδους ζητήματα, αναμφίβολα λειτουργούν αποπροσανατολιστικά στο δημόσιο διάλογο και κρύβουν «κάτω από το χαλί» τα πραγματικά προβλήματα. Δεν κρύβουμε ή παρατηρούμε το ίδιο να συμβαίνει και στα... του οικου μας, δηλαδή σε μικροπολιτικό επίπεδο.

«Η προκοπή σας και η μάθησή σας να μην γίνετ σκεπάρνι μόνο για το άτομο σας, αλλά να κοιτάξτε το καλό της κοινότητας, και μέσα εις το καλό

είναι απολύτως αναγκαία η υπομονή και η κατανόηση των πολιτών απέναντι σε έργα με ξεκάθαρο ορίζοντα υλοποίησης, όπως το απογευματινικό.

Ξεκάθαρο ορίζοντα υλοποίησης έχει και η μετατροπή της Κηφισιάς σε «έξυπνη πόλη». Μέσα στα επόμενα 5 χρόνια, το αστικό περιβάλλον θα αλλάξει άρδην, με τις ανθρώπινες ασχολίες να υποστηρίζονται χωρίς περιβαλλοντική επιβάρυνση. Η γειτονιά μας θα γίνει «έξυπνη» πόλη. Αυτό είναι αναμφίβολα προς συμφέρον μας και επετεύχθη ύστερα από την ενδελεχή προετοιμασία ενός άρθρου φακέλου υποψηφιότητας και επιλέχθηκε μέσα από εκατοντάδες άλλους επιδοξους μηντηρές. Κάποιοι δούλεψαν για να αναβαθμιστεί σημαντικά το επίπεδο ζωής μας.

Εμείς θα το σεβαστούμε;

Η Κηφισιά μια από τις 7 πρότυπες ευρωπαϊκές πόλεις



Με στόχο να δημιουργηθούν ένα αειφόρο δίκτυο ζώντων πόλεων θετικής βιώσιμης ενέργειας και κοινωνίες μηδενικού άνθρακα, ο Δήμος Κηφισιάς μαζί με άλλες 6 Ευρωπαϊκές πόλεις επιλέχθηκαν στο πρόγραμμα SPARCS. Πρόκειται για μια πρωτοβουλία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, όπου με διανυσματικές διαδικασίες και πολύ αυστηρά κριτήρια επιλέχθηκαν 7 ευρωπαϊκές πόλεις, ενώ το σχέδιο ξεκίνησε επίσημα την 1η Οκτωβρίου 2019.

Η αναγκαιότητα ομών των συμμετεχόντων και η Γενική Συνέλευση του έργου έγινε στο Ερσορ της Φινλανδίας στις 11 Οκτωβρίου 2019. Στην Γενική Συνέλευση, τον Δήμο Κηφισιάς εκπροσώπησε ο εισηγητής και συντονιστής του έργου και πρόεδρος του δημοτικού συμβουλίου Σταύρος Ζαπάντης. Σύμφωνα με τη σχετική ανακοίνωση,

το πρόγραμμα θα παρέξει συστηματική βοήθεια για αστική ανάλυση με τη συμμετοχή των πολιτών, που θα πραγματοποιηθούν στις πόλεις Ερσορ (Φινλανδία), Λεζβία (Γερμανία), Κηφισιά (Ελλάδα), Μάγια (Πορτογαλία), Ρέικιαβικ (Ισλανδία), Κολδο-νο (Τσεχία) και Αλβ (Ουκρανία).

Το πρόγραμμα SPARCS ενδυναμώνει την αστική ανάλυση διατηρώντας παράλληλα την υψηλή ποιότητα ζωής για τους κατοίκους και των 7 πόλεων. Το πενταετές πρόγραμμα θα υποστηρίξει τις συμμετέχουσες πόλεις στην ανάπτυξη ενός κοινού οράματος για την Ευρωπαϊκή Πόλη του 2050 στοχεύοντας στην ψηφιοποίηση, την εξύψωση πόλης, τη βιώσιμη ενέργεια, τη βελτίωση της ποιότητας του αέρα, την εφαρμογή ηλεκτρονικής και τη δημιουργία πλαστού παρακολούθησης των αποτελεσμάτων των δράσεων.

Η κύρια προτεραιότητα είναι η δημιουργία αποτελεσματικότερων μοντέλων διαχείρισης και σχεδίασης, οικοσυστημάτων και διαδικασιών για την αντιμετώπιση των προκλήσεων, του πολεοδομικού σχεδιασμού, των τεχνικών υπηρεσιών, ερευνητικών οργανισμών και κομμάτι τους πολίτες. Στο πρόγραμμα SPARCS, οι πόλεις βρίσκονται στο κέντρο των δράσεων και λήψουν των αποφάσεων εξουφαλίζοντας την επικοινωνία και πληροφόρηση.

Γιώργος Θωμάκος: «Η Κηφισιά να αποτελέσει παράδειγμα ήπιας ανάπτυξης»

Ο δήμαρχος Κηφισιάς, Γιώργος Θωμάκος αναφερόμενος στη συμμετοχή του Δήμου στο πρόγραμμα SPARCS τόνισε: «Είναι αδήριτη ανάγκη να δημιουργηθούν με ένα πρότυπο Δήμο και αστική περιβάλλοντος, το οποίο να μπορεί να υποστηρίξει τις ανθρώπινες ασχολίες χωρίς να επιβαρύνει το περιβάλλον. Σε κάθε δράση που έχει αυτόν το στόχο η Κηφισιά θα συμμετέχει. Θέλω μια η πόλη μας να αποτελέσει ένα παράδειγμα ήπιας ανάπτυξης που δημιουργεί τις κατάλληλες συνθήκες αειφόρου ζωής».

Άνοιξε το νέο κτίριο του 2ου Νηπιαγωγείου Κηφισιάς

Με παιδικές φωνές και γέλια «πλημμύρισε» το 2ο Νηπιαγωγείο κατά τη διάρκεια των εγκαινίων και της τελετής Αγαπούλας, που πραγματοποιήθηκαν την Παρασκευή 15 Νοεμβρίου στο νέο σχολικό χώρο που βρίσκεται στην Κάτω Κηφισιά. Τον αγαστό γέλεο ο Πρωτοπρωτοβύτηρος πατέρας Θεόδωρος Γρούλης από την ενορία του Ιερού Ναού Αγίου Γεωργίου.

Το 2ο Νηπιαγωγείο Κηφισιάς λειτουργεί για περισσότερο από έναν μήνα σε δημοτικό κτήριο το οποίο ανακατασκεύασε ο Δήμος με ίδιους πόρους. Πρόκειται για ένα έργο που αποβλέπει σε χρόνο αιτήμα της τοπικής κοινωνίας. Η διοίκηση στην ανακάλυψη της σημειώνει ότι η μεταστροφή του 2ου Νηπιαγωγείου Κηφισιάς, στο οποίο συστεγάσαν με το 4ο Δημοτικό Κηφισιάς, προσφέρει στους μικρούς μαθητές και των δύο σχολείων καλύτερες συνθήκες εκπαίδευσης.

Στο νέο νηπιαγωγείο οι αθίσαντες διδασκαλίες είναι ευρύχωρες, βαμμένες με ευχάριστα χρώματα και γεμάτες όμορφες ζωγραφίες. Υπάρχει μεγάλο προαύλιο με παιδική χαρά που υποδέχεται ευχάριστα τα παιδιά το πρωί και τα ξεκουράζει κατά τη δι-



άρκεια των διαλειμμάτων.

Στη διαμόρφωση αυτού του περιβάλλοντος συνέβαλαν σημαντικά οι εργαζόμενοι της Υπηρεσίας Πρασίνου του Δήμου, οι οποίοι φύτεψαν στο προαύλιο του 2ου Νηπιαγωγείου Κηφισιάς περισσότερα από 30 διαφορετικά είδη φυτών και δαυλοειδών.

Σύμφωνα με τη σχετική ενημέρωση, οι υπεύθυνοι του Δήμου Κηφισιάς επέλεξαν φυτά τα οποία όχι μόνο ομορφάζουν τον χώρο αλλά θα συμβάλλουν στην περιβαλλοντική και εκπαιδευτική αξία του σχολικού κήπου, δίνοντας την ευκαιρία βιωματικής μάθησης στους μικρούς μαθητές.



SERVICE CENTER ATHENS

sotiropoulosgroup.gr

Multi-brand χώρος Service & Φανοβαρείου 3000 τ.μ.
Για όλες τις εταιρείες αυτοκινήτων

- Pick up & delivery services
- Αυτοκίνητο αντικατάστασης
- Ειδικές εκπαιδεύσεις για εταιρικούς πελάτες

Αίθιο Η. Σωτηρόπουλοι
Ε.Ο. Αθηνών - Λαμίας, Κόμβος Αγίου Στεφάνου
Τηλ. Κέντρο 210 81 40 440
info@sotiropoulosgroup.gr

sotiropoulosgroup



Cannibals Garage

Service / Βελτιώσεις / Μετατροπές

Λεωφ. Κρουνοερίου 20, Αγ. Στέφανος

Τηλ.: 210 6216114

Ευάγγελος Χ. Χρυσούλας

otzakas@otzakas.gr - www.otzakas.gr

• Τζάκι • Σόμπα • Φούρνος • Barbeque

• Καθαρισμοί:

Τζακιών, Λέβητες, Σόμπες pellet & Ξυλολέβητες

Γεωργίου Βλάχου 21,
Καπανόριτι (πλησίον κέντρου υγείας)

22950 54175
6974 642168

“Θωρακίζεται” αντιπλημμυρικά μετά από χρόνια η Νέα Ερυθραία

— εκίνησαν τα έργα για την αντιπλημμυρική «θωράκιση»
— της περιοχής Μορτέρε συμπληρωματικά του συλλεκτικού
— έργου αγωγού της οδού Ανδρούτσου από την ανάδοχο
εταιρεία μετά την δημοπράτηση και την υπογραφή της
ομόφωνης.

Ο αρμόδιος αντιδήμαρχος Μιχάλης Καυκαλάκης στην ανακοίνωσή του επισημάνει μεταξύ άλλων: «**Το έργο αυτό θεωρείται και είναι από τα πλέον κρίσιμα για την αντιπλημμυρική προστασία του παλαιο-ορεικού συγκροτήματος της περιοχής Μορτέρε βόρειας της οδού Αγ. Σαράντα, που εντάσσεται στο πλαίσιο των έργων και των εργασιών που βρίσκονται σε εξέλιξη. Με σημαντικές ενέργειες του Δημάρχου Γεώργιου Θωμάκου καταφέρουμε και εντάξαμε την ώριμη μελέτη (εγκριμένη από τη Δ10)**

σε πρόγραμμα της Περιφέρειας που αφορούν αντιπλημμυρικά και μόνο έργα και συγκεντρώσει ύψους προϋπολογισμού περίπου 400.000 ευρώ...».

Σύμφωνα με τον αντιδήμαρχο Μιχάλη Καυκαλάκη οι επεμβάσεις θα γίνουν στους δρόμους Χειμάρως, Κύθων, Εθνικής Αντιστάσεως και θα “μαζεύουν” ένα μεγάλο όγκο υδάτων που ρέουν από την ανάντη περιοχή τμήματος της Εκκλησίας και της Πολιτείας. Όπως σημειώνει, οι συγκεντρωμένοι όρμηι είναι αποδέκτες μεγάλων ποσοτήτων ομβρίων υδάτων. Πλέον, οι καιρικές συνθήκες και ιδιαίτερα οι έντονες και συχνές βροχοπτώσεις δημιουργούν πολλές φορές επικίνδυνες και δυσάρεστες καταστάσεις για τις κατοίκους της περιοχής. Με την ολοκλήρωση του réματος Κουτοχρήστου με την κατασκευή των έργων θα θαλασσοκρατήσει η Δημοτική Ενότητα Νέας Ερυθραίας, όσον αφορά την αντιπλημμυρική προστασία στο μέγιστο ποσοστό, η οποία τολάνεται από πλημμυρικά φαινόμενα εδώ και δεκαετίες».



Συνεργασία Περιφέρειας Αττικής και Οργανισμού Ανακύκλωσης για ελαχιστοποίηση – επαναχρησιμοποίηση απορριμμάτων

Ζητήματα που αφορούν στην ανακύκλωση, στην υλοποίηση κοινών δράσεων και στην ανάπτυξη περαιτέρω συνεργασιών βρέθηκαν στο επίκεντρο της συνάντησης του περιφερειάρχη Αττικής, Γεώργιου Πατούλη, με τον πρόεδρο του Ελληνικού Οργανισμού Ανακύκλωσης (ΕΟΑΝ), Νίκο Χιωτάκη, και τον διευθύνοντα σύμβουλο, Γιάννη Σιδήρη την Κυριακή 17 Νοεμβρίου.

Στη συνάντηση, στην οποία συμμετείχε και ο εντεταλμένος περιφερειακός σύμβουλος Περιβάλλοντος, Νίκος Παπαδόπουλος, έγινε αναφορά στις δυνατότητες και στους στόχους μείωσης των απορριμμάτων και της χρήσης της πλαστικής σακούλας, καθώς και στην υλοποίηση εκπαιδευτικών προγραμμάτων σε συνεργασία Περιφέρειας και ΕΟΑΝ.

Ο περιφερειάρχης αναφέρθηκε στην αναγκασιότητα συντονισμού και συνεργασίας όλων των εμπλεκόμενων φορέων προκειμένου να επιτευχθούν οι στόχοι που θα τεθούν στο πλαίσιο της

εφαρμογής του νέου ανασθεωμένου ΠΕΣΔΑ και του σχεδίου για άμεση ανακύκλωση και χημικακή εφαρμογή της Διαλογής στην Πηγή.

Ο κ. Γ. Πατούλης στη συνέχεια επισημάνει ότι είναι σημαντικό που έχουν αναλάβει τις θέσεις του προέδρου και του διευθυντή συμβούλου στον ΕΟΑΝ δύο άνθρωποι που έχουν εμπειρία και γνώση στα θέματα της Αυτοδιοίκησης και της διαχείρισης απορριμμάτων και εξέφρασε τη βεβαιότητα ότι θα υπάρξει με το ζύγιο μια δημιουργική και αποτελεσματική συνεργασία.

Ακολούθως ο περιφερειάρχης δήλωσε:

«Οφείλουμε να συνεργαστούμε στενά προκειμένου να αναπτυχθεί ενιαίο μέγιστο αντιμετώπισης του παρωχημένου τρόπου διαχείρισης των απορριμμάτων. Όταν μαζί οφείλουμε να συμβάλλουμε στην εφαρμογή ενός σχεδίου που θα δίνει βάρος στην πρόληψη, την ελαχιστοποίηση και την επαναχρησιμοποίηση των απορριμμάτων που παράγονται. Με βάση τον σχεδιασμό μας μέχρι το 2021 θα



δημιουργηθούν, σε συνεργασία με τους Δήμους, 1.000 γενικές ανακύκλωσης σε σταθμευμένα σημεία. Επίσης, θα εργαστούμε συστηματικά για να υλοποιηθεί η επέγερση των χωριστών ρεμάτων από τη Διαλογή στην Πηγή».

ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

Σωτηρόπουλος
& ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ


Λεωφόρος Μαραθώνος 26, 14569 Άνοιξη • Τ. 210 62 15 335
www.sotiropoulosgroup.gr

ΜΑΝΩΛΗΣ ΚΟΚΚΑΛΗΣ ΚΟΥΦΩΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ Κιν.: 6944 784 220


- **Επισκευές:** Μοτέρ Ρολών, Ροδάκια, Κλειδαριές, Κουφώματα
- **Θωρακισμένες Πόρτες**
- **Κάγκεφα Αλουμινίου, Σιδήρου, Στέγαστρα, Πατάρια**
- **Σίτες παντός τύπου**



- Πολυτελείς κατοικίες
- Πωλήσεις οικοπέδων
- Πωλήσεις & ενοικιάσεις επαγγελματικών χώρων



DONTAS
Real Estate



Λ. Κηφισίας 293 & Δηληγιάννη,
Κηφισιά (Εμπ. Κέντρο ΦΟΙΝΙΚΑΣ)
210 6231555 – 6980 502020
www.dontasrealestate.gr
E-mail: dontasrealestate@gmail.com

Σύσκεψη Γ. Καλαφατέλη με τους Προέδρους των 7 Δημοτικών Κοινοτήτων Διονύσου - Τι συζητήθηκε:

Σύσκεψη με τους Προέδρους των 7 Δημοτικών Κοινοτήτων, με θέμα την έγκαιρη προετοιμασία του Δήμου Διονύσου ενόψει της χειμερινής περιόδου, πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 15 Νοεμβρίου 2019 μεταξύ του Δημάρχου κ. Γιώργου Καλαφατέλη και των προέδρων των 7 δημοτικών κοινοτήτων, παρουσία της αντιδημάρχου καθημερινότητας και περιβαλλοντικής διαχείρισης κ. Γούλας Λακαφώση και υπηρεσιακών παραγόντων.

Ο Δήμαρχος ζήτησε από τους Προέδρους να τον ενημερώσουν αναφορικά με τα σημαντικότερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν σε περίπτωση ανεξέχμηρης κακοκαιρίας (καθαρισμός ορεατών, διάνοση ρεμάτων, κοπή ψιλών δέντρων κ.α.), ενώ δεσμεύτηκε ότι σε συνεργασία μαζί τους αλλά και με την Περιφέρεια, θα προβεί σε ενέργειες για την

ταχύτερη και κατά προτεραιότητα επίλυση τους, ανάλογα με το βαθμό επικινδυνότητας.

Νέο αποκεντρωμένο μοντέλο διαχείρισης της κακοκαιρίας

«Εσείς είστε ο κακρέτης των πόλευσσας. Φότος οφείλομαι να εργαστούμε για να μην επαναληφθεί το φαινόμενο του κακού συντονισμού, όταν τον περνού χειμώνα είχε σημειωθεί χιονόπτωση» είπε απευθυνόμενος προς τους Προέδρους ο κος

Καλαφατέλης, ο οποίος εξήγησε ένα νέο αποκεντρωμένο μοντέλο λειτουργίας στο πλαίσιο διαχείρισης της κακοκαιρίας.

Ειδικότερα, ο Δήμαρχος Διονύσου ανέφερε ότι έως τις αρχές Δεκεμβρίου θα είναι γνωστό ποια και ποσα οχήματα θα παραμυρθούν σε κάθε Δημοτική Κοινότητα, για τις ανάγκες εκκίνησης, διάνοησης δρόμων κλπ, ενώ υπογράμμισε ότι ο **κεντρικός συντονισμός των ενεργειών θα πραγματοποιείται από το Δήμο.**

Τέλος, ο κος Καλαφατέλης τόνισε ότι η στενή συνεργασία του με τους Προέδρους θα συνεχιστεί και στο μέλλον, με συναντήσεις ανά τακτά χρονικά διαστήματα, με σκοπό τον καλύτερο συντονισμό Δήμου και Δημοτικών Κοινοτήτων.

Οι παρόντες

Στη σύσκεψη, που πραγματοποιήθηκε σε πολύ καλό κλίμα, εκτός από το Δήμαρχο συμμετείχαν οι Πρόεδροι: Αγίου Στεφάνου (Δημήτρης Μπαμπανίκας), Ανοιχτής (Χαράλαμπος Πιπέρης), Διονύσου (Αναστάσιος Μπίσης), Δράσης (Χρήστος Πατίσης), Κρουνηρίου (Ηρακλής Χιώτης), Ροδόλης (Βασίλης Κλεφτάκης) και Σταμάτας (Γιώργος Κόκκαλης). Ήταν επίσης παρόντες οι Προϊστάμενοι του Δήμου Γεωργία Ροκίδη και Παναγιώτης Αγγελίδης.



Λαϊκή Συστήριση Διονύσου

Πότε θα πληρωθούν οι σχολικές καθαρίστριες και οι σχολικοί τροχονόμοι;

Σε σοβαρή ανασκόπηση - καταγγελία προέβη η Λαϊκή Συστήριση για τις εργασιακές συνθήκες των σχολικών καθαριστριών και των σχολικών τροχονόμων στο δήμο Διονύσου.

Οι σχολικές καθαρίστριες και οι σχολικοί τροχονόμοι αμειβοται με μισθούς περὶς 200-300 ευρώ και εργάζονται χωρίς τα απαραίτητα μέτρα ατομικής προστασίας, χωρίς

να έχουν το δικαίωμα να απουσιάσουν μια μέρα από την δουλειά τους για λόγους υγείας. Δεν έφταναν όλα αυτά, πλέον έχουν να αντιμετωπίσουν και την απληρωσιά, αφού εδώ και μέρες η Δημοτική Αρχή καθυστερεί να τους καταβάλει τα δεδουλευμένα.

Η πολιτική αυτή που θέλει τους εργαζόμενους λίσθη, χωρίς δικαιοσύνη, είναι αποτέλεσμα των «βελτίων πρακτικών»

της Ε.Ε που απαιτεί φτηνό και ευέλικτο εργατικό δυναμικό και κρίνει την ζωή των εργαζομένων με όρους κόστους. Η τοπική διοίκηση εμπαιζει διαχρονικά τους εργαζόμενους, αφού συμμορφώνει στις απαιτήσεις κυβερνητικής επιταγής με αποτέλεσμα την εργασιακή ομηρία των σχολικών καθαριστριών και των σχολικών τροχονόμων.

• Απαίτηση από την Δημοτική Αρχή να



καταβάλει άμεσα τα δεδουλευμένα των εργαζομένων και να μην κρύβεται πίσω από δικαιολογίες.

• Αγωνίζομαστε για να δουλεύουν όλοι οι εργαζόμενοι με ίσους σχέσεις εργασίας, με ανθρώπινες συνθήκες και να αμειβοται με αξιοπρεπείς μισθούς!

ΛΑΙΚΗ ΣΥΣΤΗΡΙΣΗ ΔΙΟΝΥΣΟΥ

PETRIDIS
AUTO SERVICE
ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ

- SERVICE • ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ • ΛΙΠΑΝΤΙΚΑ
- ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ • ΦΡΕΝΑ • ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ
- SERVICE A/C • ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ
- ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ ΕΓΚΕΦΑΛΩΝ • ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ
- ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΕΙΣ ΚΤΕΟ • ΑΞΕΣΟΥΑΡ



Λεωφόρος Τραπεζούνητος 26, Άγιος Στέφανος Αττικής
Τ: 210 6218670 • Κιν: 694 7302608
email: dpetridis.service@gmail.com

✉ vspauto19@gmail.com
f Vasileiou Spare Parts

Vasileiou
SPARE PARTS
ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ
ΤΗΛ/ΦΑΧ: 210 8142048
Ηρώων Πολυτεχνείου 17 Άγιος Στέφανος

AGRO ZISKO
ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΠΕΤΡΑ
ΕΠΕΝΔΥΣΕΙΣ ΤΟΙΧΩΝ - ΧΤΙΣΤΗ ΠΕΤΡΑ
ΠΛΑΚΟΣΤΡΩΣΕΙΣ ΠΕΤΡΑΣ - ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ
Καταπληκτικές τιμές • Ευκολίες πληρωμής
T: 6940.629.592

Γεμάτος μαθητές ο Άγιος Στέφανος στο 1ο τουρνουά street volley

Το Σάββατο 9 Νοεμβρίου 2019 πραγματοποιήθηκε το 1ο Τουρνουά Street Volley από τον Α.Ο. Αγίου Στεφάνου, μία μεγάλη διοργάνωση που έγινε σε συνεργασία με τον Δήμο Διονύσου και υπό την αιγίδα της Ε.Σ.Π.Α.Α.Α. Η οδός Ηρώων Πολυτεχνείου γέμισε γήπεδα και χαρούμενα παιδιά από τα σχολεία του δήμου Διονύσου, που έπαιξαν βόλεϊ και διασκέδασαν για τρεις ώρες, υπό τους ήχους μουσικής. Τα παιδιά, ενώ περίμεναν τη σειρά της ομάδας τους, έκαναν, υπό την επίβλεψη των μεγαλύτερων αθλητών του συλλόγου, δραστηριότητες σχετικές με το βόλεϊ, στο ερπαισμένο του δρόμου παρακάτω.

Οι μικροί αθλητές και αθλήτριες πήραν για τη συμμετοχή τους χρωμα-

τιστό βραχιόλι rubber, αναμνηστικό δίπλωμα και στυλό, ενώ διανεμήθηκαν μπανόνες Dale και νερό Ιόλη.

Η μεγάλη συμμετοχή των σχολείων και τα χαμόγελα στα πρόσωπα των παιδιών, οδήγησαν στην ανανέωση του ραντεβού όλων στο επόμενο τουρνουά που θα διοργανώσει ο σύλλογος.

Το "ευχαριστώ του Α.Ο. Αγίου Στεφάνου:

"Ο Α.Ο. Αγίου Στεφάνου θέλουμε να ευχαριστήσουμε τον δήμο Διονύσου και την Ε.Σ.Π.Α.Α. για την αρωγή τους. Όπως επίσης, οφείλουμε ένα μεγάλο ευχαριστώ στην Ε.Ο.Π.Ε., χωρίς τη στήριξη της οποίας δεν θα μπορούσε να είχε πραγματοποιηθεί το τουρνουά".



«Μπλε» βάφτηκε η Λευκορωσία από τους «μαχητές του δήμου Διονύσου



Συνεχίζονται οι διακρίσεις για τους ντόπιους αθλητές μας, που εκπροσωπούν την Ελλάδα στο εξωτερικό. Μετά την μεγάλη καλοκαιρινή επιτυχία του «παγκοσμίου» Κωνσταντίνου Σαρκίρη, έρχονται νέα ονόματα να προστεθούν στην χρυσή αυτή λίστα.

Στο πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα Muay Thai, το οποίο διεξήχθη από την Κυριακή 3 Νοεμβρίου έως την Κυριακή 9 Νοεμβρίου, στο Μινκ της Λευκορωσίας, **3 αθλητές - παιανού άλλου; - του Νάσου Αργυρόπουλου ξεχώρισαν με την παρουσία τους και τη μαχητικότητα τους.**

Ο Γεώργιος Πολυζής, μετά από δυο νίκες, κατέφερε να εξασφαλίσει την 5η θέση στο τουρνουά.

Η ομάδα του Nas Camp όμως δεν αρκέστηκε εκεί! Δύο αθλητές ανέβηκαν στο βάθρο: ο Δημήτρης Αλεξίου φέρσε το αργυρό μετάλλιο και η Γεωργία Σγούρου κατέκτησε το χρυσό (πρώτη φορά για Έλληνα αθλητή σε πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα της παγκοσμίας Ομοσπονδίας IFMA!)

Η εφημερίδα μας εχέριστα συγχάρησε στους αθλητές, τον προπονητή της Νάσο Αργυρόπουλο, καθώς και φυσικά σε όλους τους συντελεστές αυτών των επιτυχιών. Είμαστε πεπεισμένοι ότι αυτή ήταν μόνο η αρχή!

Τα συγχαρητήρια του δημάρχου Γιάννη Καλαφατέλη

«Θέλω να εκφράσω τα θερμά μου συγχαρητήρια στη νεαρή αθλήτρια του Δήμου μας Γεωργία Σγούρου, για τη μεγάλη επιτυχία της, στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Muay Thai 2019. Το χρυσό μετάλλιο που κατέκτησε, με την πολύτιμη βοήθεια του προπονητή της Νάσο Αργυρόπουλου, αποτελεί διαφήμιση για το Δήμο Διονύσου αλλά και για τη χώρα μας. Είμαι από τη θέση της Διοίκησης του Δήμου την ευχαριστώ που μας έκανε περήφανους και δευτερευόντως να βρούμε ένα ουσιαστικό τρόπο να τη στηρίξουμε, όπως και κάθε άλλο αθλητή της περιοχής με ανάλογες επιτυχίες».

Service καυστήρων SKS

ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

Service καυστήρων
6937 195 349
6932 114 072

- ΦΥΣΙΚΟ ΑΕΡΙΟ
- ΑΥΤΟΝΟΜΙΕΣ - ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΙ ΑΝΤΙΣΤΑΘΜΗΣ
- ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ
- ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
- ΕΝΔΟΑΠΕΔΙΑ ΘΕΡΜΑΝΣΗ
- PELLEΤ ΒΙΟΜΑΖΑ
- ΗΛΙΟΘΕΡΜΙΑ

www.sksburner.gr
email: sks.burner@gmail.com

CAR SERVICE perfection

Γενικό Συνεργείο Αυτοκινήτων

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΕΙΟ
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ
SERVICE A/C

PEUGEOT CITROËN

Λεωφόρος Τραπεζούντας 40, Άγιος Στέφανος, Τ: 210 621 8833
E: ioannis@carserviceperfection.com, www.carserviceperfection.com

BOWLING

TRIP & ΠΕΜΠΤΗ ΤΟ ΔΩΜΑΤΙΟ ΚΑΤ' ΑΝΟΧΗ

2€ ΚΗΦΙΣΙΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ ΚΟΚΚΙΝΗ ΚΟΡΙΝΑ ΜΕ ΔΩΡΑ 2,5€

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΠΑΙΔΙΚΑ ΠΑΡΤΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΑΠΕΡΙΟΡΙΣΤΟ 3.5€

ROLLER

VR-9D 360°

ΔΙΑΛΕΞΕ ΑΠΟ ΤΙΣ 70 ΠΙΣΤΕΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΗΛΙΚΙΕΣ

ΔΩΡΕΑΝ BOWLING ΟΛΗ ΜΕΡΑ ΟΙ ΣΥΝΔΕΥΟΜΕΝΕΣ ΚΟΠΕΛΕΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ & ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΤΗΣ ΚΟΚΚΙΝΗΣ ΚΟΡΙΝΑΣ

Κάνε STRIKE στον η Κόκκινη Κορίνα είναι στην κορυφή της πυραμίδας και κερδίζεις ένα παιχνίδι BOWLING συν ΔΩΡΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ & ΚΥΡΙΑΚΗ ΜΕΤΑ ΤΙΣ 10:00 μμ

οι συνοδευόμενες ΚΟΠΕΛΕΣ παιζούν ΔΩΡΕΑΝ BOWLING

ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ "SHOPPINGLAND"

ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 1 ΚΗΦΙΣΙΑ ΤΗΛ. 210 8084 662, 210 8013507
www.bowlingathens.gr

Πολιτική Προστασία Δήμου Διονύσου: Απολογισμός και σχεδιασμός χειμερινής περιόδου

Συνεδρίασε το Συντονιστικό Τοπικό Όργανο Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Διονύσου, υπό την προεδρία του Δημάρχου Διονύσου Γιάννη Καραφατέλη, την Πέμπτη 14 Νοεμβρίου 2019, στο Γραφείο Πολιτικής Προστασίας του Δήμου στο Δημοτικό Κατάστημα Σταμάτας. Αντικείμενο της συνεδρίασης ήταν ο απολογισμός της αντιπυρικής περιόδου 2019 αλλά και ο σχεδιασμός των δράσεων πολιτικής προστασίας για τη χειμερινή περίοδο 2019-2020.

Αναφορικά με τον απολογισμό της αντιπυρικής περιόδου ο κος Καραφατέλης ανέφερε ότι αντιμετωπίστηκαν **80 περιστατικά συνολικά**, εκ των οποίων τα τρία ήταν πιο σοβαρά. Ειδικότερα αναφέρθηκε στις δασικές πυρκαγιές που εκδηλώθηκαν την Κυριακή 7 Ιουλίου στη Δ.Κ. Σταμάτας, δίπλα στο κτήμα «Γ.Κοκοτού», το Σάββατο 3/8 στη θέση «Γερμανικό Νεκροταφείο» της Δ.Κ. Διονύσου και την Παρασκευή 23/8 στον οικισμό «Σεμέλη» της Δ.Κ.Διονύσου.

Γιάννης Καραφατέλης: "Απόλυτος επιτυχημένη η αντιπυρική περίοδος"

Ο Δήμαρχος υπογράμμισε ότι η αντιπυρική περίοδος κρίνεται **απόλυτως επιτυχημένη**, καθώς λειτουργίες ο μηχανισμός πρόληψης που είχε σχεδιαστεί, ενώ όλα τα περιστατικά αντιμετωπίστηκαν άμεσα, χάρη στις συντονισμένες ενέργειες του Γραφείου Πολιτικής Προστασίας και την άμεση επέμβαση των εθελοντικών κλιμακίων του Δήμου, της Πυροσβεστικής, της Αστυνομίας, του ΣΠΑΠ και των ενάριων μέσων.

Ο Δήμαρχος Διονύσου εξέφρασε, επίσης, τις **θερμές ευχαριστίες του προς τους εθελοντές των κλιμακίων του Δήμου**, για την ανεκτίμητη προσφορά τους, αλλά και προς όλους τους εκ-



προσώπων των εμπλεκόμενων φορέων, για την επομότητα που επέδεδον και τη μέριμνα σήμερα **εποικοδομητική συνεργασία.**

Μέτρα που λήφθηκαν για τη χειμερινή περίοδο

Αναφορικά με την επερχόμενη χειμερινή περίοδο, ο κος Καραφατέλης τόνισε ότι έχουν επικριποποιηθεί τα σχέδια αντιμετώπισης πλημμυρικών φαινομένων, χιονόπτωσης, παγετού και ισχυρών ανέμων, προκειμένου να είναι σε θέση ο Δήμος να αντιμετωπίσει με επιτυχία τυχόν πλημμυρικά φαινόμενα και χιονοπτώσεις. Ακόμη, ο Δήμαρχος Διονύσου απαρίθμησε τα διαθέσιμα μέσα

ενόψει της χειμερινής περιόδου (6 οχήματα μεσο-ο μεγάλους με λεπίδα και ολτοδυναμικά, 10 μικρά pick-up εκκρινόμενα, 7 μηχανήματα έργων τύπου JCB) και ανέφερε ότι έχει υπάρξει πρόβλημα προκειμένου να υπάρχει επαρκής ποσότητα αλατιού για την αντιμετώπιση του παγετού.

Ακολούθησαν τοποθετήσεις από τον ενταλμένο σύμβουλο πολιτικής προστασίας Θανάση Κρητικό, τον Πρόεδρο του ΣΠΑΠ Βλάση Σώμο, εκπροσώπους της Πυροσβεστικής, της Περιφέρειας Αττικής, του Στρατού, των εθελοντικών ομάδων του Δήμου Διονύσου και άλλων εμπλεκόμενων.

Στη συνεδρίαση του Συντονιστικού Τοπικού

Όργανου Πολιτικής Προστασίας συμμετείχαν, μεταξύ άλλων, ο Δήμαρχος Διονύσου Γιάννης Καραφατέλης, ο Αντιδήμαρχος Τριώνυχου Στέφανος Κρεμιδάς, ο ενταλμένος Σύμβουλος Πολιτικής Προστασίας Θανάσης Κρητικός, ο ενταλμένος Σύμβουλος Πολιτικής Προστασίας Χρήστος Πέππας, οι εκπρόσωποι του Τμήματος Πολιτικής Προστασίας της Περιφερειακής Ενότητας Ανατολικής Αττικής Κορίνα Μητσάκη και Χρήστος Κωνσταντουδάκης, ο Προϊστάμενος Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Διονύσου Παναγιώτης Αγγελίδης, καθώς και εκπρόσωποι του Πυροσβεστικού Σώματος και των εθελοντικών ομάδων που δραστηριοποιούνται στο δήμο Διονύσου.

Χρήστος Χριστοδουλέλης
 Founder & CEO, Λογιστής, Φοροτεχνικός,
 Οικονομικός Σύμβουλος
 Τυρνάβου 3, Άγιος Στέφανος, Τηλ. 210 8004130
www.taxconsultants.com.gr

AQUA λύσεις ΣΕΛΙΑΜΙΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
 ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ - ΘΕΡΜΑΝΣΗ - ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΣ - ΦΥΣΙΚΟ ΑΕΡΙΟ

ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ
ΘΕΡΜΑΝΣΗ
ΕΙΔΗ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΠΙΣΙΝΑΣ

Επισκεφθείτε το ηλεκτρονικό μας κατάστημα:
www.seliamis-aqualysis.gr

Τατοίου 132 - Νέα Ερυθραία
 Τηλ / Φαξ : 2106205753 - Κιν : 6936880048
 Email : aqualysis@hotmail.com, Facebook: Aqua λύσεις Σελιαμής

www.jbgmesitiko.gr • jbgmesitiko@gmail.com

Jlog
 REAL ESTATE

ΣΙΩΤΑΣ Β. ΙΩΑΝΝΗΣ
 ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΕΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ

ΧΑΡ. ΤΡΙΚΟΠΗ 123, Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑ
 Τ: 210.62.51.518, 210.62.03.633
 F: 210.62.51.542 • K: 6984.581.991



«Η ΕΣΤΙΑ»

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ - ΑΣΦΑΛΕΥΤΗ - ΠΑΙΔΕΙΑ ΔΗΜΟΥ ΔΙΟΝΥΣΟΥ

Οι Χριστουγεννιάτικες γιορτές των παιδικών σταθμών του Δήμου Διονύσου

Με ευχάριστη εορταστικές εκδηλώσεις, θα γιορτάσουν και φέτος τα Χριστουγεννα οι Παιδικοί Σταθμοί του Δήμου μας, όπου φέτος επιλέγουμε να έχουμε κυρίως διαδραστικές δράσεις μεταξύ των παιδιών και των γονιών τους. Σας παραθέτουμε το πρόγραμμα εκδηλώσεων τους ανά σταθμό.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ 'Α ΔΡΟΣΙΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 18/12

Τα παιδιά θα παρακολουθήσουν στο χώρο του σχολείου την χριστουγεννιάτικη θεατρική παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ».

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/12

Γιορτή με τους γονείς - παιδαγωγικά εργαστήρια. Θα ακολουθήσει μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ Β' ΔΡΟΣΙΑΣ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/12

Τα παιδιά με τους γονείς τους θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ». Θα ακολουθήσουν παιδαγωγικά εργαστήρια, μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΚΡΥΟΝΕΡΙΟΥ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13/12

Τα παιδιά θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ».

ΤΕΤΑΡΤΗ 18/12

Γιορτή με τους γονείς - παιδαγωγικά εργαστήρια. Θα ακολουθήσει μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΑΝΟΙΞΗΣ

ΠΕΜΠΤΗ 19/12

Το παιδικό τμήμα θα παρακολουθήσει την χριστουγεννιάτικη θεατρική παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ» και το βρεφικό κοινόχρηστο. Θα ακολουθήσουν παιδαγωγικά εργαστήρια, μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΑΒΥΠ-ΕΝΤΟΣ ΣΤΡΑΤΟΠΕΔΟΥ

ΤΡΙΤΗ 17/12

Τα παιδιά με τους γονείς τους θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ». Θα ακολουθήσουν παιδαγωγικά εργαστήρια, μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΥ

ΤΡΙΤΗ/10/12

Τα παιδιά θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ».

ΔΕΥΤΕΡΑ 16/12

Θα γίνει γιορτή με γονείς και παιδαγωγικά εργαστήρια. Θα ακολουθήσει μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΔΙΟΝΥΣΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ 23/12

Τα παιδιά με τους γονείς τους θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ». Θα ακολουθήσουν παιδαγωγικά εργαστήρια, μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΡΟΔΟΠΟΛΗΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ 16/12

Τα παιδιά θα παρακολουθήσουν την χριστουγεννιάτικη παράσταση «Η ΜΑΓΙΣΣΑ ΚΑΤΣΟΥΦΟΣ».

ΠΕΜΠΤΗ 19/12

Γιορτή με τους γονείς - παιδαγωγικά εργαστήρια. Θα ακολουθήσει μπουφές και δώρα από τον Άγιο Βασίλη.



Ο ΒΛΑΧΟΣ

ΕΘΝΙΚΗ ΤΑΒΕΡΝΑ

ΚΑΘΕ ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΑΝΟΙΧΤΑ

Αίθουσα Συνεδριάσεων
Παιδική Χαρά
Άνετο Πάρκινγκ

Γάμοι - Βαπτίσεις - Εκδηλώσεις

Υπέροχος εσωτερικός χώρος με τζακι!

19ο χλμ. Λεωφ Πάρνηθος
Τηλ. 210 24 63 762
Κιν. 694 57 54 302

BOWLING CENTER

Free Wi-Fi spot

ΚΗΦΙΣΙΑ

CAFÉ

ΠΑΙΔΙΚΑ party

ΟΤΕ 12

ΑΞΕΧΑΣΤΑ!!

ΣΕ ΜΕΓΑΛΗ ΑΙΘΟΥΣΑ, ΜΕ Κλιματισμό,
ΦΩΤΟΡΥΘΜΙΚΑ ΕΦΕ, BACKLIGHT ΝΥΚΤΟΣ
ΚΑΙ ΜΟΥΣΙΚΗ.

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΝΑ ΟΡΓΑΝΩΣΟΥΜΕ ΤΑ PARTY ΤΩΝ ΜΙΚΡΩΝ ΜΑΣ ΦΙΛΩΝ ΓΙΑ ΞΕΦΡΕΝΗ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ & ΓΕΛΙΟ

Το bowling διαθέτει προστατευτικά κάγκελα στους διαδρόμους για τους μικρούς μας φίλους και ελαφριές μπαλές

Το γεγονός που θα δώσει **ΧΑΡΑ ΣΙΓΟΥΡΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ**

Party Time

BOWLING • ROLLER SKATE

HOCKEY • ΜΠΑΣΚΕΤΕΣ • VIDEO • GAMES • VR
& ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΑΚΙ

EMΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ "SHOPPINGLAND"
ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 1, ΚΗΦΙΣΙΑ, ΤΗΛ.: 210 8084662-210 8013507
www.bowlingathens.gr

ΠΑΙΔΙΚΑ PARTY ΑΠΟ 8€

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΔΙΑΒΗΤΗ

Η Παγκόσμια Ημέρα για τον Διαβήτη γορτάζεται κάθε χρόνο στις 14 Νοεμβρίου, με πρωτοβουλία της Διεθνούς Ομοσπονδίας Διαβητιών (IDF) και υπό την αιγίδα της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας. Η ημερομηνία επιλέχθηκε καθώς είναι η ημερομηνία γέννησης του Frederick Banting, ο οποίος μαζί με τον Charles Best, συνεισέβαλε πρώτοι την ιδέα που οδήγησε στην ανακάλυψη της ινσουλίνης, τον Οκτώβριο του 1921.

Σκοπός της είναι να ενημερώσει το κοινό για τα αίτια, τα συμπτώματα, τις επιπλοκές και τη θεραπεία της πάθησης αυτής.

«Ανακάλυψη, Πρόληψη, Διαχείριση του Διαβήτη – Εμπόδιση του εμφάνισή του στην δική σου Οικογένεια», είναι για 2η χρονιά το μήνυμά της ενημερωτικής εκστρατείας κατά του Σακχαρώδη Διαβήτη (ΣΔ) της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας (ΕΔΕ) αυτήν την πολύ σημαντική ημέρα.

Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται κατακόρυφη αύξηση παχυσαρκίας και ΣΔ τύπου 2 στα παιδιά και η ευθύνη βράνεται αποκλειστικά από τις οικογενειακές συνήθειες. Όταν η οικογένεια τρώει υγιεινά και ασκείται, όλα τα μέλη της υιοθετούν και ενισχύουν συμπεριφορές, οι οποίες επιτρέπουν την πρόληψη του ΣΔτ2 ή την ευκολότερη διαχείριση του ΣΔ τύπου 1 (ΣΔτ1) όταν αυτός εμφανισθεί. Η μείωση της εμφάνισης του ΣΔ ξεκινά επομένως από το σπίτι και η οικογενειακή υποστήριξη είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την πρόληψη, πρώην ενόσπιτη, εκπαίδευση, ψυχική-οικογενειακή στήριξη, φροντίδα και διαχείριση του ΣΔ.

ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ: Η ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΠΙΔΗΜΙΑ

Τα τελευταία τριάντα χρόνια έχει παρατηρηθεί μια ραγδαία αύξηση της επίπτωσης του σακχαρώδη διαβήτη.

Σε όλη την υψηλή υπέρταση σήμερα πάνω από 400.000.000 τετρακόσια εκατομμύρια άτομα με σακχαρώδη διαβήτη και στην Ελλάδα σήμερα έχουν φθάσει το 1.200.000 (12%).

Εάν δεν ληφθούν μέτρα για την εφαρμογή αποτελεσματικών προγραμμάτων πρόληξης και ελέγχου της νόσου, η IDF προβλέπει ότι έως το 2040 ο συνολικός αριθμός των πασχόντων θα ανέλθει στα 600 εκατομμύρια.

Εάν δεν ληφθούν μέτρα για την εφαρμογή αποτελεσματικών προγραμμάτων πρόληξης και ελέγχου της νόσου, η IDF προβλέπει ότι έως το 2040 ο συνολικός αριθμός των πασχόντων θα ανέλθει στα 600 εκατομμύρια.

Ο διαβήτης τύπου 2 διαδίδεται άπυπτα και παραμένει ασυμπτωτικός για πολλά χρόνια και αυτό υπονομεύει ή/και επιτακτικά την ανάγκη για πρώιμη διάγνωση του μέρους της Παγκόσμιας Ημέρας για τον Διαβήτη.

Συμφωνία με τη Διεθνή Ομοσπονδία Διαβητιών (IDF):

- 1 στους 2 ανθρώπους με ΣΔ δεν γνωρίζουν ότι έχουν διαβήτη
- Περισσότερα από 1 εκατομμύριο παιδιά και έφηβοι πάσχουν από ΣΔτ1
- Τα 2/3 των ανθρώπων με ΣΔ βρίσκονται σε παραγωγική ηλικία
- 4 εκατομμύρια θανάτους παχυσαρκίας προκάλεσε ο ΣΔ το 2017

Κάθε 8 λεπτά ένας άνθρωπος πεθαίνει από ΣΔ

Τα 727 δισεκατομμύρια δολάρια, ξεπερνάουν τα 700 δισεκατομμύρια δολάρια, ξοδεύονται για νοσηλεία/θεραπείες παχυσαρκίας.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ;

Ο Σακχαρώδης Διαβήτης είναι μια χρόνια πάθηση που εμφανίζεται όταν το πάγκρεας δεν παράγει ινσουλίνη (τύπου 1) ή όταν ο οργανισμός δεν μπορεί να χρησιμοποιήσει σωστά την παραγόμενη ινσουλίνη (τύπου 2). Η ινσουλίνη είναι μια ορμόνη, που επιτρέπει στα κύτταρα να πάρουν το σάκχαρο από το αίμα και να το χρησιμοποιήσουν ως πηγή ενέργειας.

Σήμερα γνωρίζουμε ότι ο διαβήτης τύπου 1 σχετίζεται σε άμεση αλληλεπίδραση με γενετικές διατάξεις που προδιαθέτουν τον Ο διαβήτη τύπου 2, όμως, όπου ανήκει το 95% του συνόλου των δια-

βητικών μπορεί σε έναν να προηγηθεί (άμεσα ή αργότερα) βλάβη και ομαστική άσκηση) και, σφαιρύτερα, να αντιμετωπισθεί με αντιδιαβητικά δισκία (και στην περίπτωση πορεία αν χειραστεί ινσουλίνη).

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

- Παχυσαρκία
- Έλλειψη άσκησης
- Προχωρημένη ηλικία
- Οικογενειακό ιστορικό διαβήτη
- Ιστορικό διαβήτη κύησης κ.α.

ΠΡΟΕΙΔΩΤΙΚΑ ΣΗΜΑΔΙΑ ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΗ

- Συχνή διούρηση
- Υπερβολική δίψα
- Ακμήσιμα αίσθημα πείνας
- Απώλιση σπυλαίου βάρους
- Θολή όραση
- Συχνές λοιμώξεις
- Πιλήρες που αρχίζουν να απουλωθούν
- Αίσθημα μυρμηγκιάσματος ή μούδιασματος στα χέρια ή πόδια κ.α.

ΕΠΙΠΛΟΚΕΣ ΤΟΥ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

- Καρδιογενειακή νόσος
- Νεφροπάθεια (διαβητική νεφροπάθεια)
- Νευροπάθεια (διαβητική νευροπάθεια)
- Αμφιβληστροειδοπάθεια κ.α.

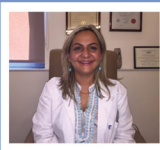
ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΗ

Όλοι λοιπόν, της ραγδαίας αύξησης της επίπτωσης του διαβήτη και των σοβαρότατων επιπλοκών του είναι ευθύνη της οικογένειας, των επαγγελματιών υγείας, του εθνικού συστήματος υγείας και όλης της κοινωνίας να αντιμετωπιστούν συλλογικά τον διαβήτη.

- Χρειάζεται:
- 1) **Σωστή Εκπαίδευση** στους διαβητικούς
 - 2) **Διατήρηση κανονικού βάρους σώματος**
 - 3) **Άσκηση** (περίπου για τουλάχιστον 30 λεπτά την ημέρα, για παράδειγμα, έχει αποδειχθεί ότι μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη τύπου 2 κατά 35-40%).
 - 4) **Μεσογειακή διατροφή** (ελαιόλαδο, μέτρια κατανάλωση αλάτι, μεγάλη κατανάλωση σπυρίων και δημητριακών, άφθονα φρούτα κ' λαχανικά, περιορισμένη κατανάλωση κόκκινου κρέατος και γαλακτοκομικά)
 - 5) **Σωστή εφαρμογή της θεραπευτικής αγωγής**
 - 6) **Ενημέρωση** της οικογένειας έτσι ώστε από την παιδική ηλικία να γίνεται έμφυση στη σωστή διατροφή και στην άσκηση. Οι εθνικοί ερασιόφιλοι την προσοχή, ιδιαίτερα στα ελληνόπουλα, που συγκαταλόγούνται στα πιο παχυσαρκία παιδιά της Ευρώπης

Άλλωστε και ο Ισοπαράτης ο ΣΔ 2019 είναι διάσημος:

"ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΒΡΑΒΕΙΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟΥ ΤΟΥ ΒΕΡΛΕΪΝ"



Δρ. Δαραβάγκα Πηνελόπη
Ειδική Γαστρολόγος
Εξειδικευμένη στον Σακχαρώδη Διαβήτη - Διαβητικό Πόδι
Μέλος της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας
Ιατρείο: Α.Σταμάτας 5α, Δροσιά
Τηλ.: 2130337247 - 6974650299

THE MYSTERY PLAN

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΩΝ
Τηλ.: 6988 287 388
www.themysteryplan.gr

Escape Rooms - Δωμάτια Απόδρασης

Ένα ψυχαγωγικό - διαδραστικό παιχνίδι που τρελαίνει κόσμο στην Αμερική και στην Ευρώπη.
Τώρα και στον Άγιο Στέφανο.

ΛΥΣΕ ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΚΑΙ ΑΠΟΔΡΑΣΕ ΠΡΙΝ ΛΗΞΕΙ Ο ΧΡΟΝΟΣ

Η φαντασία, η επινόηση, η παραπλοκότητα, η συνεργασία, η συνοχή της ομάδας θα σε οδηγήσουν μέσα από μία συναρπαστική περιπέτεια με γρίφους, παζλ, εμπόδια, μυστήρια να φτάσεις στο στόχο και να αποδράσεις.

(ομάδα 2 - 6 ατόμων, ηλικίας 8+)

Νέο Δωμάτιο **Νέο Δωμάτιο** **Νέο Δωμάτιο**

Ματωμένα Ίχνη **The Gate of Darkness II** **Το παιχνίδι του Κλόουν**

Παίδι Πάρτυ
Κάντε δώρο στα παιδιά σας για τα γενέθλια και την γιορτή τους, μια συμμετοχή με τους φίλους τους. (Ηλικία 8+)

Ηρώων Πολυτεχνείου 45 (έναντι ΟΣΕ) | 145 65 Αγ. Στέφανος
e-mail: info@themysteryplan.gr | The Mystery Plan

Chic & Casual ενδύματα αξεσουάρ

κ:6948 38 11 46
Κοιμ. Θεοτόκου 18 • Αγ. Στέφανος

Κήλη κοιλιακού τοιχώματος: Πως αντιμετωπίζονται ανώδυνα και αποτελεσματικά

Τι εννοούμε με τον όρο κήλη;

Κήλη είναι η πρόβληση ενός κοιλιακού σπλάγχνου (ενδοκοιλιακό λίπος, έντερο) δύσκολο ενός χώματος του κοιλιακού τοιχώματος προκαλώντας συχνά μια δύσκολη κήλη από το βάρη της κοιλιακής χώρας.

Πόσες ειδών κήλες έχουμε;

Ανάλογα με την περιοχή που εμφανίζονται διακρίνονται σε:

1. Κοιλιοκήλη: Η δύσκολη εμφανίζεται στην περιοχή της κοιλίας (προσβεβητικό κοιλιακό). Αν έχει προηγήσει χειρουργική επέμβαση και τότε στο σημείο της κήλης τότε η κοιλιοκήλη ονομάζεται μετεχειρουργική.
2. Βουβωνική/κήλη: Η δύσκολη εμφανίζεται στη βουβωνική περιοχή.
3. Ουροδόχη/κήλη: Η δύσκολη βρίσκεται στην περιοχή του ουροδόχου κύστεως.
4. Ηπρωική/κήλη: Η δύσκολη εμφανίζεται προς το εσωτερικό της μηροβουβωνικής πτυχής.
5. Επιπαστική κήλη: Η δύσκολη εντοπίζεται πάνω από τα πόδια, στην μέση γραμμή.
6. Κήλη Spigelii, κήλη του κοιλιακού τοιχώματος: Η κήλη Spigelii εντοπίζεται στο πλάγιο κοιλιακό τοίχωμα, στο πλάγιο όριο του ορθού κοιλιακού.

Πως δημιουργείται η κήλη;

Κήλες μπορούν να δημιουργηθούν σε οποιαδήποτε ηλικία, αν και στα παιδιά τις περισσότερες φορές είναι οι γενετικές. Προκαλείται από μια χαλαρωτή, -σπ- ή το κοιλιακό τοίχωμα, που επιτρέπει τη διέλευση του σπλάγχνου από την κοιλιακή χώρα από το δέρμα το οποίο ο ασθενής μπορεί να μην να ψηλαφήσει. Η χαλαρωτή αυτή είναι σταδιακά και οφείλεται συνήθως σε όραση βάρους, χρόνια δυσκοιλιότητα, επίμονο βήχα, παχυσαρκία, βάρη χειρουργική τεχνική κλπ. Παράγοντες που συνδέονται και εισούν τη δημιουργία κήλης είναι οι εξής:

- i. Η πρόβλεψη.
- ii. Καταστάσεις που προκαλούν αύξηση της πίεσης στην περιοχή της κοιλιάς (έντον οσματική άσκηση, πνευματική, δυναμική, πολλαπλή τοκετό).
- iii. Προηγούμενη ηλικία και κακή διατροφή καθώς αυτές οι καταστάσεις διαταράσσουν την ισορροπία οντογενετικής-αποδομικής του κοιλιακού.

iv. Οι μεταχειρηματικές τραυμα και τραυματία.

Ποια είναι τα συμπτώματα;

Τα κυριότερα συμπτώματα είναι ο πόνος και το κήφο στο σημείο δημιουργίας της κήλης. Το εξόγκωμα αυτό μεταβάλλεται με την κίνηση, το βήχα και άλλες δραστηριότητες που απαιτούν κίνηση των κοιλιακών μυών. Σταδιακά η κήλη αυξάνεται σε μέγεθος και η πρόβληση του κοιλιακού σπλάγχνου προς τα έξω γίνεται εντονότερη. Στην περίπτωση της βουβωνικής ή ξυμής μια αίσθηση βάρους και κωλύματα στην βουβωνική περιοχή που συχνά αντανακλάται στην βουβωνική επιφάνεια του μηρού και στο γεννητικό όργανο ή στις άκρες μετά από έντονη προσπάθεια, τρέξιμο, άρση βάρους. Ο πόνος μπορεί να υφίσταται σε όλες τις φάσεις της κήλης εξαιτίας του γενετικού, ότι το ενδοκοιλιακό σπλάγχνο ενώνεται μέσα στην κήλη και περιολογείται (καταρραγίζεται) από το κήλιο στόμιο. Η διάρκεια του πόνου μπορεί να είναι από λίγα λεπτά έως και ώρες.

Ποιες είναι οι επιπλοκές της κήλης;

Εκτός από τον πόνο που μπορεί συχνά να προκαλεί η κήλη ανήλικα άτομα που είναι στην ηλικία του και τις καθημερινές δραστηριότητες τους, μπορεί να αποστείλει αιμάτιο κίνδυνο για την υγεία τους. Η πιο σοβαρή επιπλοκή της κήλης είναι η περιερίθνη. Αυτό συμβαίνει όταν το μακρό άνοιγμα εγκλωβισθεί και στρίψει προς τα έξω το πρόβλημα σπλάγχνο με αποτέλεσμα την απόφραξη. Το περικοπές φορές η απόφραξη περιβαλλόμενη έντερο, γενεχώς που δημιουργεί απορροτικό ελάει, με αποτέλεσμα έντονο κοιλιακό άλγος, εμετός, διάταση της κοιλίας κ.λπ. Η επιπλοκή αυτή πρέπει να αντιμετωπιστεί άμεσα, διότι μπορεί να οδηγήσει σε περιερίθνη ισχαιμία του οργάνου με τη κήλη του. Αυτό θέτει σε κίνδυνο τη ζωή του ασθενούς.

Πότε απευθυνόμαστε στο χειρουργό για την κήλη μας;

Όσο η κήλη είναι μικρή, τόσο πιο εύκολη είναι η αποκατάστασή της διασφαλίζοντας έτσι την επιτυχία της επέμβασης. Πρόσποδοτική η κήλη μεγαλώνει και δημιουργεί συμφορές - ένα είδος κόλλας - μεταξύ των σπλάγχμων και του βέλτους, που δυσκολεύει εξαιρετικά το χειρουργό στην διάκριση της επέμβασης. Πολλές συμφορές δημιουργούνται επίσης και από τη χρήση της κήλης. Στην περίπτωση όμως που έχουμε περιερίθνη (καταρραγισμένη) ή δια-

τερο του εντέρου μέσα στην κήλη, τότε επείγουσα πρέπει να γίνει χειρουργική επέμβαση έντος βόρου από την έναρξη του συμπτώματος γιατί υπάρχει κίνδυνος νέκρωσης του εντέρου που μπορεί να οδηγήσει σε ελάει και σήψη σπλάγχμων κοιλίας και τη ζωή του ασθενούς.

Με ποιο τρόπο διορθώνεται μια κήλη;

Δυστυχώς τα αντιρρηκτικά μέσο όπως η χρήση κηλοειδών (κάνες για κήλη) ή η αποφυγή άρσης βάρους δε διορθώνουν την κήλη. Το πρόβλημα είναι πως στο κοιλιακό τοίχωμα υπάρχει μια αδυναμία, ένα χάσμα (τρύπημα) το οποίο με κάποιο τρόπο πρέπει να κλείσει. Αυτό μπορεί να γίνει μόνο με χειρουργική επέμβαση. Σήμερα, η ενδοβερική μέθοδος είναι η χρήση πλέγματος σαν ένα είδος «μαπαλοειδούς» ώστε να καλυφθεί το χάσμα (τρύπημα) στο κοιλιακό τοίχωμα και να μην επηρεάσει από το ενδοκοιλιακό σπλάγχνο (λίπος, έντερο) να βγει προς τα έξω. Τα πλέγματα ενσχυοται στο κοιλιακό τοίχωμα, είναι απόλυτα συμβατά με τον ανθρώπινο οργανισμό και ενσωματώνονται πλήρως χωρίς να προκαλεί φλεγμονή ή άλλη αντίδραση. Η τεχνική αυτή είναι κατά καθόλου τάση στο κοιλιακό τοίχωμα σε αντίθεση με παλιότερες τεχνικές που χρησιμοποιούσαν ραβμάτια για να κλείσουν τα χάσμα και οι σπασές έχουν υψηλή ποσοστά στήριξης (υπόβαθρον ραβμάτια) και επανεμφάνιση της κήλης.

Ποιες είναι οι σύγχρονες και πιο ανώδυνες μέθοδοι για την αποκατάσταση της κήλης;

Στις μέρες μας, η λαπαροσκοπική χειρουργική έχει αντικαταστήσει τις μεγάλες βελβίδες ή υλικού σπασές μεθόδους κατά τις οποίες ο χειρουργός έκανε μια μεγάλη τρύπη προκειμένου να διορθώσει την κήλη και ο ασθενής μετά το χειρουργείο ποσοστό υπέρβαλλο με συνέπεια να μπει στο κρεβάτι για πολλές μέρες και να του χορηγηθούν ισχυρά αναλγητικά. Η λαπαροσκοπική διορθώνει το πρόβλημα της κήλης μέσα από μικροτρυπήματα (0,5-1 εκατοστά) και με τη βοήθεια κάμερας υψηλής ανάλυσης μεγεθώνει την εικόνα έως και 20 φορές και επιτρέπει να διακρίνουμε εύκολα οργάνω και να υφίσταται και να μην τα τραυματίσουμε. Η τελευταία εξέλιξη της λαπαροσκοπικής είναι η ρομποτική χειρουργική που προσφέρει ακόμη καλύτερα εργαλεία και φρονιάδαται απεικονίζονται κατά τη διάρκεια της επέμβασης.

Είναι εξίσου αποτελεσματική η λαπαροσκοπική αντιμετώπιση της κήλης σε σχέση με την ανοιχτή χειρουργική; Πως τα πλεονεκτήματά της;

Όχι μόνο είναι εξίσου αποτελεσματική βάσει πολλών δεικτών μελών αλλά υπερτερεί έναντι της ανοιχτής μεθόδου γιατί ο ασθενής μετά το χειρουργείο ποσάει πολύ λιγότερο και σπώνεται από το κρεβάτι την ίδια ημέρα. Τα αναλγητικά φάρμακα δεν χρειάζονται να χορηγηθούν παρά μόνο για λίγες ώρες και δεν είναι βάρη για τον ασθενή. Η παρήκηση στο νοσοκομείο είναι μικρότερη από 24 ώρες και η αποφυγή των καθημερινών δραστηριοτήτων γίνεται εντός 2 έως 3 ημερών και περιλαμβάνει περπάτημα, οδήγηση και ανάβαση και κατέβασμα σε σκάλες. Προσέγγιση άλλου ή έντονου οσματική άσκηση και η υπέρβαλλο άρση βάρους για 20 ημέρες περίπου μετά την επέμβαση.

Πού γίνονται αυτές οι επεμβάσεις;

Η λαπαροσκοπική αντιμετώπιση της κήλης γίνεται σε εξειδικευμένα κέντρα που διαθέτουν τις κατάλληλες δομές και τον απαραίτητο εξοπλισμό τελευταίας τεχνολογίας, ώστε να διευκολυνθούν αυτές οι επεμβάσεις (κήλη) ή με απόλυτη ασφάλεια και επιτυχία. Ο χειρουργός πρέπει να είναι άρτια καταρτισμένος, εξειδικευμένος και με μεγάλη εμπειρία στις λαπαροσκοπικές μεθόδους και να ενημερώνεται συνεχώς για τις τελευταίες εξελίξεις που αφορούν στην προηγμένη λαπαροσκοπική.

Αντωνάνκοπουλος Φώτης MD, FACS

Γενικός Χειρουργός
Ρομποτική, Λαπαροσκοπική, Βαρετική και Γενική Χειρουργική Κλινική Ιατρικού Κέντρου Αθηνών

Ιατρείο: Λεωφόρος Στυμάτων, 5Α Δροσιά
Τηλ: Ιατρείο: 213 0337427
Κιν.: 6944 458471
Τηλ. Ιατρ. Κέντρου: 210 6862000



Ευάγγελος Ν. Κλίνης
Γενικός Οικογενειακός Ιατρός

- Παρακολούθηση χρόνιων παθήσεων
- Αντιμετώπιση οξέων περιστατικών
- Προώπιση τυχόν ειδικών εξετάσεων
- Περιποίηση τραυματισμών - μικροεπεμβάσεις
 - Φροντίδα κατά οικόν
- Παισιότητα για ηλεκτρονική συνταγογράφηση παραρτηματικά εξετάσεων

Γζων Κένεντυ 2, Άγιος Στέφανος
Τ. 217 717 0757 • Κ. 697 28 70 986

Χριστίνα ΚΑΚΑΒΕΔΙΩΚΗ
Κλινική Διαταραχές-Διατροφολόγος
Πτυχιακή Χαρκοειδών Παθεντιολόγος

Χελμού 34
1ος Οροφος Εμπ. Κέντρου
έναντι Ιατρείου ΙΚΑ
145 65 Αγ. Στέφανος
Τηλ. Φαξ: 210 9 140894
Κιν.: 6945823546
allazodiatrof@yahoo.gr

**αλλαζο
διατροφή**

ΤΖΩΝ ΚΕΝΝΕΔΥ 2 ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ 145 65
ΤΗΛ.: 210 6215308 - ΚΙΝ.: 6936 833699

Φίλιππος Κλίνης
χειρουργός - οδοντίατρος

ΤΖΩΝ ΚΕΝΝΕΔΥ 2 ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ 145 65
ΤΗΛ.: 210 6215308 - ΚΙΝ.: 6936 833699



Κυριακίδης Π. Ματθαίος MD MSc
Χειρουργός Ορθοπαιδικός

Παχιόγιος Ιατρικός Σύλλογος Πανεπιστημίου Αθηνών
Εξειδικευθείς στο Νοσοκομείο "ΑΤ" και στο Νοσοκομείο Birmingham Heartlands και Queen's Hospital of H. Brentford
Ιατρείο Έθνης Ομάδας Παιδιατρικής

Ιωσή Γενναίη • Βιοακτινική Αθηνών • Doctors' Hospital

Αθλητικές Κακώσεις
Αρθροσκοπική Χειρουργική
Αρθρίτιδες
Αρθροπλαστικές
Τραυματιολογία
Παθήσεις Σπονδυλικής Στήλης
Οστεοπόρωση
Παθήσεις Άκρας Χειρός - Άνω Άκρου
Ορθοπαιδική Παιδιών

ιατρείο Παλιώνης: Α. Μαροβάθνος 53
Ιατρείο Αγ. Στεφάνου: Α. Χελμού 19
τηλ./φαξ: 210 60 33 250 • κιν.: 6948 08 25 29
matkyriakidis@yahoo.com • www.kneesurgery.gr

f KyriakidisMatthaios
Δέχεται Καθημερινές με Ραντεβού

υγεία και πρόληψη
IATPEIO

• ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΚΟ - ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΙΚΟ
• ΝΕΦΡΟΛΟΓΙΚΟ

• ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
• ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ
• CRANIOSACRAL THERAPY

Dr Μάγνητος Ζώνητρικης
ειδικός ενδοκρινολόγος - διαβητολόγος
M.F. Hon. Λονδίνου C.C.P.D
Ομοιοπαθητικός Ιατρός
Βελονιστής

Dr Γεωργίου Ζώνητρικης
ειδικός νεφρολόγος
Διδάκτωρ Παν. Αθηνών
M.F. Hon. Λονδίνου
Ομοιοπαθητικός Ιατρός

1. Γρ. Αιματόγης & Α. Μαροβάθνος, Πλατεία Αρσίου (έναντι από Αιματόγης)
2. Καλοπόταμος 8-12, Αγία Ελεάνθη (έναντι στο Ιατρείο της Νοσοκομείο)

www.ygiai-kai-prolithsi.gr τηλ.: 210 7770488

Βασίλης Δαρδαμάνης
Χειρουργός Οδοντίατρος

Λεωφ. Σταμάτης 5Α, Δροσιά
"Εμπορικό Κέντρο Φάρος"
Τηλ.: 210 8004960, Κιν.: 694760531



north
estate

ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ & ΔΙΑΘΕΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

T. 210 62 19 349
K. 694 39 59 300

- Ενοικιάσεις επαγγελματικών χώρων.
- Εξειδικευμένες αναζητήσεις ακινήτων.
- Επιμέλεια έκδοσης αδειών υγειονομικού ενδιαφέροντος (Με τον νέο νόμο Ν.4442-2016)
- Εκτιμήσεις ακινήτων από εξουσιοδοτημένο εκτιμητή της RICS

Κοντά σας όλο το 24ωρο - 365 μέρες το χρόνο -



- ✓ 24ωρη συνεργασία με βιολογικά καθαριστικά αποχετεύσεων, ομβρίτικες.
- ✓ Αναθερμάνουμε αλυδόνες αποχετεύσεων.

Σε πολύ προσιτές τιμές!
Επαγγελματίες - Φροντίδα - Αξιοπιστία

Μηνάς Μαγγίνος Τηλ.: 210 62 10 752, Κιν.: 697 72 81 465
Αγ. Ιωάννου 33, Ήλιουπόλη
Email: mrlabiko@gmail.com - www.mrlabiko.gr



ΣΧΟΛΗ ΟΔΗΓΩΝ ΣΤΕΦΟΣ

www.stefos-driving.gr

ΣΧΟΛΗ ΟΔΗΓΩΝ ΣΤΕΦΟΣ

stefos.drivingschool@gmail.com

ΔΙΠΛΩΜΑΤΑ
ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΑ - ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΑ
ΜΟΤΟΣΥΚΚΕΤΩΝ : ΑΜ | Α1 | Α2 | Α' |
ΕΠΕΚΤΑΣΕΙΣ ΣΕ Γ | Δ | Ε | Σ | ΠΕΙ
ΑΥΤΟΜΑΤΑ ΟΧΗΜΑΤΑ

ΕΠΑΝΕΚΠΑΙΔΕΥΣΕΙΣ
ΑΝΑΒΕΡΘΡΩΣΕΙΣ - ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ - ΑΠΟΛΕΙΞΕΙΣ
ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΙΑΔΕΙΞΕΙΣ ΤΑΞΕΩΣ
ΜΕΤΑΒΙΒΑΣΕΙΣ
ΔΙΑΚΕΤΗΡΑΣΕΙΣ - ΚΤΕΟ

f | Σχολή Οδηγών Στέφος
In | Stefos_driving_since1950

📍 Α. Κρουνηρίου 52, Κρουνηρί
Ηρ. Πολυτεχνείου 45, Αγ.Στέφανος

210 81.41.594 | 210 81.41.929 | 6944 960.194



ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟ
ΥΛΙΚΟ
ΦΩΤΙΣΜΟΣ

Τηλ.: 210 62 15 677
Κιν.: 697 21 59 667
Χελμού 11, Άγιος Στέφανος
email:a.s.arnes@gmail.com



Χελμού 15
Άγιος Στέφανος
Τηλ.: 210 62 19 027

Προσφορά!

Τρίτη, Τετάρτη & Πέμπτη
Εξωτερικό 5€
Εξωτερικό - Εσωτερικό (I.X. Jeep) 8€ / 10€

ΧΑΛΙΩΤΗΣ

- ΚΑΥΣΟΞΥΛΑ
- ΚΑΡΒΟΥΝΑ
- ΜΠΡΙΚΕΤΕΣ
- ΠΕΛΛΕΤ
- ΔΑΔΙ



Μεταφορά με νερό σε παλέτες - σάκους

Μεταφορά στο χώρο σας • Κοπή υψηλών δέντρων

ΤΑΤΟΪΟΥ 144, ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ
ΤΗΛ.: 210 8075888, FAX: 210 8077151
ΚΙΝ.: 6932482621, 6932248262





Ασφαλώς...
Σηλάσας


ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΦΥΛΑΞΗΣ

ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Χελμού 8, 145 65 Άγιος Στέφανος - Τηλ.: 210 81.44.444, Fax: 210 81.44.464
E-mail: info@union-security.com - Web: www.union-security.com

GN

Event Planning

- 
- Γάμος • Βάπτιση
 - Πάρτυ • Ετ. συνέδρια
 - Εγκαίνια

Georgia
Nestoriadi

Κιν: 694 930 4345

Email: Gnestoriadi@gmail.com

Ηρ. Πολυτεχνείου 45, Αγ. Στέφανος

Wood Power

**Καυσόξυλα
Κάρβουνα**



ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΝΟΜΗ

Λ. Δεκελείας 152 • Τηλ: 213 0244330, 6937 219444