« Εφόσον δεν μπορούμε να αλλάξουμε
την πραγματικότητα,
ας αλλάξουμε τα μάτια που τη βλέπουν »

— Νίκος Καζαντζάκης

Καρακάσης
ATHENS FINE OPTICS SINCE 1928
ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ: ΛΕΩΦ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 373, 14671, Τ: 2103613541
ΚΟΛΩΝΑΚΙ: ΣΟΛΩΝΟΣ 50, 10672 ΑΘΗΝΑ, Τ: 2103613366
WWW.KARAKASSIS.GR

Νοέμβριος 21 / **Φύλλο 158**

Βόρεια Προάστια

ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Η πρώτη εφημερίδα των Βορείων Προαστίων

www.voreiaproastia.gr

Από κλιματική αλλαγή… σε κλιματική κρίση

Η Φύση μας τιμωρεί Επιστρέφει «ότι της δώσαμε»

σελ.8

ΑΓΟΡΑ ΜΕΤΑΛΛΩΝ

- ΣΙΔΗΡΟΣ
- ΧΑΛΚΟΣ
- ΟΡΕΙΧΑΛΚΙΝΟΣ
- ΚΑΛΩΔΙΑ
- ΜΟΛΥΒΙ
- ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ
- ΜΙΖΕΣ-ΔΥΝΑΜΟ
- ΠΡΟΦΙΛ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ
- AIR CONDITION
- ΗΛ. ΣΥΣΚΕΥΕΣ
- ΙΝΟΧ
- ΜΟΤΕΡ
- ΜΕΤΑΣΧ/ΤΕΣ
- ΣΑΣΜΑΝ - ΜΗΧΑΝΕΣ

ΑΓΟΡΑΖΩ ΤΟΙΣ ΜΕΤΡΗΤΟΙΣ

Ρωτήστε μας για τις καλύτερες τιμές

Κ. Κατάρα 19, Αχαρναί, 210 2405 007
www.agorametallon.gr

GROOMIE GROOMIE
Κομμωτήριο Σκύλων & Γατών
ΤΗΛ. για ΡΑΝΤΕΒΟΥ: 213 0 314 314 - 6972 02 01 52
Λεωφ. Τραπεζούντος 46 - Άγιος Στέφανος
Καλλωπισμός · Μπάνιο
Κούρεμα Φυλής · Stripping

Πετρέλαιο Θέρμανσης
ΤΙΜΗ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗΣ
AEGEAN
Πετρέλαιο Θέρμανσης
Λιπαντήριο
Πλυντήριο
Λ. Μαραθώνος 8, Δροσιά
Τηλ.: 211 2100004

ΜΙΧΑΗΛ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
(« 697.8161.215 »)
https://mixail.business.site
MixailPetrelaio

ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ
ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
Παράδοση... ΤΩΡΑ!
- 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, Κρυονέρι • www.petrelaiothermansis.gr

evoreia

ΠΑΝΩ ΑΠΟ 50.000 ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ ΜΑΣ ΕΜΠΙΣΤΕΥΤΗΚΑΝ...

ΕΣΥ;

www.evoreia.gr

Το site των Βορείων Προαστίων και όχι μόνο...

VP Radio.gr

ΕΡΧΕΤΑΙ...

www.vpradio.gr

Βόρεια Προάστια
ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Προβληθείτε και εσείς με τον πιο αξιόπιστο και οικονομικό τρόπο, μέσω της Εφημερίδα μας, ου ραδιοφώνου και των ηλεκτρονικών μας μέσων.

info: 210 62 19 342 (10:00-16:00)

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ/ΕΚΔΟΣΗ: VP GROUP
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Σιδηρόπουλος Σαμσών
ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ: Νικολακόπουλος Χρήστος
ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: Μεγακλής Κανελλόπουλος, Bogdan 'Θεοδόσης' Yanko, Σχοινάς Στυλιανός, Τζήμου Μαρία, Παπαιωάννου Ζωή, Λάκκας Ευστάθιος, Γιουλίνα Μανωλάτου.
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ: 210 62 19 342, 210 6219 349-350
Ότι σας απασχολεί, στείλτε το στην εφημερίδα μας με e-mail: voreiaproastia@gmail.com

www.vpgroupnet.com

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, ολική, μερική ή περιληπτική, η διασκευή απόδοσης του περιεχομένου της εφημερίδας, με οποιονδήποτε τρόπο μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, χωρίς την άδεια του εκδότη. Μακέτες, φίλμς, αλαιτς που κατασκευάστηκαν για την εφημερίδα, ανήκουν αποκλειστικά στον ιδιοκτήτη και εκδότη και απαγορεύεται η μερική ή ολική αντιγραφή τους χωρίς έγγραφη άδεια.

Όταν με διαβάσεις...

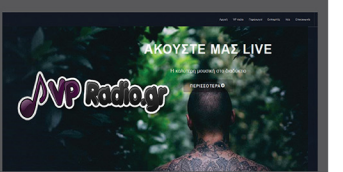
ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΕ ΜΕ

Η Εφημερίδα μας διανέμεται στις παρακάτω περιοχές:
• Καπανδρίτι • Κιούρκα • Κρυονέρι • Άγ. Στέφανος • Άνοιξη • Δροσιά • Σταμάτα • Ροδόπολη • Διόνυσος • Εκάλη • Ν. Ερυθραία • Πολίτεια • Πεντέλη • Κηφισιά • Μαρούσι

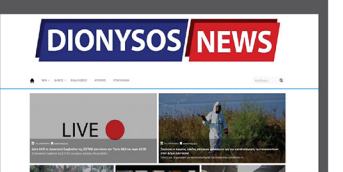
Τα μέσα μας...

voreiaproastia.gr

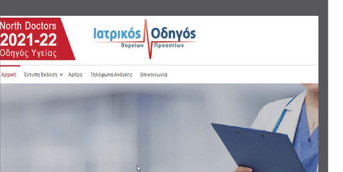
evoreia.gr



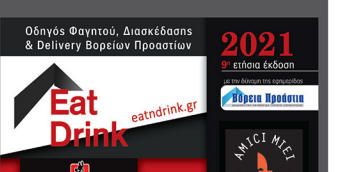
vpradio.gr



dionysosnews.gr



northdoctors.gr



eatdrink.gr

TEAMPCSHOP

ΕΠΩΝΥΜΟΙ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΕΣ
LAPTOP & PC REFURBISHED

ΑΠΟ 49€ ΟΙ ΣΤΑΘΕΡΟΙ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΕΣ
ΚΑΙ ΑΠΟ 79€ LAPTOP

- ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ • SERVICE ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ • ΚΙΝΗΤΩΝ
- TONER • ΜΕΛΑΝΙΑ ΣΥΜΒΑΤΑ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΕΚΤΥΠΩΤΕΣ
- ΑΞΕΣΟΥΑΡ ΚΙΝΗΤΩΝ ΚΑΙ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ
- ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΕΙΣ • ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ Η/Υ
- ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ ΚΙΝΗΤΩΝ (ΟΘΟΝΕΣ - ΜΠΑΤΑΡΙΑ - ΑΚΟΥΣΤΙΚΑ - ΤΖΑΜΑΚΙΑ - ΘΗΚΕΣ)

ΣΕ ΧΑΜΗΛΕΣ ΤΙΜΕΣ ΚΑΙ ΜΕ ΕΓΓΥΗΣΗ 12 ΜΗΝΕΣ

ΔΩΡΕΑΝ ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΥΘΗΜΕΡΟΝ

ΡΩΤΗΣΤΕ ΜΑΣ...

από 49€

Desktop

CRAZY SALE

SHOP NOW

Laptop

από 79€

Περιφερειακά υπολογιστών

Άμεσα διαθέσιμα και στις καλύτερες τιμές. Όλα τα περιφερειακά για τον υπολογιστή σου εδώ!

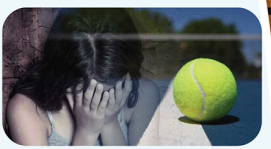
Μελάνια και toner εκτυπωτών: Αυθεντικά, συμβατά και επαναγεμιζόμενα

Για κάθε εκτυπωτή αυθεντικά και συμβατά στις καλύτερες τιμές της αγοράς.
Γνήσια μελάνια από HP, Canon, Lexmark & όλα τα συμβατά

Λεωφ. Τραπεζούντος 38, Αγ. Στεφανος, Τ.Κ.14565

210-2201895, 6907003432 teampcshop@gmail.com www.teampcshop.gr

Συνελήφθη 35χρονος προπονητής τένις στην Κηφισιά, για σεξουαλική κακοποίηση δύο ανήλικων αθλητριών του



Την Πέμπτη 5 Νοεμβρίου, συνελήφθη 35χρονος προπονητής τένις για σεξουαλική κακοποίηση δύο ανήλικων αθλητριών του σε περιοχή των **Βορείων Προαστίων** από άνδρες της Υποδιεύθυνσης Ανηλίκων, έπειτα από καταγγελίες γονέων.

Ο προπονητής κατηγορείται ότι κακοποιούσε σεξουαλικά δύο αθλήτριές του, ηλικίας 14 ετών, γεγονός που έγινε γνωστό όταν οι κοπέλες εκμυστηρεύτηκαν στους γονείς τους τι είχε συμβεί, αποκαλύπτοντας ότι το ίδιο πρόσωπο φέρεται να είχε πράξει το ίδιο και με άλλες συναθλήτριές τους.

Οι γονείς των δύο κοριτσιών αμέσως επισκέφτηκαν τη ΓΑΔΑ και το Τμήμα Υποδιεύθυνσης Ανηλίκων και κατέθεσαν μήνυση εναντίον του προπονητή, ο οποίος και συνελήφθη την περασμένη Πέμπτη, κατηγορούμενος για γενετήσια πράξη με ανήλικο, που δεν έχει συμπληρώσει τα 14 χρόνια.

Στο Facebook, η σελίδα του συλλόγου τένις που είχε ιδρύσει, είναι γεμάτη με φωτογραφίες των ανήλικων αθλητριών του από τη συμμετοχή τους σε διάφορα τουρνουά, σε Ελλάδα και εξωτερικό.

Στην τελευταία ανάρτησή του, λίγη ώρα πριν συλληφθεί, συγκεκριμένα στις 4 Νοεμβρίου, ανέβασε τις φωτογραφίες τριών ακόμη ανήλικων αθλητριών του, θέλοντας με αυτή την κίνηση να τις επιβραβεύσει για τις εμφανίσεις τους σε τουρνουά που έλαβε χώρα στο δήμο Μαραθώνα.

«Η αθλήτρια μας Ε.Δ έκανε για άλλο ένα τουρνουά μερικές πολύ καλές εμφανίσεις και μας γέμισε υπερηφάνεια κατακτώντας τη δεύτερη θέση σε δύο τελικούς που αγωνίστηκε ,στα μονά της κατηγορία Κ12 και στα διπλά με συμπαίκτρια τη Μ.Α! Πολλά μπράβο στο κορίτσι μας που δείχνει φοβερή σταθερότητα και συνεχή παρουσία σε τελικούς σχεδόν σε όλες τις διοργανώσεις που λαμβάνει μέρος!» αναφέρει στη σχετική ανάρτησή του.

Ο σάτυρος προπονητής επιδίωκε να ταξιδεύει μαζί με τις αθλήτριές του, σε τουρνουά που πραγματοποιούνταν σε Ελλάδα και εξωτερικό. Συγκεκριμένα, ταξίδευαν πολύ συχνά, σε χώρες των Βαλκανίων αλλά και στη Κύπρο. Έκλεινε δωμάτια σε πολύ καλά ξενοδοχεία προκειμένου να δελεάζει τα νεαρά κορίτσια στα οποία παρείχε υποσχέσεις για γρήγορη ανέλιξη. Το τελευταίο τους ταξίδι ήταν στα Σκόπια στις αρχές Ιουλίου. Ο προπονητής διέμεινε μαζί με τις αθλήτριές του σε πολυτελές ξενοδοχείο των Σκοπίων για πέντε συνολικά βράδια.

Όπως έγινε γνωστό, στις πρώτες του επαφές με τις ανήλικες, ο προπονητής τις καλούσε στο σπίτι του, με το πρόσχημα να γνωριστούν καλύτερα. Ακόμη, όπως προκύπτει, τους πρότεινε να παίζουν επιτραπέζια παιχνίδια και, πάνω στη συζήτηση, τους αποκάλυπτε τις ανώμαλες σκέψεις του, ζητώντας από τις ίδιες να μην πουν τίποτα και σε κανέναν για όσα τους έλεγε.

Γονείς ανέφεραν ότι είχε καλή συμπεριφορά προς τους μαθητές του. Σύμφωνα με γονέα, ο 35χρονος τούς μιλούσε άσχημα, με αποτέλεσμα κάποιοι γονείς να απομακρύνουν τα παιδιά τους από τις δραστηριότητες του συλλόγου.

Ο 35χρονος προπονούσε σε γήπεδα της Φυλής, Θρακομακεδόνων και Κηφισιάς. Μέσα στο καλοκαίρι όμως, ενημέρωσε τους γονείς των νεαρών αθλητών ότι κατόπιν προβλήματος που δημιουργήθηκε με τη νομική χρήση των γηπέδων, στα οποία εδρεύει ο σύλλογος, θα αναγκαζόταν να αναζητήσει νέα έδρα.

Τα όσα είπε ο πατέρας του 35χρονου προβληματίζουν όλο και περισσότερο.

«Όλα τα πιτσιρίκια του την πέφτουν, ακόμα και μανάδες, αλλά πόσο να αντισταθεί; Ένα νέο παιδί πόσο να αντισταθεί; Όταν αφήνουν τα παιδιά τους, φεύγουν και τα τρέχει τώρα τέσσερις μέρες στη Βουλγαρία, στα Σκόπια… Φταίμε όλοι μαζί… Δυστυχώς φταίμε όλοι μαζί».

Και συνεχίζει λέγοντας: «Ούτε βιασμός υπάρχει ούτε τίποτα δεν υπάρχει. Η καταγγελία είναι μόνο ότι ήταν με την κόρη του και ήταν ανήλικη. Τίποτε άλλο, δεν είχε βιασμό με συναίνεση κάθισε το κορίτσι. Δεν είχε κανένα θέμα, έρχονταν και στο σπίτι μου. Ο πατέρας αυτός θέλει να εκδικηθεί τον γιο μου με ότι τρόπο υπάρχει. Δεν είπα ότι είναι αθώος ο γιος μου, έκανε τη μ… αυτή, γιατί έχεις τον πειρασμό δίπλα σου. Λοιπόν και τα παιδιά του την πέφτανε στα ίσα. Ποια μαθήτρια δεν θέλει τον καθηγητή της που είναι ωραίος και άνετος. Και ποια οικογένεια δεν θέλει έναν καθηγητή για την κόρη της».

Διόνυσος: Διαρρήκτες έκλεψαν χρυσαφικά, χρήματα και ένα πιστοποιητικό εμβολιασμού

Μια πρωτοφανής διάρρηξη έλαβε χώρα στον Διόνυσο, όπου οι ληστές εκτός από τα τιμαλφή που πήραν από τον ιδιοκτήτη του σπιτιού, του έκλεψαν και το πιστοποιητικό εμβολιασμού! Οι διαρρήκτες έπιασαν κυριολεκτικά στον ύπνο τον 43χρονο ιδιοκτήτη, όταν τα ξημερώματα της Δευτέρας 1 Νοεμβρίου τρύπωσαν στο σπίτι του στο Διόνυσο.

Το θύμα κοιμόταν στο υπνοδωμάτιό του, οι κλέφτες παραβίασαν με κατσαβίδι το παράθυρο του σαλονιού και μπήκαν στην μονοκατοικία. Χωρίς να τους αντιληφθεί ο ιδιοκτήτης, οι διαρρήκτες ερεύνησαν το σπίτι κι αφαίρεσαν χρήματα, χρυσαφικά αλλά και το πιστοποιητικό εμβολιασμού του 43χρονου!

Ο ιδιοκτήτης κατάλαβε ότι είχε πέσει θύμα διάρρηξης μόνο όταν ξύπνησε το πρωί και κάλεσε τις Αρχές. Την έρευνα για τον εντοπισμό των δραστών ανέλαβε το Τμήμα Ασφαλείας Διονύσου.

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

DALCOCHEM A.B.E.E.Φ.A.

ISO 9001:2015 ISO 14001:2015

ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΑ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΑ - ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ - ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΕΙΣ - ΑΠΕΝΤΟΜΩΣΕΙΣ - ΜΥΟΚΤΟΝΙΕΣ

ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΕΙΣ:
ΕΝΤΟΜΑ - ΤΡΩΚΤΙΚΑ - ΚΟΥΝΟΥΠΙΑ
ΤΣΙΜΠΟΥΡΙΑ - ΜΥΡΜΗΓΚΙΑ - ΤΕΡΜΙΤΕΣ
ΚΟΡΙΟΙ - ΨΕΙΡΕΣ - ΑΚΑΡΕΑ

67% ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΜΕ 2 ΤΑΙΝΙΕΣ led

ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗΣ ΙΠΤΑΜΕΝΩΝ ΕΝΤΟΜΩΝ ΜΕ ΚΟΛΛΗΤΙΚΗ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ

για το σπίτι, αρτοποιεία, ζαχαροπλαστεία, κρεοπωλεία, ιχθυοπωλεία, μανάβικα, εστιατόρια, ψητοπωλεία, καφετέριες, μίνι μάρκετ, εργαστήρια ζύμης κ.α.

ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗΣ ΙΠΤΑΜΕΝΩΝ ΕΝΤΟΜΩΝ ΜΕ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΕΚΚΕΝΩΣΗ

για επαγγελματικούς χώρους και για το σπίτι, τη βεράντα, την αυλή, την πισίνα κ.α.

ΕΓΚΕΚΡΙΜΕΝΑ ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΦ

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΕΣ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΕΙΣ ΧΩΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΟΜΑΔΑΣ ΤΩΝ ΚΟΡΩΝΟΪΩΝ

DALCO-100 ClO_2
Απολυμαντικό DALCO-100 πόσιμου ύδατος (CL_2) και χώρους τροφίμων

DALCO ALCOCLEAN
70° Αιθυλική αλκοόλη
Απολυμαντικό -Βακτηριοκτόνο- Ιοκτόνο- Μυκητοκτόνο έτοιμο προς χρήση.

DALCO SEPT
80° Αιθυλική αλκοόλη
Υγρό απολυμαντικό χεριών αντιβακτηριδιακό-αντισηπτικό με βάση την αιθυλική αλκοόλη

DALCO GEL
70° Αιθυλική αλκοόλη
Υγρό gel χεριών απολυμαντικό-αντιβακτηριδιακό αντισηπτικό

ALTO GERM
Ιοκτόνο- Μυκητοκτόνο- Βακτηριδιοκτόνο φιαλίδιο μίας χρήσεως

DALCOCHEM A.B.E.E.Φ.A.
Βιομηχανία Απορρυπαντικών - Καλλυντικών - Απολυμαντικών
Λ. Καραμανλή 213 • Τ.Κ.:13677 • Αχαρναί
210 2460401 - 609 • Fax: 210 2466100
info@dalcochem.gr www.dalcochem.gr

ΕΝΤΟΠΙΣΤΗΚΕ ΠΤΩΜΑ ΑΝΔΡΑ ΣΕ ΠΑΡΚΟ ΣΤΗΝ ΚΗΦΙΣΙΑ

Το πρωί της Τετάρτης 10/11, εντοπίστηκε νεκρός άνδρας επί της οδού Αρεοπόλεως στην περιοχή Αδάμες, στην Κηφισιά. Αμέσως ειδοποιήθηκε η Αστυνομία, η οποία απέκλεισε το οικοδομικό τετράγωνο, ενώ κλιμάκιο της Ασφάλειας έκανε αυτοψία του χώρου.

Ο νεκρός έφερε σημάδια από τραύμα στο κεφάλι, ενώ δίπλα του βρέθηκε ένα πυροβόλο όπλο.

Ύστερα από έρευνα της Αστυνομίας προέκυψε πως ο συγκεκριμένος άνδρας ήταν επιχειρηματίας, 61 χρονών και **αδερφός γνωστού αρχινονού της νύχτας.** Μάλιστα τον αδερφό-αρχινονό, τον είχαν εκτελέσει στις αρχές της δεκαετίας του 2000, δύο άτομα όταν επέστρεφε από το εξοχικό του στην Αθήνα.

Ο 61χρονος επιχειρηματίας, σύμφωνα με όλα τα στοιχεία της αστυνομικής έρευνας, έβαλε τέλος στη ζωή του σε απόσταση μόλις 200 μέτρων από το σπίτι του για άγνωστους μέχρι στιγμής λόγους.

Σύμφωνα με την Αστυνομία, ενώ τα πρώτα στοιχεία δείχνουν αυτοχειρία, το βαρύ όμως όνομα του 61χρονου δεν εφησυχάζει τους αστυνομικούς που ερευνούν όλα τα ενδεχόμενα. Ο επιχειρηματίας, όπως σημειώνουν αστυνομικές πηγές, δεν είχε ποινικό παρελθόν.

Ανατροπή αγωνιστικού αυτοκινήτου στην Ανάβαση Διονύσου

Την Κυριακή 31 Οκτωβρίου στους ανατολικούς πρόποδες της Πεντέλης, διεξήχθη για φέτος, η πολυαναμενόμενη Ανάβαση Διονύσου, καθώς είχε ακυρωθεί από το περσινό καλεντάρι, λόγω των υγειονομικών περιοριστικών μέτρων που ίσχυαν. Οι συμμετοχές των αγωνιζόμενων έφτασαν τις «95» και πλήθος κόσμου σκαρφάλωσε στο βουνό την προηγούμενη Κυριακή για να θαυμάσει τα εντυπωσιακά περάσματα των αγωνιστικών.

Από την διοργάνωση, δυστυχώς δεν έλειψαν πολλά ατυχή συμβάντα, με ένα εκ των οποίων να έχει καταγραφεί.

Το Peugeot 106 της κατηγορίας Ν2, με οδηγό τον 25χρονο Χρήστο Καλοβυρνά, έχασε την πρόσφυσή του πριν την στροφή Κ5 της ανάβασης, εξετράπη της πορείας του, συγκρούστηκε με τις προστατευτικές μπαριέρες και τελικά ανετράπη. Ευτυχώς όμως ο νεαρός οδηγός δεν υπέστη το παραμικρό στην υγεία του, χάρη στα μέτρα ασφαλείας που διέπουν όλα τα αγωνιστικά αυτοκίνητα.

"το κεντρικόν"
παραδοσιακό καφενείον - ουζερί
οι κουβεντομεζέδες εδώ...
δεν τελειώνουν ποτέ !!!
Σωκράτους 3, Αγ. Στέφανος
✆ 2130 888870
Ωράριο λειτουργίας: 07:00 - 00:00 • Διεύθυνση: Μανώλης Κοντάκης

SOUVLISTERI

ΚΟΚΟΡΕΤΣΙ

Χαρ. Τρικούπη 127 & Εκάλης, **Νέα Ερυθραία** Τηλέφωνο: **210.8000.085**

Λεωφ. Πεντέλης 15, **Βριλήσσια** Τηλέφωνο: **211.1001.313**

Από κλιματική αλλαγή… σε κλιματική κρίση

Η Φύση μας τιμωρεί Επιστρέφει «ότι της δώσαμε»

Σε συνέχεια του προηγούμενου κεντρικού μας άρθρου, στο οποίο αναφερθήκαμε στις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην περιοχή μας αλλά και γενικότερα, επανερχόμαστε με την κλιματική κρίση, που πλέον αποτελεί καθημερινότητά μας και την βιώνουμε συνεχώς.

Καταρχάς, αποτελεί χρέος μας να συνειδητοποιήσουμε πως πλέον δεν υφίσταται **κλιματική αλλαγή αλλά κλιματική κρίση,** γιατί στην πραγματικότητα η κλιματική αλλαγή είναι εδώ, ζούμε εντός της και ήδη οι συνέπειες της είναι σοβαρότατες για να τις αγνοήσουμε. Η προσπάθεια που οφείλει να κάνει η ανθρωπότητα είναι να «φρενάρει» και να ανακόψει τη διαδικασία της κλιματικής κρίσης, προτού το κλιματικό «τσουνάμι» γίνει ανεξέλεγκτο και μη αναστρέψιμο.

Για τον λόγο αυτό πραγματοποιήθηκε η σύνοδος των 26 χωρών του ΟΗΕ, η οποία διήρκησε δύο εβδομάδες και τα αποτελέσματά της δεν ήταν αυτό ακριβώς που όλοι περιμέναμε. Αν αναλογιστούμε πως χώρες όπως η Κίνα και η Ινδία, που παρά τις ανέσεις που μας προσφέρουν με τα προϊόντα και τις κατασκευές τους καταστρέφουν το περιβάλλον (λόγω της μεγάλης ρύπανσης από εκπομπές αερίων), κατανοούμε πλήρως ότι όλα γίνονται για οικονομικά συμφέροντα.

Τις τελευταίες δεκαετίες το κλίμα του πλανήτη μας έχει γίνει **θερμότερο κατά 1,1 βαθμό Κελσίου** με σοβαρές συνέπειες στο οικοσύστημά του και ειδικότερα αυτό της Μεσογείου. Η Ελλάδα, ως μία χώρα που βρίσκεται στην καρδιά της Μεσογείου, δεν θα μπορούσε να αποφύγει τις συνέπειες αυτές. Το είδαμε τον Οκτώβριο με τις πλημμύρες, το καλοκαίρι με τις πυρκαγιές που κατέστρεψαν χιλιάδες στρέμματα δασών και το χειμώνα με τη Μήδεια που πάγωσε τη χώρα για 5 μέρες. Συνειδητοποιούμε δηλαδή ότι **η κλιματική κρίση είναι εδώ** και μας οδηγεί σε ακραία καιρικά φαινόμενα με όλο και πιο έντονες επιπτώσεις. Χιλιάδες άνθρωποι χάνουν τις περιουσίες τους και οι ζωές τους καταστρέφονται. Για το λόγο αυτό δεν πρέπει να απορούμε ή να ξαφνιαζόμαστε με τις καταστροφές, αλλά να λάβουμε κατάλληλα μέτρα, ώστε να αποτρέψουμε μία περαιτέρω αύξηση της θερμοκρασίας, η οποία θα μπορούσε μελλοντικά να αποβεί μοιραία.

Δυστυχώς, η χώρα μας δεν ήταν ΠΟΤΕ προετοιμασμένη για όλα αυτά τα φαινόμενα, για τον απλό λόγο ότι στο παρελθόν δεν είχαν συμβεί σε τόσο μεγάλη συχνότητα και ένταση. Αυτό πρέπει να μας αφυπνίσει, όχι μόνο σε επίπεδο Κεντρικής Διοίκησης αλλά και σε επίπεδο ατομικής ευθύνης. Αν και τα τελευταία χρόνια

έχει σημειωθεί κάποια σχετική πρόοδος στην αντιμετώπιση κάποιων φαινομένων, στην πρόληψη όμως για την κλιματική κρίση υστερούμε οικτρά.

Ας πάρουμε για παράδειγμα την περιοχή στην οποία ζούμε. Μία περιοχή κατακλυσμένη από πράσινο, αλλά παραδομένη στην **αδιαφορία** και στην **απαξίωση** των διοικούντων της.

Ποια μέτρα έχει πάρει η Τοπική Αυτοδιοίκηση για την αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης και ποια για τα αποτελέσματά της;

Μπορεί η περιοχή μας να μην κινδυνεύει από την αύξηση της στάθμης της θάλασσας αλλά κινδυνεύει από τα έντονα καιρικά φαινόμενα και τις πυρκαγιές. Τα παραδείγματα της Μήδειας και οι φωτιές του καλοκαιριού

επιβεβαιώνουν αυτή την κατάσταση. Αν οι προβλέψεις των ειδικών επιστημόνων αποδειχθούν αληθινές, τότε η ξηρασία σε συνδυασμό με τις πυρκαγιές το καλοκαίρι και οι χαμηλές θερμοκρασίες σε συνδυασμό με τις έντονες βροχοπτώσεις και χιονοπτώσεις το χειμώνα, θα μας ταλανίζουν αδιάκοπα και κάθε χρόνο θα απειλούνται ζωές συνανθρώπων μας και περιουσίες.

Ο Κρατικός Μηχανισμός λοιπόν, σε επίπεδο Κεντρικής Διοίκησης – Δήμων και Κοινοτήτων, δεν αρκεί να βρίσκεται σε διαρκή επαγρύπνηση, λαμβάνοντας μέτρα κατόπιν εορτής, αλλά κυρίως να προβλέπει και να έχει άμεσα αντανακλαστικά.

Όλα τα παραπάνω μας οδηγούν σε ένα και μόνο συμπέρασμα: **η φύση μας εκδικείται για όλες μας τις αυθαιρεσίες.** Η καταπάτηση κάθε σπιθαμής γης, η άναρχη οικοδόμηση – κυρίως σε ρέματα και ειδικά στις μεγάλες πόλεις, η μόλυνση του περιβάλλοντος και η αδιαφορία προς αυτό, η ξηρασία, το φαινόμενο του θερμοκηπίου και η απουσία κατάλληλων ενεργειών την κατάλληλη στιγμή αποτελούν κάποιες από τις ενέργειές μας προς

αυτή την κατεύθυνση.

Εστιάζοντας περισσότερο όμως στην Ελλάδα, και ειδικότερα στη περιοχή μας, συνειδητοποιούμε ότι οι δικές μας ενέργειες με **την απάθεια, την κακή ιδιοσυγκρασία** και **την αδιαφορία** που δείχνουμε ως άνθρωποι, γινόμαστε **συνένοχοι του προβλήματος.**

Αναρωτηθήκαμε ποτέ πως αν δεν πετούσαμε σκουπίδια στους δρόμους, αν ανακυκλώναμε σωστά τα απορρίμματά μας και αν γενικότερα ενδιαφερόμασταν περισσότερο για το περιβάλλον, ίσως να μην βάζαμε κι εμείς το λιθαράκι μας σε αυτό το μη αναστρέψιμο πρόβλημα; Η απάντηση είναι απλή. **ΟΧΙ!** Και αυτό γιατί δεν μας το επιτρέπει η ιδιοσυγκρασία μας.

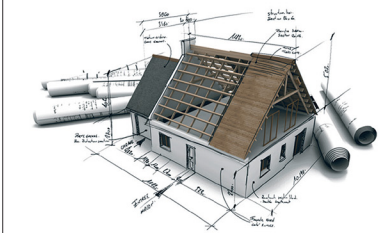
Το πρόβλημα βέβαια γίνεται εντονότερο όταν αναφερόμαστε στην Κρατική Διοίκηση και στους Δήμους. Οι ελλείψεις σε δομές, υπηρεσίες, δυναμικό και αποφασιστικότητα μεγεθύνουν την κρίση και συντελούν στην όξυνση του προβλήματος.

Αλήθεια κάθε πότε περνάει το απορριμματοφόρο της ανακύκλωσης; και όταν αυτό βγει, που πηγαίνει τα ανακυκλώσιμα;

Ποιες είναι οι ενέργειες του Κράτους για την αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης;

Ερωτήσεις που θα πρέπει να μας προβληματίζουν περισσότερο από εδώ και πέρα, γιατί αν δεν κάνουμε κάτι αποφασιστικά, τότε ο κόσμος μας δεν θα είναι ο ίδιος ποτέ ξανά.

ΔΟΜΙΚΑ
ΜΟΝΩΤΙΚΑ
& ΕΡΓΑ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ



Ανακαινίζουμε - συντηρούμε το σπίτι των ονείρων σας
με ΣΥΝΕΠΕΙΑ - ΕΓΓΥΗΣΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ
Δίνουμε λύσεις για να δημιουργήσετε το δικό σας
ΞΕΧΩΡΙΣΤΟ ΧΩΡΟ (οικία - γραφείο ή κατάστημα)

- Μονώσεις
- Θέρμανση
- Οικοδομικά
- Θερμοπροσόψεις
- Τζάμια - Κρυστάλλα
- Αυτόματο Πότισμα
- Κατασκευή / Συντ. Κήπων
- Διακοσμητικές Προτάσεις
- Κλιματισμός
- Φωτισμός
- Αποξηλώσεις
- Ηλεκτρικές Εγκαταστάσεις
- Αλουμινοκατασκευές
- Επιπλώσεις
- Υδραυλικές Εγκαταστάσεις
- Σιδηροκατασκευές
- Ξυλουργικές Εργασίες
- Κουζίνες - Ντουλάπες Εσωτερικού - Εξωτερικού κατόπιν παραγγελίας
- Τοποθέτηση Laminate
- Τρίψιμο & Γυάλισμα
- Ψευδοροφές
- Βαψίματα
- Τοποθέτηση Πλακιδίων
- Χωρίσματα
- Βιτρίνες / Ψυγεία
- Βαφές Μεγάλων επιφανειών & Τεχνοτροπίες
- Ανακαινίσεις
- Τέντες
- Γυάλισμα Μαρμάρων
- Συναγερμοί
- Λουστραρίσματα
- Αναλαμβάνουμε & ΠΡΟΚΑΤ

ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
Τηλ.: 690 7374157
Προσιτές Τιμές

Αναλαμβάνουμε κατοικίες - εξοχικά καταστήματα - ξενοδοχειακές
επιχειρήσεις - εργοστάσια & πάσης φύσεως οικοδομικές εργασίες

DONTAS
Real Estate

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

Κολοκοτρώνη 1 & Λεβίδου
Κηφισιά (Εμπ. Κέντρο Shoppingland)
210 6231555 - 6980 502020
www.dontasrealestate.gr
E-mail: dontasrealestate@gmail.com

THE BUTCHER'S HOUSE

PREMIUM QUALITY

Λεωφ. Κρυονερίου 79, 14568, Κρυονέρι
210 8161828

sales@thebutchershouse.com
www.thebutchershouse.gr

ΠΕΠΠΑΣ Ι. ΠΕΤΡΟΣ
chomatourgika.gr

Εκσκαφές ● Κατεδαφίσεις ● Εκβραχισμοί ● Καθαρισμός Οικοπέδων
Αδρανή Υλικά ● Πέτρα για Χτίσιμο ● Κηπευτικά Χώματα

28ης Οκτωβρίου 12 Σταμάτα, Τ.Κ. 14575, Δήμος Διονύσου, Νομός Αττικής
Τηλ. 210 62 18 152, 693 47 80 824 I Fax: 210 62 18 059 I email: info@chomatourgika.gr

ΕΜΠΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΙΟΝΥΣΟΥ
ΝΕΟ Δ.Σ. ΓΙΑ ΤΟ 2021-2024

Ο Εμπορικός και Επαγγελματικός Σύλλογος Διονύσου, έπειτα από τη Γενική του Συνέλευση που έγινε στις 16:00 το **Σάββατο 13η Νοεμβρίου του 2021** στην αίθουσα του Πολιτιστικού Κέντρου στην Άνοιξη (στην οδό Ναυαρίνου 3) και έπειτα από την εκλογοαπολογιστική διαδικασία του προηγούμενου Δ.Σ., προχώρησε στη διεξαγωγή εκλογών για το νέο Δ.Σ. 2021-2024.

Μέσα σε κλίμα ενότητας και αποφασιστικότητας, τα μέλη του Εμπορικού Συλλόγου αποφάσισαν και διαμέσου της ψήφου τους εξέλεξαν το **2ου Ανανεωμένο Διοικητικό Συμβούλιο,** το οποίο είναι το εξής:

Πρόεδρος: Πίλτσης Νικόλαος
Αντιπρόεδρος: Γαλέου Εύη
Γραμματέας: Κοκκαλάς Νικόλαος
Ταμίας: Φραγγουλάκη Νίκη
Μέλος: Τσούκας Παναγιώτης
Μέλος: Κανελλόπουλος Μεγακλής

ΕΜΠΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΙΟΝΥΣΟΥ

Μέλος: Τόρης Μάκης
1ο Αν. Μέλος: Λύγηρος Λυγήρου
2ο Αν. Μέλος: Σφαντός Νικόλαος
3ο Αν. Μέλος: Μπαρμπαρής Κωνσταντίνος

Ο Σύλλογος μας είναι αποφασισμένος να κάνει ουσιαστικό έργο, να εκπροσωπεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τους Ελεύθερους Επαγγελματίες και να είναι πραγματικός αρωγός δίπλα τους.

Όποιος ενδιαφέρεται να εγγραφεί και να γίνει μέλος του Συλλόγου, μπορεί να στείλει e-mail: emporikosdionysou@gmail.com.

Με εκτίμηση
Το Δ.Σ.

ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΤΟΠΙΚΗ ΑΓΟΡΑ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΜΑΣ
ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΟΛΩΝ ΜΑΣ

Αλλαγή σκυτάλης στην ΕΣΤΙΑ του Δήμου Διονύσου

ΔΗΜΟΣ ΔΙΟΝΥΣΟΥ
«Η ΕΣΤΙΑ»

Παρουσία του Δημάρχου Διονύσου κ. Γιάννη Καλαφατέλη, πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 16/11 η αλλαγή σκυτάλης στην ΕΣΤΙΑ, με το νέο Πρόεδρο κ. Τάσο Καρασαρλή να αναλαμβάνει στη θέση του απελθόντος Προέδρου κ. Νίκου Κοκκαλά.

Η διαδικασία παραλαβής πραγματοποιήθηκε σε πολύ καλό κλίμα, με γνώμονα τη συνέχιση της ομαλής και της αποδεδειγμένης επιτυχημένης λειτουργίας του Νομικού Προσώπου.

Ο κ. Καλαφατέλης ευχαρίστησε τον κ. Κοκκαλά για την προσφορά του, ενώ ευχήθηκε καλή επιτυχία στο νέο Πρόεδρο της ΕΣΤΙΑΣ κ. Καρασαρλή, καθώς και στα υπόλοιπα μέλη του νέου Δ.Σ.

Ακολουθεί το νέο Δ.Σ. της ΕΣΤΙΑΣ:

ΤΑΚΤΙΚΑ ΜΕΛΗ
1. ΚΑΡΑΣΑΡΛΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ (ΠΡΟΕΔΡΟΣ)
2. ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ (ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ)
3. ΛΑΚΑΦΩΣΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ
4. ΚΡΙΕΜΑΔΗ ΓΕΩΡΓΙΑ
5. ΚΑΤΣΙΓΙΑΝΝΗ ΣΟΦΙΑ
6. ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
7. ΠΑΝΤΕΛΟΥΚΑΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ
8. ΚΑΤΣΙΓΙΑΝΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
9. ΣΤΑΙΚΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ
10. ΔΑΡΔΑΜΑΝΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
11. ΚΑΤΣΙΑΚΙΔΗΣ ΑΓΓΕΛΟΣ
12. ΛΟΥΚΑΤΟΣ ΠΑΝΑΓΗΣ
13. ΜΑΓΚΛΑΡΑ ΕΛΕΝΗ
14. ΠΑΝΟΥΡΙΑ ΕΙΡΗΝΗ
15. ΚΑΜΑΚΑΡΗ ΣΤΕΛΛΑ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΜΕΛΗ
1. ΚΟΚΚΑΛΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ
2. ΜΥΛΩΝΑ - ΜΠΙΚΙΝΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ
3. ΓΑΡΕΦΑΛΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ
4. ΣΙΣΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ
5. ΠΟΛΥΖΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ
6. ΟΙΚΟΝΟΜΑΚΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ
7. ΝΤΕΛΗ - ΧΡΗΣΤΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ
8. ΟΥΣΤΑΜΠΑΣΙΔΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
9. ΠΡΟΒΑΤΑ - ΚΑΡΑΚΩΣΤΑ ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ
10. ΛΑΖΑΡΙΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ
11. ΠΕΠΠΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
12. ΜΑΡΚΟΣΙΑΝ ΕΛΕΝΗ
13. ΚΛΗΜΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
14. ΓΑΡΔΙΚΙΩΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ

ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
ΜΠΟΥΡΑΣ
ΤΙΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

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

διανομή κατ'οίκον

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

DELIVERY
Τηλ: 210 81 41 990
Νωπά ή μαγειρεμένα
ψάρια & θαλασσινά

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
13:00 με 23:00

κλεψύδρα
Άριστη ποιότητα
σε πρασιτές τιμές

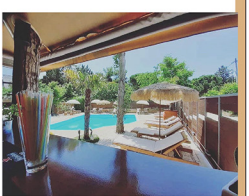
Λεωφόρος Σταμάτας 5, Δροσιά, 14572
Τηλ: 21 0814 1990
Κλεψύδρα Ψαροταβέρνα-Ιχθυοπωλείο

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

ANASTAZIA
LUXURY SUITES & SPA

The Crossing Between Business & Pleasure is Just a Breath Away...

Anastazia LuxurySuites & Spa, ένας ιδανικός τόπος διαμονής για όσους επισκέπτονται την Αττική στα πλαίσια των επαγγελματικών τους υποχρεώσεων ή όσους θέλουν να κάνουν διακοπές κοντά στην Αθήνα!
Χτισμένο μέσα στο καταπράσινο πευκοδάσος της Δροσιάς, αποτελεί τον ιδανικό υγιεινό προορισμό στις δύσκολες μέρες που ζούμε.
Πιστοποιημένο με το **Health First** και βραβευμένο με το **GREEN KEY**, προσφέρει σε κάθε πελάτη υπηρεσίες υψηλού επιπέδου σε πολύ προσιτές τιμές, αποδεικνύοντας ότι η υψηλή ποιότητα των υπηρεσιών δεν είναι προνόμιο λίγων, αλλά δικαίωμα κάθε επισκέπτη που επιθυμεί να προσφέρει στον εαυτό του μια άνετη και ποιοτική διαμονή.
Αναλαμβάνουμε σε πολύ χαμηλές τιμές την φιλοξενία αθλητικών συλλόγων αλλά και των καλεσμένων σας για γάμους, βαφτίσια, κοινωνικές εκδηλώσεις!



Στον υπέροχο χώρο του «Α» Lounge Café, οργανώστε τις συναντήσεις με τους φίλους σας, ένα επαγγελματικό ραντεβού ή απολαύστε τον αγώνα της αγαπημένης σας ομάδας στην μεγάλη του τηλεόραση, απολαμβάνοντας τον καφέ, την μπύρα και τα υπέροχα σνακ του!

tripadvisor Booking.com Hotels.com Expedia

Αργοναυτών Κομνηνών 12, Δροσιά Αττικής, Τ.Κ. 145 72, Τηλ: 210 8132040-60-61 - Fax: 210 8132031
info@anastaziahotel.gr Anastazia Luxury Suites & Spa @anastazia_luxury_suites_spa

υγεία και πρόληψη

ΚΑΠΝΙΣΜΑ – ΥΓΕΙΑ – ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ

Η υγεία μας εξαρτάται κατά 50% από τη συμπεριφορά μας, 20% από το περιβάλλον στο οποίο ζούμε, 20% από την κληρονομικότητά μας και 10% από την παροχή ιατρικών υπηρεσιών. Οι ετήσιοι θάνατοι παγκοσμίως αποδίδονται κατά 50% σε καρδιαγγειακά συμβάματα και ο καρκίνος σε ποσοστό 25%. Τα ποσοστά αυτά τροποποιούνται αν αλλάξουμε τρόπο ζωής και οι καθημερινές μας συνθήκες συνάδουν με ένα πιο υγιεινό τρόπο διαβίωσης με καθημερινή φυσική άσκηση, υγιεινή διατροφή, 'διαχείριση – έλεγχο stress' και διακοπή του καπνίσματος.

Το κάπνισμα είναι γνωστό ότι ευθύνεται για έναν στους δέκα θανάτους παγκοσμίως. Σχετίζεται με τον καρκίνο των πνευμόνων κατά 80% και κατά 25% με καρδιαγγειακά νοσήματα.

Πολλοί καταφεύγουν στο κάπνισμα σα διέξοδο από το άγχος και το stress που στην καθημερινότητα του κάθε έλληνα έχει αυξηθεί περισσότερο από ποτέ. Η όλη διαδικασία προκαλεί μια 'ψευδαισθητική αποφόρτιση.

Σε ένα μετέπειτα στάδιο προστίθεται και ο εθισμός στη νικοτίνη. Αν πάρουμε την απόφαση να ακολουθήσουμε ένα Υγιεινό – Φυσικό Τρόπο ζωής τότε η διακοπή του καπνίσματος γίνεται ευκολότερη.

Ο βελονισμός αποτελεί ένα ιδιαίτερα ελκυστικό και αποτελεσματικό τρόπο διακοπής του καπνίσματος. Δεν έχει παρενέργειες και επί πλέον ισορροπεί συνυπάρχουσες καταστάσεις από την ψυχική σφαίρα με ψυχοσωματικές εκδηλώσεις.

Συνήθως 5 – 10 συνεδρίες είναι αρκετές για να απαλλαγούμε από το κάπνισμα και επιπλέον να απαλλαγούμε από το 'μη διαχειρίσιμο άγχος που μας οδηγεί στο κάπνισμα. Οι συνεδρίες γίνονται μία με δύο φορές τη βδομάδα και διαρκούν 30 – 40 λεπτά κάθε φορά. Οι βελόνες είναι πολύ λεπτές και μίας χρήσεως και εκτός από ένα μικρό τσίμπημα στην τοποθέτησή τους είναι ανώδυνες. Στο τέλος κάθε συνεδρίας θα αισθανθούμε χαλαρωμένοι και ευδιάθετοι. Η ιδιοσυγκρασιακή ομοιοπαθητική θεραπεία θα ισορροπήσει το υπερβολικό άγχος με τις σωματοποιημένες επιπτώσεις του, που μας εξωθεί στην ψευδαισθητική εκτόνωση του τσιγάρου. Θα μας χαρίσει ψυχοδιανοητική και σωματική ισορροπία και το άγχος θα γίνει διαχειρίσιμο.

Η συνδυασμένη θεραπεία ομοιοπαθητικής και βελονισμού θα προσφέρει τα μέγιστα στην αποκατάσταση της υγείας μας, και επιπλέον θα μας απαλλάξει οριστικά από το κάπνισμα και τις δυσάρεστες επιπτώσεις που έχει στην υγεία μας.

Dr Μάγκνους Σάντμπεργκ
ειδικός ενδοκρινολόγος
M.F. Hom. Λονδίνου E.C.P.D
Ομοιοπαθητικός Ιατρός
Βελονιστής

Γεωργία Σάντμπεργκ
ειδικός νεφρολόγος
Διδάκτωρ Παν. Αθηνών
M.F. Hom. Λονδίνου
Ομοιοπαθητικός Ιατρός

Τηλ.: 210 7770488
www.ygeia-prolipsi.gr

CURECANCER

Βρείτε γιατρό!

Είστε ασθενής με ιστορικό καρκίνου;
Επισκεφθείτε το CureCancer.gr.
Βρείτε τον κατάλληλο για εσάς διατροφολόγο, οδοντίατρο, φυσιοθεραπευτή, ΩΡΛ ή άλλο γιατρό!
Βρείτε τη φροντίδα υγείας που χρειάζεστε!

Είστε επαγγελματίας Υγείας
και αντιμετωπίζετε ασθενείς με ιστορικό καρκίνου; Εγγραφείτε στο CureCancer.gr για να σας βρίσκουν οι ασθενείς!

Ευάγγελος Ν. Κλίνης
Γενικός Οικογενειακός Ιατρός
● Παρακολούθηση χρόνιων παθήσεων
● Αντιμετώπιση οξέων περιστατικών
● Προληπτική ιατρική εμβολιασμοί
● Περιποίηση τραυμάτων – μικροεπεμβάσεις
● Φροντίδα κατ'οίκον
● Πιστοποίηση για ηλεκτρονική συνταγογράφηση παραπεμπτικά εξετάσεων
Τζων Κέννεντυ 2, Άγιος Στέφανος
Τ. 217 717 0757 ● Κ. 697 28 70 986

χριστίνα κακαβελάκη
Κλινική Διαιτολόγος-Διατροφολόγος
Πτυχιούχος Χαροκοπείου Πανεπιστημίου
Χελμού 34
1ος Όροφος Εμπ. Κέντρου
έναντι Ιατρείων ΙΚΑ
145 65 Αγ. Στέφανος
Τηλ./Fax: 210 8140884
Κιν.: 6945632546
allazodiatrofi@yahoo.gr
αλλαζΩ διατροφΗ

Φίλιππος Κλίνης
χειρουργός - οδοντίατρος
ΤΖΩΝ ΚΕΝΝΕΝΤΥ 2 ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ 145 65
ΤΗΛ.: 210 6215308 - ΚΙΝ.: 6936 833699

Κυριακίδης Π. Ματθαίος MD MSc
Χειρουργός Ορθοπαιδικός
Πτυχιούχος Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών
Ειδικευθείς στο Νοσοκομείο "ΚΑΤ" και στα Νοσοκομεία Birmingham Heartlands και Queen's Hospital της Μ. Βρετανίας
Ιατρός Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου
Ιασώ General • Βιοκλινική Αθηνών • Doctors' Hospital
Αθλητικές Κακώσεις
Αρθροσκοπική Χειρουργική
Αρθρίτιδες
Αρθροπλαστικές
Τραυματολογία
Παθήσεις Σπονδυλικής Στήλης
Οστεοπόρωση
Παθήσεις Άκρας Χειρός - Άνω Άκρου
Ορθοπαιδική Παίδων
Ιατρείο Παλλήνης: Λ. Μαραθώνος 53
Ιατρείο Αγ. Στεφάνου: Λ. Χελμού 19
τηλ./fax: 210 60 33 250 • κιν.: 6948 08 25 29
matkyriakidis@yahoo.com • www.kneesurgery.gr
KyriakidisMattheos
Δέχεται Καθημερινές με Ραντεβού

υγεία και πρόληψη
ΙΑΤΡΕΙΟ
• ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΚΟ – ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΙΚΟ
• ΝΕΦΡΟΛΟΓΙΚΟ
• ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
• ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ
• CRANIOSACRAL THERAPY
Dr Μάγκνους Σάντμπεργκ
ειδικός ενδοκρινολόγος – διαβητολόγος
M.F. Hom. Λονδίνου E.C.P.D
Ομοιοπαθητικός Ιατρός
Βελονιστής
Dr Γεωργία Σάντμπεργκ
ειδικός νεφρολόγος
Διδάκτωρ Παν. Αθηνών
M.F.Hom. Λονδίνου
Ομοιοπαθητικός Ιατρός
1. Γρ. Λαμπράκη 2 & Λ. Μαραθώνος, Πλατεία Δροσιά (είσοδος από Λαμπράκη)
2. Χαλκηδόνος 8-12, Αμπελόκηποι (δίπλα στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο)
www.ygeia-prolipsi.gr τηλ.: 210 7770488

ΚΕΝΤΡΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
Θεόδωρος Π. Κουτσοσπύρος
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ
Λ. Μαραθώνος 16 & Γρ. Λαμπράκη 2, Αγ. Στέφανος
(εμπορικό κέντρο "ΑΡΕΘΟΥΣΑ")
κατόπιν ραντεβού
e: tkoutsospiros@hotmail.com
210 800 4955 | 6944 64 31 82

ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

Σωτηρόπουλος & ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

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

www.sotiropoulosgroup.gr

ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

Service καυστήρων SKS

Service καυστήρων

6937 195 349

6932 114 072

• ΦΥΣΙΚΟ ΑΕΡΙΟ
• ΑΥΤΟΝΟΜΙΕΣ – ΑΥΤΟΜΑΤΙΣΜΟΙ ΑΝΤΙΣΤΑΘΜΗΣΗ
• ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ
• ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
• ΕΝΔΟΔΑΠΕΔΙΑ ΘΕΡΜΑΝΣΗ
• PELLET BIOMAZA
• ΗΛΙΟΘΕΡΜΙΑ

www.sksburner.gr

email: sks.burner@gmail.com

Α.Σ ΑΡΝΗΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΦΩΤΙΣΜΟΣ

Τηλ.: 210 62 15 677

Κιν.: 697 21 59 667

Χελμού 11, Άγιος Στέφανος

email:a.s.arnhs@gmail.com

ΛΕΠΑΤΑΤΖΗΣ Express Car Wash

Χελμού 15, Άγιος Στέφανος

Τηλ.: 210 62 19 027

ΧΑΛΙΩΤΗΣ

• ΚΑΥΣΟΞΥΛΑ
• ΚΑΡΒΟΥΝΑ
• ΜΠΡΙΚΕΤΕΣ
• ΠΕΛΛΕΤ
• ΔΑΔΙ

Μεταφορά με βεραμάν σε παλέτες - σάκους

Μεταφορά στο χώρο σας • Κοπή υψηλών δέντρων

ΤΑΤΟΪΟΥ 144, ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ

ΤΗΛ.: 210 8075888, FAX: 210 8077151

ΚΙΝ.: 6932482621, 6932248262

SECURITY
UNION
SERVICES

Ασφαλώς...
δίπλα σας

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

● ΛΕΒΗΤΕΣ ΣΥΜΠΥΚΝΩΣΗΣ ΑΕΡΙΟΥ - ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ
● ΗΛΙΑΚΟΙ ● ΕΝΔΟΔΑΠΕΔΙΑ ΘΕΡΜΑΝΣΗ ● ΚΛΙΜΑΤΙΣΤΙΚΑ
● ΑΝΤΛΙΕΣ ΘΕΡΜΟΤΗΤΑΣ ● ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ ΚΑΥΣΤΗΡΩΝ

SKS solutions

τ. 210 81 44 430, κ. 693 71 95 349
email: sksolution.gr@gmail.com
www.sksburner.gr

SHOP ONLINE

“The eyes

those silent tongues of love”

— Miguel de Cervantes

Καρακάσης

ATHENS FINE OPTICS SINCE 1928

ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ: ΛΕΩΦ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 373, 14671, T: 2103613541
ΚΟΛΩΝΑΚΙ: ΣΟΛΩΝΟΣ 50, 10672 ΑΘΗΝΑ, T: 2103613366
WWW.KARAKASSIS.GR