



Λ. Μαραθώνος 28, Άνοιξη • Τηλ.: 210 8143263

Δεκέμβριος 2023 / Φύλλο 182

# Βόρεια Προάστια

ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΤΕΥΧΟΣ

### Παραβατικότητα ανηλίκων ή υποκρισία ενηλίκων;

Η «Σκιά»  
του κοινωνικού  
και πολιτικού  
συστήματος  
που δημιουργήσαμε  
και μας χτυπά  
την πόρτα...

σελ. 17

#### Πετρέλαιο Θέρμανσης

ΤΙΜΗ  
ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗΣ



- ✿ Πετρέλαιο Θέρμανσης
- ✿ Λιπαντήριο
- ✿ Πλυντήριο

Λ. Μαραθώνος 8, Δροσιά  
Τηλ.: 211 2100004

## ΒΟΥΤΣΕΛΗΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ - ΦΩΤΙΣΜΟΣ

Λ. Μαραθώνος 65 Άνοιξη - 210 81 42 547

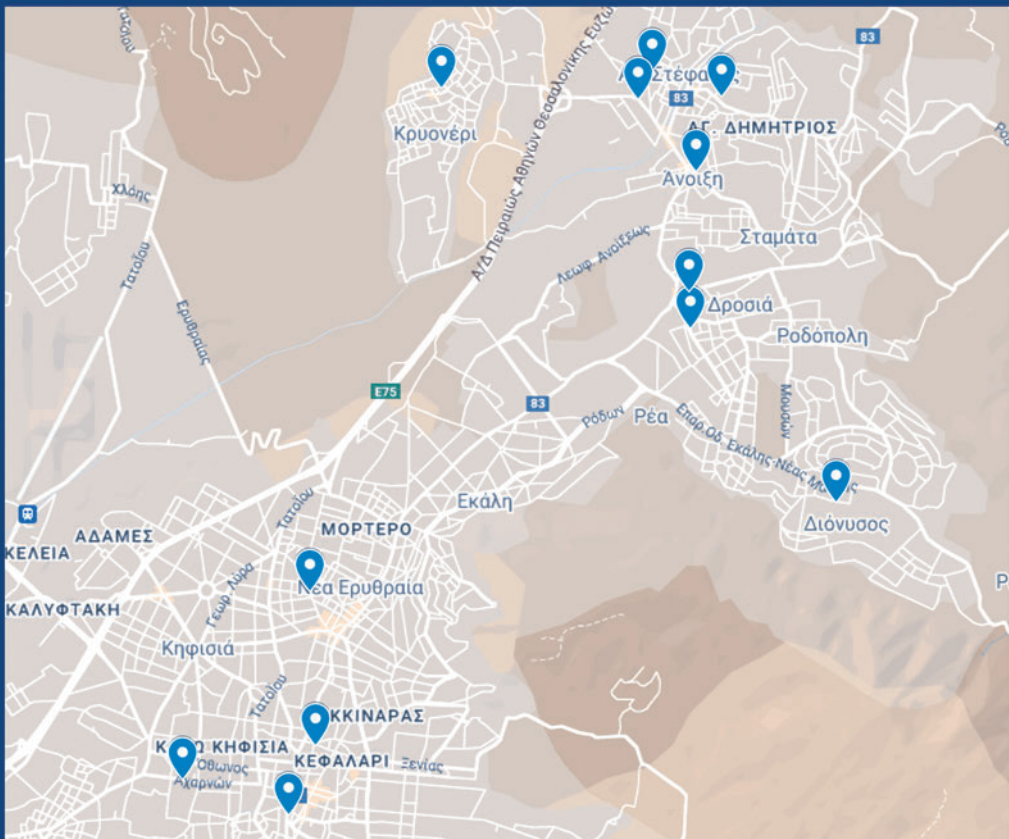


- ✓ ΔΙΑΝΟΜΗ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ & ΑΥΘΗΜΕΡΟΝ
- ✓ ΕΓΓΥΗΣΗ ΣΤΑ ΒΟΡΕΙΑ ΠΡΟΑΣΤΙΑ για την Ποιότητα & την Ποσότητα
- ✓ Δεκτές όλες οι κάρτες

τηλ: 210 62.20.600 - 210 81.60.622 • Ασκληπιού 3, Κρυονέρι • [www.petrelaiothermansis.gr](http://www.petrelaiothermansis.gr)



ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΒΡΕΙΤΕ ΤΗΝ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΣΤΑΘΕΡΑ ΣΗΜΕΙΑ



#### Άγιος Στέφανος

- Κ.Ε.Π. Αγ. Στεφάνου Κοιμ. Θεοτόκου 26
- Δημαρχείο Διονύσου Λ. Μαραθώνος 29
- Car Wash Λεπατατζής Χελμού 15

#### Δροσιά

- Κ.Ε.Π. Δροσιάς Λεωφ. Γρ. Λαμπράκη 19
- Βιβλιοπωλείο "ΤΑ ΠΑΝΤΑ" Λεωφ. Δροσιάς Σταμάτας 8

#### Άνοιξη

- Ψητοπωλείο Κυριάκης Μεγ. Αλεξάνδρου 1

#### Κρουονέρι

- Κοινότητα Κρουονερίου Πλατεία Κρουονερίου

#### Διόνυσος

- Κ.Ε.Π. Διονύσου Νικ. Πλαστήρα 50

#### Νέα Ερυθραία

- Κ.Ε.Π. Νέας Ερυθραίας Ηρ. Πολυτεχνείου 26

#### Κηφισιά

- Κ.Ε.Π. Κηφισιάς Λ. Κηφισίας 200
- Δημαρχείο Κηφισιάς Διονύσου 24 & Μυρσίνης
- Δ.Ο.Υ. Κηφισιάς Αχαρνών 43

## NORTH DOCTORS 2024

Ιατρικός Οδηγός  
Βορείων Προαστίων

North Doctors  
2024  
Οδηγός Υγείας

- Γιατροί όλων των ειδικοτήτων • Χρήσιμα τηλέφωνα
- Ιατρικά και Διαγνωστικά κέντρα

# ΕΡΧΕΤΑΙ! ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2024

## Τις καλύτερες ευχές μας

Όλη η ομάδα των «Βορείων Προαστίων» σας ευχόμαστε οι γιορτές που έρχονται να βρουν εσάς και τους αγαπημένους σας υγιείς, χαρούμενους, γεμάτους αισιοδοξία, αλλά και υπομονή και επιμονή για κάθε αντιξοότητα που μπορεί να βρεθεί στην πορεία...

Καλές Γιορτές & Χρόνια Πολλά!

**Βόρεια Προάστια**  
ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

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

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

**ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ/ΕΚΔΟΣΗ:** VP GROUP

**ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ:** Σιδηρόπουλος Σαμώων.

**ΝΟΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ:** Οικονόμου Ιάσονας, κ. 6946401914

**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:** Μεγακλής Κανελλόπουλος, Βογδάν Έθεοδόσης, Ύαγκο, Σχοινιάς Στυλιανός, Τζήμου Μαρία, Παπαιωάννου Ζωή, Λάκκας Ευστάθιος, Μαίρη Σύρου, Βασίλης Χατζηιωάννου.

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:** 210 62 19 342, 210 6219 349-350

Ότι σας απασχολεί, στείλτε το στην εφημερίδα μας με e-mail: [voreiaproastia@gmail.com](mailto:voreiaproastia@gmail.com)

[www.voreiaproastia.gr](http://www.voreiaproastia.gr)

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, φιλμς, σλαιτς 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...



Η Εφημερίδα μας διανέμεται στις παρακάτω περιοχές:

- Καπανδρίτι • Κιούρκα • Κρουονέρι • Αγ. Στέφανος • Άνοιξη
- Δροσιά • Σταμάτα • Ροδόπολη • Διόνυσος • Εκάλη
- Ν. Ερυθραία • Πολίτεια • Πεντέλη • Κηφισιά • Μαρούσι

## Τα μέσα μας...

Εφημερίδα «Βόρεια Προάστια»  
[voreiaproastia.gr](http://voreiaproastia.gr)



Ειδησεογραφικό Portal  
[evoreia.gr](http://evoreia.gr)

Οδηγός Φαγητού  
Διασκέδασης & Delivery  
[eatdrink.gr](http://eatdrink.gr)



Το ραδιόφωνο των  
Βορείων Προαστίων  
[vpradio.gr](http://vpradio.gr)

Ιατρικός Οδηγός  
[northdoctors.gr](http://northdoctors.gr)



ΔΕΙΤΕ ΟΛΑ ΜΑΣ  
ΤΑ ΤΕΥΧΗ  
ONLINE





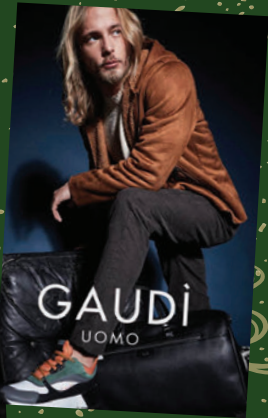
# Christmas Charity Bazaar



Εταιρεία Προστασίας Σπαστικών  
ΠΟΡΤΑ ΑΝΟΙΧΤΗ



international Celebrity Brands



international Celebrity Brands

**15-21**  
**ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ**  
**2023**  
**10:00-20:00**

Information: T. 210 8143752 - 210 6217476 • e-mail: [info@celebritybrands.gr](mailto:info@celebritybrands.gr)  
[www.icb.com.gr](http://www.icb.com.gr) • International Celebrity Brands  
Ηρακλείου 40-42, Άνοιξη TK 14569, 2η Είσοδος: Δρυάδων 7, Εκάλη







ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

2015 - 2016  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ  
Κ.Σ. ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΝΗΣΩΝ



Τ.ε.β.α.

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Επιστημονικής & Βασικής  
Υλικής Συνδρομής

# Η Ανάγκη σας, είναι ευθύνη μας!

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΑΠΟΚΕΝΤΡΩΜΕΝΕΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ  
ΚΑΙ ΒΑΣΙΚΗΣ ΥΛΙΚΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ, ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΕΣ ΔΑΠΑΝΕΣ  
ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ



ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

**3.290.440,40 €**

- ✓ ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΕΙΔΗ  
ΒΑΣΙΚΗΣ ΥΛΙΚΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ
- ✓ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

🌐 [www.patt.gov.gr](http://www.patt.gov.gr) 📍 Περιφέρεια Αττικής

ΜΕ ΤΗ ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΠΡΟΝΟΙΑΚΩΝ ΕΠΙΔΟΜΑΤΩΝ  
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΙΚΗ ΑΡΧΗ ΤΟΥ Ε.Π. ΕΒΥΣ ΤΟΥ ΤΕΒΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΣΥΝΟΧΗΣ  
ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ  
ΤΕΒΑ / FEAD  
ΤΑΜΕΙΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ  
ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΑΠΟΡΟΥΣ





Η εταιρεία Joanna Terizi Home Design αποτελεί τη συνέχεια μιας διαδρομής με πολύτιμη εμπειρία 20 και πλέον ετών στο χώρο, που μας επιτρέπει να διασφαλίσουμε για εσάς τις καλύτερες και ποιοτικότερες επιλογές επίπλωσης για το χώρο σας, εξασφαλίζοντας σε κάθε προϊόν γραπτή εγγύηση με τη σφραγίδα της εταιρείας μας.

- **10 χρόνια γραπτή εγγύηση**
- **Μοντέρνα έπιπλα ελληνικής κατασκευής**
- **Δεκάδες αποχρώσεις ξύλου & υφάσματος για να επιλέξετε**



[jthomedesign.gr](http://jthomedesign.gr)



[@jt\\_home\\_design](https://www.instagram.com/jt_home_design)



[info@jthomedesign.gr](mailto:info@jthomedesign.gr)



Joanna Terizi - Home Design



2102476585, 6970448985



Λεωφ. Κωνσταντίνου Καραμανλή 79,  
136 71 Αχαρνές



## Επίσκεψη του Υπουργού Προστασίας του Πολίτη στην Κηφισιά για την συνεχιζόμενη παραβατικότητα ανηλίκων

Την Κηφισιά επισκέφτηκε ο Υπουργός Προστασίας του Πολίτη, μετά από πληθώρα επεισοδίων παραβατικότητας από ανηλίκους.

Ειδικότερα, το βράδυ 26 Νοέμβριου 2023, ο Υπουργός Προστασίας του Πολίτη Γιάννης Οικονόμου, βρέθηκε στην Κηφισιά, με σκοπό να συνομιλήσει με στελέχη της Ελληνικής Αστυνομίας και Αξιωματικούς που βρίσκονται στην περιοχή. Το αποτέλεσμα είναι ότι η αστυνόμευση έχει ενισχυθεί, προκειμένου να κατασταλεί κάθε πράξη παραβατικής ή βίαιης συμπεριφοράς, όχι μόνο από τους ανηλικούς αλλά και για τους υπόλοιπους.

Επιπρόσθετα, η αστυνόμευση έχει ενισχυθεί και σε άλλες περιοχές της Αττικής, όπου συμβαίνουν παρόμοια περιστατικά. Πιο συγκεκριμένα, μέρες νωρίτερα είχαν εντοπιστεί περιστατικά στην Ηλιούπολη, στην Γλυφάδα, στην Πλατεία Τρίτση, στον Κολωνό, στην Νέα Ιωνία και στο Νέο Ηράκλειο.



## Συμπλοκή νεαρών με οχήματα στην Νέα Ερυθραία!

Το βράδυ, 2 Δεκέμβριου 2023, συνελήφθησαν επ' αυτοφώρω, δύο ημεδαποί, 17 και 22 ετών στην περιοχή της Νέας Ερυθραίας. Οι λόγοι που οδήγησαν στη σύλληψή τους από την αστυνομία του Τ.Α. Κηφισιάς, ήταν η κατασκευή και κατοχή εκρηκτικών υλών, η παράβαση της νομοθεσίας περί όπλων και περί εξαρτησιογόνων ουσιών καθώς και η πρόκληση βαριάς σωματικής βλάβης. Σύμφωνα με πληροφορίες, σε διασταύρωση δρόμων στην Νέα Ερυθραία, προκλήθηκε συμπλοκή δύο ομάδων νεαρών ατόμων. Τα μέλη κινούνταν με οχήματα. Το αποτέλεσμα ήταν να τραυματιστούν σοβαρά. Συγκεκριμένα, οι δύο ομάδες βρίσκονταν σε



αντιπαλότητα μεταξύ τους. Όπως ταυτοποιήθηκαν από τις Αρχές, τα άτομα προέρχονταν από τις περιοχές του Κρουνηρίου και της Νέας Ερυθραίας, όπου πραγματοποιήθηκε και η σύγκρουση. Στη συνέχεια, η αστυνομία προχώρησε σε κατάσχεση αντικειμένων που βρίσκονταν στο σημείο της συμπλοκής, όπως: αυτοσχέδια βόμβα μολότοφ, 2 σπειρίδια, σφυρί, αναδιπλούμενο μαχαίρι, λαβή από βαρύ αντικείμενο (βαριοπούλα), κράνος, κουκούλα full face, γάντια, 2 μοτοσικλέτες, μικροποσότητα κάνναβης που βρέθηκε στην κατοχή του 22χρονου. Αργότερα, οι Αρχές και μετέφεραν τους τραυματίες στο νοσοκομείο. Όσο για τους δύο νεαρούς, οδηγήθηκαν στον αρμόδιο Εισαγγελέα.

## Συμμορία των βορείων προαστίων Κάμερες καταγράφουν τη δράση τους!

Ο φόβος και ο τρόμος στα βόρεια προάστια είχε γίνει σπείρα των διαρρηκτών που κατάφεραν να απενεργοποιήσουν συναγερμούς και τα πιο αυστηρά μέτρα ασφαλείας και να εισβάλλουν σε πολυτελείς μονοκατοικίες στα βόρεια προάστια.

Μεγάλο φόβο έχει προκαλέσει η σπείρα διαρρηκτών που εισβάλλουν σε πολυτελείς μονοκατοικίες των βορείων προαστίων.

Σε βίντεο που φέρνει στο φως της δημοσιότητας το CNN Greece αποτυπώνεται η δράση της συμμορίας, η οποία όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν οι αρχές

«...προτού εισέλθουν στις οικίες, οι δράστες χτυπούν επανειλημμένα τα κουδούνια αυτών και όταν αντιλαμβάνονταν ότι οι ένοικοι απουσιάζουν, πραγματώναν τις έκνομες ενέργειες τους. Απώτερος σκοπός των ενεργειών τους (απενεργοποίηση συναγερμών κ.λ.π.), ήταν να μην ειδοποιηθούν οι ιδιοκτήτες των κατοικιών και μετέπειτα οι Αστυνομικές Αρχές, αλλά και να μην καταγραφούν οι κινήσεις και τα χαρακτηριστικά τους, όσο διαρκεί η αξιόποινη πράξη τους».



Οι επτά συλληφθέντες έχουν απασχολήσει και στο παρελθόν τις αρχές για ίδια ή παρόμοια αδικήματα, ενώ χρησιμοποιούσαν επιχειρησιακά αυτοκίνητα για να πηγαίνουν στα σπίτια τα οποία εισέβαλλαν και να αποχωρούν μετά αρπάζοντας χρήματα και κοσμήματα.





**MAGGINAS**  
REAL ESTATE

Ο ειδικός για την αγορά πώληση & ενοικίαση ακινήτων στην Αθήνα

ΠΩΛΗΣΕΙΣ, ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΚΑΤΟΙΚΙΩΝ, ΟΙΚΟΠΕΔΩΝ & ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

ΜΑΓΓΙΝΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ • ΜΕΣΙΤΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

Κολοκοτρώνη 1, Κηφισιά | Τ.: +30 211 1031464 | Κ.: +30 6973 354795

maginasrealestate@gmail.com |  George Magginas - Real estate |  magginasrealestate | [www.maginas.gr](http://www.maginas.gr)





# ΤΑΚΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

## FIREWOODS



1ο κατάστημα: Λεωφ. Αθηνών 309 Αιγάλεω Τ.: 210 5913066 - 6951009892  
2ο κατάστημα: 16ο χλμ. ΕΟ Αθηνών - Λαμίας & Κήπων 20 Νέα Κηφισιά Τ.: 2106206941 - 6906061241  
Κεντρική αποθήκη: Θέση Ρίζα Μπλέτα Μάνδρα Τ.: 6986184264



kausoksila-karvouna.gr

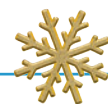


kausoxyla



kausoksilakarvouna




**ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΤΟΥΣ ΠΑΙΔΙΚΟΥΣ ΣΤΑΘΜΟΥΣ ΤΟΥ ΝΠΔΔ « Η ΕΣΤΙΑ »**
**ΜΕ ΘΕΜΑ ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΕΚΤΑΚΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ**

**Τ**ο ΝΠΔΔ ΚΟΙ.Π.Α.Π «Η ΕΣΤΙΑ» Δήμου Διονύσου συνεχώς αναβαθμίζει τις υπηρεσίες που προσφέρει στα φιλοξενούμενα παιδιά. Πρωταρχικό μέλημα και μέριμνα υψίστης σημασίας αποτελεί η ασφάλειά τους κατά τη διάρκεια παραμονής τους στους Βρεφονηπιακούς και Παιδικούς Σταθμούς.

Στο πλαίσιο αυτό, υπήρξε επικείμενη συνεργασία της ΕΣΤΙΑΣ με το Πάντειο Πανεπιστήμιο και τη συνδρομή ανώτατων στελεχών της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας, που παρείχαν τις υπηρεσίες τους.

Την εκπαίδευση ανέλαβε να διεκπεραιώσει το **Πάντειο Πανεπιστήμιο** προεξάρχοντας του καθηγητή **κ. Γεράσιμο Καραμπελιά**, καθηγητή κοινωνιολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου, Διευθυντή εργαστηρίου ΜΕΘΕΞΙΣ και **Διευθυντή σπουδών στην Πυροσβεστική Ακαδημία** και των συνεργατών του, ανωτάτων αξιωματικών της πυροσβεστικής υπηρεσίας **κ. Αριστοτέλη Παπαδόπουλο Πύραρχο**, Διοικητή ΠΕΚΕ (Περιφερειακό Επιχειρησιακό Κέντρο Αττικής -199) και **κ. Νικόλαο Γλογοβίτη Αντιπύραρχο**, Προϊστάμενο βάρδιας ΠΕΚΕ. Παρόντες εκ του Πυροσβεστικού Σώματος ήταν ο **Δημήτριος Φουρτούνης** και **Αθανάσιος Τσιτσικιάς** της Διοίκησης



Αθηνών. Ο πρόεδρος της Εστίας **κ. Καρασαρλής Τάσος** εκφώνησε σύντομη ομιλία απευθυνόμενος προς το προσωπικό ενώ αρχικά καλωσόρισε τη νέα δήμαρχο του δήμου Διονύσου **κ. Μαϊχόσογλου Κατερίνα**, η οποία αποδέχτηκε την πρόσκληση της ΕΣΤΙΑΣ και παρακολούθησε την εν λόγω

εκπαίδευση με μεγάλο ενδιαφέρον.

Η **κ. Μαϊχόσογλου** παίρνοντας το λόγο, συνεχάρη τη Διοίκηση της ΕΣΤΙΑΣ για την πρωτοβουλία διεξαγωγής της εκπαίδευσης τονίζοντας την σπουδαιότητα τέτοιων δράσεων που είναι ιδιαίτερα σημαντικές για την ασφάλεια των φιλοξενούμενων παιδιών και εν γένει των πολιτών ενώ παράλληλα εξέφρασε την επιθυμία της για επέκταση της εκπαίδευσης προς όλες τις σχολικές βαθμίδες, τους γονείς και δημότες. Στην εκπαίδευση συμμετείχαν η Διευθύντρια

του ΝΠΔΔ **κ. Στέλλα Καμακάρη** και η Προϊσταμένη των Παιδικών και Βρεφονηπιακών Σταθμών **κ. Γεωργία Γαρδικιώτη**. Παρακολούθησαν επίσης οι Δημοτικοί Σύμβουλοι **κ. Κουριδάκης Κωστής**, επικεφαλής του συνδυασμού ΕΥΠΟΛΙΣ και ο **κ. Κοκκαλάς Νικόλαος**, π. Πρόεδρος της ΕΣΤΙΑΣ και νεοκλεγείς Δημοτικός Σύμβουλος Διονύσου. Παράλληλα, το προσωπικό κάθε Παιδικού Σταθμού εκπαιδεύτηκε την εβδομάδα που διανύσαμε (4 με 8 Δεκεμβρίου) επιπλέον και σύμφωνα με τις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε δομής, πάνω στις βασικές αρχές αντιμετώπισης εκτάκτων αναγκών (φωτιές, πλημμύρες, σεισμούς), τις πρωταρχικές και μετέπειτα ενέργειες που πρέπει να ακολουθήσουν προκειμένου να παραμείνουν ασφαλείς στους χώρους μαζί με τα παιδιά, τις εξόδους κινδύνου και χώρους συγκέντρωσης, καθώς και στον τρόπο χρήσης των πυροσβεστικών και άλλων μέσων και εξοπλισμού που διαθέτουν οι Παιδικοί Σταθμοί.

Η ασφάλεια όλων και κυρίως των παιδιών που φιλοξενούνται στις δομές του Δήμου Διονύσου, φαίνεται, είναι και παραμένει στις ύψιστες προτεραιότητές της ΕΣΤΙΑΣ.

Ίσως η σπουδαιότερη, η πιο αναγνωρίσιμη και πιο αξιόπιστη υπηρεσία του Δήμου Διονύσου.



# K-FILTERS

Καμπάνης Δημήτρης

**ΦΙΛΤΡΑ - ΑΠΟΣΚΛΗΡΥΝΤΕΣ - ΑΛΑΤΙΑ - SERVICE**

Ηρώων Πολυτεχνείου 17, Άγιος Στέφανος

☎ 2108000232 - 6936958887





# Christmas Ομορφιά



## SAVANNAH

THE BRAND

Γυναικεία Ενδύματα



### ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΕΣ ΕΤΑΙΡΕΙΕΣ

lynne • attrattivo • celestino  
Mat- Yellow+ • TATU • Suelita

& πολλές ιταλικές και ελληνικές εταιρείες  
**τώρα κοντά σας...**

Ποικιλία σχεδίων & Στυλιστικών προτάσεων. Για να δημιουργήσετε το δικό σας ιδιαίτερο στυλ!

Μοναδικά κομμάτια από **XS • S • M**  
**• L • XL • XXL • ...**

Σε **προσιτές** τιμές που θα σας κάνουν να ξεχωρίζετε ...

**Σας περιμένουμε!**



**Καλές Γιορτές!**



📍 Χελμού 18 (έναντι GALERIE), Αγ. Στέφανος

☎ 210 81 45 677  
6986 598 760 - 6947 209 320

📷 SAVANNAH\_THE\_BRAND

e-shop: [www.savannah.gr](http://www.savannah.gr)



# Christmas Ομορφιά



# OUT

## Junior Fashion Trends

Βρεφικά • Παιδικά • Εφηβικά  
Ενδύματα • Υποδήματα • Αθλητικά Υποδήματα

Χρυσοστόμου Σμύρνης 12, Άγιος Στέφανος  
Τ 211 002 9245

f OUTLOUDjuniorfashion

@outloud\_juniorfashion



# LOUD

[www.piltsiskosmima.gr](http://www.piltsiskosmima.gr)  
info@piltsiskosmima.gr

[www.kosmisis.gr](http://www.kosmisis.gr)  
info@kosmisis.gr

Ηρώων Πολυτεχνείου 13, Άγιος Στέφανος • Τηλ.: 210 81 40 389

# Margy



ΧΡΥΣ. ΣΜΥΡΝΗΣ 3, ΑΓ.ΣΤΕΦΑΝΟΣ

☎ 211 0155287

✉ mar\_smerou@outlook.com

# Χιώργος

coiffure

ανδρικές - παιδικές κομμώσεις

ωράριο

Δευτέρα - Παρασκευή

9.00 - 14.30 17.00 - 21.00

Σάββατο 9.00 - 16.00



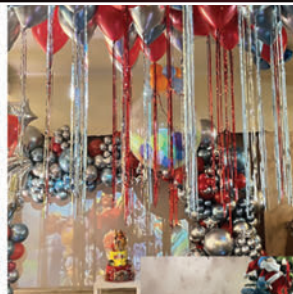
Λ. Κρυονερίου 9, Κρυονέρι  
Τηλ. 210 62.21.455

# Kinder City

let's party!



211 213 3172 - 694 463 7343  
Λ. Μαραθώνος 17, Άνοιξη





# Christmas Ομορφιά

Merry Christmas and a Happy New Year!

Infinity Love by Vicky



Χειροποίητα γούρια - Χριστουγεννιάτικα δώρα  
Αξεσουάρ - Κόσμημα - Δώρο

Λεωφ. Μαραθώνος 110, Ανοιξη, τηλ. 210 8142619



[www.infinity-love.gr](http://www.infinity-love.gr)



[fashiontales\\_by\\_infinity\\_love](https://www.instagram.com/fashiontales_by_infinity_love)

**BE BRAND**  
ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ  
ΓΑΜΟΣ • ΒΑΠΤΙΣΗ • ΓΕΝΕΘΛΙΑ  
BABY SHOWER • GENDER REVEAL  
ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ • ΜΠΑΛΟΝΟΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ • DJ

**BE BRAND**  
ΣΥΡΡΟ ΗΛΙΑΝΗ  
2160019204 & 6978273612  
ΠΕΝΤΖΕΡΙΔΗ 1, ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ  
ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ "ΟΙΟΝ"

Δώρα  
• ΓΟΥΡΙΑ  
• ΜΠΑΛΟΝΙΑ  
• ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΑ  
• ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ  
• ΚΟΥΠΕΣ

ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ & ΠΡΟΣΩΠΟΠΟΙΗΜΕΝΑ

Shop Now

SCAN ME

**Kelly Gaitanos**  
Handmade Creations

Δημοκρατίας 8 Αγ. Στέφανος  
211 1174 486 6932 648 227  
gaitanoskelly@gmail.com  
www.kellygaitanos.com

Χειροποίητο Κόσμημα  
Αλέξανδρος Ράλλης

Χρ. Σμύρνης 3, Αγ. Στέφανος Τ.Κ. 14569, Τηλ.: 210 6217069  
www.alexandros-rallis.gr • email: alexandrosrallis@gmail.com

Χειροποίητο Κόσμημα Αλέξανδρος Ράλλης alexandros.rallis

**PARIS FLOWERS**  
EVENTS • GIFTS • DECORATIONS

Paris\_\_flowers

Χελμού 4, Αγ. Στέφανος  
210.8142.332 • www.parisflowers.gr



# Christmas Εστίαση

CHERRY ON TOP



20

23

GELATO BAR

Στο "Cherry On Top" θα βρείτε gelato με φρέσκα υλικά και φρούτα καθώς επίσης πρωτότυπες γεύσεις όπως μελομακάρονο κουραμπιέ και πολλές πολλές άλλες.

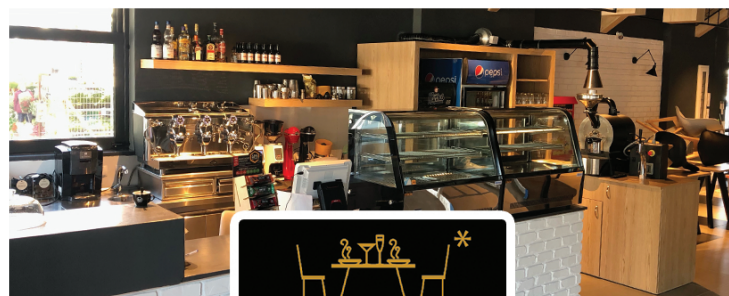
Μην ξεχάσετε να δοκιμάσετε τις φρεσκοψημένες βάφλες μας, το signature γλυκό μας "CHERRY choux", καθώς επίσης γνήσια panettone απευθείας από την Ιταλία!

Καλές γιορτές  
σε όλους!



Πλ. Άνοιξης & Μεγ. Αλεξάνδρου 2, Άνοιξη  
τ.: 210 6216777, [www.cherryontopgelato.gr](http://www.cherryontopgelato.gr)

FAMILY PLACE™  
**wizard**  
enjoy coffee | food | play and parties



EVERY TASTE  
A NEW EXPERIENCE!

Λ. Μαραθώνος 102, Άνοιξη 145 69

T. 211 411.40.90

E. [info@wizardplace.gr](mailto:info@wizardplace.gr) | [www.wizardplace.gr](http://www.wizardplace.gr)

BOOK YOUR PARTY NOW!

DELIVERY



## ACHILLEAS POLITIS

Food • Pastry • Coffee • Catering

Λ. Μαραθώνος 53, Άνοιξη

T: 216 8090755 • K: 6974813710

f Achilleas Politis Food & Pastry

@ achilleaspolitisfood&pastry

SINCE 1979  
**ΝΑΝΟΥ**  
DONUTS HOUSE

Χρόνια Πολλά!

Λεωφ. Μαραθώνος 2 - Δροσιά Αττικής  
Ωράριο: 15:00 - 21:30  
Τηλ. 698 100 3298



# THE ROADHOUSE

Your Night. Our House.



## Ρεβεγιόν Χριστουγέννων και Πρωτοχρονιάς

Λεωφ. Ποσειδώνος & Μάχης Μαραθώνα, Παραλία Μαραθώνα

T. 22943 05939 |  Road House Bar



# Christmas Εστίαση

Όλα χειροποίητα!



# ΚΟΤΟΛΑΝΔ

ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ



Σάντουιτς Γίγας 5,5€ +  
Δώρο αναψυκτικό



Ποιότητα, ποσότητα, σωστά υλικά  
στις καλύτερες τιμές!

**DELIVERY 217 700 0738**

Λεωφόρος Κρουονερίου 57, Κρουονέρι

**ΔΕΥΤΕΡΑ - ΣΑΒΒΑΤΟ 11:00π.μ - 11:00μ.μ**  
**ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΛΕΙΣΤΑ**



BY KOSTAS KOUGIOUMTZIS

**DELIVERY**  
**12:00 - 23:00**



Χελμού 2  
Άγιος Στέφανος

**T. 211 0025300**

το στέκι της  
**Μαριώς**

μεζεδοπωλείο • ουζερί  
μαγειρευτά

☎ 212 1035198

Σωκράτους 3, Αγ. Στέφανος

οινοποιήματα  
μεζεδοπωλείο



Οινοποιήματα



oinopoihmata

Λεωφ. Κρουονερίου 43 - Κρουονέρι  
Τηλ.: 210 62 20 574



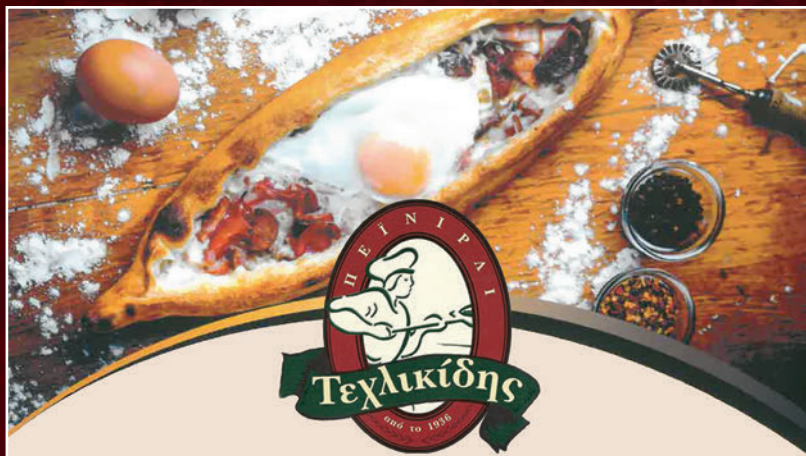
Λ. Μαραθώνος 50, 14569 Άνοιξη

**210 8144 284**

Δευτέρα - Κυριακή 12:00 έως 01:00 - ελάχιστη παραγγελία 8,00€



# Christmas Εστίαση



Εστιατόριο • Διανομή κατ'οίκον • Catering

Καθημερινά από 12.00 έως 24.00

Αθηνών - Χαλκίδος 17, Τ.Κ. 14569, Άνοιξη  
Τηλ.: 210 622 9002, 6932 302 870  
[www.techlikidis.gr](http://www.techlikidis.gr)

**DELIVERY**  
**210 26 19 877 - 210 62 16133**  
καθημερινά: 12:00 - 00:00  
Κολοκοτρώνη 8 - Αγ. Στέφανος

## ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ

# Κραυτερός

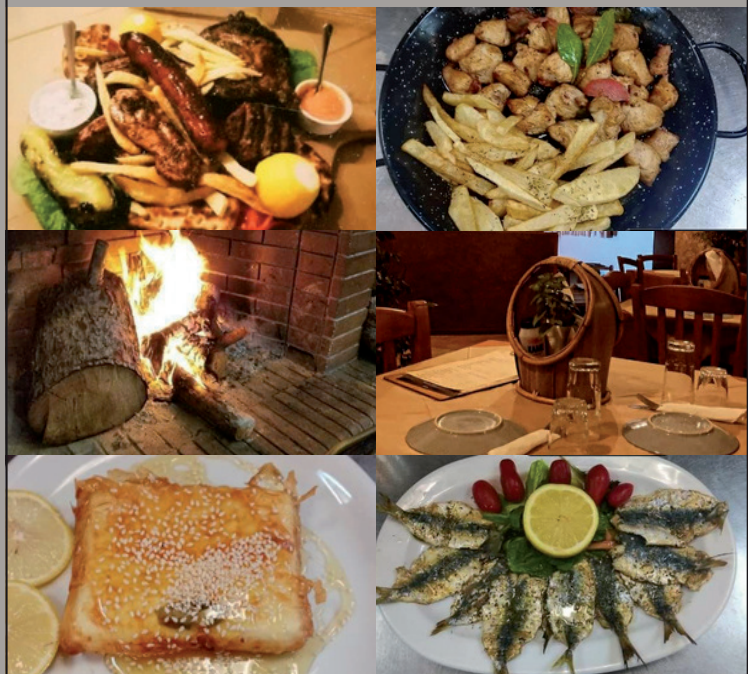
(Νέα Διεύθυνση)  
Ηρώων Πολυτεχνείου 47, Άγιος Στέφανος  
Τηλ. 210 81 43 075



# Christmas Εστίαση

## Ρακοτσιμπήματα

μεζεδοπαρτέϊον



25ης Μαρτίου 13 & Αθ. Διάκου, Σταμάτα  
Τηλ.: 210 8145390 Κιν.: 694 8829548



## FLAME GRILL

### delivery

Τηλ.: **210 6228 862**

Κάθε μέρα από τις  
11:00 έως τη 01:00

Λεωφ. Δροσιάς - Σταμάτας 2,  
Πλατεία Δροσιάς

**DELIVERY**  
Τηλ: 210 81 41 990

Νωπά ή μαγειρεμένα  
Ψάρια & Θαλασσινά



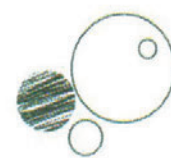
**ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ**  
13:00 με 23:00

## κλεψύδρα

Άριστη ποιότητα  
σε προσιτές τιμές

Λεωφόρος Σταμάτας 5, Δροσιά, 14572  
Τηλ: 21 0814 1990

Κλεψύδρα Ψαροταβέρνα-Ιχθυοπωλείο



## γαρτζάρα

...για θεραπευτικούς λόγους  
ΚΑΦΕΣ - ΡΑΚΟΜΕΛΟ

Στρατηγού Πετρίτη 1, Δροσιά  
Τηλ.: 210 8136141



## Η Στόφα μας

Ελληνική Κουζίνα

Αναλαμβάνουμε με χαρά τη  
οργάνωση του  
οικογενειακού εορταστικού  
τραπέζιού σας!

📍 Χελμού 20, Άγιος Στέφανος  
📞 Delivery : 2106217587

## ΒΛΑΧΟΣ

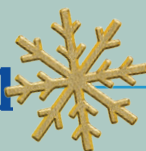
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΜΕ ΞΥΛΑ

## Café



• Πλατεία Καπανδριτίου - Τηλ.: 22950 54383  
• Βαρνάβας, Αντιπροέδρου Κατσίκη 3 - Τηλ.: 22950 97215





# Παραβατικότητα ανηλίκων

## ή υποκρισία ενηλίκων;

**Η «Σκιά» του κοινωνικού και πολιτικού συστήματος που δημιουργήσαμε και μας χτυπά την πόρτα...**

**Η** ψυχολογία και η κοινή εμπειρία συμφωνούν ότι τα παιδιά αντιγράφουν τους μεγάλους και ειδικά όσους λειτουργούν σαν πρότυπα, εντός και εκτός σπιτιού. Γιατί δεν είναι μόνο οι γονείς, αλλά και οι «δάσκαλοι» ενός παιδιού, που επηρεάζουν τη συμπεριφορά του. Όσοι δηλαδή αναγνωρίζονται σαν κοινωνικά υποδείγματα και θεματοφύλακες των αξιών μας: πολιτικοί και δημοσιογράφοι, επιστήμονες και επιχειρηματίες, εκπαιδευτικοί και ιερείς.

Όλοι αυτοί που μιλούν για σεβασμό στους νόμους, για εντιμότητα και ηθική, για αγάπη και αλληλεγγύη στον συνάνθρωπο, για ανάπτυξη και ένα καλύτερο αύριο. Και που ταυτόχρονα διαρρηγνύουν τα ιμάτιά τους για τη διαφθορά και την ατιμωρησία που επικρατούν, κάνουν ότι μπορούν για να τη βολέψουν, υιοθετούν τον κοινωνικό αυτοματισμό για να μη χάσουν τα κεκτημένα τους και φυσικά, καταπίνουν αμάσητα όσα τους σερβίρει η τηλεόραση, χωρίς να κουνιούνται από τον καναπέ τους.

Κι από την άλλη, οι νέοι σήμερα γίνονται μάρτυρες μιας ακραίας ανηθικότητας ενηλίκων, που κακοποιούν παιδιά – μέχρι και ζώα – για την «απόλαυσή» τους. Βλέπουν παντού να επικρατεί η αδιαφορία, η ιδιοτέλεια και ο ατομικισμός σε βάρος του διπλανού. Νιώθουν ότι δεν έχουν δικαίωμα στο όνειρο, γιατί ή θα εκπορνευθούν κι οι ίδιοι (me too) ή θα είναι καταδικασμένοι να «ζήσουν» με μισθούς πείνας. Την ίδια στιγμή που οι «μεγάλοι παίκτες» μένουν ατιμώρητοι, ενώ τον καλό άνθρωπο τον λένε «μ.....α»..

Δεν είναι λοιπόν παράξενο, που όλο και περισσότεροι νέοι υιοθετούν αντικοινωνικές ή και παραβατικές συμπεριφορές, στρεφόμενοι εναντίον όσων φρουρούν το σύστημα που τους βιάζει (αστυνομικοί), αλλά και εκείνων που αποτελούν τους αδύναμους κρίκους του (παιδιά, γέροντες και γενικώς αδύναμοι).

Με ψυχολογικούς όρους, είναι η «Σκιά» του κοινωνικού και πολιτικού συστήματος που δημιουργήσαμε και που μας χτυπά την πόρτα.

Κι εμείς, με περισσή υποκρισία, κάνουμε πως δεν καταλαβαίνουμε.

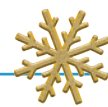
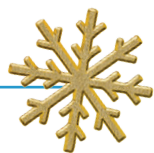
Νομίζουμε πως με περιορισμούς και απαγορεύσεις θα λύσουμε το πρόβλημα.

Κουνάμε το δάκτυλο στα παιδιά, αλλά μένουμε «κουφοί» και «τυφλοί» σε ότι συμβαίνει στην κοινωνία.

Καιρός λοιπόν για περισυλλογή.

*Καλές γιορτές!*





# Η Περιφέρεια Αττικής στηρίζει τις ευάλωτες κοινωνικές ομάδες



Στο πλαίσιο του «Επιχειρησιακού Προγράμματος Επισιτιστικής και Βασικής Υλικής Συνδρομής για το Ταμείο Ευρωπαϊκής Βοήθειας ΤΕΒΑ», η Περιφέρεια Αττικής, ως επικεφαλής Εταίρος και ως υπεύθυνη για την υλοποίηση της Πράξης για τις Κοινωνικές Συμπράξεις Π.Ε. Βόρειου Τομέα, Π.Ε. Νότιου Τομέα, Π.Ε. Κεντρικού Τομέα και Π.Ε. Πειραιώς και Νήσων, πραγματοποιεί διανομές τροφίμων και προϊόντων βασικής υλικής συνδρομής καθώς και συνοδευτικές δράσεις για τους ωφελούμενους, με στόχο την ουσιαστική στήριξη των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων.

Τα είδη τροφίμων που διατίθενται σε πακέτα είναι:

**ΕΙΔΗ ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟΥ:** αλάτι, αλεύρι, ελαιόλαδο, ζάχαρη, γάλα εβαπορέ, ζυμαρικά, κριθαράκι, ρύζι, φακές, φασόλια μέτρια, φέτα, τυρί, τόνος, ξίδι, πελτές ντομάτας, χυμός ντομάτας, μέλι, μαρμελάδα.

**ΝΩΠΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ:** βόειο κρέας, κοτόπουλο, μήλα, λάχανα.

**ΠΑΚΕΤΟ ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΩΝ και ΕΙΔΩΝ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ:** σκόνη πλυντηρίου, υγρό γενικής χρήσης, υγρό πιάτων, οδοντόβουρτσα, οδοντόκρεμα, σαμπουάν, μωρομάντηλα, προϊόντα γυναικείας υγιεινής.

**ΒΡΕΦΙΚΑ ΕΙΔΗ:** γάλα, κρέμες, ρυζάλευρο, πάνες.

## ΓΙΑ ΤΗΝ Κ.Σ. ΝΟΤΙΟΥ ΤΟΜΕΑ

Από την αρχή του έργου πραγματοποιήθηκαν συνολικά 13 κύκλοι διανομών (συνολικά 73 μεμονωμένες διανομές και αναδιανομές τροφίμων ΑΠ, ΝΠ και ΚΠ) στις οποίες παρέλαβαν:

- ΑΠ ΤΡΟΦΙΜΑ 13.075 ωφελούμενοι (8.881 γυναίκες και 4.194 άντρες) - ΑΠ ΒΥΣ 8.971 ωφελούμενοι
- ΝΠ ΤΡΟΦΙΜΑ 15.087 ωφελούμενοι (8.398 γυναίκες και 6.689 άντρες) - ΝΠ ΒΥΣ 14.811 ωφελούμενοι

**Την περίοδο 2015 – 2016 συνολικά μοιράστηκαν:**

- 588.812,35 μονάδες τροφίμων και ΒΥΣ (467.840,35 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) τροφίμων και 120.972,00 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) ΒΥΣ)

**Την περίοδο 2018 – 2019 συνολικά μοιράστηκαν:**

- 1.776.330,27 μονάδες τροφίμων και ΒΥΣ (1.506.293,27 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) τροφίμων και 270.037,00 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) ΒΥΣ)

**Μοιράστηκαν και για τις δύο πράξεις συνολικά 26.573 σακούλες τροφίμων και ΒΥΣ**

## ΓΙΑ ΤΗΝ Κ.Σ. ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΝΗΣΩΝ

Από την αρχή του έργου πραγματοποιήθηκαν συνολικά 9 κύκλοι διανομών (συνολικά 98 μεμονωμένες διανομές και αναδιανομές τροφίμων ΑΠ, ΝΠ και ΚΠ) στις οποίες παρέλαβαν:

- ΑΠ ΤΡΟΦΙΜΑ 18.852 ωφελούμενοι (12.366 γυναίκες και 6.486 άντρες) - ΑΠ ΒΥΣ 19.664 ωφελούμενοι
- ΝΠ ΤΡΟΦΙΜΑ 26.012 ωφελούμενοι (14.185 γυναίκες και 11.827 άντρες) - ΝΠ ΒΥΣ 24.336 ωφελούμενοι

**Την περίοδο 2015 – 2016 συνολικά μοιράστηκαν:**

- 854.067,46 μονάδες τροφίμων και ΒΥΣ (680.890,46 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) τροφίμων και 173.177,00 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) ΒΥΣ)

**Την περίοδο 2018 – 2019 συνολικά μοιράστηκαν:**

- 2.677.574,42 μονάδες τροφίμων και ΒΥΣ (2.265.226,42 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) τροφίμων και 412.348,00 μονάδες (κιλά/τεμάχια/λίτρα) ΒΥΣ)

**Μοιράστηκαν και για τις δύο πράξεις συνολικά 44.460 σακούλες τροφίμων και ΒΥΣ**



Παράλληλα με τις διανομές τροφίμων και ειδών Βασικής Υλικής Συνδρομής, παρέχονται Συνοδευτικά Μέτρα, με στόχο την αντιμετώπιση του κοινωνικού αποκλεισμού και των έκτακτων κοινωνικών αναγκών των απόρων με πιο ενεργό και βιώσιμο τρόπο. Στόχος της Περιφέρειας Αττικής με τις δράσεις αυτές είναι να βοηθήσει τους ωφελούμενους να ανταπεξέλθουν, τόσο πρακτικά όσο και ψυχικά, στα προβλήματα της καθημερινότητας και να τα διαχειριστούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.



## ΜΙΧΑΗΛ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

### ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ



☎ 697.8161.215 ☎

<https://mixail.business.site>

MixailPetrelaio



## ΑΦΟΙ ΚΟΥΖΑ

### ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ Ο.Ε.

### ΚΑΥΣΟΞΥΛΑ

ΕΛΙΑ | ΟΞΙΑ | ΔΡΥΣ | ΠΕΥΚΟ

- ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ & ΜΟΝΩΤΙΚΑ ΥΛΙΚΑ
- ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΒΟΘΡΩΝ ΠΡΟΚΑΤ
- ΤΣΙΜΕΝΤΟΣΩΛΗΝΕΣ
- ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

📍 Σωκράτους 6, Αγ. Στέφανος

☎ 210 62.15.157 • 697 58.90.616 • 698 69.57.561

✉ [afokouzaoidomika@gmail.com](mailto:afokouzaoidomika@gmail.com)

🌐 [www.afokouza-attiki.gr](http://www.afokouza-attiki.gr)





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

2015 - 2016  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ  
Κ.Σ. Π.Ε. ΝΟΤΙΟΥ ΤΟΜΕΑ



Τ.ε.β.α.

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Επιστημονικής & Βασικής  
Υλικής Συνδρομής

# Η Ανάγκη σας, είναι ευθύνη μας!

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΑΠΟΚΕΝΤΡΩΜΕΝΕΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ  
ΚΑΙ ΒΑΣΙΚΗΣ ΥΛΙΚΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ, ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΕΣ ΔΑΠΑΝΕΣ  
ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΗ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ



## ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ

**2.040.444,75 €**

- ✓ ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΕΙΔΗ ΒΑΣΙΚΗΣ ΥΛΙΚΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ
- ✓ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

[www.patt.gov.gr](http://www.patt.gov.gr) Περιφέρεια Αττικής

ΜΕ ΤΗ ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΠΡΟΝΟΙΑΚΩΝ ΕΠΙΔΟΜΑΤΩΝ  
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΙΚΗ ΑΡΧΗ ΤΟΥ Ε.Π. ΕΒΥΣ ΤΟΥ ΤΕΒΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΣΥΝΟΧΗΣ  
ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ  
ΤΕΒΑ / FEAD  
ΤΑΜΕΙΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΒΟΗΘΕΙΑΣ  
ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΑΠΟΡΟΥΣ



• ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΡΕΘΟΥΣΑ •



**χρυστάηλα**  
ΚΟΣΜΗΜΑΤΟΠΩΛΕΙΟ

- Believe In Magic Of -  
Christmas



**K22**  
Byzantine Jewellery

1<sup>ος</sup> ΟΡΟΦΟΣ

ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΡΕΘΟΥΣΑ,  
Λεωφ. Μαραθώνος 16, Άγιος Στέφανος  
Τηλ.: 210 8140616

I am not a piece of jewellery.  
I am an emotion, made real.



**ΠΟΛΥΑΝΘΗ**  
γούμαν φάσιον

Γρ. Λαμπράκη 2, Αγ. Στέφανος (Εμπορικό κέντρο "ΑΡΕΘΟΥΣΑ")  
**T. 210 8142 229**  
eshop: polyanthiwomanfashion.com email: polyanthi1975@gmail.com  
f Πολυανθή - Γούμαν Φάσιον



Spyridoula's  
**HOME**  
of beauty

Κουρσοσπύρου  
Σπυριδούλα

Μακιγιάζ  
Περιποίηση άκρων  
Αποτρίχωση  
Lash Lifting  
Extension Βλεφαρίδες  
Microblading Φρυδιών

Γρηγορίου Λαμπράκη 2, Άγιος Στέφανος  
Τηλ.: 210 81 43 636, Κιν.: 694 43 68 608  
@ spyridoulas.home.of.beauty



**Οπτικά**  
**ΓΕΩΡΓΙΑ ΓΚΑΪΝΑ**

Λ. Μαραθώνος 16, Άγιος Στέφανος, τηλ. 210 6219128  
f Οπτικά Γεωργία Γκαϊνά



**H S**  
**HUNTER'S**  
EXCLUSIVE

Λ. Μαραθώνος 16, Αγ. Στέφανος (Εμπορικό Κέντρο "ΑΡΕΘΟΥΣΑ")  
Τηλ.: 210 81. 42. 618 - email: maklaz@yahoo.com  
f Lazaros Makris f Hunter's Exclusive @ LazarosMakris



**WISE**  
COMPUTERS

- COMPUTERS • ΑΝΑΛΩΣΙΜΑ • ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΑ
- SERVICE • ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΕΙΣ • ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΜΗΧΑΝΕΣ
- ΤΑΜΕΙΑΚΕΣ ΜΗΧΑΝΕΣ • PLOTTER • ΔΙΚΤΥΑ

Γρ. Λαμπράκη 2, Αγ. Στέφανος - Τηλ/Fax: 210 62.16.242  
www.e-wise.gr. email: plumakis@gmail.com



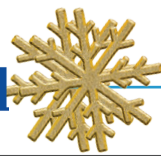
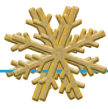
**ARISTON TAX**

**ΛΟΓΙΣΤΙΚΕΣ - ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΕΣ**  
**& ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ**

Λεωφ. Μαραθώνος 16 & Γρ. Λαμπράκη 2, Αγ. Στέφανος  
(εμπορικό κέντρο Αρεθούσα)

T 210 7471070 - 9 M 697 3352999 - 697 3352777  
www.aristontax.gr E info@aristontax.gr





# ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΗΠΟ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ, ΣΤΟ ΤΡΑΠΕΖΙ ΣΑΣ



*Χρόνια Πολλά!*



Η φρεσκάδα και η ποιότητα είναι για εμάς αξίες αδιαπραγμάτευτες, ώστε να είμαστε περήφανοι για τα προϊόντα μας όταν βρίσκονται στο τραπέζι σας.

Αν υπάρχει κάτι που μας κάνει να συνεχίζουμε να θέλουμε να γινόμαστε καλύτεροι είναι η δική σας εμπιστοσύνη και αγάπη εδώ και 30 χρόνια.

Φρεσκάδα σε ένα κλικ  
**efruit.gr**



Τηλ. 210 621 8291

Λεωφόρος Μαραθώνος & Ελληνικού Στρατού 2, 145 69, Άνοιξη



**Φρέσκα ντόπια  
και ποιοτικά κρέατα  
Μεγάλη ποικιλία σε  
σπιτικά παρασκευάσματα**

**ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ**

Γεύση και ποιότητα

Ι.ΚΟΚΚΙΟΣ

Λ. Μαραθώνος 108  
& Ελληνικού Στρατού  
Άνοιξη Αττικής  
Τηλ.: 210 8144209

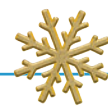


Χωριάτικος φούρνος με ξύλα



Λ. ΜΑΡΑΘΩΝΟΣ 58, ΑΝΟΙΞΗ  
ΤΗΛ.: 210 62.17.762





ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΡΥΘΜΙΣΗΣ ΟΦΕΙΛΩΝ

# Ρυθμίστε τα χρέη σας!

Ιστορική απόφαση για τους δανειολήπτες, που περιορίζει τον υπολογισμό του τόκου στη δόση και όχι στο κεφάλαιο.

Ο Νόμος 3869/2010, ο περίφημος Νόμος Κατσέλη, ευεργέτησε πλήθος ελληνικών νοικοκυριών που κατάφεραν να ρυθμίσουν τις οφειλές τους και να διασώσουν την κύρια κατοικία τους με μηνιαίες καταβολές. Ήταν επί της ουσίας ένα καταφύγιο για χιλιάδες υπερχρεωμένα νοικοκυριά. Παρ' όλα αυτά, το όνειρο σύντομα έγινε εφιάλτης, όταν ο Έλληνας δανειολήπτης βίωσε την δραματική άνοδο των επιτοκίων μετά την κρίση στην Ουκρανία. Οι αλληπάλληλες αυξήσεις των επιτοκίων από την Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα οδήγησε στα ύψη την έντοκη δόση για τη διάσωση της κύριας κατοικίας. Με τις εξελίξεις αυτές οικογένεια που πλήρωνε πχ 300 ευρώ το μήνα τώρα καλείται να καταβάλει δόση που υπερβαίνει το διπλάσιο, καθώς οι Εταιρείες Διαχείρισης υπολόγιζαν τον τόκο στο κεφάλαιο και όχι στη



μηνιαία δόση. Αποτέλεσμα ήταν να συγκεντρώνονται ληξιπρόθεσμες οφειλές και πολλά νοικοκυριά να κινδυνεύουν να χάσουν τη ρύθμιση για την κυρία κατοικία.

Το δικηγορικό γραφείο **“Νικολακέας και Συνεργάτες”** με μια ιστορική απόφαση από το Ειρηνοδίκηο Αθηνών διεκδίκησε και πέτυχε την ερμηνεία της

απόφασης με τέτοιο τρόπο, ώστε στη ρύθμιση για τη διάσωση της κύριας κατοικίας ο υπολογισμός του τόκου να γίνεται με βάση την μηνιαία δόση και όχι πάνω στο εναπομείναν κεφάλαιο του δανείου. Με αυτό τον τρόπο η μηνιαία δόση θα έχει ελάχιστη προσαύξηση κάθε μήνα και σε καμία περίπτωση δεν θα καταλήγει να είναι διπλάσια από το ποσό της δόσης που ορίζει η απόφαση για τη διάσωση της κύριας κατοικίας. Η συγκεκριμένη απόφαση ανοίγει το δρόμο να διεκδικήσουμε το ίδιο αποτέλεσμα για χιλιάδες δανειολήπτες που κινδυνεύουν να χάσουν τη ρύθμιση για τη διάσωση της κύριας κατοικίας τους και να κηρυχθούν έκπτωτοι από το νόμο Κατσέλη με ένα απλό εξώδικο από τις Εταιρείες Διαχείρισης (Servicers). Με αυτό τον τρόπο εξασφαλίζουμε μια δόση βιώσιμη που να προστατεύει την ελληνική οικογένεια από τους



**Στρατής Νικολακέας**  
Βαλαωρίτου 4 – Κολωνάκι, Αθήνα  
Τηλ. 2103634039, 6977574577  
law@nikolakeas.com  
www.nikolakeas.com

κραδασμούς της μεγάλης ανόδου των επιτοκίων τόσο της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας όσο και του Euribor πετυχαίνοντας την τήρηση της απόφασης για διάσωση της κύριας κατοικίας με όρους βιώσιμους και σε καμία περίπτωση καταχρηστικούς που καταλήγουν να υπερβαίνουν κατά πολύ τις οικονομικές αντοχές τους (μέγιστη δυνατότητα αποπληρωμής).

Για οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με παρόμοιο θέμα που θα ήθελε να λάβει κάποιος για τον ίδιο ή κάποιο οικείο του πρόσωπο, μπορεί να επικοινωνήσει για περισσότερες πληροφορίες στο τηλέφωνο 210 36 34 039 ή να στείλει mail στο secretary@nikolakeas.com.

## ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ

# TSOUTRAS

## D.T.oil

- ✓ **ΑΝΑΓΟΜΩΣΗ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΗΡΩΝ**
- ✓ **ΑΝΤΙΠΑΓΩΤΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ**
- ✓ **SERVICE ΚΑΥΣΤΗΡΩΝ**



Γραφείο Παραγγελιών  
Λεωφ. Μαραθώνος 14 (Θησέως) 145 72 Δροσιά

**ΔΕΚΤΕΣ**  
**Πιστωτικές Κάρτες**

ΤΗΛ: 210 6211722, 210 6212070, 210 6211252 KIN: 6944 243552 EMAIL: info@dtoil.gr

[www.dtoil.gr](http://www.dtoil.gr)





**peppas**  
GO GREEN

## ΜΟΝΑΔΑ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΑΕΚΚ ΚΑΔΟΙ ΜΠΑΖΩΝ

-  2106215605 - 6985068777
-  <https://www.kadoimprazwn.gr>
-  s.kamataki@kadoimprazwn.gr
-  Θέση Ρυκιά - Ασπρόπυργος



### ΑΓΟΡΑ ΧΡΥΣΟΥ ΑΜΕΣΑ ΜΕΤΡΗΤΑ

*Κάτοχοι κρατικής άδειας!*

Οι Υψηλότερες τιμές της αγοράς στο Σωστό Σημείο!  
● Εχεμύθεια ● Διαφάνεια

Εκτίμηση-αγορά  
πολύτιμων λίθων και μετάλλων

e-mail: [goldpoint@hotmail.gr](mailto:goldpoint@hotmail.gr) [www.goldpoint.gr](http://www.goldpoint.gr)

## ΑΓΟΡΑ ΧΡΥΣΟΥ ΑΝΟΙΞΗΣ

ΑΜΕΣΑ ΜΕΤΡΗΤΑ

ΚΡΑΤΙΚΗ ΑΔΕΙΑ

ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΤΙΜΗΣΕΙΣ

ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ - ΕΧΕΜΥΘΕΙΑ



### ΑΝΟΙΞΗ

Λεωφ. Μαραθώνος 80 - έναντι Εθνικής Τράπεζας  
213 00.35.871 - 6975 801 466

### Νέα ΚΗΦΙΣΙΑ

Λεωφ. Ερμιάδων 25 (1ος όρ.) - Εμπορ. κέντρο «Αίθριο»  
213 02.60.074 - 6974 193 733

### ΚΟΛΩΝΑΚΙ

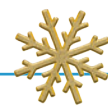
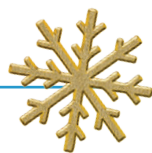
Καψάλη 6, κατάστημα MENU Jewelry - έναντι GANT  
210 72.56.649 - 6974 193 733

### ΠΑΛΛΗΝΗ

Λεωφ. Μαραθώνος 37 (3ος όρ.) - έναντι EuroBank  
213 00.43.490 - 6974 193 733

Λεωφόρος Μαραθώνος 57 - Άνοιξη (Έναντι φούρνου ΚΑΡΡΑΣ) τηλ: 213 028 2570





## Πότε άρχισαν να στολίζουν δέντρο στην Ευρώπη και Ελλάδα

Τα Χριστούγεννα πλησιάζουν αρκετά και σχεδόν κάθε σπίτι είναι στολισμένο, έστω και με ένα μικρό έλατο! Ποια είναι όμως η σημασία του δέντρου; Γενικά, λέγεται ότι το έλατο συμβολίζει το δέντρο της Εδέμ. Οι επιστήμονες όμως πιστεύουν ότι απλώς πρόκειται για μια συνήθεια, χωρίς κάποιο ιδιαίτερο συμβολισμό. Παρ' όλα αυτά, η παράδοση αυτή είναι αρκετά παλιά ακόμη και για την Ευρώπη! Όμως πόσο παλιά; Σε ποια χώρα ανάγεται η προέλευση του; Και πότε ήρθε στην Ελλάδα;

Η παράδοση αρχίζει από τον 2ο αιώνα, στη ρωμαϊκή αυτοκρατορία, όπου οι Ρωμαίοι στόλιζαν τα σπίτια τους με κλαδιά ελάτου. Το ίδιο έκαναν και όσοι ζούσαν στον Βορρά. Όμως μαζικότερα η

1)(1510) - Λετονία - Η παράδοση φαίνεται να ξεκινά από τη Λετονία. Ειδικότερα λέγεται ότι την ημέρα των Χριστουγέννων, η εμπορική συντεχνία, με το όνομα «Black Heads» στη Ρίγα, μετέφερε ένα δέντρο από την συντεχνία, στο κέντρο της πόλης. Εκεί αφού το διακόσμησαν, το έκαψαν. Ωστόσο, παρόμοια πρακτική έχει εντοπιστεί στην Εσθονία, που ανάγεται το 1441,



αλλά οι ιστορικοί ακόμη δεν είναι σίγουροι για το αν την εφάρμοζαν την ημέρα των Χριστουγέννων ή όχι.

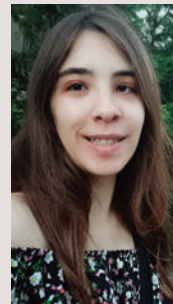
2) (1539) - Γερμανία - Το διακοσμημένο Χριστουγεννιάτικο δέντρο, έτσι όπως το ξέρουμε σήμερα, προέρχεται από περιοχές της Γερμανίας. Πιο συγκεκριμένα, οι έρευνες δείχνουν ότι οι τότε Γερμανοί, στόλιζαν ένα δέντρο και το έστησαν στον Καθεδρικό Ναό του Στρασβούργου (σήμερα Γαλλία). Λέγεται επίσης, ότι ο ηγέτης της εκκλησιαστικής μεταρρύθμισης του Προτεσταντισμού, Μαρτίνος Λούθηρος, ήταν ο πρώτος που κόσμησε το δέντρο με φωτισμό, τοποθετώντας δηλ. κεριά στα κλαδιά του έλατου.

3)(1783-1800) - Αμερική - Στην Αμερική, η συγκεκριμένη παράδοση ουσιαστικά υιοθετήθηκε από τους ντόπιους επηρεαζόμενοι από τους Γερμανούς μετανάστες, που ήρθαν στην Ήπειρο μετά το τέλος του



πολέμου της Ανεξαρτησίας. Όμως, η παράδοση, άρχισε να υιοθετείται μαζικότερα, από το 1850 και μετά. Αυτό συνέβη επειδή το αμερικανικό περιοδικό «Godey's Lady's Book», αναδημοσίευσε από την βρετανική εφημερίδα «Illustrated London News», μία οικογενειακή φωτογραφία της Βασίλισσας Βικτώριας και του Βασιλιά Αλβέρτου σε Χριστουγεννιάτικο φόντο. Πολλοί μιμούμενοι τη βασιλική οικογένεια, ήθελαν να ακολουθήσουν αυτή την τάση. Τέλος, το πρώτο φωτισμένο δέντρο, εμφανίστηκε το 1933, στο κέντρο Ροκφέλερ της Νέας Υόρκης.

4) (1800) - Ηνωμένο Βασίλειο - Την συγκεκριμένη γιορτινή παράδοση εισήγαγε η βασίλισσα Καρλότα του του Μεκλεμβούργου-Στρέλιτς,



Γράφει  
η Μαρία  
Ιωάννα Σύρου

όταν παντρεύτηκε τον Άγγλο βασιλιά, Γεώργιο Γ'. Συγκεκριμένα, τα Χριστούγεννα του 1800, η βασίλισσα στόλισε το πρώτο έλατο στη βασιλική της κάμαρη (αγγλ. Queen's lodge).

5)(1950) - Ελλάδα - Στη χώρα μας, το έθιμο άρχισε να έρθει ή μάλλον άρχισε να καθιερωθεί. Ήδη το 1833, στολίστηκε το πρώτο Χριστουγεννιάτικο δέντρο στα ανάκτορα του βασιλιά Όθωνα, στο Ναύπλιο. Μέχρι 50 χρόνια πριν, οι οικογένειες στόλιζαν караβάκι. Το караβάκι συμβόλιζε τόσο την αγάπη των ανθρώπων για τη θάλασσα, όσο και τις προσευχές των οικογενειών για τους δικούς τους που βρίσκονταν στα караβάκια.

Πηγές: Ιστοσελίδες

www.nationalgeographic.com ,  
www.e-evros.gr, /metro.co.uk ,  
www.christianitytoday.com



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



Κολοκοτρώνη 1 & Λεβίδου  
Κηφισιά (Εμπ. Κέντρο Shoppingland)

210 6231555 - 6980 502020

[www.dontasrealestate.gr](http://www.dontasrealestate.gr)

E-mail: dontasrealestate@gmail.com

## 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





## Χριστούγεννα 2023: Πως να επιλέξουμε τα πιο φανταστικά δώρα για τους αγαπημένους μας

**Ο** Δεκέμβριος έχει μπει πλέον για τα καλά και τα Χριστούγεννα πλησιάζουν!

Γιορτές, καλέσματα σε σπίτια φίλων και οικογενειακά τραπέζια, όλα βρίσκονται στο προσκήνιο. Έτσι, τα δώρα δεν θα εκλείψουν! Τι επιλέγουν άραγε οι καλεσμένοι;

Κάποιοι επιλέγουν κάποιο ακριβό δώρο, όπως κάποιο ακριβό διακοσμητικό ή ρούχο ενώ άλλοι επιλέγουν πιο απλοϊκά δώρα όπως κάποιο νόστιμο γλυκό ή κάποια σαμπάνια ή ακόμη και ένα χειροποίητο στολίδι ή κόσμημα. Ποια είναι όμως η καλύτερη επιλογή;

Η απάντηση εδώ είναι και τα δύο. Βασικός άξονας στην τελική μας επιλογή είναι αυτό που εμείς νιώθουμε ότι «πρέπει» να κάνουμε ως δώρο, είτε ακριβό είτε πιο οικονομικό. Όμως, επειδή μένουμε στα Βόρεια Προάστια, συνήθως αγοράζουμε ακριβά δώρα, αντάξιο του εισοδήματός μας, για να μην φανούμε «τσιγκούνδες». Αυτό το «πρέπει» είναι που μας κάθεται σαν «θηλιά στο λαιμό».

Μην ξεχνάμε όμως, ότι ζούμε σε μία αρκετά δύσκολη περίοδο, από όλες τις απόψεις. Ένα συμβολικό δώρο, ακόμη και αν δεν είναι ακριβό ή ακόμη και χειροποίητο, (όχι κάποιας επώνυμης μάρκας κτλ), είναι πολύ «πολυτιμότερο» από ένα άλλο μεγαλύτερο σε αξία.

### Η κίνηση είναι που μετράει!

Γιατί τα δώρα που κάνουμε, είναι προσωπικά, δηλ. τα επιλέγουμε ανάλογα με τα γούστα του οικοδεσπότη. Επιλέγουμε δώρα μικρότερης ή μεγαλύτερης αξίας ανάλογα με το τι ταιριάζει



στον καθένα. Για παράδειγμα, τα χειροποίητα δώρα δείχνουν ότι ο άλλος έχει **αφιερώσει προσωπικό χρόνο** για να φτιάξει κάτι μοναδικό για τον οικοδεσπότη και ας κάνει και 10 ευρώ! Αυτό όμως είναι που μας ευχαριστεί περισσότερο. Αυτή είναι και η μεγαλύτερη μας χαρά και θέλουμε να τη μοιραστούμε μαζί με τον άλλον! Και στην τελική, αυτό είναι που μετράει μέσα μας. Τα Χριστούγεννα είναι μία από τις σημαντικότερες γιορτές μέσα στον χρόνο. Είναι μία από τις λίγες ευκαιρίες για να μαζευτεί όλη η οικογένεια μαζί ή να διασκεδάσουμε παρέα με τους φίλους μας. Λίγη σημασία έχουν τα ακριβά δώρα. Είναι τυπικά. Άρα το σημαντικότερο είναι να μην επιλέγουμε **δώρα με βάση την τιμή, αλλά με βάση τη σκέψη για τον άλλον**. Το δώρο είναι προσωπικό αλλά και κοινό.

Αν θέλουμε να κάνουμε ένα ακριβό δώρο γιατί έτσι θέλουμε, ας το κάνουμε!

Φτάνει να είμαστε εμείς ικανοποιημένοι. Εξάλλου η κίνηση είναι που μετράει.

**Καλές γιορτές!**

\*Το παραπάνω άρθρο είναι προϊόν προσωπικών απόψεων και δεν στοχοποιεί κανέναν προσωπικά

## Διάβασμα στο κινητό ή στο βιβλίο;

Σήμερα με την πρόοδο της τεχνολογίας, όλα είναι πλέον πολύ πιο προσβάσιμα. Τόσο πολύ, ώστε με το πάτημα ενός κουμπιού στο κινητό, έχουμε πρόσβαση σε πληθώρα πληροφοριών.



**Χ**ρησιμοποιούμε πλέον αυτή τη μικρή συσκευή για διασκέδαση, να δούμε σειρές, να μιλήσουμε, να ακούσουμε μουσική αλλά και... να διαβάσουμε βιβλία! Όλα πια έχουν ηλεκτρονική μορφή ακόμη και τα βιβλία. Τελευταία, υπάρχει η τάση πολλοί να επιλέγουν να διαβάσουν ηλεκτρονικά τα βιβλία, παρά την έντυπη μορφή τους. Αν και είναι επιβλαβές για την υγεία, οι λόγοι που διαβάζουμε από το κινητό είναι πολλοί. Πρώτος και πιο σημαντικός, είναι ότι η συσκευή είναι πολύ πιο εύχρηστη. Επίσης, λόγω αμεσότητας μπορούμε να διαβάσουμε ανά πάσα στιγμή. Στο λεωφορείο, στο τρένο καθώς πηγαίνουμε βόλτα ή πηγαίνοντας στη δουλειά. Είναι ένας ευχάριστος τρόπος ανάγνωσης.

Όμως, διαβάζοντας από κάποια ηλεκτρονική συσκευή και κυρίως από το κινητό, προκαλεί αρνητικές συνέπειες στη σωματική αλλά και στη ψυχική μας υγεία. Ποια είναι λοιπόν τα οφέλη του βιβλίου

Πρώτα από όλα, δεν κάνει κακό στα μάτια. Η υπερέκθεση στην ακτινοβολία χειροτερεύει σταδιακά την όραση μας, χωρίς να το καταλαβαίνουμε άμεσα.

Δεύτερον, τα βιβλία βελτιώνουν τη

συγκέντρωση, καθώς τίποτα δεν μπορεί να αποσπάσει την προσοχή. Αντίθετα, όταν διαβάζουμε στο τάμπλετ ή στο κινητό, είναι πιο πιθανό να αποσπάσουν την προσοχή διάφορες ειδοποιήσεις, όπως μηνύματα ή διαφημίσεις κ.α..

Τέλος, το βιβλίο, βελτιώνει την ποιότητα του ύπνου. Ειδικότερα, η ανάγνωση ενός βιβλίου, προετοιμάζει ένα χαλαρό ύπνο χωρίς εντάσεις και έγνοιες. Χαλαρώνει το μυαλό και τα μάτια. Αντίθετα το διάβασμα σε ηλεκτρονική μορφή, επηρεάζει αρκετά την ποιότητα ύπνου, καθώς η ακτινοβολία που εκπέμπει κάθε συσκευή, κρατά το μυαλό σε εγρήγορση και δεν φέρνει την επιθυμητή χαλάρωση τόσο του εγκεφάλου, όσο και των ματιών.

Επομένως, από τα παραπάνω συμπεραίνεται ότι τα οφέλη του διαβάσματος από το ίδιο το βιβλίο και όχι από το κινητό επιφέρει πολύ περισσότερα θετικά οφέλη, χωρίς καν να το συνειδητοποιήσουμε.

Καλό θα ήταν λοιπόν να περιορίσουμε τη χρήση του κινητού και κυρίως όσον αφορά την ανάγνωση κειμένων και βιβλίων.



Σύλλογος Γυναικών Αγίου Στεφάνου

"ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟ"

Χρόνια Πολλά!

Στο Σύλλογό μας λειτουργούν:

- **ΩΔΕΙΟ ΑΓΙΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ** (από το 1983)
- **ΣΧΟΛΗ ΧΟΡΟΥ "ΡΥΘΜΟΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΣΗ"** (από το 1985)
- **ΕΜΜΕΛΕΙΑ:**  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ και  
ΧΟΡΩΔΙΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ (από το 1986)
- **ΧΟΡΩΔΙΕΣ:**  
ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΠΟΛΥΦΩΝΙΚΗ ΧΟΡΩΔΙΑ (από το 1989)  
ΠΑΙΔΙΚΗ ΝΕΑΝΙΚΗ ΧΟΡΩΔΙΑ (από το 1990)

Εγγραφές από 1<sup>η</sup> Σεπτεμβρίου 2023,  
καθημερινά 6-9 μ.μ. & Σάββατο 10-12 π.μ.

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Γραφεία Συλλόγου: Λ. Μαραθώνος 4, Άγ. Στέφανος  
(κτήριο ΑΡΧΕΤΥΠΟ).

Τηλ.: 210 6219074 - 210 8142297 - 694 8823225

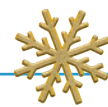
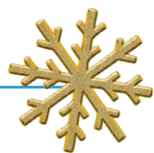
e-mail: sylgast1982@gmail.com

F/B: ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΑΓΙΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ (επίσημη σελίδα)

site: [www.sylgast.gr](http://www.sylgast.gr)





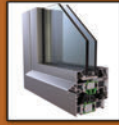


## ΜΑΝΩΛΗΣ ΚΟΚΚΑΛΗΣ

### ΚΟΥΦΩΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ

Κιν.: 6944 784 220

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



## ΕΥΣΤΡΑΤΙΟΣ ΜΠΕΡΜΠΑΝΤΗΣ

- **Χωματοργικές εργασίες**
- **Κηπευτικά χώματα**
- **Εκβραχισμοί**



Αναλαμβάνουμε την εκσκαφή για τη σύνδεσή σας στο αποχετευτικό

**6972.866828**

ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ



## ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

**ΓΙΑΝΝΗΣ  
ΠΑΦΙΛΙΑΡΗΣ**

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ ΤΕ

- ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ Δ.Ε.Η.
- ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΕΙΣ
- ΒΛΑΒΕΣ - ΜΕΡΕΜΕΤΙΑ

☎ 698 63 29 257 ✉ pafiliasgian@gmail.com

**ΑΣΦΑΛΕΙΑ & ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ**

## ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΙ

## ΚΑΜΕΡΕΣ



Μαντζούκας Βασίλης

Ελευθερίου Βενιζέλου 73, Νέα Ερυθραία

Τηλ.: 210 80 73540

Κιν.: 6937 500 800

**FM ELECTRONICS**

website: www.fmelectronics.gr



- **ΚΛΑΔΕΜΑΤΑ**
- **ΑΠΟΨΙΛΩΣΕΙΣ**
- **ΚΟΠΕΣ ΔΕΝΔΡΩΝ**



**ANTONENAS**

Antonenas Group - Kladema.gr

✉ antonenas.george@gmail.com ☎ τηλ: 697 7320 262



## ΣΑΜΠΑΝΗΣ ΦΩΤΗΣ

ΤΖΑΜΙΑ • ΚΡΥΣΤΑΛΛΑ • ΚΑΘΡΕΠΤΕΣ  
ΝΤΟΥΖΙΕΡΕΣ • ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΕΥΕΣ  
ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ

☎ 6938 873 025

✉ sampanis.glass@hotmail.com

## ΝΙΚΟΣ ΤΣΑΟΥΛΗΣ

### ΥΔΡΑΥΛΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ



**ΤΗΛ. 6946176344**





# ΜΠΑΤΖΑΝΟΣ

ΕΛΑΣΤΙΚΑ | ΖΑΝΤΕΣ | ΒΟΥΛΚΑΝΙΖΑΤΕΡ  
ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ | ΕΥΘΥΓΡΑΜΜΙΣΗ

📍 Αγ. Στέφανος, Τ.Κ. 145 65  
Χελμού 50 & Κοιμ. Θεοτόκου 55 Ελαστικά Μπάτζανος

☎ 210 6216016 elastikabatzanos

✉ info@batzanos-elasticas.gr batzanos-elasticas.gr

## Β. ΜΠΕΚΙΑΡΗΣ

Σπιτιών

ΧΡΩΜΑΤΑ

Αυτοκινήτων

Βερνίκια Ξύλου  
Μονωτικά  
Διοκοσμητικά  
Τεχνοτροπίες

Μπεκιάρης Χρώματα

bekiairis.v@gmail.com

Λ. ΤΡΑΠΕΖΟΥΝΤΟΣ 22, ΑΓ. ΣΤΕΦΑΝΟΣ

☎ 210 81 41 532

CAR SERVICE  
perfection

## Γενικό Συνεργείο Αυτοκινήτων

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΕΙΟ  
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ  
SERVICE A/CΓιάννης Λιούλιας  
6938 67 52 63Στέλιος Μαθιός  
6934 60 20 49Λεωφόρος Τραπεζούντος 40, Άγιος Στέφανος, Τ: 210 621 8833  
E: ioannis@carserviceperfection.com, www.carserviceperfection.com

## MOTO ROULAKOS

Πουλάκος Κωνσταντίνος  
Μηχανικός Μοτοσυκλητών

- Πωλήσεις
- Service
- Ανταθλητικά
- Αξεσουάρ

Λεωφ. Κρυονερίου 17, Άγιος Στέφανος  
Τηλ. 211.400.38.20  
email: poulakos\_kwstas@yahoo.gr  
 moto poulakos

## GLASSDRIVE

Οι δικοί σας ειδικοί στα κρύσταλλα αυτοκινήτων  
ΠΑΡΜΠΡΙΖ - ΜΕΜΒΡΑΝΕΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ

Σφηνιάς Ιωάννης

Υπεύθυνος Καταστήματος  
Glasdrive Αγίου Στεφάνου

Λεωφ. Κρυονερίου 24, Άγιος Στέφανος  
Τηλ.: 210 8144500, Κιν.: 694 8522452  
e-mail: agios.stefanos@glassdrive.gr

www.glassdrive.gr



Motorcycle parts &amp; Accessories

www.2wheelersshop.gr

Δ/ση: Λ. Κρυονερίου 10, Αγ. Στέφανος  
Τηλ.: 210 6216462 • e-mail: 2wheelersshop@gmail.com

2 wheelers shop 2 wheelers shop

## Jeep services

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΣΥΝΕΡΓΕΙΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ



Jeep

Βασίλειος Ντανάς  
Κ.: 6944 836 095Χρήστος Παπαδήμας  
Κ.: 6977 592 005

Κοιμ. Θεοτόκου 47 | 145 65 Αγ. Στέφανος | Τ. Φ: 210 8004826  
W: www.jeepservices.gr | E-mail: info@jeepservices.gr



**ΚΕΝΤΡΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ & ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**  
**ΔΗΜΗΤΡΗΣ Ε. ΚΛΕΙΤΣΑΚΗΣ SMT, DN, VM**  
 Πτυχιούχος Ανώτ. Σχολής Φυσικοθεραπείας Αθηνών

**Physio Kleitsakis**


<b>Manual Therapy</b> American Academy of Manipulative Therapy Maitland Concept <b>Παροχέτευση Λεμφικού Συστήματος</b> Ολοκληρωμένη αποσυμφορητική θεραπεία (αποιδηματική περίδεση)	<b>ΣΠΛΑΧΝΙΚΗ ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ</b> Visceral manipulation <b>ΚΡΑΝΙΟΪΕΡΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ</b> Craniosacral therapy
<b>ONDAMED</b> Παλλήθρομα ηλεκτρομαγνητικά πεδία	<b>Human Tecar</b> FEEL YOUR BEST Τενοντοπάθεια   Διάστρεμμα   Μυϊκές θλάσεις Επικονδυλίτιδα   Οξύ πόνο   Trigger points Αποθεραπεία
<b>ΔΙΑΜΑΓΝΗΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ</b> <b>TESLA PULSE</b>	<b>DTS Traction</b> Έλξη & Αποσυμπίεση Σπονδυλικής Στήλης
<b>PARIMI</b> • Παλμικά & μαγνητικά πεδία	<b>ShockWave</b> Κρουστικός Υπέρηχος
<b>Μαγνητικός διεγέρτης</b> • Κακώσεις περιφερικών νεύρων • Δισκοπάθεια • Οστικό οίδημα	<b>Πελματογράφος</b> • Εξατομικευμένα ορθοτικά πέλματα - stabilizers
Μη επεμβατική μέθοδος αξιολόγησης & αποκατάστασης παθήσεων σπονδυλικής στήλης & αρθρώσεων	<b>ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ &amp; ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ</b> <b>miha bodytec</b> • Αύξηση Μέγιστης Δύναμης - Αντοχής • Ενεργοποίηση Μεταβολισμού • Απώλεια Βάρους - Λίνους
<b>LASER Irradia (sweden)</b> Καινοτόμος μονοθεραπεία με άμεσο αποτέλεσμα αντιφλεγμονώδους & αναλγητικής δράσης	<b>Pilates</b> • Εξατομικευμένα προγράμματα • Clinical Pilates

**Ρήγα Φερραίου 8, Άνοιξη**  
 693 23.84.793 | 210 81.44.333  
 kleitsakis\_dimitris@hotmail.com  
 www.physio-kleitsakis.gr  
 Ώρες λειτουργίας  
 9:00 - 13:00 & 15:00 - 21:00

**ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ**     **ΣΥΜΒΑΣΗ ΜΕ Ε.Ο.Π.Υ.Υ.**

CCSPACE

**ΟΠΤΙΚΑ ΛΑΓΟΥΤΑΡΗ**



Δωρεάν Οπτομετρικός έλεγχος  
 Κοιμήσεως Θεοτόκου 5  
 Αγ. Στέφανος

**Οπτικά Μαυρακη**

Γυαλιά οράσεως - ηλίου φακοί επαφής

Ηρώων Πολυτεχνείου 13, Αγ. Στέφανος  
 Τηλ./Fax: 210 8145970

**ΑΝΔΡΕΑΔΗ**  
 Ακουστικά Βαρηκοΐας

Αθέατα - Επαναφορτιζόμενα Ψηφιακά Ακουστικά τελευταίας & υψηλής τεχνολογίας

• SERVICE • ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ • ΡΥΘΜΙΣΕΙΣ ΑΚΟΥΣΤΙΚΩΝ

**SUPER ΠΡΟΣΦΟΡΑ** 15% έκπτωση στο 2ο ακουστικό



**ΔΩΡΕΑΝ** δοκιμή ακουστικών κατ'οίκον επίσκεψη

**Σύμβαση με ΕΟΠΥΥ**

**Signia SIEMENS**  
 life sounds brilliant

**Λ. Μαραθώνος 60, Άνοιξη, Τ. 210 6219109**  
**Λ. Κηφισίας 232, Κηφισιά, Τ. 216 9000449**  
 (Εμπορικό ΠΛΑΤΑΝΟΣ)

**THE MYSTERY PLAN**

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΩΝ  
 Τηλ.: 6988.287.388  
 www.themysteryplan.gr

**ΛΥΣΕ ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΚΑΙ ΑΠΟΔΡΑΣΕ ΠΡΙΝ ΛΗΞΕΙ Ο ΧΡΟΝΟΣ...**

Escape Rooms - Δωμάτια Απόδρασης

<b>Νέο Δωμάτιο</b> <b>Η εκδίκηση του Anubis</b>	<b>Νέο Δωμάτιο</b> <b>KERJO II</b>	<b>Νέο Δωμάτιο</b> <b>The Mask</b>
<b>Νέοι Γρίφοι</b> <b>Ο Κόμης του Σκότους</b>	Ένα ψυχαγωγικό - διαδραστικό παιχνίδι που τρελαίνει κόσμο στην Αμερική και στην Ευρώπη. <b>Τώρα και στον Άγιο Στέφανο.</b> Η φαντασία, η επινόητικότητα, η παρατηρητικότητα, η συνεργασία, η συνοχή της ομάδας θα σε οδηγήσουν μέσα από μία συναρπαστική περιπέτεια με γρίφους, παγίδες, εμπόδια, μυστήρια να φτάσεις στο στόχο και να αποδράσεις. (ομάδα 2 - 6 ατόμων, ηλικίας 8+)	

**20% ΕΚΠΤΩΣΗ ΣΕ ΜΑΘΗΤΕΣ & ΦΟΙΤΗΤΕΣ**

**Παιδικό 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





**ΤΖΙΝΑ Α. ΦΙΛΙΠΠΗ**  
Δερματολόγος - Αφροδισιολόγος

Κοσμητική Ιατρική  
Παιδοδερματολογία  
Χαρτογράφηση στίλων  
Εφαρμογές Laser

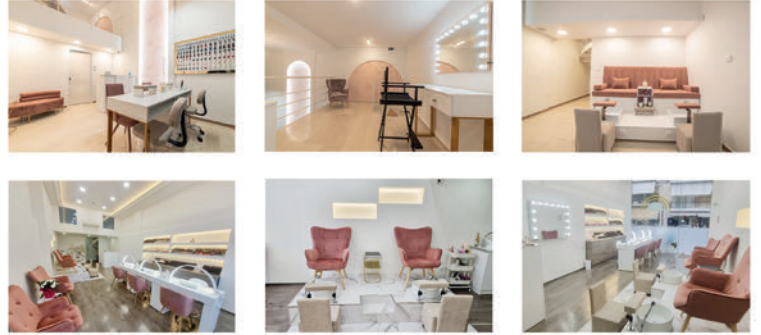
Λεωφ. Μαραθώνος 10, Δροσιά  
Τηλ. 210 6228200 - 6970 411040  
email: ginafili@yahoo.it

google maps:  
Φιλιππή Τζίνα Δερματολόγος



beauty lounge  
by

**PENNY INGILIS FRAGKAKIS**  
MAKEUP ARTIST | HAIRSTYLIST



essie

CND  
VINYLUX

ORLY  
POLISH

SNB  
PROFESSIONAL

O·P·I

Επισκεφθείτε τα καταστήματα PF Beauty Lounge για μια μοναδική εμπειρία ομορφιάς και χαλάρωσης. Σε εμάς θα βρείτε υπηρεσίες περιποίησης άκρων, βλεφαρίδων και μακιγιάζ υψηλών προδιαγραφών σε ανταγωνιστικές τιμές.

**Υπηρεσίες Μακιγιάζ**

Νυφικό Μακιγιάζ  
Βραδυνο Μακιγιάζ  
Μακιγιάζ Μόδας και Fashion Show  
Τηλεοπτικό & Θεατρικό Μακιγιάζ  
Special Effects Make-up

**Κατάστημα Α:** Metropolis Center - Μητροπόλεως 43 (Είσοδος Α),

Ιερέως Δούση (Είσοδος Β), Μαρούσι, **T: 211 4239369**

**Κατάστημα Β:** Κοιμήσεως Θεοτόκου 5, Άγιος Στέφανος, **T: 210 8143040**

@ pf\_beauty\_lounge www.pennyfragkakis.com



**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 παραρτηματικά εξετάσεων

Τζων Κέννεντυ 2, Άγιος Στέφανος  
T. 217 717 0757 • K. 697 28 70 986



**Φαρμακείο**  
**Δάφνη Χαρατοή**

Λεωφ. Μαραθώνος 79  
Άνοιξη, 14569  
T. 210 81 43 254

@ beyoupharmacy www.beyoupharmacy.gr BeYoupharmacy@gmail.com



**Φίλιππος Κλίνης**  
χειρουργός - οδοντίατρος

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

**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. Χαλκιδόνος 8-12, Αμπελόκηποι (δίπλα στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο)

www.ygeia-prolipsis.gr τηλ.: 210 7770488



**ΚΕΝΤΡΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**  
Θεόδωρος Π. Κουτσοσπίρος  
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

**ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΙΠΕΡΓΙΑΣ**  
ΙΑΤΡΟΣ ΑΚΤΙΝΟΔΙΑΓΝΩΣΤΗΣ  
ΥΠΕΡΧΟΙ - TRIPLEX



Τηλ. Ιατρού: 697 9150758  
Τηλ. Ραντεβού: 693 7372507

gianispiergias@gmail.com  
iatrio.ipiorgias@gmail.com

- Ιατρείο Μεταμόρφωσης: Γ. Παπανδρέου 43
- Ιατρείο Αγ. Στεφάνου: Ηρώων Πολυτεχνείου 13, (Εμπορικό κέντρο Panorama -1ος όροφος)

ΣΥΜΒΕΒΛΗΜΕΝΟΣ ΜΕ ΕΟΠΥΥ





ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ  
**ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΙΚΩΝ  
ΜΕΛΕΤΩΝ**

**Σωτηρόπουλος  
& Συνεργάτες**

ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΜΑΡΑΘΩΝΟΣ 29, ΑΝΟΙΞΗ, ΑΤΤΙΚΗ,  
ΤΗΛ. 2106215335

WWW.SOTIROPOULOSGROUP.GR



**ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΕΦΑΝΑΚΗΣ**

ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ, ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ



Web Technologies

698 17 86 773

istephanakis@webtechnologies.gr

www.webtechnologies.gr



ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΩΝ-INTERNET MARKETING-ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ-GROUP ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ



DJ  
Σωτήρης Σταμούλης



Είμαι πάντα στη διάθεση σας,  
για αξέχαστα πάρτυ!

deejaystam21

deejaystam21@gmail.com

6955640424

Προσφέρω ολοκληρωμένη εμπειρία  
διδασκαλίας στις εκδηλώσεις σας  
για κάθε μουσική προτίμηση!

**Σταυριανάκης Βαγγέλης**  
Τοπογράφος Μηχανικός ΕΜΠ

Υπηρεσίες Πολιτικού Μηχανικού

Τακτοποιήσεις • Τοπογραφικά • Οικοδ. Άδειες • Η. Τ. Κ.

κ. 6945829593

**AGRO ZISKO**

ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΠΕΤΡΑ

ΕΠΕΝΔΥΣΕΙΣ ΤΟΙΧΩΝ – ΧΤΙΣΤΗ ΠΕΤΡΑ  
ΠΛΑΚΟΣΤΡΩΣΕΙΣ ΠΕΤΡΑΣ – ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

**T: 6940.629.592**



Χελμού 15  
Άγιος Στέφανος  
Τηλ.: 210 62 19 027

**ΧΑΛΙΩΤΗΣ**

- ΚΑΥΣΟΞΥΛΑ
- ΚΑΡΒΟΥΝΑ
- ΜΠΡΙΚΕΤΕΣ
- ΠΕΛΛΕΤ
- ΔΑΔΙ



Μεταφορά με κερανό σε παλέτες - σάκους

Μεταφορά στο χώρο σας • Κοπή υψηλών δέντρων

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





# DALCOCHEM Α.Β.Ε.Ε.Φ.Α.



since 1977

## Βιομηχανία Απορρυπαντικών - Καλλυντικών - Απολυμαντικών

### Εξειδικευμένα προϊόντα καθαρισμού και απολύμανσης



#### DALCO-100 ClO<sub>2</sub>

Σταθεροποιημένο διάλυμα διοξειδίου του χλωρίου ClO<sub>2</sub> Απολυμαντικό πόσιμου ύδατος και χώρων τροφίμων

### ΕΙΔΙΚΑ ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΑ ΕΓΚΕΚΡΙΜΕΝΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΦ



#### DALCO GEL

70° Αιθυλική αλκοόλη  
Υγρό gel χεριών  
Απολυμαντικό-Αντιβακτηριδιακό  
Αντισηπτικό



#### ALTO GERM

Ιοκτόνο  
Μυκητοκτόνο  
Βακτηριοκτόνο  
σε μορφή σπρέυ  
μιας χρήσης

#### DALCO SEPT

80° Αιθυλική αλκοόλη  
Υγρό απολυμαντικό  
χειριών  
Αντιβακτηριδιακό  
Αντισηπτικό.



#### DALCO GEL WIPES

Υγρομάντηλα για τον καθαρισμό των χεριών με αιθυλική αλκοόλη 70%



#### DALCO ALCOCLEAN

70° Αιθυλική αλκοόλη  
Απολυμαντικό  
Βακτηριοκτόνο  
Ιοκτόνο  
Μυκητοκτόνο  
έτοιμο προς χρήση

ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΙ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΑΖΟΝΤΑΙ ΣΕ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΦΑΡΜΑΚΩΝ



### Εξειδικευμένα συνεργεία απολύμανσης χώρων κατά του Covid-19 24h εξυπηρέτηση



Με πιστοποιημένες διαδικασίες ποιότητας



Λ. Καραμανλή 213 • Τ.Κ.:13677 • Αχαρναί • 210 2460401 - 609 • Fax: 210 2466100  
info@dalcochem.gr • www.dalcochem.gr





TASTEFUL LIVING

Λεωφ. Μαραθώνος 86, Άνοιξη • Τ. 210 8143730

COCINA MEXICANA

**BALERO**  
TACOS BARRA

210 62 000 89

Χ. ΤΡΙΚΟΥΠΗ 162 | Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑ



Λ. Μαραθώνος 4, Δροσιά  
6944 78 18 28

**koi**  
SUSHI BAR

Νέα Ερυθραία • Κ. Βάρναλη 19 • 210 807 8259



ΛΕΩΦ. ΔΙΟΝΥΣΟΥ 157, ΔΙΟΝΥΣΟΣ



Αλαμάνας & Χρυσής Ακτής  
Παραλία Μαραθώνα  
(δίπλα στο Ξενοδοχείο Godlen Coast)

Τηλ.: 698 1021551  
f/b: Κτήμα Ράικου - Καλοκαιράκι

*Atlantis Privé*  
CLUB - RESTAURANT

Revegion Χριστουγέννων και Πρωτοχρονιάς με μπουφέ  
Παραλιακή Λεωφόρος Χαλκούτσιου, Ορορός, Greece • 2295 031832



Στρ. Πετρίτη 7, Δροσιά — 210 8136 305



Crepa • Pizza • Pasta

Λ. Δροσιάς Σταματάς 2, Δροσιά  
Τ. 210 813 5500



e-shop: [www.cavadrosia.gr](http://www.cavadrosia.gr)

T: 210 8142 947/3

Κατάστημα Λιανικής: Λ. Σταματάς 3, Δροσιά • ΤΚ: 145 75



BRUNCH, BEVERAGES, COCKTAILS  
BURGERS, STEAKS

210 8136771

Λεωφ. Δροσιάς Σταματάς 2, Δροσιά  
[www.convoi.gr](http://www.convoi.gr) | f Con Voi | convoi\_drosia

**ο Πρόεδρος**

ΣΟΥΒΛΑΚΙ - ΚΕΜΠΑΠ

Νέα Ερυθραία: Λ. Κηφισίας 375 & Χαρ. Τρικούπη  
Τ. 210 80.76.667-669