

Η ΦΩΝΗ

ΤΟΠΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ Νο 7
ΙΟΥΝΙΟΣ - ΙΟΥΛΙΟΣ 2021 | ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

της Ανατολικής Αττικής

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΛΑΧΟΣ

ΒΟΥΛΕΥΤΗΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
«Πορεύομαι πάντα με γνώμονα
το συμφέρον των συμπολιτών μου»



ΧΡΥΣΑΝΘΟΣ ΚΟΝΤΑΡΗΣ

ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ
ΑΧΑΡΝΩΝ

«Σε μερικά χρόνια
οι Αχαρνές
θα έχουν την όψη
μιας σύγχρονης
ευρωπαϊκής πόλης»



ΠΑΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΙΔΗΣ

ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΤΥΠΟΥ ΚΙΝΑΛ

«Στόχευση μας
είναι να
δώσουμε
λύσεις και να
συμβάλλουμε
στην βελτίωση
της ζωής
των πολιτών
της Ανατολικής Αττικής»



ΕΓΚΛΗΜΑ ΣΤΑ ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ: Η δολοφονία που συγκλόνισε το Πανελλήνιο

ΤΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΤΟΥ ΣΤΥΓΕΡΟΥ ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΣ,
ΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΤΩΝ 37 ΗΜΕΡΩΝ ΚΑΙ Η ΟΜΟΛΟΓΙΑ



ΙΣΙΔΩΡΟΣ ΜΑΔΗΣ

ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΠΑΙΑΝΙΑΣ
ΓΛΥΚΩΝ ΝΕΡΩΝ

«Θα τιμήσω
την εμπιστοσύνη
των συμπολιτών μου
και θα ζητήσω
ανανέωση
της εντολής τους»

www.efoni.gr - 24ωρη ενημέρωση

Γράμμα στην μικρή Λυδία

Της Άρτεμις Γκούρλια
Δ/τρια Έκδοσης



Λυδία μας,

Μπορεί να μην διαβάσεις ποτέ αυτό το γράμμα, αλλά είναι για σένα. Μπορεί να μην σε γνωρίσουμε ποτέ αλλά όλοι νοιαζόμαστε για σένα. Όλοι σε συμπονούμε.

Την στιγμή που γράφεται αυτό το γράμμα, η αλήθεια έχει πια αποκαλυφθεί. Εσύ, όμως, την έζησες. Ελπίζω αυτά τα αθώα σου μάτια, να μην είδαν την φρίκη να εκτυλίσσεται μπροστά τους και τον πατέρα σου να πνίγει με τα ίδια του τα χεριά τη μητέρα σου. Ελπίζω, ακόμα κι αν την είδαν, να μην την συγκράτησαν. Να μην την πέρασαν μέσα σου, να μην την θυμηθείς ποτέ. Λένε πώς ήσουν τόσο μικρή που δεν θα θυμάσαι. Ευτυχώς. Δεν θα θυμάσαι όμως και τη μητέρα σου, εκείνη τη μητέρα που ακουμπούσες πάνω στο άψυχο, πια, κορμί της με τα χεράκια σου.

Ελπίζω, όταν θα μάθεις αυτήν την αλήθεια, για

την ημέρα που σου άλλαξε τόσο βίαια για πάντα την ζωή, να μην βυθιστείς στο σκοτάδι της. Να μην σε στιγματίσει. Θα ακούσεις πολλά, θα μάθεις λεπτομέρειες που θα σε συγκλονίσουν. Είναι εκείνες οι λεπτομέρειες που μας συγκλόνισαν όλους.

Η μαμά σου έφυγε τόσο άδικα. Δεν θα είναι δίπλα σου όταν εσύ θα μεγαλώνεις, θα νιώθεις πάντα το κενό. Η μαμά σου σε αγαπούσε πολύ Λυδία μου. Ήταν κι εκείνη ένα παιδί, όταν εσύ ήρθες στη ζωή της, αφοσιώθηκε σε σένα, σε είχε κοντά της για 11 μήνες. Πόσο λίγο και για τις δυο σας... Έφυγε από κοντά σου χωρίς να το θέλει Λυδία μου, έφυγε γιατί την δολοφόνησαν. Γιατί την δολοφόνησε ο πατέρας σου. Αυτή είναι η αλήθεια.

Μην την κατηγορήσεις που δεν έφυγε νωρίτερα για να γλιτώσει. Δεν ήξερε. Τον πίστεψε, τον εμπιστεύτηκε, τον έκανε πατέρα του παιδιού της. Τον έκανε δικό σου πατέρα. Δεν ξέρω αν αξίζει να λέγεται πατέρας σου, δεν ξέρω ποια

τιμωρία του αρμόζει. Όχι μόνο που δολοφόνησε την μάνα που δεν πρόλαβες να γνωρίσεις, αλλά και που σε χρησιμοποίησε στο θέατρο που έστησε.

Μακάρι να μην τον μισήσεις, όσο δύσκολο κι αν είναι. Να έχεις μόνο αγάπη στη ζωή σου. Να αγαπήσεις και να αγαπηθείς αληθινά και ελευθερά. Γιατί αυτό θα ήθελε η μαμά σου. Να μάθεις να κυνηγάς τα όνειρά σου, να γίνεις δυνατή, να μάθεις να φεύγεις από ότι σε κρατάει δέσμια, να σέβεσαι τον εαυτό σου. Να μείνεις μακριά από χειριστικούς ανθρώπους, να αναζητάς καθαρά μάτια. Σαν τα δικά σου. Λυδία μου, Λυδία μας...

Όλοι θα ξεχάσουν. Εσύ όμως πώς να ξεχάσεις, όταν θα ζεις κάθε μέρα με αυτό; Μακάρι να το κάνεις, να καταφέρεις να σβήσεις την 11η Μαΐου από μέσα σου για να προχωρήσεις, να ζήσεις. Η μαμά σου ζει μέσα σου και θα ζει για πάντα, αυτό να θυμάσαι... Και να κοιτάς ψηλά... Θα έχεις πάντα έναν φύλακα άγγελο... την Καρολάιν σου.

Δημαρχείο ΚΑΦΕ - ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ

ΜΙΑΟΥΛΗ 70, ΑΧΑΡΝΕΣ (ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΤΟ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟ)

ΤΗΛ.: 210 24.46.636

www.efoni.gr - 24ωρη ενημέρωση

ΤΟΠΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ • ΜΙΑΟΥΛΗ 70, 136 73, ΑΧΑΡΝΕΣ, ΤΗΛ.: 211 72.54.235, E-MAIL: efoninews@gmail.com

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ - ΔΙΑΝΟΜΗ: ΚΟΙΝΣΕΠ «ΔΡΑΣΕΙΣ ΑΓΑΠΗΣ», ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΚΔΟΣΗΣ/ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ: ΑΡΤΕΜΙΣ ΓΚΟΥΡΛΙΑ

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ • ΝΟΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ: ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΗΣ ΜΑΜΑΚΟΣ

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ / ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ / ΕΚΤΥΠΩΣΗ: ΑΛΕΧΟΠΟΥΛΟΣ - ΤΗΛ.: 210 51.53.300

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΣΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ: ΑΧΑΡΝΕΣ, ΔΙΟΝΥΣΟΣ, ΩΡΩΠΟΣ, ΠΑΛΛΗΝΗ, ΚΡΩΠΙΑ, ΠΑΙΑΝΙΑ, ΜΑΡΑΘΩΝΑΣ, ΣΠΑΤΑ - ΑΡΤΕΜΙΔΑ, ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ, ΡΑΦΗΝΑ, ΣΑΡΩΝΙΚΟΣ, ΛΑΥΡΕΩΤΙΚΗ, ΒΑΡΗ - ΒΟΥΛΑ - ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ, ΦΥΛΗ

Επιτρέπεται η αναδημοσίευση, αναπαραγωγή ή μετάδοση με οποιοδήποτε οπτικοακουστικό μέσο, όλου ή μέρους της εφημερίδας, χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη μόνον και εφόσον θα αναφέρεται η πηγή. Τα άρθρα δεν απηχούν κατ' ανάγκη τις απόψεις της εφημερίδας.

**Μόνο μας μέλημα η καλύτερη
εξυπηρέτησή σας,
σε τιμές προσιτές για όλους!
Μονώσεις με όνομα και ταυτότητα
για το καλύτερο και μόνιμο
αποτέλεσμα!**



ΜΟΝΩΣΕΙΣ

ΜΕ ΟΝΟΜΑ ΚΑΙ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ!



210 24 44 404





Γιατί δημιουργείτε influencer δολοφόνους;

Βάσια (Βασιλική) Αναστασίου

Δικηγόρος – Δημοσιογράφος / Αν.Γραμματέας Επικοινωνίας Κίνημα Αλλαγής

Ηστυγνή δολοφονία της 20χρονης Κάρολαιν στα Γλυκά Νερά από τον «εθνικό ψεύτη» σύζυγο της (γνωστό στα Social Media ως flying babis) και ο τρόπος που σκηνοθέτησε και έζησε για 40 ημέρες μέσα στο ίδιο του το ψέμα, δικαίως σόκαρε το Πανελλήνιο.

Δεν θα μπω σε διαδικασία ανατριχιαστικών λεπτομερειών καθώς σεβόμενοι όλοι μας την μνήμη του νεκρού κοριτσιού, οφείλουμε να σταθούμε στο ύψος των περιστάσεων και να βάλουμε ένα στοπ στην ανεκδιήγητη εμπορευματοποίηση του δράματος που έλαβε χώρα.

Δεν θα μπω επίσης στην διαδικασία χαρακτηρισμών του δράστη αφού θα αρκεστώ σε αυτόν τον τέρατος. Ναι ο Μπάμπης δεν είναι ψυχοπαθής για να χαίρει ειδικής μεταχείρισης κατά την καταδίκη του, δεν είναι ούτε κυνικός, καθώς αυτό θα του προσέδιδε ένα πέπλο μυστηρίου και ευφυίας. Είναι απλά τέρας και ως τέτοιο πρέπει

να αντιμετωπιστεί σύσσωμα από δικαιοσύνη και κοινωνία, αφού μόνο τα ανθρώπινα όντα εντάσσονται στο πλέγμα προστασίας των συνταγματικά κατοχυρωμένων ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Ίσως είναι επιτέλους ευκαιρία να συλλογιστούμε μαζικά Πολιτεία και κοινωνία πως πραγματικά μπορεί να γίνει επαναφορά του κοινού περὶ δικαίου αισθήματος μετά από τέτοια αποτρόπαια εγκλήματα, όμως αυτό αποτελεί αντικείμενο μιας αυτοτελούς συζήτησης...

Ο Μπάμπης είναι τέρας λοιπόν. Εμείς όμως τελικά τι είμαστε; Ως σύγχρονη τριαντάρα ζω και εγώ στην εποχή (ή ίσως στην φούσκα) των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (social media). Αυτό που με προβλημάτισε σθεναρά και ενδεχομένως και εξίσου με όλες τις θλιβερές ακραιότητες του εν λόγω εγκλήματος ήταν ότι ο δολοφόνος πιλότος Flying Babis την στιγμή που μιλάμε προσμετρά 20 χιλιάδες ακολούθους στο μέσο κοινωνικής δικτύωσης Instagram. Αυτό που με τρομάζει εί-

ναι ότι οι χιλιάδες αυτοί άνθρωποι ζουν ανάμεσα μας. Αυτό που με εξοργίζει είναι ότι πάμε να δημιουργήσουμε τον πρώτο influencer δολοφόνο στην Ελλάδα. Απορώ τι περιμένετε όσοι τον ακολουθείτε; Προσδοκάτε να κάνει κάποιο live video (ζωντανή αναμετάδοση) μέσα από την φυλακή; Αναμένετε να ζήσετε λίγο ακόμα την «ίντριγκα» ενός πραγματικού αστυνομικού σίριαλ; Είναι τελικά τόσο θλιβερές και κενές οι ζωές σας που έχετε χάσει κάθε αίσθηση της λογικής και του τι είναι σωστό ή λάθος; Πρώτα ήταν οι σεισμολόγοι, μετά οι λοιμοξιολόγοι, τώρα οι εγκληματολόγοι... γίναμε όλοι μας ειδικοί και συγχρόνως είμαστε τόσο άσχετοι με θέματα που έχουν άμεση σχέση με την ανθρώπινη ζωή.

As αναπαυτεί η μνήμη της άτυχης Κάρολαιν και as πάψουμε επιτέλους να δίνουμε αξία στους Μπάμπηδες αυτού το κόσμου. Καμία αξία αλλά πραγματική τιμωρία για τα τέρατα!



ΤΕΧΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ
ΜΕΛΕΤΩΝ | ΚΑΤΑΣΚΕΥΩΝ

ΚΑΔΑΣ ΚΩΝ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ | ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ

ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑΣ 300, ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΜΥΛΟΣ, ΑΧΑΡΝΑΙ

☎ 2102316770, 2102317653 Τεχνικό Γραφείο Καδά f.n.kadas@gmail.com

Αότις

ψητοπωλεία



● **ΜΕΝΙΔΙ:** Πάρνηθος & Θρακομακεδόνων 2 , Αχαρναί

Τηλ: 210 24.48.255 - 210 24.48.258 - 6980 373410 - 6943 442544

Διανομή καθημερινά απο: 11:00 έως 01:30

● **ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΜΥΛΟΣ:** Λεώφ. Φιλαδέλφειας 199

Τηλ: 21.21.056.056 - 6971 736611 - 6948 351 348

Διανομή καθημερινά απο: 11:00 έως 01:00

● **ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΑ:** Πηνειού 114 & Αιγ. Πελάγους 136

Τηλ: 210.24.70.308 - 213 025.25.69 - 6987 378.141

Διανομή καθημερινά απο: 11:30 έως 01:00



LA SOUSOURELA
CUCINA ITALIANA



210 2442220

ΘΡΑΚΟΜΑΚΕΔΟΝΩΝ 6, ΑΧΑΡΝΑΙ

-15% TAKE AWAY

ΓΙΑ ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΕΧΕΤΕ ΕΚΠΤΩΣΗ 15%

Διανομή
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
12:00-01:00



ΠΑΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΙΔΗΣ

Εκπρόσωπος Τύπου ΚΙΝΑΛ

«Στόχευση μας είναι να δώσουμε λύσεις και να συμβάλλουμε στην βελτίωση της ζωής των πολιτών της Ανατολικής Αττικής»

Ο Εκπρόσωπος Τύπου του ΚΙΝΑΛ, Παύλος Χρηστίδης μιλάει στην «Φωνή της Ανατολικής Αττικής» για την Κυβέρνηση, την διαχείριση της πανδημίας, τους διαύλους επικοινωνίας με τον ΣΥΡΙΖΑ αλλά και τις εσωκομματικές εκλογές που έρχονται.

Συνέντευξη στην Άρτεμις Γκούρλια

Κε Χρηστίδη, σιγά σιγά η ελληνική κοινωνία επιστρέφει στην κανονικότητα. Ποια είναι η γνώμη σας για τον τρόπο που η Κυβέρνηση επέλεξε διαχειριστεί το δεύτερο κύμα της πανδημίας και να επανεκκινήσει την ελληνική οικονομία;

Η πανδημία είναι δυστυχώς ακόμα εδώ και έχουμε αρκετό δρόμο να διανύσουμε μέχρι την πλήρη ελευθερία, παρά την εικόνα και τον εφησυχασμό που δημιουργεί η Κυβέρνηση. Απελευθερώνονται δραστηριότητες σταδιακά. Η απόφαση όμως δεν στηρίχθηκε σε ένα ενιαίο και ασφαλές σχέδιο της κυβέρνησης, όπως το ζητούσαμε εμείς από το Νοέμβριο του 20 και δεν μας άκουσε και πολύ φοβόμαστε ότι από το φθινόπωρο θα έχουμε προβλήματα. Η Κυβέρνηση επιβάλλοντας το μεγαλύτερο σε διάρκεια lockdown στην Ευρώπη, εξάντλησε την υπομονή της ελληνικής κοινωνίας και την αντοχή της ελληνικής οικονομίας. Τα ποσοστά εμβολιασμού του πληθυσμού παραμένουν από τα χαμηλότερα στην Ευρώπη και ιδιαίτερα στις ηλικιακές ομάδες άνω των 60 ετών και αυτό μας προβληματίζει ιδιαίτερα. Παράλληλα οι κυβερνητικές αρρυθμίες και οι επικοινωνιακές αστοχίες όσον αφορά τα εμβόλια, βλάπτουν σοβαρά την πορεία και το κύρος του εμβολιασμού και της επιτροπής (βλέπε Astra Zeneca δεύτερη δόση). Για να φθάσουμε στην «ελευθερία», χρειάζεται προσοχή, συστηματική επιτήρηση-έλεγχος παντού με ευθύνη του κράτους για την εφαρμογή των μέτρων. Βάρος στον εμβολιασμό του πληθυσμού με σχέδιο και ευθύνη, στους ηλικιωμένους, στους υγειονομικούς και ιδιαίτερα στις τουριστικές περιοχές. Να μην επαναληφθούν τα λάθη της προηγούμενης χρονιάς.

Σε ό,τι αφορά το νέο εργασιακό νομοσχέδιο, η Κυβέρνηση σας έχει κατηγορήσει για σύμπραξη με τον ΣΥΡΙΖΑ και επιλογή αναχρονιστικών τακτικών, όπως είναι οι απεργίες. Τι απαντάτε σε αυτή την ρητορική;

Ο εργαζόμενος μένει απροστάτευτος με την υπογραφή της κυβέρνησης της ΝΔ. Η κυβέρνηση υποτάσσει τον εργαζόμενο στην ασυδοσία της εργοδοσίας. Εξαπολύει ωμή κι απρόκαλυπτη επίθεση στο επίπεδο των εργασιακών δικαιωμάτων, αφού σε συνθήκες εργασιακής αβεβαιότητας και εισοδηματικής ανασφάλειας



επιλέγει να φέρει ένα νομοσχέδιο που ελαστικοποιεί την εργασία, απελευθερώνει τις απολύσεις, και στιγματίζει τη συλλογική διεκδίκηση. Πίσω από τις δήθεν θετικές διατάξεις του νομοσχεδίου κρύβονται οι πραγματικές επιδιώξεις της κυβέρνησης, που δεν είναι άλλες από την κατάργηση του οκτώωρου, και των συλλογικών συμβάσεων. Το μοναδικό κόμμα που εφάρμοσε φιλεργατική πολιτική, ήταν το ΠΑΣΟΚ και αυτό το παραδέχτηκαν και μέσα στη βουλή οι εισηγητές του ν/σ. Πιστοί στην βασικές αρχές της δημοκρατικής παράταξης που διαχρονικά συστρατεύεται με τους αγώνες των εργαζομένων, βουλευτές του Κινήματος Αλλαγής δεσμεύτηκαν σήμερα ότι μόλις το επιτρέψουν οι πολιτικοί συσχετισμοί, το εργασιακό νομοσχέδιο θα είναι το πρώτο που θα καταργηθεί.

Πρόσφατα, η Πρόεδρος του Κινήματος Αλλαγής, αναφέρθηκε στην εποχή της διακυβέρνησης του κ Παπανδρέου στη χώρα, τονίζοντας «πως το ΠΑΣΟΚ αδικήθηκε, σήκωσε μεγαλύτερες ευθύνες από όσες του αναλογούσαν». Ποια η θέση σας απέναντι σε όσους υποστηρίζουν πως η κα Γεννηματά με την στήριξη της στο πρόσωπο του πρώην Πρωθυπουργού, θέλησε να βάλει τέλος στις φήμες για διαύλους επικοινωνίας με τον ΣΥΡΙΖΑ;

Κάποτε ήταν της μόδας να βρίζουν όλοι το ΠΑΣΟΚ, τώρα όλοι θέλουν να γίνουν ΠΑΣΟΚ και να πάρουν τα στελέχη του. Είναι γεγονός ότι κάποιοι έκαναν καριέρες στη χυδαιότητα και τη συκοφαντία εναντίον του πρώην Π/Θ Γιώργου Παπανδρέου, αλλά η ιστορία τον δικαιώνει πανηγυρικά και καταδικάζει τους υβριστές του στο περιθώριο και στη χλεύη. Θέλω να τονίσω εμφατικά ότι τα κόμματα που λειτουργούν θεσμικά, όπως εμείς, χαράσσουν μια πολιτική στρατηγική



«Κάποτε ήταν της μόδας να βρίζουν όλοι το ΠΑΣΟΚ, τώρα όλοι θέλουν να γίνουν ΠΑΣΟΚ και να πάρουν τα στελέχη του»

μέσω των συνεδρίων τους και των αποφάσεων των πολιτικών τους οργάνων, μέχρι τις επόμενες εκλογές. Στην δική μας περίπτωση αυτό σημαίνει στρατηγική αυτονομία, ιδεολογική και πολιτική ετοιμότητα, οργανωτική προσαρμογή στις ανάγκες της νέας εποχής, επαναφορά της παράταξης σε πρωταγωνιστικό ρόλο. Με δυο λόγια, το Κίνημα Αλλαγής δεν είναι και δεν θα γίνει συμπλήρωμα ή ουρά κανενός. Μόνο με ανατροπή των υπαρχόντων συσχετισμών στην βουλή και με το Κίνημα πρωταγωνιστή η Χώρα θα πορευθεί με ασφάλεια και ευημερία στη νέα εποχή.

Ποια είναι η άποψη σας για το φαινόμενο της εγκληματικότητας, που βλέπουμε ότι κάνει την εμφάνισή του και στην περιοχή μας, με αυξητικές τάσεις;

Η ΝΔ έχει αποτύχει στην αντιμετώπιση της εγκληματικότητας. Με τα αστυνομικά τμήματα και τα τμήματα ασφαλείας υποστελεχωμένα και χωρίς σχέδια επιχειρησιακής δράσης κατά του οργανωμένου εγκλήματος, η χώρα εμφανίζεται ως ξέφραγο αμπέλι για τις συμμορίες, ειδικά στο Λεκανοπέδιο. Χρειάζεται, λοιπόν, η εκπόνηση ενός άμεσου σχεδίου για τον περιορισμό της εγκληματικότητας. Καταθέτουμε για αυτό 10 προτάσεις:

01 Αναπροσδιορισμός και ενίσχυση του ρόλου των αστυνομικών τμημάτων ως βασικού πόλου αστυνόμευσης.

02 Προσλήψεις ικανού αριθμού αστυνομικών από πανελλήνιες εξετάσεις και αποκλειστική διάθεση στα αστυνομικά τμήματα.

03 Αποδέσμευση περιπολικών και ομάδας Ζ, καθώς και ομάδων ΟΠΚΕ από τη φύλαξη σταθερών σημείων.

04 Επέκταση μεγαλύτερων δυνάμεων περιπολιών κατά τις νυκτερινές ώρες.

05 Νέος ευέλικτος σχεδιασμός αστυνόμευσης σε περιοχές που εμπλέκεται αστικός και μη αστικός οικισμός.

06 Αποδέσμευση δυνάμεων από υδροκέφαλες κεντρικές υπηρεσίες προς όφελος της αστυνόμευσης.

07 Στοχευμένες δράσεις αστυνόμευσης.

08 Ενίσχυση περιπολιών υπηρεσιών ασφαλείας.

09 Αποδέσμευση αστυνομικών από πάρεργα (επιδόσεις, αντικαπνιστική νομοθεσία, επικύρωση γνησίων υπογραφών κλπ).

10 Αναβάθμιση της εκπαίδευσης των εξωτερικών φρουρών.

Στο επίπεδο των εσωκομματικών εκλογών του ΚΙΝΑΛ, γίνεται ιδιαίτερη συζήτηση για τον χρόνο διεξαγωγής τους, με τις περισσότερες φήμες να εστιάζουν στον ερχόμενο Οκτώβρη. Πότε τελικά αναμένονται;

Το Σεπτέμβριο η κεντρική επιτροπή θα καθορίσει το χρονοδιάγραμμα και τις διαδικασίες. Έχουμε δείξει ότι μπορούμε να εγγυηθούμε αυτές τις δημοκρατικές διαδικασίες. Έχουμε δώσει δείγματα γραφής και είμαι σίγουρος ότι θα η όλη διαδικασία θα γίνει ενωτικά και υποδειγματικά και θα αποτελέσει πρότυπο δημοκρατικής και πολιτικής ευθύνης απέναντι στους συμπολίτες και τους συντρόφους μας.

Τέλος, στις εθνικές εκλογές του 2019, το κόμμα σας έχασε την έδρα στην Ανατολική Αττική. Με τα σενάρια των πρόωρων εκλογών να πληθαίνουν το τελευταίο διάστημα, πώς θα κινηθεί το Κίνημα Αλλαγής στην περιοχή;

Οι επόμενες εκλογές θα γίνουν σε πολύ διαφορετικό πολιτικό τοπίο. Η μεταπανδημική περίοδος θα επιταχύνει τις εξελίξεις και θα διαμορφώσει νέα δεδομένα, πιο πολιτικά, λιγότερο επικοινωνιακά. Θα συγκρουστούν δυο κόσμοι: αυτός της συντήρησης, με αυτόν της προόδου. Εμείς με καθαρό λόγο, αξιακό πλαίσιο, λαϊκότητα και σοβαρότητα θα αποτελέσουμε για ακόμη μια φορά την θετική έκπληξη. Τα μηνύματά μας πρέπει να φτάσουν παντού και αυτό απαιτεί πολλή δουλειά με τους πολίτες, που μας θέλουν δίπλα τους. Έχοντας περάσει πολλά καλοκαίρια στη Νέα Μάκρη, γνωρίζω ότι η Ανατολική Αττική είναι μια περιοχή με ιδιαιτερότητες και δυνατότητες, με προβλήματα και πλεονεκτήματα. Η δικιά μας στόχευση είναι να δώσουμε λύσεις και να συμβάλλουμε στην βελτίωση της ζωής των πολιτών της.

Σας ευχαριστώ πολύ.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΛΑΧΟΣ

Βουλευτής Ανατολικής Αττικής

**«Πορεύομαι πάντα με γνώμονα
το συμφέρον των συμπολιτών μου»**

Ο βουλευτής Ανατολικής Αττικής

και πρόεδρος της Διαρκούς Επιτροπής της Βουλής

Παραγωγής και Εμπορίου, κος Γεώργιος Βλάχος,

δίνει αποκλειστική συνέντευξη στην «Φωνή».

Διαβάστε αναλυτικά όσα λέει για το έργο της

Κυβέρνησης και την Αντιπολίτευση, το σενάριο

των πρόωρων εκλογών αλλά και την Αν. Αττική.

Συνέντευξη στην Άρτεμις Γκούρλια



Κε Βλάχο, δύο χρόνια σχεδόν μετά τις εθνικές εκλογές του 2019, πώς αποτιμάτε το έργο της Κυβέρνησης και ποια η άποψή σας για την Αντιπολίτευση στην Ελλάδα σήμερα;

Η Κυβέρνηση είχε την ατυχία λίγους μήνες αφ' ότου πήρε την λαϊκή εντολή και ξεκίνησε να υλοποιεί τις δεσμεύσεις του προγράμματός μας, να βρεθεί μπροστά σε μία πρωτόγνωρη πανδημία μαζί με τον υπόλοιπο κόσμο. Η αντιμετώπιση της πανδημίας άλλαξε τις ζωές μας και φυσικά τις πολιτικές ιεραρχήσεις αφού δόθηκε αποκλειστική προτεραιότητα στην ανθρώπινη ζωή.

Παρ' όλα αυτά, στο μέτρο του εφικτού, προχώρησε το μεταρρυθμιστικό της πρόγραμμα.

Και πιο συγκεκριμένα δράσεις για τη στήριξη της εθνικής οικονομίας, της αγοράς και τη βελτίωση του οικονομικού κλίματος. Οι μεταρρυθμίσεις συνεχίζονται και βελτιώνεται η καθημερινότητα των πολιτών μέσω της ψηφιοποίησης του κράτους. Και όλα αυτά, επαναλαμβάνω, εν μέσω μίας πρωτόγνωρης διεθνούς κρίσης, λόγω της πανδημίας, που επηρεάζει όλες τις πτυχές της οικονομικής και κοινωνικής μας ζωής. Αναμφίβολα το πρόσημο στην αποτίμηση του κυβερνητικού έργου είναι θετικό και αυτό είναι κάτι που αναγνωρίζουν οι εταίροι μας στην Ευρώπη, οι αγορές με την εμπιστοσύνη που δείχνουν στη χώρα μας, αλλά κυρίως οι πολίτες με τον τρόπο που αξιολογούν το έργο της Κυβέρνησης αλλά και την στάση της αντιπολίτευσης.

Πόσο μακρινό είναι το σενάριο των πρόωρων εκλογών για τη χώρα;

Οι πρόωρες εκλογές είναι ένα αποκλειστικό δικαίωμα του εκάστοτε Πρωθυπουργού. Ο Κυριάκος Μητσοτάκης έχει αποκλείσει επανειλημμένα αυτό το ενδεχόμενο, λέγοντας χαρακτηριστικά ότι στο τέλος της τετραετίας οι πολίτες θα κρίνουν και θα συγκρίνουν την τετραετία Κυρ. Μητσοτάκη με την τετραετία Αλ. Τσίπρα. Αυτή η θέση μας βρίσκει όλους σύμφωνους στη Νέα Δημοκρατία.

Είστε πρόεδρος της Διαρκούς Επιτροπής της Βουλής Παραγωγής και Εμπορίου. Ποια είναι τα θέματα στην ατζέντα σας;

Στη Διαρκή Επιτροπή Παραγωγής και Εμπορίου περιλαμβάνεται το νομοθετικό έργο όλων

των παραγωγικών Υπουργείων και πιο συγκεκριμένα του Υπουργείου Ανάπτυξης και

Επενδύσεων, του Υπουργείου Περιβάλλοντος και Ενέργειας, του Υπουργείου Υποδομών και Μεταφορών, του Υπουργείου Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής, του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και του Υπουργείου Τουρισμού. Γίνεται συζήτηση και επεξεργασία σχεδίων νόμων από τα μέλη της επιτροπής στην οποία εκπροσωπούνται όλα τα κόμματα του Κοινοβουλίου, προσκαλούνται και παίρνουν το λόγο φορείς για να διατυπώσουν τη γνώμη τους και στη συνέχεια τα νομοσχέδια που θα προκύ-

ψουν προχωράνε για επικύρωση από την ολομέλεια.

Ως βουλευτής της Ανατολικής Αττικής, έχουμε δει ότι βρίσκεστε κοντά στα ζητήματα των κατοίκων της με παρεμβάσεις στο ελληνικό Κοινοβούλιο. Ποια είναι, κατά τη γνώμη σας, τα σημαντικότερα προβλήματα της περιοχής;

Η Ανατολική Αττική τα τελευταία χρόνια έχει αλλάξει πολύ. Έχει αυξηθεί ο αριθμός των μόνιμων κατοίκων ενώ αποτελεί πόλο έλξης χιλιάδων επισκεπτών το καλοκαίρι. Παρότι έχουν γίνει σημαντικά έργα υποδομής, πρέπει να προχωρήσουν άμεσα και άλλα, με προτεραιότητα στην επέκταση της Αττικής Οδού και του Προαστιακού και την αναβάθμιση των λιμένων Ραφήνας και Λαυρίου.

Ιδιαίτερα για το Δήμο Αχαρνών έχω θέσει, εκ νέου, το θέμα της υπογειοποίησης των γραμμών για την αποκατάσταση του οικιστικού ιστού της πόλης και τη δημιουργία χώρων πρασίνου.

Ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα είναι η έλλειψη ενός μεγάλου νοσοκομείου στην Ανατολική Αττική καθώς τα Κέντρα Υγείας δεν μπορούν να καλύψουν τις αυξημένες απαιτήσεις των κατοίκων, παρά τις φιλότιμες προσπάθειες γιατρών και νοσηλευτών χάρις στις οποίες λειτουργούν άψογα και τα εμβολιαστικά κέντρα της περιοχής.

Επιτακτική είναι η ανάγκη εξυγίανσης και εκσυγχρονισμού των βιομηχανικών περιοχών σε συνεργασία με την αυτοδιοίκηση, ενώ θα πρέπει να στηριχθεί και ο αγροτικός τομέας που απασχολεί χιλιάδες συμπολίτες μας, στον Ωρωπό, τον Μαραθώνα, τις Αχαρνές, τα Μεσόγεια, τη Λαυρεωτική και άλλες περιοχές.

Κατά τη γνώμη μου ωστόσο, οι προσπάθειες θα πρέπει πρωτίστως να επικεντρωθούν στην αποκατάσταση της πληγείσας περιοχής από την καταστροφική πυρκαγιά του 2018, στο Μάτι. Υπάρχουν πολλά ακόμη που πρέπει να γίνουν για να επιστρέψει στην κανονικότητα η ζωή των συμπολιτών μας στην ευρύτερη περιοχή.

Εκτός από Βουλευτής της περιοχής, είστε και κάτοικός της. Ποια είναι, για σας, τα πιο ωραία σημεία της Ανατολικής Αττικής που θα μπορούσαν να αναδειχθούν περισσότερο;

Η Ανατολική Αττική συγκεντρώνει ένα μοναδικό πλούτο από φυσική ομορφιά, αρχαιολογικά μνημεία και δραστηριότητες. Οι αρχαιολογικοί χώροι στο Μαραθώνα, το Αμφιράρειο στον Ωρωπό, οι ναοί του Ποσειδώνος στο Σούνιο και της Αρτέμιδας στη Βραυρώνα αποτελούν μνημεία παγκόσμιας πολιτιστικής κληρονομιάς και πόλο έλξης χιλιάδων τουριστών. Ο υγρότοπος στο Σχοινιά, το αρχαίο θέατρο του Θορικού στη Κερατέα,

το Αττικό ζωολογικό πάρκο στα Σπάτα, και πολλά ακόμη, είναι μέρη που αξίζει κάποιος να επισκεφτεί, μαζί φυσικά με τις πανέμορφες παραλίες κατά μήκος της μεγάλης ακτογραμμής της



Ανατολικής Αττικής.

Στόχος θα πρέπει να είναι να συνδυάσουμε αρμονικά τον πολιτιστικό θησαυρό και την φυσική ομορφιά με τον τουρισμό, προκειμένου η Ανατολική Αττική να αποτελέσει ένα δημοφιλή προο-

«Στόχος θα πρέπει να είναι να συνδυάσουμε αρμονικά τον πολιτιστικό θησαυρό και την φυσική ομορφιά με τον τουρισμό, προκειμένου η Ανατολική Αττική να αποτελέσει ένα δημοφιλή προορισμό όλο το χρόνο»

ρισμό όλο το χρόνο. Έχουμε άλλωστε στην περιοχή μας το διεθνές αεροδρόμιο και δύο μεγάλα λιμάνια που μπορούν να συμβάλλουν σε αυτό.

Τέλος, πώς θα χαρακτηρίζατε τη συνεργασία σας με τους δήμους της περιοχής;

Θεωρώ ότι σε όλη μου τη πορεία ως Βουλευτής της Περιφέρειας Αττικής αρχικά, και τα τελευταία χρόνια ως Βουλευτής Ανατολικής Αττικής,

πορευόμουν και πορεύομαι πάντα με γνώμονα το συμφέρον των συμπολιτών μου στην περιφέρεια. Αυτό το αναγνωρίζουν οι πολίτες που συνεχίζουν να με εμπιστεύονται να τους εκπροσωπώ, αλλά και οι αυτοδιοικητικοί παράγοντες με τους οποίους όλα αυτά τα χρόνια προσπάθησα στην κατεύθυνση της επίλυσης σημαντικών και χρόνιων προβλημάτων. Με κάθε δημοτική αρχή επεδίωξα σταθερά τη συνεργασία για την επίτευξη κοινών στόχων. Ήμουν αρωγός τους σε δίκαια αιτήματα, χωρίς να στέκομαι στην πολιτική προέλευση των αιρετών ή την κομματική τους ταυτότητα.

Πιστεύω ότι η συνεργασία των βουλευτών με την τοπική αυτοδιοίκηση μπορεί να δώσει λύσεις σε μικρά και μεγάλα προβλήματα που επηρεάζουν την καθημερινότητα των πολιτών. Άλλωστε βουλευτές και Δήμοι έχουμε τον ίδιο στόχο. Την πρόοδο των τοπικών κοινωνιών κάτι που μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσα από τη στενή και συνεχή συνεργασία.

Αφού ξεκαθαρίσω ότι είναι διαφορετικός ο ρόλος του Βουλευτή της συμπολίτευσης από εκείνον της αντιπολίτευσης, θα πω ότι για μένα είναι εντολή να συνεργαστώ με τον εκλεγμένο Δήμαρχο, τον εκλεκτό των πολιτών.

Σας ευχαριστώ πολύ.

Και εγώ σας ευχαριστώ και θα ήθελα να ευχηθώ στην εφημερίδα σας κάθε επιτυχία. Παρά την πληθώρα των έντυπων και ηλεκτρονικών μέσων, κάθε νέα φωνή, προσθέτει στην πληρέστερη ενημέρωση. Πιστεύω ότι η «Φωνή της Ανατολικής Αττικής» θα συμβάλλει σε αυτό και θα αποτελέσει ένα μέσο που με συνέπεια και εγκυρότητα θα ενημερώνει τους πολίτες.



Palmie *bistro*

Porto Rafti



Λεωφ. Γ. Γρέγου, Πόρτο Ράφτη • Τ 22990 71687

#SPEATAKI

BURGERS

HOT DOG

INSANE

CREPES

Σπιατάκι | BURGERS & CREPES

ΣΠΑΤΑ 21 0663 4663,
ΠΛΑΤΕΙΑ ΛΟΧΑΓΟΥ Γ. ΜΙΧΑΛΑΚΗ

ΠΑΙΑΝΙΑ 21 0664 5465
ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΛΑΥΡΙΟΥ 84



ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΗΠΟ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ, ΣΤΟ ΤΡΑΠΕΖΙ ΣΑΣ



Φρεσκάδα σε ένα κλικ

efruit.gr



Τηλ. 210 621 8291

Λεωφόρος Μαραθώνος &
Ελληνικού Στρατού 2
145 69, Άνοιξη

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.

ΕΓΚΛΗΜΑ ΣΤΑ ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ:

Η δολοφονία που συγκλόνισε το Πανελλήνιο

Το χρονικό του στυγερού εγκλήματος, το θέατρο των 37 ημέρων και η ομολογία

Επιμέλεια: Άρτεμις Γκούρλια



Ηταν λίγο μετά τις 6 π.μ. της 11ης Μαΐου όταν το τηλεφωνικό κέντρο της Άμεσης Δράσης, το γνωστό «100», δέχτηκε κλήση από έναν άνδρα, ο οποίος μιλώντας με δυσκολία ζήτησε βοήθεια λέγοντας ότι ο ίδιος και η οικογένειά του είχαν πέσει θύματα ένοπλης ληστείας.

Αμέσως, άνδρες της ομάδας Δι.ΑΣ. πήγαν στη μεζονέτα των Γλυκών Νερών, όπου ζούσαν η 20χρονη Καρολαίν, ο 33χρονος σύζυγός της και η 11 μηνών κόρη τους, Λυδία.

Οι αστυνομικοί μπήκαν στο σπίτι και ανέβηκαν στη σοφίτα όπου βρισκόταν το υπνοδωμάτιο του ζευγαριού. Βρήκαν τον 33χρονο πεσμένο στο πλάι του κρεβατιού με τα χέρια και τα πόδια του πρόχειρα δεμένα με σχοινί, ενώ τα μάτια του και το στόμα του ήταν πρόχειρα τυλιγμένα με μονωτική ταινία, που βρήκαν στη μεζονέτα. Η 20χρονη Καρολαίν ήταν νεκρή, μπρούμυτα πεσμένη στο κρεβάτι και δίπλα της βρισκόταν, δίχως να κλαίει, το βρέφος της.

Σύμφωνα με όσα είχε αρχικά καταθέσει στους αστυνομικούς του τμήματος Δίωξης Ανθρωποκτονιών ο σύζυγος της Καρολαίν, Χαράλαμπος Αναγνωστόπουλος και μοναδικός μάρτυρας της υποτιθέμενης ληστείας, οι δράστες ήταν τρεις.

Όσο περνάνε οι μέρες, οι έρευνες στρέφονται στα πειστήρια. Η βίβλα γίνεται φύλλο και φτερό, αναζητούνται δακτυλικά αποτυπώματα των τριών υποτιθέμενων δραστών, όπως επίσης εξετάζονται και βίντεο που αναμένεται να δώσουν εικόνα από την είσοδο ή την έξοδο των ληστών.

Ωστόσο, δακτυλικά αποτυπώματα δεν υπάρχουν, ούτε βίντεο που να φαίνεται κάποιο στοιχείο για τους δράστες.

Οι μέρες περνούν και τα αποτελέσματα από τα εγκληματολογικά εργαστήρια της αστυνομίας αντί να λύσουν, προσθέτουν νέα ερωτήματα.

ΤΑ ΑΝΑΠΑΝΤΗΤΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΛ.ΑΣ.

- Γιατί οι δράστες άφησαν το κινητό μπροστά στον πιλότο;
- Γιατί αποφάσισαν να πνίξουν την 20χρονη και όχι να την ακινητοποιήσουν;
- Γιατί η Καρολαίν δεν έφερε χτυπήματα στο σώμα της;
- Γιατί ο 32χρονος δεν είχε ίχνη στο σώμα του από το δέσιμο των δραστών;
- Γιατί εξαφάνισαν τις κάρτες μνήμης από τις κάμερες αντί να τις ζηλώσουν;
- Γιατί δεν πήραν μαζί τους ή δεν κατέστρεψαν τα κινητά του ζευγαριού;
- Γιατί οι γείτονες δεν άκουσαν φωνές την επίμαχη νύχτα και γιατί οι δράστες δεν έφεραν μαζί τους, ρολό κολλητικής ταινίας.

ΟΙ ΥΠΟΨΙΕΣ

Για όλους τους παραπάνω λόγους, πίσω από τις κλειστές πόρτες της ΓΑΔΑ και του μεγάρου της Λεωφόρου Κατεχάκη συζητούσαν από την πρώτη στιγμή το ενδεχόμενο δράστης της δολοφονίας να ήταν ο 32χρονος. Καθυστερούσαν όμως την εξέτασή του καθώς περίμεναν να εντοπίσουν κάποια χειροπιαστά στοιχεία που να

ανατρέπουν τη δική του εκδοχή των γεγονότων. Αυτά προέκυψαν την τελευταία εβδομάδα έπειτα από τεχνικού χαρακτήρα αναλύσεις σε ηλεκτρονικές συσκευές που υπήρχαν στη μεζονέτα. Δημοσίως πάντως μετέδιδαν την εικόνα ότι η έρευνά τους παραμένει σε τέλμα λόγω έλλειψης στοιχείων.

Οι αστυνομικοί της Ασφάλειας επικοινωνήσαν την Τετάρτη 16/6 με τον σύζυγο της 20χρονης ζητώντας του να μεταβεί στη ΓΑΔΑ προκειμένου να τεθούν υπόψη του τα νέα στοιχεία και να παράσχει ορισμένες διευκρινίσεις. Τους ζήτησε να τον αφήσουν να παραστεί στο μνημόσυνο της συζύγου του στην Αλόνησσο, το πρωί της Πέμπτης, και να παρουσιαστεί αμέσως μετά στην Ασφάλεια.

Τελικά, μεταφέρθηκε από το νησί των Σποράδων συνοδεία αστυνομικών του τμήματος Δίωξης Ανθρωποκτονιών. **«Τα στοιχεία της έρευνας δεν μπορούν να περιμένουν»**, είπε σε έκτακτη συνέντευξη Τύπου ο εκπρόσωπος Τύπου της ΕΛ.ΑΣ., το απόγευμα της Πέμπτης.

Η ΟΜΟΛΟΓΙΑ

Ο 33χρονος πιλότος ελικοπτέρων μεταφέρθηκε στον 11ο όροφο της ΓΑΔΑ προκειμένου –τυπικά– να τεθούν υπόψη του τα νέα στοιχεία. Έπειτα από μια συζήτηση με τα στελέχη του Ανθρωποκτονιών και πριν χρειαστεί να τεθούν υπόψη του τα νέα δεδομένα ομολόγησε.

Κατά τη διάρκεια της παραμονής του στη ΓΑΔΑ και λίγο πριν οδηγηθεί στα δικαστήρια, προκειμένου να καταστεί επίσημα κατηγορούμενος ο πιλότος κλήθηκε εκ νέου να περιγράψει πώς έκοψε το νήμα της ζωής της 20χρονης, αλλά και πώς στη συνέχεια δέθηκε, για να σκηνοθετήσει τη ληστεία και να παραπλανήσει τους αστυνομικούς.

Η συμπληρωματική προανακριτική απολογία του 33χρονου δόθηκε στις 3 τα ξημερώματα της 18ης Ιουνίου. Για μία ακόμα φορά ο κατηγορούμενος για ανθρωποκτονία από πρόθεση σε ήρεμη ψυχική κατάσταση επιχείρησε να ρίξει το «βάρος» στην 20χρονη κοπέλα, βάζοντας στη μέση, ως δικαιολογία, την κόρη τους και την υποτιθέμενη συμπεριφορά της γυναίκας του απέναντί της. Ο 32χρονος – ενώ αρχικά υποστήριξε ότι την είχε αγκαλιά και προσπαθούσε να την ηρεμήσει– στη συμπληρωματική απολογία του είπε πως της πίεζε το κεφάλι με όλο το βάρος του σώματος του. Συγκεκριμένα στη δεύτερη, συμπληρωματική, προανακριτική απολογία του κατηγορούμενου αναφέρονται τα εξής:

«Η Καρολαίν κοιμόταν μπρούμυτα και η δεξιά πλευρά του προσώπου της ακουμπούσε στο μαξιλάρι. Ξάπλωσα δίπλα της προσπαθώντας να της πω ότι αυτό που έκανε στη Λυδία ήταν πάρα πολύ άσχημο. Αυτή δεν ήθελε ούτε να με ακούσει. Μου είπε να φύγω και εγώ και η Λυδία. Τότε λοιπόν, όπως ήταν μπρούμυτα ξαπλωμένη, πήγα από πάνω της, προσπαθώντας να την κάνω να με ακούσει. Αυτή τινάζονταν για να με πετάξει από πάνω της, αλλά όσο αυτή τινάζονταν, τόσο εγώ την πίεζα γιατί το μόνο που ήθελα ήταν να με ακούσει. Ενώ ήμασταν σε αυτή την κατάσταση, εγώ από πάνω της να την πιέζω και αυτή να τινάζεται, το μπροστά μέρος του προσώπου της, δηλαδή το στόμα, η μύτη και τα μάτια της κόλλησαν



στο μαξιλάρι. Δεν θυμάμαι αν εκείνη τη στιγμή της πίεσα με τα χέρια μου το κεφάλι, νομίζω όμως ότι με το βάρος του σώματός μου της πίεζα το κεφάλι. Όσο την πίεζα της είπα 2-3 φορές: «Τη μικρή δεν θα την ξαναχτυπήσεις». Αυτό όλο πρέπει να κράτησε κάνα πεντάλεπτο, μέχρι που κατάλαβα ότι η Κάρολαϊν είχε σταματήσει να κουνιέται. Στη συνέχεια μέσα στον πανικό μου, προσπάθησα να την συνεφέρω, είδα όμως πως αυτό ήταν μάταιο».

ΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΤΩΝ 37 ΗΜΕΡΩΝ

Για 37 ημέρες, ο 32χρονος καθ' ομολογίαν δολοφόνος της Κάρολαϊν έπαιζε το θέατρο του τεθλιμμένου συζύγου που βρέθηκε απέναντι από τρεις ληστές μέσα στο σπίτι του στα Γλυκά Νερά, βίωσε δραματικές στιγμές και έχασε τη γυναίκα του, τον έρωτα της ζωής του.

Ο 32χρονος πιλότος εμφανίστηκε μία ημέρα μετά το έγκλημα μπροστά στις τηλεοπτικές κάμερες ιδιαίτερα ψυχραιμος δηλώνοντας:

«Δεν περιγράφεται, παιδιά... Σε κανέναν να μην τύχει. Να μη γίνει σε κανέναν ποτέ ξανά. Τα παιδιά ξέρουν τη δουλειά (σ.σ.: εννοεί τους αστυνομικούς), θα τους πιάσουν και αυτά που πέρασα εγώ, η οικογένειά μου και η οικογένεια της γυναίκας μου να μην το περάσει ξανά κανείς ποτέ. Τους παρακαλούσαμε, τους είπαμε πού θα βρουν τα χρήματα».

Μία ακόμα εμφάνισή του που προκάλεσε ποικίλα σχόλια είναι αυτή την ημέρα της κηδείας της 20χρονης Καρολάιν στην Αλόννησο, όπου ο ίδιος, αντί να συνοδεύσει τη σορό της συζύγου του με το αυτοκίνητο μέχρι τον Βόλο και από εκεί στο νησί των Σποράδων, όπως έκαναν η μητέρα της, οι γονείς του και λιγοστοί συγγενείς τους, προτίμησε να ταξιδέψει ως εκεί με το ελικόπτερο της εταιρείας όπου εργάζεται μαζί με συναδέλφους του. Ο πιλότος ράγισε καρδιές στον επικήδειο τον οποίο εκφώνησε, αντικρίζοντας το άψυχο σώμα της συντρόφου του, λίγες ώρες αφότου είχε σκοτώσει την άτυχη κοπέλα με τα ίδια του τα χέρια.

«Ήμουν τυχερός που σε γνώρισα, πολύ τυχερός που με αγάπησες, ακόμη πιο πολύ τυχερός που είσαι η μητέρα του παιδιού μου. Η Λυδία θα μεγαλώσει χωρίς να θυμάται την υπέροχη μανούλα της, αλλά η Καρολάιν, που ήταν η χαρά της ζωής θα είναι για πάντα κοντά μου μέσα από τη Λυδία...» είχε πει.

Λίγα 24ωρα μετά το τελευταίο αντίο στη σύζυγό του στην Αλόννησο ο Μπάμπης Αναγνωστόπου-

λος αποφάσισε να αποχαιρετήσει την Καρολάιν και μέσα από τη σελίδα του στο Instagram. Το ημερολόγιο έγραφε 16 Μαΐου όταν κάτω από μια φωτογραφία από την πιο ευτυχισμένη μέρα της ζωής τους, τον γάμο τους στη διάσημη παραλία της Πορτογαλίας Praia Do Canavial, ο 32χρονος άφησε το εξής μήνυμα: **«Για πάντα μαζί. Καλό ταξίδι, αγάπη μου».**

ΟΙ ΕΠΙΣΗΜΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΛ.ΑΣ.-ΠΩΣ ΕΓΙΝΕ Η ΕΞΙΧΝΙΑΣΗ

Όπως περιέγραψε ο Κώστας Χασιώτης, προϊστάμενος του τμήματος ανθρωποκτονιών, όλα ξεκίνησαν στις 11 Μαΐου όταν το κέντρο της άμεσης δράσης ειδοποιήθηκε από τον σύζυγο τους θύματος. Βρήκαν το θύμα στο κρεβάτι νεκρό και τον σύζυγο δεμένο αλλά και το 11 μηνών βρέφος να είναι πάνω στο θύμα. Τα κρίσιμα δεδομένα ήρθαν από το εργαστήριο τοξικολογίας του ΕΚΠΑ και η αιτία θανάτου οφειλόταν σε ασφυξία. Το θύμα ήταν και δεμένο πισθάγκωνα. Βρέθηκαν και σημάδια στα χέρια και τα πόδια του συζύγου από το δέσιμο και τα σημάδια αυτά ήταν ακνά και σε σχέση με τον χρόνο με τον οποίο ήταν δεμένος δεν αντιστοιχούσαν.

Ερευνώντας τον χώρο βρήκαν αλλαγές σε σχέση με την αρχική του κατάσταση. Ένα παράθυρο ήταν παραβιασμένο και διαπίστωσαν κάτι ασυνήθιστο με τον σκύλο να είναι κρεμασμένος στην κουπαστή της σκάλας. Τα πιο κρίσιμα στοιχεία ήταν μια κάμερα, ένα ψηφιακό ρολόι που φορούσε το θύμα και τα κινητά του ζευγαριού.

Ένα μεγάλο μέρος των ερευνών αφιερώθηκε για να ερευνηθούν οι ισχυρισμοί του συζύγου. Μετά από την συλλογή πλήθους υλικού δεν κατάφεραν να διαπιστώσουν την ύπαρξη άλλων προσώπων στον χώρο. Το γεγονός αυτό άφηνε ανοικτή μια άλλη εκδοχή. Η έρευνα έπρεπε να στραφεί αναγκαστικά στον σύζυγο.

Κάποια από τα πειστήρια επίσης έδειχναν μετακίνηση αντικειμένων και ήταν πιθανή η εμπλοκή του συζύγου στην δολοφονία της κοπέλας. Στην συζήτηση που έθεσε ο ίδιος ο σύζυγος σε κάποιο στάδιο τους διαβεβαίωσε ότι ποτέ δεν ήθελε να εξαπατήσει ή να πει ψέμματα αλλά να μείνει με το παιδί του και να μην μπει φυλακή. Αυτό οδήγησε στην ομολογία του καθώς μετά από λογομαχία με την σύζυγό του είχε μια έκρηξη συναισθήματος, όπως είπε χαρακτηριστικά. Ο δράστης περιέγραψε μια προς μια τις κινήσεις του. Την θανάτωση του σκύλου, την αφαίρεση της κάρτας μνήμης αλλά και ότι έδεσε τον εαυτό του. Σκηνοθέτησε τον χώρο έτσι ώστε να πείσει

ότι πρόκειται για ληστεία.

Η ΑΠΟΛΟΓΙΑ, ΟΙ ΠΟΙΝΕΣ ΚΑΙ Ο ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

Η μέρα της 22ης Ιουνίου για τον πιλότο ξεκίνησε στον 7ο όροφο της ΓΑΔΑ. Από τα κρατητήρια έστειλε μήνυμα προς πάσα κατεύθυνση, με ακόμα μία αναφορά στην κόρη του, που ο ίδιος άφησε ορφανή από μητέρα.

«Άντε να τελειώνουμε να μπορούμε φυλακή να ασχοληθώ με το παιδί και την ανατροφή του από δω και πέρα. Να τελειώσει όλο αυτό».

Λίγο αργότερα, πριν φτάσει ο πιλότος στα δικαστήρια, ο δεύτερος δικηγόρος του, έκανε γνωστό πως αποσύρεται από την υπεράσπισή του.

Φτάνοντας στον ανακριτή, οι συγκεντρωμένοι στα δικαστήρια της πρώην σχολής Ευελπίδων του φώναζαν **«Δολοφόνε να σαπίσεις στη φυλακή».**

Στο υπόμνημά του ο 33χρονος συζυγοκτόνος αναφέρει τα εξής μεταξύ άλλων:

«Έχω μετανιώσει πραγματικά για την πράξη μου αυτή. Κατέστρεψα τη ζωή μου και την οικογένειά μου. Έχω πλήρη γνώση πως η συγγνώμη είναι μια πολύ μικρή λέξη και σε καμία περίπτωση δεν αρκεί για να απαλύνει το πόνο που προκάλεσα».

Και πάλι ζητώ συγγνώμη και θα ήθελα να επισημάνω ότι σκέψη μου και γνώμονας για ό,τι μετέπειτα συνέβη ήταν η μονακριβή κόρη μου».

Μετά από μία πολύωρη απολογητική διαδικασία, κατά την οποία ο Ανακριτής υπέβαλε δεκάδες ερωτήσεις στον κατηγορούμενο, ο 33χρονος κρίθηκε προφυλακιστέος με ομόφωνη γνώμη του δικαστικού λειτουργού και του Εισαγγελέα, κατηγορούμενος για ένα συγγερό έγκλημα που συγκλόνισε την κοινή γνώμη, τόσο για την αποτρόπαιη δολοφονία της 20χρονης συζύγου του όσο και για την πρωτοφανή προσπάθειά του να σκηνοθετήσει ανύπαρκτη ληστεία, εξαπατώντας τους πάντες και παραπλανώντας τις Αρχές.

Η ΠΟΙΝΙΚΗ ΜΕΤΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΔΡΑΣΤΗ

Το συγγερό έγκλημα, αν κριθεί από το δικαστήριο με την κατηγορία όπως είναι τώρα οδηγεί σε καταδίκη του σε ισόβια. Και βέβαια ξεχωριστές ποινές για τη θανάτωση του σκύλου αλλά και για την παραπλάνηση των αρχών. Μια τέτοια καταδίκη, με βάση την ισχύουσα νομοθεσία, σημαίνει πως ο κατηγορούμενος θα μείνει στη φυλακή 16 χρόνια για τον συγγερό φόνο της 20χρονης και θα έχει και κάποιες μικρότερες ποινές για τα υπόλοιπα εγκλήματα που αντιμετωπίζει. Αν όμως το δικαστήριο οδηγηθεί σε καταδίκη είτε για έγκλημα που τελέστηκε εν βρασμώ ψυχής είτε αναγνωρίζοντάς του ελαφρυντικό, τότε η ποινή θα κατακρημνιστεί φθάνοντας τα 15 χρόνια ή και λιγότερο, με αποτέλεσμα ο χρόνος έκτισής της να περιοριστεί περίπου στα έξι χρόνια.

Ο Αναγνωστόπουλος οδηγήθηκε στην έκτη πτέρυγα των φυλακών Κορυδαλλού, όπου κρατούνται καταδικασμένοι για υποθέσεις «χαμηλής» εγκληματικότητας, όπως οικονομικά εγκλήματα, ούτως ώστε να μην τεθεί σε κίνδυνο η σωματική του ακεραιότητα, λόγω του άγραφου Νόμου της φυλακής.

Αποχωρώντας είπε στους δημοσιογράφους: **«Μια μεγάλη συγγνώμη».**

ΙΣΙΔΩΡΟΣ ΜΑΔΗΣ

Δήμαρχος Παιανίας - Γλυκών Νερών

«Θα τιμήσω την εμπιστοσύνη των συμπολιτών μου και θα ζητήσω ανανέωση της εντολής τους»

Ο Δήμαρχος Παιανίας- Γλυκών Νερών, Ισίδωρος Μάδης μιλάει στην «Φωνή» για το έγκλημα που συγκλόνισε την Ελλάδα και την τοπική κοινωνία, το μέχρι στιγμής έργο στο Δήμο και τα επόμενα σχέδια αλλά και την αντιπολίτευση που ασκείται στην Διοίκηση.

Συνέντευξη στην Άρτεμις Γκούρλια



Κε Δήμαρχε, πριν λίγο χρονικό διάστημα, ολόκληρη η Ελλάδα αλλά και ιδιαίτερα η τοπική κοινωνία των Γλυκών Νερών, συγκλονίστηκε από τη στυγερή δολοφονία της 20χρονης μητέρας. Μιλήσατε και εσείς αλλά και οι κάτοικοι της περιοχής για ελλιπή αστυνόμευση στην περιοχή. Ποιες ενέργειες έχει κάνει η Δημοτική Αρχή για την ενίσχυση των αστυνομικών δυνάμεων στην περιοχή;

Κυρία Γκούρλια, αφού εκφράσω και εγώ τον αποτροπιασμό μου για αυτή τη στυγερή δολοφονία θα ήθελα να ξεκαθαρίσω ότι το πρόβλημα της ελλιπούς αστυνόμευσης είναι κάτι που έχω αναδείξει από την πρώτη στιγμή ενημερώνοντας επίσημα το Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη, αλλά και αναλαμβάνοντας πρωτοβουλίες για να διευκολυνθεί το έργο των αστυνομικών. Καταφέραμε να εξασφαλίσουμε νέα οχήματα στο ΑΤ Παιανίας και το Τμήμα Ασφάλειας Παιανίας, προσφορά των κ. Αθανάσιου Μαρτίνου, της ΑΙΓΕΑΣ ΑΜΚΕ και του κ. Δημήτριου Παπαδημητρίου. Με δεδομένο όμως ότι το βασικό πρόβλημα είναι η υποστελέχωση, κατέστησα προσωπικά σαφές στην πολιτική ηγεσία της Ελληνικής Αστυνομίας ότι οι ιδιαιτερότητες της περιοχής δεν επιτρέπουν να διατίθενται από το ΑΤ και το Τμήμα Ασφαλείας στελέχη σε άλλα καθήκοντα, όπως της φύλαξης προσώπων.

Πριν από λίγες πραγματοποιήθηκε ευρεία σύσκεψη με την συμμετοχή ανώτατων στελεχών της ΕΛ.ΑΣ. στο Δήμο όπου συζητήθηκαν διεξοδικά τα προβλήματα που έχουν προκύψει ενώ πάρθηκαν και συγκεκριμένες αποφάσεις οι οποίες είναι στη φάση της υλοποίησης. Στόχος είναι η καλύτερη αστυνόμευση του συνόλου του Δήμου Παιανίας με τρόπο αποτελεσματικό, που να ενισχύσει το αίσθημα ασφάλειας των πολιτών.

Στο επίπεδο τώρα του Δήμου, ποια είναι η αποτίμηση του έργου σας σχεδόν δύο χρόνια μετά την ανάληψη των καθηκόντων σας; Πόσο επηρέασε η πανδημία τα σχέδια σας;

Τα δύο αυτά χρόνια καταφέραμε να κάνουμε ουσιαστική δουλειά τόσο στην καλύτερη οργάνωση των υπηρεσιών του δήμου, όσο και στο σχεδιασμό και τη διασφάλιση των απαραίτητων πόρων για να αναβαθμίσουμε τις βασικές υποδομές προς όφελος των πολιτών. Το μόνο που μπορώ να πω ότι καλύψαμε πολύ χαμένο έδαφος και πλέον τα επόμενα χρόνια ξεκινάμε αρκετά και σημαντικά έργα. Αυτονόητο είναι πως η πανδημία ανέτρεψε τον συνολικό σχεδιασμό μας ενώ δέσμευσε και κονδύλια που προορίζονταν για άλλες δράσεις. Σε κάθε περίπτωση όμως λειτουργήσαμε με ψυχραιμία και μεθοδικότητα, και δώσαμε έμφαση στην αξιοποίηση κάθε χρηματοδοτικού εργαλείου για να μετατρέψουμε την κρίση σε ευκαιρία.

Μέχρι το 2023, τι θα θέλατε να έχετε ολοκληρώσει σαν Δημοτική Αρχή;

Μέχρι το 2023 θέλω να διασφαλίσουμε την ωρίμανση και την ολοκλήρωση όσων έργων έχουν ξεκινήσει και να διασφαλίσουμε τη χρηματοδότηση σημαντικών έργων υποδομής με ισχυρό αναπτυξιακό και περιβαλλοντικό πρόσημο.

Στην κορυφή της λίστας της Δημοτικής μας αρχής είναι η ολοκλήρωση του έργου της αποχέτευσης στα Γλυκά Νερά που θα επιτρέψει στους κατοίκους να επιστρέψουν στην κανονικότητά τους και θα επιλύσει ένα πρόβλημα δεκαετιών. Ένα τέτοιου μεγέθους έργο είναι γεγονός ότι προκαλεί αναστάτωση για αυτό και ως δημοτική αρχή προσπαθούμε καθημερινά να περιορίσουμε τις συνέπειες και να ολοκληρωθούν οι εργασίες όσο το δυνατόν πιο ομαλά.

Στο πλαίσιο της αναβάθμισης των υποδομών κα-



«Μέχρι να υλοποιηθούν τα μεγάλα έργα που έχουν δρομολογηθεί, στοίχημα για μένα αποτελεί η ολοκλήρωση μικρών έργων καθημερινότητας που θα αναβαθμίσουν την ποιότητα ζωής»

ταθέσαμε στο πρόγραμμα «Αντώνης Τρίτσης» ρεαλιστικές προτάσεις και στις 13 προσκλήσεις για μια σειρά από έργα που θα αλλάξουν συνολικά την εικόνα του δήμου μας τόσο σε επίπεδο εικόνας, όσο προσφέροντας στους κατοίκους καλύτερη ποιότητα ζωής.

Μέχρι όμως να υλοποιηθούν τα μεγάλα έργα που έχουν δρομολογηθεί, στοίχημα για μένα αποτελεί η ολοκλήρωση μικρών έργων καθημερινότητας που θα αναβαθμίσουν την ποιότητα ζωής. Από την συντήρηση των αγροτικών δρόμων που θα επιτρέψει στους αγρότες μας να έχουν πρόσβαση στις περιουσίες τους μέχρι την αστική οδοποιία και την καθαριότητα. Εξίσου σημαντικό είναι και το έργο για την συντήρηση των σχολείων το οποίο θα υλοποιηθεί μέσα στο καλοκαίρι. Πρόκειται για παρεμβάσεις που δεν έχουν γίνει τα τελευταία τουλάχιστον 20 χρόνια.

Πρόσφατα, ψηφίστηκε ο νέος εκλογικός νόμος για την Αυτοδιοίκηση. Πώς κρίνετε τις αλλαγές που επιφέρει, αλλά και πώς αντιμετωπίσατε την Απλή Αναλογική;

Η απλή αναλογική ήταν ένα πείραμα που έβαλε σε περιπέτειες την αυτοδιοίκηση και τις τοπικές κοινωνίες, παρότι θεωρητικά αποσκοπούσε σε συνθέσεις και συνεργασίες. Με δεδομένο όμως ότι οι συνεργασίες δεν επιβάλλονται μέσω νόμων, αλλά μέσα από πολιτικές διαδικασίες το τελικό αποτέλεσμα ήταν ακυβερνησία και καθυστερήσεις σε πολλές περιπτώσεις. Με τον νέο εκλογικό νόμο επιστρέφουμε σε μια κανονικότητα, όπου ισχυροποιείται η ψήφος των δημοτών και λύνονται τα χέρια των διοικήσεων που θα προκύψουν στην επόμενη εκλογική αναμέτρηση για να εφαρμόσουν απρόσκοπτα το πρόγραμμά τους και να κριθούν για αυτό.

Δεν είναι λίγες οι φορές που παρατηρείται οξεία αντιπαράθεση μεταξύ της δικής σας διοίκησης και του προκατόχου της θέσης σας, κ. Σπύρο Στάμου. Πώς αντιμετωπίζετε τις επιθέσεις;

Επιλέγω να μην προσωποποιώ τις πολιτικές αντιπαράθεσεις και εκτιμώ ότι ο καθένας έχει το δικαίωμα να πολιτεύεται με όποιον τρόπο επιθυμεί.

Απλώς σε μία ιδιαίτερα δύσκολη συγκυρία λόγω πανδημίας και με πολλά διαχρονικά προβλήματα που γνωρίζουμε όσοι έχουμε ασκήσει Διοίκηση θα ανέμενα μία πιο σοβαρή και ψύχραιμη συμπεριφορά από έναν άνθρωπο που διατέλεσε Δήμαρχος για πέντε χρόνια. Το «όχι σε όλα» και η επιλογή να μην υπερασπίζεται ο ίδιος τις απόψεις του, αλλά να το αναθέτει σε δύο δημοτικούς συμβούλους οι οποίοι κατά την προηγούμενη περίοδο δεν ήταν καν εκλεγμένοι το αξιολογώ κυρίως ως μία άρνηση αποδοχής του αποτελέσματος των προηγούμενων εκλογών. Προσωπικά θα ήθελα ανεξάρτητα από διαφορετικές απόψεις μία δημιουργική συνεργασία με όλους, κάτι που νομίζω ότι είναι και αυτό που θέλουν και οι δημότες. Από εκεί και πέρα όλοι κρινόμαστε από τις πράξεις μας και τις συμπεριφορές μας. Άλλωστε είναι μικρός ο τόπος και όλοι γνωριζόμαστε καλά μεταξύ μας, κάτι που δεν πρέπει να ξεχνάει κανένας.

Τέλος, αν και το 2023 φαντάζει ακόμα μακρινό, θα διεκδικήσετε για ακόμη μία φορά το δημαρχιακό θώκο της πόλης σας;

Θα τιμήσω την εμπιστοσύνη των συμπολιτών μου και θα ζητήσω ανανέωση της εντολής τους για να ολοκληρώσουμε το έργο μας, να επιλύσουμε οριστικά, διαχρονικά προβλήματα και να αναβαθμίσουμε την ποιότητα της καθημερινότητας στον τόπο μας.

Όπως άλλωστε έχω αποδείξει με τη στάση μου και κατά το παρελθόν, πιστεύω στο ρόλο και την αξία της τοπικής αυτοδιοίκησης την οποία με συνέπεια υπηρετώ είτε ως Δήμαρχος, είτε ως Δημοτικός σύμβουλος.

Και αυτό θα πράξω με σοβαρότητα, επιμονή και πολύ δουλειά, διεκδικώντας μία νέα θητεία που θα είναι η θητεία των μεγάλων έργων και της οριστικής εισόδου του Δήμου μας σε μία νέα εποχή.

Σας ευχαριστώ πολύ



Εξεταστική περίοδος και οικογένεια

Ταμάρα Λειζεροβιτς

Συνθετική Ψυχοθεραπεία - Ψυχομετρία - Συμβουλευτική εφήβων - Επαγγελματικός προσανατολισμός

Η εξεταστική διαδικασία είναι μια στρεσογόνα κατάσταση η οποία συνήθως επηρεάζει πέραν από τον βασικό ενδιαφερόμενο και όλη την υπόλοιπη οικογένεια. Στα γραφεία των ειδικών ψυχικής υγείας αυτή τη περίοδο καταφθάνουν έφηβοι και γονείς με κύριο αίτημα τους τη διαχείριση του **άγχους**.

Η διαδικασία της εξέτασης συνοδεύεται οπωσδήποτε από το συναίσθημα του άγχους, της αγωνίας και της ανησυχίας. Το σύνολο αυτών εκδηλώνεται όταν ο άνθρωπος νιώθει ότι βρίσκεται υπό κατάσταση απειλής και καθιστά τον οργανισμό σε εγρήγορση προκειμένου να μπορέσει να ανταπεξέλθει στην εκάστοτε δοκιμασία. Για τους μαθητές οι τελικές αυτές εξετάσεις είναι συνήθως η πιο στρεσογόνα εμπειρία που έχει διττό χαρακτήρα, δηλαδή το άγχος για την ίδια τη διαδικασία αλλά και **το άγχος της αποτυχίας**.

Το άρθρο αυτό το γράφω με αφορμή μια πρόταση που ακούστηκε στο γραφείο μου κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας με μια έφηβη, «δεν με φοβίζονται οι πανελλήνιες, αλλά με φοβίζουν ΑΥΤΟΙ». Σιωπή.

Στη θέση του συγκεκριμένου κοριτσιού είναι σύγυρο πως βρίσκονται και άλλα εγκλωβισμένα παιδιά. Γιατί να προκαλούμε τέτοια δυσάρεστα συναισθήματα; Γιατί αυτοί οι νέοι άνθρωποι να πιέζονται περισσότερο από τη συμπεριφορά του

οικογενειακού περιβάλλοντος παρά από την ογκώδη ύλη των μαθημάτων που καλούνται να αποστηθίσουν. Η αγωνία αυτή των γονέων θα ήταν καλό να προσδιοριστεί, ίσως να φοβούνται την αποτυχία όσο και την επιτυχία. Σε περίπτωση που το παιδί πετύχει θα ακολουθήσει η φοίτηση αλλά και η φυγή από το σπίτι, στον αντίποδα έχουμε την αποτυχία που σημαίνει κόπος και χρηματική επένδυση χαμένα. Το παιδί παραμένει στο σπίτι αλλά πλέον με μια αποτυχία φορτωμένο στους ώμους του.

Ποια θα μπορούσε να είναι η υγιής-επιθυμητή στάση των γονέων σε αυτό το στάδιο της ζωής;

Η πραγματικότητα είναι ότι τις μέρες των εξετάσεων ο χρόνος είναι περιορισμένος, τώρα πια λόγος γίνεται για επανάληψη της ήδη υπάρχουσας γνώσης. Άρα καταλαβαίνουμε ότι η οποιαδήποτε πίεση είναι περιττή. Αντιθέτως θα ήταν καλό να έρθει στο προσκήνιο η λέξη **εμπιστοσύνη**. Είτε το παιδί σας έχει κάνει τη ζητούμενη προετοιμασία είτε όχι μια υποστηρικτική φράση από το γονέα η οποία θα περιέχει τη λέξη εμπιστοσύνη είναι αρκετή για να βελτιώσει τη ψυχολογική κατάσταση του παιδιού σας. Η συμπεριφορά του γονέα είναι επίσης σημαντική, δώστε στον έφηβο να καταλάβει ότι είσατε παρόν για εκείνον, να του παρέχετε την απαραίτητη φροντίδα και να ακούσετε με υπομονή τα όσα θα ήθελε να μοιραστεί μαζί σας. Πολύ πιθανόν το παιδί να έχει συνδέσει την αποτυχία

των εξετάσεων με το ακραίο φόβο της αποτυχίας στη ζωή, εμείς γνωρίζουμε όμως ότι κάτι τέτοιο δεν ισχύει και ακριβώς αυτό οφείλουμε να μεταφέρουμε για να καταλαγιάσουμε τα κύματα άγχους. Το μέλλον των παιδιών μας δεν το κρίνουν οι πανελλήνιες. Επίσης θα ήταν καλό να λάβουμε υπόψιν μας ότι κάθε συναίσθημα εκφράζεται από το κάθε άνθρωπο διαφορετικά, αναγνωρίστε τα συναισθήματα τους τα οποία ίσως να εκφράζονται με έναν δικό τους προσωπικό τρόπο. Πριν την εξέταση προτρέψτε το παιδί σας να χαλαρώσει, να επιλέξει έναν τρόπο να αποσυμπιεστεί και να αδειάσει το μυαλό του.

Οι εξετάσεις μας συνοδεύουν σε όλα τα στάδια της ζωής, θα ήταν φρόνιμο να μάθουμε εμείς αλλά και τα παιδιά να διαχειριζόμαστε το άγχος εποικοδομητικά, να υιοθετούμε μια λειτουργική συμπεριφορά. Οι σχολικές εξετάσεις είναι μόνο μια μικρή γεύση των όσων θα ακολουθήσουν στην ενήλικη καθημερινότητα. Σε περίπτωση αποτυχίας προσπαθήστε να το διαχειριστείτε με σύνεση, άλλωστε και αυτό είναι γνώρισμα της ζωής και το παιδί αργά η γρήγορα θα έρθει αντιμετώπιζε με αυτό. **Κάθε αποτυχία κρύβει χρήσιμα μηνύματα-μαθήματα, αποκωδικοποίησε τα και αν επιθυμείς προσπάθησε πάλι!**

Ποτέ μην πάψεις να ελπίζεις ότι θα τα καταφέρεις, εύχομαι ολόψυχα καλή επιτυχία και καλά αποτελέσματα σε όλους τους μικρούς αγωνιστές!

ΓΑΜΟΣ / ΒΑΠΤΙΣΗ / ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΑ EVENTS

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: 6983 587.977





psonizo.gr

Quality shopping!

www.psonizo.gr 

[Psonizo.gr](#) 

210 2015901 



ΧΡΥΣΑΝΘΟΣ ΚΟΝΤΑΡΗΣ

Αντιδήμαρχος Αναπτυξιακού Προγραμματισμού Δήμου Αχαρνών

«Σε μερικά χρόνια οι Αχαρνές θα έχουν την όψη
μιας σύγχρονης ευρωπαϊκής πόλης»

Ο Αντιδήμαρχος Αναπτυξιακού Προγραμματισμού του Δήμου Αχαρνών, Χρύσανθος Κόνταρης σε μία αποκλειστική και αποκαλυπτική συνέντευξη στην «Φωνή». Τα έργα, το αποτέλεσμα της σύμπραξης, η αντιπολίτευση και το πολιτικό του μέλλον στην συνέντευξη που ακολουθεί.

Συνέντευξη στην Άρτεμις Γκούρλια



Κε Κόνταρη, πριν λίγες μέρες ανακοινώσατε σαν διοίκηση του Δήμου Αχαρνών, ένα αναπτυξιακό σχέδιο ύψους 40 εκατ. ευρώ. Ως αρμόδιος αντιδήμαρχος, θα μπορούσατε να μας ενημερώσετε για τους τομείς που αφορά;

Το αναπτυξιακό σχέδιο που εκπονήσαμε αφορά σε όλους τους τομείς δραστηριότητας του Δήμου. Αναφέρομαι όσο πιο περιεκτικά γίνεται σε έργα που γίνονται αποκλειστικά με χρηματοδοτήσεις από αναπτυξιακά προγράμματα:

Στον τομέα της ποιότητας ζωής γίνονται οι πιο emblematic παρεμβάσεις: Η δημιουργία ενός μεγάλου αστικού πάρκου στη Λαθέα, η ολική ανάπλαση της Λ. Φιλαδέλφειας και της Λ. Δημοκρατίας (πεζοδρόμια, δεντροφύτευση, φωτισμός, οδόστρωμα, όμβρια, κλπ), οι οποίες αποτελούν βασικές εισόδους της πόλης μας, η ανάπλαση σημαντικού τμήματος της Λ. Πάρνηθος, καθώς και η κατασκευή δικτύου ύδρευσης στη Βαρυμπόμπη. Παράλληλα, προγραμματίζονται μικρότερες αλλά εξίσου σημαντικές παρεμβάσεις σε όλες τις γειτονιές με χώρους άθλησης και αναψυχής.

Στον τομέα της καθαριότητας έχουμε σχεδόν ολοκληρώσει το Τοπικό Σχέδιο Διαχείρισης Στερεών Αποβλήτων (αναμένονται οι εγκρίσεις) και βάσει αυτού θα τοποθετηθούν σε πολλά σημεία του Δήμου γωνιές και πολυκέντρα ανακύκλωσης με ανταποδοτικό χαρακτήρα (επιστροφή χρημάτων ή δωρεάν παροχή υπηρεσιών). Επίσης, ανανεώνουμε δραστικά τον στόλο μας με δεκατέσσερα (14) νέα απορριματοφόρα και

μηχανήματα.

Στον τομέα της παιδείας έχει καταρτιστεί μελέτη για μεγάλης κλίμακας επισκευές σε δεκάδες σχολεία μας για ανάγκες που είναι αδύνατο να καλυφθούν από την ετήσια επιχορήγηση των Σχολικών Επιτροπών. Επίσης, προβλέπεται να δημιουργηθεί ένα πολύ μεγάλο εργαστήριο ρομποτικής και STEM για τους μαθητές μας.

Στον τομέα του ψηφιακού εκσυγχρονισμού σχεδιάσαμε την έξυπνη πόλη των Αχαρνών με ψηφιακές εφαρμογές για έξυπνη στάθμευση, δωρεάν wifi σε πλατείες και πολυσύχναστα σημεία, έξυπνες διαβάσεις για μαθητές, πληροφοριακές πινακίδες, έξυπνα παγκάκια με φορτιστές, σταθμούς για περιβαλλοντική πληροφόρηση, διαχείριση στόλου δημοτικών οχημάτων, εξ αποστάσεως ψηφιακές υπηρεσίες για τους δημότες, ηλεκτρονική πλατφόρμα διαχείρισης κρίσεων για την πολιτική προστασία κ.ά.

Ενισχύουμε την τοπική οικονομία με ασφαλτόστρωση αγροτικών οδών, παρέχοντας πρόσβαση σε αγροτικές εκμεταλλεύσεις αλλά και σε παρακείμενες βιοτεχνίες.

Στον τομέα της κοινωνικής πολιτικής επεκτείνουμε τις δράσεις που ήδη εφαρμόζονται με προμήθεια ηλεκτρονικού εξοπλισμού και εξειδικευμένου λογισμικού για την εφαρμογή τηλεϊατρικής, ώστε να παρέχεται βασική ιατρική φροντίδα σε συμπολίτες μας που δυσκολεύονται να μετακινηθούν.

Μια ακόμα σημαντική παρέμβαση που υλοποιούμε είναι η εκπόνηση του Σχεδίου Φόρτισης Ηλεκτροκίνητων Οχημάτων. Θα χωροθετηθούν πάνω από 100 σημεία σε όλο τον Δήμο Αχαρνών για την εξυπηρέτηση κατόχων ηλεκτροκίνητων οχημάτων. Σε πρώτη φάση, ο Δήμος Αχαρνών προγραμματίζει για τις δικές του ανάγκες την προμήθεια δέκα (10) ηλεκτροκίνητων οχημάτων και ισάριθμων σταθμών φόρτισης. Τέτοιου είδους δράσεις μπορεί από ορισμένους να θεωρούνται πολυτέλεια, αλλά δε μπορεί ο Δήμος Αχαρνών να μένει ουραγός στις σύγχρονες τεχνολογικές εξελίξεις.

Τα παραπάνω αποτελούν μέρος του αναπτυξιακού μας σχεδιασμού. Θα σας δώσω και μια αποκλειστική είδηση. Μέχρι το τέλος του χρόνου θα ανακοινώσουμε και τη δεύτερη φάση

του αναπτυξιακού μας σχεδίου! Σε αυτή θα περιλαμβάνονται επιπλέον έργα, με έμφαση στις αστικές αναπλάσεις, για τα οποία δεν κάνουμε ανακοινώσεις, διότι δεν έχουν ολοκληρωθεί οι μελέτες και δεν έχει εξασφαλιστεί ακόμα η χρηματοδότηση. Αυτή τη στιγμή ωριμάζουμε τα έργα και εκπονούνται οι σχετικές μελέτες, όπως λόγου χάρη είναι η διευθέτηση των ομβρίων και η ολική ανάπλαση της Λ. Καραμανλή.

Καλά ακούγονται όλα αυτά, αλλά γιατί να πιστέψει ο κόσμος ότι θα γίνουν πράξη; Τι διαφορετικό υπάρχει από τις προηγούμενες διοικήσεις του Δήμου;

Το ερώτημα ακούγεται εύλογο. Όλες οι προηγούμενες διοικήσεις έκαναν προγραμματισμό τετραετίας με το βλέμμα στις επόμενες εκλογές. Και όλες έχασαν!

Η διαφορά μας έγκειται στα εξής: Πρώτον, όσα ανακοινώνουμε είναι συγκεκριμένα, δεν είναι αόριστα. Οι μελέτες έχουν ολοκληρωθεί, οι φάκελοι για τις χρηματοδοτήσεις έχουν υποβληθεί. Μόνο για το πρόγραμμα «Α. Τρίτσης» οι ηλεκτρονικοί φάκελοι που υποβλήθηκαν περιείχαν σχεδόν χίλια αρχεία και συνολικά πολλές χιλιάδες σελίδες. Όλα αυτά τα παρουσιάζουμε σταδιακά στον κόσμο γιατί δεν είναι δουλειά μιας ημέρας.

Δεύτερον, και εξίσου σημαντικό, ο αναπτυξιακός μας σχεδιασμός περιλαμβάνει συγκεκριμένο χρηματοδοτικό πλάνο. Για όλες τις δράσεις που συζητήσαμε υπάρχει πηγή χρηματοδότησης. Το μεγαλύτερο ποσοστό, περίπου 80% θα καλυφθεί από το πρόγραμμα Α. Τρίτσης. Τα υπόλοιπα χρήματα είναι από το πρόγραμμα ΦΙΛΟΔΗΜΟΣ II, από το Πράσινο Ταμείο, από το τρέχων ΕΣΠΑ και από προγραμματικές συμβάσεις που επισυνάπτονται με φορείς όπως η ΓΓΑ και ο ΕΣΔΝΑ.

Τρίτον, εμείς σχεδιάζουμε με πιο μακροπρόθεσμο ορίζοντα. Υπάρχουν παρεμβάσεις που θα ολοκληρωθούν πιο άμεσα ή μεσοπρόθεσμα. Υπάρχουν, όμως και έργα που θα ολοκληρωθούν σε τέσσερα ή πέντε χρόνια, για τα οποία όμως έχουν μπει γερές βάσεις. Το γεγονός ότι θα εγκαινιαστούν στην επόμενη θητεία δε μας απασχολεί γιατί δεν βλέπουμε το θέμα από μικροπολιτική σκοπιά.



Πάρκο Λαθείας

Όπως σας είπα, αυτά είναι μόνο η αρχή. Το νερό έχει μπει στο αυλάκι. Σε ένα χρόνο όλα όσα συζητάμε θα υλοποιούνται. Λίγη υπομονή χρειάζεται. Σε μερικά χρόνια οι Αχαρνές θα έχουν την όψη μιας σύγχρονης ευρωπαϊκής πόλης.

Θεωρείτε ότι η πανδημία του Covid-19 αποτέλεσε τροχοπέδη για την ανάπτυξη του Δήμου και γενικά της Αυτοδιοίκησης; Η πανδημία του Covid-19 αποτέλεσε τροχοπέδη για όλη την ελληνική κοινωνία και οικονομία. Πώς θα μπορούσε να είναι διαφορετικά τα πράγματα για τον Δήμο Αχαρνών;

Υπήρξαν ολόκληρες εβδομάδες που δεν μπορούσαμε να πάμε στο γραφείο μας λόγω κρουσμάτων. Επί μήνες εργαζόμασταν με το ένα τρίτο (1/3) ή το μισό του προσωπικού να έχει φυσική παρουσία. Όταν καταφέρναμε να συναντηθούμε, μετά από καιρό, το κλίμα ήταν βαρύ διότι στενοί συνεργάτες και φίλοι ήταν ασθενείς και ανησυχούσαμε για την εξέλιξη της υγείας τους. Υπήρξαν ακόμα και ανθρώπινες απώλειες οικείων προσώπων.

Όλα αυτά είναι πρωτόγνωρα και επομένως δεν επιτρέπουν να εργαστείς με τον τρόπο και την αποτελεσματικότητα που θέλεις. Από τον Σεπτέμβριο ευελπιστώ ότι τα πράγματα θα είναι πολύ καλύτερα. Θα έχουμε τη δυνατότητα όλοι να αποδώσουμε στο maximum.

Πώς απαντάτε στην αντιπολιτευτική ρητορική που ασκείται στη δημοτική αρχή και μέσω των social media αλλά και στο Δημοτικό Συμβούλιο; Τι ισχύει τελικά με τις απευθείας αναθέσεις, για τις οποίες γίνεται συνέχεια λόγος;

Η αντιπολίτευση είναι θεσμός πολύ χρήσιμος για τη Δημοκρατία. Ο ρόλος της είναι να ασκεί πίεση στην εκάστοτε εξουσία προκειμένου να παράγει έργο επ' ωφελεία της κοινωνίας. Βέβαια, οι εκπρόσωποι της αντιπολίτευσης πρέπει να είναι ενημερωμένοι, οφείλουν να μελετούν, ώστε να εκφέρουν υπεύθυνο και αξιόπιστο λόγο. Αν φωνασκούν χωρίς επιχειρήματα και λαϊκίζουν, δεν προσφέρουν τίποτα στη δημοκρατία και στους πολίτες.

Οι απευθείας αναθέσεις είναι παράδειγμα αυτού που λέω. Αποτελεί ένα πεδίο στο οποίο έχουν διατυπωθεί απόψεις από τους πάντες, ειδικούς και μη. Τι να πιστέψει ο δημότης;

Να δούμε, λοιπόν, τι ισχύει: Η «απευθείας ανάθεση» είναι μια νόμιμη διοικητική πράξη, ως διαδικασία. Μπορεί, δηλαδή, μια αρχή που αναθέτει (Υπουργός, Δήμαρχος, Πρόεδρος οργανισμού, κλπ) να επιλέξει τον προμηθευτή ή τον πάροχο μιας υπηρεσίας, χωρίς διαγωνισμό.

Οποσδήποτε όμως, όπως ισχύει για όλες τις δημόσιες συμβάσεις, πρέπει να τηρείται η αρχή της χρηστής δημοσιονομικής διαχείρισης. Με απλά λόγια: Δε μπορεί να πληρώνεις 1000 ευρώ για ένα γραφείο που στην αγορά κοστίζει 300 ευρώ. Θα το έκανες για το σπίτι σου;

Πριν από ένα χρόνο περίπου, συμπράξατε με την αρχική σύσταση της διοίκησης του Δήμου. Εννέα μήνες μετά, θεωρείτε ότι πήρατε τη σωστή απόφαση; Πιστεύετε ότι υπάρχει χώρος και για άλλες συνεργασίες;

Μέχρι στιγμής η επιλογή μας έχει δικαιωθεί, καθώς έχει συντελεστεί τεράστιο έργο τα αποτελέσματα του οποίου θα είναι ορατά σε περίπου ένα χρόνο από σήμερα. Φυσικά, η προσπάθεια δε σταματά και μάλιστα είναι ανάγκη να ενταθούν οι ρυθμοί από όλους μας. Θα μου πείτε, «δε γίνονται αστοχίες;». Φυσικά γίνονται και ο στόχος μας είναι να τις περιορίσουμε. Λάθη κάνουν όσοι εργάζονται, όχι όσοι κάθονται άεργοι. Αυτό, βέβαια, δεν αποτελεί άλλοθι για να συνεχίζονται τα ίδια λάθη. Θεωρώ ότι έχουν υπάρξει σταθερά βήματα βελτίωσης σε όλους τους τομείς.

Με την ευκαιρία, να επισημάνω ότι στο πλαίσιο της σύμπραξης, εμείς οι εκπρόσωποι της παράταξης ΔΕΚΑ υλοποιούμε το πρόγραμμα της παράταξής μας! Εννοείται σε συνεργασία με τον Δήμαρχο με τον οποίο έχουμε πλήρη ταύτιση σε προγραμματικό επίπεδο, αλλά και με όλους τους συναδέλφους αντιδημάρχους.

Η δημιουργία ενός πάρκου στη Λαθεία, η ανάπλαση των εισόδων της πόλης μας, η ευρεία εφαρμογή προγραμμάτων ανακύκλωσης με ανταποδοτικότητα, ο ηλεκτρονικός εκσυγχρονισμός της διοίκησης και άλλα πολλά που υλοποιούμε βρίσκονταν και στην προεκλογική ατζέντα της παράταξης ΔΕΚΑ. Θα μου επιτρέψετε να γνωρίζω καλά το συγκεκριμένο ζήτημα, καθώς ήμουν ο συντονιστής για την εκπόνηση του προγράμματος της παράταξης ΔΕΚΑ.

Δεν καταλαβαίνω συνεπώς, γιατί γκρινιάζουν

ορισμένοι; Υποτίθεται ότι όλοι παλεύουμε για τον ίδιο σκοπό, να βελτιώσουμε την πόλη μας και το επίπεδο διαβίωσης των δημοτών μας.

Στη βάση των όσων ανέπτυξα προηγουμένως, πράγματι υπάρχει χώρος για να γίνουν ευρύτερες συνεργασίες. Πάντα με γνώμονα την εξυπηρέτηση του συμφέροντος του Δήμου Αχαρνών και όχι προσωπικών επιδιώξεων και πάντα υπό το πρίσμα της διαφάνειας και της λογοδοσίας. «Όλοι οι καλοί χωράνε» λέει ο λαός μας.

Τέλος, οι εκλογές του 2023 θα σας βρουν υποψήφιο δημοτικό σύμβουλο και πάλι; Αν ναι, θα είναι στο πλευρό του νυν Δημάρχου της πόλης;

Πρέπει να σας πω ότι με τον Δήμαρχο Σπύρο Βρεττό έχω άσπογη συνεργασία και μου έχει δείξει απεριόριστη εμπιστοσύνη σε όλα τα θέματα. Τον ευχαριστώ γι' αυτό, γιατί τίποτε δεν είναι αυτονόητο. Από κει και πέρα, δεν έχω αποφασίσει αν θα είμαι υποψήφιος στις επόμενες εκλογές, καθώς η πολιτική για μένα σημαίνει προσφορά και δεν αποτελεί απλά ένα εργαλείο για κοινωνική καταξίωση ή επαγγελματική αποκατάσταση. Το έχω αποδείξει με τη μη συμμετοχή μου στις προτελευταίες εκλογές, μετά τη δημαρχία του Σωτήρη Ντούρου. Συνεπώς, αν κρίνω ότι τα αποτελέσματα από την προσπάθεια που γίνεται σήμερα είναι τα επιθυμητά και υπάρχει λόγος να συνεχίσουμε, θα δείτε ξανά το όνομά μου στα ψηφοδέλτια. Αυτά θα τα πούμε μετά από δύο χρόνια.



Γωνιές ανακύκλωσης με ανταποδοτικότητα



Το πρότυπο του «τέλειου σώματος» Διαλύοντας τα κοινωνικά στερεότυπα

Ευαγγελία Γκέγκα

Συνθετική Ψυχοθεραπεύτρια - Κοινωνική Λειτουργός BSc - Ειδίκευση στην Ειδική Αγωγή

Τα αδύνατα σώματα κουβαλούν περισσότερο «βάρος» από τα υπέρβαρα ή το αντίστροφο; Τελικά το βάρος αυτό έχει να κάνει με τον αριθμό των κιλών στη ζυγαριά ή με ένα βάρος που κουβαλάμε στην ψυχή μας και μεταφράζεται στο σώμα μας με περιττά κιλά ή με εξαντλητικές δίαιτες και συνεχή ψυχαναγκαστικό έλεγχο των θερμίδων των όσων τρώμε και πίνουμε;

Ο παράλληλος κόσμος που έχει δημιουργηθεί τα τελευταία χρόνια, ο κόσμος των social media είναι γεμάτος με αμέτρητες εικόνες τέλειων σωμάτων, φίλτρα, άψογες selfies, αψεγάδιαστα πρόσωπα και κορμιά με μαγιά που κάνουν τον καθένα να κοιτιέται στον καθρέφτη και να αναρωτιέται ποιο είναι αυτό το τεράστιο λάθος που έκανε και διαθέτει όλα τα φυσικά χαρακτηριστικά ενός ανθρώπινου σώματος όπως την κυτταρίτιδα, τις ραγάδες, τις ρυτίδες γύρω από τα μάτια και πολλές ακόμη ανθρώπινες «ατέλειες» που αντιστοιχούν σε διαφορετικούς σωματότυπους με μοναδικούς μεταβολισμούς και διαφορετικές ανάγκες. Η προώθηση του τέλειου σώματος (η οποία αφορά πια σε μεγάλο ποσοστό και τους άνδρες με τους καλογυμνασμένους κοιλιακούς και τα γραμμωμένα σώματα σε αντίθεση με παλιότερα που αφορούσε περισσότερο τις γυναίκες) δεν είναι πρόσφατη, τα τελευταία χρόνια όμως η χρήση εκατοντάδων φίλτρων που χρησιμοποιούνται κατά κόρον δίνουν την αίσθηση ότι

οι άνθρωποι προσπαθούν να εξαφανίσουν κάθε ατέλεια, ξεχνώντας ότι οι ατέλειες εξασφαλίζουν την μοναδικότητά μας. Το ερώτημα είναι λοιπόν γιατί προσπαθούμε να εξαφανίσουμε τα σημεία του σώματός μας που δεν μας αρέσουν και προσπαθούμε να εξασφαλίσουμε την τελειότητα στην εικόνα μας; Η υγιεινή διατροφή σε μορφή ψυχαναγκασμού σε συνδυασμό με εντατική και σκληρή άσκηση είναι η καινούρια μόδα που βάζει έναν άνθρωπο με παραπάνω κιλά ή έναν αγύμναστο αυτόματα στο περιθώριο. Άρα οι άνθρωποι με διατροφικές διαταραχές, με προβλήματα υγείας ή απλά οι άνθρωποι με παραπάνω κιλά που δεν επιθυμούν να κάνουν κάτι για να αλλάξουν στιγματίζονται και είναι δακτυλοδεικτούμενοι. Μέσα σε όλη αυτή τη διαδικασία η προσωπικότητα, ο χαρακτήρας, τα πνευματικά χαρίσματα ενός ανθρώπου κατατάσσονται ως δευτερεύοντα και λιγότερο σημαντικά και η φράση «αγαπώ το σώμα μου» μπαίνει στη ζωή μας δυναμικά.

Η φράση «αγαπώ το σώμα μου» δεν είναι τόσο εύκολα εφαρμόσιμη όσο ακούγεται. Αγαπώ το σώμα μου σημαίνει αγαπώ τον εαυτό μου, αποδέχομαι τον εαυτό μου, γνωρίζω τον εαυτό μου και διαχειρίζομαι τα προτερήματα και τα ελαττώματά μου, έχω υψηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση και σέβομαι τα όριά μου. Η ψυχολογική μας κατάσταση λίγο πριν ξεκινήσουμε μια δίαιτα

ή πριν τη σπάσουμε ή λίγο πριν κατανάλωσουμε μεγάλη ποσότητα φαγητού είναι πολύ σημαντικός παράγοντας. Το φαγητό χρησιμοποιείται σε πολλές περιπτώσεις σαν επιβράβευση ή σαν τιμωρία απέναντι στις επιτυχίες ή στις αποτυχίες μας και απέναντι σε συναισθήματα τα οποία δεν μπορούμε να διαχειριστούμε και στρεφόμαστε στην ανακούφιση του «γεμίσματος» του στομαχιού μας ενώ αυτό που πραγματικά θέλουμε είναι το ψυχικό «γέμισμα». Η απόρριψη και ο ρατσισμός που βιώνουν οι άνθρωποι που δεν πληρούν τις «αποδεκτές» αναλογίες σώματος έχει σαν αποτέλεσμα να καταφεύγουν στο φαγητό σαν παρηγοριά, βρίσκοντας εκεί την ασφάλεια που ψάχνουν. Η επίγνωση λοιπόν της ψυχολογικής μας κατάστασης σε συνδυασμό με την υψηλή αυτοπεποίθηση βοηθούν στη προσπάθεια να αγαπήσουμε το σώμα μας. Αν αγαπάμε και αποδεχόμαστε τον εαυτό μας είναι δεδομένο ότι θα αγαπάμε το σώμα μας με όσα κιλά διαθέτει. Αν θέλουμε να χάσουμε κιλά, το ζήτημα είναι οι λόγοι μας να είναι συνειδητοί, να αφορούν δικές μας επιθυμίες και να μην προέρχονται από εξωτερικά ερεθίσματα όπως η κριτική των άλλων ή τα πρότυπα της εποχής. Όταν συνειδητά παίρνουμε αποφάσεις για εμάς και το σώμα μας είναι πιο εύκολο να τις στηρίξουμε και να πετύχουμε τους στόχους μας.



Η πολυετής πείρα της εταιρείας ΓΙΩΡΓΟΣ SPRING σας γεμίζει σιγουριά και αυτοπεποίθηση για τον εξοπλισμό της εκδήλωσής σας.

Διαθέτουμε πλήρη εξοπλισμό υψηλής αισθητικής και παρούσας για 2.500 άτομα.

Αποστολή με ιδιόκτητα φορτηγά στον χώρο σας πανελλαδικά. Με τον εξοπλισμό μας καλύπτουμε πλήρως εκδηλώσεις γάμου και βάπτισης, καθώς και συνέδρια, εγκαίνια κλπ.

Οι προσιτές τιμές μας, σε συνδυασμό με τον υψηλό δείκτη αισθητικής, θα φέρουν το αποτέλεσμα που επιθυμείτε και πάνω απ' όλα ζεστό περιβάλλον με πολυτέλεια, που πάντοτε θα συζητείται με θαυμασμό.

Διαφήμισή μας, τα δικά σας κομψοκευτικά σχόλια!

Σπ. Νούση 3 - 5, Αχαρναί
Τ 210 24.40.329 • Κ 6937 022.800, 6936 141.385
info@giorgos-spring.gr • www.giorgos-spring.gr



ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟΥ

ANTALUMIN



Η ANTALUMIN εδώ και 40 χρόνια εξειδικεύεται στα κουφώματα αλουμινίου, εγγυάται την καλύτερη ηχομόνωση και θερμομόνωση, ενώ αναλαμβάνει και την κατασκευή των κουφωμάτων που ήδη έχετε.

Τα δείγματα της δουλειάς μας είναι η απόδειξη ότι κάνουμε την καλύτερη δυνατή προσπάθεια, για να προστατεύσουμε το σπίτι και την επιχείρησή σας.



Πάρνηθος 173 & Αγ. Πέτρου Αχαρναί

Τηλ.: 210 2445008

Email: antalumin@gmail.com



www.dimitriadiselectro.gr

ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ

ηλεκτρολογικό υλικό

Λ.Καραμανλή 67- Αχαρναί Τηλ: 210 2400 514 - 210 2404 830

vsclinic

www.vsclinic.gr

**Δερματολόγος
Laser Αποτρίχωση**

Αισθητική προσώπου και σώματος

Δημοσθένους 25, 136 71 Αχαρναί 210 24.43.754

Χαρ. Τρικούπη 155 & Ικάρου, 145 64 Κηφισιά 210 62.00.780

Πες... Αλεύρι... Κούφαλης



Ένα μαγαζί στο Κόκκινο Μύλο
με πολύ όρεξη και με μεγάλη εμπειρία
με συνταγές από τις παλιότερες γενιές
που μπορεί και κάνει την διαφορά!

Στο **“ΠΕΣ ΑΛΕΥΡΙ ΚΟΥΦΑΛΗΣ”**

μπορείς να βρεις τα πάντα...

Για τις πιο μικρές ηλικίες μέχρι και τις μεγαλύτερες!

Ξεκινάς με τον μυρωδάτο καφέ και τα πρωινά εδέσματα του,
συνεχίζεις στη μεγάλη ποικιλία ψωμιών που υπάρχει
και καταλήγεις στις γλυκές απολαύσεις του...

**Ευχαριστούμε για την προτίμηση σας εδώ και 4 χρόνια
που μας στηρίζεται και μας αγαπάτε!**

Θα μας βρείτε και στο  **efood**

ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑΣ 314 • ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΜΥΛΟΣ • ΤΗΛ.: 211 18.30.583





ΜΑΡΜΑΡΑ - ΜΝΗΜΕΙΑ

ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΕΙΣ ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ - ΚΑΝΤΗΛΙΑ

Π.Ν. ΒΡΑΜΠΑΚΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.

Καλλινίκου 13 & Αναπαύσεως

Ν. Νεκρταφείο, Αχαρναί

ΤΗΛ.: 210 24.62.992 • 210 24.68.378

ΠΑΣΧΑΛΗΣ: 697 815.3134

ΠΑΤΕΣΤΟΣ: 697 272.1327

E-MAIL: patvrab@gmail.com

ΤΕΛΕΤΑΙ ΜΙΧΑΣ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1980

Τηλ.: 210 24.60.088 - Κιν.: 6944 500.701

Αγ. Κωνσταντίνου 5, Αχαρναί
email: michasfuneral@hotmail.com



Ανακαινίσεις κτιρίων
Ελαιοχρωματισμοί

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΠΑΠΠΑΣ
ΤΗΛ.: 6977 624.081

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ

ΚΣ ΚΑΡΑΣΑΒΒΙΔΟΥ ΣΟΦΙΑΝΙΔΗΣ

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ 162, ΑΧΑΡΝΑΙ

ΕΘΝ. ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 134, ΑΧΑΡΝΑΙ

ΤΗΛ.: 210 24 68 131 • ΚΙΝ.: 694 88 68 546

www.karasavvidou-sofianidis.gr



Sellas Winery
ΟΙΝΟΠΟΙΪΑ ΣΕΛΛΑΣ

Αρχαίες Κήλωνές, Νεμεα | 694 615 2633 | 694 548 9817
www.sellas-winery.business.site