



Δρόμοι Ψυχής

ISSN: 2241-6218



ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΩΝ ΦΙΛΩΝ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ

ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ - ΙΟΥΛΙΟΣ 2013 # No 57

Ιδιοκτησία - Διεύθυνση: "Οι Φίλοι του Δρομοκαΐτειου Θεραπευτηρίου", Κωλέττη 17, ΤΚ.10691, Αθήνα, τηλ.: 210-68 11 424, fax: 210 68 57 841 email: filoidromokaiteiou@gmail.com

**Το θάρρος
να μην είμαστε
τέλειοι!**

σελ. 5

**Το καλοκαίρι
γονείς και παιδιά
καλούνται να περνούν
περισσότερο χρόνο
μαζί!**

σελ. 3

**Το κοχύλι
Οδυσσεάς Ελύτης**

σελ. 6

**Παρακμή ή
Μετασχηματισμός
των Κοινωνικών
Κινημάτων**

σελ. 5

Μήνυμα της Προέδρου

Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Στις δύσκολες μέρες που περνά σήμερα η πατρίδα μας και γενικά η οικονομική κατοχή που έχει επιβληθεί σ' όλο τον σημερινό κόσμο, εκτός από την σχετική πρωτοτυπία του που οι λαοί βιώνουν και προβληματίζονται, στην χώρα μας παρουσιάζεται και κάποιο καλό.



...που είναι αυτό, για το οποίο ο άνθρωπος και η ελεημοσύνη που δειλά- δειλά αυξάνεται και παρασύρει τον λαό μας. Οι Έλληνες είμαστε λαός Χριστιανικός και πάντοτε, πρόθυμα συμμετέχουμε σε διάφορες προσφορές βοήθειας προς τους έχοντες ανάγκη και εθελοντικά προσφέρουμε σ' αυτούς ότι μπορούμε. Βλέπουμε πως μαζεύονται τρόφιμα, ρούχα κ.λπ. και διανέμονται με προθυμία και χαρά κι αισθάνεται ο καθένας πως έχει την ικανοποίηση και την χαρά της προσφοράς και της αλληλεγγύης προς τον συνάνθρωπό μας. Ναι όλα αυτά πάρα πολύ ωραία και καλά. Αλλά πέρα απ' αυτά μήπως θα πρέπει να μην περιοριζόμαστε μόνο στο υλικό θέμα της ελεημοσύνης; Μήπως πρέπει να θίγουμε και το θέμα της άλλης ελεημοσύνης, της πνευματικής την οποία περιμένει τώρα ο κόσμος, ο οποίος πάσκει ψυχικώς; Δεν λέγει κανείς



Σκέψη Ημέρας

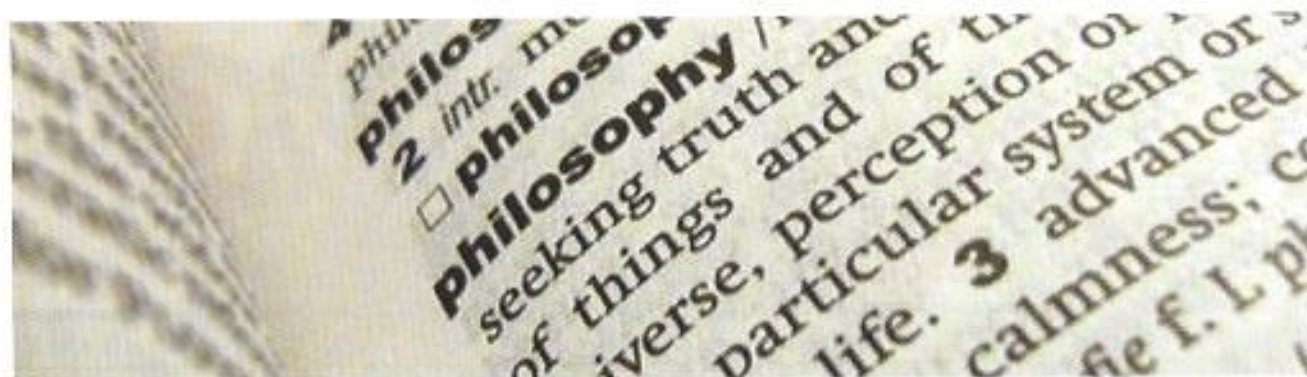
Είναι τόσο σαρωτικό το μικρόβιο της πολιτικής, τόσο διεισδυτικός ο σπας της αλαζονείας, που μεταβάλλει έναν σκεπτόμενο και προβληματιζόμενο άνθρωπο σε επιδέξιο ιππέα της καλάμου μόλις αποκτήσει το ειδικό βάρος της εξουσίας...

...ότι πάνω από την υλική ελεημοσύνη είναι η πνευματική. Να παρηγορήσουμε ένα πενθούντα. Να ενισχύσουμε έναν άνθρωπο ο οποίος έχει ταλαιπωρηθεί στη ζωή του. Αυτά είναι πνευματική ελεημοσύνη. Να συμπαρασταθούμε σε κάποιον όταν αδικείται, προτάσσοντας τα στήθος μας για να τον υπερασπίσουμε ενδεχομένως έχοντας κι εμείς συνέπειες. Αυτό είναι μεγάλη ελεημοσύνη ύψιστη. Είναι θυσία. Ανώτερη από την υλική. Αυτές τις ελεημοσύνες μπορεί να τις κάνει και ο φτωχός. Μπορεί να συμπαρασταθεί σ' ένα πονεμένο. Ο φτωχός μπορεί να είναι υγιής κι ένας άλλος να έχει χρήματα, αλλά να είναι άρρωστος, να είναι κατάκοτος ή κάτι άλλο. Εκεί ο φτωχός προσφέρει ελεημοσύνη. Με το να πάει να καθίσει λίγες ώρες να του κάνει συντροφιά. Να πάει να του ψωνίσει. Να τον ταΐσει ενδεχομένως αν υπάρχει ανάγκη. Πόσοι μου έχουν κάνει την ερώτηση: αχ πώς μπορείς να πηγαίνεις στους τρελούς, να τους αφήνεις να σε φιλούν και να τους αγκαλιάζεις. Τους κοιτάζω με απορία για την αστοχία τους, όταν ξέρω πόσο αυτοί οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη μιας σταργικής αγκαλιάς, μιας ανθρώπινης επαφής, ενός ζεστού χαμόγελου. Μια πολύ πλούσια κυρία μου είπε: Α! εγώ δίδω χρήματα, δεν μπορώ να υποστώ δυσάρεστες καταστάσεις. Έχει χρήματα και δίδει μερικά κι αισθάνεται ενόξει. Όχι πρέπει

και να υποστείς κάποιες δυσάρεστες καταστάσεις, όταν οι συνάνθρωποί σου έχουν ανάγκη. Όταν ο ψυχικός τους κόσμος παίρνει ανάσα, όταν γλυκαίνεται την πίκρα τους, όταν κι εσύ ο ίδιος αισθάνεσαι χαρά, δίδοντας χαρά. Όχι βέβαια ότι πρέπει να αμελούμε την υλική ελεημοσύνη με την πρόφαση της πνευματικής. Σε καμία περίπτωση. Ας καταλάβουμε όλοι μας πως η ελεημοσύνη, είτε υλική, είτε πνευματική είναι εκείνη που μας φέρνει κοντά στον Χριστό. Οι Χριστιανοί κατατασσόμεθα όλοι σε βαθμίδες. Για τον Χριστιανό, η κλίμακα των αρετών, της πνευματικής προόδου έχει απειράριθμα σκαλιά. Δεν μπορούν όλοι να βρεθούν με άλματα από το ένα σκαλί στο άλλο. Ανεβαίνουν πολλές φορές με βήμα σημειωτόν. Δεν έχει σημασία. Φτάνει να ανεβαίνουμε. Και θα την ανεβαίνουμε αυτήν την κλίμακα της ανωτερότητας! Με την προσπάθεια, την καλλιέργεια, την παιδεία που θα τα παίρνουμε εμείς και θα τα μεταδίδουμε στα παιδιά μας και τα παιδιά στα παιδιά τους, οπότε η κοινωνία της συμπαράστασης, της αλληλεγγύης, της ομορφιάς, θα γίνει πραγματικότητα και θ' αποτελέσει τον πυρήνα της Ελλάδας και θα μας δώσει ξανά την περηφάνια πως είμαστε Έλληνες και δεν χάσαμε ποτέ την ταυτότητά μας.

Με αγάπη
Καλό Καλοκαίρι
Νίκη Σκαρβέλη

Την συνδρομή ή οποιαδήποτε οικονομική ενίσχυση προς το Σωματείο "ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ" μπορείτε να καταθέσετε στον παρακάτω λογαριασμό: 00260064940200183718 Eurobank



Μεγάλοι Έλληνες Φιλόσοφοι

Περί Πλάτωνος

Ο Πλάτων γεννήθηκε εις την Αθήνα το έτος 428 ή 427 π.Χ.. Ο πατέρας του, Αρίστων ήταν ευγενής αλλ' αγνώστου ιστορικής γενιάς. Η μητέρα του, Περικτιόνη, όνκε επίσης σε επιφανή οικογένεια, καταγωγή από τον Σόλωνα. Το αρχικό όνομα του Πλάτωνα ήταν Αριστοκλής, το όνομα του παππού του Πλάτωνα, αλλά δεν αναδόχθη, διότι είχε ευρέα στήρνα και μέτωπον. Για την παιδεία του δεν γνωρίζουμε πολλά αλλά πάντως έτυχε επιμελημένης ανατροφής, ως υιός πλούσιας και ευγενούς οικογενείας από την ανατροφή του οποίου τα σπέρματα της αρετής κοσμούσαν όλη την υπόλοιπη ζωή του! Είναι βέβαιο ότι εμυήθη στην φιλοσοφία από τον Κρατύλα, μαθητή του Ηράκλειτου. Αλλά έκλινε περισσότερο προς την ποίηση και μάλιστα την τραγική. Η γνωριμία του με τον Σωκράτη, στο εικοστό έτος της ηλικίας του έφερε ριζική μεταβολή στις νεανικές του κλίσεις. Εγκατέλειψε τα ποιητικά του ποιήματα και αφοσιώθη εις την διδασκαλία και την προσωπικότητα του Σωκράτη, όπου και παρέμεινε κοντά του έως τον θάνατο αυτού. Ο άδικος πίκρανε τόσο, ώστε έφυγε εις όπου με άλλους Σωκρατικούς Έκανε διάφορα ταξίδια. Αίγυπτο και Κυρήνη.



του Σωκράτη, όπου και παρέμεινε κοντά θάνατος του διδασκάλου του, τον τα Μέγαρα κοντά στον Ευκλείδη θρήνησαν τον δάσκαλό τους. Το μακρότερον όλων ήταν στην Αίγυπτο, όπου γνώρισε τον εκεί πανάρχαιο πολιτισμό, εδιδάχθη Ιστορία και Μαθηματικά, το πολίτευμα της χώρας του έκανε μεγάλη εντύπωση όπου το βλέπουμε εις τα περί πολιτείας έργα του. Εις την Κυρήνην ήκουσε τους μαθηματικούς της και γνώρισε τον διάσημον Γεωμέτρην Θεόδωρον. Πραγματοποίησε ταξίδια

από κοντά και να επωφεληθεί από την φιλοσοφία αυτών. Να μυηθεί πληρέστερα εις τα Ορφικά, να γνωρισθεί με τους Ελεάτας και τους δοξαστάς αυτών. Αυτά τα ταξίδια υπήρξαν σημαντικώτατα για την μετέπειτα πνευματική του εξέλιξη. Μετέπειτα πραγματοποίησε και άλλα ταξίδια, όπου κινδύνεψε η ζωή του για την ηθικοαγία του και επανήλθε στην Αθήνα το 387 π.Χ. εις ηλικίαν 40 ετών περίπου. Δεν έλαβε μέρος στην πολιτική γιατί δεν συνεπόθη την Δημοκρατία που θανάτωσε τον άριστον των πολιτών Σωκράτη, παρέμεινε άγαμος και από τα έργα του φαίνεται πόσο φιλομαθής και πολυμαθέστατος υπήρξε. Όταν τελικά γύρισε στην Αθήνα, θέλησε να μεταδώσει τις γνώσεις του και ίδρυσε το Γυμνάσιον «Ακαδημία» μόνιμον Φιλοσοφική σχολή που διατηρήθηκε μέχρι του Ιουστινιανού, οπότε καταργήθη. Επιφανείς Αθηναίοι και ξένοι, αποτελούσαν τον όμιλον της σχολής, μεταξύ των οποίων καταλέγονται ο Αριστοτέλης και ο Δημοσθένης. Ο Πλάτων ανελλιπώς εδίδασκε στη σχολή, χωρίς να παύει να γράφει. Μόνο ο θάνατος περί το σποδοκροστόν έτος της ηλικίας του έθεσε τέρμα εις την γόνιμον δράση του. Ο νεκρός του πρώτου σχολάρχου της Ακαδημίας ετάφη στον κήπο αυτής. Υπό το όνομα του Πλάτωνος φέρονται 44 έργα. Εκ τούτων θεωρούνται γνήσιαι τρεις επιστολαί και 24-26 συγγράμματα που έχουν τη μορφή διαλόγου, πλην της Απολογίας, η οποία είναι γραμμένη εις συνεχή λόγον. Η μορφή του λόγου δεν είναι δανεισμένη, αλλά φυσική αναπαράσταση της διαλογικής διδασκαλίας του Σωκράτη, η οποία εγίνετο με τόση δεξιότητα και σαφήνεια. Έτσι, προήλθε νέον είδος του αττικού πεζού λόγου, ο Πλατωνικός διάλογος, γραμμένος με τόσην λογοτεχνική χάριν εις την γλώσσαν των Αθηναίων της τότε εποχής. Ο Πλάτων δεν έκανε αντιγραφή των Σωκρατικών διαλόγων. Έδωσε ζωή, η μορφή και το πλαίσιον τούτων ευρύνονται, παρελθόν και παρόν ενώνονται, οι ιδέες ενάγονται σε υψηλότερα επίπεδα, ώστε διακρίνεται πανταχού ο ευρύτερος νους, ο οποίος διαμορφώνει, καλλωπίζει και εξυψώνει μία εικόνα σαν του χρυσόπτερου έρπου καλλιτέχνη. Ο Πλάτων θέλησε να εμφανίσει αυτή την υπέροχην τελική εικόνα όχι ως έργον δικό του, αλλά του πρώτου σχεδιάσαντος. Αυτή η ευλάβεια και αφοσίωση του Πλάτωνα προς τον Σωκράτη αποτελεί μοναδικό εις την Ιστορία παράδειγμα σχέσεως μαθητού προς διδάσκαλον, του οποίου την προσωπικότητα μας παρέδωσε όλως



στην κάτω παλιά, όπου
υπήρξε αφορμή
να γνωρίσει ο
Πλάτων τους
Πυθαγορείους

Νίκη Σκαρβέλη

Από το βιβλίο «Πλάτωνος Διάλογοι»
των Ν. Κοντοπούλου - Ν. Ζαφειρίου - Ν. & Ε. Ελεοπούλου

Αι θανατικά ποινά εις τας Αθήνας εξετελούντο αμέσως
εις την περίπτωσιν όμως του Σωκράτους η εκτέλεσι της
καταδικαστικής απόφασης ανεβλήθη εκ τυχαίου γεγονότος.

Την προηγούμενη της δίκης συνέβη να είναι έτοιμο προς
απόπλουν δια την Δήλον το ιερόν πλοίον των Αθηνών.

Θα μετέφερε εκεί την επίσημον αντιπροσωπείαν της πόλεως,
τους θεωρούς, δια να παρακολουθήσουν τας μεγάλας εορτάς
των γενεθλίων του Απόλλωνος και της Αρτέμιδος, οι οποίοι
ετελούντο κατά μήνα Μάιον.

Συμφώνως όμως προς παλαιόν συνήθειον, εφόσον χρόνος
διήρκει η θεωρία, δεν επιτρέπετο να εκτελεσθεί θανατική
ποινή εις τας Αθήνας, ίνα μη μολυνθή η πόλις.

Δια τον λόγον τούτον ο Σωκράτης ενεκλείσθη εις τας φυλάκας
μέχρι της επιστροφής του πλοίου.

Αλλά το πλοίον λόγω τρικυμίας εβρόδυνε να επανέλθει εις
τον Πειραιά επί ολόκληρον μήνα. Κατά το διάστημα τούτο οι
μαθηταί και φίλοι του Σωκράτους συνήρχοντο καθ' εκάστην

εις το δεσμοτήριον και συνεζήτουν μετ' αυτού όπως και
πρότερον.

Εις των φίλων τούτων ήτο ο γνωστός Κρίτων πλούσιος
Αθηναίος, συνομήλικος και συνδημότης του Σωκράτους.

Ο Κρίτων λοιπόν όπως και προηγουμένως είχε προτρέψει
κατ' επανάληψιν τον Σωκράτη να δραπετεύσει και τώρα, ότι
έμαθον ότι κατά μία ή δύο ημέρας το πλοίον θα φθάσει στον
Πειραιά, έσπευσεν εν καιρώ νυκτός εις το δεσμοτήριον, δια να
επαναλάβει εντονότερον την πρότασιν του.

Κατά την νυκτερινή αυτή συνάντησιν διεξάγεται διάλογος τον
οποίον εξέλθων ο Κρίτων διηγείται εκ τους συναθροισμένους
και αναμένοντας το αποτέλεσμα της νέας απόπειρας και τους
μαθηταίς.

Την διήγησιν ταύτην του Κρίτωνος λαβών ως υπόθεσιν ο
Πλάτων συνέθεσε τον αμύνημον διάλογον, εις τον οποίον
ανεπτύσσονται υψίστης σημασίας ηθικός και πατριωτικός
ιδέας.

Η φυλάκιση του Σωκράτη



ΟΜΗΡΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Ευχαρίστως αναγγέλλουμε ότι θα λάβουν χώραν για δέκατη έβδομη συνεχή οι εργασίες του ετήσιου παγκόσμιου συνεδρίου της EUROCLASSICA - ΟΜΗΡΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ, η οποία τελεί πάντοτε υπό την αιγίδα του Προέδρου της Ελληνικής Δημοκρατίας. Οι εργασίες θα πραγματοποιηθούν, συν Θεώ, από 12ης έως 21ης/7/2013 στην πατρίδα μας (Αθήνα -Χίο -Οινούσσες). Οι διαλέξεις και τα μαθήματα θα λαμβάνουν χώραν καθημερινώς, στο «ΟΜΗΡΕΙΟΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΝ ΚΕΝΤΡΟΝ», του ΔΗΜΟΥ ΧΙΟΥ, στις Οινούσσες την Δευτέρα 15/7/2013 και στο Πυργί στις 17/7/2013. Θα συμμετάσχουν Ακαδημαϊκοί, Καθηγητές Πανεπιστημίων, διδάκτορες, ερευνητές, Εκπαιδευτικοί Φιλολόγοι, επιστήμονες όλων των ειδικοτήτων και φοιτητές, από όλον τον κόσμο. Η επίσημη έναρξη θα είναι στις 14/7/2013, 11π.μ. στο Ομήρειον Πνευματικόν Κέντρον, μετά από την Αρχιερατικήν Θείαν Λειτουργίαν, η οποία θα τελεστεί στα ερείπια του Πρώτου Καθεδρικού Ναού του Αγίου Βασιλείου της Χίου (εντός του Δημοτικού Κήπου) και η επίσημη λήξη στις 21/7/2013. Χαρά μας να παρακολουθήσουν όλοι όσοι επιθυμούν. Η είσοδος είναι πάντα ελεύθερη.

Εκ της EUROCLASSICA - ΟΜΗΡΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ

Το καλοκαίρι γονείς και παιδιά καλούνται να περνούν περισσότερο χρόνο μαζί

την σελίδα επιμελείται η **Dr. ΙΛΙΑ Ν. ΘΕΟΤΟΚΑ**

ΚΛΙΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ - ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

Μέλος του Δ.Σ. του Συματείου (Φίλων του Δρομοκάτειου)



Το καλοκαίρι γονείς και παιδιά περνούν περισσότερο χρόνο μαζί και αυτό είναι κάτι που το επιθυμεί όλη η οικογένεια και το προετοιμάζει σε πολλές περιπτώσεις μήνες πριν. Πώς μπορούν αυτές οι διακοπές να είναι ικανοποιητικές για όλους και να αποβούν εποικοδομητικές;

Καταρχήν, συζητήστε με τα παιδιά τι θέλουν να κάνουν, πάρτε τη γνώμη τους και προσπαθήστε να ικανοποιήσετε και τις επιθυμίες τους, αλλά την τελική απόφαση πάρτε την εσείς. Οι διακοπές σημαίνουν ξεκούραση, χαλάρωση, διασκέδαση, γέμισμα των μπαταριών μας, αλλά και ενσκόληση με sports και hobbies.

Στις διακοπές παίξτε μαζί τους, γελάστε, κάντε κοινές δραστηριότητες και sports, δώστε τους χρόνο να κάνουν αυτά που θέλουν. Μπορείτε επίσης, αν χρειάζεται, να συζητήσετε με τα παιδιά για τη χρονιά που πέρασε ή και για τη χρονιά που θα έρθει και τα μελλοντικά σχέδια. Το καλορό περιβάλλον των διακοπών μπορεί να βοηθήσει σε συζητήσεις που στο φορτισμένο κλίμα του σπιτιού ενδέχεται να γίνονταν με μεγαλύτερη ένταση.

Επίσης, χρησιμοποιήστε το κινητό ή τον υπολογιστή με μέτρο και σε πολύ πιο μειωμένη συχνότητα από την καθημερινή ζωή.

Το καλοκαίρι βέβαια προκύπτουν και κάποια ιδιαίτερα θέματα, που μπορεί να προβληματίσουν τους γονείς, όπως ο χρόνος παρακολούθησης τηλεόρασης και dvd, η φοβία για το κολύμπι, η κατασκήνωση, ή και γενικότερα θέματα ορίων.

Για το χρόνο παρακολούθησης τηλεόρασης ή dvd συστήνουμε να μην είναι περισσότερο από 3 ώρες την ημέρα, λαμβάνοντας υπόψη ότι οι γονείς μπορεί να εργάζονται και να λείπουν ώρες από το σπίτι.

Πολλά παιδιά επίσης φοβούνται το κολύμπι και το γεγονός αυτό μπορεί να προσδώσει άγχος, ένταση και λιγότερη ευχαρίστηση στις διακοπές της οικογένειας. Χρειάζεται να γνωρίζουν οι γονείς με ποιο τρόπο και πότε πρέπει να κινητοποιήσουν το παιδί προκειμένου να ξεπεράσει αυτούς τους φόβους του. Η κινητοποίηση, η πρόκληση, η ανταμοιβή, η καθοδήγηση και η ενθάρρυνση του παιδιού είναι μερικοί από τους μηχανισμούς. Παράλληλα, ο γονιός πρέπει να θέσει ρεαλιστικούς στόχους και να προσαρμόσει τη στρατηγική του, ανάλογα με την προσωπικότητα και την ηλικία του παιδιού. Στις πρακτικές αυτές η πίεση του παιδιού, ο μη σεβασμός στη γνώμη του και η επιθετικότητα από την πλευρά του γονιού όχι μόνο δεν βοηθούν, αλλά φέρνουν και το αντίθετο αποτέλεσμα. Όταν το παιδί είναι μικρό θα πρέπει να του δώσουμε την αίσθηση ότι η θάλασσα δεν είναι μόνο κολύμπι, αλλά και παιχνίδι και έτσι να το αποσπάσουμε με κάποιες θαλάσσιες δραστηριότητες. Παράλληλα, πρέπει να του δώσουμε χρόνο και να αναλογιστούμε ποιος είναι ο προσωπικός χρόνος του δικού μας παιδιού στην απόκτηση μιας καινούργιας εμπειρίας.

Η κατασκήνωση είναι συχνά μία πολύ καλή λύση για παιδιά και γονείς τους καλοκαιρινούς μήνες. Σίγουρα οι γονείς θα

πρέπει να συζητήσουν με το παιδί που πάει πρώτη φορά (συνήθως μετά τα 7) τι σημαίνει κατασκήνωση, ποιες είναι

οι δραστηριότητες, οι κανόνες κλπ, αφού πρώτα οι γονείς έχουν ενημερωθεί για όλα αυτά. Ασφαλώς, η κατασκήνωση συνεισφέρει στην ανάπτυξη της εμπιστοσύνης του παιδιού για τον εαυτό του, στο να μπορεί να είναι αποτελεσματικό, να χρησιμοποιεί στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων, να χειρίζεται την ομάδα συνομηλίκων. Παράλληλα, μαθαίνει να ζητά βοήθεια από τους άλλους και να αναλαμβάνει ευθύνες και ρίσκα χωρίς την παρουσία των γονιών, αλλά και να μαθαίνει την αξία της κοινωνικής ζωής. Όμως, οι γονείς θα πρέπει και να σεβαστούν την επιθυμία των παιδιών για το αν θέλουν να πάνε κατασκήνωση ή όχι, να σκεφτούν αν το παιδί είναι πραγματικά έτοιμο για μια τέτοια εμπειρία, και αν το παιδί δυσφορεί και είναι αρνητικό να το λάβουν σοβαρά υπόψη.

Ασφαλώς σε όλα αυτά φροντίστε να ικανοποιήσετε και εσείς οι γονείς τον εαυτό σας, δίνοντας χρόνο στους δυο σας να περάσετε μια βραδιά μόνοι ή με φίλους ή να πάτε μία ημέρα για μπάνιο μόνοι.

Όσο πιο καλά είμαστε με τον εαυτό μας, τόσο περισσότερο μπορούμε να προσφέρουμε και στο παιδί, στα οποία λειτουργούμε συνεχώς ως παράδειγμα.

Πανελλήνιες και άγχος πάνε μαζί

Πανελλήνιες και άγχος πάνε μαζί. Όταν, όμως, το άγχος παίρνει ανεξέλεγκτες διαστάσεις, αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα στον αγώνα για την επιτυχία.

Η εξασφάλιση μίας θέσης στα ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα αποτελεί όνειρο για χιλιάδες μαθητές και γονείς. Η αγωνία κορυφώνεται όταν οι υποψήφιοι ρίχνονται στη μάχη των Πανελλαδικών Εξετάσεων με αποτέλεσμα πολλές φορές, την περίοδο αυτή, να δοκιμάζονται τα νεύρα και οι αντοχές όλης της οικογένειας.

Το άγχος, εφόσον δεν ξεπερνά κάποια όρια, όχι μόνο είναι φυσιολογικό να υπάρχει αλλά αποτελεί και κινητήρια δύναμη για τους μαθητές. Έχουν θέσει ένα σημαντικό στόχο για το μέλλον τους και προσπαθούν με όλες τις δυνάμεις τους να τον πετύχουν. Όταν, όμως, το άγχος παίρνει ανεξέλεγκτες διαστάσεις, αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα στον αγώνα για την επιτυχία.

Επιπτώσεις του άγχους

Το υπερβολικό άγχος των μαθητών αλλά και των γονέων, το οποίο τα παιδιά εισπράττουν και βιώνουν σε παλλαπλό βαθμό, μειώνει τις επιδόσεις των υποψηφίων, ακόμη και αν είναι καλά διαβασμένοι. Τους «μπλοκάρει» και τους εμποδίζει να συγκεντρωθούν στην προσπάθεια που κάνουν.

Μπορεί ακόμη να δημιουργήσει σοβαρά προβλήματα, όπως υπερένταση, κατάθλιψη, διαταραχές στον ύπνο και στην όρεξη για φαγητό. Τι πρέπει να κάνουν, λοιπόν, γονείς και μαθητές για να περιορίσουν το στρες και να αντεπεξέλθουν με επιτυχία στη δοκιμασία

των σχολικών εξετάσεων;

Πώς να αντιμετωπίσουν το άγχος οι μαθητές

Τα παιδιά είναι απαραίτητα καταρχήν να κοιμούνται καλά. Δεν πρέπει να στερούνται τον ύπνο, έστω και αν οι υποχρεώσεις τους είναι πολλές σε αυτή την απαιτητική περίοδο. Οι ανάγκες για ύπνο εξαρτώνται από το πόσο έχει συνηθίσει να κοιμάται το κάθε παιδί. Σε γενικές γραμμές καλό είναι να κοιμούνται τουλάχιστον 8 ώρες την ημέρα.

Όσον αφορά τον τρόπο μελέτης είναι σημαντικό να ακολουθούν ένα πρόγραμμα, που να είναι μέσα στα πλαίσια των δυνατοτήτων τους. Δηλαδή το πρόγραμμα τους να μην είναι υπερβολικά αυστηρό, κάτι που σημαίνει ότι δε θα μπορούν να το τηρήσουν και για αυτό ακριβώς θα αγχωθούν, αλλά από την άλλη να μην είναι και εντελώς χαλαρό, που θα τους αφήσει να χαλαρώσουν παραπάνω από όσο χρειάζεται, με κίνδυνο να μην πετύχουν τελικά έναν εφικτό στόχο.

Μία έξυπνη πρακτική είναι να κάνουν τακτικά διαλείμματα από το διάβασμα γιατί είναι χρήσιμα στην προσπάθεια που καταβάλλουν, αφού τους ξεκουράζουν σωματικά και διανοητικά.

Βοηθάει επίσης την απόδοσή τους το να έχουν ένα πρόγραμμα δραστηριοτήτων, πέρα από το διάβασμα. Να βγουν μία βόλτα σε ένα ωραίο μέρος μόνοι ή με μία καλή παρέα, να δουν τηλεόραση, να ασχοληθούν με κάποιο χόμπι, όπως ένα είδος σωματικής άσκησης, που τους αρέσει.

Μπορούν να βρουν τεχνικές χαλάρωσης, ή να ακούσουν λίγη μουσική. Το πιο σημαντικό όμως είναι να πιστεύουν στον εαυτό τους και να διατηρούν πάντα μέσα τους ένα κλίμα αισιοδοξίας και θετικής σκέψης.

Πώς να αντιμετωπίσουν το άγχος οι γονείς

Οι γονείς μπορεί να έχουν περισσότερο άγχος και να το μεταδίδουν στα παιδιά και έτσι οι υποψήφιοι να αγχώνονται πλέον όχι από μόνοι τους αλλά επειδή βλέπουν τους γονείς τους να τους πιέζουν και να έχουν χάσει τον ύπνο και την ηρεμία τους λόγω των εξετάσεων. Είναι, επομένως, χρήσιμο να μάθουν να διαχειρίζονται το άγχος τους και να μην φορτώνουν τα παιδιά με τις δικές τους ανασφάλειες σε μία ούτως ή άλλως δύσκολη περίοδο για αυτά.

Συχνά οι γονείς μιλάνε στα παιδιά μόνο για το διάβασμα, δηλαδή δεν υπάρχει κανένα άλλο αντικείμενο συζήτησης και επικοινωνίας. Αυτό είναι ένα συνηθισμένο παράπονο των εφήβων. Ο ρόλος των γονέων απαιτεί να κουβεντιάζουν με τα παιδιά τους για όλα τα θέματα, να ακούνε τα προβλήματά τους, από το πιο ασήμαντο μέχρι τα πιο σοβαρά, να προτείνουν λύσεις και κυρίως να μην επιμένουν στα ίδια ζητήματα, ή να απαιτούν η δική τους άποψη να γίνει δεκτή από τα παιδιά τους ως η πιο ορθή, επικαλούμενοι την εμπειρία της ζωής τους.



Δεν ήρθε το τέλος του κόσμου

Οι εξετάσεις είναι πράγματι μία καθοριστική φάση στη ζωή των παιδιών. Ας μην ξεχνάμε όμως την ουσία, η οποία είναι ότι θα κάνει το παιδί ό,τι μπορεί για να επιτύχει και αν δεν πετύχει θα δει τότε τι άλλες επιλογές έχει.

Δε χρειάζεται ο μαθητής να αγχώνεται ή να πάθει κατάθλιψη προκαταβολικά, φοβούμενος μία πιθανή αποτυχία. Σήμερα υπάρχουν πάρα πολλοί διεξοδοί. Δεν είναι η επιτυχία στις εξετάσεις ο μόνος δρόμος για την επαγγελματική αποκατάσταση και την επιτυχία. Βέβαια από την άλλη πλευρά δεν είναι και λόγος αυτός για να μειωθεί το κίνητρο του μαθητή.

Με λίγα λόγια: ο μαθητής θα δώσει τον καλύτερο εαυτό του στις εξετάσεις και από εκεί και πέρα υπάρχουν και άλλες εναλλακτικές, που μπορεί να σκεφτεί, σε περίπτωση που τα αποτελέσματα δε θα είναι ικανοποιητικά. Το σίγουρο -και αυτό που χρειάζεται να έχουν γονείς και μαθητές στο μυαλό τους- είναι ότι μία πιθανή αποτυχία στις εξετάσεις δε σημαίνει ότι ήρθε το τέλος του κόσμου.

ΠΟΙΗΣΗ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΒΑΦΗΣ

Από την εκδήλωση επ' ευκαιρία των 150 χρόνων από την γέννησή του, και των 80 χρόνων από τον θάνατό του, στο Μέγαρο Μακεδονία του κ. Παναγιώτη Τσάκου.

Η κα Νίκη Σκαρβέλη διάλεξε να αναλύσει δύο από τα ποιήματα του Κων. Καβάφη, τα "Κεριά" και το "Che fece... il gran rifiuto"

"Κεριά"

Του μέλλοντος ημέρες στέκοντ' εμπροστά μας
σε μια σειρά κεράκια αναμένο -
χρυσά, ζεστά, και ζωηρά κεράκια.

Η περασμένες μέρες πίσω μένουν,
μια θλιβερή γραμμή κεριών σβησμένων
τα πιο κοντά βγάζουν καπνόν ακόμα,
κρύα κεριά, λυωμένα, και κυρτά.

Δεν θέλω να το βλέπω • με λυπεί η μορφή των,
και με λυπεί το πρώτο φως των να θυμάμαι.
Εμπρός κυττάζω τ' αναμένο μου κεριά.

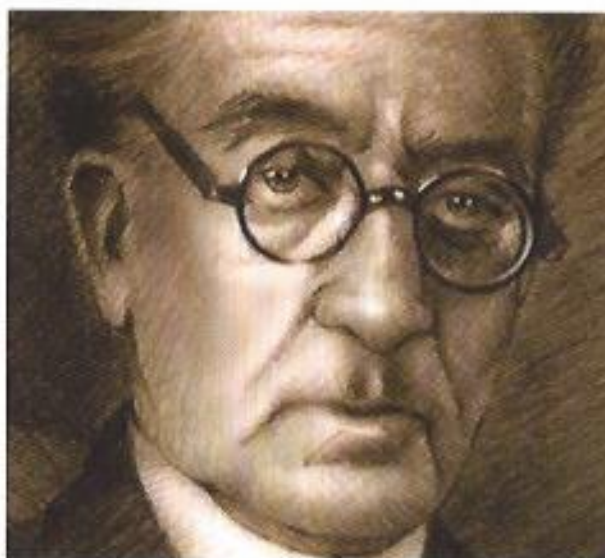
Δεν θέλω να γυρίσω να μη δω και φρίξω
τι γρήγορα που η σκοτεινή γραμμή μακραίνει,
τι γρήγορα που τα σβυστά κεριά πληθαίνουν.

Στο ποίημα Κεριά ο Κωνσταντίνος Καβάφης επιχειρεί να εκφράσει την ανησυχία του για το γαργό πέρας του χρόνου με μια απλή, αλλά εξαιρετικά παραστατική παραμοίωση. Μπροστά βρίσκονται οι μέρες του μέλλοντος σαν μια σειρά από ζωηρά, χρυσά και ζεστά κεριά, ενώ πίσω στέκονται οι μέρες του παρελθόντος, μια θλιβερή γραμμή από σβησμένα κεριά, λυωμένα και κυρτωμένα. Ο ποιητής δε θέλει να κοιτάζει πίσω, τη γραμμή των σβησμένων κεριών, γιατί γνωρίζει πόσο γρήγορα αυτή μακραίνει. Το γαργό πέρας της ζωής είναι μια σκέψη που αναστατώνει τον ποιητή, γι' αυτό κι επιλέγει να κοιτάζει μπροστά, τις μέρες του μέλλοντος, το χρυσά κεριά που συμβολίζουν την ελπίδα και την αισιοδοξία για το μέλλον. Η ένταση της αναστάτωσης που προκαλείται στον ποιητή από το γρήγορο πέρας του χρόνου (Δεν θέλω να γυρίσω

πηγαίνει στην τιμή και στην πεποίθησή του.

Ο αρνηθείς δεν μετανοώνει. Αν ρωτιούνταν πάλι,
όχι θα ξαναέλεγε. Κι όμως τον καταβάλλει
εκείνα τ' όχι — το σωστό — εις όλην την ζωή του.

Το «Che fece... il gran rifiuto» είναι ένα από τα ξεχωριστά ποιήματα του Καβάφη, στο οποίο ο ποιητής καταγράφει τις σκέψεις του σχετικά με τη δύναμη που έχουν μερικοί άνθρωποι να «κάνουν τη μεγάλη άρνηση», να πουν όχι σε ό,τι αναμένεται από αυτούς και να βασίσουν αντίθετο στο ρεύμα. Το ποίημα αυτό είναι εξόχως αντιπροσωπευτικό για τη ζωή του ποιητή, που δε δίστασε να έρθει σε σύγκρουση με όλα, τις συμβάσεις της εποχής του, τόσο σε



Είναι, βέβαια, σημαντικό να γίνει αντιληπτό πως οι άνθρωποι που θα πουν το ναι, καταλήγουν σ' αυτήν την απόφαση γιατί είναι σύμφωνη με τις απόψεις και τις εσωτερικές ανάγκες τους. Επιλέγουν να απαντήσουν θετικά, όχι γιατί εξαναγκάζονται, αλλά γιατί η απόφαση αυτή εκπληρώνει την ανάγκη τους να ζήσουν σε συμφωνία με τη θέση τους και σε συμφωνία με το τι αναμένεται και απαιτείται από αυτούς.

Ο αρνηθείς δεν μετανοώνει. Αν ρωτιούνταν πάλι,
όχι θα ξαναέλεγε. Κι όμως τον καταβάλλει
εκείνα τ' όχι — το σωστό — εις όλην την ζωή του.

Εκείνοι που θα αρνηθούν, εκείνοι που θα πουν το μεγάλο Όχι, φτάνουν σ' αυτή την απόφαση συνειδητά και όσες φορές κι αν έρχονταν αντιμέτωποι με το ίδιο δίλημμα, πόλι όχι θα έλεγαν. Κι, όμως, αυτό το όχι θα το πληρώνουν σε όλη τους τη ζωή, γιατί η άρνησή τους αυτή σημαίνει πως επιλέγουν να μη συμβιβαστούν με τις απαιτήσεις και τις αξιώσεις των άλλων, επιλέγουν να έρθουν σε ρήξη με τις κοινωνικές προσδοκίες και συμβάσεις, χαράζοντας το δικό τους δρόμο. Το μεγάλο Όχι απαιτεί μεγάλη δύναμη και αποφασιστικότητα, καθώς η κοινωνία δε συγχωρεί εκείνους που δεν συμμορφώνονται με τις επιταγές της. Το μεγάλο Όχι συνοδεύει για πάντα εκείνους που τόλμησε να το πει και τον βορύνει σαν μια συνεχής επίκριση, σαν μια συνεχής αποδοκιμασία. Κι ενώ οι άνθρωποι που θα πουν το όχι χρειάστηκαν μεγαλύτερο κουράγιο και περισσότερη ψυχική δύναμη, από εκείνους που είπαν το ναι, δεν γίνονται αποδέκτες ανάλογης τιμής και σεβασμού. Αντίθετως, βιώνουν την απόρριψη και τον ψόγο των συμπατριωτών τους, μόνο και μόνο γιατί δε δέχτηκαν να ζήσουν σύμφωνα με τις παραδεδομένες αντιλήψεις. Το όχι που θα πουν οι άνθρωποι που θα έχουν το κουράγιο να αρνηθούν είναι σωστό γι' αυτούς, γιατί συμβαδίζει με τις πεποιθήσεις και τις απόψεις τους, εκφράζει

να μη του παρ' φρίκης, αποστασίου και πάλι τον παρρησιαστικό φόβο του θανάτου. Ο φόβος αυτός βέβαια -που ελάχιστα βρίσκεται έκφραση στο παικτικό έργο του Καβάφη- υπανασταλεί αλλά δεν διατυπώνεται, καθώς ο ποιητής κοιτάζοντας τα χρυσά κεριά του μέλλοντος αισθάνεται πως δεν είναι ανάγκη να έρθει ακόμη αντιμετώπισης μ' αυτό το ενδεχόμενο. Άλλωστε, όταν ο Καβάφης έγραφε αυτό το ποίημα ήταν 36 ετών, οπότε ο φόβος του θανάτου αποτελούσε περισσότερο μια ανησυχιακή σκέψη παρά έναν άμεσο προβληματισμό. Ο ποιητής αντανακλάται φυσικά, πως όσο κι αν τρομάζει με την ταχύτητα που περνούν οι μέρες της ζωής του, δεν μπορεί να κάνει τίποτα για να αντιμετωπίσει τη σωρευτική κίνηση του χρόνου. Έτσι, η μόνη διαφυγή από τη θλίψη που του προκαλεί η θέαση των αψησμένων κεριών είναι να διατηρεί την προσοχή του στα όμορφα κεριά του μέλλοντος. Παρόλα που γνωρίζει πως οι μέρες του θα συνεχίσουν να περνούν και η σκοτεινή γραμμή θα συνεχίσει σταθερά να μακρύνει, εντούτοις πιστεύει πως αν κοιτάζει μπροστά τις υποσχόμενες μέρες του μέλλοντος θα μπορέσει να λησμονήσει την ανησυχία του για το χρόνο που έφυγε.

Όποιασ ασχολήθηκε με τον ποιητή Καβάφη ασφαλώς θα πρόσεξε πως κάθε ποίημά του εκφράζει και μια βαθύτερη έννοια. Ο ποιητής Καβάφης γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Αλεξάνδρεια από πλούσιο οικογένεια, ασχέτως εάν έχασαν μετέπειτα την περιουσία τους, σε μια εποχή που ανέδειξε μεγάλους ευεργέτες, όπως ένας Μπενάκης, ένας Αβέρωφ, Αντωνιάδης, Ζερβουδάκης κ.λ.π.

Μεγάλοι ευεργέτες που χτίζουν σχολεία, εκκλησίες, νοσοκομεία, ορφανοτροφεία. Νομίζω κι εγώ ότι έχει μεγάλη σχέση για το πώς μεγαλώνει κανείς και πώς επιδρά στην ζωή του η παιδική ανατροφή του. Έτσι, όταν έρθει η ώρα να πουν στη ζωή τους το μεγάλο Ναι ή το μεγάλο Όχι φανερώνεται έτοιμο μέσα τους και λέγοντάς το πηγαίνει πέρα στην τιμή και στην πεποίθησή τους.

Αυτό το άλλο του ποίημα, η μεγάλη άρνηση «Che fece... il gran rifiuto» είναι ένα από τα ξεχωριστά ποιήματα του Καβάφη.

Κωνσταντίνος Καβάφης

«Che fece... il gran rifiuto»

Σε μερικούς ανθρώπους έρχεται μια μέρα που πρέπει το μεγάλο Ναι ή το μεγάλο Όχι να πούνε. Φανερώνεται αμέσως όποιος τό 'χει έτοιμο μέσα του το Ναι, και λέγοντάς το πέρα

επίπεδο ποιητικής δημιουργίας όσο και σε επίπεδο προσωπικών επιλογών. Ο Καβάφης πλήρως ακριβά την άρνησή του να συμβιβαστεί με την τρέχουσα πθική, αλλά και με τις ξεπερασμένες ιδέες περί ποιητικής, αντιμετώπισε την περιφρόνηση των συγχρόνων του, θεωρήθηκε αιρετικός και με δυσκολία κατόρθωσε να επιβάλλει την παρουσία του στα νεοελληνικά γράμματα.

Αναλυτικότερα:

Σε μερικούς ανθρώπους έρχεται μια μέρα που πρέπει το μεγάλο Ναι ή το μεγάλο Όχι να πούνε.

Οι εισαγωγικοί στίχοι του ποιήματος μας παρουσιάζουν εξορκώς τον προβληματισμό του ποιητή. Κάποια στιγμή «μερικοί άνθρωποι» καλούνται να επιλέξουν για κάτι εξαιρετικά σημαντικά στη ζωή τους, έρχονται δηλαδή αντιμετώπιση μ' ένα κρίσιμο δίλημμα, με μια τόσο σημαντική απόφαση που θα καθορίσει συνολικά τη ζωή τους. Είναι η στιγμή που θα πρέπει να πουν το μεγάλο Ναι ή το μεγάλο Όχι. Το ναι αυτό μπορεί να αφορά είτε το συμβιβασμό με κάτι που απαιτείται από αυτούς είτε την ανάληψη μιας εξαιρετικά σημαντικής ευθύνης, και αντιστοίχως, το όχι λειτουργεί ως άρνηση σε επιβεβλημένους συμβιβασμούς ή σε ευθύνες που βαρύνουν υπέρμετρα. Ο ποιητής, μη θέλοντας να περιορίσει το νοηματικό εύρος των στίχων του, δεν καθορίζει το τι αφορά η σημαντική αυτή απόφαση, αφήνοντας έτσι τους στίχους αυτούς ανοιχτούς σε πολλαπλές ερμηνείες, αλλά και έτοιμους να εκφράσουν τον προβληματισμό πολλών ανθρώπων.

Ο Καβάφης, πάντως, τονίζει πως το ποίημα αυτό αφορά «μερικούς ανθρώπους», όχι όλους, κι αυτό σφενός γιατί ο ποιητής δεν πρέσβευε ποτέ ότι τα ποιήματά του καλύπτουν τις ανησυχίες όλων των ανθρώπων κι αφετέρου διότι για πολλούς ανθρώπους δεν τίθενται ποτέ τόσο σημαντικά διλήμματα στη ζωή τους.

Φανερώνεται αμέσως όποιος τό 'χει έτοιμο μέσα του το Ναι, και λέγοντάς το πέρα πηγαίνει στην τιμή και στην πεποίθησή του.

Από τους ανθρώπους που θα έρθουν αντιμετώπιση με το σημαντικό δίλημμα, εκείνοι που είναι έτοιμοι να ανταποκριθούν σε αυτό που τους ζητείται, οι άνθρωποι που έχουν το Ναι έτοιμο μέσα τους, φανερώνονται αμέσως. Είναι οι άνθρωποι που εμφανίζονται έτοιμοι και πρόθυμοι να ζήσουν σύμφωνα με τις απαιτήσεις που έχουν οι άλλοι από αυτούς, είναι εκείνοι που θέλουν, με κάθε τρόπο, να φανούν αντάξιοι των προσδοκιών που υπάρχουν γι' αυτούς. Οι άνθρωποι που έχουν έτοιμο το μεγάλο Ναι, επιλέγουν να εκπληρώσουν τις απαιτήσεις που εγείρονται από τον κοινωνικό τους περίγυρο και κάνοντάς το αυτό επιτυγχάνουν να γίνουν αποδεκτοί από τους άλλους και να τιμηθούν για την επιλογή τους.

Οπότε η ηρωική ηρωική τους ταυτότητα είναι το υπερβατικό Ναι με τις απόψεις της κοινωνίας, γι' αυτό και τιμωρούνται για την άρνησή τους.

Η μεγάλη άρνηση, επομένως, αποτελεί σύμφωνα με τον ποιητή μια επιλογή που απαιτεί ψυχικό σθένος και δυναμισμό και δεν μπορεί να γίνει από δειλούς ή αδύναμους ανθρώπους. Ο Καβάφης, δηλαδή, παίρνοντας τον στίχο από την Κόλαση του Δάντη: «che fece per villa il gran rifiuto» αφαιρεί το per villa (από δειλία), το οποίο στο κείμενο του Δάντη αναφέρεται σε συγκεκριμένο πρόσωπο, και μας δίνει μια διαφορετική εκδοχή για τους ανθρώπους που λένε το μεγάλο Όχι. Ενώ, δηλαδή, ο στίχος του Δάντη αποτελεί το αρχικό έναυσμα για το καθαφικό ποίημα, ο Καβάφης απομακρύνεται από τη σκέψη του Δάντη για εκείνον που από δειλία έκανε τη μεγάλη άρνηση, και παρουσιάζει ένα ποίημα για να τιμήσει τους μεγάλους αρνητές, τους ανθρώπους εκείνους που έχουν το θάρρος και τη δύναμη να πουν όχι στην τρέχουσα πθική, στις κοινωνικές συμβάσεις, στις ξεπερασμένες ποιητικές τεχνικές και σε ό,τι άλλο η κοινωνία επιχειρεί να επιβάλλει στους ανθρώπους, εγκλωβίζοντάς τους σ' ένα συγκεκριμένο τρόπο ζωής και σκέψης. Ο Καβάφης γνωρίζει τι σημαίνει να λες όχι και πόσο κοστίζει το όχι, γι' αυτό και δεν δέχεται για κανένα λόγο το per villa του δαντακού στίχου.

Κι όμως όταν κάποιος άλλος είπε το ναι και επέτυχε υπό διάφορες συνθήκες και παραχωρήσεις, η επιτυχία αυτού του άλλου αντανακλά εις βάρος του αρνηθέντος και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο αν και ο Αρνηθείς γνώριζε πως το όχι του ήταν σωστό, μολατούτα τούτο το όχι τον βαραίνει σε όλη του την ζωή. Τον κάνουν να τον βαραίνει οι υποψίες, οι φλυαρίες, οι επιτιμήσεις και παραποιήσεις των πολλών. Όμως, ο αρνηθείς δεν μετανιώνει. Αν ρωτούνταν, πάλι όχι θα ξαναέλεγε. Κι όμως τον καταβάλλει εκείνο το όχι - το σωστό- εις όλη του την ζωή!

Σαν τα κεριά που ανάβουν και σβήνουν, έτσι και τα χρόνια της ζωής έρχονται και φεύγουν. Πόσες φορές μέσα σ' αυτό τα χρόνια έπρεπε να επιλέξουμε μεγάλο και μικρό Ναι και Όχι! Φανερώνεται όμως αμέσως όποιος το 'χει έτοιμο μέσα του το Ναι και λέγοντάς το πέρα πηγαίνει στην τιμή και στην πεποίθησή του...

Ν. Σκαρβέλη



Παρακμή ή Μετασχηματισμός των Κοινωνικών Κινήματων

γράφει ο **Γιάννης Μετεκίδης**
φοιτητής Παντείου Πανεπιστημίου
μέλος του Δ.Σ. Φίλων του Δρομοκαϊτείου



Κατά τον Alain Tourain τα κοινωνικά κινήματα δε μπορούν να ταυτιστούν με προσπάθειες για θεσμικές μεταρρυθμίσεις, αλλά μπορούν να γίνουν κατανοητά ως αντι-πολιτισμικές ή «εναλλακτικές» μορφές συλλογικής δράσης ή και ως κινήματα διαμαρτυρίας, που απευθύνονται σε μορφές κοινωνικής οργάνωσης.

Αυτοί οι δύο τύποι συλλογικής δράσης, σε μεγαλύτερο βαθμό «πολιτισμικοί» ή «κοινωνικοί», φαίνονται να εμφανίζονται τη δεκαετία του '70 και του '80. Τόσο το μέλλον τους όσο και η ίδια η φύση αυτών, τα οποία είχαν αναφερθεί πριν από περίπου δέκα χρόνια ως «το νέο κοινωνικό κίνημα», φαίνεται να είναι αβέβαια. Αυτοί που μελετούν τα κοινωνικά κινήματα έχουν καταλήξει σε δύο απόψεις σχετικά με το μέλλον αυτών των κινήματων.

Η πρώτη άποψη βλέπει το τέλος των κοινωνικών κινήματων, επειδή προσδιορίζονται ως οργανωμένες συλλογικές δράσεις που στοχεύουν στο μετασχηματισμό της κοινωνικής τάξης. Σύμφωνα με αυτούς τους παρατηρητές, η εποχή μας χαρακτηρίζεται από κινήματα που υπερασπίζονται ή προσπαθούν να επεκτείνουν την ατομική ελευθερία και αντιτίθενται στη δύναμη του κράτους. Ο κοινωνικός και πολιτικός χώρος αποτελεί διεκδικούμενο τόπο μεταξύ μίας όλο και πιο ατομιστικής ιδιωτικής ζωής, που προσδοκά από την κοινωνία να είναι πιο ανεκτική και στις διεθνείς σχέσεις, οι οποίες διέπονται από την αντιπαράθεση μεταξύ των δύο πυρηνικών υπερδυνάμεων και την αντίσταση του Ισλάμ και άλλων κοινοτικών κινήματων προς τη λειττοκοποίηση. Τα κοινωνικά κινήματα και ειδικότερα τα πιο σημαντικά

Το θάρρος να μην είμαστε τέλειοι

γράφει η **Μαρία Φράγκου**



Ο θαρράλεος άνθρωπος αντιμετωπίζει μια κατάσταση ή ένα καθήκον εξετάζοντας περισσότερο τις δυνατότητες που έχει και τις πιθανές λύσεις, παρά βλέποντας μόνο κινδύνους και απειλές. Έτσι, ο θαρράλεος άνθρωπος κινείται μπροστά και δεν καθυστερεί, ούτε υποχωρεί μπροστά σε μια δύσκολη κατάσταση. Το θάρρος καταλήγει στην αισιοδοξία και σε μια θετική αντιμετώπιση. Το θάρρος μάς επιτρέπει να χρησιμοποιούμε πλήρως όλες τις δυνατότητες που έχουμε. Η αυτοπεποίθηση και η ικανότητα να αντεπεξέρχεται στις δυσκολίες, βοηθάνε το θαρράλεο άνθρωπο να βρίσκει λύσεις και να βλέπει περισσότερες δυνατότητες από αυτόν που είναι αποθαρρυσμένος. Συγκεντρώνοντας την προσοχή του στο ίδιο το έργο παρά στο αποτέλεσμα, είναι ελεύθερος να δει περισσότερες εναλλακτικές λύσεις.

Αντίθετα, ο αποθαρρυσμένος άνθρωπος είναι απαισιόδοξος. Ξεκινά με την προϋπόθεση ότι δεν έχει καμιά ελπίδα να πετύχει. Φοβισμένος και γεμάτος αρνητικές προσδοκίες, έχει από την αρχή την τοποθέτηση: «γιατί να προσπαθήσω;» Τον απασχολεί υπερβολικά η θέση και το γόνιτρό του. Και η υπερβολική ανησυχία



το εργατικό κίνημα, διαλύονται, επειδή τα δημοκρατικά μας πολιτεύματα μπορούν να ανταποκριθούν στις κοινωνικές διεκδικήσεις με θεωρικές μεταρρυθμίσεις και επειδή τα ίδια τα κοινωνικά κινήματα έχουν συχνά μετασχηματιστεί σε όργανα ισχύος και καταπίεσης, παρά διαμαρτυρίας. Η δεύτερη άποψη υποστηρίζει ότι βιώνουμε μία περίοδο μετάβασης, ανάμεσα στην παρακμή του εργατικού κινήματος και το σχηματισμό νέων κοινωνικών κινήματων, τα οποία ανήκουν στη μεταβιομηχανική κοινωνία. Σε αυτή την κοινωνία, η βιομηχανοποιημένη παραγωγή και η διάδοση των συμβολικών και πολιτισμικών αγαθών, λαμβάνει τον κεντρικό ρόλο, ο οποίος ανήκει στις «παραγωγικές δυνάμεις» στη βιομηχανική κοινωνία. Αυτή η περίοδος μετάβασης είναι με πολλούς τρόπους παρόμοια με το πρώτο μισό του δέκατου ένατου αιώνα, όταν τα κοινωνικά προβλήματα, όπως η φτώχεια και η προλεταριοποίηση, ήταν πιο εμφανείς από ό,τι τα αποσπασματικά και καταπιεσμένα κοινωνικά κινήματα.

Αυτές οι δύο ερμηνείες φαίνεται να είναι εντελώς αντίθετες μεταξύ τους, όμως δεν είναι, ωστόσο αλληλοαναιρούνται. Εδώ πάλι, είναι χρήσιμη μία σύγκριση με το δέκατο ένατο αιώνα. Για τους φιλελεύθερους, η αιτία και το συμφέρον έμελλαν να αντικαταστήσουν την παράδοση και το προνόμιο. Πίστευαν ότι μία ανοικτή οικονομία και μία φιλελεύθερη κοινωνία θα επέτρεπαν την καλύτερη χρήση των υλικών και ανθρωπίνων πόρων και θα ενίσχυαν την ελευθερία έκφρασης αλλά και την μετάδοση των ιδεών. Τέτοιες απόψεις δεν απορρίφθηκαν από εκείνους που ταύτισαν τη βιομηχανοποίηση με την ανάπτυξη μίας νέας οικονομικής κυριαρχίας και την ταξική πάλη. Ο Μαρξ μίλησε για την επαναστατική δράση της αστικής τάξης και οι πιο πολλοί σοσιαλιστές διανοούμενοι πίστευαν τόσο στην πρόοδο όσο και στην ταξική πάλη, προσδοκούσαν ωστόσο την ανάπτυξη των παραγωγικών δυνάμεων για να ξεπεραστεί με φυσιολογικό τρόπο, όσο και μέσω της στοχευόμενης δράσης, η κυριαρχία των ιδιωτικών συμφερόντων.

Οι επικριτές κοινωνιολόγοι ωστόσο, ανακαλύπτουν συγκρούσεις όχι μόνο στην παραγωγή, αλλά και σε όλες τις πτυχές της κοινωνικής ζωής και βλέπουν νέα κοινωνικά κινήματα που αμφισβητούν την κοινωνική οργάνωση ως σύνολο και προτείνουν εναλλακτικές μορφές κοινωνικού, οικονομικού και πολιτιστικού βίου.

• Στο παραπάνω κείμενο υπάρχουν στοιχεία και ιδέες από το βιβλίο του Alain Tourain "Social Change and Modernity".

για το τι θα σκεφτούν οι άλλοι, περιορίζει τις επιλογές του. Αντί ν' αντιμετωπίσει μια δουλειά σαν μια πρόκληση, σαν μια δυσκολία που μπορεί να υπερπηδήσει, σκέφτεται: «Πώς θα φανώ στους άλλους αν δεν τα καταφέρω;». Η αποθάρρυνση καλλιεργεί μια βαθιά πεποίθηση ότι: «είμαι ανίκανος να διορθώσω ή να βελτιώσω ό,τι δεν πάει καλά». Όταν ένας άνθρωπος είναι αποθαρρυνμένος καμιά απλή επιβεβαίωση της αξίας του δεν θα επιφέρει την αλλαγή, γιατί θεωρεί αληθινές ορισμένες λαθεμένες υποκειμενικές κρίσεις για τον εαυτό του και για την κατάστασή του. Η ιδιωτική λογική αυτού του ανθρώπου ενισχύει αυτές τις λαθεμένες υποκειμενικές κρίσεις για τον εαυτό του. Δεχόμενος αυτές τις πεποιθήσεις αναπτύσσει και δημιουργεί εμπειρίες που ενισχύουν τις λαθεμένες του αντιλήψεις και αγνοεί οτιδήποτε που θα τις έθετε σε αμφισβήτηση.

Ορισμένες στάσεις υποκινούν και προάγουν την αποθάρρυνση. Οι προσδοκίες επηρεάζουν έντονα τις ανθρώπινες σχέσεις. Οι αρνητικές προσδοκίες που μας επηρεάζουν ώστε να αμφισβητούμε το σχέδιό μας, στην πραγματικότητα μας αποθαρρύνουν. Ένας πρωταρχικός παράγοντας αποθάρρυνσης είναι η καθιέρωση παράλογα υψηλών απαιτήσεων, είτε από την εξουσία είτε από τον εαυτό μας. Αυτά τα πρότυπα ποτέ δεν παύουν να μας υπενθυμίζουν ότι δεν τα έχουμε φτάσει ακόμα. Ποτέ, τίποτα δεν είναι τόσο καλό όσο θα έπρεπε να είναι. Στην πραγματικότητα, η φράση «θα 'πρεπε» αποτελεί απόδειξη κάποιας αποθάρρυνσης. Όταν λέμε «θα 'πρεπε», επιβάλλουμε στον εαυτό μας μια απαίτηση, που πιθανό να είναι εξωτερική. Και αρνιόμαστε το πραγματικά μας συναισθήματα. Ίσως είναι μια έκφραση που επιδιώκει να ευχαριστήσει ή να επισύρει την έγκριση. Εκφράζει καλές προθέσεις π.χ. «θα 'πρεπε να τους καλέσω σε δείπνο... να τηλεφωνήσω σπίτι... να γράψω...» Έτσι, μ' αυτές τις φράσεις, μειώνεται η ανάγκη να ενεργήσουμε σύμφωνα με την πρόθεσή μας.

Όταν αντιμετωπίζουμε τη ζωή σαν ένα αγώνα για να υπερισχύσουμε, τότε αποθαρρυνόμαστε, εφόσον δεν μπορούμε να είμαστε πάντα πρώτοι, ή νικητές. Επίσης, και η υπερβολική φιλοδοξία έχει μια αποθαρρυντική επίδραση, εφόσον μας κατευθύνει προς την τελειότητα και μας κρατάει συνεχώς ανικανοποίητους με την πρόδοό μας.

Μελετήστε με ποιο τρόπο οι αρνητικές σας προσδοκίες, τα υψηλά πρότυπα, η ανταγωνιστική στάση και η υπερβολική φιλοδοξία μπορούν να επηρεάσουν τη δική σας αποθάρρυνση.

Για να παραδεχτούμε τον εαυτό μας χρειάζεται να εγκαταλείψουμε την τελειοκρατία, την τάση δηλαδή προς την τελειότητα. Καί' αρχάς, η τάση αυτή έχοντας ως πρότυπο και αποβλέποντας στην άφραση και εξωνθρώπινη τελειότητα συχνά λειτουργεί αποθαρρυντικά για όλους μας. Ειδικά μάλιστα στον πολιτισμό μας, η υπερβολική έμφαση που δίνεται στο να είμαστε σωστοί, σωστότεροι από τους άλλους, και να κάνουμε τα πράγματα απόλυτα σωστά, το μόνο που πετυχαίνει είναι να μειώνει την αυτοπεποίθηση. Έχει μεγαλύτερη σημασία να αναγνωρίσουμε ότι το σωστό και το λάθος είναι κρίσεις ή αξίες που εξαρτώνται από τις αντιλήψεις κάθε ανθρώπου. Επί αιώνες, οι φιλόσοφοι αναζητούσαν την «αλήθεια», και όμως κανένας δεν μπόρεσε ν' αποφύγει την υποκειμενικότητα με την οποία ο καθένας μας βλέπει τη δική του «αλήθεια» και συγκροτεί τη δική του «ιδιωτική λογική».

• Όλες οι πληροφορίες έχουν παρθεί ανεξαιρέτως από το βιβλίο «Μάθε να παραδέχεσαι, να ενθαρρύνεις, να πειθαρχείς και να σέβεσαι τον εαυτό σου και τους άλλους» των συγγραφέων Ντον Ντινκμέγιερ, Γκάρντ ΜακΚαίν και Τζων Κάρλσον. Η μετάφραση έχει γίνει από την Εύη Νάντσου. Τέλος, το βιβλίο εκδόθηκε στην Αθήνα το 1979 από τις εκδόσεις ΘΥΜΑΡΙ.

ΤΑ ΡΩ ΤΟΥ ΕΡΩΤΑ (Οδυσσεάς Ελύτης)

ΤΟ ΚΟΧΥΛΙ

Έπεσα για να καλυμψώ
κι άφησα την καρδιά μου πίσω

Άφησα την καρδιά μου χάμω
σαν το κοχύλι μες στην άμμο

Πέρασαν όλες οι κοπέλες
με τα μαγιά και τις ομπρέλες

Ύστερα πέρασαν οι φίλοι
κανείς δε βρήκε το κοχύλι

Χρόνους και χρόνους καλυμψάω
πού να 'ν' η αγάπη για να πάω

Έφαγε η θάλασσα το βράχο
κι έμεινε το νησί μονάχο.

Μετά από
ανάγνωση του
ποιήματος «Το
Κοχύλι» μέσα
από την ποιητική
συλλογή «Τα
Ρω του Έρωτα»,
του Οδυσέα
Ελύτη θεώρησα
ότι είναι το πιο
καλοκαιρινό



Ο ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο ΘΑΛΑΣΣΙΤΗΣ



Ο κατ' εφεχόν προστάτης άγιος των ναυτικών μας είναι ο Άγιος — (απόσπασμα αναδημοσιεύει ο λαογράφος Νίκος Πολίτης στα

αναγνώστω για να σας αποχαριτηθώ για καλό καλοκαίρι.

«Χρόνους και χρόνους κολυμπάω
που να 'ν 'η αγάπη για να πάω...».

Παρατηρώ ότι συνειδητά ή οσυνειδητά όλοι μας κολυμπάμε στη ζωή, η οποία ζωή ταυτίζεται με μία θάλασσα με άπειρες επιλογές και άπειρες δυνατότητες ή αλλιώς άπειρες βουτιές. Στην ζωή όπως και στην θάλασσα έχουμε δύο επιλογές, είτε να αγναντεύουμε το άπειρο γαλάζιο από την στεριά είτε να πέφτουμε με θόρυβος μέσα στα γαλανά νερά της. Μάλλον αυτός είναι και ο λόγος που ποτέ δεν επιθυμούσα να κοιτάω μονάχα τη θάλασσα γιατί διέκρινα πως με μελαγχολούσε, μελαγχολούσα με όλες αυτές τις σκέψεις στα άδυτά της.

Αντιθέτως ήθελα να βουτάω, να παίρνω πρωτοβουλίες και όχι να την κοιτάω, γιατί μέσα μου βαθιά την φοβόμουν την θάλασσα. Ήθελα κολυμπώντας να φτάνω στην πιο μακρινή βάρκα, «την βάρκα των όρκων και των επιθυμιών», να βουτάω βάζοντας σημάδι τον πιο μακρινό βράχο και κοιτώντας τον να φτάσω και εκεί. Έτσι και έφτανε και με αυτόν τον τρόπο νικούσα την ίδια τη θάλασσα ξεπερνώντας τους φόβους μου, αγκαλιάζοντας τις βουτιές στα άδυτά της, ερχόμουν όλα και πιο κοντά σε μένα και στην αποδοχή των επιλογών μου. Όλοι μοιάζουμε σαν το θαμμένο καχύλι μέσ' την άμμο, που μόνοι μας χρειάζεται να κολυμπήσουμε για να πάμε και λίγο παρακάτω...

Σας ευχαριστώ όλους

Καλό καλοκαίρι

Παναγιάννη Κυριακή

Νικόλαος ή όπως οι ίδιοι τον αποκαλούν ο Άη-Νικόλας.

Το όνομά του βρίσκεται στα χείλη τους κι η εικόνα του στα καράβια. Η λατρεία τούτη κρατάει αιώνες και συνεχίζεται σαν ένα από τα βαθύτερα Βιώματα της Ελληνικής ναυτασύνης.

Ο Άη-Νικόλας γεννήθηκε στα Πάταρα, λιμάνι γνωστό από την αρχαιότητα στα παράλια της Λυκίας - που βρίσκεται απέναντι της Ρόδου, στην Μικρά Ασία, έγινε επίσκοπος Μύρων της Λυκίας, όπου έζησε και πέθανε τον τέταρτο αιώνα.

Τα Μύρα είναι το λιμάνι απ' όπου ο Ρωμαίος εκατόνταρχος, που συνόδευσε τον απόστολο Παύλο στη Ρώμη για να καταδικαστεί, τον επιβίβασε σε ένα αλεξανδρινό μεγάλο σταράδικο πλοίο, που ξώκειλε στις ακτές της Μάλτας.

Το ιερό λείψανο του Άη-Νικόλα διατηρείται σήμερα στο Μπάρι της Ιταλίας. Όπως ξέρουμε στις 4 του Δεκέμβρη είναι η μνήμη της Αγ. Βαρβάρας, στις 5 του Αγ. Σάββα και στις 6 του Άη Νικόλα.

Οι γιορτές αυτές συμπίπτουν με την περίοδο, όπου ξεσπούν στο Αιγαίο μεγάλες βουρχειμωνιές και σφοδρές θαλασσοταραχές που τόσο συχνά αναφέρονται στην λαϊκή μας ποίηση. Ένα βορειοελλαδίτικο δημοτικό ποίημα λέει: **«Άγια Βαρβάρα βαρβαρώνει / Άγιος Σάββας σαβανώνει / κι Άη Νικόλαος παραχώνει».**

Οι ναυτικοί που θαλασσοδέρνονται στα πέλαγα την εποχή των «Νικολοβάρβρων» φυσικό είναι να επικαλούνται την Βοήθεια των Αγίων που γιορτάζουν τις μέρες εκείνες.

Ο Άη-Νικόλας γέννημα λιμανιού και δεσπότης λιμανιού είναι παράλληλα κι ο μεγαλύτερος κι ο επισημότερος Άγιος των αρχών του Δεκέμβρη. Έτσι φυσικά και απλά επικράτησε η προσωπικότητά του στην πίστη των Χριστιανών ναυτών. Τα θαύματα κορυφαία ανάμεσα στους θαλασσινοούς Αγίους. Η θέση του Άη-Νικόλα κατακτήθηκε από τον ίδιο με την πλούσια θαυματουργή του δράση, όπου πολλά είναι τα ναυτικά του θαύματα.

Ένα από τα σημαντικότερα περιγράφεται από τον Φραγκ Σκούφο λόγιο του 17ου αιώνα στο έργο του «Τέχνη της ρητορικής»

λαογραφικά σημ. Α' σελίδα 96). Εταξίδευε ο Άη-Νικόλας με άλλους προσκυνητές για τους Αγίους Τόπους κι ο καιρός καλός κι ευνοϊκός. Οι διάβολοι με αρχηγό τους τον Εωσφόρο βλέποντας τον καιρό έφριξαν και θέλοντας να εμποδίσουν το καράβι να φθάσει στον προορισμό του, εξαπόλυσαν δυνατούς ανέμους, αστραπές και αστροπελέκια. Το σκάφος, έχανε ένα - ένα τα πανιά του, τις αντένες και τα κατόρτια του κι οι ναύτες έβλεπαν το θάνατο σίγουρο κι επικείμενο. Μόνο ο Άγιος δεν φοβήθηκε, γιατί ήταν αρματωμένος με την ελπίδα στο Θεό. Θέλοντας να γελοιοποιήσει τον αρχιδιάβολο και το κοπέλιο του, δεν χρειάσθηκε παρά να σηκώσει τα δυο του χέρια προς τον ουρανό και να «Κάνει ολίγην αμμή ένθερμον προσευχήν. Και με τούτην ως με ουράνιο μαγείον του αφανίζει τα σκότη (του Σατανά) του σκορπίζει τα νέφη, του σβήνει τις αστραπές και μεταμορφώνει σε γαλήνη την τρικυμίαν, εις ψυχίαν την ταραχήν, εις γλυκείαν αύραν τον σκληρόν άνεμο».

Στον καθημερινό ναυτικό βίο και σε κάθε περίπτωση η επίκληση του Άη-Νικόλα ήταν συνηθέστατη. Κατά την καθέλκυση νεότευκτου πλοίου από το καρνάγιο ακουόταν η ευχή: «Στο καλό, κι ο Άη-Νικόλας καπετάνιος σου».

Στις ώρες αγωνίας και φόβου οι ναυτικοί αναφωνούσαν: «Άη-Νικόλα τιμονιάριζε το κάθε καρφί του και μάλαμα».

Οι ναυτικοί θέλουν τον αγίο τους στην πιο πάνω επίκληση. Στα αποκρίτικα κόλαντα, που τα παιδιά έφελναν στα αρχοντικά των караβοκύρηδων, η θέση του Αγίου είναι στην πρύμνη, κοντά στο τιμόνι.

**“Εσένα αφέντη πρόπουνε
κατόρτια ασημένια
τα καράβια ν' αρμενίζουνε
και πίσω στο τρικούβεργο
να 'χουν αντένες μπρούτζινες
να είναι ο Άγιος Νικόλας”**

Ευχαριστήρια από τις προσφορές μας προς το ΨΝΑ

Χαϊδάρη, 27 Μαΐου 2013
Αρ. Πρωτ. 7255/711921

Προς

Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου»
Τη Νοσηλευτική Διοίκηση του ΨΝΑ
«Δρομοκαϊτείο»
Τον Πρόεδρο Σ.Δ. του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»

Σας ευχαριστούμε για την έγκριση και την παροχή
4 κιλών ζάχαρη και 1,4 κιλού νεσκαφέ του
Τμήματος Βελέτζειο από το Σωματείο «Οι Φίλοι
του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου».

Η Προϊσταμένη
Αντωνίου Έλενα

Προς

Την Διευθύντρια Νοσοκ. Υπηρεσίας
Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου
Θεραπευτηρίου»

Αθήνα 23 Μαΐου 2013

Παρακαλώ όπως εγκρίνετε την παροχή του
νοσηλευτικού τμήματος «Βελέντζειο» από το Σωματείο
«Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου» των 2
κιλών νεσκαφέ και 4 κιλών ζάχαρη.

Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων

Η Προϊσταμένη
Αντωνίου Έλενα
Ο Πρόεδρος
Ισιδωρος Ιωαν. Πρώιος

Προς

Την Διευθύντρια Νοσοκ. Υπηρεσίας
Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου
Θεραπευτηρίου»

Αθήνα 23 Μαΐου 2013

Παρακαλώ όπως εγκρίνετε την παροχή του
νοσηλευτικού τμήματος «Ν. Σύγγρειο» από
το Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου
Θεραπευτηρίου» των 3 κιλών καφέ φίλτρου
και 10 κιλών ζάχαρη.

Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων

Η Προϊσταμένη
Τσαπάρα Ιωάννα
Ο Πρόεδρος
Ισιδωρος Ιωαν. Πρώιος

Χαϊδάρη 27 Μαΐου 2013
Αρ. Πρωτ. 7253/711919

Προς

Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου»
Τη Νοσηλευτική Διοίκηση του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»
Τον Πρόεδρο Σ.Δ. του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»

Σας ευχαριστούμε για την έγκριση και την προσφορά 5 κιλών ζάχαρη
και 3 κιλών νεσκαφέ από το Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου
Θεραπευτηρίου» στο νοσηλευτικό τμήμα Βελισσάρειο.

Η Προϊσταμένη
Αντωνίου Έλενα

Χαϊδάρη 27/5/2013
Αρ. Πρωτ. 7251/711917

ΠΡΟΣ

Το Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου»
Τη Νοσηλευτική Διοίκηση του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»
Τον Πρόεδρο του Δ.Σ. του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»

Σας ευχαριστούμε για την έγκριση και την προσφορά 3 κιλών καφέ φίλτρου και 10
κιλών ζάχαρη του νοσηλευτικού τμήματος «Σύγγρειο» από το Σωματείο «Οι Φίλοι του
Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου».

Η Προϊσταμένη
Τσαπάρα Ιωάννα

Χαϊδάρη 22/5/2013
Αρ. Πρωτ. 7252/711918

ΠΡΟΣ

Χαϊδάρη 21 Μαΐου 2013

Προς

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ

Τον Πρόεδρο του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»

Τη Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας του ΨΝΑ «Δρομοκαϊτείο»

Παρακαλούμε όπως εγκρίνετε τη δωρεά 10 στρωμάτων άκαυστων και με εξωτερική θήκη από πλαστικοποιημένο ύφασμα αλέκιστο, αδιάβροχο και αδιαπέραστο από όλα τα υγρά, από το Σωματείο σας στο Νοσηλευτικό Τμήμα «Σύγγρειο». Γνωρίζουμε ότι έχετε την ευγενική πρόθεση, από ετών, για προσφορά στον ψυχικά πάσχοντα, την οποία έχετε κάνει πράξη και συνεχώς προσφέρετε τόσο στους θεραπευόμενούς μας όσο και στο προσωπικό του νοσοκομείου.

Σήμερα όλοι βιώνουμε οικονομικές δυσκολίες και αυτές δυσχεραίνουν το έργο μας. Προκειμένου, λοιπόν, να προσφέρουμε όσο το δυνατό καλύτερες και ανθρώπινες συνθήκες νοσηλείας στους ασθενείς και λόγω ακαταλληλότητας των υπάρχοντων πλέον στρωμάτων σας ζητούμε να εξετάσετε το αίτημά μας και να γίνει αποδεκτό, όπως εσείς κρίνετε.

Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων και ελπίζουμε στη θετική απόφασή σας προς όφελος των ασθενών μας.

**Η Προϊσταμένη
Τσαπάρα Ιωάννα**

Προς

Την Διευθύντρια Νοσοκ. Υπηρεσίας

Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου»

Αθήνα 23 Μαΐου 2013

Παρακαλώ όπως εγκρίνετε την παροχή του νοσηλευτικού τμήματος «Βελισσάρεια» από το Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου» των 3 κιλών νεσκαφέ και 5 κιλών ζάχαρη.

Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων

**Η Προϊσταμένη
Αντωνίου Έλενα
Ο Πρόεδρος
Ισιδωρος Ιωαν. Πρώιος**

Τον Πρόεδρο του Συμβουλίου Διοίκηση του ΨΝΑ Δρομοκαϊτείο

Παρακαλώ όπως εγκρίνετε την παροχή 550 τεμαχίων από χοιρινά καλαμάκια και 600 τεμαχίων από γλυκά από το Σωματείο «Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου» για την εορταστική εκδήλωση που θα πραγματοποιηθεί στο νοσοκομείο στις 30 Μαΐου 2013.

**Για το Γραφείο Επιστάσεως
Καϊμάκης Μιχάλης**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΤΤΙΚΗΣ

«ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟ» Ν.Π.Δ.Δ.

ΑΡ. ΠΡΩΤ.: 6948/711614

Χαϊδάρι, 3 Ιουνίου 2013

Προς

Το Σωματείο «ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ»

ΘΕΜΑ : Ευχαριστίες

Αισθανόμαστε επιτακτική την ανάγκη να σας εκφράσουμε δια του παρόντος σημειώματός μας τις θερμές ευχαριστίες μας για την προσφορά σας για την πασχαλιάτικη γιορτή μας, η οποία πραγματοποιήθηκε στις 30-5-2013 και σας συγχαίρουμε εγκορδώς για το ενδιαφέρον σας για τον πάσχοντα συνάνθρωπο που είναι δείγμα του γνήσιου ουμανισμού από τον οποίο εμφορείσθε.

Με βαθιά εκτίμηση

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

ΙΣΙΔΩΡΟΣ ΠΡΩΙΟΣ



Από την Πασχαλινή εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία των «Φίλων του Δρομοκαΐτειου» με το Δρομοκαΐτειο ίδρυμα. Διακρίνονται ο πρόεδρος κος Πρώϊας, ο πρώην πρόεδρος κος Τσικής, ο διευθυντής, η διοικήτρια, η διευθύντρια του Νοσοκομείου, η πρόεδρος των «Φ.Δ.» κα Σκαρβέλη και η κα Τσιμπλή



Στο Πασχαλιάτικο τραπέζι
οι τρόφιμοι του ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ Θεραπευτηρίου



Προσφορά στους ασθενείς από την κα Μαρκ. Φυστέ
και την κα Λιλή Μπατζόγλου



Χαρούμενη για την προσφορά της, η κα Μαρίζα Νικολαΐδου, μέλος του Δ.Σ. του Σωματείου μας, με τους τροφίμους του ιδρύματος



Από την επίσκεψη στο Δρομοκαΐτειο ίδρυμα. Διανομή εκλεκτών ειδών ένδυσης από το στοκ των καταστημάτων Σαδικάκη στον Πειραιά. Διακρίνονται μέλη του Δ.Σ. του Σωματείου. Ο κος Μετεκίδης, η πρόεδρος, η κα Φυστέ, η κα Νικολαΐδου, με τροφίμους του ιδρύματος



Από την διανομή το Πάσχα στους ασθενείς. Διακρίνονται η ταμίας κα Α. Μπατζόγλου, η ψυχίατρος Μάρθα Παπαδοπούλου, και η ψυχολόγος - μέλος του Δ.Σ. του Σωματείου μας κα Μαρκέλλα Φυστέ



Οι φίλες του ΣΦΔ που προσέφεραν και παρευρέθησαν την ημέρα της προσφοράς μας, κ.κ. Μαργαρίτα Αθανασοπούλου και Ντόλι Χασιδ. Η κα Τούλα Τσιουράκη με την μεγάλη της προσφορά δεν φωτογραφίζεται όμως έχει τις μεγάλες ευχαριστίες μας.

Συντακτική Επιτροπή : Α. Σκαρβέλη Διευθύντρια (Πρόεδρος Δ.Σ.), Κ. Παπαγιάννη, Ε. Τσιμπλή, Γ. Μετεκίδης, Μ. Φυστέ

Υπεύθυνη Οικονομικών: Ε. Μπατζόγλου - Καλλιτεχνική Επιμέλεια: Νίκη Σκαρβέλη

Επιμέλεια - Παραγωγή - Εκτύπωση: Δ. ΔΕΣΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ

* ΤΑ ΕΝΥΠΟΓΡΑΦΑ ΑΡΘΡΑ ΕΚΦΡΑΖΟΥΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ