



ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΩΝ ΦΙΛΩΝ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ

ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ - ΙΟΥΛΙΟΣ 2019 # Νο 81

Ιδιοκτησία - Διεύθυνση: "Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου", Κωλέττη 17, ΤΚ. 10681, Αθήνα, τηλ.: 68 11 424, fax: 210 6857841 email: filoidromokaiteiou@gmail.com

Ο βίος και η ζωή της τρίτης ηλικίας

Του κατ. Κώστα
Μίχ. Φράγκου

σελ. 2

Η ψυχολογία των διακοπών Παιδιά και διακοπές

Της Ίλια Θεοτοκά

σελ. 4

Η ζωή του ενήλικα

Της Μαρίας Φράγκου

σελ. 5

Χίος: Ξεκίνησε από το μηδέν και έγινε κροίσος. Ο Παναγιώτης Τσάκος λύνει τη σιωπή του!

σελ. 6

ΣΩΜΑΤΕΙΟ

«ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ»

Κωλέττη 17, 106-81 ΑΘΗΝΑ, τηλ. 2106811424

www.filoidromokaiteiou.org



Το έτος 1987 επιφανείς χιώτες εθελοντές ίδρυσαν το Σωματείο μας "ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ", που ως σκοπό έχει να συμβάλλει στη στήριξη των ασθενών του θεραπευτηρίου με οιονδήποτε τρόπο.

Μέλη στο Σωματείο μας γίνονται όλοι όσοι, από το περίσσευμα της αγάπης τους, θέλουν να προσφέρουν στο συνάνθρωπο. Σήμερα το Σωματείο μας αριθμεί περίπου 500 μέλη.

Στις δύσκολες μέρες που ζούμε όλοι μας, ερχόμαστε συμπαραστάτες στο ίδρυμα του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου και με την αρμονική συνεργασία που έχουμε, βοηθάμε στην επίλυση προβλημάτων των ασθενών και εργαζομένων.

Στη διάρκεια όλων αυτών των χρόνων έχουμε διαθέσει σημαντικά χρηματικά ποσά για τον εξοπλισμό των εγκαταστάσεων, την ενδυμασία και την υπόδοση των ασθενών, τη διασκέδασή τους καθώς και για την υποστήριξη των οικογενειών τους.

Οργανώνουμε δεκάδες εκδηλώσεις είτε μέσα στους χώρους του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου είτε συνοδεύοντας τους ασθενείς σε διάφορα κέντρα Πολιτισμού, θέατρα, φιλοτεχνικές εκδηλώσεις και πάντα με σκοπό την ψυχοκοινωνική τους αποκατάσταση.

Οργανώνουμε επίσης και συνοδεύουμε τους ασθενείς σε διάφορες εκδρομές είτε εκπαιδευτικού είτε ψυχαγωγικού χαρακτήρα.

Σε μία προσπάθεια μεγαλύτερης ευαισθητοποίησης του κόσμου, το Σωματείο μας εκδίδει το έντυπο "ΔΡΟΜΟΙ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ" σε τρίμηνη βάση, το οποίο μπορείτε να διαβάσετε στην ηλεκτρονική μας διεύθυνση www.filoidromikaiteiou.org μέσω του οποίου τα μέλη μας ενημερώνονται για τις δράσεις μας, για τη συμμετοχή των ασθενών στις εκδηλώσεις μας, για γενικά και ειδικά θέματα ψυχικής υγείας. Παράλληλα, αγαπητοί φίλοι και συμπαραστάτες του Σωματείου μας, με άρθρα τους μας παρέχουν ευχάριστη ανάγνωση τις ώρες χαλάρωσής μας.

Αρωγοί στον αγώνα μας αυτόν είναι συνάνθρωποί μας που όχι μόνο πίστεψαν σε αυτήν την προσπάθεια αλλά και τη στηρίζουν με κάθε τρόπο ξεδιπλώνοντας το μεγαλείο της ψυχής τους.

Ας μην ξεχνούμε ότι πολλοί από αυτούς τους συνανθρώπους μας δεν έχουν κανένα υποστηρικτικό περιβάλλον. Για όλα αυτά και πολλές ακόμα δράσεις που θα ήταν κουραστικό να αποτυπωθούν σε μία επιστολή ενημέρωσης, το Σωματείο μας έχει τιμηθεί με ανώτατη τιμητική διάκριση από το Υπουργείο Υγείας Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων καθώς και από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας κ. Κάρολο Παπούλια ως ένα από τα πέντε καλύτερα ανθρωπιστικά σωματεία καθώς και από άλλους οργανισμούς και σωματεία.

Επίσης το 2018 το ίδρυμα του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου τίμησε το Σωματείο μας για την επί 30 χρόνια αδιάλειπτη προσφορά του, αλλά και για το αμέριστο ενδιαφέρον του για τους ασθενείς και τα προβλήματα του ιδρύματος.

Η οικονομική ενίσχυσή σας λοιπόν, πέραν της υποστήριξης που είναι απόλυτα αναγκαία για τη συνέχιση της προσπάθειάς μας, είναι και επιβεβαίωση συνέχισης του έργου μας.

Τράπεζα: Eurobank

Αριθμός Λογαριασμού: 00260064940200183718

IBAN:GR6902600640000940200183718

Δικαιούχος: Σωματείο «ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ»

ΓΙΑ ΤΟ Δ.Σ. Φ.Δ
Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ
Ανδρονίκη Σκαρβέλη



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

Ο ΒΙΟΣ ΚΑΙ Η ΖΩΗ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Γράφει ο καπ. Κώστας Μιχ. Φράγκος



Τις άγιες ημέρες που πέρασαν Μεγάλη Εβδομάδα και Πάσχα, όπως κάθε χρόνο Ιερείς, Επιτροπή και το Φιλόπτωχο ταμείο Κυριών (είναι και εθελόντριες εις την ετοιμασία των γευμάτων απόρων) του Αγίου Σπυρίδωνα Πολιούχου της Πόλης του Πειραιά, επισκεφτήκαμε Φυλακές, Νοσοκομεία και Γηροκομεία.

Πέρασαμε αρκετή ώρα συντροφιά με ηλικιωμένα άτομα και ακούσαμε αληθινές ενδιαφέρουσες πονεμένες ιστορίες από ξεχωριστούς ανθρώπους και Μπουμπουλίνες της ζωής που θυσιάσαν τα πάντα για την οικογένεια.

Φεύγοντας μας παρακάλεσαν να μην τους ξεχνάμε και να τους θυμόμαστε πάντα τους ανθρώπους της τρίτης ηλικίας, πως ήταν στα νιάτα τους και τι πρόσφεραν στην κοινωνία για να μεγαλώσουν τα παιδιά τους.

Οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας είναι ο παππούς και η γιαγιά. Είναι αυτοί που στα παιδικά μας χρόνια θέρμαιναν τις καρδιές μας και οδηγούσαν τα βήματά μας στο σωστό δρόμο. Είναι αυτοί που θυσιάσαν τα νιάτα τους, τα καλύτερα χρόνια της ζωής τους στη λεβεντοπνίχτρα θάλασσα, στη σκληρή βιοπάλη της ξηράς και στους πολέμους. Είναι αυτοί που έγιναν γέφυρες που μετέφεραν σε κάθε νέα γενιά τα ήθη, τα έθιμα και τις παραδόσεις. Είναι αυτοί οι οποίοι στέριωσαν το υπάρχον οικονομικό και κοινωνικό οικοδόμημα και γονιμοποίησαν την κοινωνική μας ζωή, με υψηλές ιδέες και υψηλά ιδανικά. Είναι ο παππούς και η γιαγιά συμβουλάτορες της οικογένειας στα προβλήματα που ήθελαν προκόψουν, είναι αυτοί που γίνονται δυο φορές γονείς στα παιδιά των παιδιών τους. Είναι αυτοί οι άνθρωποι, οι αποτραβηγμένοι από τη δραστηριότητα και τη δημοσιότητα, φορτωμένοι με την πείρα και τη γνώση, που μπορούν να καταστούν οι πιο ευλκρινείς ανιδιοτελείς χρονικογράφοι της εποχής με τις αυθεντικές και αυθόρμητες διηγήσεις τους, που μπορούν να διδάξουν το αλφαβητάρι του λαϊκού μας πολιτισμού, να εμφυσήσουν στη νιότη το πάθος για τη δημιουργία και την παλιννόστηση των αξιών.

Απόμαχοι πλέον, τους βλέπουμε να έχουν ρίξει άγκυρα σαν ταλαιπωρημένα και θαλασσοδαρμένα καράβια που τ'άχουν χτυπήσει οι θάλασσες και οι καιροί. Σήμερα ο παππούς και η γιαγιά, τα άτομα αυτά της τρίτης ηλικίας δεν ζητούν πολλά, λίγη φροντίδα και ένα πιο ανθρώπινο οικογενειακό περιβάλλον για να μην είναι στην απομόνωση των ζωντανών νεκρών. Σ' αυτό το βάσανο της μοναξιάς και της ανημποριάς.

Ας μην τους λείψει το χαμόγελο από τα χείλη τους. Ο Διογένης λέει: «δεν υπάρχει τίποτε χειρότερο όσο ο παραγκωνισμός στον ανήμπορο και άρρωστο». Ο νεοπλουτισμός άλλαξε την ψυχή μας, τις καρδιές μας.

Δυστυχώς πολλοί νέοι σήμερα έχουν αυτή τη νοοτροπία. Τι θέλουν οι γέροι μας, κάποια συνταξούλα υπάρχει, λεφτά έχουμε, ας τουςβάλουμε σ' ένα οίκο ευγηρίας.

Πόση λίγη ανθρωπότητα πρέπει να διαθέτουν οι άνθρωποι! Γ' αυτό και ξεφύτρωσαν τόσο οίκοι ευγηρίας σαν μανιτάρια, σε όλη την ελληνική επικράτεια. Μπορώ να πω ότι τα ξενοδοχεία αυτά που έχουν μετατραπεί σε οίκους ευγηρίας είναι καλά, διαθέτουν ωραία δωμάτια, άνετους χώρους, τηλεόραση, προαύλια, πρασινάδες, φαγητό κλπ. Όσο καλός όμως και να είναι ο οίκος ευγηρίας δεν μπορεί με τίποτα να αντικαταστήσει



τη ζεστασιά του σπιτιού. Ο παππούς και η γιαγιά θέλουν τα εγγόνια. Τα παιδιά θέλουν τον παππού και τη γιαγιά.

Ο ηλικιωμένος νοιώθει αποξενωμένος. Την πίκρα που έχει στην ψυχή του δεν τη δείχνει. Όχι δεν μπορούν να καταλάβουν τα παιδιά του. Κάνει τον ευχαριστημένο πάλι για χάρη των παιδιών για να μη στενοχωρηθούν. Γ' αυτό κάποτε σε μια συνέντευξη, σε θέματα οίκων ευγηρίας, ο υπουργός Υγείας και Πρόνοιας σε μια επίμονη-ερώτηση δημοσιογράφου είπε: «Ας βρεθεί μια γωνιά στην καρδιά μας και στο σπίτι μας για τον γέροντα γονιό μας. Ας σφίξουμε το χέρι σ' όλους τους γονείς του κόσμου κι ας τους ευχαριστήσουμε για όλα όσα μας έδωσαν και σ' ότι μας έμαθαν».

Ας μην είμαστε αδιάφοροι, ας νοιαζόμαστε για τους γονείς που μας χάρισαν το σπουδαιότερο απ' όλα, τη ζωή, και με τα δικά τους φτερά πέταξαν οι περισσότεροι στην επαγγελματική και οικογενειακή επιτυχία. Ας μην ξεχνάμε πως αν δεν ήταν αυτοί, όλοι εμείς δεν θα ήμασταν τίποτα.

ΜΗ ΞΕΧΝΑΣ ΟΤΙ

**Εκεί που είσαι ήμουνα
και εκεί που είμαι θά 'σαι
και όταν θά 'σαι...**



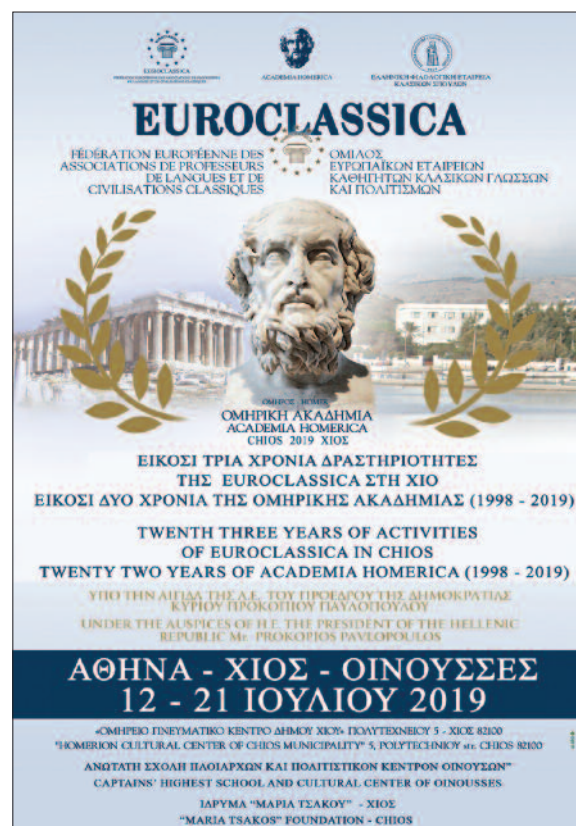
**FEDERATION EUROPEENNE DES ASSOCIATIONS
DE PROFESSEURS DE LANGUES ET DE
CIVILISATIONS CLASSIQUES**

ΟΜΗΡΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ

Ευχαρίστως ανακοινώνουμε ότι θα πραγματοποιηθούν στην Ελλάδα (Αθήνα, Χίο, Οινούσσες) για εικοστή τρίτη συνεχή χρονιά οι εργασίες της Euroclassica (=ΟΜΙΛΟΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΚΛΑΣΙΚΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΩΝ) και για εικοστή δεύτερη συνεχή χρονιά της ΟΜΗΡΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ. Το ετήσιο παγκόσμιο αυτό συνέδριο τελεί και πάλι υπό την αιγίδα του Εξοχωτάτου Προέδρου της Δημοκρατίας Κυρίου Προκόπιου Παυλόπουλου. Αποτελεί ίσως το λαμπρότερο συνέδριο στην πατρίδα μας, που συμβάλλει στη μελέτη των ομηρικών επών, της ελληνικής γραμματείας, γλώσσας, Ιστορίας, πολιτισμού και στην εξακρίβωση τους σε όλο τον κόσμο.

Από το 1997 μέχρι σήμερα έχουν συμμετάσχει 5300 συνέδριοι, οι οποίοι θα ανέλθουν κατά το προσεχές συνέδριο στους 5450. Οι συνέδριοι είναι Ακαδημαϊκοί, Καθηγητές Πανεπιστημίων, διδάκτορες, ερευνητές φοιτητές προπτυχιακοί και μεταπτυχιακοί και όλοι αυτοί απερχόμενοι γίνονται οι καλύτεροι πρεσβευτές της πατρίδας μας σε ολόκληρο τον κόσμο.

Αξίζει όλοι να παρακολουθήσουμε το συνέδριο αυτό που συμβάλλει στην παγκόσμια ακτινοβολία της πατρίδας μας και στη διάδοση της ελληνικής παιδείας, ώστε να γίνει αυτή κοινός παρονομαστής ολόκληρης της ανθρωπότητας και το φως του ελληνικού πολιτισμού να παραμείνει ανέσπερον.



Ελλάδα και ΕΕ, ΕΕ και Ελλάδα

1. “Επάρκεια ή Ανεπάρκεια” της συζήτησης εν όψει Ευρωεκλογών;

Είμαστε σε απόσταση αναπνοής από την ώρα που με τεντωμένο χέρι θα κρατάμε με υπερηφάνεια τον φάκελο, τον οποίο θα ρίξουμε στην 3η κάλπη, διότι -ως “κάτοικοι”- όχι της Ελλάδας των 10 εκατομμυρίων αλλά της Ε.Ε. του μισού δισεκατομμυρίου- θα προωθήσουμε στο Ευρωκοινοβούλιο τους Ευρωβουλευτές εκείνους, οι οποίοι κατά την γνώμη μας εκφράζουν (θεωρητικά ή πρακτικά) τις ιδέες μας. Συνολικά η Ελλάδα θα εκλέξει 21 Ευρωβουλευτές, δηλαδή το 2,8% του συνόλου των Ευρωβουλευτών.

Όμως πολύ φοβάμαι ότι οι περισσότεροι από εμάς ή εν πάση περιπτώσει πολλοί από εμάς -και ανεξάρτητα από το σε ποια ηλικιακή ομάδα συναντάται το μεγαλύτερο ποσοστό- δεν γνωρίζουμε, είτε διότι δεν μας το έμαθαν ή μας έχουν παραπληροφορήσει είτε διότι το έχουμε ξεχάσει, το τι σημαίνει ή τι συνεπάγεται το γεγονός ότι η Ελλάδα επί 40 περίπου χρόνια είναι μέλος της Ε.Ε. (πρώην ΕΟΚ). Έτσι μέσα στο σύνθετο κλίμα της οιοιεί “ισορροπίας”, την οποία δημιουργούν οι ποικίλες μεθοδεύσεις όλων των “αρμοδίων” παραγόντων ή πλευρών ως κεντρομόλος δύναμη με κέντρο τον “αποπροσανατολισμό”, φτάσαμε στις Ευρωεκλογές θεωρώντας ότι ουσιαστικά μιλάμε για Κοινότητα, Δήμο, Περιφέρεια, “Υπερ-Περιφέρεια” (...όπως λέμε super market). Δηλαδή μιλάμε μόνο για απορρίμματα, ασφαλτο, πεζοδρόμια, ύδρευση, αποχέτευση, παιδική χαρά, πράσινο, έκτακτα καιρικά φαινόμενα, πολιτισμό κ.λπ...

...Ενώ λοιπόν έχουμε επιβιβαστεί πάνω σ’ αυτό το πλοίο και πλεύουμε σε μια θάλασσα χωρίς προβλήματα, εκτός από κάτι “μικρο-κουνηματάκια” (σύμφωνα με τους “πεφωτισμένους” συνεπιβάτες, μοιάζουν με μποξ [=πυγμαχία] ανήλικων παιδιών), αλλά και χωρίς να διακρίνουμε στο βάθος του ορίζοντα έστω μια αχνή γραμμή ακτής. Όμως, όπως απεδείχθη σε κάποια στιγμή, δεν βλέπαμε ακτογραμμή, διότι μόλις πατήσαμε το πόδι μας στο πλοίο τρέξαμε αμέσως να καταλάβουμε μια πολυθρόνα μπροστά στις οθόνες των τηλεοράσεων. Φροντίσαμε να μην μας πιάνουν τις θέσεις οι άλλοι οι οπαδοί των... “επιμορφωτικών” τηλεοπτικών παιχνιδιών για να μην χάσουμε εμείς κάποιο επεισόδιο από τα σίριαλ των τηλεοπτικών σελεμεντέδων....

...Σε ένα διάλλειμα που διαφήμιζαν σουβλάκια [εδώ και τριάντα χρόνια δεν τρώγω κρέας ακόμη και το Πάσχα], βγήκα στο κατάστρωμα και ξαφνικά αντίκρισα σε πολύ μικρή απόσταση μια βραχονησίδα (σαν αυτές που μπαίνουν στο χορό για τον προσδιορισμό των συντεταγμένων της ΑΟΖ). Αστραπιαία ειδοποιώ ορισμένους μοιδαράτες (“συν-σχολιαστές” των όσων η διαφήμιση πρόβαλε: “...και όλα αυτά με μόνο Χ, 99 € ...), αρπάζουμε μια σωσίβια λέμβο και πηδάμε στην θάλασσα συμπαρασύροντας -όπως διαπιστώσαμε μετά από λίγη ώρα- και μια δεύτερη...

2. “Προς γαρ το τελευταίον εκβάν, έκαστον των πριν υπαρξάντων κρίνεται”
(Δημοσθένους)
[Σύμφωνα με το τελικό αποτέλεσμα κρίνεται, κάθε τι που συντελέστηκε κατά το παρελθόν.]

Έτσι, και επειδή το θεωρώ αναγκαίο χρήσιμο, έρχομαι σήμερα να καταθέσω (έστω και στο παραπέντε) μια άλλη προσέγγιση των πραγμάτων, όχι γενικώς αλλά ειδικώς, και μάλιστα για συγκεκριμένο ζήτημα, το οποίο υπηρετώ από την πρώτη ημέρα της ένταξής μας και μάλιστα εξ αιτίας της ένταξης αυτής στην Ε.Ε. (τότε ΕΟΚ).

Προ τριμήνου, σε προηγούμενο άρθρο μου: “Με την εκπαίδευση και την εργασία προς την λειτουργική κοινωνική ένταξη και ενσωμάτωση: Ενδεικτικά παραδείγματα πρακτικών (Μέρος 1ο)” το οποίο δημοσιεύτηκε (βλ. σχετ.: <https://meallamatia.ar/me~tin-ekpaidefsi-kai-tin~eraasia-pros-tin-leitouraiiki-koinoniki-entaksi-kai-ensomatosi-endeiktika-paradeigmata-praktikon-meros-1o/>), **σημείωσα μεταξύ άλλων και τα εξής:**

«Εάν δεχτούμε ότι το ζητούμενο των σύγχρονων κοινωνιών ὅα πρέπει να είναι η διασφάλιση της ισορροπίας μεταξύ δύο αντίρροπων δυνάμεων, της οικονομικής ανάπτυξης και της ανταγωνιστικότητας, αφενός, και της κοινωνικής δικαιοσύνης και της ενεργού αλληλεγγύης, αφετέρου, τότε η εφαρμογή της κοινωνικής δικαιοσύνης και της ενεργού αλληλεγγύης, δεν θα πρέπει να εξαιρεί οποιαδήποτε κοινωνική ομάδα, ασφαλώς δε και πρωτίστως τα Πρόσωπα με Αναπηρία (ΠμΑ), τα επονομαζόμενα ως άτομα με ειδικές ανάγκες (ΑμεΑ).

[...] η εκπαίδευση και η επαγγελματική κατάρτιση των ΠμΑ άρχισε να «παρακολουθεί» την αντίστοιχη στάση του δυτικού κόσμου με βραδύ βηματισμό στην αρχή και επιταχυνόμενο ρυθμό στη συνέχεια, κυρίως δε μετά την ένταξη της χώρας μας στην Ε.Ε. (τότε Ε.Ο.Κ.).

Κατά την άποψη του γράφοντος η ένταξη της χώρας μας στην Ε.Ε. συνέβαλε στην έναρξη της προοδευτικής αποδοχής και εφαρμογής όλων των μορφών ένταξης των ΠμΑ (σχολικής, επαγγελματικής, οικονομικής και κοινωνικής με ποιότητα ζωής) αλλά και των κοινωνικά ευπαθών ομάδων γενικότερα.

[...] Σε ό,τι αφορά στη χώρα μας η αντίληψη της λειτουργικής κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης των ΠμΑ αρχίζει να γίνεται εμφανής -όπως προαναφέ-

ραμε- μετά την ένταξή μας στην Ε.Ε. Πρόκειται για αντίληψη, η οποία οφείλεται στα όσα άρχισαν να συντελούνται από τότε στο πλαίσιο της προσέγγισης ή της “αντιγραφής” των όσων ίσχυαν στα άλλα κράτη μέλη της Ε.Ε. και, κυρίως λόγω της παρώθησης που έδινε το κίνητρο της χρηματοδότησης προγραμμάτων επαγγελματικής κατάρτισης από το ΕΚΤ.

Όμως, συστηματική ώθηση στην εξέλιξη και βελτίωση της εκπαίδευσης αποτέλεσε (και εξακολουθεί να αποτελεί) η ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ των κρατών-μελών της Ε.Ε. ενώ αποφασιστικό ρόλο έπαιξε και το συνδικαλιστικό-αναπηρικό κίνημα, το οποίο, διεκδικώντας κοινωνικά και επαγγελματικά δικαιώματα και συνάδοντας με τις επιταγές εναρμόνισης της ελληνικής νομοθεσίας με αυτή των λοιπών κρατών μελών της Ε.Ε., συνέβαλε στην αλλαγή των εκπαιδευτικών στόχων και μέσων.

Η ύπαρξη των προγραμμάτων αυτών και η διαδικασία αξιοποίησής τους εκ μέρους διαφόρων συλλόγων και φορέων είχε πολλαπλασιαστικά οφέλη.

[...]

Ειδικά σε ό,τι με αφορά, σημειώνω ότι -από της εντάξεώς μας στην Ε.Ε. και επί 10ετία- έχοντας την ευθύνη της θεμελίωσης, προώθησης και παρακολούθησης της εφαρμογής όλων των προγραμμάτων επαγγελματικής κατάρτισης φορέων αρμοδιότητας ΥΠΚΚΑ, τα οποία χρηματοδοτούσε το ΕΚΤ, μου δόθηκε η ευκαιρία και η δυνατότητα να δω “με άλλα μάτια” τα ΠμΑ. Ακριβώς αυτή η νέα ματιά με οδήγησε στην απόφαση να συνδυάσω την ήδη υπάρχουσα θεωρητική και πρακτική εμπειρία μου στους τομείς του επαγγελματικού προσανατολισμού και της γενικής και επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης με αυτή των επί του πεδίου “λύσεων” για να προχωρήσουμε -όπως πίστευα και πιστεύω- ένα βήμα πιο πέρα στο ζήτημα της “ένταξης” των ΠμΑ.

Αξιοποιώντας, λοιπόν, την εμπειρία των κρατών μελών της Ε.Ε. και παράλληλα, λειτουργώντας στο πλαίσιο της υπηρεσίας μου στο ΕΚΠΑ (ως επιστημονικός συνεργάτης αρχικώς και μέλος ΔΕΠ στη συνέχεια) συνέταξα κατ’ αρχάς αυτοτελείς μελέτες, προτάσεις και δ.δ. (Κοινωνική κοινωνική πολιτική και ειδική επαγγελματική κατάρτιση. Προτάσεις ενόψει του 1992). Στη συνέχεια υπηρέτησα και συνεχίζω να υπηρετώ την ιδέα ή τη φιλοσοφία της λειτουργικής κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης των κοινωνικά ευπαθών ομάδων και κυρίως των ΠμΑ τόσο σε ερευνητικό, συγγραφικό και διδακτικό επίπεδο όσο και επίπεδο κοινωνικού έργου».

Γράφοντας λοιπόν τα παραπάνω δεν έκανα τίποτε άλλο από το να επαναλαμβάνω τα όσα έγραψα ξεκινώντας πριν 35 και πλέον χρόνια με την δ.δ. (Δείτε περίληψη σε μορφή pdf) και συνεχίζω να γράφω μέχρι σήμερα με την λοιπή εργογραφία μου για την σχολική, επαγγελματική και κοινωνική ένταξη και ενσωμάτωση των Προσώπων με Αναπηρία (βλ.: <http://scholar.uoa.gr/lavdellas/blog/publications%20i>). Όμως, παράλληλα, δεν έπαυα να προσθέτω ή να αντιπαραθέτω προοδευτικά τις δυσμενείς “εξελίξεις” όπως η παρακάτω, για την οποία χρειάζεται διάλογος και ενημέρωση των ελλήνων πολιτών της Ε.Ε. προκειμένου να εντοπιστεί ο αποκλειστικός υπεύθυνος, ο συνυπεύθυνος και ο “αθώος του εγκλήματος”.

3. Το πρόβλημα του λιγότερου κοινωνικού κράτους

Παράλληλα, λοιπόν, έγγραφα προ εικοσαετίας: «[...], η κοινωνική ενσωμάτωση προϋποθέτει την αλληλοαποδοχή και την αλληλοαναγνώριση της ισοτιμίας όλων των μελών ενός συνόλου ή όλων των υποσυνόλων ενός συνόλου, δηλαδή την εξομοίωση όλων ως προς τη δυνατότητα συμμετοχής τους στο σύστημα των κανόνων, των υποχρεώσεων και των δικαιωμάτων, βάσει των οποίων λειτουργεί ένα περιβάλλον οικογενειακό, σχολικό, εργασιακό, κοινωνικό.

Όμως, γνωστού όντος ότι η «εξομοίωση», προκειμένου για μειονεκτούσες κοινωνικές ομάδες, συνεπάγεται κάλυψη του «ελλείματος» [πρβλ. το νεότερο περί “αναλογικής συμπληρωματικότητας”: <https://meallamatia.ar/synistoses-kai-proektaseis-tis-isotitas-endeiktika-paradeigmata/>], η μόνη πηγή κάλυψής του χωρίς εξαρτήσεις δεν μπορεί να είναι άλλη παρά αποκλειστικά το κοινωνικό κράτος, υπ’ αυτή την έννοια οι κοινωνικές παροχές αφενός μεν τελούν, ή θα πρέπει να τελούν, σε συνάρτηση με το μέγεθος της ανάγκης του κάθε προσώπου, αφετέρου δε διασφαλίζουν τη συνεχή (εξελικτική, προοδευτική και σταθερή) συμπληρωματική ενίσχυση των προσώπων που τις δικαιούνται. Αλλά οι κοινωνικές εξελίξεις δεν συνηγορούν στην πραγμάτωση ανάλογων ενεργειών στον βαθμό και στην έκταση που απαιτείται για τη διασφάλιση ίσων ευκαιριών. Διότι, η σημερινή αναδίπλωση της κοινωνικής στάσης με αφετηρία και προσανατολισμό την ιδέα περιορισμού του κοινωνικού κράτους («λιγότερο κοινωνικό κράτος»), το οποίο είχε αντικαταστήσει προοδευτικά τη φιλανθρωπία, επανατοποθετεί το πρόβλημα και αποκαλύπτει την «κρίση» του κοινωνικού κράτους (Κρεμαλής, Κ. (επιστ. υπεύθυνος) και ομάδα ερευνητών (1990), Κοινωνική πρόνοια: Διερεύνηση και αξιολόγηση ενός νέου συστήματος, Αθήνα, σ. 19-21) και κατά συνέπεια την αδυναμία του να ανταποκριθεί πλήρως στην υποχρέωση διασφάλισης της ισότητας όλων των πολιτών.

Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΔΙΑΚΟΠΩΝ

Παιδιά και διακοπές

Δρ. ΙΛΙΑ ΘΕΟΤΟΚΑ
ΚΛΙΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ-ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ
ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ - Πρόεδρος της Δράσης για την Ψυχική Υγεία
iliatheotoka@yahoo.gr



Οι διακοπές είναι **αναγκαιότητα, δεν είναι πολυτέλεια**. Το κακό, βέβαια, με τις διακοπές είναι ότι δεν είναι ποτέ αρκετές. Στόχος των διακοπών είναι η **“απτοσυμπίεση”, η διακοπή της ρουτίνας και το “άδειασμα” από καταναγκασμούς και υποχρεώσεις**.

Το να οργανώνουμε διακοπές καιρό πριν μας κάνει καλό, γιατί μας δίνει χαρά. Οι διακοπές είναι **ανανέωση και την ανανέωση την χρειαζόμαστε. Μειώνεται το στρες, η κατάθλιψη, τα παράπονα για σωματικές ενοχλήσεις, οι καρδιαγγειακές διαταραχές και βελτιώνονται η παραγωγικότητα, ο ύπνος και οι σχέσεις**.

Επίσης **αυξάνεται η ικανοποίηση από τη ζωή και συχνά οι διακοπές μας βοηθούν να γίνουμε πιο δημιουργικοί**.

Εξάλλου, μια ευκαιρία που προσφέρουν οι διακοπές είναι το δέσιμο με τα μέλη της οικογένειας ή με τους αγαπημένους ανθρώπους με τους οποίους πάμε διακοπές, η βελτίωση των σχέσεων και η ανάπτυξη αλληλεγγύης.

Οι διακοπές μπορούν και **πρέπει να σπάνε τον κύκλο του στρες**, γι' αυτό είναι σημαντικές. Αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να υπερεπενδύουμε στις διακοπές και να θέλουμε να είναι τέλειες και ιδανικές. Οι διακοπές πρέπει να έχουν ξεκούραση, επαφή με ανθρώπους που αγαπάμε, την οικογένεια και τους φίλους, και αν το επιθυμούμε, μπορούν να περιλαμβάνουν απόκτηση νέων εμπειριών, γνωριμία με άλλους πολιτισμούς, σπορ κλπ.

Πολύ σημαντικό είναι να μπορούμε να πάρουμε απόσταση από τη δουλειά.

Στη σημερινή εποχή, βομβαρδιζόμαστε συνέχεια με e-mails και τηλεφώνια από τη δουλειά και εκεί πρέπει να πούμε “όχι”. Ίσως μια καλή συμβουλή σε αυτό, θα ήταν να ορίσετε μία συγκεκριμένη ώρα της ημέρας για να ασχοληθείτε με επαγγελματικά τηλεφώνια και mails.

Και βέβαια, σημαντικό μέρος των διακοπών, αποτελεί η επαφή με τα παιδιά.



Διακοπές και παιδιά

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 ενασχόληση 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 χαλαρό περιβάλλον των διακοπών μπορεί να βοηθήσει σε συζητήσεις, που στο φορτισμένο κλίμα του σπιτιού να γίνονταν με μεγαλύτερη ένταση.

Επίσης, χρησιμοποιείτε το κινητό ή τον υπολογιστή με μέτρο και σε μειωμένη συχνότητα από την καθημερινή ζωή. **Θα πρότεινα να πηγαίνετε κάποιες βόλτες με τα παιδιά, αφήνοντας όλα τα κινητά στο σπίτι. Αυτό θα μπορούσατε να το κάνετε σε τακτά διαστήματα και καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου**. Το καλοκαίρι, βέβαια, προκύπτουν και κάποια ιδιαίτερα θέματα, που μπορεί να προβληματίσουν τους γονείς, όπως ο χρόνος παρακολούθησης τηλεόρασης, ενασχόλησης με tablets, η φοβία για το κολύμπι, η κατασκήνωση, ή και γενικότερα θέματα ορίων.

Για το χρόνο παρακολούθησης σε οθόνη, 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, ποιές 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 κοινοτικής 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 βραδυά 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 στα παιδιά, στα οποία λειτουργούμε συνεχώς ως παράδειγμα.

Συνέχεια από σελ. 3

Έτσι, φθάνουμε να «ανακαλύπτουμε» εκ νέου τις ξεχασμένες έννοιες της φιλανθρωπίας και του εθελοντισμού, οπότε αναδεικνύεται και πάλι ο ρόλος της Εκκλησίας και στον τομέα αυτό. Κάτω απ' αυτές τις συνθήκες δίδεται η ευκαιρία, ώστε να επαναδραστηριοποιηθεί και η πάντοτε «καιροφυλακτούσα» ιδιωτική πρωτοβουλία...

[...] Διότι, η επιδίωξη της σχολικής, επαγγελματικής και κοινωνικής ένταξης των Α.με.Α., η οποία οφείλεται όχι μόνο στην προοδευτική αλλαγή της κοινωνικής στάσης, αλλά και στην οργάνωση, την καθιέρωση και τους αγώνες του συνδικαλιστικού τους κινήματος, εάν αποβλέπει μόνο στην ισχύουσα για όλους αυτοτέλεια και αυτοδυναμία και δεν στηρίζεται και δεν ενισχύεται και από το κοινωνικό κράτος, παύει πλέον να εκφράζει την αναγκαιότητα της ισοτιμίας και της αλληλοαποδοχής και εισάγει μια νέα αντίληψη: των άνισων δικαιωμάτων και ίσων υποχρεώσεων. Κατ' αυτόν τον τρόπο, ικανοποιείται, τελικά, η βασική οικονομική αρχή της ελαχιστοποίησης του κόστους και μεγιστοποίησης του κέρδους, όχι όμως ως προνόμιο όλων αλλά των ολίγων, των εκλεκτών, ενώ για τους πολλούς, και ιδιαίτερα τους λιγότερο ευνοημένους ή τους έχοντες ιδιαίτερες (=ειδικές) ανάγκες, προκύπτει το επαχθές «προνόμιο» μεγιστοποίησης της προσπάθειας και της οικονομικής επιβάρυνσης και ελαχιστοποίησης της ωφέλειας. Δηλαδή φθάνουμε σε έμπρακτη εκδήλωση μιας άλλης διάστασης του κοινωνικού ρατσισμού.

Οπότε ουσιαστική αλλαγή της κοινωνικής στάσης απέναντι στο θέμα της κοινωνικής ένταξης... [...] Πρόκειται για την απαιτούμενη παιδεία ετοιμότητας...» (Δελλασούδας, Λ. Εισαγωγή στην Ειδική Παιδαγωγική, τόμ, Α').

Επομένως...

Ασφαλώς υπάρχουν και άλλες αναγκαίες αναφορές που αφορούν στην πολιτική της Ε.Ε. σε συνάρτηση με την χώρα μας και τον κοινωνικά ευπαθή πληθυσμό της (βλ. στο μεν παρελθόν π.χ.: τον “Κανονισμό (ΕΟΚ) αριθ. 815/84 του Συμβουλίου της 26ης Μαρτίου 1984 για την έκτακτη οικονομική ενίσχυση υπέρ της Ελλάδας στον κοινωνικό τομέα, Επίσημη Εφημερίδα αριθ. L 088 της 31/03/1984 σ. 0001 - 0003”, στο δε παρόν βλ. “ό,τι καθημερινώς αφιστάμεθα όλοι [:] ανεξαιρέτως).

Όμως σε μια σύντομη παρέμβαση για την ανάγκη στάθμισης των “δοσοληψιών” Ελλάδος και Ε.Ε. (και αντιστρόφως) δεν εξαντλείται ένα τόσο σημαντικό θέμα, όταν μάλιστα αυτό αφορά στην κοινωνική πολιτική της Ε.Ε.

Επομένως δεν έχουμε παρά να επαναλάβουμε την ανάγκη ενημέρωσης -έστω και στο παρά ένα- εκ μέρους των μεν αρμοδίων προσώπων για το πώς ακριβώς έχουν τα πράγματα, γενικώς και ειδικώς κατά τομέα Ευρωπαϊκής Πολιτικής, εκ μέρους δε των υποψηφίων ευρωβουλευτών το τι ακριβώς και με ποιες πιθανότητες επιτυχίας θα επιδιώξουν.

Λαυρέντιος Γ. Δελλασούδας

Η ζωή του ενήλικα

Μαρία Φράγκου, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας - Ψυχοθεραπεύτρια



Για να βρεις την ευτυχία, δύο πράγματα χρειάζονται: Πρώτον, να τα βρεις με τον εαυτό σου και να τον αγαπήσεις και δεύτερον, να μάθεις να είσαι ευτυχισμένος μ' αυτά που έχεις κάθε στιγμή και όχι να κυνηγάς τη στιγμή που θα έχεις όσα νομίζεις ότι θα σε κάνουν ευτυχισμένο.

Ο Πλάτωνας λέει: «όποιος άνθρωπος έχει εξαρτήσει από τον εαυτό του όλα όσα οδηγούν στην ευτυχία ή κοντά της και δεν κρέμεται από τους άλλους, ώστε οι σωστές ή λάθος πράξεις τους να επηρεάσουν και τη δική του ευτυχία, αυτός έχει επιλέξει τον καλύτερο τρόπο ζωής, αυτός είναι ο συνετός, αυτός είναι ο δυνατός, αυτός είναι και ο φρόνιμος».

Όσο για την αγάπη, ας προσέξουμε πως δεν μπορούμε ποτέ ν' αγαπήσουμε πραγματικά αν δεν έχουμε αγαπήσει πρώτα τον εαυτό μας. «Αγάπα τον πλησίον σου ως σεαυτόν» είπε ο Χριστός. Ας θεωρήσουμε την αγάπη του εαυτού μας σαν το μέγιστο βαθμό αγάπης.

Επιπλέον, η αγάπη δεν είναι συλλεκτικό είδος, ούτε αντικείμενο κυνηγιού. Με άλλα λόγια, δεν πάμε γυρεύοντας να μας αγαπήσουν και δεν κάνουμε πράγματα γι' αυτό τον σκοπό. Όπως λέει και ο Παλαμάς: «Αν είναι θε να 'ρθει, αλλιώς θα προσπεράσει». Εμείς θα γίνουμε αξιαγάπητοι για μας, για να μας αγαπάμε. Η αγάπη των άλλων θα είναι μια ευνοϊκή παρενέργεια.

Μάλιστα, δεν κάνουμε τίποτα για να κρατήσουμε όλες τις αγάπες γύρω μας. Αν το κάνουμε αυτό, δεν θα μένει καιρός και ενέργεια για τίποτε άλλο. Κι υπάρχουν κάτι άτομα που είναι σαν τους βρυκόλακες. Για χάρη αυτής της «αγάπης» μας ρουφάνε το αίμα.

Μακριά.

Ακόμη, είναι απαραίτητο για κάποιον να έχει φίλους. Οι φιλικές σχέσεις είναι αμφίδρομες. Κάτι δίνεις, κάτι παίρνεις. Μην το ζυγιάζεις. Ας το όπως πάει. Άλλωστε το ζύγισμα εκτός από μικρότητα - είναι και υποκειμενικό και το μόνο που πετυχαίνεις, είναι να δηλητηριάζεις τις σχέσεις σου.

Κάποιος είπε: «Η φιλία είναι σαν ένας λογαριασμός τραπεζής. Δεν μπορείς να τραβάς συνέχεια λεφτά, χωρίς να κάνεις και καταθέσεις».

Ας μην ξεχνάμε πως οι φίλοι χωρίζονται μόνο σύμφωνα με τα χαρίσματα και τις αδυναμίες τους. Τίποτε άλλο. Επίσης περισσότερα παίρνεις όταν είσαι άνετος και - που και που - την «πατάς», παρά όταν είσαι «κουμπωμένος» και τη «γλιτώνεις», στερούμενος τους φίλους.

Επιπρόσθετα, ας θυμόμαστε ότι η μοναξιά θεραπεύεται. Αυτά που μας έκαναν να μένουμε μόνοι, δεν θεραπεύονται. Όσο κι αν ακούγεται σκληρό, η μοναξιά δεν είναι μια τυχαία εξέλιξη. Είναι μια συνέπεια του χαρακτήρα ίων ανθρώπων με κύριους άξονες τον εγωκεντρισμό, την αρρωστημένη συμφεροντολογία και την έλλειψη αισθήματος δικαίου και κατανόησης. Αυτά τα άτομα μένουν μόνοι και συνεχίζουν να βρίζουν αυτούς που τους άφησαν μόνους. Οι ίδιοι δεν θεωρούν ότι είχαν ούτε έχουν καμία υποχρέωση. Οι φίλοι όμως, δεν είναι μόνο ένα αντίδοτο της μοναξιάς. Είναι τα όργανα της ορχήστρας που μας κάνουν να περνάμε καλά. Αλλιώς...

Παράλληλα, η ευγνωμοσύνη δεν είναι αδυναμία. Δεν είναι τυπικότητα. Είναι ουσία. Δεν έχει σημασία γιατί ο άλλος κάνει κάτι για σένα. Στο κάτω-κάτω, όλα τα κάνουμε για τον εαυτό μας. Ακόμη κι όταν προσφέρουμε κάτι, το κάνουμε γιατί εμείς ευχαριστιόμαστε. Τίποτε δεν είναι χειρότερο απ' την αχαριστία. Γι αυτό κι η εντύπωση που αφήνει ο αχάριστος είναι ιδιαίτερα άσχημη. Όσο κι αν σου φαίνεται παράξενο, αν ασκηθείς, φτάνεις σ' ένα σημείο που ευχαριστιέσαι και συ ο ίδιος, όταν εκφράζεις την ευγνωμοσύνη. Σαν να εκτελείς μια πράξη δικαίου.

Επιπρόσθετα, ο Πλάτων λέει στον Πρωταγόρα: «Τίποτε δεν είναι πιο καλό απ' το παιδί». Όσο λιγότερο παιδί είσαι ή αναγκάζεσαι να είσαι στη ζωή, τόσο περισσότερο σου χρειάζεται το «παιδί» μέσα σου να παλαντζάρει τη σκληρότητα και την ένταση. Άλλωστε, το να ζεις σαν να πρόκειται να πεθάνεις αύριο - είναι εξίσου καλό και εξίσου κακό με το να ζεις σαν να μην πρόκειται να πεθάνεις ποτέ. Έτσι, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να βρεις μια ισορροπημένη σχέση ανάμεσα στη ζωή και το θάνατο.

Κάποιος είχε πει: «Το χτες είναι ένα τσεκ που ακυρώθηκε. Το αύριο είναι ένα γραμμάτιο. Το σήμερα είναι τα μόνα μετρητά που έχεις. Γι αυτό προσπάθησε να τα ξοδέψεις έξυπνα».

Επίσης, η τάση των ανθρώπων να εκτιμούν πιο πολύ το χτες (από άποψη ηλικίας) είναι βιολογικά λογικό για δύο λόγους: 1) Όσο πιο νέος είσαι τόσο πιο καλά αισθάνεσαι και τόσο πιο πολλά πράγματα μπορείς να κάνεις και 2) Όσο πιο νέος είσαι τόσο περισσότερα πράγματα ελπίζεις να μπορέσεις να κάνεις... αργότερα. Όσο η απόσταση μέχρι αυτό το «αργότερα» μικραίνει, τόσο πιο πολύ κοιτάζεις πίσω σου γιατί μπρος ξέρεις ότι δεν σε παίρνει πια για ελπίδες. Το χειρότερο απ' όλα είναι να μην έχεις ευχαριστηθεί ούτε τις νεότερες ηλικίες, επι-

θυμώντας αυτά που λείπουν απ' αυτές.

Ο Φιλήμων λέει: «Μη λες ποιος ήσουν πριν, αλλά ποιος είσαι τώρα! Να προσαρμόζεσαι πάντοτε με την τωρινή μου μοίρα». Με λίγα λόγια, πρέπει να πείσεις τον εαυτό σου ότι όλες οι φάσεις της ζωής έχουν τα καλά και τα κακά τους.

Στη περασμένη ηλικία, απλά ευχαριστείς το θεό για όσα έχεις πετύχει μέχρι τώρα. Για την ωριμότητα στην σκέψη σου, για τα καλά που προσφέρεις στην οικογένειά σου ή στην κοινωνία σου. Για τους φίλους που έχεις αποκτήσει, για τον τρόπο ζωής που έχεις ζήσει, για όσα έχεις απολαύσει και συνεχίζεις να απολαμβάνεις. Προς Θεού μην αισθανθείς έξω από κάποια πράγματα. Αντίθετα, προσπάθησε να είσαι μέσα στα πράγματα και προσαρμόσου με τις νέες συνθήκες. Όμως, μη μουλαρώνεις στην ξεπερασμένη λογική ή ηθική ή αισθητική. Κατάλαβε πως όπως λέει και ο Σοφοκλής, «Ο οξύθυμος άνθρωπος είναι ανυπόφορος στα γηρατειά του». Και οξύθυμος γέρος είναι στην πραγματικότητα αυτός που δεν ασχολήθηκε να τα βρει με τον εαυτό του. Είναι αυτός που κοιτάει πίσω αυτά που έχασε και δεν ικανοποιείται μ' αυτά που έχει.

Αξίζει ακόμη να αναφέρουμε πως πρέπει πάντα ν' αξιολογούμε τα πράγματα με την πραγματική τους αξία κι όχι αυτά που γράφει η ετικέτα τους ή αυτή που λέει η «γενική εκτίμηση». Δεν υπάρχουν καλές και κακές ετικέτες. Υπάρχουν μόνο άνθρωποι που λειτουργούν σύμφωνα με τις ετικέτες και άνθρωποι που δεν τις λογαριάζουν. Ας αφήσουμε τις ετικέτες και ας κοιτάζουμε κάθε φορά ν' απολαμβάνουμε το maximum μ' αυτό που έχουμε κι αυτό που προκύπτει. Αλλιώς, χωρίς να το καταλάβουμε, χάνουμε και την ανεξαρτησία μας. Με άλλα λόγια, αν αφήσουμε τον εαυτό μας για λίγο ελεύθερο από ετικέτες θα δούμε ότι μπορούμε να περάσουμε καλά οπουδήποτε. Και θα είμαστε και πρωτότυποι. Ας σημειωθεί άλλωστε πως έτσι είμαστε πιο άνετοι και πιο βολικοί με τους άλλους, κάτι που προσθέτει στις πιθανότητες πάντοτε να περνάμε καλά.

Πιο αναλυτικά, ας προτιμάμε να δρούμε, παρά να αντιδρούμε. Όταν δρούμε, είμαστε ήρεμοι και μπορούμε να ελέγχουμε τις κινήσεις μας. Όταν αντιδρούμε, η πίεση της ανάγκης να κάνουμε κάτι, μπορεί να μας κάνει ανήσυχους και να χάσουμε τον έλεγχο.

Όταν δρούμε, έχουμε χρόνο (γι αυτό μπορούμε να έχουμε σχέδιο και να το ακολουθούμε). Όταν αντιδρούμε, συνήθως βιαζόμαστε και μπορεί να κάνουμε σπασμωδικές κινήσεις.

Όταν δρούμε, πάμε να κάνουμε μια κατάσταση καλύτερη. Όταν αντιδρούμε, πρέπει πρώτα να διορθώσουμε την κατάσταση και μετά να ελπίζουμε πως θα την κάνουμε και καλύτερη.

Μια ακόμη παραίνεση είναι το να κρατιόμαστε και να μην μιλάμε. Αντίθετα, να μάθουμε να ακούμε τους άλλους. Ποτέ η σιωπή δεν είναι πιο χρυσή από τότε που την κρατάμε αρκετά, ώστε να πάρουμε όλα τα δεδομένα πριν μιλήσουμε.

Ο Ευριπίδης λέει: «Η πες κάτι καλύτερο απ' τη σιωπή ή σώπα».

Αν προσπαθούμε φανατικά να «κερδίσουμε» δεν μπορούμε να κρατήσουμε το λογικό συνειρμό στη συζήτηση. Υπάρχουν πολλοί από εμάς που έχουν αυτό το πρόβλημα. Δεν συν-ζητούμε (δηλαδή να ζητούμε μαζί να βρούμε κάτι) αλλά πολεμούμε για να νικήσουμε. Το πραγματικό μας πρόβλημα δεν είναι η έλλειψη τεχνικής της συζήτησης. Είναι η ανάγκη να επιβεβαιώσουμε τη δύναμή μας, την ανωτερότητά μας.

Ένα επιπλέον στοιχείο που έχει μεγάλη σημασία, είναι το να μάθουμε να κρατάμε πάντα το κεφάλι ψηλά στην κακοτυχία. Άλλωστε, στη ζωή μας δεν έχει σημασία τι συμβαίνει. Σημασία έχει πώς εμείς το αντιλαμβανόμαστε. Το να πονέσουμε δεν πρόκειται να το γλιτώσουμε στη ζωή. Το αν θα υποφέρουμε απ' αυτό, είναι επιλογή δική μας.

Μια κινέζικη παροιμία λέει: «Δεν μπορείς να αποφύγεις τα πουλιά της λύπης να πετάξουν πάνω απ' το κεφάλι σου. Μπορείς όμως να μην τ' αφήσεις να χτίσουν φωλιά μέσα σου». Έτσι, όσο μεγάλο και σπουδαίο φαίνεται κάτι τώρα, μετά από λίγο καιρό θα 'χεις προσαρμοστεί και θα 'χει χάσει την σπουδαιότητά του.

Κάποιος είπε: «Η εμπειρία είναι ο πιο σκληρός δάσκαλος. Πρώτα σου βάζει το διαγώνισμα και μετά σου κάνει το μάθημα». Και ο Aldus Huxley είπε: «Η εμπειρία δεν είναι αυτά που σου συμβαίνουν. Είναι αυτά που κάνεις μ' αυτά που σου συμβαίνουν». Έτσι, ό,τι κι αν στοιχίσει μια αποτυχία, αν χάσεις το κουράγιο σου, θα τα χάσεις όλα.

Συνέχεια στη σελ. 6



ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟ 2019

Γράφει ο κ. Αναστάσιος Ι. Τριπολίτης¹



Με την ευκαιρία ενός επικαίρου άρθρου στην ΕΣΤΙΑ της Μ. Πέμπτης (25/4/2019) του Ελευθερίου Γ. Σκιαδά, τον οποίον δεν έχω την τιμή να γνωρίζω, γράφω κι εγώ δυο λόγια για το «Δρομοκαΐτειο», αφού πρώτα συγχαρώ τον κ. Σκιαδά που είχε την καλοσύνη και την ευαισθησία να ασχοληθεί με τους ξεχασμένους συνανθρώπους μας που ζουν σε μια «αξιοπρεπή αποθήκη ψυχών», ξεχασμένοι πολλές φορές ακόμα και από τα προσφιλή τους πρόσωπα!... Κάποιος, βέβαια, έπρεπε να κάνει την αρχή!...

Ο Ζωρζής Δρομοκαΐτης λοιπόν, στο τέλος της περιπετειώδους ζωής του (τη βιογραφία του τη διαθέτω δωρεάν σε όποιον μου τη ζητήσει) αποτραβήχτηκε στην ιδιαίτερα πατρίδα του (μας) τη Χίο, όπου έκανε αρκετές δωρεές. Μεταξύ αυτών δε έκτισε και μια εκκλησία, τον Αγ. Ιωάννη τον Σιερό(!). Να σημειωθεί ότι ο Δρομοκαΐτης ήταν άτεκνος και δεν είχε στενούς συγγενείς-κληρονόμους, η δε Χίος ήταν Τουρκοκρατούμενη (ελευθερώθηκε το 1912). Βλέποντας λοιπόν ότι στην ελεύθερη Ελλάδα δεν υπήρχε Ψυχιατρείο, και έχοντας πρόβλημα με τη σύζυγό του για την οποία κάποιοι αναφέρουν ότι είχε κάποιο είδος ψυχασθένειας², απεφάσισε να διαθέσει μεγάλο μέρος της περιουσίας του για να ιδρυθεί Ψυχιατρείο κλπ. κλπ. Για το παρεκκλήσιο έχω να προσθέσω ότι όταν το έκανε ο Μιλτιάδης Καλβοκορέσης ήταν Δήμαρχος Χίου (εγκαινιάσθηκε στις 6 Απριλίου 1902) και μάλιστα οι οπαδοί του τραγουδούσαν το δίστιχο:

«σ'αρέσει δεν σ'αρέσει, ζήτω ο Καλβοκορέσης».

Για να επανέλθουμε στο «Δρομοκαΐτειο» και στο σήμερα, ιερέα μας χορηγεί η τοπική Μητρόπολη Νίκαιας (ο Σεβασμιώτατος Αλέξιος), στα έξοδα δε του Ι. Ναού συμβάλει συμπατριώτης μας που θέλει να διατηρήσει την ανωνυμία του. Ο Ι. Ναός χρειάζεται επισκευή, αλλά η Αρχαιολογία έχει... τον «χαβά» της!...

Τονωτική ένεση μας έδωσε η τότε ΕΟΚ, η οποία δια του αιμνήστου Γ. Γεννηματά (και ο γράφων δεν ήταν ποτέ οπαδός του ΠΑΣΟΚ, αλλά τα «σύκα-σύκα και η σκάφη-σκάφη») μας βοήθησε οικονομικά, και με ταξίδια του γράφοντος σε όλα - σχεδόν - τα μεγάλα Ψυχιατρεία της Ευρώπης, αναβαθμίσαμε το Ίδρυμα και εκτελέσαμε αυτό που σήμερα ονομάζουμε «Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση». Ανοίξαμε δηλαδή τις πόρτες μας και κάναμε και πολλές εξωνοσοκομειακές δομές!

Σήμερα το Νοσοκομείο μας είναι ανοικτό 24 ώρες το 24ωρο, 365 μέρες το χρόνο κι επιζητούμε την προσοχή του Κράτους και την επίσκεψη του κόσμου. Χθες είχαμε μια ομάδα Γερμανών επιστημόνων (Ψυχιάτρων κυρίως - 32 άτομα) οι οποίοι έφυγαν ικανοποιημένοι για την όλη κατάστασή μας. Εφημερεύουμε 2 ημέρες την εβδομάδα και οι περισσότερες εισαγωγές μας είναι Εισαγγελικές Εντολές (=υποχρεωτικές προσελεύσεις).

Αυτό για το οποίο είμαστε υπερήφανοι είναι το Μουσείο μας και το άριστο αμφιθέατρο που διαθέτουμε για εκδηλώσεις, με οπτικοακουστικά μέσα και όλο τον σύγχρονο εξοπλισμό! Ακόμα έχουμε ανοικτό (υπαίθριο) θέατρο και πελώριο δάσος! Ό,τι διαθέτουμε είναι διαθέσιμο και για τους γύρω Δήμους (Αιγάλεω, Αγ. Βαρβάρα και Χαϊδάρη) αν μας ζητηθεί. Δυστυχώς από το Κράτος (από όλες - σχεδόν - τις κυβερνήσεις) είμαστε ξεχασμένοι και οι μόνοι που μας συμπαραστέκονται είναι κάποιοι ιδιώτες³ και το Σωματείο που έχουμε ιδρύσει από 30ετίας με την επωνυμία «Οι Φίλοι του Δρομοκαΐτειου».

Εύχομαι - αν είναι δυνατόν - το κείμενο του κ. Σκιαδά, το δικό μου κείμενο και όποιοι άλλοι μπορούν να κινηθούν προς αυτή την κατεύθυνση, να ευαισθητοποιήσουν τον κόσμο και τους ιθύνοντες, και να «ανακαλύψουν» την ύπαρξη δομών όπως το «Δρομοκαΐτειο», διότι - δυστυχώς - δεν είναι το μόνο!... Σ'αυτές τις δομές έρχονται οι συγγενείς και.. οι «φίλοι», και πολλές φορές ο Νόμος (διάβαζε οι Εισαγγελείς) και εγκαταλείπουν τους δικούς τους

(σπανίως τους επισκέπτονται) και δεν έρχονται να πάρουν ούτε τη σωρό (το... κουφάρι) του αποβιώσαντος συγγενούς τους!...

Διαβάζοντας πολύ, μέχρι και την υπογραφή των κειμένων, διαπιστώνω ότι αρκετοί συνάνθρωποί μας, αξιόλογοι και μορφωμένοι (μεταξύ αυτών και κληρικοί), δεν γνωρίζουν πολλάκις το αντικείμενο που περιγράφουν, δεν το έχουν επισκεφθεί. Τι ωραίο θα ήτο αν είχαμε (στο «Δρομοκαΐτειο») επισκέψεις σχολείων, σωματείων ή και ατόμων, ιδιωτικώς. Στα 40 χρόνια σχεδόν που βρίσκομαι εκεί, μόνο μια φορά θυμάμαι επίσκεψη πολιτικού προσώπου (Υφυπουργού Προνοίας, γυναίκας).

Δεν κατάλαβα ποτέ τους μοναχούς (και το μοναχισμό) όπου κλεισμένοι σε ένα κελί, κακοποιούν κυριολεκτικά τους εαυτούς τους προσπαθώντας να σώσουν την ψυχή τους, τη στιγμή που τα αδέλφια τους είτε πεινάνε, είτε κρυώνουν, είτε τους λείπει μια κουβέντα ή και ένα χαμόγελο, κλεισμένοι σε κάποιο «άσυλο»⁴, είτε ακινητοποιημένοι στο κρεβάτι του πόνου στο θάλαμο κάποιου Γενικού Νοσοκομείου!

Αδέλφια, ανοίξτε λίγο τα παράθυρα της ψυχής σας και κοιτάξτε γύρω σας: Υπάρχουν πολλά «Δρομοκαΐτεια», όχι μόνο αυτό που ευρίσκεται επί της Ιεράς Οδού 343! Και δεν χρειάζεται να είναι Πασχαλιά για να επισκεφθείτε τους εγκαταλελειμμένους και πονεμένους συνανθρώπους σας!...

Αγαπάτε Αλλάλους!

Με Αγάπη, και από εμένα
και από το «Δρομοκαΐτειο»,
Αναστ. Ι. Τριπολίτης
Ιατρός - Αγγειοχειρουργός
(κάποιος συγγενής με αποκαλεί
Ιατρόν Ψυχής και Σωμάτων)

Υ.Γ.: (1) Επαναλαμβάνω: αν κάποιος ενδιαφέρεται για την ιστορία (βιογραφία) του Δρομοκαΐτη τη διαθέτω ΔΩΡΕΑΝ. (2) Τελείως τυχαίως, βρέθηκα σε κινηματογραφική αίθουσα σήμερα (6/5/2019) όπου παρακολούθησα την προβολή της ταινίας «Ο καθηγητής και ο τρελός» και όπου καταγράφεται η Ψυχιατρική της τότε εποχής (1872) στην Αγγλία: παλάτια τα τότε Ψυχιατρεία με επαρκές προσωπικό, αλλά με υποτυπώδη ψυχιατρική περίθαλψη και με μεθόδους θεραπείας της τότε εποχής.

Στο στήσιμο του «Δρομοκαΐτειου» μεγάλη ήταν η βοήθεια του Δημητρίου Βικέλα, ο οποίος μετέφερε σχέδια και γνώσεις από τη Γαλλία όπου κατοικούσε!...

¹ Ο κ. Αναστάσιος Τριπολίτης, Αγγειοχειρουργός, συμμετέχει στο Δ.Σ. του «Δρομοκαΐτειου» από τις 2/2/1981, επί 9 χρόνια ως Πρόεδρος, 3 ως Αντιπρόεδρος και 28 ως Μέλος Δ.Σ., διότι το «Δρομοκαΐτειο» είναι Κληροδότημα και στο Δ.Σ. υπηρετούν (ως άμισθοι, εθελοντικά) μόνο Χιώτες!... Σήμερα το Δ.Σ. απαρτίζεται από τους κ.κ. Ισίδωρο Πρώιο, εκπαιδευτικό, ως Πρόεδρο, Αντώνιο Χλωρό, δικηγόρο, ως Αντιπρόεδρο, και μέλη τους κ.κ. Αναστ. Ι. Τριπολίτη, ιατρό (ο γράφων), Μιχαήλ Κούτελο, ιατρό, και Ορέστη Βαρώνη, εφοπλιστή.

² Οι Άγγλοι είχαν παραχωρήσει τους... στάβλους τούς στην Κέρκυρα όπου μάζευαν τους ψυχασθενείς!!!

³ Μεγάλοι Ευεργέτες είναι η Οικογένεια Γεμέλων που ίδρυσαν Γηροψυχιατρικό Τμήμα και Ψυχιατρικό ΕΠΑΛ (Επαγγελματικό Λύκειο) στους χώρους μας!

⁴ Άσυλο: λέξη που έχει χάσει πλέον το σωστό νόημά της!...

Συνέχεια από σελ. 5

Αξίζει να επισημανθεί εδώ πως δεν πρέπει να γίνουμε ποτέ κλάψες. Δεν υπάρχει χειρότερη παρέα από αυτούς. Με τον κλάψα δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος: Ο κόσμος τον βαριέται - μένει μόνος - κλαίει τη μοίρα του - περισσότερος κόσμος που βαριέται, πιο πολύ κλαίει τη μοίρα του κ.ο.κ.

Τέλος, απαραίτητο είναι να κρατήσουμε στη ζωή μας μια «αδελφή ψυχή». «Αδελφή ψυχή» είναι αυτός ή αυτή που έρχεται τόσο κοντά στην ψυχή σου, όσο κανένας άλλος. Είναι το άτομο που «κουβαλάμε μέσα μας», όπου κι αν πάμε. Βλέπουμε κάτι ή σκεφτόμαστε κάτι και το πρώτο που θέλουμε είναι να το μεταφέρουμε στην «αδελφή ψυχή». Να το ξαναζήσουμε μέσα από αυτή. Όταν έχουμε μια «αδελφή ψυχή», δεν είμαστε ποτέ μόνοι, γιατί την κουβαλάμε μαζί μας, σ' οποιαδήποτε απόσταση. Κάτω από οποιοσδήποτε συνθήκες. Σημειωτέον, μάλιστα, είναι πως εκείνο που έχει σημασία στην σχέση με την «αδελφή ψυχή», είναι το βάθος όχι η ένταση.

Κλείνοντας, θέλω να τονίσω την αξία του αυτοσεβασμού για τον καθένα μας. Αυτό, είναι πέρα ως πέρα το κλειδί της πραγματικής ομορφιάς της ζωής. Είναι αυτό που κανένας δεν μπορεί να στο δώσει, αλλά και κανένας δεν μπορεί να στο πάρει.

Ειδικότερα οι μικρές «θυσίες», που χρειάζονται για να αποκτήσεις και να κρατήσεις τον αυτοσεβασμό, είναι αστείες μπροστά στη μεγάλη χαρά, που σου δίνει συνέχεια.

Η AYN RAND λέει κάπου: «Ο αυτοσεβασμός είναι κάτι που δεν μπορείς να το σκοτώσεις σε έναν άνθρωπο. Αυτό που μπορείς να σκοτώσεις είναι το «υποκρινόμενο σεβασμό». Δηλαδή : αυτόν που νομίζεις - ή ελπίζεις - ότι οι άλλοι νομίζουν ότι έχεις για σένα.

Ο αυτοσεβασμός είναι ένα σκαλοπάτι παραπάνω απ' το να τα 'χεις καλά με τον εαυτό σου. Είναι η πυξίδα που οδηγεί τις πράξεις σου προς τέτοια κατεύθυνση, ώστε να διατηρείται ισορροπημένη η ψυχική σου ηρεμία και φυσικά να αξιώνεσαι να ζεις καλύτερα.

Αν δώσεις λίγη σημασία σ' όλα όσα αναφέρθηκαν μέχρι τώρα σ' αυτό το κείμενο, θα καταλάβεις πως εδώ όλα οδηγούν. Στον αυτοσεβασμό. Προχώρησε λίγο. Πλησίασε. Σε περιμένει.

Αυτό άλλωστε σημαίνει να ζεις ως ενήλικας...

Υ.Γ. Όλες οι παραπάνω πληροφορίες έχουν αντληθεί ανεξαιρέτως από το βιβλίο του Πέτρου Βενέτη, «Αφού Μεγάλωσες ... Καλά να Πάθεις!», Εκδόσεις Μοντέρνοι Καιροί, Copyright 1996, Αθήνα.

Χίος: Ξεκίνησε από το μηδέν και έγινε κροίσος – Ο Παναγιώτης Τσάκος λύνει τη σιωπή του!

Δημοσιεύτηκε στις 16.05 2019 απ’ το Newsit, Newsroom, facebook – twitter

Ο καπετάνιος Παναγιώτης Τσάκος, θεωρεί ότι η ζωή υπήρξε γενναιόδωρη μαζί του. Τιμώντας το παράδειγμα του ανθρώπου που κατόρθωσε με πείσμα και εργατικότητα να φτάσει ψηλά, το Πανεπιστήμιο Μακεδονίας τον αναγόρευσε σε επίτιμο διδάκτορα του τμήματος Διεθνών και Ευρωπαϊκών Σπουδών της σχολής Κοινωνικών, Ανθρωπιστικών Επιστημών και Τεχνών...

Ο καπετάνιος Παναγιώτης Τσάκος, ιδρυτής της «Tsakos Group», θεωρεί ότι η ζωή υπήρξε γενναιόδωρη μαζί του και τον αντάμειψε για την απόφασή του, να αφιερωθεί στη ναυτιλία.

Το πάθος για τη θάλασσα ήταν στο DNA του από την παιδική του ηλικία, στα Καρδάμυλα της Χίου. Το 1970 απέκτησε το πρώτο του πλοίο και σήμερα θεωρείται ένας από τους μεγαλύτερους διαχειριστές πλοίων παγκοσμίως, έχοντας στην κατοχή του 96 σκάφη, χωρητικότητας άνω των 9,5 εκατ. τόνων.

Τιμώντας το παράδειγμα του ανθρώπου που κατόρθωσε με πείσμα και εργατικότητα και αξιοποιώντας την παράδοση της ναυτοσύνης του τόπου του να φτάσει ψηλά και να συνδυάσει την επαγγελματική επιτυχία με τον έμπρακτο πατριωτισμό και την ανθρωπιά, το Πανεπιστήμιο Μακεδονίας τον αναγόρευσε σε ειδική εκδήλωση το βράδυ της Τετάρτης σε επίτιμο διδάκτορα του τμήματος Διεθνών και Ευρωπαϊκών Σπουδών της σχολής Κοινωνικών, Ανθρωπιστικών Επιστημών και Τεχνών.

Στην πρωτιά διαρκείας της ελληνικής ναυτιλίας στάθηκε στην ομιλία του στην εκδήλωση ο κ. Τσάκος, επισημαίνοντας ότι οι Έλληνες αποτελούν λιγότερο από τα δύο χιλιοστά του πληθυσμού της Γης, αλλά κατέχουν τα 200 χιλιοστά του παγκόσμιου στόλου. Υπογράμμισε ότι ο αριθμός των ελληνικών πλοίων έχει πολλαπλασιαστεί, ωστόσο ο αριθμός των Ελλήνων ναυτικών έχει μειωθεί στο 1/10 σε σχέση με ό,τι ήταν στις μέρες του. Εξέφρασε την άποψη ότι αντιμετωπίζουμε άμεσο κίνδυνο αφελληνισμού της ελληνικής ναυτιλίας, λόγω λειψανδρίας, ενώ με την επάνδρωση των πλοίων με ξένους ναυτικούς δημιουργούμε ανταγωνιστές, στους οποίους μεταφέρουμε τις γνώσεις μας και τη ναυτική μας κληρονομιά.

Επισήμανε την ανάγκη υλοποίησης πανεθνικής σταυροφορίας για να ενθαρρύν-



νουμε τους νέους να αγαπήσουν τη θάλασσα και να ασχοληθούν με τα ναυτιλιακά και παραναυτιλιακά επαγγέλματα.

Σε ό,τι αφορά την ναυτική εκπαίδευση τόνισε ότι υπάρχουν αριθμητικοί περιορισμοί στην πρόσβαση σε αυτή, αλλά και ποιοτικές ανεπάρκειες. Όπως είπε, η βελτίωση και ο εκσυγχρονισμός της ναυτικής εκπαίδευσης θα προσελκύσει τους πιο ικανούς και ταλαντούχους της νεολαίας μας και θα δημιουργήσει χιλιάδες νέες θέσεις εργασίας σε όλους τους τομείς που αποτελούν το πλέγμα της ναυτιλιακής βιομηχανίας.

Αναφερόμενος γενικότερα στην παιδεία, υπογράμμισε ότι πρέπει να καλλιεργήσουμε στους νέους το πνεύμα της ομαδικής εργασίας, την ικανότητα ηγεσίας, την θετική στάση, την υπευθυνότητα, την ικανότητα επίλυσης

προβλημάτων, την σωστή κρίση.

Για τον καπετάνιο Παναγιώτη Τσάκο όλα αυτά συνοψίζονται στη λέξη ναυτοσύνη, που δεν είναι απλώς η τέχνη και η επιστήμη για την πλοήγηση του σκάφους. Είναι όλα τα παραπάνω, σε συνδυασμό με ήθος, τιμιότητα, ταπεινότητα, σύνεση, ευγένεια στον δρόμο προς την αριστεία.

Τον Παναγιώτη Τσάκο καλωσόρισε στην ακαδημαϊκή οικογένεια του Πανεπιστημίου Μακεδονίας ο πρύτανης, Στέλιος Κατρανίδης. Επισήμανε ότι η πορεία του καπετάνιου στέλνει το ελπιδοφόρο μήνυμα πως με σκληρή δουλειά και προσπάθεια οι Έλληνες μπορούν να μεγαλουργήσουν, ακόμα και σε συνθήκες αδυσώπητου ανταγωνισμού.

Πρόσθεσε δε, ότι η περίπτωση του Παναγιώτη Τσάκου αποτελεί παράδειγμα σύνδεσης της επιχειρηματικής επιτυχίας με την κοινωνική προσφορά, την αλληλεγγύη και την αγάπη για τον άνθρωπο και το περιβάλλον, καθώς είναι ένας από τους συνιδρυτές Ελληνικής Ένωσης Προστασίας Θαλάσσιου Περιβάλλοντος (HELMERA) και ο ιδρυτής και αποκλειστικός χρηματοδότης τριών ιδρυμάτων στη Χίο, στο Μοντεβιδέο και στην Γκάνα.

Για τον Παναγιώτη Τσάκο μίλησαν ακόμη ο κοσμήτορας της σχολής Κοινωνικών, Ανθρωπιστικών Επιστημών και Τεχνών, Ηλίας Κουσκουβέλης και ο πρόεδρος του τμήματος Διεθνών και Ευρωπαϊκών Σπουδών, Δημήτρης Σκιαδάς.

Ο ΜΕΓΑΛΟΣ ΕΡΩΤΑΣ ΤΟΥ Γ. ΒΙΖΥΗΝΟΥ

Γράφει ο κ. Αναστάσιος Ι. Τριπολίτης¹



Είναι γνωστός ο έρωτας του Γ. Βιζυηνού για τη Μπετίνα Φραβασίλη. Ο Βιζυηνός, ως γνωστόν, άφησε την τελευταία του πνοή στις 15 Απριλίου του 1896 στο «Δρομοκαϊτείο» όπου νοσηλεύετο λόγω ψυχώσεως που του προκάλεσε το αφροδίσιο νόσημα από το οποίο έπασχε, ψιθυρίζοντας μέχρι τις τελευταίες του στιγμές το όνομα της μεγάλης του αγάπης.

Και, καλά, γνωρίζουμε τα του αιμνήστου Βιζυηνού, τι απέγινε όμως η Μπετίνα και πώς γνωρίστηκε με τον Βιζυηνό; Η Μπετίνα λοιπόν ήταν η πρώτη κόρη του Αντωνίου Φραβασίλη, ο οποίος ήταν Ελληνο-Ιταλός και ήταν Καθηγητής του Βαρβακείου Λυκείου. Η οικογένεια ήταν εύπορη σχετικά και ζούσε σε μεγάλο σπίτι στη συμβολή των οδών Δημοκρίτου και Σόλωνος. Λόγω του μεγέθους του σπιτιού που ήταν άνετο, ένα δωμάτιο που περίσσευε το ενοικίαζαν στον Γ. Βιζυηνό, ο οποίος λόγω διαφοράς ηλικίας έβλεπε τις κόρες του ζεύγους Φραβασίλη σαν παιδιά του (προτού αρρωστήσει).



Τη Μπετίνα τη βάπτισε ο Ιταλός επιχειρηματίας Ιωάννης Βαπτιστής Σερπιέρης και στο μυστήριο παρευρέθησαν οι Γεώργιος Σουρής και Άγγελος Βλάχος! Όμως κάποια στιγμή, λόγω οικονομικής δυσπραγίας, ο Αντ. Φραβασίλης εγκατέλειψε την οικογένειά του και την Ελλάδα (1889). Εν τω μεταξύ φαίνεται ότι η ασθένεια του Βιζυηνού προχωρούσε, με αποτέλεσμα, μετά την άρνηση της μητέρας της Μπετίνας σε σχετική πρόταση του Βιζυηνού για γάμο με το παιδί της, να βρεθεί στο «Δρομοκαϊτείο» κλπ. κλπ.

Η Μπετίνα λοιπόν σπούδασε μουσική και... απέρριπτε προτάσεις γάμου από σπουδαίες προ-



σωπικότητες όπως ο Σπύρος Σαμάρας, ο πλούσιος Κωνσταντίνος Φούγκ κ.α. Τελικά παντρεύτηκε στις 28 Σεπτεμβρίου του 1896 τον δικηγόρο Κωνσταντίνο Μ. Παπαγεωργίου. Όμως τέσσερις μέρες μετά το γάμο της πέθανε σε ηλικία 20 μόλις ετών! Λησμόνησα να αναφέρω ότι η Μπετίνα έπασχε από βαρύ διαβήτη (σάκχαρο)!... Ο Βιζυηνός είχε ήδη αποβιώσει πεντέμισι μήνες πριν!...

Για τον Βιζυηνό και τη Μπετίνα έχουν γραφεί πολλοί μύθοι, παρά τα όσα όμως έχουν γραφεί, δεν τον επισκέφθηκε ποτέ στο Ψυχιατρείο, ούτε έχουν αποσαφηνιστεί τα αισθήματά της για εκείνον. Η αδελφή της η Ιτάλα παντρεύτηκε τον διπλωμάτη Παναγιώτη Παπαδάκη, η μητέρα της Σοφία έζησε στην ανέχεια τα τελευταία της χρόνια, την ίδια δε τη Μπετίνα την αποθανάτισαν οι πένες του Κωστή Παλαμά, του Ι.Μ. Παναγιωτόπουλου και του Νικηφόρου Βρεττάκου.

Αγαπητοί αναγνώστες,

Προτού κλείσω το κείμενό μου σας προτρέπω, στην επόμενη επίσκεψή σας στους ασθενείς του «Δρομοκαϊτείου», να επισκεφθείτε και το ανακαινισμένο Μουσείο μας.

Πάντα με ΑΓΑΠΗ,
Αναστ. Ι. Τριπολίτης
Αγγειοχειρουργός και πρ. Πρόεδρος
του Δ.Σ. του «Δρομοκαϊτείου»



Οι αξιότιμες κες Εύη Παπαϊωάννου και Μαρίζα Νικολαΐδου με την νοσηλεύτρια που συνοδεύουν τους ασθενείς. Σκορπούν αφειδώς τον χρόνο και την συντροφιά τους στους έχοντες ανάγκη από ψυχαγωγία και αλλαγή στην καθημερινότητά τους.



Οι αξιότιμες κυρίες Εύη Παπαϊωάννου και Μαρίζα Νικολαΐδου μέλη του Δ.Σ. των Φίλων του Δρομακαΐτειου ενώ διασκεδάζουν τους ασθενείς



Από άλλη έξοδο για φαγητό και διασκέδαση που προσφέραμε σε ασθενείς. Ανακρίνεται το παιδί της Κοινωνικής Λειτουργού που συνοδεύει τους ασθενείς



Η κα Εύη Παπαϊωάννου σε συζήτηση με ασθενή



Από την ομιλία της κας Σκαρβέλη στον Παρνασσό



Ο κος Λαυρέντης Δελλασούλας ομότιμος καθηγητής που πραγματοποίησε την επιτυχημένη διάλεξη στον Παρνασσό με θέμα: Κοινωνική ένταξη προσώπων με αναπηρία. Προϋποθέσεις και εναλλακτικές προτάσεις



Οι ένοικοι των Ξενώνων Νάξου και Κυψέλης σε ένα ευχάριστο γεύμα με χορό και τραγούδι



Από την έξοδο ενοίκων του ξενώνα του Δρομακαΐτειου Νάξου και Κυψέλης



Από την διάλεξη στον Παρνασσό. Διακρίνεται ο πρόεδρος του Δ.Σ. Δρομακαΐτειου, κος Ισίδωρος Πρώιος, η πρόεδρος του Σ.Φ.Δ. κα Σκαρβέλη και μέλη του Δ..... κος Κων/νος Μεσολογγίτης

Συντακτική Επιτροπή: Α. Σκαρβέλη Διευθύντρια (Πρόεδρος Δ.Σ.), Μ. Θεοδωράκη, Ε. Τσίμπλη, Α. Φραγκοπούλου και αναπληρωματική Μ. Φιστέ
Υπεύθυνη Οικονομικών: Ε. Μπαρτζόγλου - Καλλιτεχνική Επιμέλεια: Ανδρ. Σκαρβέλη
Επιμέλεια - Παραγωγή - Εκτύπωση: STILVOPRESS Graphic Arts

* ΤΑ ΕΝΥΠΟΓΡΑΦΑ ΑΡΘΡΑ ΕΚΦΡΑΖΟΥΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ