



ΠΕΝΤΑΛΟΦΟ «ΠΟΛΟΛΟΒΙΤΣΑ»

ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΑΔΕΛΦΟΤΗΤΑΣ ΠΕΝΤΑΛΟΦΙΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

ΓΡΑΦΕΙΑ: ΜΠΙΖΑΝΙΟΥ 26
174 56 ΑΛΙΜΟΣ - Τηλ.: 210 9820837

ΑΡΙΘΜ. ΦΥΛΛΟΥ: 82ο

Συνδρομή 20 Ευρώ το χρόνο

Δεκέμβριος 2010 - Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2011

Αιτωλοακαρνάνες σε θέσεις κλειδιά

Κώστας Καραγκούνης
Βουλευτής Αιτωλοακαρνανίας



Αναπληρωτής Τομεάρχης
Δικαιοσύνης Ν. Δημοκρατίας

Θύμιος Σώκος



Γενικός Γραμματέας της Αποκεντρωμένης
Διοίκησης Μακεδονίας Θράκης

Νίκος Υφαντής



Αντιπεριφερειάρχης υποδομών
Δυτικής Ελλάδας

Χριστίνα Σταρακά



Αντιπρόεδρος οικονομικής επιτροπής
Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας

Το Διοικητικό Συμβούλιο
της Αδελφότητας
για τις γιορτές
του Πάσχα
εύχεται στους φίλους
και τα μέλη
Χρόνια Πολλά
και
Καλή Ανάσταση!

**Για να συνεχίσει
την έκδοση
η εφημερίδα στείλτε
τη συνδρομή σας.**

Δ ι ό ρ θ ω σ η

Ο Σεραφείμ Στέλιος από τον συνδυασμό «Λαϊκή Συσπείρωση» που πρόσκειται στο Κ.Κ.Ε. εκλέχθηκε Τοπικός Σύμβουλος Πενταλόφου αντί του Γιώργου Μπλαχούρη που από παραδρομή αναφέρθηκε στο προηγούμενο φύλλο.

Η εφημερίδα «ΠΕΝΤΑΛΟΦΟ - ΠΟΛΟΛΟΒΙΤΣΑ» εύχεται σε όλους καλή επιτυχία στο έργο τους.

Δ Η Μ Ο Τ Ι Κ Ο Σ Χ Ο Λ Ε Ι Ο Π Ε Ν Τ Α Λ Ο Φ Ο Υ

Από: ΔΗΜ. ΣΧ. ΠΕΝΤΑΛΟΦΟΥ <mail@dim-pental.ait.sch.gr>
Αποστολή: Δευτέρα, 10 Ιανουαρίου 2011 11:45

Προς: <pentalofos@yahoo.gr>
Θέμα: Δημοτικό Σχολείο Πενταλόφου

Αξιότιμοι κ.κ.
Οι μαθητές, το διδακτικό προσωπικό και ο διευθυντής του Σχολείου μας, σας εύχονται **Καλή Χρονιά** με υγεία και χαρά.
Θέλουμε να σας ενημερώσουμε πως είμαστε στη διάθεσή για επικοινωνία και συνεργασία με σκοπό την προβολή και την ανάδειξη της προόδου του τόπου μας. Σας ευχαριστούμε πολύ για τη φιλοξενία στη στήλη της εφημερίδας σας υλικού που σας προσφέραμε με ιδιαίτερη χαρά και ευελπιστούμε πως και στο μέλλον θα συμβάλλουμε με κάθε τρόπο στον εμπλουτισμό της ύλης, για θέματα που αφορούν το σχολείο μας και την

εκπαίδευση γενικότερα.
Σας γνωρίζουμε ακόμα πως έχουμε δημιουργήσει το δικτυακό τόπο του Σχολείου μας στο Πανελλήνιο Σχολικό Δίκτυο και σας καλούμε να τον επισκεφθείτε και να μας πείτε τις εντυπώσεις σας. Ήδη έχουμε συμπεριλάβει το δικτυακό τόπο σας, όχι μόνο στην κατηγορία των συνδέσμων αλλά και σαν οδηγό περιήγησης των επισκεπτών μας στη σελίδα «Ο τόπος μας».
Ο στόχος μας εκτός από την προβολή και ενημέρωση, είναι να αποτελέσει ο δικτυακός μας τόπος ένα επικοινωνιακό και συνεργατικό εργαλείο στα πλαίσια της αξιοποίησης των

τεχνολογιών της πληροφορίας και επικοινωνίας στην εκπαίδευση. Για το λόγο αυτό, όπως θα δείτε στη σελίδα ΤΠΕ, έχουμε αναρτήσει πλούσιο υλικό που αφορά τη χρήση και την αξιοποίηση των ΤΠΕ στην εκπαιδευτική διαδικασία, διαθέσιμο σε όλους και ιδιαίτερα χρήσιμο στους εκπαιδευτικούς που παρακολουθούν τα προγράμματα επιμόρφωσης στις ΤΠΕ Β' επιπέδου.
Σας ευχαριστούμε και σας ευχόμαστε Καλή Χρονιά!
Μετά τιμής
Σωτήρης Κολεμένος
Δι/τής του Σχολείου -
Επιμορφωτής ΤΠΕ Β' Επιπέδου

ΑΛΛΑΞΑΜΕ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

**Η νέα διεύθυνση
της Αδελφότητας και
της Εφημερίδας είναι:**

Μπιζανίου 26
174 56 ΑΛΙΜΟΣ
Τηλ: 210.9820837
Κινητό: 6972417398

«Μπορεί τ' αστέρια να λάμπουν σαν τον ήλιο μα κανένα απ' αυτά δεν είναι ο ήλιος.
Ήλιος είναι μόνο ο τόπος που γεννήθηκες, το χωριό σου».

Κοινωνικά

Γεννήσεις

- Η **Μαργαρίτα Πετρονικολού** σύζυγος **Νλίκου Παπακώστα** γέννησε αγόρι.

Ευχόμαστε να τους ζήσει

Γεννήσεις

- Έφυγε από κοντά μας η **Σπυριδούλα Πλιάτσικα-Χριστοδούλου**.

Ελαφρύ το χώμα που την σκεπάζει

Εάν επιθυμείτε να γίνουν γνωστά τα κοινωνικά σας (γεννήσεις, βαπτίσεις, γάμοι κ.λπ.) τηλεφωνείτε στα τηλέφωνα: 6945 684584 - 210 9820837

Τελευταία στιγμή

Έφυγε από κοντά μας ο **μεγάλος κλαρινίστας Γιάννης Βασιλόπουλος**.

Για τη ζωή και το έργο του Γιάννη Βασιλόπουλου στο επόμενο φύλλο.

Γεια σας και χαρά σας

Κάναμε και φέτος τον χορό μας στο κοσμικό κέντρο «ΑΓΡΙΜΙΑ».

Δεν πήγαμε καλά. Δεν πήγαμε καθόλου καλά...

Πάνε τα χρόνια που συγκεντρώναμε **500 - 600** άτομα. Φέτος... ούτε **100!**

Τι να φταίει άραγε; ...φταίει η **οικονομική κρίση; Μπορεί. Φταίει η αδιαφορία αρκετών χωριανών; Ίσως...**

Ελάχιστοι για να μην πούμε κανένα από όσους ασχολήθηκαν παλαιότερα με την Αδελφότητα βοηθάνε.

Ας ελπίσουμε του χρόνου καλύτερα.

- Από τη στήλη αυτή θέλω να ευχαριστήσω τους παρακάτω χωριανούς και φίλους που πρόσφεραν δώρα για τον χορό της Αδελφότητας: **Αντώνη Φλέρη του Επαμεινώντα, Πάνο Κηρήκο, Μαρία Τριανταφυλλοπούλου του Στέφανου, Κώστα Καραϊσκό του Γεράσιμου, Αγγελική Μπίκα, Αδελφές Μουτζούρη, Βασιλική Κιτε-**

μέ και τον ιδιοκτήτη του κέντρου «Αγρίμια» Γιάννη Μπάρμπα που μας παραχωρεί το μαγαζί του χωρίς όρους.

- Πολλοί είναι εκείνοι που δεν πληρώνουν την συνδρομή τους με αποτέλεσμα να υπάρχει **άμεσος κίνδυνος να σταματήσει η έκδοση της εφημερίδας**. Δεν είναι και πολλά τα χρήματα **20 € τον χρόνο**. Επίσης εσείς οι **γραμματιζούμενοι** στείλτε και κανένα κείμενο για δημοσίευση, όχι μόνο παρατηρήσεις και **εξυπνάδες** εκ του ασφαλούς.

Βλέπετε εγώ δεν ξέρω γράμματα και στο Δημοτικό Σχολείο πήγα να πάρω τα Χριστούγεννα μέχρι το Πάσχα. Μετά είχαμε σκάλο στα βαμπάκια της εταιρείας Λεσινίου.

- Για το παλιό Σχολείο τι να πω... **απελπιστική η κατάσταση. Πρέπει να κάνουμε τουλάχιστον την φάτσα.**

Πρόσφεραν στην Αδελφότητα και τους ευχαριστούμε:

1	Παντελής Μπίκας	50 €
2	Στάθης Κατσάνος	20 €
3	Πάνος Κορδόσης	του Ιωάννη του Οδυσσέα 10 €
4	Δήμος Δημητρίου	10 €
5	Νίκος Μακρής	20 €
6	Μαρία Πετρονικολού	20 €

Θανάσης Κετιμές

SERVICE ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ

ΘΕΜΗΣ ΚΑΖΙΑΝΗΣ

ΤΗΛ. 26320 31412

ΚΙΝ. 6947 790189

Πεντάλοφος Ονισσών

Χωροταξικές Εργασίες

Εκκαθαρές - Κατεδαφίσεις

Ηρώδης Ιωάννης

ΤΗΛ.: 210 98.22.328 - ΚΙΝ.: 697 44.22.488

Τριανταφυλλόπουλος Σωτήριος

Τηλ.: 6944 46 79 78

210 26 35 532

Ελένη Καπώνη - Σουσοβίτη

Κόκαλη 23

(Πλησίον Νοσοκομείου Αγρινίου)

Τηλ.: (26410) 59223 - 55797

Κινητ: 6946 - 724367

24 ωρη Εξυπηρέτηση

ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ

ΥΛΙΚΑ

Κιτ.: 6972 544083

& 6978 735525

οικίος: 26320 31809

ΚΑΤΟΧΗ ΟΙΝΙΑΔΩΝ

ΚΡΕΠΙΓΗΜΕΙΟ ΚΑΖΑΚΟΣ ο παραγωγός

Πεντάλοφος Μεσολογίου

τηλ. 26320 32039, 6972 317329, 6942 015232, 6977 500102

ΕΙΔΙΚΕΣ ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΣΤΕΡΓΙΟΣ ΣΤΑΥΡΙΑΝΟΣ

ΤΗΛ.: 6946 889582

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ

ΤΑΒΕΡΝΑ

"ΤΟ ΚΡΥΦΟ"

Πεντάλοφος

Ονισσών

26320 31876

6979 779 655

ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΣ ΤΡΙΑΔΗΣ

ΠΕΝΤΑΛΟΦΟ
«ΠΘ ΔΘ ΔΘ ΒΙΤΣΑ»
 www.pentalofo.gr
 Διευθύνσεις σύμφωνα με το Νόμο
 Εκδότης - Ιδιοκτήτης
Αδελφότης Πενταλοφίων Αθηνών
 Μπιζανίου 26, 174 56 Άλιμος, Τηλ.: 210 9820837
 Υπεύθυνος Ύλης:
Το Διοικητικό Συμβούλιο της Αδελφότητας
 Υπεύθυνος Σύνταξης:
Μιχάλης Τσορβαντζής
 Φωτοστοιχειοθεσία - Εκτύπωση:
ΑΒΑΚΙΟ ΑΕΒΕ: Σουλίου 83, Αγ. Δημήτριος,
 τηλ. 210 9941708
 Χειρόγραφα δημοσιεύσιμα ή μη, δεν επιστρέφονται.

Βραβεία
 Βραβεύτηκαν από το Κοινοφελές Ίδρυμα Γεωργίου Κορδώσης ως καλύτεροι μαθητές του Δημοτικού Σχολείου Πενταλόφου οι:
Σπυριδούλα Κουκορδέλη του Γεωργίου, Κωνσταντίνος Λαχάρης του Λάμπρου
Τα θερμά μας συγχαρητήρια



Αρετή Κετιμέ

- Στο CD «Αστιβή» του συνθέτη Δημήτρη Καρρά συμμετέχει η συγχοριανή μας **Αρετή Κετιμέ**. Στο τραγούδι «Ηλεκτρισμένη μου ματιά».

- Το CD «Με τη φωνή της Αρετής» είναι το CD της συγχοριανής μας **Αρετής Κετιμέ**. Εμπεριέχει 11 τραγούδια!

ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ

ΣΑΓΡΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

ΤΗΛ: 6936 06 46 45

ΑΘΗΝΑ

Αλεξάνδρα Ι. Λάγκου

φαρμακοποιός

Πεντάλοφος Μεσολογίου

τηλ.: 26320 32040

ΝΙΚΟΣ Γ. ΠΑΠΑΛΕΞΗΣ

ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Ε.Μ.Π.

ΜΕΛΕΤΕΣ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ - ΤΟΠΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΠΟΛΙΤΗΣ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΩΝ

ΓΡΑΦΕΙΟ: ΤΗΛ. & FAX: 26310 26674 - ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ

ΚΙΝΗΤΟ ΤΗΛ. 6974 50 56 34 - e-mail: npapal@tee.gr

Η οσθήλη του γιατρού

ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΤΟ ΜΥΑΛΟ ΣΑΣ ΣΕ ΦΟΡΜΑ

Οι εγκεφαλικές λειτουργίες επιδέχονται βελτίωσης. Διαβάστε πώς θα τα καταφέρετε!

Γυμναστική για τους νευρώνες

Νέες εμπειρίες, χόμπι και έρωτας. Όλα στην υπηρεσία των νευρώνων για την καλύτερη απόδοση του μυαλού.

Το πρόσωπο μοιάζει γνωστό αλλά το όνομα σας διαφεύγει. Το ραντεβού με τον οδοντίατρο ήταν κανονισμένο εδώ κι ένα μήνα αλλά εκείνη την ώρα είχατε πάει για ψώνια. Προβλήματα που άλλοτε φαίνονταν παιχνιδάκι υψώνονται τώρα σαν απροσπέλαστα βουνά μπροστά σας. Μα πώς είναι δυνατόν να σας συμβαίνουν όλα αυτά; Σύμφωνα με πρόσφατες επιστημονικές ανακαλύψεις, η απώλεια μνήμης και η πνευματική τεμπελιά σας επισκέπτονται όλο και πιο συχνά όσο περνάνε τα χρόνια. Αν για να διατηρήσετε ακμαίο το σώμα σας είναι απαραίτητη η αεροβική γυμναστική, για το μυαλό χρειάζεται η νευροβική. Τον όρο εισήγαγε ο Λόρενς Κατζ, νευροβιολόγος στο Πανεπιστήμιο Ντιουκ των ΗΠΑ και πατέρας του νέου επιστημονικού κλάδου. Το βιβλίο του *Keep your Brain Alive* (Κρατήστε το Μυαλό σας Ζωντανό) έγινε μπεστ σέλερ στην Αμερική και δημιούργησε πιστούς οπαδούς αλλά και φανατικούς πολέμιους από την επιστημονική κοινότητα. Η νευροβική υπόσχεται να σας μάθει πώς να διατηρήσετε και να βελτιώσετε τις πνευματικές σας ικανότητες.

Διαρκής εξέλιξη

Πάντα γνωρίζαμε ότι ο εγκέφαλος έχει την ικανότητα να μαθαίνει καινούρια πράγματα και να αφομοιώνει νέες πληροφορίες σε όλη τη διάρκεια της ζωής του ανθρώπου. Μέχρι πριν από λίγα χρόνια πιστεύαμε ότι είναι ένα παγωμένο όργανο που διαθέτει σταθερό αριθμό κυττάρων-νευρώνων από τη γέννησή μας και μετά. CEI πρώτες ανακρίβειες ενδείξεις προέκυψαν από την εξέταση ανθρώπων που είχαν χάσει κάποια αίσθηση. CEI επιστήμονες διαπίστωσαν ότι οι άνθρωποι που είχαν χάσει την όρασή τους ανέπτυσσαν ισχυρότερη αφή. Το γεγονός αυτό υποδεικνύει ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος διαθέτει μεγάλη πλαστικότητα και μπορούσε να προσαρμόζει τις λειτουργίες του ανάλογα με τις ανάγκες. Πρόσφατες ανακαλύψεις επιβεβαίωσαν ότι ο αριθμός των νευρώνων όχι μόνο δεν παραμένει σταθερός αλλά ότι οι νευρώνες του ιππόκαμπου, περιοχή που σχετίζεται με τη μάθηση και τη μνήμη, αναγεννώνται συνεχώς. Πάνω σ' αυτές στηρίχτηκε η νευροβική για να επιταχύνει τη διαδικασία αναγέννησης των νευρώνων και των συνδέσεων μεταξύ τους.

Η ισχύς εν τη συνάψει

Η νευροβική έκανε τα πρώτα δειλά βήματά της στα τέλη της δεκαετίας του 1970 κατά τη διάρκεια προπόνησης αθλητών του στίβου, οι οποίοι μέσω του συνδυασμού ασκήσεων αεροβικής και νευροβικής προοπάθησαν να βελτιώσουν τα αντανεκλαστικά τους κατά την εκκίνηση στις κούρσες ταχύτητας. Τι ακριβώς είναι η νευροβική; Πρόκειται για μέθοδο ασκήσεων που χρησιμοποιούν ταυτόχρονα και τις πέντε αισθήσεις ώστε να ενεργοποιούνται όσο το δυνατόν περισσότερες περιοχές του εγκεφάλου. Η ενεργοποίησή τους αυξάνει την παραγωγή νευροτροφικών, φυσικές θρεπτικές ουσίες που προλαμβάνουν την καταστροφή των νευρώνων και βοηθούν στη δημιουργία περισσότερων συνδέσεων-συνάψεων. Οι επιστήμονες ισχυρίζονται ότι η πώση των διανοητικών επιδόσεων και η εξασθένηση της μνήμης με την πάροδο των χρόνων οφείλεται στη μείωση των συνάψεων μεταξύ των νευρώνων. Η νωθρή χρήση του μυαλού και τα γηρατειά μειώνουν τις συνάψεις, οδούς επικοινωνίας ανάμεσα στα νεύρα. Εδώ ακριβώς επεμβαίνει η νευροβική και με μια σειρά απλών ασκήσεων επανδραστηριοποιεί τις "κοιμισμένες" περιοχές του εγκεφάλου αυξάνοντας τις συνάψεις τους.

Έρωτας και ρουτίνα

Η νευροβική δεν απαιτεί χαρτί και μολύβι ούτε περιέχει πολύπλοκα τεστ και εκνευριστικές σπαζοκεφαλιές. "Γυμναστήριό" της είναι η καθημερινότητα και η αξιοποίηση των κατάλληλων ερεθισμάτων του περιβάλλοντος. Χρυσός κανόνας της νευροβικής είναι το σπάσιμο της ρουτίνας και η αποφυγή της επανάληψης. Ο Κατζ στο βιβλίο του συμπυκνώνει το πνεύμα των ασκήσεων του σε τέσσερις "βασικές συμβουλές":

1. Η χρησιμοποίηση νέων αισθήσεων βελτιώνει κατακόρυφα την ικανότητα αντίληψης. Για παράδειγμα, προσπαθήστε να βάλετε το κλειδί στην κλειδαριά με κλειστά τα μάτια.
2. Ενεργοποιήστε την προσοχή σας και βάλτε το μυαλό σας σε εγρήγορση, εμπλέκοντας το συναίσθημα. Τα συναισθήματα αποτυπώνονται έντονα στη μνήμη.
3. Απαλλαγείτε από τη μονοτονία. Διαλέξτε κάθε μέρα νέα διαδρομή για να πάτε στη δουλειά σας.

Σύμφωνα με τον Κατζ, η πιο αποτελεσματική νευροβική προπόνηση είναι ο έρωτας. Ανάμεσα σε όλες τις συνηθισμένες δραστηριότητες, κατά τη διάρκεια

του σεξ και οι πέντε αισθήσεις μας βρίσκονται σε εγρήγορση, ενεργοποιώντας ταυτόχρονα τις περιοχές του εγκεφάλου που σχετίζονται με το συναίσθημα.

Περσινά ξινά σταφύλια

Πολλοί νευροβιολόγοι δε συμμερίζονται ούτε τον ενθουσιασμό ούτε τα συμπεράσματα του Κατζ και θεωρούν ότι ο συνάδελφός τους το μόνο που έκανε ήταν να πάρει μερικές γνωστές μεθόδους που εφαρμόζονται για την αποκατάσταση των εγκεφαλικών επεισοδίων και να τις βαφτίσει μ' ένα εντυπωσιακό όνομα που παραπέμπει στην αεροβική, γυμναστική των μυών. Για παράδειγμα, σε ημιπληγικούς ασθενείς που έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο ακινητοποιούν το υγιές τους μέλος. Στην προσπάθειά τους να κινήσουν το άρρωστο μέλος οι ασθενείς στέλνουν νευρικά ερεθίσματα στον εγκέφαλο, τα οποία επιταχύνουν τη θεραπεία. CEI ειδικοί εξηγούν ότι σε καμιά περίπτωση δε γνωρίζουν τους μηχανισμούς που ενεργοποιούν αυτή τη μέθοδο. Επιπλέον πιστεύουν ότι δεν υπάρχουν ακόμα αρκετά τεκμήρια που να αποδεικνύουν την πλαστικότητα του εγκεφάλου. Ακόμα μεγαλύτερες αντιδράσεις προκάλεσαν οι ισχυρισμοί του Κατζ πως η νευροβική επιβραδύνει την εξέλιξη σοβαρών ασθενειών όπως η νόσος του Αλτσχάιμερ. Για να τεκμηριώσουν τη θέση τους τονίζουν πως έχει αποδειχθεί στατιστικά ότι σημειώνονται λιγότερα περιστατικά της νόσου Αλτσχάιμερ στους ανθρώπους που εξασκούν πνευματική εργασία απ' ότι στους χειρώνακτες, αφού οι πρώτοι διατηρούν το μυαλό τους πιο δραστήριο βελτιώνοντας τις νοητικές ικανότητες και τη μνήμη τους. Πάντως η μέθοδος του Κατζ δεν έχει τα ίδια αποτελέσματα σε όλους τους ανθρώπους. CEI σκεπτόμενοι αντί να βελτιώσουν τις ικανότητές τους μπερδεύονται ακόμα περισσότερο στην προσπάθειά τους να αντικαταστήσουν τις καθημερινές συνήθειες με κάτι περίπλοκο. Ίσως τελικά ένα σταυρόλεξο να είναι η καλύτερη νευροβική άσκηση.

Μυστικά για πνευματική ανάταση

Θέλετε να κρατήσετε το μυαλό σας κοφτερό σαν ξυράφι; Τρώτε υγιεινά και κόψτε τα σιγάρα, τα ποτά και τα ξενύχτια...

Οι αρχαίοι Έλληνες έλεγαν "Νους υγιής εν σώματι υγιή". Μάλλον ήξεραν κάτι παραπάνω. Αυτό διατείνονται οι σύγχρονες έρευνες, οι οποίες δικαιώνουν απόλυτα τη σοφία των προγόνων μας. Πριν βουτήξετε στα βαθιά νερά της νευροβικής σας προτείνουμε μερικές απλές συμβουλές για να διατηρήσετε το μυαλό σας σε φόρμα.

Τόνωση μετά μουσικής

Ο εγκέφαλος, όπως και κάθε άλλο όργανο του ανθρώπινου σώματος, πρέπει να βρίσκεται σε διαρκή κίνηση και εγρήγορση ώστε να αποδίδει τα μέγιστα. Με άλλα λόγια, είναι σημαντικό να χρησιμοποιούμε όλες μας τις αισθήσεις και να αποκτάμε νέες γνώσεις και δεξιότητες. Οι αισθήσεις μας εδράζονται σε διαφορετικές περιοχές του εγκεφάλου κι αν δεν ασκούμε κάποια απ' αυτές αφήνουμε κάποια περιοχή του εγκεφάλου να ατροφίσει. Ο άνθρωπος μέσα στο περιβάλλον που κινείται βασίζεται κυρίως στην όραση, με αποτέλεσμα οι περιοχές που συνδέονται με την οπτική αντίληψη να κατέχουν μεγάλο τμήμα του εγκεφάλου. Αυτό όμως αποβαίνει εις βάρος των υπόλοιπων εγκεφαλικών περιοχών που ελέγχουν τις υπόλοιπες αισθήσεις. Η συνεχής εκπαίδευση και η εξέλιξη νέων δεξιοτήτων βοηθά στην ισόρροπη ανάπτυξη διαφορετικών περιοχών καθώς και στη δημιουργία περισσότερων συνδέσεων. Μ' αυτό τον τρόπο αυξάνονται οι ικανότητες απομνημόνευσης και μάθησης, και μάλιστα πολύ γρήγορα. Ο Μαρκ Μπράνγκερτ, από το Ινστιτούτο Φιλοσοφίας της Μουσικής στο Ανόβερο, απέδειξε ότι μετά από λίγα λεπτά εξάσκησης ο εγκέφαλος αρχίζει να συνδέει τις περιοχές που καθοδηγούν τα δάχτυλα ενός πιανίστα με τις ακουστικές περιοχές που επεξεργάζονται τις νότες. Σε παρόμοια συμπεράσματα κατέληξαν και ψυχολόγοι από το Πανεπιστήμιο του Χονγκ Κονγκ μετά από εξέταση ενενήντα μαθητών ηλικίας 6-15 χρονών. Τα μισά από τα παιδιά έπαιζαν στην ορχήστρα του σχολείου, ενώ τα άλλα μισά δεν είχαν καμιά σχέση με τη μουσική. Οι ψυχολόγοι έκαναν μια σειρά από τεστ τα οποία απέδειξαν ότι οι μαθητές με μουσική παιδεία είχαν μεγαλύτερη ικανότητα να αφομοιώνουν τον προφορικό λόγο.

Ο ύπνος θρέφει το μυαλό

Εδώ πρέπει να τονίσουμε ότι η φράση "Η πολλή δουλειά τρώει τον αφέντη" ισχύει και στην περίπτωση της μάθησης. Ο εγκέφαλός μας χρειάζεται έναν καλό οκτώωρο ύπνο για να επεξεργαστεί και να αφομοιώσει τις νέες πληροφορίες που δέχεται καθημερινά. Έτσι δεν έχει και τόση σημασία σε ποιες και πόσες πνευματικές προκλήσεις υποβάλλουμε τον εγκέφαλό μας αν δεν τον

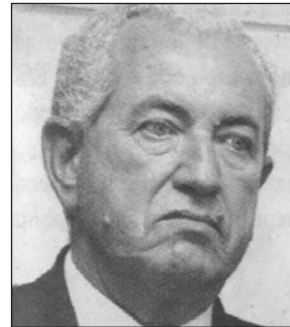
ΤΟ ΝΕΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΙΕΡΑΣ ΠΟΛΕΩΣ ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ -



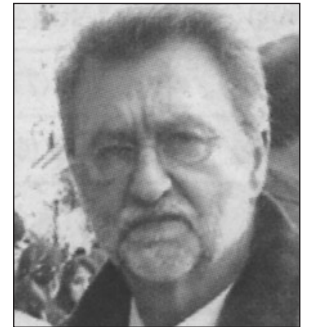
ΔΗΜΑΡΧΟΣ
Παναγιώτης Κατούλης
 Ψήφοι: 8.220
 Ποσοστό: 50,6%



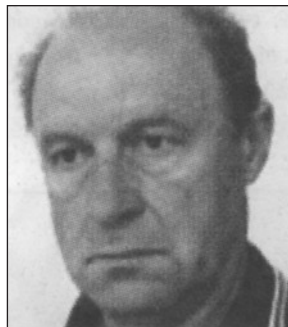
Νικόλαος
Μουρκούσης
 Ψήφοι: 4.838
 Ποσοστό: 23%



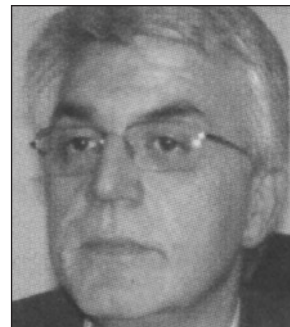
Γεώργιος
Πρεβεζάνος
 Ψήφοι: 8.020
 Ποσοστό: 49,4%



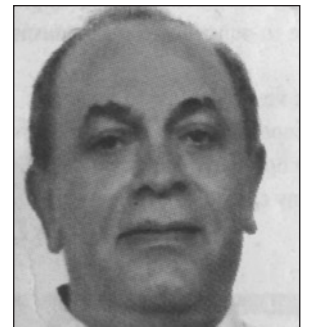
Γιάννης
Αναγνωστόπουλος
 Ψήφοι: 4.119
 Ποσοστό: 19,4%



Θεόδωρος
Μαργαρίτης
 Ψήφοι: 1.724
 Ποσοστό: 8,1%



Βασίλης
Μπρούμας
 Ψήφοι: 804
 Ποσοστό: 3,78%



Παναγιώτης
Νούλας
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 694



Δημήτρης
Κοταντάκης
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 611



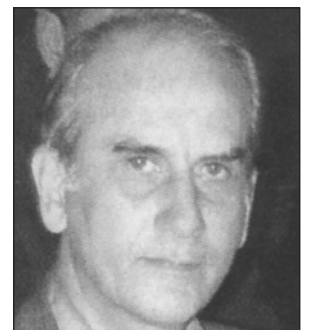
Μαρία
Φούντα
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 489



Αριστείδης
Καββάγιας
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 458



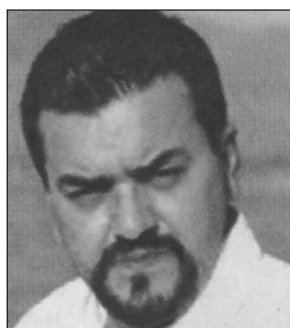
Βασίλειος
Κυτάγιας
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 454



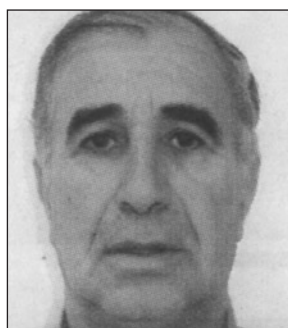
Γιάννης
Σπανός
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 370



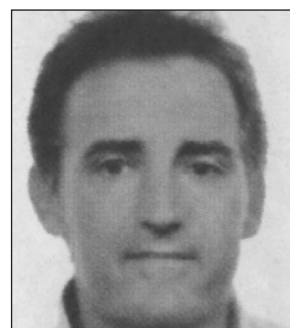
Νικόλαος
Χονδρός
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 370



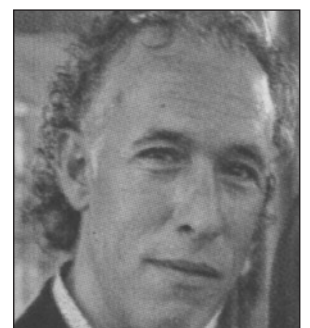
Γιώργος
Κασσαβέτης
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 346



Κων/νος
Πουλής
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 328



Κων/νος
Κατσούλας
 Δημοτική Ενότητα
 Μεσολογγίου
 Ψήφοι: 322



Δημήτριος
Καραδήμας
 Δημοτική Ενότητα
 Αιτωλικού
 Ψήφοι: 439

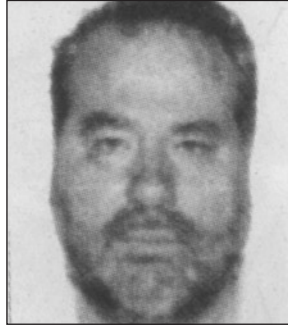
ΤΟΥ ΔΙΕΥΡΥΜΕΝΟΥ ΔΗΜΟΥ ΟΙΝΙΑΔΩΝ - ΑΙΤΩΛΙΚΟΥ



**Νικόλαος
Γρίβας**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 352



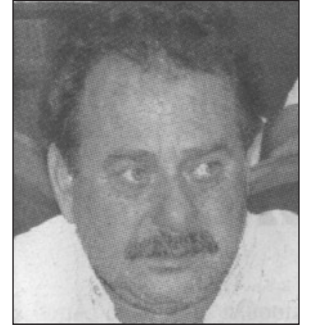
**Βασιλική
Στέφου**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 307



**Παναγιώτης
Κολοζάκης**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 255



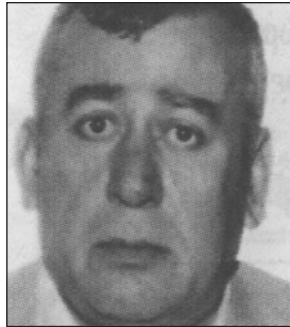
**Παντελής
Καρατσόλης**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 708



**Νικόλαος
Τσουνάκας**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 493



**Σκορδά-Καψώχα
Παναγιώτα**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 283



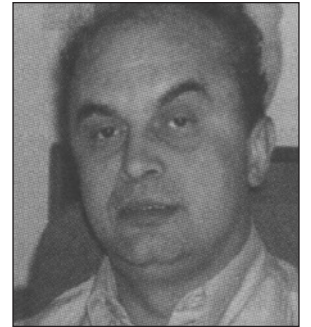
**Σπυρίδων
Κουφός**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 250



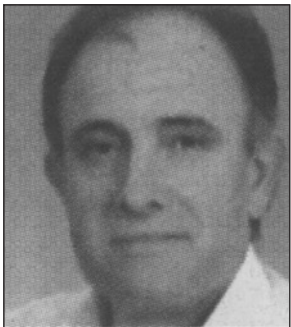
**Κων/νος
Καπώνης**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 228



**Αθανάσιος
Ροδάτος**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 213



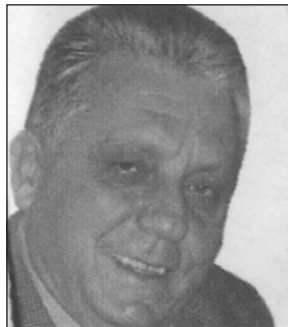
**Χρήστος
Παπανικολάου**
Δημοτική Ενότητα
Μεσολλογίου
Ψήφοι: 631



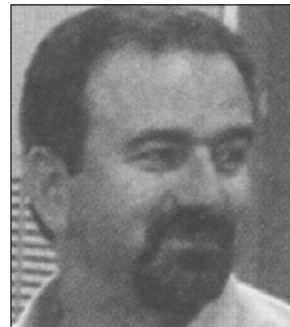
**Δημήτριος
Φλώρος**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 549



**Αγαθάγγελος
Κότσαλης**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 830



**Δημήτρης
Μπαλαμπάνης**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 577



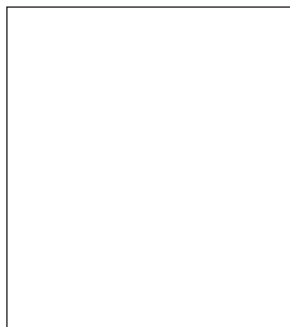
**Σπυρίδων
Βασιλείου**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 741



**Κων/νος
Κουτσοδόωρος**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 713



**Δημήτριος
Τσοκάντας**
Δημοτική Ενότητα
Αιτωλικού
Ψήφοι: 409



**Δημήτρης
Λιαπικός**
Δημοτική Ενότητα
Οιτιάδων
Ψήφοι: 476

Για τους κ.κ.
**Αθανάσιο
Ροδάτο
και
Δημήτριο
Τσοκάντα**
δεν
μπορέσαμε
να έχουμε
φωτογραφία

Γραφείο Τελετών
Ο ΜΟΡΦΕΑΣ
ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΟΛΟ ΤΟ 24ωρο
Χρήστος & Κώστας Λύτρας
Κεντρικό: Σπύρου Μουστακλή 16 - Μεσολόγγι
Υποκατάστημα: Νεοχώρι Οιτιάδων
Τηλ.: 6974 839474 - 6976 190222
ΔΙΑΘΕΤΟΥΜΕ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ ΨΥΓΕΙΟ

**ΠΑΡ-ΜΠΡΙΖ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ
Ο ΓΙΩΡΓΟΣ**
ΠΩΛΗΣΕΙΣ-ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ ΚΟΛΑΝΤΩΝ ΠΑΡ-ΜΠΡΙΖ
TRIPLEX - SECURIT
ΛΕΥΚΑ - ΕΓΧΡΟΜΑ
ΑΝΤΛΙΑΚΕΣ ΜΕΜΒΡΑΝΕΣ
ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΕΠΙΣΗΣ
ΑΠΟΖΗΜΙΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΔΕΦΑΙΛΗΤΙΚΕΣ ΕΤΑΙΡΙΕΣ ΧΩΡΙΣ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΕΠΙΘΑΡΥΝΣΗ
ΒΡΑΚΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΜΙΣΤΡΑΛΙΣΤΟΥ 6 & ΒΕΚΟΥ ΚΟΥΚΛΑΚΙ (ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΓΕΡΑΡΕΤΑΣ) ΤΗΛ. 210 9226524

**RESTAURANT
Cafe** delivery
"η πλατεία"
Από Μαζαράκη
Τηλ.: 26320 31464 Πεντάλοφος
☎: 6981 690 180 📞: 6951 773 946

ORO
Λυμπερίος Βασίλης
Πεντάλοφος - Μεσολόγγι, τηλ. 26320-31859

ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Του Σωτηρίου Κολεμένου - Διευθυντή του Δημοτικού Σχολείου Πενταλόφου

1. Αντιμετώπιση των εξετάσεων από τους γονείς.

Ένα θέμα που απασχολεί έντονα τους γονείς, είναι η αντιμετώπιση των εξεταστικών περιόδων των παιδιών τους. Όταν οι μαθητές έχουν διαγωνίσματα και εξετάσεις, ιδιαίτερα στην εφηβεία, έχουν μεγάλη αγωνία, την οποία πολλές φορές δεν εκφράζουν λεκτικά, γιατί οι γονείς τους είναι εκείνοι που συχνά εντείνουν την κατάσταση αντί να κατευνάσουν τα παιδιά τους. Συχνά οι γονείς εκφράζουν με τέτοιο τρόπο την αγωνία τους για την επίδοση των παιδιών τους, σαν να επρόκειτο να περάσουν οι ίδιοι τις εξετάσεις. Αυτό έχει ως συνέπεια να εισπράττουν τα παιδιά την αγωνία των γονιών τους και να αντιστρέφονται οι ρόλοι. Έχουμε έτσι γονείς αγχωμένους και παιδιά φαινομενικά αδιάφορα, που προσπαθούν να ηρεμήσουν τους γονείς. Είναι πολύ σημαντικό στην περίοδο των εξετάσεων:

- Οι γονείς να βρίσκονται δίπλα στα παιδιά τους υποστηρικτικά κάνοντας τους συντροφιά, όταν αυτά το έχουν ανάγκη.
 - Να είναι σε θέση να κουβεντιάσουν μαζί τους όταν τα παιδιά το χρειάζονται, ν' ακούν τις αγωνίες τους και να εστιάζουν στα συναισθήματά τους.
 - Να είναι πρόθυμοι να βοηθήσουν, αν είναι δυνατόν, και να τονίζουν ότι η προσπάθεια είναι απαραίτητη για την επιτυχία.
- Η ενθάρρυνση των παιδιών από τους γονείς, μεταφέρει στα παιδιά το μήνυμα ότι ο γονιός πιστεύει στις ικανότητές τους και κατ' επέκταση τα βοηθάει ν' αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες με περισσότερη σιγουριά.

2. Εξωσχολικές δραστηριότητες

Πολλοί γονείς και εκπαιδευτικοί θεωρούν ότι είναι καλό για το παιδί τους να μαθαίνει όσο το δυνατόν περισσότερα πράγματα «τώρα που είναι μικρό και πρέπει ν' αξιοποιεί το χρόνο του». Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να φορτώνουν σε τέτοιο βαθμό το παιδί τους με εξωσχολικές υποχρεώσεις (μαθήματα ξένων γλωσσών, σπορ, γυμναστική, μουσική κ.ά.), ώστε να μην έχει καθόλου ελεύθερο χρόνο για παιχνίδι. Αυτές οι δραστηριότητες μπορούν να ενταχθούν σε μέρες που υπάρχουν λιγότερα μαθήματα για την επόμενη μέρα. Διαφορετικά το παιδί κουράζεται, εκνευρίζεται και δεν εκτονώνεται. Επίσης η επιλογή καλλιτεχνικών και αθλητικών δραστηριοτήτων πρέπει να γίνονται σύμφωνα με τα ενδιαφέροντα και τις προτιμήσεις του ίδιου του παιδιού. Η επιλογή

αυτών των δραστηριοτήτων έχει σκοπό την εκμάθηση κανόνων, την ανάπτυξη και καλλιέργεια του πνεύματος συνεργασίας καθώς και την ενίσχυση των δυνατών σημείων του παιδιού. Είναι εύλογο πόσο σημαντικές είναι αυτές οι δραστηριότητες για την τόνωση του αυτοσυναισθήματος του ίδιου του παιδιού. Ένα παιδί που δυσκολεύεται, για



Μαθητές του Δημοτικού Σχολείου Πενταλόφου σε παλαιότερη εκδήλωση

παράδειγμα, να συνεργαστεί στο σχολείο σε ομάδες, μπορεί να μάθει να υπακούει σε κανόνες και να συνεργάζεται με άλλους μέσω μιας αθλητικής δραστηριότητας. Αν όμως η επιλογή της αθλητικής, για παράδειγμα, δραστηριότητας δεν ανταποκρίνεται στα ενδιαφέροντά του, τότε θα βιώσει συναισθήματα ανασφάλειας και μειονεκτικότητας αφού και σθαυτόν τον τομέα, όπως και σε άλλους που έχει προσπαθήσει, δεν τα καταφέρνει.

3. Η τιμωρία στο παιδί

Ένα θέμα που τίθεται πολύ συχνά από τους γονείς είναι το θέμα της τιμωρίας των παιδιών. Οι γονείς αναρωτιούνται αν πρέπει να τιμωρούν τα παιδιά τους και με ποιο τρόπο πρέπει να τα τιμωρούν.

Η ανάγκη των γονέων να επιβάλλουν τιμωρίες στα παιδιά τους συνδέεται από την αδυναμία τους να βάλουν όρια. Η τιμωρία αποτελεί, σχεδόν καθημερινά, την πιο εύκολη και σύντομη λύση σε πολλές περιπτώσεις. Για παράδειγμα οι γονείς τιμωρούν: όταν τα παιδιά τους δεν υπακούουν στα λόγια τους, όταν είναι άτακτα, όταν δεν κάνουν τα μαθήματά τους, όταν δεν τελειώνουν νωρίς τις εργασίες τους, όταν εκδηλώνουν επιθετικότητα, όταν τσακώνονται με τ' αδέρφια τους, όταν δεν τακτοποιούν τα πράγματά τους, όταν αυθαδιάζουν, όταν δεν αποδίδουν στο σχολείο, όταν δεν τηρούν τις υποσχέσεις τους, όταν θυμούνται, όταν ζηλεύουν κ.ο.κ.

Αν αναρωτηθούμε πόσες φορές

μέσα στην ημέρα ένας γονιός απειλεί με τιμωρία ή τιμωρεί το παιδί του είναι εύκολο να καταλάβουμε πόσο ένταση επικρατεί σε μια οικογένεια όχι μόνο μεταξύ του γονέα και του παιδιού, αλλά μεταξύ όλων των μελών. Όταν ένας γονιός τιμωρεί το παιδί του υπάρχει εκνευρισμός και από τις δυο πλευρές. Ο εκνευρισμός αυτός επεκτείνεται σε όλη την

εξόδο, απομόνωση, λεκτική ή σωματική βία;

- Τα παιδιά τους πώς κρίνουν τις τιμωρίες που τους βάζουν οι γονείς τους; Δίκαιες ή άδικες;
- Τα παιδιά τους έχουν καταλάβει την έννοια της τιμωρίας; Οι τιμωρίες υπάρχουν άραγε και για τους μεγάλους ή είναι μόνο «προνόμιο» των παιδιών;
- Οι γονείς επαινούν τα παιδιά τους τόσο συχνά όσο τα τιμωρούν;

Όπως ήδη τέθηκε στο τελευταίο ερώτημα, το θέμα του επαίνου είναι πολύ σημαντικό για τη σχέση γονέα-παιδιού. Για να βοηθήσουμε τα παιδιά να καταλάβουν ποια συμπεριφορά είναι ενδεικνυόμενη κάθε φορά, είναι σημαντικό να επιβραβεύουμε τα παιδιά όταν ενεργούν με θετικό τρόπο. Για παράδειγμα μπορούμε να λέμε «μπράβο που μάζεψες τα παιχνίδια σου», «είναι πολύ σημαντικό που έκανες τα μαθήματά σου, τώρα μπορείς να παίξεις» κ. α. Είτε μία συμπεριφορά είναι θετική είτε είναι αρνητική, πρέπει να εστιάζουμε στη συμπεριφορά και όχι στο παιδί. Τα παιδιά χαίρονται αφάνταστα όταν εισπράττουν ένα θετικό λόγο από τους γονείς τους. Μέσα από τον έπαινο τα παιδιά εμπιστεύονται τα θετικά τους σημεία, τα καλλιεργούν, αποκτούν αυτοπεποίθηση και νιώθουν ότι οι γονείς τους τα αγαπούν.

Απαντώντας συνοπτικά στα ερωτήματα που τέθηκαν παραπάνω πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στα παρακάτω σημεία:

Όταν επιβάλλουμε μια τιμωρία πρέπει να είμαστε εμείς οι ίδιοι σε θέση να την τηρήσουμε. Για παράδειγμα μια τιμωρία η οποία ακυρώνεται γιατί ο γονιός δεν είναι σε θέση να την επιβάλλει, δεν έχει καμία ισχύ. Τα παιδιά ξέρουν ποιος από τους δυο γονείς εννοεί αυτά που λέει και ποιος μπορεί να τηρήσει το λόγο του. Δεν είναι τυχαίο που πολύ συχνά σε μια οικογένεια τα παιδιά υπακούουν μόνο σε μία και μόνο κουβέντα του ενός γονιού, ενώ αντίθετα αγνοούν τον άλλον γονέα, ο οποίος είναι πιθανό να αφιερώνει πολύ χρόνο στα παιδιά, μη μπορώντας όμως να βάλει όρια.

Όταν βάζουμε μια τιμωρία είναι σημαντικό να απευθύνεται στο ίδιο το άτομο που έχει διαπράξει μια βλαπτική πράξη και όχι να περιλαμβάνει όλη την οικογένεια. Για παράδειγμα όταν ένα παιδί τιμωρείται δεν είναι δυνατόν να στερείται όλη η οικογένεια μία εκδρομή.

Πρέπει να υπάρχει συνάφεια-σχέση μεταξύ πράξης και τιμωρίας. Μία συμπεριφορά έχει κάποια συνέπεια. Είναι σημαντικό να εστιάζουμε στην αιτία της συμπεριφοράς και να επιλέγουμε μία τιμωρία που να σχετίζεται με αυτήν. Για παράδειγμα όταν ένα παιδί δεν έχει τελειώσει τα μαθήματά του, ενώ το

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΗ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ
ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ**

**Ι.Π. ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 25-10-2010
Α.Π. 1562**

ΓΡΑΦΕΙΟ ΝΟΜΑΡΧΗ

Ταχ. Δ/ση: Διοικητήριο, Μεσολόγγι
Ταχ. Κώδικας: 302 00
Τηλέφωνο: 26313 61602-3
Fax: 26313 61207
e-mail: nomarxis@aitnia.gr

**ΠΡΟΣ: κ. ΓΕΩΡΓΙΟ ΝΤΟΛΙΟ
ΥΠΟΥΡΓΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ,
ΑΠΟΚΕΝΤΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ
ΔΙΑΚΥΒΕΡΝΗΣΗΣ**

ΚΟΙΝ.: ΓΡΑΦΕΙΟ ΥΠΟΥΡΓΟΥ

**ΘΕΜΑ: Άμεση και επείγουσα χρηματοδότηση εργασιών
διευθέτησης χειμάρρων στο Νομό Αιτωλοακαρνανίας**

ΣΧΕΤ.: 1. Το αριθμ. 2096/12-11-2009 έγγραφό μας προς τον Υπουργό Εσωτερικών, Αποκέντρωσης και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης.

2. Το αριθμ. 2110/13-11-2009 έγγραφό μας προς τον Υπουργό Εσωτερικών Αποκέντρωσης και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης.

Κύριε Υπουργέ,

Επανερχόμαστε σε ένα **χρονίζον και επείγον** ταυτόχρονα ζήτημα, αυτό της αντιπλημμυρικής προστασίας.

Ο καθαρισμός και η προστασία των **500 και πλέον χειμάρρων και ρεμάτων συνολικού μήκους 200 χιλιομέτρων** είναι έργο το οποίο ξεφεύγει από τις οικονομικές μας δυνατότητες.

Οι πρόσφατες βροχοπτώσεις (σε ένταση και διάρκεια ακραίες) δημιούργησαν **τεράστια προβλήματα** σε πληθώρα χειμάρρων και στις εγγύς αυτών περιοχές. Η Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση χρειάστηκε να αντιμετωπίσει επανηλημμένα φαινόμενα **πλημμυρών** εξαιτίας των πολύ έντονων βροχοπτώσεων, **που στοίχισαν στο παρελθόν και σε ανθρώπινες ζωές.**

Κάθε χρόνο επιχειρούμε στα επικίνδυνα σημεία του δικτύου, χωρίς ποτέ να έχουμε χρηματοδοτηθεί με ποσά πέραν εκείνων των κεντρικών αυτοτελών πόρων (ΚΑΠ).

Τα μέσα που μόνη της διαθέτει η Ν.Α. Αιτωλοακαρνανίας έχουν ήδη αποδειχθεί ανεπαρκή. Χωρίς περαιτέρω ενίσχυση σε μηχανήματα και πόρους θα μείνουμε θεατές των καταστροφών που μπορεί να προκληθούν από τη μη διευθέτηση των χειμάρρων, όντας ανήμποροι να χειριστούμε καταστροφικά φαινόμενα, θέτοντας σε κίνδυνο τις ζωές και τις περιουσίες των πολιτών.

Κύριε Υπουργέ,

Είναι **κατεπείγουσα η ανάγκη χρηματοδότησης** της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Αιτωλοακαρνανίας με το ποσό των **1.000.000 € για άμεσες εργασίες καθαρισμού των χειμάρρων και ρεμάτων** για την προστασία της ασφάλειας και της περιουσίας των πολιτών.

ΜΕ ΕΚΤΙΜΗΣΗ,

**ΘΥΜΙΟΣ Ν. ΣΩΚΟΣ
ΝΟΜΑΡΧΗΣ ΑΙΤΩΛ/ΝΙΑΣ**

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΗ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ
ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ**

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ι.Π. ΜΕΣΟΛΟΓΓΙΟΥ 27 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2010

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Το εργοστάσιο παραγωγής γυψοσανίδων της Rigips που βρίσκεται στο Αιτωλικό Μεσολογγίου επισκέφθηκε χθες (Τρίτη 26 Οκτωβρίου 2010) ο νομάρχης Αιτωλοακαρνανίας Θύμιος Σώκος, συνοδευόμενος από τον Πρόεδρο του Νομαρχιακού Συμβουλίου κ. Ανδρέα Σκύρλα και τον Αντινομάρχη κ. Δημοσθένη Καλώνη.

Η εταιρεία Rigips Hellas ξεκίνησε την δραστηριότητα της στην Ελλάδα το 1997 και από το 2005 αποτελεί μέλος του ομίλου Saint-Gobain.

Στο γραφείο διοίκησης του εργοστασίου ο γενικός διευθυντής της Saint-Gobain κ. Γιώργος Τατάς παρουσίασε την ταυτότητα της εταιρίας και το εύρος των δραστηριοτήτων (συστήματα και υλικά ξηρής δόμησης, συστήματα και υλικά εξωτερικής θερμομόνωσης και συστήματα ύδρευσης-άρδευσης και αποχέτευσης από ελατό χυτοσίδηρο).

Ακολούθησε ξενάγηση στους χώρους παραγωγής και αποθήκευσης του εργοστασίου που απασχολεί σαράντα εργαζόμενους από την περιοχή.

Σε δήλωσή του ο νομάρχης Θύμιος Σώκος έκανε αναφορά στις ενέργειες του προς τον αρμόδιο Υφυπουργό Περιβάλλοντος, Ενέργειας και Κλιματικής Αλλαγής κ. Γιάννη Μανιάτη, για να αλλάξει το αναχρονιστικό πλαίσιο (νόμος του 1935) αξιοποίησης των γυψούχων εδαφών, μιας και το Ινστιτούτο Γεωμεταλλευτικών Ερευνών (Ι.Γ.Μ.Ε.) θέτει αδικαιολόγητα χρονοβόρους και γραφειοκρατικούς φραγμούς στην εγκατάσταση επενδύσεων εκμετάλλευσης γυψοφόρων κοιτασμάτων.

Καταληγοντας ο κ. Σώκος επεσήμανε τα εξής:

«Θέλω να ευχαριστήσω και να συγχαρώ για τις προσπάθειες που γίνονται εδώ και που αξιοποιούν ένα ορυκτό που έχει η περιοχή μας σε πολύ μεγάλες ποσότητες, όπως είναι τα γυψούχα εδάφη.

Υπάρχει πραγματικά μια αξιοποίηση του συγκριτικού πλεονεκτήματος και αυτό οδηγεί σε καλή ανάπτυξη.

Ας το δουν επιτέλους οι αρμόδιοι και ας αποφασίσουν να δράσουν για την οικονομική ανάπτυξη σύμφωνα με τα συγκριτικά πλεονεκτήματα κάθε τόπου».

Ο Σύλλογος θέλει εκ μέρους του να συγχαρεί τον νεοεκλεγέντα πρόεδρο **ΤΡΙΑΔΗ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟ** και του εύχεται ολόψυχα **«ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ»** στο δύσκολο έργο που αναλαμβάνει. Επίσης τον ευχαριστούμε για την συνδρομή του (100 €) και ευχόμαστε σε μια άψογη συνεργασία μαζί του.

revoil Καρσιόκος Κων/ντίας

Ναυακός 47
Π. Φάληρο

• Διανομή πετρελαίου θέρμανσης
• Δυνατότητα πληρωμής με πιστωτική κάρτα

Τηλ. 211 4066637
211 4066639

ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΘΑΝΑΤΟΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΚΑΡΔΙΟΠΑΘΕΙΣ

Σύμφωνα με ισραηλινή μελέτη που δημοσιεύθηκε σε επιστημονικό έντυπο, το κάπνισμα αυξάνει την πιθανότητα αιφνίδιου θανάτου από στεφανιαία νόσο, μεταξύ των καρδιοπαθών ενώ η διακοπή του αποτρέπει άμεσα αυτό το ενδεχόμενο.