



Παράσταση στα χρόνια του Κορονάϊου...

Ένα μεγάλο ερωτηματικό πλανιόταν στον αέρα για το φετινό καλοκαίρι. Ένα ερωτηματικό, που στο προηγούμενο τεύχος αποτυπώθηκαν πλήρως τα αίτια του, καθώς οι γενικευμένες καταστάσεις δεν επέτρεπαν την οριστικοποίηση της θεατρικής μας παράστασης. Η αμφιβολία αυτή, άντεξε κυριολεκτικά μέχρι και το κατώφλι της ημέρας τέλεσης, διότι πέρα από την απαγόρευση των κοινωνικών εκδηλώσεων, προέκυψαν και τεχνικά θέματα. Και πραγματικά το μεγαλύτερο "κρίμα" σε όλο αυτό το πόνημα, θα ήταν η συνολική προσπάθεια των παιδιών, των νεαρών Παραστατών μας, υπομένοντας με αγωνία το ενδεχόμενο να αναβληθεί το φετινό έργο. Θα αποτελούσε μεγάλη αδικία για την παρθενική τους δοκιμή στο παλκοσένικο...**(συνέχεια στη σελ. 3)**

Αλλαγή σκυτάλης στα δύσκολα...

Στις 16 Αυγούστου το απόγευμα στις 7 πραγματοποιήθηκε έκτακτη γενική συνέλευση μελών με σκοπό την παρουσίαση των πεπραγμένων της, λειψής για τα πολιτιστικά δρώμενα, χρονιάς και την διεξαγωγή εκλογών. Μετά από μια δίωρη συζήτηση όλων των μελών αναδείχθηκαν πολλά και ενδιαφέροντα θέματα όσον αφορά το μέλλον του Συλλόγου και του χωριού μας. Στο τέλος της συζήτησης έγιναν και οι εκλογές με το νέο Δ.Σ. να παίρνει την σκυτάλη από το παλιό με επιφυλάξεις καθώς το μέλλον στον πολιτιστικό σύλλογο αυτό έμοιαζε αβέβαιο. Όμως οι πιστοί Φωτεινιώτες στα δύσκολα φαίνονται και έτσι καταφέραμε να σχηματίσουμε ένα άξιο και πολλά υποσχόμενο 5μελές. Στο σημείο αυτό θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το παλιό Δ.Σ. και τον πρόεδρο του κ. Βασίλη Λάμη για την πολύ καλή διαχείριση που είχε πραγματοποιήσει όσον αφορά τα οικονομικά θέματα. Το μόνο σίγουρο είναι πως καμμένη γη δεν παρέλαβε το 5μελές του 2020-2022. Είμαστε πεπεισμένοι πως αυτή η προσπάθεια που ξεκίνησε πρίν δύο χρόνια δεν θα καταλήξει σε έναν άκαρπο αγώνα και θα έχει ευχάριστα αποτελέσματα τόσο στα μέλη μας όσο και σε όλους τους συγχωριανούς μας...**(συνέχεια στη σελ. 2)**

Πολιτιστικός Σύλλογος των Απανταχού Φωτεινιωτών	
Το Διοικητικό Συμβούλιο	Συντάκτες
Πρόεδρος Λάμπρος Κασσελούρης (τηλ. 6976392261)	Υπεύθυνος κατά τον νόμο Λάμπρος Κασσελούρης
Αντιπρόεδρος Λάμπρος Πανέτας (τηλ. 6980105396)	
Γραμματέας Αγγελική Χατούπη (τηλ. 6949232395)	Επιμέλεια Λάμπρος Κασσελούρης
Ταμίας Χρήστος Τσεκλένης (τηλ. 6975565783)	Σύνταξη Λάμπρος Κασσελούρης
Σύμβουλος Σταύρος Κασσελούρης (τηλ. 6984956508)	

Επιτροπή Αιμοδοσίας
Πρόεδρος Φελέκης Θεόδωρος (τηλ. 6945598597) Μέλος Φελέκης Χρήστος (τηλ. 6977470073) Μέλος Πανέτας Νικόλαος (τηλ. 6974005833)



Ετήσια συνδρομή μέλους 10 ευρώ

1. Eurobank Ergasias

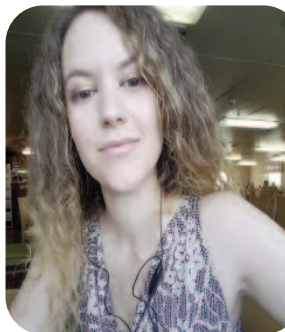
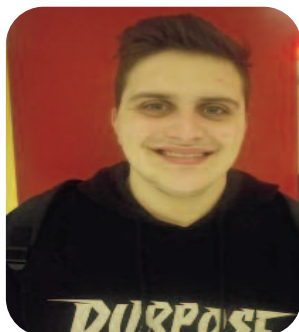
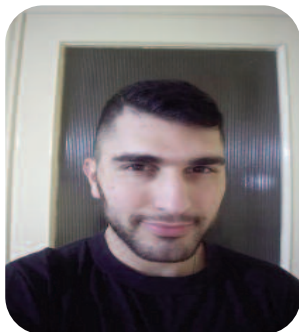
IBAN: GR1302600550000610200845046

Αρ. Λογαριασμού: 0026.0055.61.0200845046
(Γράψτε το ονοματεπώνυμό σας)

2. Φωτεινό/Αθήνα/Θεσσαλονίκη: Κατόπιν συνεννόησης
(6975565783, Χρήστος Τσεκλένης, Ταμίας)
(6976392261, Λάμπρος Κασσελούρης, Πρόεδρος)

Σύλλογος-Δράσεις

Οι Φωτεινιώτες στα δύσκολα φαίνονται...



(συνέχεια από το εξώφυλλο) Άλλωστε όπως ίσως έχετε καταλάβει ο Σύλλογος προσπαθεί να πραγματοποιήσει εκδηλώσεις οι οποίες θα δώσουν ζωή στο χωριό μας και θα μας χαρίσουν αναμνήσεις που θα είναι η συντροφιά μας για μια ολόκληρη ζωή. Ήρθε όμως η στιγμή να σας παρουσιάσουμε το καινούργιο 5μελές.

Ακολουθούν οι:
Πρόεδρος: Κασσελούρης Λάμπρος
Αντιπρόεδρος: Πανέτας Λάμπρος
Γραμματέας: Χατούπη Αγγελική
Ταμίας: Τσεκλένης Χρήστος
Σύμβουλος: Κασσελούρης Σταύρος
Αναπληρωματικά μέλη: Πανέτας Θωμάς, Τριανταφύλλου

Ευαγγελία
 Δεν είναι νομίζουμε λάθος να πούμε πως η απειρία είναι υπαρκτή σε αυτό το 5μελές όμως θα πρέπει να θυμόμαστε πως κανένας δεν γεννήθηκε έτοιμος για το οποιοδήποτε κατόρθωμα. Ότι κάνουμε στην ζωή μας πρέπει να παλέψουμε πολύ για αυτό. Εμείς λοιπόν είμαστε εδώ για να παλέψουμε για το χωριό

μας, τα προβλήματα του και για τις, απαραίτητες για την ζωή του, εκδηλώσεις. Ελπίζουμε να φανούμε αντάξιοι των προσδοκιών σας και να πραγματοποιήσουμε πολλά και σταθερά βήματα προς την ανάδειξη του συλλόγου μας και του Φωτεινού μας. Τα στοιχεία του Δ.Σ. θα ενημερωθούν σύντομα και θα μπορείτε να τα

δείτε αναλυτικά στην αρχική σελίδα, πατώντας στο κουμπί "Το Δ.Σ." Καλή αρχή σε εμάς με όνειρα και στόχους! Καλή αρχή σε εσάς με εμπιστοσύνη και συμμετοχή. Δεν θα σταματήσουμε να το λέμε! Όλοι μαζί για το Φωτεινό μας!

**Κασσελούρης
Λάμπρος**

Αιμοδοσία



Στις 23 Αυγούστου στις 10 πραγματοποιήθηκε αιμοδοσία στον εσωτερικό χώρο του παλαιού δημοτικού σχολείου μας με απόλυτη επιτυχία υπό την αιγίδα του Γενικού Νοσοκομείου Άρτας. Προσήλθαν 10 άτομα για να προσφέρουν λίγο από το αίμα τους ώστε να ενι-

σχύσουμε την τράπεζα μας. Ύστερα από την εξέταση του γιατρού και την βοήθεια των νοσηλευτών, έδωσαν οι 7 από αυτούς! Ευχαριστούμε πολύ τον Πρόεδρο του τμήματος της αιμοδοσίας κ. Θεόδωρο Φελέκη και τον κ. Νίκο Πανέτα για την πολύτιμη βοήθεια τους.

Προσήλθαν για την αιμοδοσία οι:
Κασσελούρης Λάμπρος, Φελέκης Θεόδωρος, Αυγερινός Κων/νος, Πανέτας Νικόλαος, Φελέκη Σοφία, Μαλτέζος Γεώργιος, Καραθάνος Χρήστος, Κοψαχείλης Αθανάσιος, Πανέτας Λάμπρος και ο Οικονόμου Κων/νος.

Ελπίζουμε του χρόνου να έχουμε διπλασιάσει τις φιάλες αίμα που διαθέτουμε σας σύλλογος. Ο καθένας από εμάς αν χάσει κάποια αιμοδοσία, δεν υπάρχει πρόβλημα καθώς μπορεί να δώσει αίμα σε οποιοδήποτε νοσοκομείο της χώρας για την τράπεζα μας.

Απλά να δηλώσει πως το αίμα αυτό προορίζεται για την τράπεζα αίματος "Πολιτιστικός Σύλλογος Απανταχού Φωτεινιωτών". Επίσης όποιος Φωτεινιώτης χρειάζεται αίμα για κάποιον συγγενή του ή για τον ίδιο μην διστάσει να επικοινωνήσει στο τηλέφωνο 6945598597. Ευχαριστούμε πολύ για την στήριξη! Δεν πρέπει να ξεχνάμε πως όταν δίνουμε αίμα σώζουμε μια ζωή, μπορεί και την δικιά μας ζωή... Και του χρόνου με υγεία και αγάπη!
<https://www.foteiniotes.gr/aimodosia>

Τακτικό Δ.Σ. μηνός Σεπτεμβρίου

Στις 27/9 πραγματοποιήθηκε συμβούλιο με απαρτία στο οποίο αποφασίστηκε ότι υπάρχει η ανάγκη για σχεδιασμό και

συζήτηση για τα εξής θέματα:
 1) Εκδήλωση "Πρωτοχρονιά στα Κλαριά"

2) Καταστατικό (η πορεία του μέχρι τώρα) και η δημιουργία επιτροπής για τον αξιόπιστο έλεγχο του
 3) Εκδήλωση "Κοπή

Πρωτοχρονιάτικης πίτας" Θα δημοσιευτεί μετά το πέρας του συμβουλίου του Οκτωβρίου ανακοίνωση σχετικά με αυτά τα

θέματα. Αν έχετε κάποια απορία ή πρόταση μην διστάσετε να επικοινωνήσετε στο τηλ. 6976392261. Ευχαριστούμε!

Θεατρική Ομάδα

Του χρόνου
τα καμώματα...



(συνέχεια από το εξώφυλλο) του χωριού. Ευτυχώς, ως είθισται με κάποιο ιδιαίτερο τρόπο, πάντα στο Φωτεινό εμφανίζονται ως από μηχανής θεοί, την κατάλληλη στιγμή μάλιστα, να επέμβουν στα προβλήματα! Από τη μια, η θέληση ορισμένων ατόμων για προσωπική ανάληψη νομικής ευθύνης, κάτι που συνέβη και στις υπόλοιπες εκδηλώσεις και τους είμαστε πραγματικά ΟΛΟΙ ευγνώμονες! Οι σκηνοθέτες και διευθύνοντες του έργου, όπως και οι δάσκαλοι σε χορευτικό και πολεμικές τέχνες, βγήκαν

μπροστά με θάρρος και έλυσαν τα χέρια σε όσους είχαν ανησυχία. Από την άλλη, η διάθεση του χορηγού και ιδιοκτήτη του καταστήματος ηλεκτρονικού εξοπλισμού, G Sounds & Lights, Γεωργίου Νικολακόπουλου, ο οποίος παρότι αδυνατούσε να παρευρεθεί, δε δίστασε να μας στείλει όχι μόνο τον απαραίτητο ηχητικό και φωτιστικό εξοπλισμό, αλλά και ολόκληρο πατάρι για το θεατρικό μας σανίδι, επιδεικνύοντας μας υπέρμετρη εμπιστοσύνη στην σωστή χρήση τους! Ελπίζουμε κι εμείς με τη σειρά μας, πέρα

από τις ευχαριστίες, να τον δικαιώσαμε! Περνώντας στο καθαρά θεατρικό μέρος τώρα, φέτος επιχειρήθηκε μια αναδρομή στο... αρχικό μας ξεκίνημα, μια και είχαμε εξ ολοκλήρου φρέσκο αίμα στο καστ! Διασκευάζοντας και πάλι δύο, σύγχρονες, ξεχωριστές σειρές κόμικς του Αρκά, τις "Συνομήλικοι" και "Μαλλί με Μαλλί", αναβιώσαμε σπαρταριστές σκηνές απείρου χιούμορ και καθημερινού προβληματισμού που μόνο η πένα του σαρκαστικότερου καλλιτέχνη μπορεί να προσφέρει! Το έργο έφερε τον τίτλο "ΤΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΤΑ ΚΑΜΩΜΑΤΑ" και άνοιγε με τους Συνομήλικους, όπου εκεί οι



θεατές παρακολούθησαν τους πρωταγωνιστές της ιστορίας, τους Γεράσιμο, Ζαχαρία και Χαράλαμπο, να έρχονται αντιμέτωποι με το κλείσιμο του βίου τους, ανθρώπινου και... σκυλίσιου! Τρεις εντελώς διαφορετικές στάσεις απέναντι στο προσωπικό φινάλε, η συνειδή αποδοχή, ο οργισμένος συμβιβασμός και η πλήρης άρνηση αντίστοιχα... Από κοντά και οι υπόλοιποι χαρακτήρες του έργου, που τότε ρίχνουν "λάδι στη φωτιά" και τότε περιπλέκουν ακόμη περισσότερο τις συγκρούσεις τους, προσφέροντας πολλές αφορμές στο κοινό για ταύτιση και θυμηδία! Στο δεύτερο μέρος, μετακινούμαστε σε ένα σαφώς πιο νεανικό περιβάλλον, και σίγουρα πιο... θηλυκό! Με την κυρίαρχη δράση να λαμβάνει χώρα σε ένα γυναικείο κομμωτήριο, οι θεατές είχαν την ευκαιρία για να ρίξουν λίγο φως στον υπέροχο κόσμο αλλά συνάμα και το μεγαλύτερο μυστήριο της φύσης: Το γυναικείο μυαλό! Το κουτσομπολιό πήγαινε σύννεφο, τα πικρόχολα σχόλια έδιναν και έπαιρναν, ενώ τα μαλλιοτραβήγματα είχαν κι

αυτά την τιμητική τους! Και μέσα σε όλα αυτά, η νεαρή πρωταγωνίστρια να αναγκάζεται να υπομένει στωικά όλα τα τερτίπια και τις ορέξεις από τις πελάτισσες, παίζοντας το ρόλο... του πυροσβέστη! Για κάποιους τα λημέρια αυτά ήταν γνώριμα, όπως τα πιο μεγάλα μέλη των Παραστατών, για κάποιους ήταν μια καινούργια εμπειρία, όπως τα νεότερα, η οποία ελπίζουμε πως θα τους καθοδηγήσει ορθά και για τη συνέχεια. Το σημαντικότερο είναι πως για μια ακόμη χρονιά, δε βρέθηκε εμπόδιο που θα έβαζε φρένο στην θεατρική παράδοση, κρατώντας ψηλά τη σημαία των πολιτιστικών εκδηλώσεων του συλλόγου! Τόσο που μάλιστα σε λίγα χρόνια, παραφράζοντας τον μεγάλο συγγραφέα Γκαμπριέλ Γκαρσία Μαρκές, θα την ενθυμούμαστε όλοι ως την: Παράσταση, στα χρόνια του Κορονοϊού!

Μετά τιμής,
ο σκηνοθέτης

Σύλλογος Γυναικών

Βράβευση επιτυχόντων...

Έσπασε ρεκόρ η επιτυχία στο Φωτεινό!

Ανήμερα το 15αύγουστο πραγματοποιήθηκε η προγραμματισμένη εκδήλωση επιβράβευσης των Νέων του Φωτεινού που πέρασαν σε ελληνικά πανεπιστήμια το έτος 2019 ή και προηγούμενες χρονιές και δεν είχαν βραβευτεί.

Επί 22 χρόνια με φέτος, ο Σύλλογος Γυναικών Φωτεινού τιμάει τους επιτυχόντες στην

Τριτοβάθμια Εκπαίδευση της Πατρίδας μας νέους και νέες που ελκύουν την καταγωγή τους από το μικρό, υπέροχο και αγαπημένο Φωτεινό.

Ως πολιτιστικός φορέας θεωρούμε την μόρφωση υψηλή Αξία.

Ως Φωτεινιώτισσες είμαστε υπερήφανες να τιμούμε κάθε χρόνο όλο και περισσότερα παιδιά. Φέτος τιμήσαμε 17!

Με αλφαβητική σειρά παρατίθενται τα ονόματά τους, τίνος είναι, και σε ποια σχολή πέρασαν.

1.Κασσελούρη Αγγελική του Γεωργίου

(εγγονή της Λευτέραινας) Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

2. Κοντογόνη Ελένη (κόρη της Μαρίας του Κώστου Μασούρα) Γεωπονική Λάρισας

3. Κουτσολιάκος Λεωνίδας

(εγγονός του Νίκου του Βαγγέλη Κώστα) Σχολή Ευελπίδων

4. Κρινή Λαμπρινή (κόρη της Πένης του Λαμπράκη Βλίσσάρη) Σχολή Αρχιτεκτόνων Πολυτεχνείου Αθηνών

5. Κρινή Παρασκευή Πολιτικών Μηχανικών Πολυτεχνείο Αθηνών

6. Κρινής Χαράλαμπος ΑΣΣΟΕ Αθηνών Τα κορίτσια πέρασαν προηγούμενα χρόνια, αλλά δεν είχαμε ενημερωθεί.

Έχουμε τέτοια προβλημάτκια

7. Μπολοβίνα Ειρήνη



(κόρη της Λαμπρινής της Ειρήνης του παπα-Μάρκου)

Σχολή Εκπαιδευτικής και Κοινωνικής Πολιτικής Θεσσαλονίκης.

8. Οικονόμου Βασιλική του Ευαγγέλου (εγγονή της Παπακώσταινας)

Γεωπονία Άρτας **9. Οικονόμου Μαρία** του Γρηγορίου

(κόρη της Ντίνας του Γιώργου Μαλτέζου, εγγονής της Μαριώς) Φιλολογία Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

10. Οικονόμου Χρήστος (εγγονός του Δήμου Βαρέλη)

Σχολή Μουσικής Τεχνολογίας και Ακουστικής Κρήτης

11. Πανταζής Ευθύμης (γιός της Τούλας του Κώστα Κασσελούρη, εγγονός της Βούλας)

Σχολή Τοπογράφων Μηχανικών Αθήνας

12. Ρεσίτη Μαρία (κόρη της Ιωάννας του Γιώργου Μαλτέζου, εγγονή της Μαριώς)

Ιατρική Ιωαννίνων **13. Ρίζος Δημοσθένης** (εγγονός του Δήμου Βαρέλη)

Οικονομικό Ιωαννίνων **14. Σαμαρά Ελένη** (κόρη της Δημητρούλας του Γιώργου Χρήστου)

Ιατρική Αθηνών **15. Σιάκα Αλεξάνδρα** (εγγονή του Θόδωρου Σιάκα)

Βιοτεχνολογία Αθηνών **16. Σιάκα Αντρούλα** (εγγονή του Δημήτρη Σιάκα)

Φυσικοθεραπεία Αθηνών **17. Χατζηβασιλειάδη Αλίκη**

(εγγονή του Βασίλη της Κώσταινας)

Πληροφορική Σερρών Στους φετινούς τιμώμενους θα έπρεπε να είναι και ο **Μπεκούλης Ραφαήλ**, γιός της Ντίνας του Χρήστου Φελέκη.

Σοβαρή παράλειψη από μέρους μας. Συγνώμη Ραφαήλ, του χρόνου θα τιμηθείς όπως σου αξίζει. Συγχαρητήρια σε όλα τα παιδιά και ΚΑΛΗ ΠΟΡΕΙΑ.

Φέτος τιμήσαμε και ένα Φωτεινιωτόπουλο που πέρασε σε Πανεπιστήμιο της Αγγλίας.

Κανόνας του Συλλόγου μας είναι να τιμάει μόνον όσους πέρασαν στην ημεδαπή.

Χωρίς να παραβούμε τον κανόνα, δώσαμε στο παιδί τον Έπαινο, την ευχετήρια κάρτα και το μικρό δωράκι, χωρίς φακελάκι με το συμβολικό ποσό.

Για το συγκεκριμένο παιδί, βρέθηκε χορηγός που έδωσε το 50ευρο και θέλει να μείνει άγνωστος. Είναι ο **Μασούρας Απόστολος**

(γιός του Γιώργου του Αποστόλη Μασούρα, ανιψιός της Έφης Καφενείου) Είναι πρωτοετής, σε Πανεπιστήμιο του Λίβερπουλ.

Ακολούθησε «10 λεπτά κήρυγμα», όπως συνηθίζουμε να το λέμε από την Σπυριέτα Κομνανού-Κασσελούρη.

Η Σπυριέτα είναι Εκπαιδευτικός και Life

Coach από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο.

Αγαπάει το Σύλλογο, αγαπάει το Φωτεινό, και τα παιδιά.

Με πολύ αγάπη φιλοτέχνησε τα κεραμιδάκια-ενθύμια που πήραν από την Επιβράβευση.

Την εκδήλωση τίμησαν ο Αντιδήμαρχος

κ.Κολιούλης, η φωτεινιώτισσα Δημοτική Σύμβουλος κα Ρένα

Κασσελούρη, ο Πρόεδρος Φωτεινού κ.Χρήστος Κασσελούρης, συγγενείς των τιμώμενων και πολλοί συγχωριανοί.

Η Εκδήλωση έγινε υπαίθρια, στο ύψωμα Άγιοι Απόστολοι με όλα τα μέτρα προστασίας που ορίζει η Πολιτεία.

Θερμές ευχαριστίες στο Σύλλογο των Απανταχού για την πολύτιμη συνεργασία-βοήθεια που μας πρόσφερε και επίσης στο Γιώργο Μαλτέζο του

Χάρη που έκανε εξαιρετική δουλειά με την μικροφωνική.

Και πάλι συγχαρητήρια σε όλα τα παιδιά που πέρασαν και, θερμή παράκληση, όσα παιδιά πέρασαν φέτος να επικοινωνήσουν με την

Πρόεδρο ή την Γραμματέα του Συλλόγου Γυναικών στα τηλέφωνα 2681072946 ή 2681075560 ή με την

εφημερίδα Φωτεινό-πολιτιστικά και να πουν το όνομά τους και τη Σχολή που πέρασαν.

Πιστέψτε μας είναι μια πολύ γλυκιά εμπειρία. Το κείμενο επιμελήθηκε η **κα Άννα Τριανταφύλλου**,

Πρόεδρος του συλλόγου γυναικών. Η εφημερίδα μας απονέμει θερμά συγχαρητήρια για όλη αυτή την προσπάθεια και εύχεται σε όλα τα παιδιά καλή σταδιοδρομία με

πολλά όνειρα και να προσπαθήσουν να αναζητήσουν ένα επάγγελμα που θα το αγαπούν.

Πάμε δυνατά!

Δήμος Ν. Σκουφά

Κοινωνικό Παντοπωλείο

- Δημήτριο καθημερινά, Δευτέρα έως Παρασκευή, και ώρες 09:00-14:00 όπου θα υποβάλλουν την αίτηση συμμετοχής τους στο εν λόγω έργο προσκομίζοντας τα κάτωθι δικαιολογητικά:
- 1. ΦΩΤΟΑΝΤΙΓΡΑΦΟ ΑΔΤ
 - 2. ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΕΚΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΕΦΟΡΙΑΣ (ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΟ ΕΤΟΣ 2019)
 - 3. ΠΡΟΣΦΑΤΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ
 - 4. Ε1 ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2019 (ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΗΣ ΔΗΛΩΣΗΣ)
 - 5. ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΜΟΝΙΜΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ
 - 6. ΦΩΤΟΑΝΤΙΓΡΑΦΟ ΔΙΑΒΑΤΗΡΙΟΥ ή ΑΔΕΙΑΣ ΠΑΡΑΜΟΝΗΣ (ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΣ)
 - 7. ΜΟΝΟΓΟΝΕΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ → ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΘΑΝΑΤΟΥ, ΔΙΚΑΣΤΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ ή ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΣΥΜΦΩΝΗΤΙΚΟ ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΓΟΝΕΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΙΑΖΥΓΙΟΥ
 - 8. ΨΥΧΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ / ΑΜΕΑ → ΓΝΩΜΑΤΕΥΣΗ ΚΕΝΤΡΟΥ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ-ΚΕ.Π.Α
 - 9. ΑΝΑΠΗΡΙΑ 67% → ΓΝΩΜΑΤΕΥΣΗ ΚΕΝΤΡΟΥ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ-ΚΕ.Π.Α
 - 10. ΟΥΣΙΟΞΕΑΡΤΩΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ → ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΟΚΑΝΑ

Επισημαίνεται ότι, σύμφωνα με τον Οδηγό Εφαρμογής και Λειτουργίας Δομών Παροχής Βασικών Αγαθών, οι ωφελούμενοι του ΤΕΒΑ, δεν δικαιούνται τα αγαθά που διαθέτει η Δομή Παροχής Βασικών Αγαθών στο Δήμο Νικολάου Σκουφά στο πλαίσιο της συγχρηματοδότησής της από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο.

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΝΤΑΞΗΣ ΣΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ ΔΗΜΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΣΚΟΥΦΑ

Οι δικαιούχοι καθορίζονται βάσει δύο σημαντικών κριτηρίων:

- 1. Οικονομική Κατάσταση

- 2. Κοινωνικά Κριτήρια

Ειδικότερα,

Οικονομικά Κριτήρια

ΕΝΗΛΙΚΑ ΜΕΛΗ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ

ΕΙΣΟΔΗΜΑΤΙΚΟ ΚΡΙΤΗΡΙΟ

- | | | |
|----------|-----|-----------|
| 1. Άτομο | έως | 2400 ευρώ |
| 2. Άτομα | έως | 3600 ευρώ |
| 3. Άτομα | έως | 4800 ευρώ |
| 4. Άτομα | έως | 6000 ευρώ |
| 5. Άτομα | έως | 7200 ευρώ |

Για κάθε επιπλέον ενήλικο μέλος υφίσταται προσαύξηση κατά 1200 ευρώ.



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ
2014-2020
Επένδυση στην Ανάπτυξη



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ
2014-2020
Επένδυση στην Ανάπτυξη

Για κάθε επιπλέον ανήλικο μέλος υφίσταται προσαύξηση κατά 600 ευρώ.

Κοινωνικά Κριτήρια

- 1. Αναπηρία 67% → προσαύξηση στο εισοδηματικό κριτήριο 3000 ευρώ
- 2. Μονογονεϊκές Οικογένειες → προσαύξηση στο εισοδηματικό κριτήριο 3000 ευρώ
- 3. Άτομα με ψυχικά προβλήματα → προσαύξηση στο εισοδηματικό κριτήριο 3000 ευρώ
- 4. Άτομα ουσιοεξαρτώμενα → προσαύξηση στο εισοδηματικό κριτήριο 3000 ευρώ

Για περισσότερες πληροφορίες, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνήσουν καθημερινά, Δευτέρα έως Παρασκευή στο τηλέφωνο 2681087948, πληροφορίες κα: Γεωργία Κοκκίνη, Ζάρρα Βανέσα e-mail: pantopwleionskoufas@gmail.com

Η Δήμαρχος Νικολάου Σκουφά

Ροζίνα Βαβέτση

Ο Υπεύθυνος έργου

Στέφανος Πανακούλιας



Ξεκίνησε η υποβολή αιτήσεων των ωφελουμένων στο Κοινωνικό Παντοπωλείο Δήμου Νικολάου Σκουφά. Τη δυνατότητα να ενταχθούν, είτε εκ νέου είτε για πρώτη φορά, στο Κοινωνικό Παντοπωλείο Δήμου Νικολάου Σκουφά, έχουν όσοι ανήκουν στις

ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού και πληρούν τις σχετικές προϋποθέσεις. Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να υποβάλλουν τα δικαιολογητικά τους από τις 01/9/2020 έως τις 15/10/2020 Δευτέρα έως Παρασκευή και ώρες 9.00-14.00.

Για περισσότερες πληροφορίες, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν καθημερινά, Δευτέρα έως και Παρασκευή στο τηλέφωνο 26810 87948.

Μήνυμα Δήμαρχου Κας Ροζίνας Βαβέτση για την νέα σχολική χρονιά...



«Εύχομαι καλή σχολική χρονιά σε μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς! Οι εργασίες στα σχολικά συγκροτήματα του δήμου, ολοκληρώθηκαν κι είναι όλα έτοιμα να υποδεχτούμε μαθητές και εκπαιδευτικούς.

Σήμερα Σάββατο 12 Σεπτεμβρίου, παραλάβαμε την πρώτη παρτίδα μασκών και οι υπηρεσίες του δήμου δουλεύουν πυρετωδώς ώστε τη Δευτέρα σε συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς να διανεμηθούν στα παι-

διά. Να ευχαριστήσω τις υπηρεσίες καθαριότητας του δήμου για τον αγώνα δρόμου που έκαναν, ώστε τα πάντα να είναι έτοιμα. Η τοπική αυτοδιοίκηση για άλλη μια φορά συμμε-

τέχει ενεργά και αναλαμβάνει πρωτοβουλίες με πλήρη επιτυχία. Θα είναι σίγουρα μια διαφορετική σχολική χρονιά, κυρίως για τα παιδιά και τους εκπαιδευτικούς. Τους εύχομαι από καρδιάς υγεία, ψυχραιμία και

καλή θέληση».

Από το Δελτίο Τύπου του Δήμου Νικολάου Σκουφά



Η ώρα της Επιστήμης

Οπτικές Ίνες



Γράφει ο Χρήστος Τσεκλένης και ο Στέφανος Αναγνωστόπουλος

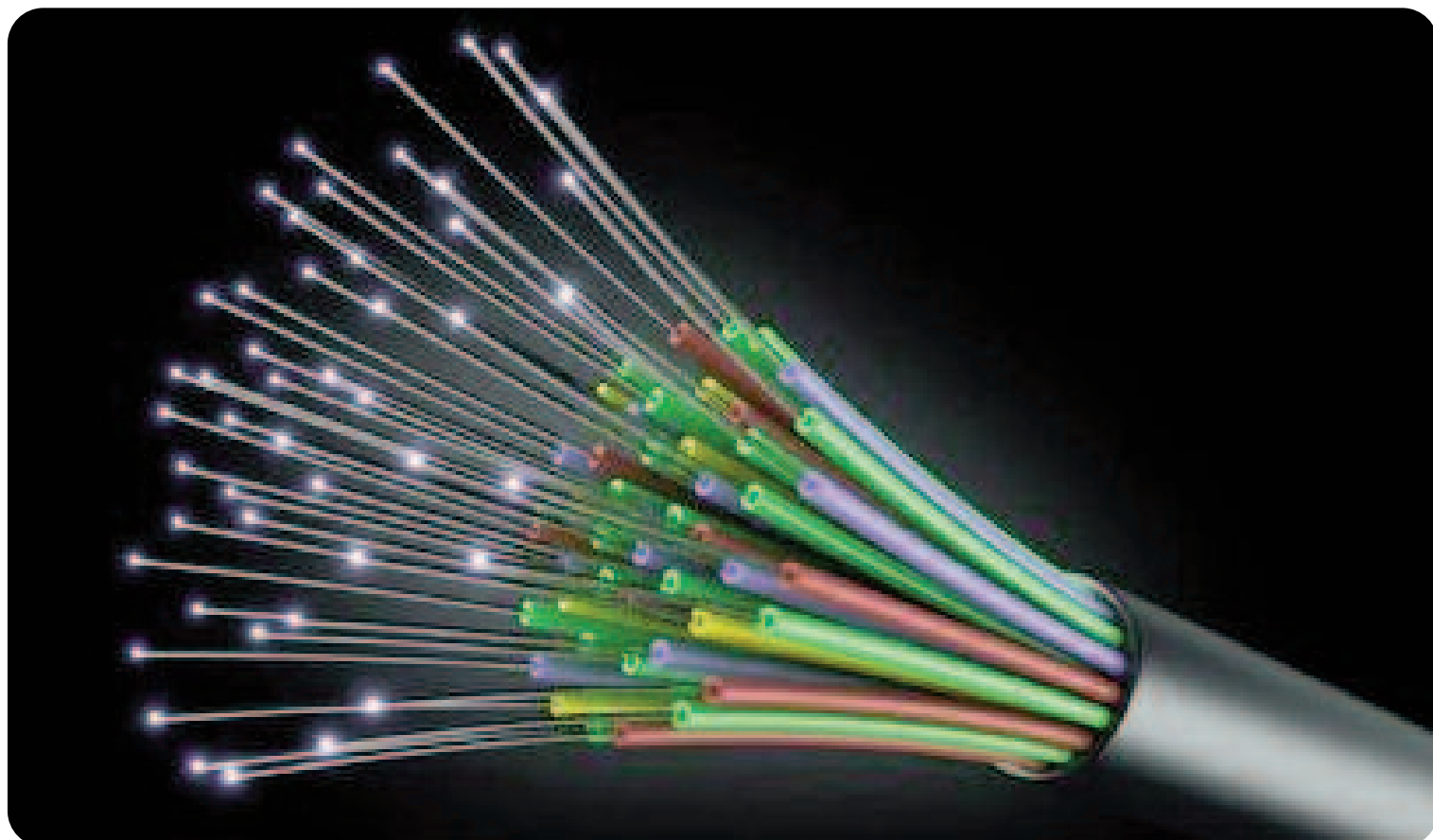
Η ιδέα της χρήσης του φωτός για την επικοινωνία σε μεγάλες αποστάσεις δεν είναι κάτι νέο, αλλά έχει τις ρίζες της στα βάθη του χρόνου. Οι αρχαίοι Έλληνες άναβαν φωτιές σε ψηλά σημεία, όπως κορυφές βουνών, για να ανταλλάζουν πληροφορίες μεταξύ τους άμεσα, σε αποστάσεις πολλών χιλιομέτρων. Ήταν τότε το ταχύτερο μέσο απομακρυσμένης επικοινωνίας και τελικά φαίνεται ότι ακόμη και σήμερα ισχύει το ίδιο, καθώς δεν υπάρχει τίποτα μέχρι στιγμής που να μπορεί να ξεπεράσει την ταχύτητα του φωτός. Στα τέλη του 19ου αιώνα και στις αρχές του 20ου οι καπετάνιοι των πλοίων χρησιμοποιούσαν ειδικούς ισχυρούς φακούς τους οποίους αναβόσβηναν, σύμφωνα με τον κώδικα Μορς, επικοινωνώντας άμεσα μεταξύ τους. Αυτός ο τρόπος χρησιμοποιήθηκε εν μέρει και στην ξηρά, παρόλο που οι πρώτες

ενσύρματες συσκευές είχαν ήδη κάνει την εμφάνισή τους. Σήμερα η φωτεινή ενέργεια εξακολουθεί να διαδραματίζει κυρίαρχο ρόλο στις τηλεπικοινωνίες και κατ' επέκταση στην καθημερινή μας ζωή. Κι αν στα προηγούμενα χρόνια, το φως μεταδιδόταν μέσω της ατμόσφαιρας, σήμερα αυτή έδωσε τη θέση της στο γυαλί και σε ειδικό ανακλαστικό υλικό που το περιβάλλει. Κάπως έτσι δημιουργήθηκαν οι οπτικές ίνες, οι οποίες είναι σε θέση να μεταφέρουν πληροφορίες σε τεράστιες αποστάσεις, αποτελώντας έτσι αναπόσπαστο κομμάτι των σύγχρονων τηλεπικοινωνιών. Από κατασκευαστικής πλευράς, οι οπτικές ίνες επί της ουσίας είναι ειδικά γυάλινα νήματα, με διάμετρο περίπου όσο μια ανθρώπινη τρίχα. Το υλικό αυτό επιτρέπει τη μετάδοση φωτός από το εσωτερικό τους, ενώ συνήθως τις συναντάμε συγκεντρωμένες κατά χιλιάδες σε δέσμες, που σχηματίζουν τα λεγόμενα οπτικά καλώδια. Η δομή του καλωδίου είναι τέτοια, ώστε να αποτρέπει της

εξωτερικές φθορές, αλλά και την απώλεια σήματος, που θα προέκυπτε κατά τη διαρροή της φωτεινής ακτινοβολίας στο εξωτερικό του. Για το λόγο αυτό βρέθηκε ένας τρόπος ώστε όλη η φωτεινή ενέργεια να παραμένει στο εσωτερικό του καλωδίου και να φτάνει δίχως εξασθένηση στον προορισμό της. Η αρχή λειτουργίας ενός οπτικού καλωδίου είναι η ολική εσωτερική ανάκλαση. Ως ολική εσωτερική ανάκλαση, ορίζουμε το φαινόμενο κατά το οποίο το φως, όταν κατευθύνεται από ένα μέσο με δεδομένο δείκτη διάθλασης σε ένα μέσο με μικρότερο δείκτη, μεταβάλλεται τόσο η ταχύτητα όσο και η διεύθυνση διάδοσης του φωτεινού κύματος. Καθώς εισέρχεται λοιπόν το φως στο εσωτερικό των οπτικών ινών, ταξιδεύει διαρκώς μέσα σε υλικό με δείκτη διάθλασης μεγαλύτερο από του αέρα. Όταν συναντά την διαχωριστική επιφάνεια του σωλήνα, με του αέρα που είναι απέξω, υφίσταται συνεχώς μια ολική εσωτερική ανάκλαση κι

έτσι, θα βρίσκεται για πάντα μέσα στον σωλήνα. Με αυτό τον τρόπο διαδίδεται χωρίς να βγαίνει προς τα έξω μέρος του ηλεκτρομαγνητικού κύματος και της ενέργειας και να χάνεται η πληροφορία. Μπορεί μιν οι οπτικές ίνες να δημιουργούνται από γυαλί (ή και σε κάποιες περιπτώσεις πλαστικό), θα πρέπει να τονιστεί ωστόσο ότι το γυαλί αυτό δε μπορεί να συγκριθεί, ως προς την καθαρότητά του, με το κοινό γυαλί που συναντάμε σε διάφορα αντικείμενα γύρω μας. Η φύση των δεδομένων που μεταδίδονται, καθώς και οι μεγάλες αποστάσεις που καλύπτουν τα καλώδια αυτά, απαιτούν το υλικό κατασκευής τους να είναι απολύτως διαφανές. Φυσικά αυτό δεν είναι εφικτό σε ποσοστό 100%, κι αυτός είναι ο λόγος που η ισχύς του φωτεινού σήματος μειώνεται σταδιακά. Η υψηλή διεξόδωση της τεχνολογίας των οπτικών ινών στις σύγχρονες τηλεπικοινωνίες δεν είναι τυχαία, αλλά αντίθετα οφείλεται στον μεγάλο αριθμό πλεονεκτημάτων

της, τα οποία συνοψίζονται στα εξής: Είναι πιο συμφέρουσα οικονομικά, σε σχέση με ένα χάλκινο καλώδιο ίδιας απόστασης και δυνατοτήτων. Αυτό ωφελεί αρχικά τους πάροχους υπηρεσιών τηλεπικοινωνιών, οι οποίοι παρέχουν ποιοτικές υπηρεσίες με μικρότερο κόστος. Αυτό μειώνει τις ανάγκες απόσβεσης των εξόδων τους, κάτι που ωφελεί και τον καταναλωτή, αφού επιβαρύνεται με μικρότερες χρεώσεις. Προσφέρει επίσης πολύ υψηλές ταχύτητες, της τάξης των γιγαμπάιτ ανά δευτερόλεπτο, με πολύ μικρότερη κατανάλωση ενέργειας, σε σχέση με το ηλεκτρικό σήμα. Παρέχει αμιγώς ψηφιακό σήμα, που εξασφαλίζει την υψηλότερη ποιότητα επικοινωνίας, με πρακτικά μηδαμινή εξασθένηση. Τέλος, οι μικρές διαστάσεις και το βάρος των εγκαταστάσεων, όπως επίσης και η υψηλή διαθεσιμότητα, που μειώνει στο ελάχιστο το ενδεχόμενο εξωτερικής ζημιάς, κάνουν το προϊόν πλήρως ελκυστικό και προτιμητέο.



Άρθρα-Απόψεις

Ποιός είναι ο καλύτερος σου φίλος;



Γράφει η Σπυριέτα Κομιαννού-Κασσελούρη

Όλοι οι άνθρωποι χρειαζόμαστε στη ζωή μας ένα φίλο άξιο συνοδοιπόρο, να είναι εκεί για μας στις δύσκολες στιγμές για να μας προσφέρει ένα καλό λόγο. Να είναι εκεί και όταν κλαίμε από χαρά όταν η καρδιά μας είναι γεμάτη από ευγνωμοσύνη

για τα καλά που συμβαίνουν στη ζωή μας. Ποιος άραγε είναι αυτός; Μήπως είναι ένας καρδιακός φίλος από τα παιδικά μας χρόνια; Ή μήπως ένας καλός συγγενής; Μήπως είναι το κατοικίδιο μας που βγαίνουμε βόλτα μαζί; Η απάντηση είναι πως ναι, μπορούν όλοι αυτοί να είναι πραγματικοί φίλοι που να μας αγαπούν και να νοιάζονται για μας. Τι μπορεί να μας προσφέρει ο αληθινός φίλος. Ενθάρρυνση και κατανόηση για τα λάθη μας. Αποδοχή για όσα σκεφτόμαστε και κάνουμε χωρίς κριτική. Μια άλλη ματιά στο πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε με ηρεμία χωρίς άγχος.

Συμπόνιοι για τον ψυχικό μας πόνο και αγκαλιά στην τρομαγμένη ψυχή μας. Μας βοηθάει να ξαναβρούμε τη χαμένη πίστη στον εαυτό μας και τη δύναμη να αποκτήσουμε όρεξη για ζωή και δημιουργία. Πόσο πολύτιμος είναι ο φίλος μας λοιπόν; Και τώρα ρωτώ για να σκεφτούμε όλοι. Αφού είναι τόσο σημαντικός στη ζωή μας γιατί δεν διαλέγουμε τον ίδιο μας τον εαυτό ως τον καλύτερο μας φίλο; Γιατί περιμένουμε μόνο από τους άλλους να μας φροντίσουν και εμείς οι ίδιοι γινόμαστε στην πραγματικότητα ο εχθρός του ίδιου μας του εαυτού; Γιατί αντί να τον κανακεύουμε και να τον προστα-

τεύουμε τον μαστιγώνουμε και τον παραμελούμε; Γιατί τον γεμίζουμε με ενοχές και πίκρα και δεν τον αγκαλιάζουμε λέγοντάς του είμαι εδώ για σένα; Πώς του μιλάμε όταν κανείς άλλος δεν ακούει; Με σκληρά λόγια, με αποδοκιμασία, με αυστηρότητα και με επίκριση; Ή με αγάπη, στοργή, τρυφερότητα και συγχώρεση; Είναι καθοριστικής σημασίας ο εσωτερικός μας διάλογος. Από αυτές τις συγκεκριμένες σκέψεις αρχίζει η αγάπη προς τον εαυτό μας ή η απόρριψη του. Και μετά μας φτάνει όλοι οι άλλοι, Μα αφού εμείς πιστεύουμε ότι δεν αξίζουμε τη χαρά, την

ηρεμία, την αφθονία, τις καλές σχέσεις πώς θα πιστέψουν οι άλλοι σε μας; Αφού εμείς οι ίδιοι σαμποτάρουμε τον ίδιο μας τον εαυτό και δεν αναγνωρίζουμε τη δική μας αξία, πώς περιμένουμε να την αναγνωρίσουν οι άλλοι; Είναι σημαντικό να τα βρούμε με τον εαυτό μας όπως λέει και ο σοφός λαός. Αυτός τρώγεται με τα ρούχα του λέει και έχει απόλυτο δίκιο. Όλα ξεκινούν από μέσα μας. Αγάπη, Συμπόνια και Συγχώρεση πρώτα στον εαυτό μας. Από μας εξαρτάται να είμαστε ο καλύτερος φίλος ή ο χειρότερος τιμωρός της ψυχής μας.

Αγάπη είναι...



Γράφει η Ειρήνη Θεοδωρίδη

Αγάπη! Από αυτή ξεκινούν όλα και σ' αυτή τελειώνουν. Υπάρχουν πολλοί ορισμοί για την αγάπη, ίσως ο καθένας μπορεί να βρει έναν δικό του. Στα μάτια μου η αγάπη φαντάζει ως ανιδιοτέλεια, θυσία, σεβασμός, ενσυναίσθηση, κατανόηση, συγχώρεση, προστασία. Κυρίως όμως ως ανιδιοτέλεια. Το κύριο χαρακτηριστικό της αγάπης είναι πως δεν περιμένει τίποτα πίσω. Εγώ αγαπώ, δεν με νοιάζει τί

κάνει ο άλλος. Τι κ αν με μισεί, τι κ αν μου φέρεται αδιάφορα. ΕΓΩ ΑΓΑΠΩ. Για πόσους ανθρώπους άραγε έχουμε νιώσει ένα τόσο βαθύ συναίσθημα. Ένα συναίσθημα που δεν στηρίζεται στις ρίζες του εγωισμού μας που αχόρταγος περιμένει την ανταπόδοση, την αγάπη, την προσοχή, αλλά ένα απίστευτο συναίσθημα που θεμελιώνεται πάνω στην ανυστεροβουλία, ουσιαστικά πάνω στο τίποτα. Έπειτα, αγάπη είναι θυσία, αυτοθυσία. Απαρνούμαι τον δικό μου εαυτό, τα δικά μ θέλω, την δική μου κούραση, τη δική μου επιθυμία, για να σε ευχαριστήσω, για να είσαι εσύ καλά, για να είσαι ευτυχισμένος. Σπουδαίο πράγμα! Σε αγαπώ σημαίνει σε σέβομαι. Σέβομαι τις παραξενιές σου, σέβομαι τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά σου, σέβομαι το όχι σου, σέβομαι το θέλω σου, δηλαδή δεν σε κατα-



πιέζω, σε αφήνω ελεύθερο. Αν είμαι καλός, εσύ θα γυρνάς πάντα σε μένα. Ξέρεις γιατί? Γιατί σ αγαπώ. Επίσης, επειδή σ αγαπώ, σε καταλαβαίνω, γιατί μπαίνω στη θέση σου, περπατάω με τα παπούτσια σου, βλέπω μέσα από τα μάτια σου. Η τουλάχιστον προσπαθώ να το κάνω. Γιατί αν σκέφτομαι πάντα από τη δική μου πλευρά τα πράγματα και δεν μπορώ να καταλάβω, να συμμεριστώ, να αναλύσω την οπτική σου,

ξέρεις τί συμβαίνει? Δεν σ αγαπώ αληθινά, απλά σε χρειάζομαι. Αγάπη σημαίνει συγχώρεση. Με πλήγωσες πολύ, με στενοχώρησες, με έκανες σκουτίδι βρε αδερφέ. Όμως, εγώ σε συγχωρώ αν μου το ζητήσεις. Αν μετανιώσεις, σε δέχομαι πίσω και δεν στο κρατάω μανιάντικο, το ξεγράφω το λάθος σου. Γιατί και 'γω κάνω λάθη και ξέρω πως δεν γίνεται να μην κάνουμε. Όμως, αν συγχωρούμε ο ένας τον άλλον, αγαπιόμαστε. Σε προστατεύω από κάθε τι που φαντάζει κακό στα μάτια μου, γιατί η αγάπη μου είναι μεγάλη και φοβάμαι μην μου πάθεις τίποτα. Μερικές φορές γίνομαι υπερβολικός και νευριάζεις, όμως το κάνω γιατί δεν θέλω να σε χάσω. Κατάλαβε με. Αγάπη είναι να προσπαθώ να σε κάνω ευτυχισμένο, να σου φτιάξω τη ζωή με έναν τρόπο που θέλεις εσύ και όχι εγώ.

Και όσο έγραφα αυτό το κείμενο, συνηθειτοποίησα πως αγάπη είναι να απεκδυθείς τον εγωισμό σου. Να χωρέσεις μαζί με τον εαυτό σου και έναν άλλον άνθρωπο. Να πεις σε βάζω πιο πάνω απο μένα. Όχι γιατί δεν έχω αυτοσεβασμό και αυτοεκτίμηση, αλλά γιατί σ' αγαπώ και η αγάπη μου για σένα είναι πιο σπουδαία, πιο μεγάλη από τον μικρό εγωισμό μου. Η αγάπη είναι παντοδύναμη. Μπορεί να κινήσει βουνά, να αλλάξει μια για πάντα τους ανθρώπους. Η αγάπη μπορεί να σώσει τον κόσμο μας. Κλείνω με μια ευχή: σου εύχομαι να βρεις έναν άνθρωπο να τον αγαπήσεις άνευ όρων, χωρίς συμβιβασμούς, εγωισμούς και κακεντρέχεια. Τότε θα έχεις βρει το νόημα της ζωής σου.

Μια ρομαντική ονειροπόλος

Πρόταση ταινίας

Τα μυαλά που κουβαλάς από τον Στέφανο Αναγνωστόπουλο



Γράφει ο Στέφανος
Αναγνωστόπουλος



Η πλειοψηφία του κόσμου, όταν ακούει τον όρο “παιδική ταινία” ή “κινούμενα σχέδια”, αυτομάτως έχει στη σκέψη του κάτι χαρούμενο, διασκεδαστικό, ίσως και περιπετειώδες, ωστόσο πάντοτε... εύπεπτο! Κι αν οι περισσότεροι σινεφίλ, γνωρίζουν πως πολλές ταινίες αυτού του είδους, έχουν προσφέρει αρκετά παραπάνω από τις συγκινήσεις που αναφέρθηκαν νωρίτερα... Λίγοι είναι που κατέχουν πλήρως το υπόβαθρο του έργου που θα προταθεί αυτή τη φορά. Κινηματογραφικά μιλώντας, το είδος “παιδικό” δεν πρέπει να συγχέεται με το είδος “καρτούν” (ή animation όπως είναι γνωστό διεθνώς), γιατί είναι κάτι τελείως διαφορετικό, όπως συμβαίνει πάνω - κάτω με τη σύγχυση των όρων θρίλερ/τρόμου. Το πρώτο είδος, αναφέρεται κυρίως σε ταινίες κατάλληλες ακόμα και για πολύ νεαρές ηλικίες, που ευρύτερα ορίζονται ως “οικογενειακές”. Ενώ το δεύτερο, δεν επηρεάζει το συνολικό ύφος της ταινίας, μπορεί να είναι οτιδήποτε, από ρομάντζο φαντασίας έως και πολεμικό δράμα! Απλώς, αντί για ρεαλιστική απεικόνιση, γίνεται χρήση κινουμένων σχεδίων. Πίσω στη δικιά μας πρόταση τώρα, η συγκεκριμένη ταινία ανήκει ήδη στις

κορυφαίες της λίστας imdb, έχοντας σπάσει τα ταμεία παγκοσμίως και θεωρείται επάξια μία από τις κορυφαίες σύγχρονες του είδους της, αν όχι η κορυφαία. Είναι κωμική περιπέτεια σε μορφή κινουμένων σχεδίων με τίτλο: “Τα μυαλά που κουβαλάς” (Inside Out), και κυκλοφόρησε στο σινεμά το 2015. Η αρχική της σύλληψη, παρουσιάζει πολύ ενδιαφέρον, καθώς ο σκηνοθέτης της απευθύνθηκε σε μια ομάδα ειδικών ψυχολόγων και ψυχιάτρων σε αμερικανικά πανεπιστήμια, για την κεντρική ιδέα: Μια ταινία που θα έδειχνε πως λειτουργούν τα συναισθήματα στο μυαλό του ανθρώπου και συνάμα, πώς διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρεται στους γύρω του. Όλα αυτά ήθελε να τα παρουσιάσει μέσω ενός 11χρονου κοριτσιού, της μικρής Ράιλι, κατά τη διάρκεια ορισμένων δύσκολων καταστάσεων στη ζωή της. Πώς κυβερνούν τα συναισθήματα το υποσυνείδητό μας; Πώς χρωματίζουν τις μνήμες μας; Τι συμβαίνει στην ψυχή ενός νεαρού παιδιού;... Αυτά ήταν κάποια από τα ερωτήματα που έθεσε ο σκηνοθέτης στους επιστήμονες, οι οποίοι με χαρά συνέβαλλαν με σαφείς, τεκμηριωμένες απαντήσεις που χωρίς υπερβολές, ανοίγουν τα μάτια

των γονιών κατά τη διάρκεια της ταινίας. Αναφερόμενοι μάλιστα στην ηλικία της μικρής, λένε πως κάποιες μελέτες δείχνουν πως η εμπειρία των θετικών συναισθημάτων πέφτει απότομα στο στάδιο αυτό, τόσο σε συχνότητα όσο και σε ένταση. Κάπως έτσι, φτάσαμε ίσως στην πιο ανατρεπτική, εντυπωσιακή και ευφυή σύλληψη της παραγωγής Pixar: Ένα αριστούργημα για όλη την οικογένεια και μια ακόμη επιβεβαίωση ότι η τέχνη του animation δε θα πάψει ποτέ, να μας αιφνιδιάζει με τις ασύλληπτες ικανότητες της! Ως προς την υπόθεση, η Ράιλι, που έχει ζήσει πολύ ευτυχισμένα παιδικά χρόνια στη Μινεάπολη αναγκάζεται, μπαίνοντας στην εφηβεία της, να ξεριζωθεί και να μετακομίσει με τους γονείς της στο Σαν Φρανσίσκο. Όπως κάθε νεαρό παιδί, σοκάρεται από τις πολλαπλές εναλλαγές περιβάλλοντος! Αυτό διοχετεύεται στο κοινό με έναν πολύ ιδιαίτερο τρόπο: Τα συναισθήματα της μικρής (Χαρά, Λύπη, Φόβος, Θυμός, Αηδία) γίνονται τα κεντρικά πρόσωπα της ταινίας από το Κέντρο Ελέγχου του μυαλού της και αγωνίζονται σκληρά να ξαναβρούν τις αναταραγμένες ισορροπίες τους! Έτσι, τότε χάνουν και πότε κερδίζουν αναμνήσεις και εμπειρίες

ταυτόχρονα, περιφέρονται παρέα με φανταστικούς φίλους σε απωθμένες και όχι μόνο μνήμες, μέσα στα πιο παράξενα όνειρα του κοριτσιού! Παρόλο που η Χαρά είναι εκείνη που μέχρι πρότινος κατείχε τα ηνία στο μυαλό της μικρής Ράιλι, καθοδηγώντας τα υπόλοιπα κυρίαρχα συναισθήματα (τη Λύπη, την Αηδία, τον Φόβο και τον Θυμό), είναι η Λύπη που παίρνει το πάνω χέρι κατά την διάρκεια της ταινίας, καταλήγοντας να γίνει ο πραγματικός πρωταγωνιστής... Έτσι περνάνε τα εξής μηνύματα: Μόνο το αίσθημα αυτό έχει πολλά να προσφέρει στους ανθρώπους προκειμένου να αντιμετωπίσουν μία απώλεια. Επίσης, για μεγάλο διάστημα είναι το κυρίαρχο συναίσθημα, στη ζωή ενός 11χρονου παιδιού, που για πρώτη φορά πρέπει να αφήσει πίσω του τα παιδικά χρόνια της ανεμελιάς και της αθωότητας. Και το σημαντικότερο των μηνυμάτων αυτών, δεν υπάρχουν θετικά και αρνητικά συναισθήματα. Υπάρχουν συναισθήματα που χρειάζεται, και είναι απαραίτητο να εκφραστούν, για την ομαλή λειτουργία του οργανισμού. Όσο έντονα ή δυσάρεστα κι αν είναι για το άτομο που τα βιώνει αλλά και τους γύρω του, όσο κι αν αρχικά δείχνουν να μας

αποδιοργανώνουν... Είναι τα ίδια που τελικά ΟΡΓΑΝΩΝΟΥΝ και οδηγούν στη λογική σκέψη. Εξάλλου, και από επιστημονικής πλευράς, μελέτες διαπιστώνουν ότι η θλίψη σχετίζεται με αυξημένη φυσιολογική διέγερση, ενεργοποιώντας το σώμα να ανταποκριθεί στην απώλεια. Μάλιστα στην πραγματική ζωή, η θλίψη ενός ατόμου κάνει τους άλλους ανθρώπους να σπεύσουν για βοήθεια. Ουσιαστικά, η ταινία αποτυπώνει με εξαιρετικό τρόπο το τρομακτικό και συγκινητικό πέρασμα από την παιδική ηλικία στην εφηβεία και μπορεί να λειτουργήσει ως οδηγός. Από τη μια για τα παιδιά, που δυσκολεύονται να διαχειριστούν τα συναισθήματά, ως αφηρημένες έννοιες, κι από την άλλη για τους γονείς, που αντιμετωπίζουν με τη σειρά τους δυσκολίες, τόσο στη σχέση τους με τα παιδιά τους όσο και στη σχέση τους ως ζευγαριού. Το νόημα της γίνεται αντιληπτό ακόμα και από μικρούς θεατές, όμως η κάθε ηλικία κάνει τις δικές της αναγνώσεις, ανάλογα με τις ταυτίσεις της. Το ζητούμενο όμως είναι να αντιληφθούμε, πως οι χαρούμενες παιδικές μας αναμνήσεις κατέχουν ρόλο καταλυτικό στη μετέπειτα ζωή, επομένως οφείλουμε να τις διατηρούμε με ασφάλεια ως κόρη οφθαλμού!

Οι σεφ προτείνουν...

Κοτόσουπα
από τον Λάμπρο Πανέτα



Γράφει ο Λάμπρος Πανέτας

- Υλικά -
Για τη σούπα:
- 1 κοτόπουλο, ολόκληρο
 - 1 κύβο κότας
 - 1 κ.γ. πιπέρι
 - θυμάρι, ξερό
 - 1 φύλλο δάφνης
 - 2 λίτρα νερό
 - 1 πράσο, μόνο το λευκό μέρος
 - 2 καρότα, καθαρισμένα
 - 1 κρεμμύδι, καθαρισμένο
 - 150 γρ. ρύζι γλασέ
 - θυμάρι, ψιλοκομμένο, για το πασπάλισμα

- Για αβγολέμονο:
- 3 αβγά
 - χυμό λεμονιού, από 2 λεμόνια
 - ξύσμα λεμονιού, από 2 λεμόνια
 - πιπέρι
- Για το σερβίρισμα:
- θυμάρι
 - 1 κ.γ. ελαιόλαδο
 - Χυμό λεμονιού, από 2 λεμόνια

- Μέθοδος Εκτέλεσης-
- Κόβουμε το κοτόπουλο σε μερίδες και αφαιρούμε όλα τα κόκαλα. ΠΡΟΣΟΧΗ δεν τα πετάμε.
 - Σε ένα μπολ βάζουμε το καθαρό κρέας και το αφήνουμε στην άκρη.
 - Με την άκρη της λαβής του μαχαιριού μας ή με ένα μπάττη χτυπάμε και σπάμε ελαφρά τα χοντρά κόκαλα. Έτσι θα δώσουν περισσότερη γεύση στον ζωμό μας.
 - Σε μία κατσαρόλα προσθέτουμε όλα τα κόκαλα μαζί με τον κύβο, το πιπέρι, το θυμάρι, τη



- δάφνη και 2 λίτρα νερό.
- Σιγοβράζουμε για 1 ώρα σε μέτρια φωτιά με κλειστό καπάκι. Ο ζωμός πρέπει να βγάζει μερικές μπουρμπουλήθρες.
 - Ανά διαστήματα αν χρειαστεί ξαφρίζουμε με τη βοήθεια μιας τρυπητής κουτάλας.
 - Στη συνέχεια ετοιμάζουμε τα λαχανικά μας, κόβουμε το πράσο σε ροδέλες, τα καρότα και το κρεμμύδι σε κυβάκια.
 - Κόβουμε και τη σάρκα του κοτόπουλου σε μικρά κομμάτια ή σε λωρίδες.
 - Αφού περάσει η 1 ώρα, βγάζουμε την κατσαρόλα με τον ζωμό από την φωτιά. Σουρώνουμε τον ζωμό μας σε ένα μπολ και πετάμε τα κόκαλα.
 - Καθαρίζουμε την κατσαρόλα μας και επιστρέφουμε πίσω τον ζωμό μας.
 - Προσθέτουμε τα λαχανικά μας, το ψαχνό από το κοτόπουλο και το ρύζι.
 - Σιγοβράζουμε για

- 20-30 λεπτά σε μέτρια φωτιά με κλειστό καπάκι.
- Για το αυγολέμονο--
- Σε ένα μπολ βάζουμε τους κρόκους, το ξύσμα και τον χυμό από τα λεμόνια και με ένα σύρμα χειρός χτυπάμε καλά μέχρι οι κρόκοι να πήξουν και να γίνουν σαν κρέμα.
 - Σβήνουμε τη φωτιά και προσθέτουμε μία-μία κουταλιά από το φαγητό που βράζει και συνεχίζουμε το χτύπημα.
 - Όταν έχουμε προσθέσει αρκετό από το ζουμί (6-7 κουταλιές), ρίχνουμε το αυγολέμονο μέσα στην κατσαρόλα και ανακατεύουμε πολύ καλά.
 - Προσθέτουμε πιπέρι και επιπλέον λεμόνι αν δούμε ότι χρειάζεται.
 - Σερβίρουμε γαρνίροντας με λίγο φρέσκο θυμάρι και πασπαλίζουμε με λίγο ελαιόλαδο.



Γράφει ο Σταύρος Κασσελούρης

- Υλικά-
- 1) 250 γρ. μπισκότα digestive
 - 2) 90 γρ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
 - 3) 400 ml. κρέμα γάλακτος
 - 4) 60 γρ. ζάχαρη άχνη
 - 5) 500 γρ. τυρί κρέμα σε θερμοκρασία δωματίου
 - 6) μαρμελάδα βατόμουρο για το γαρνίρισμα

- Εκτέλεση-
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 °c. Ετοιμάζουμε τη βάση μπισκότου: Θρυμματίζουμε τα μπισκότα με τα χέρια μέσα σε ταψί με στρογγυλό τσέρκι. Προσθέτουμε το βούτυρο σε κομματάκια και ανακατεύουμε με τα δάχτυλα, ώσπου το μείγμα να έχει την υφή βρεγμένης άμμου. Πιέζουμε την επιφάνεια με κουτάλι για να γίνει ομοιόμορφη. Ψήνουμε για 10 λεπτά και στη συνέχεια αφήνουμε το μπισκότο να κρυώσει. Ετοιμάζουμε την κρέμα τυριού: Με μίξερ χειρός χτυπάμε, στη μεσαία ταχύτητα, την

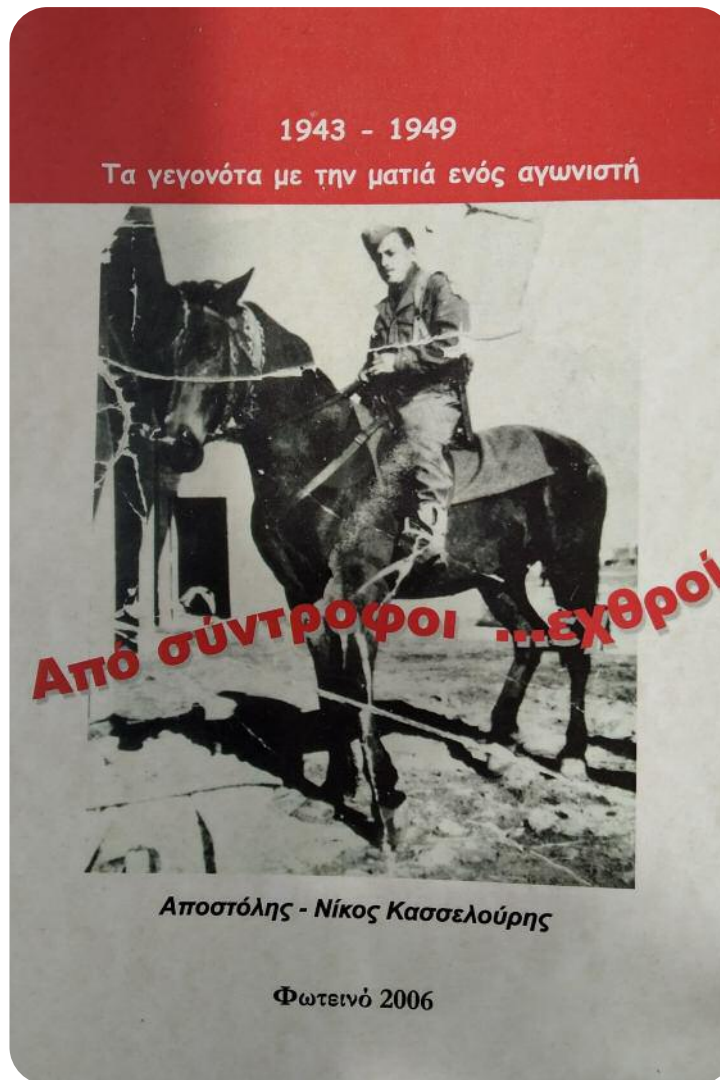
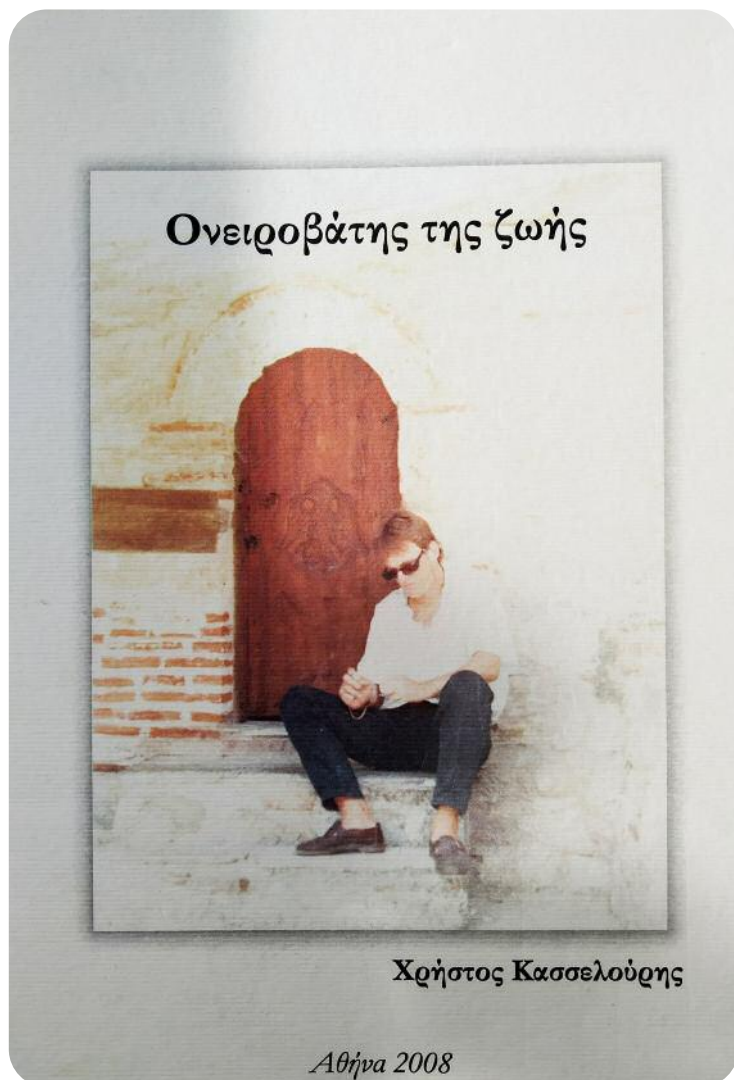
Cheesecake
από τον Σταύρο Κασσελούρη



- κρέμα γάλακτος με τη ζάχαρη άχνη, ώσπου να αποκτήσει παχύρρευστη υφή. Προσθέτουμε το τυρί κρέμα και συνεχίζουμε το χτύπημα, μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Απλώνουμε με κουτάλι την κρέμα τυριού πάνω στο κρύο μπισκότο και τοποθετούμε στην κατάψυξη για 2 ώρες, ώσπου να σταθεροποιηθεί η κρέμα. Απλώνουμε τη μαρμελάδα πάνω στην κρέμα τυριού, ξεφορμάρουμε το cheesecake και σερβίρουμε κρύο.

Καλλιτεχνικά

Όπως ίσως γνωρίζετε οι Φωτεινιώτες στην πλειοψηφία μας είμαστε άνθρωποι με καλλιτεχνικές ανησυχίες. Σε κάθε φύλλο θα προσπαθούμε να καταγράψουμε και να σας παρουσιάσουμε όλα όσα θα ήθελε ένας Φωτεινιώτης να μας μεταδώσει με τα έργα του. Ακολουθεί για αυτό το φύλλο ο **Χρήστος Α. Κασσελούρης** και ο **“Φάντης Κούπα”**.



**Χρήστος Α.
Κασσελούρης**

ΧΩΡΑ ΤΟΥ ΠΟΤΕ

Στην ερημιά, παραδομένη, μοιάζει τώρα αυτή η φωλιά
Όμως οι λογισμοί κάποιων μικρών ανθρώπων
Θα της κρατούνε συντροφιά
Τι' αυτούς ενδόμυχα φαντάζει, σαν τη Χώρα του Ποτέ

Στης Κυριακής τη δύση, δρέπω κρίνους φθινοπωρινούς
Τα πέταλα τους διανεμίζω σ' ανείδωτους, ανείπωτους σταθμούς
Ν' αναχατίσουν τη βροχή, όπου μ' ευοχή
Εκκινεί την πορεία, προς τη λησμονιά

Ήρθε ο καιρός, που ο εξαστισμός, υφέρπει στο πλήθος
Ως αγιάτρευτος τυγμός κι ωθεί ένα αμείλικτο δρολάπι
Με προορισμό, του ρομαντισμού μας την κοιτίδα
Σε μια που πάλιωσε, πατρίδα
Πώς ν' αφουγκραστεί κανείς;

Το γέλιο, που ανήκε μες τα ορεινά, μυστικά μας ύπαιθρα
Αποκαλύπτοντας η εμπαρμένη, ποια είναι η πλώρη
Που βάζουν οι εξεζητημένοι θαλασσοπόροι
Θα γίνει η "αγέλη" ευθύς σκορποχώρι
Το έωλο μας στέκι δείχνει απόκρημνο...

ΧΩΡΑ ΤΟΥ ΠΟΤΕ

Ώρο του νεφεληγερέτη, μ' ένα πνεύμα προσηνές
Αυτός είναι ο ερχομός της και κάνει να μουδιάζουν
Όλες του κόσμου οι αλαλαγές!
Σα φεύγει, η έφηβη καρδιά της, με πλατύνει ανέλπιδα

Κι εσένα, που βρίθεις απ' αγιάζι, αποχαιρετώ ξανά
Μέχρι το επόμενο μας καλοκαίρι, αποδημά σε μέρη αντικρινά
Υψιπετή μου Έσπερίδα μην αφαιρεθείς
Ο φάρος ο τηλαυγής εκπέμπει, για να μας βρεις

Ανάμεσα σε δάση θυσανιωτά, εδρεύει του νου μου
Ανεξίτηλο μεταίσθημα, όπου μον διανέυεις
Να ψηλαφίσουμε την άμμο του χρόνου, μα η πυξίδα
Την παιδική μας Ατλαντίδα
Σημαδεύει, ως μοναδική

Στον ορίζοντα θέση, ας είναι αμυδρή, ο όρκος δε θ' αθετηθεί
Για την επιστροφή σε φόντα ειρηνά, μεριμνώ πια
Μην τύχει εσύ να προσεγγίσεις συντομότερα
Σημαίνοντας γνώριμη νυκτεγερσία
Καθώς ανασταίνομαι κι εγκαρτερώ
Με θέα τη Χώρα του Ποτέ...



“Φάντης Κούπα”

Στο επόμενο φύλλο θα ακολουθήσουν ακόμα περισσότερα καλλιτεχνικά έργα από τους Φωτεινιώτες. Μπορείτε να στείλετε και εσείς τα έργα σας στο email foteinopolitistika@yahoo.gr ή να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά με τον κο Κασσελούρη Λάμπρο στο τηλ. 6976392261
Ευχαριστούμε για την στήριξη!

Φωτογραφικό Αρχείο

Καλοκαίρι 2020...

Σε αυτό το φύλλο αποφασίσαμε να βάλουμε και κάποιες από τις φωτογραφίες του φετινού καλοκαιριού ώστε να μείνουν ανεξίτηλες στον χρόνο μέσω της εφημερίδας μας. Υπέροχες αναμνήσεις με υπέροχους ανθρώπους.



Χορηγοί

Είναι πολύ σημαντικό για έναν άνθρωπο να έχει πάντα στο μυαλό του τον τρόπο με τον οποίο πέτυχε στην ζωή του. Φυσικά στηρίχτηκε σε πολλούς άλλους συνανθρώπους του και το αναμενόμενο είναι να μην τους ξεχνάει όταν φτάνει ψηλά στην επιτυχία! Πόσο μάλλον για ένα Σύλλογο σαν τον δικό μας που δεν θα μπορούσε ποτέ να ξεχάσει τους στηλοβάτες των εκδηλώσεων του και των γενικών δράσεων του. Αποφασίστηκε ομόφωνα λοιπόν να προβάλλουμε στο τελευταίο φύλλο κάθε εφημερίδας, τους χορηγούς του συλλόγου και τους χορηγούς της εφημερίδας.



Λυκάβου 42, Ζωγράφου, Αθήνα
Κωστή Παλαμά 8, Άρτα. Ήπειρος
Τηλ. 698 9779553
Mail: info@gsounds.gr
Site: <https://gsounds.gr/>
•Διοργάνωση εκδηλώσεων
•Διοργάνωση και κάλυψη εκδηλώσεων
•Επαγγελματικός οπτιακουστικός εξοπλισμός



Σκουφά 119, Άρτα 47100
Τηλέφωνο: 2681 400655
Τηλ. 698 9779553
Facebook: Loukouma..Nia
Γλυκοί και αλμυροί λουκουμάδες
Καφές
Σάντουιτς
Κρουασάν
Σαλάτες
Φυσικός Χυμός

Για πληροφορίες σχετικά με τις χορηγίες τόσο χρηματικές όσο και υλικές μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλέφωνο 6976392261 ή να στείλετε email στο foteinopolitistika@yahoo.gr. Θα χαρούμε απίστευτα να συνεργαστούμε μαζί σας για ένα πολύ όμορφο αποτέλεσμα που είμαστε σίγουροι ότι θα δικαιώσει και τις δύο πλευρές εξίσου. Είμαστε στην διάθεση σας για οποιαδήποτε απορία!



Γράφει ο Λάμπρος Κασσελούρης

Ως νέος πρόεδρος του πολιτιστικού συλλόγου μας θα ήθελα να σας εκφράσω την επιθυμία μου να πραγματοποιήσω αρκετά πράγματα στο τιμόνι αυτού του συλλό-

γου. Είναι αλήθεια πως οι καιροί είναι δύσκολοι και όπως όλα δείχνουν θα δυσκολέψουν και άλλο, όμως θα προσπαθήσουμε έστω και με αυτά τα πενιχρά μέσα που μπορούμε να έχουμε στην διάθεση μας, να ανταπεξέλθουμε στις προσδοκίες των μελών μας και στις προσδοκίες του Φωτεινού Άρτας. Είναι πολύ μεγάλη ομολογουμένως η επιθυμία μας να κάνουμε εκδηλώσεις με κόσμο, καθώς φέτος η κατάσταση με τον κορωνάιο δεν μας ευνόησε. Ήδη έχει ξεκινήσει το

μήν Τσε Κβον ντο τα μαθήματα και ελπίζει να μην χρειαστεί να ξανασταματήσει όπως έγινε τον Μάρτιο. Έχουν γίνει συζητήσεις για τα χριστούγεννα, ακόμα και για το επόμενο καλοκαίρι. Όλα είναι πιθανά φτάνει να υπάρχει διάθεση και να μας το επιτρέπουν οι καταστάσεις! Λόγω αυτής της περιόδου λοιπόν θα λέγαμε πως ανγκαστήκαμε να μην εκτυπώσουμε την τρέχουσα εφημερίδα διότι ο κίνδυνος εξάπλωσης του ιού στο χωριό μας είναι υπαρκτός.

Ειδικά σε μια πολύ μικρή κοινωνία που σχεδόν όλοι οι κάτοικοι της είναι ευπαθείς ομάδες. Όποτε ζητώ προσωπικά συγγνώμη από τους Φωτεινιώτες που δεν έχουν πρόσβαση στο ίντερνετ αλλά δεν γινόταν αλλιώς! Υπόσχομαστε ότι θα εκτυπωθεί όταν όλη η πόρτα θα έχει περάσει και θα μπορούμε ξανά ελεύθερα να διαβάσουμε την εφημερίδα του χωριού μας χωρίς να χρειάζεται αν φοβόμαστε να την κρατήσουμε στα χέρια μας. Τέλος έχω μεγάλες προσ-

δοκίες από τα μέλη μας αλλά και όλους τους Φωτεινιώτες. Για να συνεχίσουμε να δουλεύουμε προς ένα καλύτερο μέλλον για το χωριό μας χρειαζόμαστε βοήθεια. Κανένας δεν μπορεί να τα καταφέρει μόνος του. Η οικονομική συνδρομή των 10€ μπορεί να είναι μικρή αλλά αρκετά σημαντική για εμάς διότι έχουμε την οικονομική δυνατότητα να κάνουμε ακόμα πιο πρωτότυπα και ωραία πράγματα. Είμαι σίγουρος πως μέχρι το τέλος του 21 θα είμαστε 500 μέλη. Μπορούμε;

Όλοι μαζί για το Φωτεινό μας...