



ΜΕΓΑΛΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

# HEALTHY VOICE

Επιμέλεια: Σοφία Νέτα, Κατερίνα Κοντοσταυλάκη

## Rotting Christ

Ο Σάκης Τόλης μιλάει στην Α.Υ.

Του Δημήτρη Αθανασιάδη





# Πρωταθλητές στο ψήσιμο!



## Grillmeister Μαρινάδες

- BBQ
- Chili
- Σκόρδο

Κάθε συσκ. 70 g

**1,19€**

1 Kg = 17€

**WE'RE  
ON YOUR  
TEAM**



Official Partner  
του Καλοκαιριού





## ΤΑ ΠΡΩΤΑ 36ΑΡΙΑ

Μη σκουπίζεσαι με πετσέτα στην παραλία. Το σωστό είναι να στεγνώσεις από τον αέρα.

## ΕΡΧΕΤΑΙ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΟΤΑΝ...

Τα περίπτερα της Αθήνας αποσύρουν τις σοκολάτες.

## Η ΑΤΑΚΑ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

-Εσύ τι είσαι, είσαι πνευματικός;  
-Μοναχός είμαι.

-Και μοναχός θα μείνεις!

(Ο Λάκης Γαβαλάς απαντά στον Ρώσο μοναχό που τον ρώτησε αν είναι άνδρας ή γυναίκα)

## ΜΑΝΤΑΡΙΝΙΑ ΠΟΡΟΥ

Βγαίνουν τώρα, στο τέλος εποχής, για λίγες μόνο μέρες. Είναι τσουπρωτά, χωρίς κουκούτσι και πάνγλυκα. Ψάξτε τα.

## ΛΑΝΘΙΜΟΣ ΚΑΙ ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΞΑΝΑ ΜΑΖΙ

Όλοι όσοι είδαν τις «Ιστορίες καλοσύνης» μιλούν για σοκαριστικές εικόνες, σκληρές σκηνές, γκροτέσκα βία, ανακόλουθη αφήγηση, κενούς παγωμένους χώρους και γενικά, παλιό, κλασικό Λάνθιμο με το μαύρο χιούμορ του Φιλίππου. (Παγκόσμια πρεμιέρα στους ελληνικούς κινηματογράφους, στις 30/5)

## «Ρ.Ο.Ρ.» ΤΟ ΝΕΟ ΕΡ ΤΗΣ ΜΑΡΙΝΑΣ ΣΑΤΤΙ

Τρελό άλμπουμ, το «Ζάρι» στη νιοστή, πολλά τα-τα-τα συνδυασμένα με αμανέ, techno και ολίγη από Βουγιουκλάκη. Η Μαρίνα μάζ τρολάρει και γουστάρει.

## ΣΚΛΗΡΟΠΥΡΗΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

-Πείτε μια σκληροπυρηνική διατροφή να χάσω 5 κιλά σε έναν μήνα...  
-Μόνο παγωτά.



## ΚΙΝΟΑ

Όχι, όχι, όχι, δεν χορταίνει, κόφτε την.

## ΕΥΣΕΒΕΙΣ ΠΟΘΟΙ

Μακάρι να υπήρχε ένας πολιτικός να παρατήσσει το Τουίτερ και να πάει για δουλειά.

## ΡΩΣΣΟΙ ΜΟΝΑΧΟΙ

Το θέμα δεν είναι η οπισθοδρόμησή τους, το θέμα είναι ότι ενώ ζουν, λέει, απομονωμένοι σε κελιά στον Άθω, ταξιδεύουν business καταβροχθίζοντας παγωτά και μπίρες στα lounge της Aegean.

## ΚΙ ΑΥΤΟ ΜΟΡΦΗ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΒΙΑΣ ΕΙΝΑΙ

Ομαδική δηλητηρίαση μαθητών από χαλασμένα σχολικά γεύματα.

## ΧΑΡΟΥΜΕΝΟ ΞΕΚΙΝΗΜΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ

«Η Δήλος κινδυνεύει να χαθεί. Το κάτω μέρος του νησιού είναι σχεδόν στην επιφάνεια της θάλασσας και με μια μικρή άνοδο της στάθμης, στα επόμενα 50 χρόνια, ένα κομμάτι του νησιού θα είναι κάτω από το νερό». (Καθηγητής Κωνσταντίνος Συνολάκης)

## ΝΕΑ ΜΟΔΑ

Τα πλαστικά παπούτσια Jellies για τη θάλασσα. Χειρότερα και από τα crocks.

## ΔΙΑΛΟΓΟΣ

-Πόσο έχει η σπανακόπιτα;  
-5,30 ευρώ.  
-Και χωρίς το σπανάκι;



## Οι πόλεις πριν και μετά

Τις δύο φωτογραφίες που δείχνουν μια γωνιά του Παρισιού μας έστειλε ο **Γιάννης Ηλίδης**, συγγραφέας του νέου υπέροχου βιβλίου «**Μέρες μαγικές με γρανίτες και Ταμ-Ταμ**» (εκδ. ATHENS VOICE BOOKS). Το βιβλίο στην ουσία είναι μια βιογραφία της Αθήνας από το 1950 μέχρι σήμερα με τα μαγαζιά και τους ανθρώπους της να μεγαλώνουν μαζί της. Ο συγγραφέας στο επίμετρο του βιβλίου καταγράφει με αξιοθαύμαστη λεπτομέρεια όλα τα μαγαζιά, κέντρα διασκέδασης, κινηματογράφους, καφενεία, ζαχαροπλαστεία, δισκάδικα, ταβέρνες πολυτελείας, κοσμικά κέντρα και καμπαρέ που άνθισαν και έδυσαν στην Αθήνα όλες αυτές τις δεκαετίες. Πάνω από 500 τέτοια μαγαζιά είναι καταγραμμένα, εκ των οποίων κατάφεραν να επιζήσουν μέχρι σήμερα μόνο τα 36!

Να γιατί αυτές οι δύο φωτογραφίες από την πόλη τους Φωτός, που είναι τραβηγμένες με απόσταση ενός και πλέον αιώνα, μάς εντυπωσιάζουν. Δεν έχει αλλάξει τίποτα σ' αυτές. Ακόμα και το ιστορικό καφέ Le Recrutement παραμένει στην ίδια θέση. Το σχόλιο αφιερώνεται σ' αυτούς που αναρωτιούνται ακόμα γιατί είναι τόσο μαγική πόλη το Παρίσι.

## ΤΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει η **Carole A. Feuerman** (Κάρολ Α. Φέρμαν), κορυφαία Αμερικανίδα γλυπτριά. Υπέρμαχος του υπερρεαλισμού, τον οποίο υπηρετεί από τη δεκαετία του '70, έχει καθιερωθεί σε όλο τον κόσμο. Γλυπτά της έχουν τοποθετηθεί και εκτεθεί σε δημόσιους χώρους, μουσεία, παλάτια και σημαντικές γκαλερί στην Ευρώπη, Αμερική και Ασία. Η πρώτη ατομική έκθεση στην Ελλάδα με τίτλο «**Carol A. Feuerman solo exhibition, a dialogue with Pavlos**» θα γίνει στην γκαλερί Karopoulos Fine Arts στο Κολωνάκι (Σκουφά 5) στις 30 Μαΐου 2024.



# ATHENS VOICES

★ ΛΟΓΙΑ ΠΟΥ ΑΚΟΥΣΤΗΚΑΝ ΔΗΜΟΣΙΩΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ ★

Παρασκευή μεσημέρι στα Zara, Ερμού.  
Η κόρη γύρω στα 12 λίγο πριν το ταμείο. Η μαμά ήδη στην έξοδο μιλάει στο τηλέφωνο. Η κόρη με φωνή απόγνωσης:  
**«Μαμάααα, πού πας; Πώς θα πληρώσω; Φέρε το τηλέφωνο...»**

Δύο ώριμες κυρίες κάθονται σε street cafe και παραγγέλνουν δύο διπλούς ελληνικούς.  
**-Οι παλιοί τον φοβόντουσαν τον καφέ. Τον έπαιρναν ελαφρύ γιατί φέρνει λέει νεύρα.**  
**-(συγχυσμένη) Ανδίες!**  
(Σόλωνος, Πέμπτη πρωί)

**«Ούτε που θυμάμαι πού ήμανε».**  
(Παπούς στα ΚΤΕΛ Κηφισού, χαράματα Δευτέρας)

**«Είναι πολύ σημαντική υπόθεση. Πγέπει να πάγουμε ασφαλιστικές μέτρες».**  
(Γαλλίδα σε δικηγορικό γραφείο. Βασ. Σοφίας, Τετάρτη απόγευμα)

**«Το έχω στο κομοδίνο μου και διαβάζω αποσπάσματα πριν κοιμηθώ, σαν αγχολυτικό».**  
(Κυρία στην παρουσίαση του βιβλίου «Μέρες μαγικές με γρανίτα και Ταμ-Ταμ» του Γιάννη Ηλίδη, στον Ιανό, Τετάρτη απόγευμα)

**«Χαιρετώ αμφιτερόπλευρους».**  
(Φοιτητές ιατρικής συναντιούνται σε διάδρομο νοσοκομείου, Ρίο, Δευτέρα πρωί)

ΓΙΑΝΝΗΣ NENEΣ  
panikoval500@gmail.com



Υπάρχουν δρόμοι που στο μυαλό μου είναι συνυφασμένοι με μουσική. Που χάρη σε ένα τυχαίο τραγούδι στις ρωγμές του χρόνου, έμειναν για πάντα μέσα σε αυτό, έγιναν αυτό το τραγούδι. Να, για παράδειγμα: οδός Κόδρου στην Πλάκα, καλοκαίρι του '77, περπατάω κρατώντας το χέρι της γιαγιάς μου και από κάπου ακούγεται μια μαγική μελωδία. Πιάνο, πνευστά, τρεις χορδές ακουστικής κιθάρας. Και η Φλέρυ Νταντωνάκη να στροβιλίζεται στ' αστέρια – άπιαστη σαν όνειρο. Ποτέ ξανά μέχρι τότε εκείνος ο σκιερός, στενός δρόμος δεν μου είχε φανεί τόσο όμορφος. Ξάφνου όλα στροβιλίζονταν μαζί της χάρη σε αυτό το παλιό τρανζίστορ που ηχούσε από μια βεράντα, σε κάποια από τις τσιμεντένιες πολυκατοικίες της μεταπολίτευσης.

**Μ**ισός αιώνας έχει περάσει και η Κόδρου έχει αποτυπωθεί στο μυαλό μου ως τόπος αφιερωμένος στη γιαγιά μου και σε εκείνες τις νότες. Κάθε φορά που τον διασχίζω θυμάμαι τη Φλέρυ, τη μούσα του Μάνου, και την ονειρική απόχρωση της φωνής της που μετέτρεψε μια φευγάlea στιγμή σε αιωνιότητα. Κι άλλοι δρόμοι υπάρχουν τέτοιοι. Πολλοί δρόμοι. Η οδός Κύπρου στην πλατεία Αμερικής, όπου ήταν το πρώτο μας σπίτι, απηχεί τη φωνή της μητέρας μου που μου τραγουδούσε το «Πάμε μια βόλτα στο φεγγάρι», και τη φωνή του πατέρα μου, ο οποίος μου έλεγε το «Η σουστά πήγαινε μπροστά». Ακόμα και σήμερα, κάθε φορά που περνάω από 'κει και κοιτάζω την φθαρμένη, γκριζα πολυκατοικία όπου κατοικήσαμε μέχρι το 1973, γεμίζω ολόκληρος από ένα φεγγάρι και μια σουστά. Ήμουν τυχερός γιατί οι γονείς μου τραγουδούσαν υπέροχα, το νανούρισμα πάντα έπιανε – κοιμόμουν στο λεπτό ανεβασμένος σε σύννεφα μελωδικής ευτυχίας. Μια φορά είπα στον Μάνο Ελευθερίου, που είχε γράψει τη «Σούστα», ότι ένα μεγάλο κομμάτι της παιδικής μου ηλικίας ήταν εκείνο το τραγούδι. Γέλασε και, αυτοσαρκαζόμενος όπως πάντα, απάντησε: «Καμμένο μου παιδί». Μακάρι όμως και άλλα παιδιά να υπήρξαν τόσο «καμμένα»...

**Κάθε δρόμος έχει τη δική του ιστορία και μερικοί είναι τόσο μαγικοί** που η ιστορία τους περικλείει και τραγούδια. Το 1985, στη διάρκεια ενός εφηβικού πάρτι, το πρώτο μου φιλή μεταμόρφωσε την Αγίου Νικολάου στη Γλυφάδα σε αιώνια πατρίδα του Ντέιβιντ Μπόουι, γιατί ένας δίσκος δικός του έπαιζε στο πικ απ. Το 1996, τη μέρα που κρατάω για πρώτη φορά το πρώτο μου βιβλίο στα χέρια, κάποιος κατεβαίνει την Πανεπιστημίου ακούγοντας δυνατά στο αυτοκίνητό του το «Κλεμμένο ποδήλατο» των Στέρεο Νόβα και αυτομάτως η γωνία με την Μπενάκη, εκεί όπου υπήρχαν τότε οι εκδόσεις Δελφίνι, γίνεται διά παντός ένας τόπος αφιερωμένος στα ποδήλατα της νιότης. Είναι ασύλληπτο. Δεν θυμάσαι τι έφαγες χθες, αλλά θυμάσαι τι άκουσες σε έναν συγκεκριμένο δρόμο μια σημαδιακή μέρα. Φυσικά ευθύνονται και τα τραγούδια, όπως και οι συγκυρίες. Τι πιο μαγικό από το να ακούς Μάνο Χατζιδάκι από τη μητέρα σου και Δήμο Μούτση από τον πατέρα σου; Τι πιο ασύλληπτα υπερβρατικό από το να ακούς τη Φλέρυ, την φεγγαρική απδόνα, κρατώντας το χέρι της γιαγιάς σου σε έναν ωραίο δρόμο της Πλάκας. Τι πιο όμορφο από τον Ντέιβιντ Μπόουι για έναν δεκαπεντάχρονο που φιλάει ένα κορίτσι για πρώτη φορά; Και τι πιο ασύλληπτα γοητευτικό να νιώθεις συγγραφέας, να κρατάς σφιχτά στα χέρια το πρώτο σου μυθιστορηματάκι και να χάνεσαι για δυο στιγμές στο συγκλονιστικό, αέρινο σύμπαν του Κωνσταντίνου Βήτα και του Μιχάλη Δέλτα; Οι νότες εισχωρούν μέσα σου και ναι, απηχούν τη στιγμή, στην ουσία όμως ακινητοποιούν τον χρόνο, αποκρυσταλλώνουν εκείνη τη ρωγμή από το παρελθόν, την καθιστούν αιώνια. Και φυσικά σε κρατούν σφιχταγκλιασμένο με τα πρόσωπα που λάτρεψες. Ο μπαμπάς μου να τραγουδάει «Κι ανάβουνε φωτιές στις γειτονιές» και εγώ να τον ρωτάω «Γιατί ανάβουνε φωτιές στις γειτονιές, μπαμπά;», και πενή-

**Κάθε δρόμος έχει τη δική του ιστορία και μερικοί είναι τόσο μαγικοί που η ιστορία τους περικλείει και τραγούδια**

ντα χρόνια αργότερα να συνειδητοποιώ ότι οι φωτιές εκείνες είναι ένας κοινός μας τόπος, η αγάπη που μας συνδέει, η ζωή μας, οι στιγμές που έγιναν αναμνήσεις.

**Προχθές είχα πάρει τον δικό μου γιο** στο κέντρο της Αθήνας και κατηφορίζαμε την οδό Μαυροκορδάτου, έναν πανέμορφο μικρό πεζόδρομο ανάμεσα στην Ακαδημίας και την Μπενάκη. Υπάρχουν τα βιβλιοπωλεία, ένα δύο καφέ που θυμίζουν μπιστρό, ο υπέροχος Ναός της Ζωοδόχου Πηγής, τον οποίο ο κύριος Αριστειδής στα «Αηδόνια της σιωπής» αντικρίζει ανάμεσα στα χαλάσματα των Δεκεμβριανών ξεκινώντας το μοιραίο ταξίδι του για τη δική του Ιθάκη. Υπάρχει κι ένα μικρό καφάο που, συμπτωματικά, απεικονίζει δύο αηδόνια και ο Πάνος μού το δείχνει: «κοίτα, μπαμπά, δύο πουλιά ζωγραφισμένα». Τον Δεκέμβρη του '44, αυτό το κομμάτι της πόλης ανήκε στην κυβερνητική πλευρά και οι Ελασίτες προσπαθούσαν να το προσεγγίσουν με εφόδους από τα στενά – το αναφέρω αυτό γιατί βρίσκομαι ακόμα υπό την επήρεια του βιβλίου. Είναι όμως Μάρς του 2024, η μέρα είναι ειρηνική, ζεστή, αμυδρά ηλιοφωτισμένη. Όλα μοιάζουν ειρηνικά, αν εξαιρέσεις ένα τραγούδι που ξαφνικά υπεισέρχεται στο ιδιωτικό μας σύμπαν μπροστά στο καφάο με τα αηδόνια. Στ' αυτιά μου ηχεί κακόφωνο, πρωτόγονο, σχεδόν βίαιο. Ένα συνονθύλευμα από αγριότητα και θυμό, με μπάσα που βομβαρδίζουν το εσωτερικό ενός Smart με φιμέ τζάμια, το οποίο έχει σταθμεύσει παράνομα επί της Ακαδημίας μπροστά από τρεις άστεγους που έχουν χαμηλώσει το βλέμμα κουρασμένοι. «Ποτέ δεν κάνω κράτει, σκοτώνω τον πελάτη, σκύλες και λεφτά, ραπάρω με όλα αυτά»,

μουγγρίζει μια υπόκωφη φωνή. Αναρωτιέμαι με τρόπο: άραγε θα εντυπωθεί διά παντός αυτός ο trap καταγισμός στη μνήμη του γιου μου, αν υποθέσω ότι αυτή τη βόλτα θα τη θυμάται το 2074; Ή θα υπερισχύσουν στη μελλοντική μνήμη του τα άλλα τραγούδια που ακούει αυτή την εποχή, τραγούδια που του αρέσουν και αρέσουν και σε μένα, Stellar, Poor Man's Poison, Taylor Swift, Yeat, ακόμα και μελωδίες από τον προηγούμενο αιώνα, Queen, Beatles και λοιπά; Δεν ελπίζω και πολύ σε θραύσματα από «Το χαμόγελο της Τζοκόντα», αλλά θα ήθελα να θυμάται κάτι πιο καλαίσθητο από τα σκουπίδια της πνιγνής αστυγραφίας με τα οποία ο κόσμος σήμερα πουκώνει τους πιτσιρικάδες. Θα ήθελα να θυμάται το «Scarborough fair» των Simon and Garfunkel που έμαθε φέτος να παίζει στο πιάνο, το «Yellow Submarine» που τραγουδούσε μικρότερος, το «Δελφίνι δελφινάκι» που θα χορέψει στην καλοκαιρινή γιορτή του σχολείου.

**Στεκόμαστε, λοιπόν, στην οδό Μαυροκορδάτου** και κοιτάζουμε το καφάο που αναβιώνει δυο πανέμορφα αηδόνια, όπως του βιβλίου μου. Γύρω μας τραπεζάκια, βιτρίνες, πλακόστρωτο, είμαι τρισευτυχισμένος που βολτάρουμε παρέα και ξάφνου εκείνος ο ηχητικός καταγισμός από το Smart με τα φιμέ τζάμια με κάνει να νιώθω ότι ανάβουνε φωτιές στις γειτονιές – αληθινές φωτιές, μίσος, τρόμος, απδία για τη ζωή. Και θέλω να του κλείσω τα αυτιά, μα δεν το κάνω γιατί ξέρω ότι όλα θα τα βρει μπροστά του και μόνος του πρέπει να μάθει πότε θα κλείνει τα αυτιά του και πότε όχι. Και την επόμενη στιγμή ένας άστεγος μας χαμογελάει και τον καλημερίζουμε. Ένα λεπτό αργότερα το Smart φεύγει με λάστιχα που στριγγλίζουν και τότε ο Πάνος με κοιτάει και λέει: «Ουφ, δεν τον άντεχα άλλο αυτόν το θόρυβο». Και όλα γίνονται ξανά ένας κόσμος χωρίς φωνές που σκοτώνουν, χωρίς φωνές για σκύλες και λεφτά. Μένει μόνο το χαμόγελο ενός γιου πλάι στο χαμόγελο ενός πατέρα. Και μια πόλη που μου θυμίζει όλους εκείνους τους δρόμους όπου οι φωτιές ήταν συναισθήματα. Πατί αυτό είναι και η μουσική. Ένας τρόπος να θυμάσαι και να αγαπάς. **Α**

*Το καινούργιο μυθιστόρημα του Στέφανου Δάνδολου, «Τα αηδόνια της σιωπής», μια ιστορία για τα Δεκεμβριανά, κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Ψυχογιός*



Street art στο καφάο στον πεζόδρομο της οδού Μαυροκορδάτου

© ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΠΙΡΜΠΛΗ

## ΚΙ ΑΝΑΒΟΥΝΕ ΦΩΤΙΕΣ ΣΤΙΣ ΓΕΙΤΟΝΙΕΣ

Του ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΔΑΝΔΟΛΟΥ



# Είμαστε στα Top 5 Best Workplaces στην Ελλάδα!

Οι Kaizeners μάς εμπιστεύτηκαν  
για ακόμα μια φορά και δεν θα μπορούσαμε  
να είμαστε περισσότερο περήφανοι για αυτό!



[careers.kaizengaming.com](https://careers.kaizengaming.com)





# ΝΕΑ ΚΑΛΗΔΟΝΙΑ, TROUBLE IN PARADISE

Το εξωτικό νησί, η αποικιοκρατία, το τέλος της και ο φαντασιακός αντι-αποικιοκρατικός αγώνας

Της ΣΩΤΗΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ

Οι ταραχές και η αιματοχυσία στη Νέα Καληδονία, όπου περίπου 15.000 άνθρωποι, κυρίως νέοι, βγήκαν επί πέντε μερόνυχτα στους δρόμους, καίγοντας, λαφυραγωγώντας και εκφράζοντας μίσος για τη Γαλλία, δείχνουν για μια ακόμα φορά την αδήριτη ένταση μεταξύ μητρόπολης και πρώην αποικιακών εδαφών. Το πρώτο πρόβλημα είναι η αδυναμία των Ευρωπαίων να χωνέψουν ότι οι άνθρωποι που έζησαν επί χιλιάδες χρόνια ως μέλη φυλών δεν μπορούν και δεν θέλουν να αποδεχθούν τους ευρωπαϊκούς θεσμούς.

Οι Γάλλοι πιστεύουν ότι μια θεσμική πράξη, το αποτέλεσμα ενός δημοψηφίσματος ή μια απόφαση της γαλλικής Εθνοσυνέλευσης, θα έπρεπε να έχει, αυτομάτως, ισχύ σε όλη τη γαλλική επικράτεια. Πλην όμως, οι γηγενείς κάτοικοι της Νέας Καληδονίας, αν και Γάλλοι πολίτες εφόσον το αρχιπέλαγος είναι γαλλικό έδαφος, απορρίπτουν τη γαλλική νομοθεσία. Κάθε απόφαση που δεν λαμβάνεται στο νησί τους είναι γι' αυτούς ακατανόητη. Ένα ακόμη πρόβλημα είναι ο συνδυασμός οικονομικής δυσπραγίας και νεαρής ηλικίας που καθιστά τους ανθρώπους αφύκορους· ευάλωτους σε προτροπές βίας, ιδιαίτερα όταν τίθεται ζήτημα (αντι)ληπτής εθνικής υπερηφάνειας. Το τρίτο πρόβλημα έχει γεωπολιτική εμβέλεια: χώρες που βρίσκονται στη ρωσική τροχιά εκμεταλλεύονται για τους δικούς τους σκοπούς τις ρωγμές στη σφαίρα επιρροής της Δύσης.

Αφορμή για τις ταραχές στη Νέα Καληδονία, όπου έχει επιβληθεί κατάσταση έκτακτης ανάγκης, είναι μια μεταρρύθμιση που ψηφίστηκε από τη γαλλική Εθνοσυνέλευση την περασμένη εβδομάδα. Το γαλλικό νομοθετικό σώμα παραχώρησε δικαίωμα ψήφου στις τοπικές εκλογές σε όλους τους Ευρωπαίους που έχουν εγκατασταθεί στο αρχιπέλαγος τα τελευταία δέκα χρόνια: πρόκειται για περίπου 25.000 άτομα, τα οποία, σύμφωνα με τους γηγενείς Κανάκ, αλλοιώνουν τη σύνθεση του εκλογικού σώματος ενισχύοντας τη «λευκή μειοψηφία». Ο συνολικός πληθυσμός της Νέας Καληδονίας είναι περίπου 270.000: Κανάκ είναι το 41%, ενώ περίπου 5% δηλώνουν «μεικτή φυλή».

Στις οδομαχίες εκατοντάδες άνθρωποι τραυματίστηκαν και πέντε έχασαν τη ζωή τους: μεταξύ των νεκρών είναι δύο Γάλλοι αστυνομικοί, εκπρόσωποι της μιστητής εξουσίας. Όλα αυτά, που συνεχίζονται —η κατάσταση δεν φαίνεται να εκτονώνεται— έφεραν για μια ακόμα φορά τη Νέα Καληδονία στο χείλος του εμφυλίου πολέμου. Αν και οι Κανάκ πιστεύουν ότι αγωνίζονται κατά της αποικιοκρατίας, αγωνίζονται κατά μιας φαντασίωσης —εξάλλου, οι περισσότεροι Καληδόνιοι, είτε δηλώνουν «loyalistes» είτε όχι, είναι αντίθετοι στους εμρησμούς, στις λεηλασίες και στις ένοπλες επιθέσεις. Ακόμα και στο εσωτερικό των οπαδών της ανεξαρτητοποίησης ακούγονται ανησυχίες ότι «η νεολαία έχει ξεφύγει» κι ότι «αμαυρώνει τον αγώνα» για τον καλό σκοπό. Στο μεταξύ, φαίνεται πως η Ρωσία και το Αζερμπαϊτζάν έχουν βάλει το χεράκι τους: πολλοί εξεγερμένοι νέοι φορούν T-shirts με φιλορωσικά συνθήματα και κραδαίνουν αζερμπαϊτζανές σημαίες. Όπως είναι γνωστό, οι Αζερμπαϊτζανοί έχουν τσαντιστεί επειδή η Γαλλία στηρίζει τους Αρμενίους, όχι μόνο στο ζήτημα του Καραμπαχ αλλά και έναντι των Τούρκων: γι' αυτό, αν και το Μπακού απέχει από τη Νουμέα 14.000 χιλιόμετρα, διακηνόσσουν τη στήριξη τους στους εθνικιστές. Δεν πρόκειται για κάποιου είδους hoax: στις 18 Απριλίου, όταν

το Κογκρέσο της Νέας Καληδονίας και η Εθνοσυνέλευση του Αζερμπαϊτζάν υπέγραψαν μνημόνιο συνεργασίας, η Omayra Naisseline, εκλεγμένη αξιωματούχος από την ομάδα ανεξαρτησίας UC-FLNKS, ευχαρίστησε δημοσίως το Μπακού για τη «στήριξη του στον αγώνα του λαού Κανάκ». Έχει και συνέχεια: από το 2019 ο πρόεδρος του Αζερμπαϊτζάν, Ilham Aliyev —κρατιστής, εθνικιστής, μέλος του παντουρκικού κινήματος και τα τσαϊτά— είχε εκφραστεί υπέρ του αγώνα των Κανάκ· μάλιστα, τον Ιούλιο του 2023 έστισε διαδίκτυακή ομάδα αλληλεγγύης υπέρ της Νέας Καληδονίας την οποία κάλεσε στο Κίνημα των Αδεσμεύτων: ας φανταστούμε τον Aliyev να καλεί την περιοχή των Βάσκων σε ομάδα κρατών στην οποία δεν ανήκει η Ισπανία. Η κίνηση μαρτυρεί την πολιτική ανωριμότητα των υπανάπτυκτων χωρών, τις οποίες, για να είμαστε ευγενείς, χαρακτηρίζουμε αναπτυσσόμενες.

Η Νέα Καληδονία είναι συστάδα νησιών στη Θάλασσα των Κοραλλίων, ανοικτά της Χρυσής Ακτής της Αυστραλίας. Αν και διοικητικά αυτόνομη, αποτελεί μέρος της γαλλικής επικράτειας: δεν είναι ούτε αποικία ούτε «κτήση»· είναι υπερπόντιο έδαφος με πιο χαλαρή σχέση με τη μητρόπολη από ό,τι οι υπερπόντιοι νομοί (Γουαδελούπη, Γαλλική Γουιάνα, Μαρτινίκα, Ρεϋνιόν). Το αρχιπέλαγος έχει μακρά ιστορία δουλοπαροικίας, δουλεμπορίου (προς τα νησιά Φίτζι και το Κουίνσλαντ της Αυστραλίας) και κανιβαλισμού (όπως αφηγείται ο Bronwen Douglas, στη δεκαετία του 1840 η φυλή Πούμα καταβρόχθισε μερικούς ιεραποστόλους). Όμως, οι Γάλλοι δεν πρόλαβαν τίποτα από αυτά: όταν στα μέσα του 19ου αιώνα έφτασαν στη Δυτική ακτή της Νέας Καληδονίας, έκαναν το νησί ποινική αποικία (όπως την Καγιέν, γνωστή ως Νησί του Διαβόλου, που βρίσκεται

ανοικτά της Γουιάνας) και στη συνέχεια απέκλεισαν τους ιθαγενείς Κανάκ από την τοπική οικονομία και κυρίως από την εξορύξεις νικελίου. Επίσης, αποδεκάτισαν τους ιθαγενείς μεταδιόντας τους ευλογία και ιλαρά. Οι εξεγέρσεις δεν έλειψαν και ήταν σφοδρές. Πάντως, η κατάσταση εξομαλύνθηκε στη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου όταν η Νέα Καληδονία —στην πραγματικότητα, η γαλλική κοινότητα— βοήθησε τους συμμάχους παίζοντας σημαντικό ρόλο στο θέατρο του Ειρηνικού.

Το 1946, η Νέα Καληδονία έγινε υπερπόντιο έδαφος της Γαλλίας και μέχρι το 1953 όλοι οι κάτοικοι απέκτησαν γαλλική ιθαγένεια ανεξαρτήτως της καταγωγής και της φυλής τους. Αλλά οι επιμέρους «φυλές» στο εσωτερικό των Πολυνησίων και των Μελανησίων δεν έπαψαν να υπάρχουν· και μαζί με αυτές τα προαιώνια ήθη, έθιμα και πάθη. Ένα μέρος των κατοίκων του αρχιπελάγους, μεταξύ των οποίων οι Κινέζοι, οι Ινδονήσιοι και οι Βιετναμέζοι, θεώρησε καλή τύχη την προσάρτηση της Νέας Καληδονίας στη Γαλλία· ένα άλλο μέρος δεν παραιτήθηκε από τις αποσχιστικές και εθνικιστικές διεκδικήσεις. Μετά από αλληπάλληλες συγκρούσεις και πραξικοπήματα εκ μέρους των Κανάκ, το 1985 η γαλλική κυβέρνηση παραχώρησε «εθνική κυριαρχία» στους Κανάκ και νομική προστασία στους Ευρωπαίους κατοίκους. Αλλά η βία κλιμακώθηκε και στο τέλος του 1987 έφτασε σε σημείο παροξυσμού με οδομαχίες, κατατρο-

φή περιουσιών, μια δραματική ομηρία 27 ατόμων και τον φόνο τεσσάρων χωροφυλάκων. Έκτοτε, η Νέα Καληδονία απέκτησε καθεστώς Sui generis και το 2018 διεξήγαγε δημοψήφισμα για το αν θα παραμείνει εντός της Γαλλικής Δημοκρατίας ή θα γίνει ανεξάρτητο κράτος. Το 57% ψήφισε υπέρ της παραμονής, αλλά επειδή οι Κανάκ δεν έμειναν ευχαριστημένοι, η διαδικασία επανελήφθη τον Οκτώβριο του 2020: και πάλι οι ψηφοφόροι απέρριψαν την πρόταση για ανεξαρτησία· αυτή τη φορά υπέρ της παραμονής στη Γαλλία ετάχθη το 53,26%. Καθώς το αποτέλεσμα δεν ήταν συντριπτικό, οι Κανάκ ξαναεσκηκώθηκαν: στις 12 Δεκεμβρίου 2021 έγινε τρίτο δημοψήφισμα το οποίο οι εθνικιστές μοϊκόταραν με αποτέλεσμα το 96,5% των ψηφισάντων να δηλώσουν «loyalistes» και να απορρίψουν την ιδέα της ανεξαρτησίας. Παρόμοια δημοψηφίσματα έχουν γίνει και σε άλλα υπερπόντια εδάφη της Γαλλίας, όπως στη Μαγιότ (κοντά στη Μαδαγασκάρη), όπου κάθε τόσο οι εθνικιστές θέτουν σε αμφισβήτηση την παραμονή στη γαλλική επικράτεια. Εν πάση περιπτώσει, αν και το δημοψήφισμα θα έπρεπε να θεωρείται άκυρο, οι Γάλλοι το πήραν στα σοβαρά: νόμιζαν ότι το κεφάλαιο έκλεισε κι ότι οι τριβές ανήκαν στο παρελθόν.

Σήμερα, οι Κανάκ κυριαρχούν στην τοπική κυβέρνηση και αντιπολιτεύονται όποιον δεν είναι Κανάκ: η εχθρότητα είναι εθνοτική και φυλετική· δεν τίθεται ζήτημα θρησκείας· οι περισσότεροι Καληδόνιοι είναι καθολικοί. Τίθεται όμως ζήτημα φανατισμού, ιδίως μεταξύ των νέων 15-25 ετών, οι οποίοι, με την ενθάρρυνση του Εθνικού Απελευθερωτικού Μετώπου (FLNKS) και ιδιαίτερα της «νεολαίας» του που φέρει το όνομα «Πυρήνας Συντονισμού Δράσεων στο Πεδίο» (!), επιμένουν στην υπόθεση της «απελευθέρωσης».

Όσο για τη γαλλική αριστερά, αν και κάνει έκκληση για ηρεμία και διάλογο, κατηγορεί την κυβέρνηση Μακρόν-Αττάλ επειδή έριξε λάδι στη φωτιά (ίσως, αν και η επίμαχη μεταρρύθμιση είναι δημοκρατική για τα ευρωπαϊκά δεδομένα) και επειδή «επιστρέφει στην αποικιοκρατία». Αυτό το τελευταίο το βρίσκω λαϊκιστική μπαρούφα. Στο μεταξύ, ακριβώς επειδή δεν υπάρχει θεσμικό πρόβλημα —το πρόβλημα είναι ψυχολογικό και πολιτιστικό— η μεταρρύθμιση περί δικαιώματος ψήφου των νεότερων κατοίκων στο παραδεισένιο νησί, απορρίφθηκε από τη συνέλευση των Κανάκ. Μένουν αναπάντητα τρία ερωτήματα: το πρώτο είναι πώς η Γαλλία θα καταφέρει να μην παραχωρήσει στη Ρωσία τη ζώνη του Ινδο-Ειρηνικού· το δεύτερο είναι πώς οι

άνθρωποι στο αρχιπέλαγος θα γλιτώσουν από τη βία (η οποία θα επαναληφθεί με κάποια άλλη ευκαιρία)· το τρίτο είναι το παλιό ερώτημα περί των νεανικών συμμοριών που πυρπολούν τον κόσμο υπονομεύοντας την ίδια την ποιότητα της ζωής τους. Θα χρειαστούν χρόνια να αποκατασταθούν οι ζημιές που έγιναν μέσα σε μια δεκαετία· όσο για την κοινωνική συμφιλίωση, δεν θα χρειαστεί μόνο χρόνο, θα χρειαστεί πειθός: η «ανεξαρτησία» ενός αρχιπελάγους με πληθυσμό 270.000 δεν έχει νόημα. Αν και υπάρχει πάντοτε η επιλογή του τουρισμού (όχι και τόσο «εθνικός υπερήφαν» δραστηριότητα) και η χρηματοδότηση από τη μητρόπολη· ένας συνδυασμός που παρατηρείται στις περισσότερες πρώην αποικίες. **A**

## Ο θάνατος του Ραϊσί, το ένταλμα σύλληψης Νετανιάχου και οι χώρες-παρίες της Μέσης Ανατολής

Του ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ

Έως και τον θάνατό του ο Εμπραχίμ Ραϊσί ήταν ο πλέον υπάκουος, ο πιο δουλικός πρόεδρος στην ιστορία της Ισλαμικής Δημοκρατίας του Ιράν έναντι της Ανώτατης Θρησκευτικής Αρχής, του «Υπέρτατου Καθοδηγητή». Για την ακρίβεια, όλοι ανεξαιρέτως οι προκάτοχοί του είχαν τελικά πέσει σε δυσμένεια. Ο Ραϊσί, ο αποκαλούμενος «Χασάπης της Τεχεράνης», ήταν ο πολιτικός, δικαστικός και διοικητικός υπεύθυνος χιλιάδων εκτελέσεων αντικαθεστωτικών πολιτών, από την ηλικία των 25 ετών καθοδηγητικό γρανάζι των επιτροπών θανάτου των Φρουρών της Επανάστασης. Ένας από τους 4 ανθρώπους με δικαίωμα ζωής και θανάτου επί των πολιτών που συλλαμβάνονταν για αντικαθεστωτική στάση ή δράση κατά τη διάρκεια της Περιόδου του Τρόμου στο μετα-επαναστατικό Ιράν του Αγιατολάχ Χομεϊνί. Κατά τη διάρκεια της καριέρας του ανέλαβε ανώτατα δικαστικά αξιώματα, που του έδιναν την απόλυτη εξουσία να ασκεί δικαίωμα ελέγχου στις ζωές των συμπολιτών του. Μέχρι τον βίαιο θάνατό του εκπροσωπούσε την περσική εκδοχή της «Ζωής των Άλλων» στην πλέον βάρβαρη μορφή που θα μπορούσε να φανταστεί το ανθρώπινο μυαλό.

Ο Ραϊσί ήταν ο θεσμικός εκτελεστής των ανθρώπων που εναντιώνονταν στην εξουσία των θρησκευτικών ταγών της εξουσίας. Τα χέρια του βάφτηκαν με αίμα εκατοντάδων ειρήβων, κυρίως κοριτσιών αλλά και αγοριών, που απήφησαν τη μαντίλα του Ισλάμ και διεκδίκησαν αξιοπρεπείς όρους κοινωνικής διαβίωσης. Ο Ραϊσί βρίσκεται πίσω από κάθε σημαντική επιχείρηση στο Ιράν κατά πολιτών που επιχειρήσαν να αμφισβητήσουν το θεοκρατικό καθεστώς. Πίσω από κάθε επιχείρηση λογοκρισίας, απαγόρευσης βιβλίων και έργων τέχνης. Ήταν η ίδια η ψυχή του καθεστώτος καταπίεσης και ενεργούς καταστολής με όχημα και εκτελεστικό βραχίονα τους Φρουρούς της Επανάστασης.

Η δουλικότητά του έναντι της ανώτατης θρησκευτικής ηγεσίας της χώρας τού επέτρεψε τελευταίως να διεκδικήσει με αξιώσεις την διαδοχή του Υπέρτατου Καθοδηγητή Αγιατολάχ Αλί Χαμενεϊ, ο οποίος κατά πληροφορίες ασθενεί βαρέως.

Ο υπεσυντηρητισμός του Ραϊσί και ο φανατικός αντιδυτικισμός του, η ιδεολογική του ταυτοποίηση με το ευρασιατικό μοντέλο και η απόφασή του να προτάξει τις σχέσεις του Ιράν με την Κίνα και τη Ρωσία θα οδηγούσαν την Τεχεράνη σε ακόμη μεγαλύτερη ρήξη με τη Δύση. Ο Ραϊσί ήταν ο κλασικός πολιτικός ανατολικού τύπου, ο οποίος δεν θα είχε κανέναν ηθικό ενδοιασμό να σύρει τη χώρα σε μια πολεμική αναμέτρηση, αρκεί η αναμέτρηση αυτή να κατέληγε σε επέκταση της επιρροής του Σιτισμού στην υφιστάμενη γεωγραφία του Ισλάμ και την ακόμη μεγαλύτερη γεωπολιτική επιρροή της Τεχεράνης έναντι των Σουνιτών - αραβικών κρατικών οντοτήτων της περιοχής. Οι οργανώσεις της αντιπολίτευσης στο Ιράν και οι



πυρήνες αντίστασης στο θεοκρατικό καθεστώς θεωρούν πως ο Ραΐσί ήταν πίσω από το κύμα καταστολής του κινήματος των νεαρών πολιτών, που ξέσπασε με αφορμή τη δολοφονία της Mahsa (Jina) Amini το 2022. Ήταν το κορίτσι που κατηγορήθηκε για άσεμνη περιβολή και απρεπή συμπεριφορά, διότι αρνήθηκε να φορέσει χιτζάμ. Δολοφονήθηκε από τους βασανιστές της στις φυλακές των Φρουρών της Επανάστασης, όπως και δεκάδες –αν όχι εκατοντάδες– άλλα παιδιά μετά το κύμα συμπαράστασης που εκδηλώθηκε.

Ο Εμπραχίμ Ραΐσί ήταν επίσης ένας από τους πιο ένθερμους υποστηρικτές της επιστροφής της λεγόμενης Αστυνομίας Ηθών, αυτού του ανελέητου και τρομοκρατικού μηχανισμού στους δρόμους του Ιράν, καλώντας σε σκληρό αγώνα κατά των γυναικών που βγαίνουν στους δρόμους χωρίς χιτζάμ.

Το 1988, ήταν ένας από τους 4 θρησκευτικούς δικαστές που καταδίκασαν χιλιάδες πολιτικούς κρατούμενους σε θάνατο. Έχοντας γίνει εισαγγελέας της Τεχεράνης το 2014, προήχθη στη συνέχεια στη θέση του επικεφαλής του δικαστικού συστήματος πέντε χρόνια αργότερα. Την ίδια χρονιά μπήκε στη μαύρη λίστα των Ιρανών ηγετών, που επιβλήθηκε από τις Ηνωμένες Πολιτείες για «συνενοχή σε σοβαρές παραβιάσεις των ανθρωπίνων δικαιωμάτων».

Το καθεστώς είναι υποχρεωμένο να προκηρύξει εκλογές για την εκλογή νέου προέδρου της Δημοκρατίας. Πρόκειται για ένα παιγνίδι στημένο εξ αρχής. Για τον λόγο αυτόν, οι πολίτες του Ιράν δεν προσέρχονται στις κάλπες. Στις τελευταίες προεδρικές εκλογές ο Ραΐσί εξελέγη με μια αποχή ρεκόρ στην ιστορία της Ισλαμικής Δημοκρατίας με κάτω από το 50% των εγγεγραμμένων να ψηφίζουν. Κόλαφος.

Πολλά ερωτήματα διατυπώθηκαν ήδη για το μέλλον της Περσίας. Κατένας, ωστόσο, εκ των σοβαρών αναλυτών δεν αναμένει σημαντικές εξελίξεις. Ούτε οι «άσπονδοι γείτονες» του Ιράν, κυρίως η Σαουδική Αραβία, βλέπουν ανατροπές. Οι υποψήφιοι για την προεδρία στις επερχόμενες εκλογές δεν αναμένεται να αμφισβητήσουν το πολιτικό status quo. Ένας από αυτούς, και κατά παράβαση των λεχθέντων από τον Αγιατολάχ Χομείνι περί δυναστειών, ενδέχεται να είναι ο γιος του σημερινού Υπέρτατου Καθοδηγητή, του Αγιατολάχ Χαμενεΐ.

## Η δημοκρατική δύση και οι χώρες παρίες

«Δεν θα μπορούσα να είμαι πιο σαφής. Όσοι δεν συμμορφώνονται με τον νόμο, δεν πρέπει να παραπονεθούν αργότερα όταν το Γραφείο μου αναλάβει δράση». Και όντως ο Εισαγγελέας του Διεθνούς Δικαστηρίου, Καρίμ Χαν, δεν θα μπορούσε να ήταν σαφέστερος. Όπως ιδιαίτερα σαφής ήταν και ο σχετικός τίτλος της «Jerusalem Post» τη Δευτέρα 20 Μαΐου. «Εφθασε και αυτή η ημέρα. Το Διεθνές Δικαστήριο εξέδωσε εντάλματα σύλληψης για τον Νετανιάχου και τον Γκαλάντ και τους ηγέτες της Χαμάς».

Τόσο η «Haaretz» όσο και η «Jerusalem Post» ήταν σαν να το περίμεναν εδώ και καιρό. Από το Αφγανιστάν, το Ιράν, το πρώην Ιράκ, τη Συρία (γιατί όχι και την Τουρκία), αλλά τώρα και το Ισραήλ, τα παλαιστινιακά εδάφη, τα σκοτεινά αραβικά βασίλεια, μιλάμε για μια ολόκληρη υποήπειρο που έχει περάσει ή ζούσε μονίμως σε καθεστώς νομικής ανυποληψίας και θεσμοποιημένης παραβατικότητας και συστηματικής παραβίασης της Χάρτας του ΟΗΕ. Το να χαρακτηριστούν όλες οι προαναφερθείσες χώρες σε κράτη παρίες εί-

ναι ζήτημα χρόνου ή απλά εκτίμησης και ειδικών συμφερόντων.

Πρώτη η εβραϊκή εφημερίδα «Haaretz» διερωτήθηκε εδώ και εβδομάδες αν η μοναδική πραγματική Δημοκρατία της Μέσης Ανατολής, δυτικού τύπου και προδιαγραφών, έχει περάσει τη λεπτή αόρατη γραμμή. Αυτή της συστηματικής παραβίασης των κανόνων μιας πολιτισμένης, δυτικής δημοκρατικής διοίκησης.

Όταν η Κάρλα ντελ Πόντε ανέλαβε να διεκπεραιώσει τη δίκη για την Πρώην Πουγκοσλαβία, εκδίδοντας τα εντάλματα σύλληψης ηγετών από την εμπόλεμη ζώνη, όλες οι δυτικές χώρες στήριξαν τις ενέργειές της. Ο Μιλόσεβιτς, ο Μλάντιτς, Κροάτες φασίστες και Βόσνιοι εγκληματίες καταδικάστηκαν. Τότε όλη η Δύση καλωσόρισε τις αποφάσεις του Δικαστηρίου.

Η ιστορική απόφαση του Διεθνούς Δικαστηρίου να εκδώσει εντάλματα σύλληψης για όλους τους πρωταγωνιστές του δράματος στη Γάζα, θέτει αυτήν καθ' αυτήν τη Δύση ενώπιον ενός υπαρξιακού ζητήματος. Θα στηρίξει αυτήν την απόφαση; Θα επιδείξει θάρρος και κυρίως θα αποδείξει πως διακατέχεται από ωριμότητα και ανακλαστικά πολιτικής επιβίωσης; Ήταν ήδη ορατό το ενδεχόμενο να τεθεί σε διεθνή απομόνωση ο πρωθυπουργός του Ισραήλ, Μπένζαμιν Νετανιάχου. Το Διεθνές Δικαστήριο εξισορρόπησε την κατάσταση αποφασίζοντας τη καταδίωξη και της ηγεσίας της Χαμάς.

«Is Israel Becoming a Pariah State?». Το ερώτημα το υποβάλλει η «Haaretz» με άρθρο της στις 21 Μαρτίου 2024. Δύσκολα θα περίμενε κανείς από ένα ισραηλινό έντυπο να αναρωτιέται κάτι τέτοιο. Και όμως. Σε αυτήν την εκτεταμένη περιοχή του κόσμου, τα κράτη παρίες είναι μια συνήθης ιστορική πραγματικότητα.

Κινδυνεύει, λοιπόν, η Δημοκρατία στο Ισραήλ; Παραβιάζονται τα ανθρώπινα δικαιώματα σε μια χώρα, όπου κάθε τέτοια σκέψη είναι θεωρητικά αδιανόητη;

Πριν από δύο εβδομάδες σε πρωτοσέλιδο της ίδιας εφημερίδας δημοσιευόταν το εξής ρεπορτάζ. Ένας φωτορεπόρτερ, ο Άλεξ Λέβακ, που ταξίδευε μαζί με συναδέλφους του κάπου στη Γάζα εντός οχήματος, το οποίο συνοδεύονταν από ένοπλο Ισραηλινό στρατιώτη, ζήτησε για κάποιο λόγο να βγει από το αυτοκίνητο. Ο Ισραηλινός στρατιώτης που επιτηρούσε την ομάδα σήκωσε το όπλο του και ρώτησε τον φωτορεπόρτερ «Είσαι Εβραίος;». Σχολιάζει λοιπόν η εφημερίδα «Haaretz»: «Πρόκειται για μια ερώτηση που ποτέ και κανένας δεν θα έπρεπε να απευθύνει σε έναν άνθρωπο όπου της Γης».

Και θα συμπληρώναμε με το αυτονόητο. Κανένας Εβραίος, πολίτης του Ισραήλ, δεν νομιμοποιείται να απευθύνει ένα τέτοιο ερώτημα «Are you Jewish?» σε έναν οποιοδήποτε άνθρωπο. Ποτέ μετά το Ολοκαύτωμα. 24 ώρες μετά την ιστορική απόφαση του Διεθνούς Ποινικού Δικαστηρίου, η ίδια ισραηλινή εφημερίδα κυκλοφόρησε την Τρίτη 21 Μαΐου με τον εξής τίτλο: «ICC Prosecutor Khan Has Created a New Reality for Israel - and It Could End Badly». Τουτέστιν, μεθερμηνευόμενο, ο Εισαγγελέας του Διεθνούς Ποινικού Δικαστηρίου εγκαινιάζει μια νέα πραγματικότητα για το Ισραήλ. Το ζήτημα θα μπορούσε να εξελιχθεί πολύ άσχημα.

Στη Μέση Ανατολή διακυβεύεται για μία ακόμη φορά η πολιτική ταυτότητα της Δύσης. Τα όρια είναι σχεδόν αδιόρατα και τα περιθώρια ελιγμών στενεύουν επικίνδυνα. Το ζήτημα δεν αφορά μόνον την τρέχουσα πολιτική και τις στρατηγικού επιπέδου ισορροπίες. Αφορά κυρίως την ψυχή της Δημοκρατίας (Republic) και τους κανόνες που θεσπίστηκαν με αίμα, δάκρυα και ιδρώτα. **A**

Αν ήξερες ότι χάρη σε σένα σώθηκε ένας τραγουδιστής της μουσικής που μισείς,



Ενημερώσου εδώ

θα χαιρόσουν.

Γιατί όταν γίνεσαι δωρητής οργάνων αυτό που επιλέγεις είναι να αφήσεις πίσω ζωή.

ONASSIS FOUNDATION

υπό την επιστημονική αιγίδα:

ΩΝΑΣΕΙΟ



## ΤΑ ΝΟΥΜΕΡΑ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Του ΣΤΑΜΑΘΗ ΖΑΧΑΡΟΥ

**50** άνδρες συλλαμβάνονται καθημερινά για ενδοοικογενειακή βία, σύμφωνα με δηλώσεις του αρμόδιου υπουργού, Μιχάλη Χρυσοχοϊδη.

**18** γραφεία για την ενδοοικογενειακή βία λειτουργούν σε όλη τη χώρα. Δεν ξέρω βέβαια πόσο αποτελεσματικά είναι, δεδομένου ότι πολλά δούλευαν (τουλάχιστον μέχρι πρότινος) ώρες γραφείου. Επιπλέον, η «Άμεσος Δράση» συνεχίζει να είναι αγενής και καθόλου αποτελεσματική. Επιπλέον «το περιπολικό δεν είναι ταξί». Φράση που εκτός από την πρόσφατη γυναικοκτονία στους Αγ. Αναργύρους, είχε ακουστεί και ως απάντηση στις εκκλήσεις των κατοίκων στη φονική πυρκαγιά στο Μάτι.

**63** τέτοια γραφεία θα λειτουργούν μέχρι το τέλος του μήνα σύμφωνα με τη σχετική δέσμευση του υπουργού Προστασίας του Πολίτη.

**9** άτομα επέβαιναν στο ελικόπτερο Bell 212, το οποίο συνετρίβη με αποτέλεσμα να χάσει τη ζωή του –μεταξύ άλλων– ο πρόεδρος του Ιράν, Εμπραχίμ Ραϊσί. Κυκλοφορούσε με το προσωπικό «Ο Δικαστής του θανάτου».

**5.000** αντιφρονούντες εκτελέστηκαν το 1988 μετά από απόφαση τετραμελούς επιτροπής στην οποία συμμετείχε ο Ραϊσί.

**4.682** δολάρια είναι το ονομαστικό κατά κεφαλή ΑΕΠ, σε μία από τις πλουσιότερες σε φυσικούς πόρους χώρες του κόσμου. Το πολίτευμα είναι Εκλεκτορική Θεοκρατική Συνταγματική Μοναρχία. Η ονομασία Ιράν προέρχεται από την αρχαία λέξη «Αρυανάμ», η οποία σημαίνει (γν) των Αρίων. Μάλιστα.

**85** εκατ. είναι ο πληθυσμός του Ιράν και η συντριπτική πλειοψηφία του ζει σε συνθήκες εξαθλίωσης.

**1,83** παιδιά ανά γυναίκα είναι πλέον το ποσοστό γεννητικότητας, γεγονός που σηματοδοτεί μελλοντική συρρίκνωση του πληθυσμού.



**3** χρόνια (1965-1968) κράτησε η σοβιετικής έμπνευσης απάντηση στην Eurovision με τον τίτλο Intervision. Τώρα ο Βλαδίμηρος (κάμερα σε μένα) ετοιμάζεται να την αναβιώσει. Σύμφωνα με τον Πούτιν (κάμερα σε μένα) θα συμμετέχουν η Ρωσία, η Κίνα και τα άλλα κράτη μέλη του Οργανισμού Συνεργασίας της Σαγκάης. Μεγάλα κέρφια.

**6,7** παιδιά ανά γυναίκα ήταν το αντίστοιχο ποσοστό το 1970, πριν δηλαδή την «Ιρανική Επανάσταση» του 1978.

**1** στους 3 Έλληνες ενδιαφέρεται λίγο ή καθόλου για τις ευρωκάλπες, σύμφωνα με μέτρηση κοινής γνώμης της Opinion Poll.

**31,1-35,5%** είναι τα όρια στα οποία αναμένεται να κινηθεί η ΝΔ, σύμφωνα πάντα με την ίδια μέτρηση. Χαμηλότερα μεν από τις εθνικές εκλογές, αλλά πιθανόν υψηλότερα από τις προηγούμενες ευρωεκλογές.

**14-17%** είναι το αντίστοιχο εύρος για τον ΣΥΡΙΖΑ, σαφώς χαμηλότερα από τις τελευταίες εθνικές εκλογές και πολύ χαμηλότερα από τις προηγούμενες ευρωεκλογές.

**10,8-13,4%** είναι τα αντίστοιχα ποσοστά για το ΠΑΣΟΚ.

**76%** όσων δηλώνουν ότι θα ψηφίσουν ΠΑΣΟΚ ενδιαφέρονται για τις ευρωεκλογές και είναι το χαμηλότερο ποσοστό μεταξύ των 3 πρώτων κομμάτων. Οι ψηφοφόροι ΝΔ ενδιαφέρονται σε ποσοστό 83,7% και αυτοί του ΣΥΡΙΖΑ σε ποσοστό 80,2%.

**6** κόμματα (Πλεύση Ελευθερίας, Νίκη, Νέα Αριστερά, ΜΕΡΑ25, Δημοκράτες - Λοβέρδος, Λατινοπούλου) κινούνται στη ζώνη περίξ του 3%.

**30** ελληνικοί δήμοι ύψωσαν τη σημαία της Παλαιστίνης ως ένδειξη αλληλεγγύης στην 76η Επέτειο Μνήμης της Νάκμπα.

Είς εκ των δημάρχων –ο Νέας Σμύρνης– υποδέχθηκε στο δημαρχείο του τον πρέσβη της Παλαιστίνης φορώντας παλαιστινιακή μαντήλα. Ελπίζω να μη συναντήσει σύντομα κανέναν Σκωτσέζο αξιωματούχο ή ακόμη χειρότερα κάποιον από τη φυλή των Ζουλού. Δεν θέλω να φανταστώ τι θα φορέσει.

**40,96%** έλαβε στις εκλογές του Τεχνικού Επιμελητηρίου Ελλάδας η Δημοκρατική Κίνηση Μηχανικών, η οποία πρόκειται στη ΝΔ. Αύξησε τα ποσοστά της κατά 1,3% σε σχέση με το 2019.

**19,57%** έλαβε η Δημοκρατική Συμπράξη Μηχανικών, η οποία πρόκειται στο ΠΑΣΟΚ αυξάνοντας εντυπωσιακά τη δύναμή της από το 15,11% που είχε λάβει το 2019.

**5,92%** έλαβε η Συμμαχία για Ένα Προοδευτικό ΤΕΕ, η οποία πρόκειται στον ΣΥΡΙΖΑ. Το 2019 είχε λάβει 9,2%. Τώρα κατετάγη πέμπτη κατά σειρά.

**80** βαθμούς συγκέντρωσε συνολικά ο ΠΑΟΚ μετά και την ολοκλήρωση των play off και κατέκτησε τον τίτλο του πρωταθλητή στη Superleague.

**4** πρωταθλήματα έχει κατακτήσει στην ιστορία του ο ΠΑΟΚ.

**78** βαθμούς συγκέντρωσε η ΑΕΚ και 74 ο Ολυμπιακός.

**47** πρωταθλήματα έχει κατακτήσει ο Ολυμπιακός.

ακός και είναι πολυνίκης του θεσμού.

**13** πρωταθλήματα έχει κατακτήσει η ΑΕΚ.

**20** πρωταθλήματα έχει κατακτήσει ο Παναθηναϊκός.

**60** νεροχελώνες βρέθηκαν νεκρές στον Εθνικό Κήπο, από επισκέπτες. Οι τελευταίοι επιχείρησαν να ενημερώσουν τον Δήμο και άλλους αρμόδιους φορείς, χωρίς ωστόσο κανείς να δώσει σημασία.

**13** είδη χελώνων (δύο χερσαίων και 11 νεροχελώνων) φιλοξενούνται στις δύο λίμνες του Κήπου.

**500** άτομα εκτιμάται ότι είναι ο πληθυσμός τους και έχει προκύψει κατά κύριο λόγο από εγκαταλείψεις καθώς οι χελώνες πωλούνται (κατά κανόνα παράνομα) στα pet shops. Οι «ευαίσθητοι» συμπολίτες μας δεν κάνουν προφανώς τίποτε, ούτε φυσικά και το κράτος.

**31,3%** ήταν αυξημένες οι πωλήσεις καινούριων οχημάτων τον Απρίλιο, σε σχέση με έναν χρόνο πριν.

**13,9%** είναι η συνολική αύξηση πωλήσεων καινούριων οχημάτων στο πρώτο τετράμηνο του 2024.

**50.100** μονάδες πουλήθηκαν την περίοδο Ιανουαρίου-Απριλίου, ενώ πέρσι οι πωλήσεις διαμορφώθηκαν σε 44.011 μονάδες.

**30,7%** των φετινών πωλήσεων αφορούσαν μικρά SUV.

**25,7%** αφορά σε μοντέλα supermini.

**41,7%** των πωληθέντων είναι βενζινοκίνητα.

**36,3%** είναι υβριδικά.

**6,5** χιλιάδες τόμοι σπάνιων βιβλίων έγιναν στάχτη όταν ξέσπασε πυρκαγιά τα μεσάνυχτα της Τετάρτης στο Πνευματικό Κέντρο Καλλονής «Λέσχη Αρίστων».

## VERBA VOLANT

ΝΙΚΟΣ ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗΣ

«*Νίκη για το ΠΑΣΟΚ είναι η ευημερία του ελληνικού λαού*». Όταν βλέπεις τις δημοσκοπήσεις και θέλεις να χαμηλώσεις τον πήχη των προσδοκιών με εύσημο τρόπο, χωρίς να σε πάρουν χαμπάρι. Επόμενο βήμα είναι να μιμηθεί το αλχημικό σοβιετικό ανέκδοτο όπου έτρεχαν ένας Αμερικάνος και ένας Σοβιετικός, ο σοβιετικός έχασε και η εφημερίδα του Κόμματος έγραψε «Ο Σοβιετικός ήρθε δεύτερος, αλλά ο Αμερικάνος τερμάτισε προτελευταίος».

ΣΙΜΟΣ ΡΟΥΣΣΟΣ

«*Βίαιο και σκληρό το περιεχόμενο της ανάρτησης της παλαιστινιακής σημαίας στο δημαρχείο Χαλανδρίου κατά τους λογοκριτές των υπογεγών του fb. Την επαναλαμβάνουμε λοιπόν και εμείς την κοινοποιήσουμε χωρίς τις φωτό από τα δολοφονημένα παιδιά*». Ο δήμαρχος, που χαράζει αυτόνομη εξωτερική πολιτική για το ηρωικό Χαλάνδρι, δείχνει την ευαισθησία του. Λογικά θα είχε ψύξει και ισραηλινή σημαία, όταν έγινε η σφαγή και οι βιασμοί από τους Παλαιστινίους στο φεστιβάλ Nova. Τι; Όχι;

ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΚΑΣΣΕΛΑΚΗΣ

«*Τον ξέρω αυτόν, είναι καλός*». Η στήλη τιμά τους ανθρώπους που έχουν έναν καλό λόγο για όλους. Στην προκειμένη περίπτωση ο πρόεδρος του ΣΥΡΙΖΑ ΠΣ μιλά για τον θρυλικό Ζορό της Μακεδονίας. Τον άνθρωπο με τα 45άρια (αφορά στο όριο χρημάτων για την κατάκτηση των συμβάσεων). Τον Παναγιώτη τον Ψωμιάδη. Στον αντίποδα, οι σύντροφοι του Στέφανου οι οποίοι έδωσαν μάχη εναντίον του «Πανίκας», γλίτωσαν «στο τσακ» το εγκεφαλικό.

ΑΦΡΟΔΙΤΗ ΛΑΤΙΝΟΠΟΥΛΟΥ

«*Εγώ είμαι με τη Μελόνη και τη Λεπέν που είναι κεντροδεξιά*». Το δικαίωμα του αυτοπροσδιορισμού είναι αναφαίρετο. Και εγώ είμαι υβρίδιο του Έρνεστ Χεμινγκουέι και του Όσκαρ Ουάιλντ.

## Γάζα: η παγίδα των ακραίων και οι οφειλές των μετριοπαθών

Του ΔΗΜΗΤΡΗ Π. ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΥ

Στην ιστορία της ανθρωπότητας μπορεί οι πόλεμοι να είναι πάντα οδυνηροί, αλλά έχουν υπάρξει δίκαιοι και άδικοι πόλεμοι. Δηλαδή, πόλεμοι που η μια πλευρά αισθάνθηκε υπερήφανη που έδωσε τη μεγάλη μάχη, άσχετα με τις απώλειες και τις καταστροφές. Τέτοιοι ήταν ο Β΄ ΠΠ για τους Συμμάχους, καθώς η ηθική νομιμοποίηση προέκυπτε από το ότι πολεμούσαν ενάντια στον φασισμό και την πρόθεσή του για τον εξανδραποδισμό ολόκληρης της Ευρώπης και όχι μόνο. Τέτοιοι πόλεμοι είναι σήμερα και αυτός που διεξάγουν οι Ουκρανοί για την υπεράσπιση της εδαφικής τους ακεραιότητας απέναντι στην απρόκλητη επίθεση της Ρωσίας του Πούτιν, ο οποίος δεν διστάζει να διακηρύξει ότι ο πραγματικός εχθρός του είναι η Δύση και οι αξίες της. Και στις δύο περιπτώσεις, τα πράγματα γίνονταν ακόμη πιο ξεκαθαρά χάρη στο γεγονός ότι η αντιπαράθεση αφορούσε κράτη και οργανωμένους στρατούς.



Εν είναι έτσι τα πράγματα για τον πόλεμο που ξεκίνησε στην Γάζα μετά την απρόκλητη τρομοκρατική επίθεση την οποία δέχτηκε το Ισραήλ στο εδαφός του από τη Χαμάς, την 7η Οκτωβρίου του 2023. Στον πόλεμο αυτό δεν είναι μόνο δύσκολο να ξεκαθαρίσεις τον θύτη από το θύμα, αλλά είναι και ασαφής η ηθική νομιμοποίηση για τα όσα κάνουν η μία και η άλλη πλευρά.

Εξάλλου, διχασμένες επ' αυτού είναι και οι ίδιες οι κοινωνίες της κάθε πλευράς στο εσωτερικό τους, ακριβώς διότι αντιλαμβάνονται τη περιπλοκότητα της κατάστασης. Θα μπορούσε κανείς να πει ότι έτσι, το μόνο που κάνουμε είναι απλώς να τηρούμε ίσες αποστάσεις, ενώ σε έναν πόλεμο είμαστε υποχρεωμένοι να ταχθούμε σαφώς με τη μία ή την άλλη πλευρά. Σε μια όμως τόσο σύνθετη αντιπαράθεση, θα πρέπει πρώτα να έχει καταλάβει ποια είναι η κατάσταση στο πεδίο, στη βάση των πραγματικών στοιχείων – με δεδομένο ότι ο πρώτος χαμένος ενός πολέμου είναι πάντα η αλήθεια.

Το κράτος, αλλά και ο λαός του Ισραήλ, είναι σαφέστατα το πρώτο θύμα αυτού του παρανοϊκού πολέμου. Δεν ήταν εκείνο που ξεκίνησε την επίθεση και προφανώς δεν επρόκειτο ποτέ να την ξεκινήσει, αν δεν είχε δεχτεί τη φρικώδη βία των τρομοκρατών της Χαμάς τον περασμένο Οκτώβριο, μια τυφλή βία που είχε καθαρά στόχο αμάχους, γυναίκες και παιδιά, καθώς και τη σύλληψη ομήρων για να μπορεί να εκβιάζεται το Ισραήλ. Είχε σκοπό, δηλαδή, την τρομοκράτηση του πληθυσμού με απάνθρωπους όρους, σε μια συγκυρία μάλιστα που το Ισραήλ βρισκόταν σε διαδικασία ειρηνεύσης με τον υπόλοιπο αραβικό κόσμο στο πλαίσιο των «Συμφωνιών του Αβραάμ». Η σοκαριστική επίθεση της Χαμάς –που σημειωτέον έχει ως διακηρυγμένο της σκοπό την εξαφάνιση του κράτους του Ισραήλ– οδήγησε σε μία μόνο μέρα στον θάνατο πάνω από 1.200



άτομα, ενώ πιάστηκαν όμηροι άλλοι 250 περίπου, από τους οποίους συνεχίζουν να κρατούνται 124 (με τουλάχιστον τους 37 εξ αυτών να θεωρούνται νεκροί). Το Ισραήλ ήταν αδύνατον να μην αντιδράσει με στρατιωτικές επιχειρήσεις. Τα ερωτήματα που τέθηκαν εξ αρχής στην κυβέρνηση Νετανιάχου ήταν τι έκτασης θα είχαν και ποιο πολιτικό στόχο.

**Οι στρατιωτικές επιχειρήσεις των ισραηλινών** στη Λωρίδα της Γάζας, μία από τις πιο πυκνοκατοικημένες περιοχές του πλανήτη, υπήρξαν εκτενέστερες εκκενώνοντας περίπου το 85% του πληθυσμού από ολόκληρες ζώνες και καταστρέφοντας υποδομές και ιδιωτικές κατοικίες, ενώ οι πρόσφυγες που έχουν καταφύγει κατά εκατοντάδες χιλιάδες προς το νότο (που έχει εξελιχθεί και αυτός σε πεδίο επιχειρήσεων στη Ράφα, παρά τις αντιρρήσεις των ΗΠΑ), αντιμετωπίζουν σοβαρότατες ελλείψεις στέγασης, σίτισης και ασφάλειας.

Το πρόβλημα ξεκινούσε από την εξής δυσκολία: ο εχθρός δεν ήταν ένας οργανωμένος στρατός αλλά ένα «φάντασμα»: δηλαδή, μια τρομοκρατική οργάνωση της οποίας οι κεφαλές βρίσκονται έτσι κι αλλιώς στο εξωτερικό, αλλά και που δεν διστάζει να κρύβεται μέσα στον παλαιστινιακό πληθυσμό, χρησιμοποιώντας αμάχους ως ανθρωπίνες ασπίδες, νοσοκομεία ως κέντρα των επιχειρήσεων της και υπόγεια τούνελ ως δίκτυα μετακίνησης, κρυψώνας ή ως εφελκύρια επιθέσεων. Πώς θα εντοπιζονταν και θα εξοντώνονταν, χωρίς σοβαρές παράπλευρες απώλειες; Και αν υπήρχαν τέτοιες απώλειες αμάχων, μέχρι ποιο ποσοστό θα ήταν «δικαιολογημένες» – αν είναι ποτέ δικαιολογημένος ο θάνατος μικρών παιδιών.

Ως αποτέλεσμα, και παρότι οφείλουμε να είμαστε επιφυλακτικοί με τους αριθμούς που ανακοινώνονται (καθώς υπόκεινται στις παραγανδιστικές πρακτικές της Χαμάς), σύμφωνα με τα αναθεωρημένα προς τα κάτω προχθεσινά στοιχεία του ΟΗΕ, από τις επιχειρήσεις των Ισραηλινών, περίπου 6 μήνες τώρα, έχουν σκοτωθεί 12.756 γυναίκες και παιδιά. Ο αριθμός είναι αντικειμενικά πολύ υψηλός, ακόμη κι αν είναι ο μισός από τους περίπου 24.000 που είχαν ανακοινωθεί.

**Η απόφαση του Διεθνούς Ποινικού Δικαστηρίου** να ζητήσει εντάλματα σύλληψης για εγκλήματα πολέμου τόσο του Ισραηλινού πρωθυπουργού Μπ. Νετανιάχου όσο και του επικεφαλής της Χαμάς, Γιαχιά Σινουάρ, δείχνει ότι ένα μη αμελητέο μέρος της διεθνούς κοινότητας αντιμετωπίζει με τα ίδια μέτρα και σταθμά αμφότερες τις ευθύνες των δύο πλευρών, και αυτό είναι σαφέστατα προβληματικό, όταν από τη μία έχεις ένα δημοκρατικό κράτος και από την άλλη μια τρομοκρατική οργάνωση. Αλλά η βαρβαρότητα και οι φρικτές συνέπειες του πολέμου αυτού έχουν λειτουργήσει διχαστικά και στο εσωτερικό τόσο της ισραηλινής κοινωνίας όσο και της παλαιστινιακής.

Όπως αποτυπώθηκε σε πρόσφατη έρευνα, μόνο το ένα τρίτο των Παλαιστινίων της Γάζας συνεχίζουν να στηρίζουν το καθεστώς της Χαμάς. Η συντριπτική πλειοψηφία της παλαιστινιακής κοινωνίας μοιάζει να αντιλαμβάνεται τι δεινά έχει επιφέρει η ολέθρια στρατηγική της Χαμάς και πόσο έχει υπονομεύσει την προοπτική μιας ειρηνικής λύσης στην πολύπαθη περιοχή. Η Χαμάς έχει επιβάλει ένα ημι-ολοκληρωτικό καθεστώς ελέγχοντας ασφυκτικά τον πληθυσμό, παρακολουθώντας πολίτες, παραβιάζοντας στοιχειώδη δικαιώματα και καταπνίγοντας κάθε αντίθετη

φωνή. Ως αποκορύφωμα, έσυρε αυθαίρετα, με την επίθεση της 7ης Οκτωβρίου, πάνω από 2 εκ. ανθρώπους σε μια περιπέτεια με άγνωστο τέλος και χωρίς καμία υπόσχεση για μια καλύτερη ζωή, όταν όλο αυτό θα έχει τελειώσει.

**Αντίστοιχος είναι ο διχασμός στην ισραηλινή κοινωνία.** Στα τέλη Μαρτίου, είχε γίνει έξω από την Κνεσέτ η μεγαλύτερη διαδήλωση Ισραηλινών κατά της κυβερνητικής συμμαχίας του Νετανιάχου, ενώ ένα από τα βασικά αιτήματα ήταν να αρθούν τα προνόμια που επιτρέπουν στους υπερπορθόδοξους Εβραίους της χώρας να απαλλάσσονται από την υποχρεωτική στρατιωτική θητεία (που διαρκεί 32 μήνες).

Όλο αυτό είναι ενδεικτικό της πόλωσης ανάμεσα στο πιο φιλελεύθερο τμήμα του Ισραήλ και τους φανατικούς Εβραίους που αποτελούν μόνο το 14% του πληθυσμού, αλλά αυτή τη στιγμή έχουν επιβάλει τη σκληρή γραμμή τους στον Νετανιάχου μέσω των κυβερνητικών του εταίρων, του κόμματος του Θρησκευτικού Σιωνισμού, του Σας, του Ενοποιημένου Ιουδαϊσμού της Τορά, της Εβραϊκής Δύναμης και του Νοάμ. Τα κόμματα αυτά όχι μόνο αντιτίθενται σθεναρά στη στρατολόγηση των χαρεντίμ, αλλά αρνούνται μια μη στρατιωτική λύση στο παλαιστινιακό.

**Το ζήτημα αυτό είναι και το πλέον περίπλοκο** και διχαστικό διότι έχει να κάνει με την ασάφεια των στόχων την επαύριο του πολέμου από την κυβέρνηση Νετανιάχου. Το θέμα ετέθη με επιτακτικό τρόπο από τον υπουργό Άμυνας Γιάσφ Γκάλαντ (πρώην στρατιωτικό), όσο και από τους ίδιους τους σταπηγούς του ισραηλινού στρατού οι οποίοι βιώνουν το εξής παράδοξο: εξαιτίας του ότι δεν έχει υπάρξει ένα σαφές σχέδιο για τη μεταπολεμική διακυβέρνηση της Γάζας, στις περιοχές που «απελευθερώνονται» από τις δυνάμεις του Ισραήλ, επανεμφανίζονται θύλακες της Χαμάς καλύπτοντας το προφανές κενό εξουσίας.

Σύμφωνα με όσα έκανε δημοσίως γνωστά ο Γκάλαντ, ο Νετανιάχου φαίνεται να επεξεργάζεται ένα σχέδιο επιβολής στρατιωτικού καθεστώτος στη μεταπολεμική Γάζα το οποίο έχει τη στήριξη των ακροδεξιών εταίρων του. Ο υπουργός Άμυνας θεωρεί ότι μια τέτοια προοπτική θα ήταν καταστροφική για τη συνολική ασφάλεια του Ισραήλ, καθώς θα δημιουργούσε μια μόνιμη ανοικτή πληγή στην περιοχή, που θα απαιτούσε διαρκείς υλικούς και ανθρωπίνους πόρους, αφαιρώντας τους από άλλα πιο κρίσιμα μέτωπα.

Πίσω από ένα τέτοιο μεσσιανικό σχέδιο, οι μετριοπαθείς του Ισραήλ διαβλέπουν την εμμονή των ακραίων της χώρας να επανακτήσουν τον έλεγχο της Γάζας, που είχαν εγκαταλείψει μετά το 2005, εγκαινιάζοντας ένα νέο κύκλο εβραϊκών εποίκισμών. Εξ ου και φαίνεται να πυκνώνουν οι φωνές που θεωρούν ότι η μόνη διέξοδος από μια τέτοια παγίδα είναι η προσφυγή στις κάλπες, κάτι που θα συμβεί έτσι κι αλλιώς αν ο υπουργός Μπένι Γκαντς επιμείνει στο τηλεσίγαφό του να ρίξει την κυβέρνηση αν δεν υπάρξει, μέχρι τις 8 Ιουνίου, σχέδιο για την επόμενη μέρα.

**Αυτό είναι και το μεγάλο διακύβευμα:** όσοι στο εσωτερικό των δύο πλευρών και στη διεθνή κοινότητα εξακολουθούν να πιστεύουν σε μια έντιμη διευθέτηση του παλαιστινιακού δεν πρέπει να πιαστούν στην παγίδα των ακραίων φωνών που ανατροφοδοτούν η μία την άλλη και όλες μαζί την μεγάλη πυρκαγιά. Πόσο μάλλον όταν αυτός ο φανατισμός είναι θρησκευτικός και μεσσιανικός, δηλαδή ο πιο τυφλός από όλους. **Α**



|                                         |                 |
|-----------------------------------------|-----------------|
|                                         | <p>XOPHΓΟΣ:</p> |
| <p>ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗΣ</p>                     |                 |
| <p>XOPHΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ</p> <div></div> |                 |



# ΧΡΗΣΤΟΣ ΒΡΕΤΤΟΣ

## «Ψηφίστε σαν να καίγεται το σπίτι σας»

Ο νεότερος υποψήφιος του «Κόσμος» μιλά στην *ATHENS VOICE* για τις προ-σεχείς ευρωεκλογές και την πολιτική οικολογία ως οριζόντιο πρόταγμα

Του ΓΙΑΝΝΗ Χ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

**Μ**ε τον Χρήστο Βρεττό γνωριζόμαστε τα τελευταία χρόνια. Είμαστε κοντά στην ηλικία και έχουμε κοινούς φίλους. Έτσι, έχει τύχει να κάνουμε διακοπές στο ίδιο νησί, να βγούμε, να χορέψουμε, να ξενυχτήσουμε. Οπότε, θεωρώ πως αυτή η διευκρίνιση είναι απαραίτητη και δεν καλύπτω το πολιτικό ρεπορτάζ. Από την αρχή της γνωριμίας μας με εντυπωσίαζε η περιβαλλοντική του συνείδηση και το πώς είχε καταστήσει την οικολογία κεντρικό άξονα της ζωής του. Την είχε εντάξει στη ζωή του, ως όφειλε. Από τα πιο μικρά (να έχει πάντα μαζί του φερ' ειπείν ένα μικρό παγούρι για νερό, ώστε να μη χρησιμοποιήσει πλαστικό σε καμία περίπτωση) μέχρι τα πιο μεγάλα. Και είναι πάντα ενεργός και παρών για όσα τον (μας) απασχολούν. Λέει τι πιστεύει και κατεβαίνει στους δρόμους όταν το κρίνει απαραίτητο. Εντούτοις, όταν έμαθα ότι θα είναι υποψήφιος στις φετινές Ευρωεκλογές με το νεότευκτο κόμμα Κόσμος του Πέτρου Κόκκαλη (το οποίο στην Ευρωβουλή είναι το μόνο ελληνικό κόμμα με τους Πράσινους-ΕΕΣ) ήθελα να μάθω περισσότερα απ' αυτόν. Σε μια εποχή που έχω την εντύπωση ότι το κομματικό φαινόμενο, όπως το έχουμε γνωρίσει, εξασθενεί, με τους νέους να βρίσκουν καινούργιους τρόπους παραγωγής πολιτικής και πολιτικού λόγου και νέους μηχανισμούς ταύτισης — όπως οι πολλές και διαφορετικές συλλογικότητες —, ήθελα να μάθω τι ήταν αυτό που παρακίνησε τον Χρήστο να ενταχθεί σε ένα κόμμα και να κατέβει υποψήφιος. Αρχικά, λίγο background για τον ίδιο: είναι 27 ετών, μένει στην Αθήνα, σπούδασε περιβαλλοντικές επιστήμες και αυτήν τη στιγμή δουλεύει σε δύο ΜΚΟ πάνω στις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Συγκεκριμένα, πάνω στο πώς εκδημοκρατίζουμε την ενεργειακή μετάβαση. Δηλαδή, πώς επιτρέπουμε σε πολίτες να δημιουργούν τοπικά έργα ΑΠΕ, ώστε να παράγουν τη δική τους φθηνή, πράσινη ενέργεια συλλογικά. Λατρεύει τον ήλιο και μαθαίνει ισπανικά.

### — Γιατί αποφάσισες να θέσεις υποψηφιότητα;

Κλιματική κατάρρευση, άνοδος της ακροδεξιάς, πόλεμοι, γυναικοκτονίες, ολίσθηση των δημοκρατικών θεσμών, χαμηλοί μισθοί, υψηλά ενοίκια. Νομίζω διανύουμε μια καθοριστική στιγμή στην ανθρώπινη ιστορία και πρέπει να πάρουμε τη ζωή μας στα χέρια μας.

### — Γιατί με το κόμμα Κόσμος του Πέτρου Κόκκαλη;

Είναι το μόνο κόμμα που αντιλαμβάνεται την (πολιτική) οικολογία ως ένα οριζόντιο πρόταγμα, και όχι ως μια παρένθεση κάπου στο μανιφέστο του. Ακριβώς όπως οι Ευρωπαίοι Πράσινοι (η ευρωομάδα στην οποία ανήκει το κόμμα), ο Κόσμος προτείνει ένα συνολικό πρόγραμμα δημοσίων επενδύσεων με κοινωνική (υγεία, παιδεία, αγροδιατροφή, ανθρώπινα δικαιώματα) και περιβαλλοντική διάσταση (ανανεώσιμες πηγές, μέσα μαζικής μεταφοράς, ανακαινίσεις κτιρίων). Αυτή η διαθεματική προσέ-



γιση σε συνδυασμό με το επίπεδο φιλοδοξίας καθιστούν τον Κόσμο ίσως το μόνο κόμμα που ανταποκρίνεται στις επιταγές της επιστήμης για την κλιματική αλλαγή, αλλά και ευρύτερα το ευθυγραμμίζουν με τις ευρωπαϊκές πολιτικές και δεσμευτικές διεθνείς συμβάσεις.

### — Γιατί να επιλέξει ο κόσμος ένα κόμμα το οποίο δίνει το μεγαλύτερο βάρος των προγραμματικών δηλώσεών του στο περιβάλλον; Θα έλεγε κανείς ότι η χώρα έχει πιο κρίσιμα ζητήματα να λύσει, όπως η οικονομία και το παραγωγικό της μοντέλο.

Αυτή η δήλωση είναι ημι-αληθής, αλλά σε ευχαριστώ που μου δίνεις τον χώρο για να την αποδομήσω. Όταν μιλάμε για δημοκρατικά ελεγχόμενες ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, μιλάμε για μια άμεσα εφαρμόσιμη λύση για τη ριζική μείωση των λογαριασμών ρεύματος των νοικοκυριών και των επιχειρήσεων. Περισσότερες ΑΠΕ συνεισφέρουν και λιγότερες εισαγωγές ακριβών ορυκτών καυσίμων μειώνοντας, έτσι, συνολικά τον πληθωρισμό σε εθνικό επίπεδο.

Όταν μιλάμε για ένα μαζικό πρόγραμμα επενδύσεων σε πράσινες ενεργειακές κατοικίες, εννοούμε και τη ριζική επέκταση της κοινωνικής κατοικίας προστατεύοντας, έτσι, τους πολίτες, και δη τους νέους, από τη σπέκουλα από μεγάλα funds του εξωτερικού που ντίσνεϊ-οποιούν τα κέντρα των πόλεών μας.

Όταν μιλάμε για προώθηση της βιολογικής γεωργίας και ένα μοντέλο «από το αγρόκτημα στο πιάτο», δεν στοχεύουμε μόνο στα προφανή περιβαλλοντικά οφέλη, αλλά και στην παροχή ενός αξιοπρεπούς μισθού για τον μέσο αγρότη, περιορίζοντας την κερδοσκοπία από τους μεσάζοντες.

Τέλος, όταν μιλάμε για το περιβάλλον, μας κινητοποιεί μια στοιχειώδης αντίληψη της νέας παγκόσμιας οικονομίας και των πεδίων ανταγωνισμού που διαμορφώνονται γύρω μας. Ήδη «πράσινοι» τομείς, όπως η κατασκευή ηλεκτρικών οχημάτων, μπαταριών και φωτοβολταϊκών, αποτελούν το θεμέλιο της οικονομικής ανάπτυξης στις μεγαλύτερες χώρες του κόσμου — από την Κίνα και την Αγγλία, μέχρι την ΕΕ και τη Χιλή. Όσο πιο γρήγορα προωθήσουμε τη μετάβαση, τόσο πιο μεγάλες θα είναι οι

συνωφελείς και το ανταγωνιστικό μας πλεονέκτημα. It's the economy, stupid!

### — Θεωρείς πλέον κρίσιμα ζητήματα τη βιωσιμότητα και την οικολογία. Ο Κόσμος και εσύ τι άλλο ιεραρχείτε ως σημαντικό;

Στο πλαίσιο της Εθνικής Πράσινης Συμφωνίας, θέλουμε να βελτιώσουμε τη ζωή του μέσου πολίτη/εργάτριας, με στοχευμένες δημόσιες πράσινες επενδύσεις. Εφαρμόζοντας την αρχή του «Ο ρυπαίνων πληρώνει» και μέσω προοδευτικής φορολογίας, θα προωθήσουμε την οικονομική αναδιανομή. Φορολογώντας π.χ. τις μεγάλες εταιρείες ενέργειας, μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα ειδικό ταμείο για τη στήριξη ενεργειακών κοινοτήτων πολιτών. Φορολογώντας τις αεροπορικές, μπορούμε να ενισχύσουμε τον σιδηρόδρομο.

Σχετικά με τη μετανάστευση και την προσφυγιά, που αφορούν πλέον εκατομμύρια ανθρώπους, θεωρούμε δεδομένο ότι η κλιματική κρίση και η ανθρώπινη κινητικότητα συνδέονται και αλληλοεπηρεάζονται. Στον Κόσμο ζητούμε νόμιμες οδούς μετανάστευσης, ενταξιακές πολιτικές, σεβασμό στα θεμελιώδη δικαιώματα μεταναστών και προσφύγων, αλλά και ευθυγράμμιση με το διεθνές δίκαιο.

Θεωρούμε επίσης βασική προτεραιότητα την υπεράσπιση του κράτους δικαίου. Υψώνουμε τείχος δημοκρατίας απέναντι στην ακροδεξιά, υπερασπίζοντας τα θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα. Θέλουμε να ενισχύσουμε την αποκέντρωση και τον ρόλο της αυτοδιοίκησης, ιδίως σε ζητήματα που άπτονται της κλιματικής κρίσης και της πολιτικής προστασίας. Τέλος, θέλουμε να αποκαταστήσουμε το κύρος της δικαιοσύνης και την ισονομία.

### — Δεν μπορώ να μη σε ρωτήσω, ως νέο και ΛΟΑΤ-ΚΙ άτομο, πώς σου φαίνεται ο ΣΥΡΙΖΑ του Στέφανου Κασσελάκη; Γιατί δεν σε ελκύει;

Έχει εξαντληθεί άπειρο μελάνι σε κριτικές προς τον ΣΥΡΙΖΑ, και δη από αριστερά κόμματα/άτομα, οπότε δεν με ενδιαφέρει να συμμετάσχω σε αυτό, ειδικά ενώ η (ακρο)δεξιά καλπάζει ανενόχλητη. Δεν δίνουμε λευκές κάρτες, αλλά σίγουρα θέτουμε ως προτεραιότητα τον διάλογο και την προσπάθεια εύρεσης (προγραμματικών) συγκλίσεων με άλλα κόμματα του προοδευτικού τόξου.

Οπότε, για να επιστρέψω και στην προηγούμενη ερώτησή σου «γιατί με τον Κόσμο»: για μένα η πολιτική θέλει εμπιστοσύνη. Ο ασυναγώνιστος κατακερματισμός της αριστεράς στην Ελλάδα προέρχεται (εν μέρει έστω) από μια έλλειψη εμπιστοσύνης — έναν φόβο πως ο άλλος θα μας «καπελώσει» ή «προδώσει». Προσωπικά, ο Κόσμος μου αποπνέει αυτήν την εμπιστοσύνη, ως ένας χώρος ουσιαστικής πρόθεσης διαλόγου και σύγκλισης του πράσινου και του κόκκινου, της πολιτικής οικολογίας δηλαδή.

### — Η κατάσταση της Ένωσης πώς σου φαίνεται σήμερα;

Η Ένωση σίγουρα δεν είναι ένα πράγμα. Έχεις φωνές που διολισθαίνουν προς την κλεптоκρατία και την ολιγαρχία (βλ. Ουγγαρία, μέχρι πρότινος Πολωνία και τώρα Σλοβακία), αλλά παράλληλα ισχυρά αντίβαρα προστασίας των θεμελιωδών δικαιωμάτων και του κράτους δικαίου. Έχεις χώρες που εθελουφλούν για τη γροκτοκτονία στη Γάζα, ενώ άλλες, όπως η Ισπανία, ηγούνται μιας παγκόσμιας προσπάθειας αναγνώρισης του Κράτους της Παλαιστίνης σε επίπεδο ΟΗΕ. Είμαστε ένα μωσαϊκό πολυφωνίας, και ενώ πολλές φορές αυτό μας παραλύει και πρέπει να εκσυγχρονιστεί (βλ. βέτο στην εξωτερική πολιτική), είμαστε σίγουρα από τα πιο προοδευτικά μπλοκ παγκοσμίως — σε όλα τα επίπεδα: περιβάλλον, εργατικά και ανθρώπινα δικαιώματα, κράτος δικαίου. Χρειαζόμαστε μια πιο ενωμένη, και δημοκρατική Ευρώπη.

### — Τι θα έλεγες σε ένα παιδί που ψηφίζει για πρώτη φορά στις Ευρωεκλογές του 2024;

Ως νέ@ έχουμε τα περισσότερα να κερδίσουμε/χάσουμε. Ψηφίστε σαν να καίγεται το σπίτι σας. Και σίγουρα ο αγώνας δεν σταματάει εκεί. Το προσωπικό είναι πολιτικό (και αντίστροφα) και τις υπόλοιπες 364 μέρες του χρόνου. Οπότε, ραντεβού στις κάλπες 9 Ιουνίου και μετά στον δρόμο, στο TikTok, στις καταλήψεις, στην τέχνη — όπου μπορούμε να βρούμε μια κοινότητα να στηρίζουμε και να μας στηρίζει. **A**



## ΔΕΠΑ ΕΜΠΟΡΙΑΣ

# ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΟΣΑ ΠΑΝΕ ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΜΠΡΟΣΤΑ



### Βιωσιμότητα

Μείωση των εκπομπών ρύπων  
άνω του 26% σε έναν χρόνο  
Εφαρμογή των κριτηρίων ESG  
και των Στόχων Βιώσιμης  
Ανάπτυξης του ΟΗΕ



### Ενεργειακή Ασφάλεια

Με το ανταγωνιστικό  
χαρτοφυλάκιο προμήθειας  
φυσικού αερίου  
εγγυόμαστε την ενεργειακή  
ασφάλεια της χώρας



### ΑΠΕ

Ισχύς άνω των 700 MW  
σε όλη τη χώρα,  
με στόχο το 1 GW  
Ανάπτυξη πράσινων καυσίμων  
(υδρογόνο, βιομεθάνιο)



### Αγωγός IGB

Δυναμικότητα  
3 δισεκατομμύρια m<sup>3</sup>  
φυσικού αερίου ετησίως



### Τερματικός LNG Αλεξανδρούπολης

Χωρητικότητα  
153.500 m<sup>3</sup> LNG  
Δυναμικότητα  
5,5 δισεκατομμύρια m<sup>3</sup>  
τον χρόνο



### Ηλεκτροπαραγωγή με φυσικό αέριο

Μονάδα Αλεξανδρούπολης  
ισχύος 840 MW προς  
αντικατάσταση 3 ρυπογόνων  
λιγνιτικών μονάδων  
Μονάδα Αλβανίας  
ισχύος 174 MW



### Διεθνής Δραστηριοποίηση και Εξωστρέφεια

Παρουσία σε όλες τις  
βασικές περιφερειακές αγορές  
φυσικού αερίου και  
ηλεκτρικής ενέργειας  
και συνεχής αύξηση  
των εξαγωγών



### FISI-KON

Πανελλαδικό δίκτυο  
28 πρατηρίων  
με CNG/FISI-KON  
και προώθηση  
της αεροκίνησης

choose

Είμαστε πίσω από τη δυναμική μεταμόρφωση της ΔΕΠΑ Εμπορίας σε μία σύγχρονη ολοκληρωμένη εταιρεία ενέργειας, με υψηλή καθετοποίηση. Χάρη στον μακρόπνοο σχεδιασμό, τις στοχευμένες επενδύσεις και τις στρατηγικές συνεργασίες, αντιμετωπίσαμε με επιτυχία τις προκλήσεις της ενεργειακής κρίσης και θωρακίσαμε την ενεργειακή ασφάλεια της χώρας. Στηρίζουμε την ελληνική οικονομία εξασφαλίζοντας ενεργειακή επάρκεια και προσιτές τιμές για τις επιχειρήσεις και τις βιομηχανίες της χώρας. Είμαστε πίσω από το πράσινο σχέδιο που μας πάει στο μέλλον, με επενδύσεις σε ηλεκτροπαραγωγή από φυσικό αέριο, ΑΠΕ και πράσινα καύσιμα.

ΟΜΙΛΟΣ



Κ Ρ Α Τ Α Μ Ε Τ Η Ζ Ω Η Ε Ν Ε Ρ Γ Η



A photograph of two members of the band Rotting standing in the foreground of a large, empty stadium. The member on the left has long dark hair and is wearing a black vest over a white t-shirt with a graphic, and blue jeans. The member on the right has a beard and is wearing a black vest over a black t-shirt and black pants. Both have extensive tattoos on their arms. The stadium seats are wooden and arranged in rows, with some sections labeled 'Δ 1', 'Δ 2', and 'Δ 3'. The sky is overcast with grey clouds.

# Rotting

**Θα θέλαμε πολύ να παίξουμε στο Ιράν**

Ο Σάκης Τόλης μιλάει στην Athens Voice για το νέο, επικό, άλμπουμ της μπάντας, «Pro Xristoy», την επερχόμενη ιστορική συναυλία στον Λυκαβηττό και τις αξίες που υπηρετεί

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ - Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ





# M

ΜΕ ΤΟ ΠΟΥ ΤΕΛΕΙΩΝΟΥΜΕ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΑΣ, φεύγουμε από τα γραφεία της Athens Voice και παίρνουμε ταξί από Ακαδημίας για να φτάσουμε στον Λυκαβηττό, όπου θα συναντήσουμε τα υπόλοιπα μέλη της μπάντας. Ο οδηγός στήνει λίγο αυτί, κοιτάζει προσεκτικά και δεν δυσκολεύεται να αναγνωρίσει τον Σάκη Τόλη. «Τι το ήθελες αυτό με την Παναγία στους *Manowar*;» ρωτά καθώς ανεβαίνουμε την Αμερικής. «Μάλλον δεν έπρεπε να το πω», αποκρίνεται ο frontman των Rotting Christ. Τρεις δεκαετίες πριν, στα προβάδικα των Εξαρχείων ή στη «Σκεπαστή» στη Νέα Φιλαδέλφεια, δύσκολα θα έλεγες ότι ο έφηβος που συστήνονταν ως Necromayhem θα γινόταν ηγέτης και cult φιγούρα μιας ολόκληρης σκηνής, αυτής του ελληνικού black metal. Με δεκάδες εκατομμύρια streams και views, με χιλιάδες fans σε όλον τον κόσμο, με εκατοντάδες t-shirts, 35 χρόνια μετά, με πολλές περιπετειώδεις και απόκρυφες ιστορίες, οι Rotting Christ θα παίξουν για πρώτη φορά στο Δημοτικό Θέατρο Λυκαβηττού στις 29 Ιουνίου 2024, στο πλαίσιο των Rockwave Nights, στη μοναδική τους εμφάνιση στην Αθήνα για φέτος, σε ένα ξεχωριστό show που ετοιμάζεται αποκλειστικά και μόνο για τη συγκεκριμένη συναυλία. Το νέο τους δέκατο πέμπτο studio album «*Pro Xristoy*» κυκλοφορεί παγκοσμίως στις 24 Μαΐου από τη διεθνή γαλλική εταιρεία Season Of Mist. Στα δικά μου αυτιά ακούγεται ως η πιο ενδιαφέρουσα κυκλοφορία τους εδώ και πολλά χρόνια, μετά το «*A Dead Poem*». Έχοντας αναμετρηθεί με τη λογοκρισία, τον εαυτό του και τον χρόνο, ο Σάκης Τόλης έχει επιστρέψει από τη headline περιοδεία της μπάντας στην Αμερική κι ετοιμάζεται να ταξιδέψει ξανά σε λίγες μέρες για το επόμενο σκέλος στην Αυστραλία, με την Ευρώπη, την Ασία και την Αφρική να βρίσκονται στο πλάνο. Τι χαμπάρια;

— Τι διαφορετικό αποτυπώνει το «*Pro Xristoy*» από τους προηγούμενους δίσκους;

Αυτό το άλμπουμ έρχεται πέντε χρόνια μετά την τελευταία κυκλοφορία, «*The Heretics*». Δεν μας πήρε ξανά τόσο μεγάλο χρονικό διάστημα για έναν δίσκο και οφείλεται καθαρά και μόνο στην πανδημία. Μου δόθηκε μια πολύ καλή ευκαιρία να μη βγάλω δίσκο τότε και να γράψω πολλή μουσική, που τελικά βρέθηκε και στον προσωπικό δίσκο μου «*Among The Fires Of Hell*» και στους Rotting Christ. Μετά από πολλή σκέψη αποφάσισα ότι θα είναι ένας δίσκος που έχει λίγο από όλα. Δηλαδή δεν θα προσπαθήσω να τετραγωνίσω τον κύκλο αυτή τη φορά, ούτε να ρισκάρω τόσο πολύ, διότι δεν μπορώ να το στηρίξω πια. Μου λένε «παιξε κάτι γρήγορο να τους τρελάνεις». Δεν μπορώ να είμαι πια ο evil τύπος που ήμουν στα 20. Μπορώ να γίνω, φυσικά, αλλά ήθελα να είμαι ειλικρινής. Οπότε έγραψα έναν δίσκο, ο οποίος θα ήθελα να πιστεύω ότι έχει καλά κομμάτια και θα σε κάνει να τον ακούσεις ολόκληρο. Είναι μεγάλη επιτυχία να ακούσεις έναν δίσκο ολόκληρο και να περάσεις καλά. Βασισμένο σε όλες τις εποχές της μπάντας, με πολλή ποιότητα, δεν ξέρω αν είναι κάτι ανατρεπτικό ή οτιδήποτε άλλο, στιχουργικά μπορεί να ενοχλήσει και πάλι. Γιατί «Προ Χριστού»; Περπατάω συχνά σε αρχαιολογικούς χώρους και συνειδητοποιώ ότι πάντα υπάρχει μια εκκλησία χτισμένη εκεί. Πάντα αναρωτιέμαι για τον λόγο... Γιατί θέλουν να θάψουν έναν πολιτισμό, όχι μόνο ελληνικό αλλά σε όλη την Ευρώπη, ο οποίος υπήρχε πριν. Μου έδωσε ένα καλό ερέθισμα να γράψω κάτι γι' αυτό.

— Με τη Μητρόπολη Ξάνθης τι έγινε;

Τίποτα, απλώς πήγαμε εκεί πέρα, κάποια μικροπολιτικά θέματα μεταξύ τους –δήμαρχοι, αντιδήμαρχοι, αντιπολίτευση– έμπλεξαν και την εκκλησία που, φυσικά, δεν της άρεσε ότι έπαιζα εγώ.







Προσπαθώ να σέβομαι  
οποιαδήποτε ιδέα, και ας  
διαφωνώ. Δίνω μεγάλη  
μάχη γι' αυτό...



Νόμιζα ότι είχαν αλλάξει δυο τρία πράγματα σε αυτήν τη ζωή, μάλλον όμως δεν αλλάζουν εύκολα. Πριν 10 χρόνια ένιωθα ότι κάτι γίνεται σε αυτόν τον κόσμο. Επειδή τυχαίνει να ταξιδεύω, παρατηρώ μια φοβία. Μπορεί να σημαίνει οτιδήποτε. Bullying σε ανθρώπους που είναι διαφορετικοί, bullying εναντίον φύλων, εναντίον θρησκειών. Βλέπω πάλι ότι τρομάζει ο κόσμος. Ελπίζω να κάνω λάθος, αλλά η φοβία και ο συντηρητισμός είναι εκεί έξω.

— Οι κιθάρες πρωταγωνιστούν ε;

Πιο κιθαριστικός ήχος, πιο heavy metal. Βασίστηκε στη γνωστή συνταγή. Ίσως μερικές φορές επαναλαμβάνω τον εαυτό μου, αλλά μη ξεχνάμε ότι οι μπάντες έγραψαν ιστορία επαναλαμβάνοντας τον εαυτό τους. Κάποια riffs ίσως μοιάζουν, αλλά τι να κάνω; Έχω γράψει κάπου 200 τραγούδια, λογικό κάποια στιγμή να κλέβω από τον εαυτό μου. Από τον εαυτό μου, όμως, όχι από άλλους.

— Υπάρχουν κάποια βασικά συστατικά τα οποία πιστεύεις ότι δεν έχουν λείψει ποτέ από κανένα άλμπουμ των Rotting Christ;

Η ατμόσφαιρα και η μελωδία. Γενικότερα, αυτός ο δίσκος είναι πιο επικός από ποτέ. Έχω βάλει να ακουστεί heavy metal σε πολλά σημεία. Δεν είναι extreme όπως θα περίμενε κάποιος. Αλλά δεν χρειάζεται τόσο extreme πάντοτε.

— Πας κόντρα στο κοινό... Το θυμάμαι από το «A Dead Poem»...

Πάντα πήγαινα κόντρα. Πώς δεν πήγα; Μετά από 20 χρόνια λένε ότι είναι από τους καλύτερους δίσκους, ότι έχω βάλει την ψυχή μου σε αυτόν τον δίσκο. Πάω κόντρα και στο ρεύμα, θα έλεγα. Είναι πολλές μπάντες μεγάλης ηλικίας, γράφουν μουσική, προσποιούνται ότι είναι αρκετά evil, δεν ξέρω... μου φαίνεται ψεύτικο. Είναι λίγο ψεύτικο, γιατί προσπαθείς. Οι Rotting Christ πάντα είχαν μελωδία, κάτι διαφορετικό. Πάω κόντρα σεβόμενος, φυσικά, τον κόσμο, αλλά νομίζω ότι έχει παραδοθεί ένας δίσκος που έχει ψυχή. Και μέταλλο. Και αυτό μετράει για μένα.

— Πώς αποφάσισες να ηχογραφήσετε στα Devasoundz Studios του Fotis Benardo στο Παγκράτι;

Δεν μπορώ να λείπω μια δίκη, να μένω σε ένα χωριό μόνος μου σε ένα σπίτι που πήγαινα παλιά. Έχω περάσει μεγάλα χρονικά διαστήματα μόνος μου σε ένα χωριό, σε μια τρύπα της Γερμανίας ή της Σουηδίας, να μετράω πώς πέφτουν

οι χιονόμπαλες όλη μέρα σε ένα σπίτι. Θα ήθελα να είμαι εδώ, γιατί έχω και υποχρεώσεις πια. Δεν είναι εύκολο να λείπεις τόσο καιρό. Νομίζω είναι ευκολότερο ώστε να είσαι σε επαφή με την μπάντα, και πιο οικονομικό. Μετά πήγαμε κάναμε mix στη Σουηδία, στο Fascination Street Studios, στο οποίο πάμε πάντα, θεωρούμε ότι είναι από τα καλύτερα studios που μπορούν να κάνουν μίξη και mastering.

— Εσύ με ποιο τραγούδι συνδέσαι περισσότερο στο άλμπουμ;

Με το «Like Father, Like Son». Ο νέος δίσκος έχει ένα επικό στοιχείο, την ιδέα να μεγαλώνεις την επόμενη γενιά με κάποιες αξίες. Οι αξίες αυτές έρχονται από έναν πατέρα, θα το καταλάβουν αυτοί που έχουν πατεράδες, και όχι μόνο...

— Ήταν ένα tribute στον δικό σας πατέρα;

Όχι, δεν είχαμε τέτοια σχέση. Αλλά βλέποντας την πορεία, παρατηρώ παιδιά που ήμασταν μαζί μικροί, πάντα φέρνουν τα δικά τους παιδιά στις συναυλίες. Βλέπω πατεράδες που έχουν τα παιδιά τους δίπλα. Η νέα γενιά έχει τα παιδιά της δίπλα. Εμάς μας άφησαν στον δρόμο. Ήταν χύμα όλη η γενιά μας. Δεν φταίνε όμως αυτοί, δούλεψαν όλη τη μέρα, και εμείς κάναμε ό,τι μπόχαλο μπορούσαμε να φανταστείς. Με εντυπωσιάζουν οι άνθρωποι που θέλουν να περάσουν με τρόπο, με πράξεις και όχι με λόγια κάτι στην επόμενη γενιά.

— Και με ποιο τραγούδι των Rotting Christ συνδέσαι περισσότερο;

Δύσκολο να πω, ίσως το «Non Serviam» που είναι μια πορεία ζωής για μένα.

— Το Σάββατο 29 Ιουνίου στο Θέατρο Λυκαβηττού, στο πλαίσιο των Rockwave Nights, γιορτάζετε 35 χρόνια με μια συναυλία. Τι σχεδιάζετε;

Είναι μια συναυλία που θα παίζουμε μόνο εμείς, θα είναι γύρω στις 2,5 με 3 ώρες. Μάλλον θα πεθάνουμε εκεί, μπροστά στο κοινό μας, θα έχουμε πολλούς guests με τους οποίους έχουμε συνεργαστεί όλα αυτά τα χρόνια, ίσως και μια χορωδία, δεν ξέρω ακόμα, το δουλεύουμε. Βάλαμε χαμηλό εισιτήριο για να μπορέσει να έρθει ο κόσμος ο οποίος έχει οικονομικό πρόβλημα στις εποχές που ζούμε. Και πάνω απ' όλα, να γνωρίσει ένα πολύ ωραίο μέρος, στο οποίο μεγάλωσα η γενιά μας με πολλές συναυλίες. Θεωρώ ότι θα ήταν ένα δώρο για την επόμενη γενιά να γνωρίσει το συγκεκριμένο μέρος.

— Σκεφτόσασταν κάποτε ότι θα κάνατε μια μπάντα που θα παίζει στον Λυκαβηττό;

Όχι. Ήταν μεγάλη υπόθεση τότε να βγάλεις δίσκο. Τα καταφέραμε, το κάναμε κι αυτό, με την τρέλα μας, χύμα όλα, ούτε συμβόλαιο υπογράφαμε. Δεν μας ενδιέφερε, μας ενδιέφερε η τρέλα. Το όραμα.

— Ποιο θεωρείς το μεγαλύτερο επίτευγμα των Rotting Christ;

Το ότι πάνω από όλα είμαστε «ζωντανοί» 35 χρόνια. Επίτευγμα είναι ότι μπορούμε και παίζουμε ακόμα, και σε πολλές χώρες που δεν τόλμησε κανείς να πάει. Και θα ήθελα να πηγαίνα και σε άλλες. Θα ήθελα πολύ να παίξω τώρα στο Ιράν. Αλλά δεν μπορώ να πάρω και τους άλλους μαζί μου, να τους φάνε. Ξέρω ανθρώπους οι οποίοι ακούνε metal εκεί. Και σε όποιες άλλες χώρες υπάρχουν δικτατορίες και καταπιέζουν τον κόσμο. Δεν μου αρέσει η εξουσία. Κι αυτό το «πρόεδρος» που κυκλοφορεί με κάνει να αισθάνομαι περίεργα. Τι πρόεδρος; Το πρωί πήγα το παιδί στο σχολείο, μετά πήγα σούπερ μάρκετ, πλήρωσα τους λογαριασμούς μου. Είμαστε άνθρωποι καθημερινοί. Τώρα αν θέλει ο κόσμος έτσι... εντάξει, δεν με λέει και μαλάκα.

— Λειτουργείτε σαν σύμβολο αντίδρασης;

Πάντα με πράξεις και όχι με λόγια. Δεν είμαι από αυτούς που λένε μόνο λόγια.

— Θα δούμε μια κοινή περιοδεία Rotting Christ με Nightfall και Septicflesh; Είναι κάτι που συζητά ο κόσμος.

Θα το ήθελα σίγουρα πολύ. Ακούγεται ωραίο, αλλά διαδικαστικά μερικές φορές είναι δύσκολο. Υπάρχει η σκέψη και θα ήθελα κάποια στιγμή να κάνουμε περιοδείες με ελληνικές μπάντες, όπως γίνεται και στο εξωτερικό. Είναι μέσα στο πρόγραμμα και αυτό.

— Πώς βλέπεις τις αλλαγές στη μουσική βιομηχανία;

Δεν υπάρχει πια βιομηχανία για μένα, υπάρχει ένα χάος. Είμαστε η τελευταία γενιά αναλογικών ανθρώπων. Είμαι πολύ χαρούμενος που έζησα αυτήν την εποχή, με τις δυσκολίες της, αλλά και με τους θρύλους της. Δεν ήξεραν τι κάνει ο Steve Harris, νόμιζαν ότι είναι εξωγήινος. Αυτό σου εξάπτει τη φαντασία λίγο, «να γίνω κι εγώ σαν αυτόν». Τώρα βλέπεις τις προσωπικές στιγμές του καθενός. Αυτός είναι ο κόσμος πια. Δεν ξέρω αν είναι καλύτερος ή όχι. Μπορεί να είναι καλύτερος

στα σημεία, επειδή μπορούν να βγουν όλα στη φόρα, αλλά από την άλλη άμα λείπει και αυτός ο θρύλος ο γαμημένος, χάνεται το μυστήριο. Τι μυστήριο έχουμε τώρα, αυτή τη στιγμή, στην εποχή μας; Βγαίνει ένας δίσκος και λες, «εντάξει, δεν τον ακούω, βαριέμαι». Γι' αυτό, το goal σε αυτόν τον δίσκο είναι μπας και τον ακούσει κάποιος. Να μου πει κάποιος ότι ταξίδεψε ακούγοντάς τον, κάπου, σε κάποια άλλη εποχή. Αυτό είναι σημαντικό για μένα, έχει αλλάξει ο κόσμος, όχι μόνο η σκηνή.

— Πόσο εμπορευματοποιημένο είναι το metal σήμερα; Αντιμετωπίζονται οι fans ως καταναλωτές;

Από μερικές μπάντες, ναι. Από εμένα, όχι. Γι' αυτό και κάνω πολλές φορές free meet & greet συναντήσεις. Το κάναμε πρόσφατα στην Αμερική, ήταν πολύ κουραστικό διότι μετά από κάθε συναυλία καθόμουν και υπέγραφα φωτογραφίες για όλους. Η επικοινωνία με τον κόσμο είναι αυτή που με κάνει να συνεχίζω. Δεν θα το έκανα αλλιώς. Μπορούμε και ζούμε από αυτό, αλλά μπορούμε να βρούμε και άλλα πράγματα να ζήσουμε.

— Όταν λες «ζούμε από αυτό»;

Ζούμε, ναι. Από τις περιοδείες ζουν οι μπάντες. Αν δεν κάνουμε περιοδείες, τελειώσαμε. Είναι δυνατόν να πιστεύει κάποιος ότι στη σημερινή εποχή μπορείς να ζήσεις από τους δίσκους; Δεν υπάρχει περίπτωση. Ίσως είναι ένα ελαφρύ βοήθημα, το οποίο το βάζεις και το ξαναβάζεις στην μπάντα. Το merchandising το πουλάς στις περιοδείες. Κι ευχαριστούμε πάρα πολύ τον κόσμο που μας στηρίζει. Κι εγώ όταν πηγαίνω σε συναυλίες παίρνω μπλουζάκι, διότι ξέρω ότι αυτό το κέρδος πάει στην μπάντα και μόνο.

— Ποιο είναι το πιο extreme πράγμα που έχεις κάνει στη ζωή σου;

Δεν ξέρω, δεν θυμάμαι. Η ζωή μου είναι ένα extreme πράγμα... και να σου έλεγα τώρα, θα μας έβαζαν μέσα. Μην πάει το μυαλό σου κάπου, απλώς ζούμε σε εποχές που όλα ποινικοποιούνται. Αν μπορούσες να βγάλεις τη δεκαετία των 90s σε σειρά στο Netflix, θα είχαν πάρει μέρος όλες οι μουσικές μπάντες. Αυτά που έχουν δει τα μάτια μου να γίνονται με μπάντες είναι απίστευτα. Στα παρασκήνια και εκτός. Οτιδήποτε μπορεί να φανταστεί το μυαλό σου.

— Τι άλλαξε όταν έγινα πατέρας;

Πάντα μου λείπουν τα παιδιά μου όταν φεύγω σε περιοδεία. Η μεγάλη μου κόρη είναι 17 χρονών, γεννήθηκε την εποχή που κυκλοφορήσαμε το άλμπουμ «Theogonia». Ήταν η περίοδος που αποφάσισα ότι πλέον η ζωή έχει υποχρεώσεις και κατάφερα ναβάλω τα πράγματα σε τάξη. Είπα στα παιδιά «έτσι είναι τα πράγματα, όποιος θέλει ακολουθεί, όποιος θέλει δεν ακολουθεί. Πάμε να τα κάνουμε όλα όπως τα κάνουν έξω». Ακόμα δυσκολεύομαι. Πατί εδώ στην Ελλάδα ξέρεις πώς είναι, έχουμε μάθει στο «ωχ αδελφέ». Ο μοναδικός τρόπος να κάνεις κάτι είναι να έχεις τη λέξη συνέπεια. Με επηρέασε πολύ η αίσθηση της οργάνωσης που βίωσα ηχογραφώντας στα Woodhouse Studios στη Γερμανία το 1997. Μία σφαλιάρα, δύο, τρεις, μάθαμε.

— Τα παιδιά σου ακούνε metal ή όχι;

Ακούνε λίγο, αλλά με γράφουν κιόλας. Και τα αφήνω να κάνουν ό,τι θέλουν – δεν μπορώ να πιέσω. Αλλά ξέρω ότι έχουν πάρει πάρα πολλές αξίες δικές μου.

— Ποιες αξίες έχετε ψηλά;

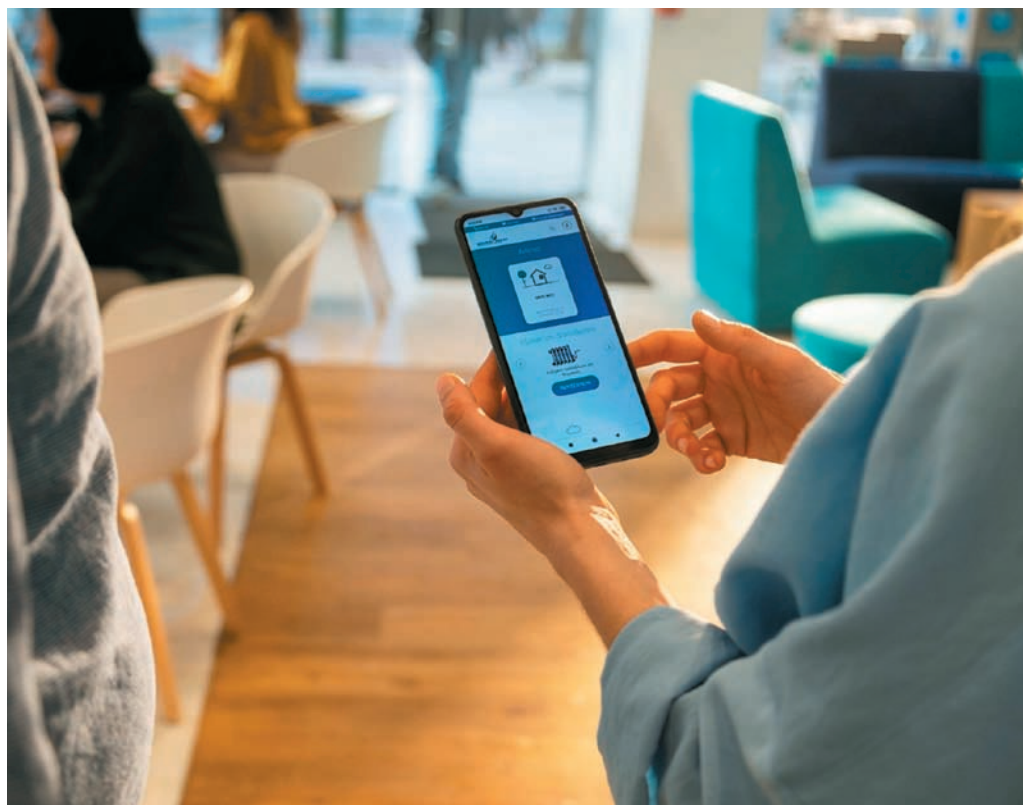
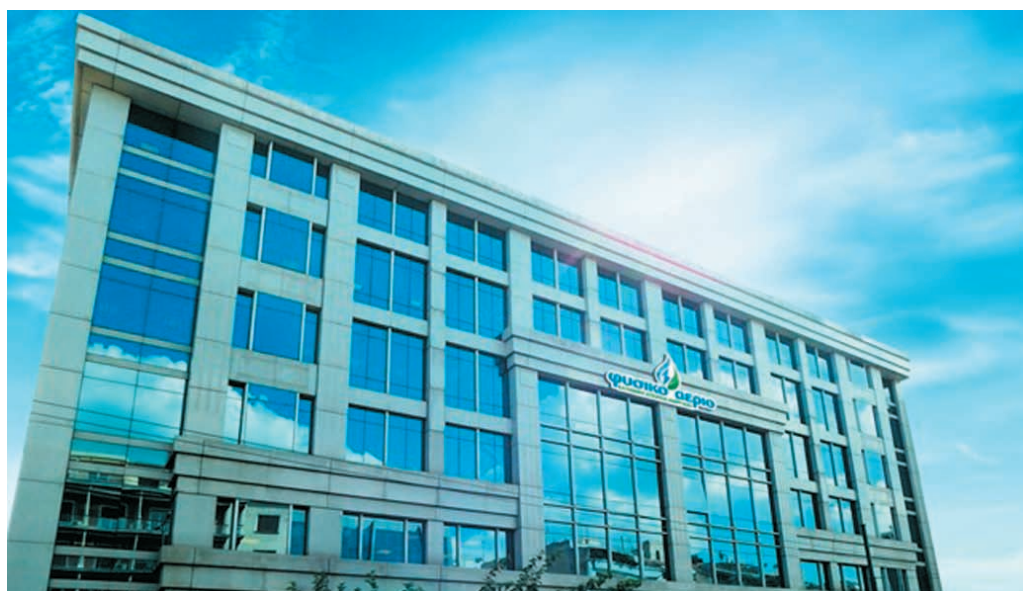
Τον σεβασμό. Προσπαθώ να σέβομαι οποιαδήποτε ιδέα, και ας διαφωνώ. Δίνω μεγάλη μάχη γι' αυτό, αν και σε μερικούς θα ήθελα πραγματικά να τραβήξω το αυτί αν μπορούσα. Αν σέβεσαι τον εαυτό σου και τους άλλους, έχεις μια πολύ καλή ασπίδα για να προχωρήσεις στη ζωή.

— 35 χρόνια μετά τι σκέφτεστε;

Θα έλεγα «να το κάνεις ξανά», it was a great ride, παρά τις δυσκολίες, «μπράβο που είσαι τελικά εμμονικός, η εμμονή σου σε οδήγησε όχι στην παρανοια, αλλά στο να γράψεις μουσική. Μπράβο που νίκησες τις φοβίες σου και τους δαίμονές σου, ρισκάροντας τα πάντα». Ρίσκαρα, δεν είναι ρίσκο η ζωή; **A**







# Γνωρίζοντας την ενέργεια καλύτερα από τον καθένα

Με **167 χρόνια εμπειρίας**, το Φυσικό Αέριο Ελληνική Εταιρεία Ενέργειας προσφέρει καινοτόμες υπηρεσίες και προϊόντα ενέργειας, πρωταγωνιστώντας στην πράσινη μετάβαση

**Πολλά χρόνια πίσω, το 1857**, σε μια Αθήνα που δεν είχε καμία σχέση με την Αθήνα που ξέρουμε, ιδρύεται το Εργοστάσιο Φωταερίου. Είναι η απαρχή μιας νέας εποχής, όπου οι έρμηροι και σκοτεινοί δρόμοι της πόλης γεμίζουν με φως και ζωή! Δεκάδες χρόνια αργότερα, στο σήμερα, το Φυσικό Αέριο Ελληνική Εταιρεία Ενέργειας διανύει τον δεύτερο αιώνα της ιστορίας του, συνεχίζοντας όχι μόνο να ακολουθεί με συνέπεια τις εξελίξεις, αλλά να τις προσδιορίζει και να βρίσκεται μπροστά από την εποχή του.

Σήμερα το Φυσικό Αέριο Ελληνική Εταιρεία Ενέργειας παρέχει προγράμματα που καλύπτουν κάθε ενεργειακή ανάγκη, σε περισσότερους από 600.000 πελάτες, νοικοκυριά και επιχειρήσεις, με έναν κύκλο εργασιών που συνεχώς διευρύνεται.

## Προσωποποιημένες και καινοτόμες υπηρεσίες

Με τη στήριξη της μετόχου της, ΔΕΠΑ Εμπορίας, το Φυσικό Αέριο Ελληνική Εταιρεία Ενέργειας αναδεικνύεται σε μια εταιρεία υπηρεσιών καινοτομίας προς όφελος όλων μας, εμπνέοντας εμπιστοσύνη, ασφάλεια και συνέπεια. Και, φυσικά, προσφέροντας οικονομία. Έτσι, μπορούμε να απολαμβάνουμε προσωποποιημένες προτάσεις, υπηρεσίες και προϊόντα βάσει του δικού μας, ξεχωριστού προφίλ και αναγκών και να εξυπηρετούμαστε σε 800 σημεία σε όλη την Ελλάδα, συμπεριλαμβανομένου του δικτύου καταστημάτων της Vodafone.

Ο τρόπος επικοινωνίας σε όλα τα σημεία επαφής με τους ανθρώπους της εταιρείας χαρακτηρίζεται από απλότητα, αποδεικνύοντας καθημερινά ότι κάθε πελάτης είναι ξεχωριστός και μοναδικός για την εταιρεία.

## Ψηφιακός μετασχηματισμός για την καλύτερη εξυπηρέτησή μας

Με τις υποχρεώσεις που έχουμε όλοι στην καθημερινότητά μας, αυτό που θέλουμε από τον πάροχο ενέργειάς μας είναι να μας εξυπηρετεί απλά και εύκολα. Ποιος από εμάς, άλλωστε, θέλει να στέκεται σε ουρές; Έτσι, στο πλαίσιο του εκσυγχρονισμού και της ψηφιοποίησης της εταιρείας, με γνώμονα πάντα την καλύτερη και πλη-

ρέστερη εξυπηρέτησή μας και τη συνεχή βελτίωση της εμπειρίας μας, το Φυσικό Αέριο μας προσφέρει τη δυνατότητα να επιλέξουμε εμείς πώς θα εξυπηρετηθούμε, με φυσικό ή ψηφιακό τρόπο:

- Σύναψη συμβολαίων, είτε ψηφιακά μέσω ηλεκτρονικής υπογραφής αίτησης με την αποστολή ενός συνδέσμου, είτε με τις παραδοσιακές μεθόδους σύναψης νέας σύμβασης μέσω email ή courier.
- Ενημέρωση 24/7 μέσω ειδικής Πλατφόρμας αυτοματοποιημένης εξυπηρέτησης πελατών για 11 υπηρεσίες.
- Αυτοματοποιημένη εξυπηρέτηση, άμεσα και χωρίς αναμονή. Το 70% έχουν ολοκληρωθεί με τη χρήση της αυτοματοποιημένης εξυπηρέτησης.
- Προσωπική επικοινωνία με συνεργάτες της εταιρείας σε ημέρα και ώρα που επιθυμεί ο πελάτης.
- Τιμολόγηση και εξόφληση λογαριασμών ηλεκτρονικά η οποία αξιοποιείται ήδη από το 90% των πελατών.
- Κι επιπλέον, με το Mobile App – myFysikoAerio, μέσω μιας σύγχρονης και μοντέρνας στο σχεδιασμό εφαρμογής, η εταιρεία παρέχει πρόσβαση στους πελάτες σε πληροφορίες και υπηρεσίες με ένα απλό άγγιγμα στην οθόνη του κινητού τους.

## Πρωτοβουλίες και δράσεις για την πράσινη μετάβαση

Η προστασία του φυσικού πλούτου και η πράσινη ενέργεια αποτελούν προτεραιότητα για το Φυσικό Αέριο Ελληνική Εταιρεία Ενέργειας και στο πλαίσιο αυτό τα νέα προϊόντα και υπηρεσίες ευθυγραμμίζονται με τις πολιτικές της Ευρωπαϊκής Ένωσης για ουδέτερο αποτύπωμα άνθρακα έως το 2050. Μια σημαντική και χειροπιαστή πρωτοβουλία στην κατεύθυνση της πράσινης μετάβασης είναι η δημιουργία του μεγαλύτερου σταθμού φόρτισης ηλεκτρικών οχημάτων στην Ελλάδα σε συνεργασία με το Κέντρο Πολιτισμού Ιδρυμα Σταύρος Νιάρχος. Στον υπερσύγχρονο σταθμό φόρτισης ηλεκτρικών οχημάτων στο πάρκινγκ του ΚΠΙΣΝ υπάρχουν 25 σημεία φόρτισης, όλα με ισχύ έως 22kW, ενώ λειτουργεί σε 24ωρη βάση και η φόρτιση παρέχεται δωρεάν στους επισκέπτες του Κέντρου έναν χρόνο. Το έργο αναμένεται να ολοκληρωθεί με την τοποθέτηση 25 επιπλέον φορτιστών. Για τις υπηρεσίες, τα προϊόντα και τις περιβαλλοντικές δράσεις της εταιρείας δείτε περισσότερα στο [www.fysikoerioellados.gr](http://www.fysikoerioellados.gr)

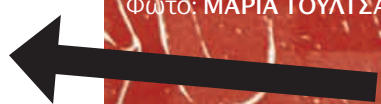


# Party

**Έχει γίνει τεράστια  
καραμέλα το «έχω  
περάσει δύσκολα»**

**Αγαπά την urban  
pop, δεν σταματά  
να πειραματίζεται  
με ήχους και  
υποδέχεται  
το καλοκαίρι με νέα  
τραγούδια και live**

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ  
Φωτό: ΜΑΡΙΑ ΤΟΥΛΤΣΑ







**Μ**ην πέσετε στην παγίδα να τον περάσετε για έναν ακόμα τράπερ. Μπήκε στη φάση διαγράφοντας κάθε αυθαίρετο νόμο και όπως λέει, «Λένε το να 'σαι σκληρός, είναι να κάνεις ντόρο, είναι να σπέρνεις φόβο, άμα είναι έτσι τότε να με φωνάζετε φλώρο». Με έναν υβριδικό ήχο, που συνδυάζει το auto-tune με τα συναισθήματα και παρακο-λουθώντας τις τελευταίες αλματώδεις εξελίξεις στις διεθνείς μουσικές παραγωγές, με μια γραφή που αδιαφορεί για το εφήμερο και ματαιόδοξο hustle, με κιθάρες που μεταμορφώνονται σε beats, ο Lefty συστήθηκε πριν λίγες εβδομάδες με νέα τραγούδια, με την κυκλοφορία «Rogue», κι ένα live με κανονική μπάντα στο IΛION plus. Η επόμενη ευκαιρία να τον δει κανείς live είναι το Σάββατο 25 Μαΐου στο live του ACS Athens. Το επόμενο track έρχεται προσεχώς. Ο **Λευτέρης Πορτοκάλογλου** δεν είναι κόπια και κοπιάζει για ό,τι βγάζει με τον Wusk. Αν τον ακούσεις, αν τον δεις κι αν συζητήσεις μαζί του, το καταλαβαίνεις.

#### — Ποιες ιστορίες δημιουργίας φέρουν τα τραγούδια του «Rogue» EP;

Είμαι φουλ δισκάκιας. Πάντα γούσταρα να ακούω ολοκληρωμένες δουλειές από καλλιτέχνες, έτσι ένιωθα ότι μου συστήνεται ο άλλος. Τα singles, ok, ωραία είναι, δίνουν hype, παίρνει μια γεύση ο άλλος για το ποιος είσαι, αλλά θεωρώ ότι για να συστηθείς πραγματικά στον κόσμο χρειάζεται κάτι ολοκληρωμένο. Το «Αντίθετο» είναι το δεύτερο κομμάτι που έγραψα ως Lefty. Είχα πει κάποια πράγματα που θα ήθελα ο κόσμος να τα ακούσει, πράγματα που αισθανόμουν. Λέει πιο πολύ τι δεν είμαι, παρά το τι είμαι. Στους «Ντορβάδες» λέω πράγματα που με ενοχλούν σε αυτόν τον χώρο και σε αυτό το trend, που γυρίζει γύρω από την urban κουλτούρα. Έχει γίνει τεράστια καραμέλα το «έχω περάσει δύσκολα, ήμουν φτωχός, είχα εκείνο, είχα το άλλο, και αναγκάστηκα να κάνω αντίθετες πράξεις για να φτάσω εδώ που είμαι σήμερα». Γνωρίζω ανθρώπους που έχουν περάσει—δεν θα πω χειρότερα—εξίσου δύσκολα και δεν έχει χρειαστεί να βλάψουν άλλους για να φτάσουν εκεί που είναι σήμερα και να είναι καλά στην υγεία τους, στα οικονομικά τους κλπ. Το «Ψέμα» είναι το μόνο τραγούδι στο οποίο δεν πήρα μέρος στο μουσικό κομμάτι, πάτησα πάνω σε ένα beat του σταθερού συνεργάτη μου Wusk aka Λεωνίδας Κανέλλιας Γούβαλης. Η «Κόλαση» είναι ένα ερωτικό τραγούδι, που είναι λίγο πιο pop και τραγουδιστό σε σχέση με τα υπόλοιπα. Σχεδόν όλο το EP γράφτηκε σε ένα δωμάτιο στην Ολλανδία, την εποχή που σπούδαζα στο Κονσερβατόριο στο Άμστερνταμ.

#### — Θυμάστε την πρώτη σας επαφή με τη μουσική;

Να χορεύω το «Elevation» των U2 στο σπίτι, ίσα που περπατούσα, το αχνοθυμάμαι κάπως. Ή το «Play» του Moby, το έβαζα στο repeat, έλεγα στον μπαμπά μου να μου βάλει τον «Mommy». Εννοείται να βλέπω τον πατέρα μου με τους μουσικούς στο στούντιο να προβάρουν, να γράφουν, να παίζουν σε συναυλίες. Από τότε που θυμάμαι τον εαυτό μου, θυμάμαι να βλέπω live του.

#### — Ζητάτε τη γνώμη του στο υλικό σας;

Ναι, φουλ. Του βάζω κομμάτια, τον ρωτώ για τις κιθάρες, για τους στίχους, μπορεί καμιά φορά να μου πει καμιά ιδέα. Ρωτάω και τη μάνα μου για τους στίχους. Είχε κυκλοφορήσει μια συλλογή από ποιήματα που είχε γράψει παλιότερα, το έχει πολύ με το γράψιμο.

#### — Όταν αρχίσατε να κυκλοφορείτε τα τραγούδια, ποιο feedback πήρατε από τον περίγυρό σας;

Οι περισσότεροι γουστάρανε γενικά και με ενθάρρυναν. Υπήρχαν και κάποιοι που σκάλωσαν, τρώμαζαν, γιατί έχει επικρατήσει λίγο αυτό, «τι δουλειά έχεις εσύ με το trap, είσαι μουσικός εσύ, έχεις τόσες μουσικές γνώσεις και κάνεις αυτό το είδος;» Τη μουσική που κάνω τη λέω urban pop, αλλά έχω επιρροές από πολλά είδη, όπως rap, trap, rock, pop, punk και grunge. Έχω αρκετές επιρροές γιατί ακούω πολλή μουσική. Η πρώτη μου επαφή με το rap ήταν οι Linkin Park. Εκεί άκουσα πρώτη φορά τόσο προσεγγμένα samples. Rap σκέτο δεν άκουγα, με ένοιαζε η rock μουσική, αυτοί όμως το συνδυάζαν πάρα πολύ ωραία και γούσταρα πολύ. Στην εφηβεία άκουγα φουλ rock και metal—ακόμα ακούω, δεν έχω σταματήσει να είμαι fan. Αυτό που βαριόμουν στο rap ήταν ότι μέχρι τότε μου φαινόταν γενικά λίγο μονότονο. Θέλω να ακούω έστω ένα μελωδικό ρεφρέν.

#### — Ακούγεται αυτό...

Ακόμα και όταν έγραφα rock και metal μουσική, σε δύο πράγματα έδινα βάση: το ρεφρέν να είναι φουλ μελωδικό και πιασάρικο, και να έχω κάποιο δυνατό riff στην κιθάρα. Αυτοί οι δύο παράγοντες είναι must για μένα. Αυτό που βγαίνει να είναι hookie.

#### — Πώς ταιριάζατε με τον Wusk;

Γνωριζόμαστε από τις πρώτες μας σπουδές στη SAE στο Μοσχάτο. Δεν παίρνει πάντα μέρος στο songwriting, αλλά πάντα θα μου δώσει μια άποψη. Θα κάνει τη μίξη, το mastering, και πολλές φορές δουλεύουμε μαζί και την παραγωγή. Τώρα που έχουμε γυρίσει και οι δύο στην Αθήνα, βρισκόμαστε στον ίδιο χώρο, είναι και πιο εύκο-

λο. Στο Άμστερνταμ τα έκανα όλα ολομόναχος σε ένα δωμάτιο. Κουράστηκα να ηχογραφώ τον εαυτό μου και μετά να κάθομαι να κάνω edits κ.λπ.

#### — Τι μάθατε σπουδάζοντας audio production στη SAE κι αργότερα κιθάρα στο Κονσερβατόριο στο Άμστερνταμ;

Η ηχοληψία δεν ήταν αυτό που ήθελα να ακολουθήσω. Με ενδιέφερε να πάρω τις γνώσεις για να είμαι όσο πιο ανεξάρτητος γίνεται σε αυτό που κάνω. Το πιο σημαντικό είναι ότι γνώρισα τον Wusk, μια φίλια που ξεκίνησε το 2016, με διαφορετικά μουσικά γούστα ο καθένας τότε. Αυτός άκουγε περισσότερο EDM, εγώ ήμουν σε πιο rock και metal φάση τότε. Όταν τελειώσαμε τη σχολή, αυτός πήγε στο Βερολίνο για περαιτέρω μουσικές σπουδές κι εγώ στο Άμστερνταμ. Το Κονσερβατόριο ήταν σίγουρα το μέρος όπου ήθελα να σπουδάσω, δεν θα μπορούσα να ζητήσω κάτι καλύτερο. Δεν ήθελα να πάω εκεί και να είμαι ένας ακόμη session μουσικός, ήθελα να μπω πιο πολύ στο songwriting. Η ζωή ήταν αρκετά μοναχική αυτά τα τέσσερα χρόνια. Έφαγα και τον Covid, οπότε ήταν έξτρα δύσκολα, έφτασα σε ένα σημείο να κλειστώ στον εαυτό μου και όταν γύρισα στην Ελλάδα, ήμουν λίγο σκαλωμένος. Η σχολή, όμως, οι καθηγητές, η απαιτητική ύλη, το πρώτο μου live ως Lefty, η πτυχιακή μου, ήταν μοναδικές εμπειρίες.

#### — Το καλύτερο live που έχετε δει;

Αυτό που μου έρχεται στο μυαλό είναι στην Ολλανδία, πρώτο έτος όταν είδα τους Killswitch Engage, στο Melkweg, ένα από τα πιο γνωστά venues του Άμστερνταμ. Ήταν φοβερό show. Ήμουν fan από το γυμνάσιο, ήθελα να τους δω live και ήμουν μπροστά μπροστά, ήταν σοκ. Φοβερό live.

#### — Για να ντριλάρεις πρέπει να προέρχεσαι «από τον δρόμο»;

Κλισέ σίγουρα αυτό, όπως ότι πρέπει να φοράς μαύρα, να μιλάς για ουσίες, νταλαβέρια και μαχαίρια. Όμως το drill τελευταία έχει πάρει άλλες διαστάσεις, πιο pop και μελωδικές, γιατί ίσως έχει κουράσει λίγο όλο αυτό. Εγώ το λατρεύω ως ήχο, γιατί έχει πολύ ιδιαίτερο ρυθμικό παλμό και ο κάθε καλλιτέχνης μπορεί να το προσεγγίσει αλλιώς. Έχω στα σκαριά ένα πολύ ιδιαίτερο drill κομμάτι σε συνεργασία με τους φίλους μου, τους Countown.

#### — Με ποια άλμπουμ έχετε κολλήσει αυτήν την περίοδο;

Επανερχομαι συνέχεια στο άλμπουμ της Μαρίνας Σάττι, το «Yenna», ένα άλμπουμ το οποίο μου είχε αρέσει πάρα πολύ. Πολύ αγαπημένη μπάντα επίσης οι Sleep Token. Θεωρώ ότι κάνουν κάτι πολύ φρέσκο, και το κάνουν πολύ καλά. Το τελευταίο άλμπουμ τους είναι φοβερό.

#### — Και τι ετοιμάζετε αυτήν την περίοδο;

Δουλεύω ένα νέο τραγούδι που δεν ξέρω πότε θα βγει—ελπίζω πριν τον Ιούλιο. Έχω κομμάτια στην άκρη τα οποία μου αρέσουν πολύ, απλώς δεν είναι η ώρα τους ακόμα. Προσπαθώ να είμαι εντατικός στο songwriting, να έχει ροή, να μη σταματάω. Γράφοντας εξελίσσεσαι. **A**

ΛΕΝΕ ΤΟ  
ΝΑ 'ΣΑΙ  
ΣΚΛΗΡΟΣ,  
ΕΙΝΑΙ ΝΑ  
ΚΑΝΕΙΣ  
ΝΤΟΡΟ, ΕΙΝΑΙ  
ΝΑ ΣΠΕΡΝΕΙΣ  
ΦΟΒΟ, ΑΜΑ  
ΕΙΝΑΙ ΕΤΣΙ  
ΤΟΤΕ ΝΑ ΜΕ  
ΦΩΝΑΖΕΤΕ  
ΦΛΩΡΟ





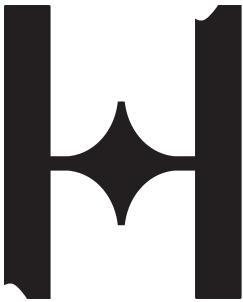
ΕΝΑ ΚΟΡΙΤΣΙ ΜΕ ΤΣΙΓΓΑΝΙΚΟ  
ΑΙΜΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΟ ΤΑΛΕΝΤΟ  
ΠΟΥ ΜΑΣ ΣΥΣΤΗΝΕΤΑΙ ΜΕ  
ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΤΗΣ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ  
ΚΑΙ ΜΑΣ ΜΙΛΑΕΙ ΓΙΑ ΤΙΣ  
ΜΕΓΑΛΕΣ ΤΗΣ ΑΓΑΠΕΣ,  
ΤΑ ΣΚΟΥΛΑΡΙΚΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ  
ΒΑΣΙΛΙΚΟΥΣ ΠΥΘΩΝΕΣ

# danienaa ΣΑΤΩΗ

ΤΣΙΓΓΑΝΙΚΟ ΑΙΜΑ, ΘΕΪΚΗ ΦΩΝΗ

Του ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ





**Δανιέλα Χατζή** έρχεται στο ραντεβού μας νωρίτερα από την προγραμματισμένη ώρα. Τη συνοδεύει μια κυρία, η Χρυσανγή Κούλα, μάνατζερ της ίδιας και του πατέρα της, μουσικού και αγαπημένου τσιγγάνου τραγουδιστή **Κώστα Χατζή**. Η Δανιέλα είναι

εκπληκτικά όμορφη, έχει μια μαγνητική παρουσία και μια θαυμάσια κομψότητα στους τρόπους, τις κινήσεις και την ομιλία της. Μοιάζει ντροπαλή αλλά σίγουρη. Έχει μια εξαιρετικά φροντισμένη εμφάνιση, μοντέρνο σύγχρονο ντύσιμο, αλλά με έθνικ και boho στοιχεία, κάτι που τη χαρακτηρίζει και σε όλες της τις εμφανίσεις και φωτογραφήσεις.

Δηλώνει από την αρχή ότι είναι λίγο αγχωμένη στις συνεντεύξεις, ότι δεν είναι συνηθισμένη γιατί τώρα ουσιαστικά αρχίζει η καριέρα της σαν τραγουδίστρια. Αλλά η δημοσιότητα είναι πολύ συνηθισμένη στα παιδιά της ηλικίας της. Η ίδια δεν αποζητά την προβολή μέσω των social media, όπως λέει. Άλλωστε γεννήθηκε σε ένα περιβάλλον με πατέραδιάσημο, οπότε ήταν εξοικειωμένη με αυτό.

«Δεν έγινα τραγουδίστρια για τη δημοσιότητα. Αυτό που μου έκανε εντύπωση από μικρή, επειδή γνώριζα κι άλλους καλλιτέχνες, ήταν ότι ο μπαμπάς μου όπως ήταν στη σκηνή ήταν και στο σπίτι. Το ξέρω και το κρατάω σαν αξία».

Της ζητάω να μου διηγηθεί την ιστορία της.

«Γεννήθηκα στην Αθήνα. Μέναμε στην Ηλιούπολη. Από μικρή, 12 χρονών, συνόδευα τον μπαμπά μου σε κάθε του συναυλία. Τραγουδούσα και χόρευα. Επειδή η μαμά μου, η Γαλλίδα τραγουδίστρια και συνθέτρια Αντωνία Χατζίδου, γεννήθηκε και έζησε στη Γαλλία και μιλάει καλύτερα τη γαλλική γλώσσα, πηγαίναμε εκεί συχνά και πήρα κι εγώ στοιχεία από τη γαλλική κουλτούρα. Μεγάλωσα κανονικά και πήγα σχολείο όπως όλα τα παιδιά. Η πρώτη μου “συναυλία” ήταν όταν ήμουν 5 ετών, στην Ελληνοαμερικανική Ένωση, όπου βγήκα και είπα ένα τσιγγάνικο τραγούδι. Ήταν η πρώτη μου επαφή με το κοινό. Από μικρή ηλικία τα γνώριζα αυτά τα κομμάτια και τα χόρευα.

»Είμαστε 6 αδέρφια, εγώ είμαι το 5ο παιδί. Δεν δραστηριοποιούνται όλοι τους σε αυτόν τον χώρο. Ο Αλέξανδρος μόνο έχει ασχοληθεί με τη μουσική και η αδελφή μου η Αγάπη που χορεύει πολύ ωραία. Από μικρή, λοιπόν, μου άρεσε το τραγούδι και το σκεφτόμουν σαν προοπτική. Γενικά μου άρεσαν τα καλλιτεχνικά — χορός, τραγούδι. Ο μπαμπάς δεν χρειάστηκε να με προετοιμάσει για τον χώρο γιατί το ζούσα ήδη. Σίγουρα μου έδωσε συμβουλές φυσικά».

Έχει τραγουδήσει στο πλευρό του πατέρα της σε σκηνές, αλλά και στο Ηρώδειο, στην Αθήνα και σε περιοδείες εκτός Ελλάδας, ενώ έχει κάνει και εμφανίσεις με τον Γιώργο Γερολυμάτο στο πλαίσιο πολιτιστικών events. Η επόμενη εμφάνιση είναι με τον πατέρα της και τον Γιώργο Θεοφάνους, στο Παλλάς, στις 2 και 3 Ιουνίου. Πρόκειται για έναν κύκλο εμφανίσεων με γνωστούς καλλιτέχνες, που έχει επιμεληθεί ο ίδιος ο Γ. Θεοφάνους κι έχει τον τίτλο «Αντικρυστά».

Αναρωτιέμαι πώς να είναι για μια νεαρή τσιγγάνα να μεγαλώνει σε ένα αστικό, λευκό περιβάλλον.

«Είχα αρκετά προβλήματα λόγω της καταγωγής μου στο σχολείο. Αλλά είναι κάτι που το αφήνω πίσω μου, δεν θέλω να το κουβαλάω».

**Ο χώρος των τσιγγάνων έχει ένταση, πάθος και περιπέτεια – κινούνται συνέχεια. Εσύ έχεις αυτό το DNA; Έχεις την τσιγγάνικη φλόγα μέσα σου;**

Ναι, έχω τις τσιγγάνικες επιρροές. Όλη αυτή η αγάπη μου για τα καλλιτεχνικά έβγαине από μέσα μου από μικρή. Έτσι είναι οι τσιγγάνοι, ένας λαός καλλιτεχνικός και δυναμικός. Αυτό το τσιγγάνικο πάθος μου βγαίνει κυρίως στη σκηνή ή όταν γράφω τα δικά μου τραγούδια. Οι μουσικές των Ρομά, βαλκανικοί ήχοι, χάλκινα, ανατολίτικες επιρροές, είναι μέσα στις μουσικές μου αναφορές.

**Με τους ανθρώπους της φυλής σου πώς είναι οι σχέσεις σου; Σε αναγνωρίζουν ως δική τους;**

Δεν έχω μεγαλώσει στη φυλή, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι δεν τους αναγνωρίζω. Έρχονται στις συναυλίες μου. Άλλωστε επικοινωνώ πολύ με τσιγγάνους μουσικούς που βρίσκονται στο εξωτερικό.

Τη ρωτάω πώς είναι η ζωή της στην Αθήνα.

«Ζω σαν μια κανονική 20χρονη κοπέλα. Έχω τη δουλειά μου — κάτι σημαντικό στη ζωή μου. Είμαι τυχερή γιατί ακολουθώ κάτι που μου αρέσει. Κατά τα άλλα έχω τις ασχολίες, τους φίλους, τα χόμπι μου. Μου αρέσει στην καθημερινότητά μου να έχω δραστηριότητες. Μου αρέσει να ξυπνάω νωρίς και να μελετάω, να παίζω μουσική, να διαβάζω. Μένω μόνη μου, αλλά κοντά στον μπαμπά μου. Δεν πάω τόσο πολύ σε συναυλίες, επιλέγω πιο ήρεμες δραστηριότητες».

Στο πλευρό του πατέρα της τραγούδησε και στο Ηρώδειο, μια εμπειρία που τη θυμάται κυρίως γιατί...

«...Ο μπαμπάς ήταν πολύ συγκινημένος. Το ήθελε πολύ αυτό. Είχα τραγουδήσει ένα γαλλικό τραγούδι της Zaz. Όταν κάναμε εμφανίσεις με τον πατέρα μου και τον Γιώργο Κατσαρό στην οδό Λυσίου, στην Πλάκα, έλεγα δικά μου κομμάτια. Γενικά τραγουδάω τραγούδια δικά μου, αλλά και άλλων καλλιτεχνών — γαλλικά, ισπανικά και πολλά τσιγγάνικα. Μιλάω ελληνικά και γαλλικά, αλλά αν πάρω ένα κομμάτι εξασκούμε και το μαθαίνω. Με τα ισπανικά είμαι λίγο πιο εξοικειωμένη γιατί ο ένας αδερφός μου έμμενε στην Ισπανία για ένα διάστημα και μου μιλούσε στη γλώσσα. Μοιάζει άλλωστε και με τα ελληνικά.

»Οι τσιγγάνοι, ειδικά στα βόρεια της ισπανικής χερσονήσου, στα Πυρηναία, έχουν αρκετές διασυνδέσεις. Το φλαμένκο το αγαπώ πολύ, το έφεραν στην Ισπανία Φλαμανδοί τσιγγάνοι. Στη σκηνή κάνω κάποιες κινήσεις φλαμένκο, αλλά δεν χορεύω κανονικά. Χορεύω κι άλλους χο-



Η Δανιέλα με τον μπαμπά της Κώστα Χατζή

ρούς, συνδυάζω τις κινήσεις και τους κάνω δικούς μου». Δεν μπορώ να μην προσέξω το πόσο επιμελημένη, άψογη εμφάνιση έχει, ένα απόλυτα μοντέρνο λουκ, αλλά με έθνικ αναφορές. Είναι σαν να έχει βγει από περιοδικό μόδας. Δύσκολο το βλέπεις αυτό, ακόμα και σε καλλιτέχνες της γενιάς της. Πώς το κάνει; Ντύνεται μόνη της; Έχει στιλίστα;

«Παρακολουθώ όσο μπορώ τη μόδα, όχι όμως ευλαβικά. Φοράω κυρίως ό,τι μου αρέσει και με κάνει να αισθάνομαι όμορφα. Συνήθως διαλέγω κάποια κομμάτια και έπειτα φτιάχνω το στάιλινγκ, με κοσμήματα κ.λπ. Ένας σχεδιαστής που μου αρέσει πολύ είναι ο Πάρις Βαλταδύρος. Φοράω κομμάτια του τα οποία προσαρμόζω στο δικό μου στιλ με κοσμήματα. Επίσης, μου αρέσουν τα περίεργα χτενίσματα. Γενικά θα με δεις να κυκλοφορώ και με τζιν και αθλητικά, πάντα όμως στο στιλ μου. Κι αυτά που φοράω τζιν είναι».

Αυτά που φοράει είναι ένα θαυμάσιο ντένιμ κοστούμι με μπροκάρ φλοράλ σχέδια, λευκό μαρκίς πουκάμισο με ψηλό κλειστό λαιμό με βολάν και υπέροχα κρεμαστά σκουλαρίκια, ενώ έχει άψογα τραβηγμένα πίσω τα μαλλιά της σε μια αλογοουρά.

«Αυτό που δεν μπορώ να αποχωριστώ είναι τα σκουλαρίκια. Αν δεν φοράω, νιώθω γυμνή. Θέλω να νιώθω ότι κάτι υπάρχει εκεί, έστω και μικρό. Στο σπίτι μου έχω έναν τοίχο γεμάτο κρεμασμένα σκουλαρίκια. Η αγαπημένη Μαίρη Λίντα, που είναι φίλη του μπαμπά μου, μια μέρα που ήταν στο στούντιο για πρόβες και πήγα να τους δω —πρέπει να ήμουν τότε 11 ή 12 χρόνων—, με βλέπει, βγάζει τα σκουλαρίκια της και μου λέει “Αυτά είναι τα σκουλαρίκια του γάμου μου. Πάρτα να τα φορέσεις στον δικό σου”. Ήταν κάτι υπέροχα σκουλαρίκια με χρυσό και πέρλα».

Ο Κώστας Χατζής, με σπουδαία και πολύχρονη καριέρα στο τραγούδι, έχει συνεργαστεί με μεγάλους καλλιτέχνες, από τη Μαρινέλλα, τη Χάρτι Αλεξίου, την Ελπίδα, τον Δάκη μέχρι και τον Αντώνη Ρέμο. Η Δανιέλα τους έβλεπε να έρχονται σπίτι, τους ζούσε στις πρόβες τους, στις κουβέντες και τα αστεία τους. Τη ρωτάω αν είχε ιδιαίτερη αγάπη σε κάποιον.

«Γνώρισα πολλούς καλλιτέχνες μέσω του μπαμπά μου και τους θαύμαζα όλους. Αγαπούσα πολύ τον Δάκη ο οποίος ερχόταν πολύ συχνά στο σπίτι, μιλούσαμε μαζί γαλλικά, καθόμασταν σε μια άκρη και τα λέγαμε. Ήταν σπουδαίος και πολύ ευγενικός άνθρωπος».

Και ξαφνικά, στη χαλαρή κουβέντα έρχεται και μια έκπληξη:

«Έχω δύο κατοικίδια φίδια, βασιλικούς πύθωνες. Το ένα είναι αλμπίνος, λευκό και κίτρινο. Τα έχω μέσα σε ένα terrarium, αλλά πολλές φορές τα αφήνω και ελεύθερα στο σπίτι. Είναι πολύ κοινωνικά τα συγκεκριμένα, οπότε θέλουνε και να βγαίνουνε. Το θηλυκό είναι γύρω στο ενάμισο μέτρο και το αρσενικό γύρω στο ένα και κάτι. Το ένα είναι ο Ζαχάρωφ και η άλλη είναι η Ζαχαρά. Δεν ξέρω αν ζευγαρώνουνε, μέχρι στιγμής δεν έχει προκύψει αυτό το θέμα. Μου αρέσουνε πολύ τα φίδια, όπως και οι παπαγάλοι. Αγαπώ όλα τα ζώα με περίεργα χρώματα και σχέδια. »Τα φίδια μου τα ταίζω με ποντικάκια, όχι ζωντανά βέβαια, κατεψυγμένα σε σακουλάκια που βρίσκω σε pet shop. Τρώνε μια φορά στις 20 μέρες. Τα λυπάμαι λίγο τα ποντικάκια όπως τα βλέπω, αλλά τι να κάνουμε...» **A**

\* Ο Γιώργος Θεοφάνους αντικριστά με τον Κώστα Χατζή στο Θέατρο Παλλάς, 2 & 3 Ιουνίου. Μαζί τους και η Δανιέλα Χατζή.

«ΔΕΝ ΕΓΙΝΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΣΤΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΟΣΙΟΤΗΤΑ. ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΜΟΥ ΕΚΑΝΕ ΕΝΤΥΠΩΣΗ ΑΠΟ ΜΙΚΡΗ, ΕΠΕΙΔΗ ΓΝΩΡΙΖΑ ΚΙ ΑΛΛΟΥΣ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΕΣ, ΉΤΑΝ ΟΤΙ Ο ΜΠΑΜΠΑΣ ΜΟΥ ΟΠΩΣ ΉΤΑΝ ΣΤΗ ΣΚΗΝΗ ΉΤΑΝ ΚΑΙ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.



# ΤΟ DIGITAL WORLD SUMMIT GREECE ΕΡΧΕΤΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΕΙ ΤΟ ΠΩΣ ΣΥΖΗΤΑΜΕ ΓΙΑ ΤΙΣ ΝΕΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΕΣ

Σε κλίμα ανησυχίας για το μέλλον σε έναν κόσμο που κυβερνάται από νέες τεχνολογίες, προσφέρει ένα διαφορετικό αφήγημα σχετικά με μια κοινωνία με γνώμονα την τεχνολογία

**Ο** διάλογος γύρω από τις νέες τεχνολογίες στην Ελλάδα είναι δίκοπο μαχαίρι. Από τη μία, αυξάνει την απαραίτητη ευαισθητοποίηση σχετικά με τις ραγδαίες εξελίξεις και τις πιθανές επιπτώσεις καινοτομιών, όπως η Τεχνητή Νοημοσύνη (AI). Από την άλλη, αυτός ο διάλογος συχνά στρέφεται προς την πρόκληση φόβου, προκαλώντας μεγαλύτερη ανησυχία στο κοινό παρά μια αίσθηση ενδυνάμωσης και ενεργού συμμετοχής. Αμέτρητα άρθρα και συζητήσεις επικεντρώνονται στην πιθανή απώλεια θέσεων εργασίας και στους κινδύνους για την ασφάλεια λόγω της Τεχνητής Νοημοσύνης, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα άγχους και αβεβαιότητας για τους πολίτες. Αυτές οι ανησυχίες δεν είναι αβάσιμες. Η δυνατότητα της Τεχνητής Νοημοσύνης να εκτοπίσει θέσεις εργασίας, ιδιαίτερα σε βιομηχανίες που εξαρτώνται από εργασίες ρουτίνας, είναι πραγματική. Ο φόβος της εκτεταμένης ανεργίας, της αυξημένης επιτήρησης και της απώλειας της ιδιωτικής ζωής φαίνεται –και είναι– μεγάλος. Αυτή η αφήγηση είναι διάχυτη, δίνοντας μια ζοφερή εικόνα που μπορεί να επισκιάσει τις θετικές δυνατότητες της Τεχνητής Νοημοσύνης και άλλων νέων τεχνολογιών.

**Μια αφήγηση** που βασίζεται στον φόβο, όμως, αποσπά την προσοχή από τις ευκαιρίες που φέρνει η Τεχνητή Νοημοσύνη και άλλες τεχνολογίες για οικονομική ανάπτυξη, βελτιωμένη ποιότητα ζωής και μεγαλύτερη κοινωνική ευημερία.



## Info

Μπορείτε να παρακολουθήσετε το συνέδριο δωρεάν δια ζώσης (Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, Βασ. Κωνσταντίνου 48, Αθήνα) ή διαδικτυακά, κάνοντας την εγγραφή σας στο <https://2024.digitalworldsummit.gr>.

**Οι συνιδρυτές του Digital World Summit Greece, Κωνσταντίνος Ναθαναήλ, Χαράλαμπος Κυρίτης, Γεωργία Σουσουράδα, Χριστίνα Καλογεροπούλου (αριστερά προς δεξιά) ξεκίνησαν την πρωτοβουλία το 2023 και σήμερα το συνέδριο συγκεντρώνει 40 οργανωτικά και συμβουλευτικά μέλη.**

Πώς θα έμοιαζε, εναλλακτικά, ένας διάλογος που συμπεριλαμβάνει –αντί να αποξενώνει– τους πολίτες; Μια σημαντική ευκαιρία που συχνά παραβλέπεται είναι η δυνατότητα της Τεχνητής Νοημοσύνης και των νέων τεχνολογιών να εκδημοκρατίσουν την πρόσβαση στη γνώση. Οι τεχνολογικές εξελίξεις μπορούν να καταρρίψουν τα εμπόδια στην εκπαίδευση και την κατάρτιση, δίνοντας τη δυνατότητα σε άτομα από κάθε υπόβαθρο να αποκτήσουν νέες δεξιότητες και να βελτιώσουν τις οικονομικές τους προοπτικές. Οι διαδικτυακές πλατφόρμες μάθησης, που υποστηρίζονται από την Τεχνητή Νοημοσύνη, μπορούν να παρέχουν εξατομικευμένη εκπαίδευση, προσαρμοσμένη στις ατομικές ανάγκες, επιτρέποντας τη διά βίου μάθηση και τη συνεχή επαγγελματική ανάπτυξη. Μια πιο αισιόδοξη προοπτική για τις νέες τεχνολογίες θα υπογράμιζε αυτά τα οφέλη και θα ενθάρρυνε μια προορατική προσέγγιση για την υιοθέτηση της καινοτομίας. Αντί να εστιάζει αποκλειστικά στους πιθανούς κινδύνους, η συζήτηση θα τονίζει πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί η τεχνολογία για την αντιμετώπιση των κοινωνικών προκλήσεων και τη βελτίωση της ανθρώπινης ευημερίας. Αυτή η ισορροπημένη προοπτική μπορεί να εμπνεύσει εμπιστοσύνη και να παρακινήσει τα άτομα να ασχοληθούν με την τεχνολογία με θετικούς τρόπους.

**Η εμπλοκή** του κοινού σε έναν πιο αισιόδοξο διάλογο για την τεχνολογία προωθεί μια κουλτούρα καινοτομίας και συνεργασίας. Αναδεικνύοντας ιστορίες επιτυχίας και δείχνοντας πώς η Τεχνητή Νοημοσύνη και άλλες τεχνολογίες χρησιμοποιούνται για την επίλυση προβλημάτων του πραγματικού κόσμου, μπορούμε να εμπνεύσουμε μια αίσθηση πιθανοτήτων και ελπίδας. Αυτή η αισιόδοξη προοπτική μπορεί να οδηγήσει σε μεγαλύτερη συμμετοχή του κοινού στην τεχνολογική ανάπτυξη, διασφαλίζοντας ότι τα οφέλη της καινοτομίας κοινοποιούνται ευρέως και ότι το ψηφιακό μέλλον διαμορφώνεται από μια ποικιλία φωνών. Μια τέτοια πρωτοβουλία εμπλοκής των πολιτών στη διαμόρφωση πολιτικών σχετικά με τις νέες τεχνολογίες αποτελεί το Digital World Summit Greece, το οποίο υπό την αιγίδα των Ηνωμένων Εθνών φέρνει

το ελληνικό κοινό στο κέντρο των τεχνολογικών εξελίξεων και του δίνει βήμα να συνδιαμορφώσει το πλαίσιο ανάπτυξης των τεχνολογικών εξελίξεων. Μέσα από το κεντρικό του συνέδριο, παράλληλες εκδηλώσεις (Side Events), αλλά και τη σειρά podcasts «Digital Dialogues», το Digital World Summit Greece ενδυναμώνει τους πολίτες να συμμετέχουν ενεργά στη χάραξη ψηφιακής πολιτικής και στη διαμόρφωση του μέλλοντος με γνώμονα την τεχνολογία.

**Το φετινό συνέδριο** Digital World Summit Greece 2024 είναι δωρεάν για το κοινό και θα λάβει χώρα στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, στις 28 Μαΐου 2024, με θέμα «Shaping the Future of AI». Οι δύο επιμέρους υποθεματικές: «AI: Η τομή ανάμεσα σε καινοτομία και ρύθμιση» και «Κυβερνοασφάλεια, Ασφάλεια των Πολιτών και Τεχνητή Νοημοσύνη» θα φιλοξενήσουν διακεκριμένους ομιλητές, εμπειρογνώμονες και καταξιωμένους ειδικούς εστιάζοντας στα ρυθμιστικά, τεχνικά και ηθικά ερωτήματα που έχουν αναδυθεί κατά την χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης στην Ελλάδα, αλλά και στην Ευρώπη. Το συνέδριο θα ολοκληρωθεί με έναν ανοιχτό διάλογο σχετικά με το «Ψηφιακό Μέλλον της Ευρώπης», με εκπροσώπους ελληνικών πολιτικών κομμάτων στο πλαίσιο των επικείμενων Ευρωεκλογών της 9ης Ιουνίου.

**Κεντρικός ομιλητής** θα είναι ο Υπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης, Δημήτρης Παπαστεργίου, ενώ τις εργασίες του συνεδρίου θα ανοίξει ο Πρόεδρος της Εθνικής Επιτροπής Τηλεπικοινωνιών και Ταχυδρομείων, Κωνσταντίνος Μασσέλος. Το συνέδριο εκτός από την αιγίδα των Ηνωμένων Εθνών, τελεί και υπό την αιγίδα του Υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης και του Δήμου Αθηναίων. ●



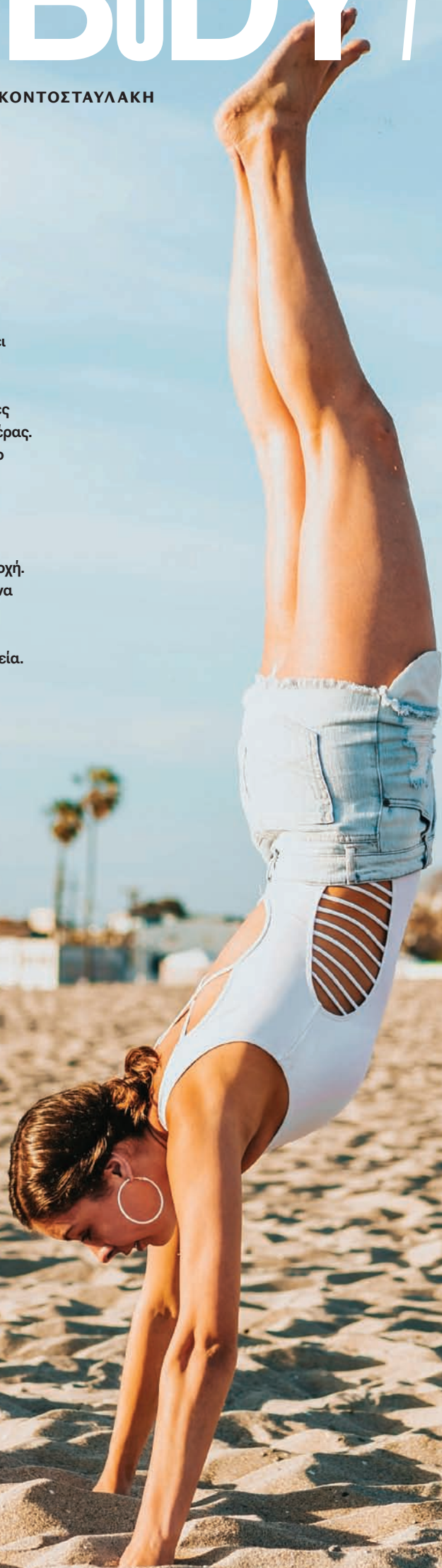


# SOUL / BODY / MIND

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΣΟΦΙΑ ΝΕΤΑ, ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΚΟΝΤΟΣΤΑΥΛΑΚΗ

## Καλοκαίρι με υγεία

Ο υπουργός Υγείας, Άδωνις Γεωργιάδης, γράφει στην Athens Voice για την τεχνητή νοημοσύνη στην Υγεία. Ακόμα, ανοίγουμε τον φάκελο της μεταμόσχευσης ήπατος, μιλώντας με τις ομάδες του Λαϊκού Νοσοκομείου που την έφεραν εις πέρας. Καθηγητές, γιατροί και άνθρωποι από τον χώρο της υγείας μιλούν και γράφουν για θέματα που μας απασχολούν διαχρονικά. Καθώς η κλιματική αλλαγή επηρεάζει όλο και περισσότερο τη ζωή μας, ο δυνατός ήλιος και οι υψηλές θερμοκρασίες χρειάζονται προσοχή. Προβλήματα υγείας που ήδη υπάρχουν μπορεί να επιδεινωθούν, γι' αυτό δεν πρέπει να αμελούμε τους ιατρικούς ελέγχους, ενώ δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η πρόληψη είναι η καλύτερη θεραπεία. Το καλοκαίρι έφτασε, απολαύστε υπεύθυνα!





# Τεχνητή νοημοσύνη στην Υγεία

## Τα οφέλη και οι προκλήσεις της νέας τεχνολογίας

Του Άδωνι Γεωργιάδη, υπουργού Υγείας

SOUL/BODY  
MIND



Η τεχνητή νοημοσύνη επελαύνει ως πραγματικός τυφώνας όχι μόνο στη βιομηχανία της τεχνολογίας αλλά σχεδόν σε κάθε τομέα, φέρνοντας άμεσα τεκτονικές αλλαγές στον σύγχρονο ανθρώπινο πολιτισμό. Σύμφωνα με τις εκτιμήσεις των ειδικών, η ιατρική είναι ο κλάδος που θα επηρεαστεί περισσότερο από την εφαρμογή της στην επόμενη δεκαετία. Κυρίως στην ανάπτυξη νέων φαρμακευτικών σκευασμάτων, αλλά και στην ανάπτυξη της ιατρικής τεχνολογίας σε βαθμό που σήμερα είναι δύσκολο να αντιληφθούμε.

Το «ταίριασμα» της τεχνητής νοημοσύνης με την ιατρική υπόσχεται να βελτιώσει τη διάγνωση, τη θεραπεία, την πρόληψη και την αποδοτικότητα των υπηρεσιών υγείας, καθιστώντας την πιο προσιτή και εξατομικευμένη. Πλέον ανοίγονται μπροστά μας τελείως καινούργια πεδία για το πώς μπορούμε να αντιμετωπίζουμε προβλήματα υγείας ή να προλαμβάνουμε ασθένειες πριν αυτές εμφανιστούν.

Αυτό έχει την πολύ θετική του πλευρά. Θα μπορούμε να σώσουμε ανθρώπινες ζωές που σήμερα δεν μπορούμε, θα μπορούμε να παρατείνουμε τη ζωή των ανθρώπων πολύ περισσότερο απ' ό,τι σήμερα και θα μπορούμε να λύνουμε ασθένειες που σήμερα θεωρούνται ανίατες. Όλα αυτά είναι εξαιρετικά καλά νέα για την ανθρωπότητα και για όλους εμάς προσωπικά.

Και μπορεί η ιατρική και η επιστημονική κοινότητα να προσαρμόζονται σε αυτές τις αλλαγές, για εμάς τους πολιτικούς όμως τα πράγματα είναι λίγο πιο δύσκολα καθώς καλούμαστε να βρούμε λύσεις στα προβλήματα που προκύ-

πτουν από αυτές τις αλλαγές και τη νέα αυτή μετάβαση. Γιατί όπως έλεγαν και οι αρχαίοι ημών πρόγονοι «ουδέν κακόν, αμιγές καλού», αλλά ισχύει και το ανάποδο: «ουδέν καλόν, αμιγές κακού».

Τι συμβαίνει λοιπόν εδώ; Οι προϋπολογισμοί όλων των συστημάτων υγείας των χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης καλούνται να ανταποκριθούν σε εξαιρετικά μεγάλες οικονομικές προκλήσεις. Σε φαρμακευτικούς προϋπολογισμούς και προϋπολογισμούς υγείας ήδη εξαιρετικά επιβαρυνμένους με κλειστούς προϋπολογισμούς μέσω των rebates και του clawback, θα πρέπει να προσθέσουμε καινούρια φάρμακα, κατά τεκμήριο τουλάχιστον στην αρχική τους φάση πάρα πολύ ακριβά, τα οποία θα πρέπει να εξασφαλίσουμε για τους πολίτες μας που τα έχουν ανάγκη.

Αυτό θα οδηγήσει σε μεγάλη πίεση στα συστήματα υγείας και στους κρατικούς προϋπολογισμούς και θα χρειαστεί να γίνει ιδιαίτερη διαχείριση πόρων για να μη φτάσουμε σε σημείο όλο το σύστημα να τινάχθει στον αέρα.

Πιστεύω ακράδαντα ότι ο μόνος πραγματικός τρόπος για να αντιμετωπιστούν αυτές οι καταστάσεις είναι το μοντέλο που ακολούθησε η Ευρωπαϊκή Ένωση την περίοδο της πανδημίας. Η πανδημία μπορεί να αποτελέσει τον προθάλαμο ενός κοινού τρόπου δράσης που θα επιτρέπει στα ευρωπαϊκά κράτη να διαπραγματευτούν με τη φαρμακοβιομηχανία και την υπόλοιπη ιατρική βιομηχανία από θέση ισχύος, και να θέσουν εκείνα τα όρια τα οποία θα επιτρέπουν από τη μία την πρόοδο της καινοτομίας και από την άλλη τη δυνατότητα των κρατικών προϋπολογισμών να κάνουν χρήση αυτών των νέων θεραπευτικών σκευασμάτων και ιατρικών δοσολογιών, με τον τρόπο εκείνον που θα επιτρέψει στους συμπολίτες μας να απολαύσουν τα οφέλη της επιστήμης, τα οποία θα είναι πάρα πολλά και συνεχώς αυξανόμενα.

Σε αυτή τη νέα εποχή, η κοινή δράση και αλληλοβοήθεια των κρατών πρέπει να θεωρείται από όλους απολύτως αυτονόητη και απαραίτητη. Δεν μπορεί μόνη της η Ελλάδα να αλλάξει την Ευρωπαϊκή Ένωση ή να θέσει τα πλαίσια. Μαζί, ως ενωμένη Ευρώπη, μπορούμε να έχουμε ισχυρότερη φωνή από ό,τι ο καθένας μας ξεχωριστά και να συμμαχήσουμε και με άλλες χώρες, δημιουργώντας μια συμμαχία που θα είναι απαραίτητη για να κάνει η ανθρωπότητα το βήμα προς τα μπρος με λελογισμένο και ασφαλές τρόπο.

Κρίνεται λοιπόν αναγκαίο τα ευρωπαϊκά κράτη να εντείνουν πάρα πολύ τη συνεργασία μας στον τομέα της υγείας, ίσως περισσότερο από κάθε άλλον τομέα, καθώς στην υγεία οι ανάγκες έρχονται με πολύ μεγάλη ταχύτητα. Οι κυβερνήσεις δεν μπορούν να κάνουν ότι δεν βλέπουν, καθώς αποτελούν και αποφάσεις που θα σώσουν χιλιάδες ανθρώπινες ζωές πολιτών.

Ταυτόχρονα, η συνεργασία με τα πανεπιστήμια και τους ερευνητικούς φορείς πάνω σε αυτή τη νέα εποχή θα είναι απολύτως απαραίτητη, διότι αυτοί είναι που θα γίνουν οι λήπτες των νέων ανακαλύψεων γρηγορότερα από ό,τι εμείς και θα μπορούν να κατευθύνουν και τις πολιτικές ηγεσίες να λάβουν τις πιο ορθολογικές αποφάσεις στον κατάλληλο χρόνο. ●

Η πανδημία μπορεί να αποτελέσει προθάλαμο ενός 24τρόπου δράσης που θα επιτρέπει στα ευρωπαϊκά κράτη να διαπραγματευτούν με τη φαρμακοβιομηχανία και την ιατρική βιομηχανία από θέση ισχύος





## Όλα ξεκινούν με μια υπόσχεση να κάνουμε τη ζωή των ανθρώπων καλύτερη

Προτεραιότητά μας είναι να παρέχουμε υψηλής ποιότητας φαρμακευτικά ιδιοσκευάσματα σε όσους τα έχουν ανάγκη, αλλάζοντας τη ζωή και τις προσδοκίες τους. Να δίνουμε ελπίδα στους συνανθρώπους μας που πάσχουν από σοβαρές και εξουθενωτικές ασθένειες εξασφαλίζοντας έγκαιρη πρόσβαση σε καινοτόμες θεραπευτικές επιλογές. Να προσφέρουμε υπεύθυνα επιστημονική ενημέρωση & να ανταποδίδουμε στην κοινωνία μέσα στην οποία δραστηριοποιούμαστε.

CO - 11 - 2023



15ο χμ. Εθνικής Οδού Αθηνών-Λαμίας,  
Κηφισιά, 145 64, Ελλάδα  
Τηλέφωνο: +30 210 6294 600

ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΜΑΣ



Περισσότερες πληροφορίες στο [www.lilly.gr](http://www.lilly.gr)



# Μεταμόσχευση ήπατος

Η αγωνία του χειρουργού,  
ενώ ο χρόνος κυλάει αντίστροφα

Είναι ένας μαραθώνιος σε ρυθμούς τροχάδην, ένας άθλος που απαιτεί αγάπη για τη ζωή. Η ATHENS VOICE ανοίγει τον φάκελο της μεταμόσχευσης ήπατος, μιλώντας με τον καθηγητή χειρουργικής **Γιώργο Σωτηρόπουλο**

Του ΛΟΥΚΑ ΒΕΛΙΔΑΚΗ  
Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ

Η ομάδα είναι μεγάλη, όλο και περισσότεροι συγκεντρώνονται. Η αίθουσα βρίσκεται στο τέλος ενός μακρύ διαδρόμου, είναι σχετικά ευρύχωρη και φωτεινή. Το στενό κρεβάτι βρίσκεται στη μέση πλαισιωμένο από πολλά μηχανήματα. Μεσημέρι Δευτέρας, γιατροί και νοσηλεύτές –σε ένα μικρό διάλειμμα από την εργασία τους– χαμογελούν, αλλά παραμένουν προσηλωμένοι. Η σοβαρότητα του καθήκοντος είναι ορατή, τα χειρουργεία αδιάκοπα. Σε αυτήν ακριβώς την αίθουσα, όπου τώρα η ομάδα των χειρουργών, των αναισθησιολόγων και των νοσηλευτών ποζάρει στον φακό της Athens Voice, έχουν γραφτεί πολλές όμορφες ιστορίες. Σε αυτό το δωμάτιο του Λαϊκού Νοσοκομείου είχε ξαπλώσει η Ελένη Αϊλαμάκη στις 2 Ιανουαρίου, όταν πραγματοποιήθηκε η πρώτη μεταμόσχευση ήπατος από ζώντα δότη στην Ελλάδα, μια στιγμή ιστορική.









Η μεταμόσχευση ήπατος δεν είναι απλώς μια ιατρική διαδικασία. Είναι ένας άθλος που απαιτεί συντονισμένη προσπάθεια, υπομονή, αντοχή και κυρίως αγάπη για την ανθρώπινη ζωή. Ανέναντί μου έχω έναν άνθρωπο ταγμένο σε αυτόν τον ευγενή σκοπό. Ο καθηγητής χειρουργικής **Γιώργος Σωτηρόπουλος** είναι ένας προσπλωμένος επιστήμονας.

Το ραντεβού μας ήταν για το Σάββατο στο ιατρείο του, αλλά εντέλει το αναβάλαμε για ένα 24ωρο, καθώς το πρόγραμμά του είχε ανατραπεί από χειρουργείο που είχε προκύψει. Ο κ. Σωτηρόπουλος είναι άνθρωπος προσηνής – συνδυάζει τη γερμανική πειθαρχία με την ελληνική ζέση. Και, κυρίως, πιστεύει πολύ στις μεταμοσχεύσεις. Μοιάζει να είναι έργο ζωής για τον ίδιο, που επέστρεψε στην Ελλάδα στα χρόνια της οικονομικής κρίσης, έχοντας πίσω του μια εξαιρετική καριέρα ως καθηγητής χειρουργικής στο Πανεπιστήμιο του Έσσεν.

*«Η πραγματοποίηση της πρώτης μεταμόσχευσης από ζώντα δότη στην Ελλάδα, στις αρχές της χρονιάς, είχε πολύ θετική απήχηση στο κοινό. Ο κόσμος εντυπωσιάστηκε, καθώς δεν γνώριζε ότι υπήρχε αυτή η δυνατότητα, αν και σε άλλες χώρες εφαρμόζεται εδώ και πολλά χρόνια»* σημειώνει. Υπήρξαν ερωτήματα για τον λόγο καθυστέρησης της υιοθέτησης αυτής της μεθόδου στη χώρα μας, που οφείλεται κυρίως στη διασφάλιση των κατάλληλων συνθηκών και εξειδικευμένου προσωπικού. *«Αφενός έπρεπε να βρεθούν άτομα που να γνωρίζουν τις νέες μεθόδους, να επιστρέψουν στη χώρα για να μπορέσουν να τις εφαρμόσουν. Αφετέρου, να υπάρξουν οι συνθήκες για να μπορέσει να εφαρμοστεί μια τόσο απαιτητική διαδικασία».*

Το νερό είχε μπει στο αυλάκι, αλλά ενέσκηψε η πανδημία και τα πάντα πήγαν πίσω. Εντός του 2024 έχουν πραγματοποιηθεί δύο σχετικά χειρουργεία και ήδη υπάρχουν εν αναμονή τρία ζευγάρια. *«Η επιτυχία αυτής της μεθόδου έχει εντυπωσιάσει το κοινό, ειδικά δεδομένου ότι η Ελλάδα είναι γενικά πίσω στις δωρεές οργάνων και τις μεταμοσχεύσεις».*

### Η κλεψύδρα της κλασικής μεταμόσχευσης

Όσο μιλάμε, ζητώ από τον καθηγητή Σωτηρόπουλο να εκλαϊκεύσει τη διαδικασία – να γίνει κατανοητή στο ευρύ κοινό. Η εφαρμογή της κλασικής μεταμόσχευσης από αποβιώσαντα δότη απαιτεί συντονισμό πολλών ομάδων, που ενεργοποιούνται μόλις υπάρχει διαθέσιμος δότης. Όλη η διαδικασία, από τον εντοπισμό του δότη έως τη μεταμόσχευση, πρέπει να ολοκληρωθεί γρήγορα και συντονισμένα. Είναι ένας αγώνας δρόμου, στη διάρκεια του οποίου δεν υπάρχει χρόνος για χάσιμο. Κάθε λεπτό είναι κρίσιμο.

Όταν εντοπιστεί δότης, το σύστημα ενεργοποιείται άμεσα για να εξασφαλίσει τη μεταφορά και τη χειρουργική διαδικασία. Συχνά, η Πολεμική Αεροπορία βοηθά στη μεταφορά οργάνων από απομακρυσμένες περιοχές, για να τηρηθούν τα όρια ασφαλείας της ψυχρής ισχαιμίας. Το όργανο πρέπει να αποθηκευθεί ώστε, όταν φτάσει στον προορισμό του, να επιτελέσει τον ρόλο του.

Ο κ. Σωτηρόπουλος υπογραμμίζει ότι η μεταμόσχευση ήπατος είναι μια πολύ απαιτητική διαδικασία, σωματικά και ψυχικά. Για να την αντέξει κανείς, χρειάζεται μια ισχυρή εσωτερική αντοχή και μια καλά οργανωμένη ομάδα υποστήριξης. Η όλη διαδικασία πρέπει να ολοκληρωθεί σε συγκεκριμένα χρονικά περιθώρια για να διασφαλιστεί η επιτυχία της μεταμόσχευσης.

Η διαδικασία έχει μακρά διάρκεια – η ομάδα των γιατρών ενδέχεται να βρίσκεται ακόμα και για 15 ώρες πάνω από τον λήπτη. Περιθώρια για λάθη δεν υπάρχουν, παρά την κόπωση. Η εμπειρία και

η εκπαίδευση παίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της αντοχής. Οι χειρουργοί μαθαίνουν να αντέχουν τις πολύωρες βάρδιες και την πίεση με την πάροδο του χρόνου, όπως οι αθλητές χτίζουν τη φυσική τους αντοχή. Η ομαδική δουλειά είναι επίσης κρίσιμη, καθώς κανείς δεν μπορεί να αντέξει μόνος του όλο το βάρος της διαδικασίας. Εάν κάποιος δείξει σημάδια κόπωσης, η ομάδα πρέπει να είναι σε θέση να τον αντικαταστήσει.

### Η πιο ιερή στιγμή

Η στιγμή της επαναιμάτωσης, όταν το νέο όργανο συνδέεται με την κυκλοφορία του ασθενούς, είναι εξαιρετικά κρίσιμη και συναισθηματικά φορτισμένη για την ιατρική ομάδα. Η διαδικασία είναι γεμάτη άγχος, καθώς πρέπει να ολοκληρωθεί εντός δέκα ωρών από την αφαίρεση του οργάνου, για να αποφευχθεί η αποτυχία.

Μόλις έχει ολοκληρωθεί η διαδικασία της σύνδεσης του οργάνου, τα πάντα κινούνται σε ένα τεντωμένο σχοινί. *«Η επαναιμάτωση είναι η πιο ιερή στιγμή. Πρώτον, το χρώμα που παίρνει, πώς αντιδρά η καρδιά του ασθενούς στο καινούργιο όργανο και βασικά όλες οι άλλες παράμετροι, μέχρι να ξέρεις ότι παίρνει μπροστά, αρχίζει και λειτουργεί. Σε εκείνη τη φάση είναι που δίνεις και τα πρώτα ανοσοκατασταλτικά για να αποτραπεί η απόρριψη του οργάνου από τον οργανισμό του ασθενούς. Είναι πολλά βήματα, τα οποία γίνονται το ένα πίσω από το άλλο».* Είμαστε στο μέσον της διαδρομής – η ομάδα έχει πάρει μια ανάσα και συνεχίζει. Όπως λέει ο κ. Σωτηρόπουλος, ακολουθεί η λεπτοδουλειά, ενέργειες που δεν είναι ορατές διά γυμνού οφθαλμού.

Όσο περιγράφει λεπτό προς λεπτό τη διαδικασία, προσπαθώ να μπω στη θέση του – να αντιληφθώ την ευθύνη που βρίσκεται στα χέρια του, τη σημασία του να εξαρτάται μια ζωή από σένα, από μια δική σου απόφαση. Ο καθηγητής μιλάει ήπια, περιγράφει την κρισιμότητα των στιγμών, αλλά οι λέξεις του αποπνέουν ψυχραιμία και σιγουριά. Του κάνω ερωτήσεις αδιάκοπα, του ζητώ να αποφύγουμε τις βαριές ιατρικές λεπτομέρειες, να δούμε τον ανθρώπινο παράγοντα. Πώς είναι να ζεις on call κάθε μέρα, όλη μέρα; Δεν είναι γνωστό το πότε θα βρεθεί το μόσχευμα, ανά πάσα στιγμή μια μεγάλη ομάδα πρέπει να συντονιστεί και να λειτουργήσει σαν καλοκουρδισμένο ρολόι.

*«Για τον ζώντα δότη, η επέμβαση είναι προγραμματισμένη. Δεν καλείς τελευταία στιγμή τον λήπτη, το ξέρει ήδη. Στην περίπτωση που έχουμε αποβιώσαντα δότη, του λέμε "έλα τώρα". Αν όμως έχει κάποια λοίμωξη (κορωνοϊό, γρίπη, κ.λπ.) δεν μπορούμε να προχωρήσουμε».* Πάντα υπάρχει εναλλακτικός λήπτης, ώστε να μη χαθεί το όργανο. Η διαδικασία, από τη στιγμή που βρεθεί το μόσχευμα έως το τέλος της διαδρομής, κρατάει πάνω από 24 ώρες. *«Είναι και σπριντ και μααραθώνιος».*

### Μαθαίνεις να αντέχεις σαν να είσαι αθλητής

Η ολοκλήρωση μιας εξαντλητικής χειρουργικής επέμβασης, όπως η μεταμόσχευση ήπατος, μετά από 15 ώρες είναι μια εμπειρία που αφρίζει τον χειρουργό σε κατάσταση εξάντλησης. Αν και σωματικά καταπονημένος, νιώθει βαθιά ικανοποίηση και ευγνωμοσύνη που κατάφερε να βοηθήσει έναν άνθρωπο.

Οι προσωπικές θυσίες, πολλές. Οι χειρουργοί πρέπει να είναι πάντα έτοιμοι να ανταποκριθούν σε ένα κάλεσμα, που σημαίνει ότι αποφεύγουν πράγματα όπως το αλκοόλ και προγραμματίζουν τη ζωή τους γύρω από την πιθανότητα μιας έκτακτης μεταμόσχευσης. Αυτό έχει επιπτώσεις στην επαγγελματική και προσωπική τους ζωή, καθώς συχνά πρέπει να ακυρώνουν ραντεβού και προγραμματισμένες χειρουργικές επεμβάσεις. ●



**— Είναι μια δύσκολη και κοπιώδης διαδικασία. Πώς αντέχετε, πού βρίσκετε την πνευματική και σωματική αντοχή; Απαγορεύεται το λάθος. Πώς το αντιμετωπίζετε;**

Είναι πολύ σημαντικό το να μην κρέμονται όλοι από έναν άνθρωπο, αλλά να υπάρχουν ομάδες, δηλαδή αν κάποιος δει ότι έχει σημάδια κόπωσης ή έχει κάτι που τον πιέζει, να μπορεί κάποιος άλλος να αναλάβει έστω κάποια βήματα της επέμβασης. Και το δεύτερο, βέβαια, ότι είναι μια διαδικασία που μαθαίνεται. Μαθαίνεις να αντέχεις, είναι σαν τον αθλητισμό. Δεν μπορείς από τη μια στιγμή στην άλλη να ξεκινήσεις χειρουργική και μετά να μπει στις μεταμοσχεύσεις. Πρέπει να έχεις αρχίσει να μαθαίνεις να αντέχεις.

**— Πότε το μάθατε; Μετά από πόσα χρόνια;**

Δεν θα ξεκάσω στους πρώτους μήνες στη Γερμανία, που με καλέσανε για να βοηθήσω ως νέος χειρουργός σε μια παιδιατρική

μεταμόσχευση ήπατος. Ξεκινήσαμε κατά τις 10 το βράδυ και όπως προχωρούσε κατά τη διάρκεια της νύχτας, συνειδητοποίησα ότι για πρώτη φορά στη ζωή μου θα ξημέρωνε η μέρα, θα συνέχιζα να εργάζομαι και δεν θα είχα κοιμηθεί. Και θυμάμαι ότι έκανα τη σκέψη «Πώς θα τα καταφέρω;»

**— Τι σας κράτησε, τι σας έδινε κίνητρο και δύναμη;**

Το κίνητρο είναι το μεγαλείο της επέμβασης. Τη δύναμη τη μαθαίνεις. Είναι πολλά πράγματα που μαθαίνεις. Να μην είμαι νηστικός, γιατί θα νυστάξω, αλλά να μην έχω φάει και πολύ.

**— Και αυτό, όμως, με δεδομένα αυτά που είπαμε πριν, ότι τελευταία στιγμή μαθαίνετε πως έρχεται το μόσχευμα, έχετε μπροστά σας πολύ λίγες ώρες. Τι κάνετε; Πώς το διαχειρίζεστε;** Πρέπει όλα αυτά τα χρόνια να ρυθμίζεις τη ζωή σου, ουσιαστικά σαν να είσαι πάντοτε σε εφημερία. Η ζωή είναι χαοτική, δηλαδή δεν





Η διαδικασία, από τον εντοπισμό του δότη έως τη μεταμόσχευση, πρέπει να ολοκληρωθεί γρήγορα και συντονισμένα. Είναι ένας αγώνας δρόμου, στη διάρκεια του οποίου κάθε λεπτό είναι κρίσιμο.

εξαρτάται μόνο από σένα, ειδικά αν έχεις οικογένεια, όπως έχετε εσείς. Να πω ένα παράδειγμα. Δεν υπάρχει αλκοόλ στη ζωή σου, όταν ξέρεις ότι εφημερεύεις για μεταμόσχευση. Δεν είναι δυνατόν να σε πάρουν και να έχεις πιει οτιδήποτε. Οπότε το αλκοόλ το ξεχνάμε. Επίσης, προγραμματίζεις τη ζωή σου σαν να μην υπάρχει μεταμόσχευση, ξέροντας όμως ότι μπορεί ανα πάσα ώρα και στιγμή να σε πάρουν τηλέφωνο.

— **Είναι σκληρή διαδικασία.** Ναι, ιδίως για τον χειρουργό και τον αναισθησιολόγο που ακολουθούν όλο το κομμάτι. Δεν είναι ότι πέρασαν οι ώρες και φύγαμε. Που σημαίνει ότι η ζωή του για αυτή την ημέρα – και ενδεχομένως και για την επόμενη – έχει διαταραχθεί. Θα πρέπει να μάθεις να ζεις με αυτό. Το οποίο έχει το κόστος του στην επαγγελματική σου ζωή, στην οικογενειακή, στην προσωπική, γιατί ξαφνικά έχεις φύγει για

τη μεταμόσχευση. Ακυρώνεις τα πάντα, ραντεβού, ακόμα και ασθενών που έχουν έρθει από την επαρχία να σε δουν.

— **Πώς το διαχειρίζεστε;** Πρέπει να έχεις υποστήριξη και από την οικογένεια. Γιατί ξαφνικά έχεις υποσχεθεί ότι θα κάνεις αυτό, θα πάρεις το παιδί από τη μια δραστηριότητα, το ένα, το άλλο...

— **Τα παιδιά σας πώς το αντι-μετωπίζουν;** Έχουν συννηθεί.

— **Καταλαβαίνουν τι κάνει ο μπαμπάς;** Νομίζω ότι καταλαβαίνουν.

— **Πόσων χρόνων είναι;** Είναι 16, 14 και 12.

— **Πώς είστε μετά από μια 15ωρη επέμβαση; Άδειος; Είναι πάρα πολύ δύσκολη διαδικασία, που απαιτεί αντοχή και με τα χρόνια αυτή μειώνεται...**

Κάθε χρονιά που περνάει το καταλαβαίνεις. Όταν ήμουν ειδικευόμενος στη Γερμανία, είχα φτάσει και δύο και τρεις μέρες να μην έχω κοιμηθεί και δεν το καταλάβαινα. Τώρα το καταλαβαίνεις.

— **Πώς τελειώνει το χειρουργείο; Τι νιώθει ο γιατρός, ο χειρουργός, που έχει τελειώσει; Πώς είναι η επόμενη μέρα; Ειδικά με τις πολύωρες διαδικασίες μετά νιώθετε κάτι σαν jet lag;** Ναι. Man kann nicht alles haben (σ.σ.: Δεν μπορείτε να έχετε τα πάντα), που λένε και οι Γερμανοί. Κάνοντας αυτήν τη δουλειά, λοιπόν, στην αρχή προσπαθούσα να συνδυάσω διάφορα, να κάνω τη μεταμόσχευση και να μην αναβάλω τόσα πολλά πράγματα από τα υπόλοιπα. Στην πορεία όμως είδα ότι αυτό ήταν απίστευτα στρεσογόνο, οπότε όταν έχω μεταμόσχευση ακυρώνω ό,τι έχω και δεν έχω, και όχι μόνο την ίδια ημέρα.

**Χρειάζεται ξεκούραση...** Μετά από μια επέμβαση πρέπει να είσαι στις επάλξεις, γιατί μπορεί να υπάρξει μια αιμορραγία, να χρειαστεί να ξαναμπείς στο χειρουργείο. Δηλαδή, αφού έχεις κάνει όλον αυτόν τον κόπο και τελειώνοντας, εφόσον έχουν πάει όλα καλά, νιώθεις κουρασμένος, αλλά και πάρα πολύ ικανοποιημένος για όσα έκανες. Βοήθησες έναν ακόμα άνθρωπο, αξιοποίησες το δώρο ζωής της οικογένειας του δότη.

— **Αυτό το συναίσθημα το νιώθετε μέσα σας;** Το νιώθεις, ναι. Γι' αυτό, δηλαδή, κάνουμε το παν να πιάσει τόπο αυτό το δώρο. Και εφόσον γίνει όλο αυτό, δεν πρέπει μετά ξαφνικά να χαλαρώσεις ή να πεις ότι, εντάξει, όλα καλά. Αλλά πρέπει να ξεκουραστείς. Σε αυτό βοηθάει ο διαμερισμός των ρόλων. Δηλαδή, μετά υπάρχει και μια ιεραρχία στο ποιος θα ενοχληθεί πρώτος για ποιο πρόβλημα, μέχρι να φτάσουν, ας πούμε, σε

μένα. Σε μένα, αν χτυπήσει το τηλέφωνο σημαίνει ότι μπαίνω σε χειρουργείο.

— **Έχει χτυπήσει ποτέ;** Ναι, έχει χτυπήσει.

— **Ανά πάσα ώρα και στιγμή πρέπει απλά να φύγεις και να τρέξεις. Είναι πολύ αγχωτική διαδικασία. Και απλά μου λέτε ότι το μαθαίνεις και αντέχεις. Σας αρέσει;** Αν δεν σου αρέσει αυτό, δεν το κάνεις.

— **Τι σας κρατάει;** Το κάνεις γιατί θέλεις να το κάνεις. Ως ομάδα. Και αυτή είναι και η ομορφιά του. Είναι όλοι ταγμένοι σε αυτόν τον σκοπό.

— **Είστε και εθελοντές, μεταξύ άλλων, αυτό καταλαβαίνω...** Είμαστε οραματιστές. Αυτό αλλιώς δεν γίνεται. Αν δεν υπάρχει όραμα στη μεταμόσχευση και ιδίως σε αυτήν που διαρκεί πολλές ώρες. ●



# Το puzzle της μεταμόσχευσης

Ο Διοικητής του ΓΝΑ Λαϊκού και οι ομάδες που συμμετέχουν στη διαδικασία μεταμοσχεύσεων περιγράφουν

Του ΛΟΥΚΑ ΒΕΛΙΔΑΚΗ  
Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ



Από αριστερά: Αρσινόη Χαροκόπου (συντονίστρια), Αποστόλης Αγγέλης (χειρουργός), Αλεξάνδρα Ρούσκα (νοσηλεύτρια), Κατερίνα Σταυριανουδάκη (νοσηλεύτρια), Χρύσα Λιβανού (νοσηλεύτρια), Σπύρος Βερνάδακης (χειρουργός), Στέλιος Κύκαλος (χειρουργός), Γιώργος Σωτηρόπουλος (καθηγητής χειρουργικής), Χρήστος Ντίκας (πρωϊστάμενος χειρουργείου), Νικόλας Μαχαίρας (χειρουργός)

## Χειρουργική ομάδα Αγώνας δρόμου

Η μεταμόσχευση ήπατος αποτελεί μια πολύπλοκη και σωτήρια διαδικασία. Ένα από τα κρίσιμα στάδια είναι η λήψη του ήπατος του δότη. Ο πρώτος και βασικός στόχος είναι να βρεθεί ένας κατάλληλος δότης. Μπορούν να είναι είτε ζώντες είτε αποβιώσαντες. Στην περίπτωση των ζώντων δοτών προσφέρεται μόνο ένα μέρος του ήπατος, ενώ στην περίπτωση των αποβιώσαντων προσφέρεται ολόκληρο το ήπαρ. Εφόσον εντοπιστεί ο δυνητικός δότης, πραγματοποιούνται μια σειρά από εξετάσεις – αιματολογικές και απεικονιστικές, με σκοπό την εκτίμηση της λειτουργίας του ηπατικού μοσχεύματος – για να διπιστωθεί η καταλληλότητα του οργάνου. Μετά την απαραίτητη οργάνωση από τη συντονιστική ομάδα, μια ειδική χειρουργική ομάδα αναλαμβάνει τη λήψη του ήπατος. Αυτή η ομάδα αποτελείται από χειρουργούς, αναισθησιολόγους, νοσηλευτές και άλλους επαγγελματίες υγείας, όλοι με εξειδίκευση στη μεταμόσχευση. Η χειρουργική επέμβαση γίνεται υπό γενική αναισθησία και σε αποστειρωμένο χειρουργικό περιβάλλον.

Η διαδικασία λήψης του ήπατος είναι μια εξειδικευμένη χειρουργική επέμβαση που διαρκεί από 2 έως 4 ώρες κατά την οποία οι χειρουργοί αναγνωρίζουν, απομονώνουν και εν τέλει διατέμνουν τους ηπατικούς αγγειακούς κλάδους και τον χοληδόχο πόρο από το υπόλοιπο σώμα. Αφού αφαιρεθεί το ήπαρ, τοποθετείται σε ειδικό υγρό συντήρησης και κατόπιν σε ειδικά ψυγεία με σκοπό να μεταφερθεί στο κέντρο που θα πραγματοποιηθεί η χειρουργική επέμβαση τοποθέτησης στον λήπτη. Ο χρόνος είναι κρίσιμος, καθώς το ήπαρ πρέπει να μεταμοσχευτεί όσο το δυνατόν συντομότερα. Ο μέγιστος αποδεκτός χρόνος διατήρησης του μοσχεύμα-

τος στον πάγο (χρόνος ψυχρής ισχαιμίας) ανέρχεται στις 12 ώρες. Μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα πρέπει να επιτευχθεί η επαναιμάτωση του οργάνου, η σύνδεσή του δηλαδή στο σώμα του λήπτη. Προ της τοποθέτησης απαιτείται ενδελεχής έλεγχος και περαιτέρω προετοιμασία.

Παράλληλα, ο λήπτης προετοιμάζεται για την επέμβαση. Αυτό περιλαμβάνει γενική αναισθησία και προετοιμασία της χειρουργικής επέμβασης. Η χειρουργική ομάδα του λήπτη αναλαμβάνει την τοποθέτηση του νέου ήπατος στη θέση του παλιού. Η διαδικασία αφαίρεσης του πάσχοντος ήπατος είναι αρκετά εργώδης και απαιτητική, δεδομένης της συχνής παρουσίας πυλαίας υπέρτασης, κίρσων (διευρυμένων φλεβών με εύθρυπτο τοίχωμα) και διαταραγμένης πήξης. Αφού αφαιρεθεί το πάσχον ήπαρ, το ηπατικό μόσχευμα τοποθετείται άμεσα εντός της περιτοναϊκής κοιλότητας και ξεκινά η θερμή ισχαιμία με τη διαδικασία των αναστομών – της επανασύνδεσης δηλαδή των αιμοφόρων αγγείων και του χοληδόχου πόρου του μοσχεύματος.

Συνολικά απαιτείται η διενέργεια 4 έως 6 δύσκολων τεχνικά αναστομών ανάλογα με τις συνθήκες και την επιμέρους εφαρμοζόμενη τεχνική. Πρόκειται για έναν αγώνα δρόμου από όλες τις εμπλεκόμενες ομάδες ώστε να περιοριστεί η διάρκεια της ισχαιμίας. Πρέπει να σημειωθεί ότι ο ασθενής χρειάζεται βέλτιστη αναισθησιολογική υποστήριξη. Η άμεση μετεγχειρητική νοσηλεία πραγματοποιείται αρχικά στη μονάδα εντατικής θεραπείας (ΜΕΘ) και ακολούθως συνεχίζεται στη Χειρουργική Κλινική Μεταμοσχεύσεων.





Από αριστερά:  
Άννα Σακελλαροπούλου  
(νοσηλεύτρια),  
Χρυσοβαλάντης  
Βεργαδής  
(επεμβατικός  
ακτινολόγος),  
Φωτεινή Δημητροπούλου  
(τεχνολόγος  
ακτινολόγος)

Στρατηγούλα Σακελλαροπούλου,  
παθολογοανατόμος, αναπληρώτρια  
καθηγήτρια

### Παθολογοανατομική ομάδα: Η εκτίμηση της ποιότητας

Ο ρόλος του εξειδικευμένου παθολογοανατόμου στη μεταμόσχευση ήπατος προεγχειρητικά είναι η τεκμηρίωση της πιθανολογούμενης αιτίας της ηπατικής νόσου, η διαπίστωση της βαρύτητας της ηπατικής βλάβης και της κίρρωσης. Κατά τη διαδικασία της μεταμόσχευσης, η εκτίμηση της ποιότητας του προς μεταμόσχευση ηπατικού μοσχεύματος, βαθμονόμηση πιθανής λιπώδους διήθησης, παρουσία χολόστασης ή φλεγμονής. Μετεγχειρητικά η συνεισφορά του παθολογοανατόμου έρχεται να αποσαφηνίσει μέσω μελέτης μιας διαδερμικής ηπατικής βιοψίας αίτια ηπατικής δυσλειτουργίας (βλάβες συντήρησης-επαναιμάτωσης, λοίμωξη, χολόσταση) και ιδιαίτερως να επιβεβαιώσει την κλινική υποψία οξείας απόρριψης του μοσχεύματος, προκειμένου να ακολουθηθεί η ενδεχόμενη θεραπεία. Στη μακροχρόνια παρακολούθηση, ο παθολογοανατόμος καλείται να εκτιμήσει τις παραπάνω παραμέτρους, όταν του ζητηθεί (λιπώδης διήθηση, φλεγμονή, χολόσταση, χρόνια απόρριψη), καθώς και την πιθανότητα υποτροπής της αρχικής νόσου στο ηπατικό μόσχευμα.

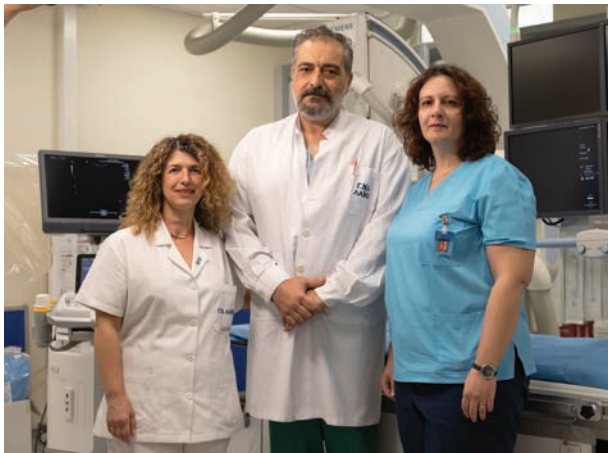


Από αριστερά:  
Βασιλική Καρακίτσιου (νοσηλεύτρια),  
Κατερίνα Λαμπαδαρίου (διευθύντρια  
αναισθησιολογικού),  
Μαρία Άλπου (πρόστα-  
μένη αναισθησιολογικού),  
Απόστολος Αρωνιάδης (υπο-  
πρόϊστάμενος αναισθησιολογικού),  
Κωνσταντίνα Σχίζα (αναισθησιολόγος)

Φωτεινή Τζιώρα,  
παθολόγος -  
λοιμωξιολόγος

### Αναισθησιολογική ομάδα Η δοκιμασία των αντοχών

Ελάχιστοι γνωρίζουν ότι ο αναισθησιολόγος είναι ο παθολόγος του χειρουργείου, είναι δηλαδή ο γιατρός που πρέπει να προλάβει και να διορθώσει τις διαταραχές που υφίστανται τα ζωτικά όργανα του ασθενούς, τόσο από το χειρουργικό τραύμα όσο και από τα άλλα νοσήματα από τα οποία πάσχει. Ιδιαίτερα στην ηπατική μεταμόσχευση πρέπει να διαχειριστεί έναν πολύ βαριά πάσχοντα ασθενή που υποβάλλεται σε μια πολύ βαριά επέμβαση. Συνεπώς, η ηπατική μεταμόσχευση αποτελεί πρόκληση για τον αναισθησιολόγο που απαιτεί εξειδίκευση και προσδίδει μεγάλη ηθική ικανοποίηση και κύρος. Ταυτόχρονα, όμως, δοκιμάζει τις ανθρώπινες αντοχές και σχέσεις αφού είναι πολύωρες επεμβάσεις που ξεπερνούν τις 10 ώρες, σε συνθήκες συνεχούς εγρήγορσης και έντασης, όπου το «εγώ» πρέπει να υποτάσσεται στο σύνολο και αυτό είναι και το διακύβημα της επιτυχίας. Διενεργούνται σε έκτακτη βάση – γιατί είναι περιορισμένος ο χρόνος ζωής των μοσχευμάτων – τη νύχτα, τις μεγάλες αργίες και τα σ/κ, με σοβαρό προσωπικό και οικογενειακό κόστος. Απαιτεί μεγάλα αποθέματα σωματικού και ψυχικού σθένους, και όλα αυτά λειτουργούν μάλλον αποτρεπτικά στην προσέλκυση νέων αναισθησιολόγων σε αυτή την εξειδίκευση. Είμαστε ιδιαίτερα υπερήφανοι για την επιτυχή έκβαση των ηπατικών μεταμοσχεύσεων από ζώντα δότη αφού συμβάλαμε και εμείς –πέρα από το να συνεχίσουν να ζουν και να ονειρεύονται δύο νεαρά κορίτσια– να αναδείξουμε τη Μονάδα μας και το Νοσοκομείο μας ως το πρώτο στη χώρα, που κατόρθωσε να φέρει σε πέρας ένα επίτευγμα που πραγματοποιείται μόνο στα μεγάλα κέντρα του εξωτερικού.



### Ακτινολογική ομάδα: Η ανάδειξη της λειτουργίας

Ο ρόλος του ακτινολόγου (ακτινοδιαγνώστη, επεμβατικού ακτινολόγου), με τις εξειδικεύσεις του στις απεικονιστικές μεθόδους (ακτινογραφία, υπερηχογραφία, αξονική τομογραφία, ψηφιακή αγγειογραφία, μαγνητική τομογραφία) και ειδικότερα με εξειδικευμένες γνώσεις στην ανάδειξη και απεικόνιση της ιδιαίτερης παθολογίας του κίρρωτικού και του μεταμοσχευμένου με ήπαρ ασθενούς, είναι κομβικός. Κατά τον προμεταμοσχευτικό έλεγχο, ο γιατρός ακτινοδιαγνώστης θα ενημερώσει τον χειρουργό, πλην του ήπατος, και για την κατάσταση όλων των οργάνων του ασθενούς. Ο επεμβατικός ακτινολόγος κατά τον προμεταμοσχευτικό έλεγχο θα διενεργήσει προεγχειρητικά κατευθυνόμενη βιοψία ήπατος στον δότη (σε περίπτωση μεταμόσχευσης από ζώντα δότη) ή κατευθυνόμενη λήψη ιστών ή υγρών του λήπτη για τη διενέργεια των απαραίτητων εξετάσεων. Κατά την άμεση μετεγχειρητική περίοδο, ο γιατρός ακτινοδιαγνώστης θα αναδείξει την καλή λειτουργία του μεταμοσχευμένου ήπατος ή θα αναδείξει τα αίτια κακής λειτουργίας. Μαζί με τον χειρουργό και τον ηπατολόγο, είναι ο γιατρός που «παντρεύεται» τον ασθενή, αφού εκτιμά δια βίου σε τακτά χρονικά διαστήματα και απεικονίζει τη λειτουργία του μεταμοσχευμένου ήπατος, αλλά και όλων των λοιπών οργάνων του.



### Λοιμωξιολογική ομάδα Ο κρίσιμος ρόλος

Ο λοιμωξιολόγος διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στην ομάδα μεταμόσχευσης ήπατος. Ασχολείται με την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία λοιμώξεων που μπορούν να επηρεάσουν τον ασθενή πριν και μετά τη μεταμόσχευση. Κατά την προετοιμασία του ασθενούς, αξιολογεί και αντιμετωπίζει ενδεχόμενες υπάρχουσες λοιμώξεις και επιτηρεί τη διενέργεια των απαιτούμενων εμβολιασμών μεριμνώντας για την ασφάλεια της διαδικασίας. Αξιολογεί το μικροβιολογικό φορτίο του δυννητικού δότη και προσαρμόζει ανάλογα την αντιμικροβιακή θεραπεία του υποψήφιου λήπτη. Μετά τη μεταμόσχευση, παρακολουθεί στενά τον ασθενή για σημάδια νέων λοιμώξεων, λόγω της ανοσοκαταστολής που χρησιμοποιείται. Συνεργάζεται στενά με άλλους ειδικούς για να προσαρμόσει τη φαρμακευτική αγωγή και να εξισορροπήσει την ανάγκη για ανοσοκαταστολή με την πρόληψη λοιμώξεων. Όταν χορηγείται μεγάλη ανοσοκαταστολή, μειώνεται η άμυνα του οργανισμού και αυξάνεται η πιθανότητα λοιμώξεων. Ο ρόλος του λοιμωξιολόγου είναι ουσιαστικός για την επιτυχία και τη μακροχρόνια υγεία του ασθενούς, ιδιαίτερα για την αναγνώριση πρώιμων σημείων σπάνιων λοιμώξεων που μπορεί να επισυμβούν σε αυτή την ιδιαίτερη ομάδα ασθενών.



Θεοφάνης Ροΐδης,  
Διοικητής Λαϊκού  
Νοσοκομείου

## Δώσαμε ελπίδα σε ηπατοπαθείς

Ο Θεοφάνης Ροΐδης, Διοικητής ΓΝΑ Λαϊκού, γράφει για τις μεταμοσχεύσεις

Με ιδιαίτερη χαρά και υπερηφάνεια, ως Διοικητής του ΓΝΑ ΛΑΪΚΟ, θα ήθελα να τονίσω την ανεκτίμητη αξία της μεταμόσχευσης συμπαγών οργάνων. Οι μεταμοσχεύσεις είναι ένα θαύμα που πραγματοποιείται σε πολλά επίπεδα. Η ιδιαιτερότητά τους οφείλεται στο γεγονός ότι η ανάπτυξη και η διάδοσή τους δεν εξαρτάται μόνο από την επιστημονική και τεχνολογική πρόοδο, αλλά κυρίως από την ευαισθητοποίηση και συμμετοχή των κοινωνικών φορέων και όλου του κοινωνικού συνόλου. Η έλλειψη μοσχευμάτων και ο διαρκώς αυξανόμενος αριθμός ασθενών που χρήζουν μεταμόσχευσης δυστυχώς διευρύνεται συνεχώς και μάλιστα σε παγκόσμιο επίπεδο.

Στο Λαϊκό Νοσοκομείο, είμαστε υπερήφανοι που διαθέτουμε μια αξιόλογη και εξειδικευμένη διεπιστημονική ομάδα, που έχει και την τεχνογνωσία αλλά και το πάθος να φέρει εις πέρας τέτοιου είδους επεμβάσεις με επιτυχία. Αξίζει να σημειωθεί ότι στο ΓΝΑ ΛΑΪΚΟ υπάρχει το μεγαλύτερο κέντρο μεταμοσχεύσεων νεφρού στην Ελλάδα και το μοναδικό κέντρο μεταμοσχεύσεων ήπατος στη Νότια Ελλάδα.

Η μεταμόσχευση ήπατος αποτελεί μία από τις πιο σύνθετες και απαιτητικές χειρουργικές επεμβάσεις της σύγχρονης ιατρικής, που προϋποθέτει τη συνεργασία πολλών ειδικοτήτων και την αφοσίωση μιας ολόκληρης ομάδας υγειονομικών επαγγελματιών. Ειδικότερα, μας διακατέχει βαθιά συγκίνηση για την επιτυχή έκβαση των ήδη δύο καινοτόμων επεμβάσεων μεταμόσχευσης ήπατος από ζώντα δότη, που πραγματοποιήθηκαν για πρώτη φορά στη χώρα μας στο ΓΝΑ ΛΑΪΚΟ.

Πρόκειται για μια σπουδαία ιατρική εξέλιξη στη χώρα μας, που θα δώσει και πάλι ελπίδα σε πάρα πολλούς ηπατοπαθείς.

Το Λαϊκό Νοσοκομείο λειτουργεί ως σύνδεσμος σε αυτή την αλυσίδα της ελπίδας και της ζωής, προάγοντας την κουλτούρα της δωρεάς οργάνων στην κοινωνία μας. Η δέσμευσή μας για την παροχή υψηλής ποιότητας υγειονομικής περίθαλψης είναι αμετάβλητη. Οι μεταμοσχεύσεις ήπατος αντιπροσωπεύουν την κορυφή αυτής της δέσμευσης και την αφοσίωσή μας στη ζωή και την υγεία των συνανθρώπων μας που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας.

Είμαστε υπερήφανοι, ως Νοσοκομείο, που καταφέραμε να ανοίξουμε αυτήν τη θεραπευτική δυνατότητα στην Ελλάδα και για άλλους ασθενείς.

Με εκτίμηση,  
ο Διοικητής του ΓΝΑ ΛΑΪΚΟ  
Θεοφάνης Ροΐδης







Δέσποινα  
Βουλγαράκη,  
νοσηλεύτρια

### Νοσηλευτική ομάδα Προετοιμασία και μετεγχειρητική φροντίδα

Ο ρόλος του νοσηλευτή της Μονάδας Μεταμόσχευσης στη μεταμόσχευση ήπατος είναι θεμελιώδης και πολυδιάστατος καλύπτοντας τη φάση της προετοιμασίας του ασθενούς πριν την επέμβαση και τη μετεγχειρητική φροντίδα, μετά την έξοδό του από τη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας και μέχρι την έξοδο από το νοσοκομείο. Οι νοσηλευτές αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της διεπιστημονικής ομάδας και έχουν την ευθύνη για τον σχεδιασμό, την εφαρμογή και την αξιολόγηση της νοσηλευτικής φροντίδας που παρέχεται στους ασθενείς και τις οικογένειες τους κατά τη διαδικασία της μεταμόσχευσης. Οι νοσηλευτές της μεταμόσχευσης αντιπροσωπεύουν επίσης τον βασικό κρίκο στο δίκτυο επικοινωνίας της διεπιστημονικής ομάδας. Η αποτελεσματική επικοινωνία είναι απαραίτητη για τη φροντίδα των ασθενών, αφού αφενός προάγει τον σεβασμό και την εμπιστοσύνη μεταξύ των μελών της ομάδας και αφετέρου την εμπιστοσύνη των ασθενών προς την ιατρονοσηλευτική ομάδα.

### Η ομάδα νοσηλευτών χειρουργείου Η τέχνη της οργάνωσης

Η Νοσηλευτική Χειρουργείου, ως επιστήμη και τέχνη, οφείλει να συμβαδίζει με την εξέλιξη της τεχνολογίας. Η μεταμόσχευση ήπατος αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες κατακτήσεις της Ιατρικής του 20ού αιώνα και έχει καθιερωθεί πλέον ως θεραπευτική πρακτική. Στήριγμα, αρωγός, συμπαραστάτης και συνεργάτης σε αυτήν την προσπάθεια είναι ο νοσηλευτής χειρουργείου, ο εξειδικευμένος επαγγελματίας υγείας η πολύπλευρη διάσταση του ρόλου του οποίου διαφαίνεται από τα καθήκοντα που έχει επιφορτιστεί. Σε αυτόν ανήκει η προετοιμασία της αίθουσας όπου θα λάβει χώρα η μεταμόσχευση και της αίθουσας όπου θα γίνει η παρασκευή του ηπατικού μοσχεύματος. Ο νοσηλευτής χειρουργείου καλείται να τις οργανώσει με τρόπο ώστε οι απαιτούμενες συσκευές, το αναλώσιμο υλικό και γενικά όλος ο απαραίτητος εξοπλισμός να είναι συγκεντρωμένος, ελεγμένος για πληρότητα, ακεραιότητα και λειτουργία και τοποθετημένος με τρόπο που να διασφαλίζεται η λειτουργικότητα και η εργονομία του χώρου.



Χριστίνα  
Οικονόμου, κλινική  
συντονίστρια  
μεταμοσχεύσεων

### Κλινικός συντονιστής Η αποτελεσματική παρέμβαση

Η καθιέρωση του συντονιστή μεταμοσχεύσεων διευκολύνει τις επικοινωνίες και τη ροή των διαδικασιών στους απαραίτητους αιτούμενους χρονικούς περιορισμούς διεκπεραίωσης όλων των διαδικασιών. Ιδιαίτερη σημασία έχει ο ρόλος του συντονιστή μεταμοσχεύσεων στις περιπτώσεις των δότην πολλαπλών οργάνων. Η περιπλοκότητα του περιστατικού σε συνδυασμό με τη συνύπαρξη ταυτόχρονα πολλών ιατρικών ομάδων, καθώς και με την απαιτούμενη ελαχιστοποίηση του χρόνου μεταφοράς ιατρικών ομάδων και μοσχευμάτων, απαιτούν την αποτελεσματική παρέμβαση του συντονιστή, με τρόπο που να ωφεληθούν όσο το δυνατόν περισσότεροι ασθενείς από έναν δότη.

### Αιμοδοσία και Μεταμόσχευση ήπατος

Η συμμετοχή της Υπηρεσίας Αιμοδοσίας του Νοσοκομείου είναι σημαντικός κρίκος στην αλυσίδα των μεταμοσχεύσεων ήπατος, υποστηρίζοντας τις ανάγκες των ασθενών με ποιοτικά παράγωγα αίματος (ερυθρά, πλάσμα, αιμοπετάλια). Επίσης έχει συμβουλευτικό ρόλο για τις διαταραχές αιμόστασης.

Ιστορικά η μεταμόσχευση ήπατος χρειαζόταν μεγάλο αριθμό μεταγίσεων, αφενός λόγω της αυξημένης διεγχειρητικής απώλειας αίματος σε ένα όργανο με ιδιαίτερα πλούσια αιμάτωση και αφετέρου λόγω των διαταραχών που προϋπάρχουν ή μπορεί να συμβούν διεγχειρητικά στην πήξη του αίματος. Το ήπαρ είναι ένα όργανο που συμμετέχει ενεργά στον μηχανισμό αιμόστασης και τον μηχανισμό ινωδολύσης και οι διαταραχές αυτές μπορούν να οδηγήσουν σε αιμορραγία ή και θρόμβωση επηρεάζοντας την έκβαση της μεταμόσχευσης.

Όμως έχει φανεί από πολλές μελέτες ότι ο μεγάλος αριθμός μεταγίσεων συσχετίζεται με αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα. Έτσι, τα τελευταία χρόνια γίνεται προσπάθεια να γίνεται ορθολογική διαχείριση της αιμοθεραπείας, με επίκεντρο την καλή έκβαση του ασθενούς (*Patient Blood Management*). Σημαντικοί παράγοντες για την επίτευξη της ορθολογικής διαχείρισης είναι α) η προεγχειρητική εκτίμηση του ασθενούς για τη βελτίωση τυχόν αναιμίας και διαταραχών αιμόστασης β) διεγχειρητικά, η έγκαιρη αντιμετώπιση της αιμορραγίας και των διαταραχών της αιμόστασης, με σκοπό να χορηγηθεί το κατάλληλο παράγωγο στον κατάλληλο χρόνο και γ) η ορθολογική χρήση των παραγώγων μετεγχειρητικά. Και στα τρία στάδια η συμμετοχή της Αιμοδοσίας, σε συνεχή συνεργασία με τις υπόλοιπες ειδικότητες που συμμετέχουν σε όλη τη διαδικασία της μεταμόσχευσης, είναι ουσιαστική προσπαθώντας να εξασφαλίσει, ήδη από τον προγραμματισμό της μεταμόσχευσης, επαρκή αριθμό παραγώγων αίματος και να συμβάλει στην ορθολογική χρήση τους και την υποστήριξη των διαταραχών αιμόστασης, με στόχο την καλή έκβαση τους ασθενούς.



Παύλος Βερνίκος,  
εντατικολόγος

### Μονάδα Εντατικής Θεραπείας Η αυξημένη επαγρύπνηση

Ο ρόλος της Εντατικής Θεραπείας είναι ουσιαστικός, καθώς η πολύπλευρη μετεγχειρητική παρακολούθηση όλων των συστημάτων του ασθενούς οδηγεί σε πρώιμη αναγνώριση και αντιμετώπιση διαταραχών ή επιπλοκών, γεγονός σημαντικό για την έκβαση της μεταμόσχευσης. Κατά την εισαγωγή του ασθενούς στη ΜΕΘ, οι άμεσοι στόχοι είναι η αιμοδυναμική σταθεροποίηση, η διόρθωση των μεταβολικών διαταραχών και διαταραχών της πήξης, η βελτίωση της αναπνευστικής λειτουργίας με στόχο τον γρήγορο απογαλακτισμό από τη μηχανική υποστήριξη της αναπνοής, καθώς και η συνεχής αξιολόγηση της λειτουργικότητας του μοσχεύματος. Ταυτόχρονα παρακολουθείται κλινικά και εργαστηριακά η νεφρική λειτουργία.

Οι λοιμώξεις αποτελούν ένα σημαντικό κομμάτι της νοσηλείας αυτών των ασθενών, καθώς η υποστήριξη της λειτουργικότητας του μοσχεύματος επιτυγχάνεται με τη χορήγηση ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων, που ως παρενέργεια μπορεί να έχουν την πτώση της άμυνας του οργανισμού, τον οποίο καθιστούν ευάλωτο σε συνήθεις ή σοβαρές λοιμώξεις. Αυτό ενισχύεται από το γεγονός της κακής (συνήθως) γενικής κατάστασης του ασθενούς πριν από τη μεταμόσχευση, καθώς και από την πιθανή λοίμωξη από μικρόβια του δότη. Η προφύλαξη με αντιβιοτικά από πιθανές λοιμώξεις καθώς και η αυξημένη επαγρύπνηση και θεραπεία του ασθενούς σε οποιαδήποτε ένδειξη λοίμωξης αποτελούν απαραίτητο στοιχείο νοσηλείας στη ΜΕΘ. ●



# Η καινοτομία ανοίγει νέους δρόμους θεραπείας. Εμείς, τους οδηγούμε εδώ.

Τρεις δεκαετίες πριν είδαμε λίγο πιο μακριά. Είδαμε το μέλλον της θεραπείας να αλλάζει και δημιουργήσαμε την πρώτη ελληνική φαρμακευτική εταιρεία βιοτεχνολογίας.

Σε όλη μας την πορεία, βλέπουμε την επιστήμη να ανοίγει διαρκώς νέους δρόμους. Να αντιμετωπίζει αποτελεσματικά ασθένειες, μέχρι πρότινος ανίατες. Να εκπληρώνει την υπόσχεση για καλύτερη και περισσότερη ζωή.

Η δική μας αποστολή παραμένει σταθερή. Εργαζόμαστε καθημερινά, ώστε οι νέοι αυτοί καινοτόμοι δρόμοι θεραπείας να οδηγούν εδώ, στη χώρα μας, μέσα από συνεργασίες με πρωτοπόρες διεθνείς φαρμακευτικές εταιρείες που αναπτύσσουν θεραπείες αιχμής.

Σήμερα, διαθέτουμε ένα χαρτοφυλάκιο καινοτόμων φαρμάκων για περισσότερες από 30 σοβαρές, χρόνιες και σπάνιες παθήσεις. Και συνεχίζουμε, με την ίδια προσήλωση, να αναζητούμε παντού στον κόσμο νέα, προηγμένα φάρμακα ώστε να τα φέρουμε πιο κοντά σε εκείνους που τα έχουν ανάγκη.



[www.genesispharma.com](http://www.genesispharma.com)





## «Εκτός από γιατροί, είναι και σπουδαίοι άνθρωποι»

Η πρόεδρος του Υγεία για Όλους, Ελένη Σωτηροπούλου, περιγράφει πώς τα κλιμάκια της ομάδας τους έχουν εντοπίσει προβλήματα υγείας σε ανθρώπους από ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού σε όλη την Ελλάδα

Του ΛΟΥΚΑ ΒΕΛΙΔΑΚΗ







Καρδίτσα



Θήβα



Αλιάρτος



«Θεωρούμε εξαιρετικά σημαντικό το να προσέξουμε το παιδί. Το παιδί είναι η οικογένεια του αύριο». Τα μάτια της έχουν δει πολλά – επί χρόνια στον τομέα της υγείας από διάφορες θέσεις, τα τελευταία 8 χρόνια ως επικεφαλής του Υγεία για Όλους. Η Ελένη Σωτηροπούλου, περιγράφοντας την πραγματικότητα κυρίως των ευάλωτων ομάδων ανά την Ελλάδα, μετατοπίζει τη σκέψη της ωσάν να είναι εκκρεμές. Από τη μία, οι εικόνες: άνθρωποι σε δύσκολη θέση, αφημένοι στη μοίρα τους. Από την άλλη, ο αισιόδοξος τόνος κι οι όμορφες ιστορίες: γιατροί που εθελοντικά συνδράμουν ανθρώπους «αόρατους», μπορεί και να τους αλλάξουν τη ζωή.

«Μετά από 8 χρόνια που υπάρχει το Υγεία για Όλους, από ελέγχους σε όλη τη χώρα σε ευάλωτες ομάδες πληθυσμού, αλλά και κατοίκους ορεινών ή ημιορεινών περιοχών και άγονων γραμμών, έχουμε διαπιστώσει, πέρα από τα προβλήματα που υπάρχουν στους ενήλικες, πολλά προβλήματα στα παιδιά. Και καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι δεν είναι μόνο ο εμβολιασμός και η πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας που πρέπει να προτάξουμε. Είναι γενικότερα η παιδιατρική εξέταση σε παιδιά ακόμη και των αστικών κέντρων, όπως στον Δήμο της Αθήνας».

Η κ. Σωτηροπούλου διηγείται ιστορίες βγαλμένες από τη μακρά εμπειρία της από τις αδιάκοπες αποστολές. Δεν σταματά να αναφέρεται και στα μελλοντικά σχέδια: «Τον Σεπτέμβριο ξεκινάμε ένα πρόγραμμα, πρώτα σε συνεργασία με τον Δήμο Αθηναίων. Θα γίνει παιδιατρικός, καρδιολογικός, δερματολογικός, ωτορινολαρυγγολογικός έλεγχος στα παιδιά στο 4ο Δημοτικό Ιατρείο, στα Σεπόλια. Θα ακολουθήσουν ορεινές περιοχές και νησιά στις άγονες γραμμές».

Όπως λέει, δεν θα μείνουν μόνον στον εμβολιασμό (το έργο τους με τα παιδιά Ρομά είναι εντυπωσιακό), αλλά θα εστιάσουν σε ανήλικους στον γενικό πληθυσμό. «Το παιδί είναι η οικογένεια του αύριο» επαναλαμβάνει, «κι έχουμε διαπιστώσει ότι υπάρχουν πολλά προβλήματα στα παιδιά που οι γονείς δεν τα γνωρίζουν, όπως παραδείγματος χάρι η νευροϊνμάτωση και η παχυσαρκία».

Προσθέτει ότι ένα στα πέντε παιδιά στις άγονες γραμμές είναι παχύσαρκο - υπέρβαρο. Ο λόγος; «Στα πολύ μικρά νησιά δεν υπάρχει αθλητισμός. Δεν υπάρχουν δρόμοι. Μετά, έχει να κάνει και με τη διατροφή. Άρα θα εστιάσουμε στην οικογένεια, στη μάνα. Θα της πούμε πώς πρέπει να τρέφεται το παιδί».

Ειδικά κλιμάκια από παιδιάτρους και επισκέπτες υγείας θα εστιάσουν, λοιπόν, στην ενημέρωση των μητέρων για τη σωστή διατροφή των παιδιών. Η κ. Σωτηροπούλου προχωρά σε μια δυσάρεστη διαπίστωση, στην οποία έχει καταλήξει μέσω της διάδρασής της με οικογένειες στις διάφορες επισκέψεις των κλιμακίων του Υγεία για Όλους. «Δεν γνωρίζουν. Στις άγονες γραμμές είναι πιο δύσκολη η κατάσταση».

Τα κλιμάκια αποτελούνται από ομάδες των 8-10 ανθρώπων και σε κάθε περιοχή παραμένουν ανάλογα με τις ανάγκες και τον πληθυσμό. Σε ένα νησί της άγονης γραμμής συνήθως μένουν τουλάχιστον για δύο μέρες καθώς πρέπει να εξεταστεί όλος ο κόσμος.

«Μετά από την Αθήνα θα πάμε στη Νίσυρο, στις Οινούσσες, στη Νάξο – στα ορεινά: Φιλότι και Απείρανθος. Θα πάμε στη Σαμοθράκη όπου δεν έχουμε πάει. Εκεί έχουν μόνο έναν γενικό γιατρό κι έναν παιδίατρο, θα εστιάσουμε στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας των παιδιών. Το θεωρούμε εξαιρετικά σημαντικό γιατί υπάρχουν παιδιά με αναπτυξιολογικά προβλήματα που οι γονείς δεν γνωρίζουν καθώς τα παιδιά δεν έχουν εξεταστεί ποτέ. Υπάρχουν ενδείξεις, αλλά οι γονείς δεν είναι σε θέση να αντιληφθούν. Εμείς αμέσως τα στέλνουμε σε ειδικούς αναπτυξιολόγους».

### Ο εμβολιασμός και ασθένειες που παραμένουν στο σκοτάδι

Εξ αρχής, το βασικότερο πρόβλημα που εντόπισαν στα παιδιά των ευάλωτων ομάδων πληθυσμού ήταν ο εμβολιασμός. Από το 2016, οπότε και άρχισε το σχετικό πρόγραμμα, έχουν εμβολιάσει 16.000 παιδιά Ρομά. «Γιατί εμβολιάζοντας ένα παιδί Ρομά διασφαλίζεις και τα υπόλοιπα παιδιά. Πάνε στο ίδιο σχολείο, στην ίδια παιδική χαρά».

Κι επίσης, προσεγγίζουν τις μητέρες, εξηγούν τη σημασία του εμβολιασμού, το πόσο ωφέλιμος είναι ο θηλασμός, τη σημασία του να πάει το παιδί στο σχολείο. «Μιλάμε στους Ρομά, αλλά και στους εργάτες γης – είναι άνθρωποι που είτε δεν έχουν τις γνώσεις είτε δεν τους έχει μιλήσει κανείς για κάποια θέματα, όπως είναι η διατροφή του παιδιού». Η κ. Σωτηροπούλου υπογραμμίζει ότι εκείνο που τους προβληματίζει περισσότερο ως επιστημονική ομάδα είναι η διαπίστωση ότι υπάρχουν ασθένειες στα παιδιά και προβλήματα που οι γονείς δεν τα έχουν αντιληφθεί.

«Μιλάμε για περιοχές από τη δυτική Αττική μέχρι τους ορεινούς όγκους και την άγονη γραμμή. Οι γονείς δεν είναι σε θέση να αντιληφθούν κάποιες διαταραχές. Όταν, για παράδειγμα, ένα παιδί έχει δυσλεξία δεν μπορεί να το καταλάβει ο γονιός. Βρήκαμε ένα παιδί στη Δάφνη Καλαβρύτων, μας είπε η καθηγήτρια ότι το παιδί μεταχειρίζεται διάφορες πονηριές για να επιμηκύνει τον χρόνο προφορικής εξέτασής του. Όμως το παιδί αυτό έχει ανάγκη γιατί δεν μπορεί να λειτουργήσει. Απαραίτητη για την έκφρασή του είναι η οπτική εικόνα, καθώς έχει δυσλεξία. Ένα άλλο παιδί που συναντήσαμε ήταν 5 χρονών και χρησιμοποιούσε μόνο δυσύλλαβες λέξεις, είχε αναπτυξιολογικό πρόβλημα. Η μητέρα δεν μπορούσε να το καταλάβει. Βρήκαμε επίσης παιδί με αυτισμό που οι γονείς δεν μπορούσαν να το δεχθούν. Η παιδίατρος προσπάθησε να τους εξηγήσει πόσο σημαντικό είναι να επισκεφτούν αναπτυξιολόγο».

Η κ. Σωτηροπούλου έχει να διηγηθεί πολλές ιστορίες με πρωταγωνιστές ανθρώπους που βρίσκονταν στη σκιά. «Είχαμε πάει στη Νάξο και επρόκειτο να πάμε στην Αμοργό. Ωστόσο είχε θαλασσοταραχή, δεν κατορθώσαμε να φτάσουμε. Και για να μη χάσουμε τη μέρα πήγαμε στο Φιλότι, ένα ορεινό χωριό. Εκεί, εξετάζοντας τον γενικό πληθυσμό, συναντήσαμε ένα παιδάκι το οποίο ο έμπειρος καρδιολόγος διαπίστωσε ότι είχε καρδιολογικό πρόβλημα. Αμέσως κλείσαμε ραντεβού και το φέραμε στον Ωνάσειο. Το παιδί είχε τρύπα στην καρδιά. Χειρουργήθηκε. Δόξα τω θεώ, είναι μια χαρά.

» Σε άλλη περίπτωση, μας έφεραν ένα παιδάκι που δεν μιλούσε. Προσπαθούσε να δει τι έκαναν τα άλλα παιδιά για να το κάνει. Η μάνα μάς έλεγε ότι έχει νοτική υστέρηση. Το στείλαμε στο Παίδων. Το παιδί είχε υγρό στα αυτιά. Χειρουργήθηκε. Έγιναν παροχετεύσεις. Πήγε νηπιαγωγείο και αυτή τη στιγμή πάει στο δημοτικό. Δεν μπορώ να υπολογίσω πόσους ανθρώπους βοήθησαμε, αλλά έχουμε αλλάξει τη ζωή πολλών παιδιών», σημειώνει συγκινημένη.

### Πώς ξεκίνησε το Υγεία για Όλους

«Σε μια περίοδο οικονομικής κρίσης, ανεργίας και κοινωνικού αποκλεισμού υπήρχαν πληθυσμιακές ομάδες εκτός κοινωνικού και οικονομικού ιστού της χώρας. Αυτό ήταν το έναυσμα για να δημιουργήσουμε το Υγεία για Όλους, το οποίο απευθύνεται σε άπορους, ανασφάλιστους, κατοίκους ορεινών περιοχών και άγονων γραμμών», λέει η κ. Σωτηροπούλου περιγράφοντας την εκκίνηση του έργου τους πριν από 8 χρόνια.

Μέσα σε αυτό το διάστημα, πραγματοποίησαν ένα διττό πρόγραμμα, με εμβολιασμό παιδιών –κυρίως ασυνόδευτων προσφύγων και παιδιών Ρομά– και ιατρικές παρεμβάσεις στο γενικό πληθυσμό.

Το πρόγραμμα τελεί υπό την αιγίδα της UNESCO, του Πανεπιστημίου Αθηνών, του Πανεπιστημίου Κρήτης και της Εθνικής Επιτροπής Εμβολιασμών. «Σε διάστημα 7 ετών έχουμε εμβολιάσει περίπου 16.000 παιδιά με 30.000 εμβόλια. Έχουν εξεταστεί πάνω από 11.000 ενήλικες: καρδιολογικά, γυναικολογικά, ενδοκρινολογικά, ορθοπεδικά, πνευμονολογικά – τελευταία έχουμε επίσης νευρολογικό και ψυχιατρικό έλεγχο».

Τα κλιμάκια της ομάδας σπεύδουν στα δύσκολα σημεία: «Σε συνεργασία με τις τοπικές δομές υγείας, αφού υπάρχει έγκριση από την αρμόδια υγειονομική περιφέρεια και για τους εμβολιασμούς έγκριση από το Υπουργείο Υγείας. Τα εμβόλια είναι δωρεά των φαρμακευτικών εταιρειών και τους ευχαριστούμε. Υπάρχουν χορηγοί που πραγματικά μας στηρίζουν, γιατί χωρίς αυτούς δεν θα μπορούσε να υπάρξει το πρόγραμμα». Όλα τα στοιχεία των εμβολιασμών περνάνε στο Εθνικό Μητρώο Εμβολιασμών της Η.ΔΙ.Κ.Α.

Πριν καταλήξουμε στην κουβέντα μας, η κ. Σωτηροπούλου νιώθει την ανάγκη να τονίσει: Το πρόγραμμα στηρίζουν 240 εθελοντές γιατροί, μαίες, νοσηλεύτριες, κοινωνικοί λειτουργοί, επισκέπτες υγείας, εκπαιδευτικοί. «Εκτός από γιατροί είναι και σπουδαίοι άνθρωποι», υπογραμμίζει με φωνή που σπάει από συγκίνηση. ●

||  
**Μας έφεραν ένα παιδάκι που δεν μιλούσε. Η μάνα μάς έλεγε ότι έχει νοτική υστέρηση. Το στείλαμε στο Παίδων. Το παιδί είχε υγρό στα αυτιά. Χειρουργήθηκε. Έγιναν παροχετεύσεις. Πήγε νηπιαγωγείο και αυτή τη στιγμή πάει στο δημοτικό.**  
||



# Είσαι σίγουρη ότι κάνεις σωστά τον ετήσιο έλεγχο στο στήθος σου;

Μετά από δύο προσωπικές ιστορίες με καρκίνο του μαστού, κατάλαβα ότι τα έκανα όλα λάθος. Επισκέφθηκα τον μαστολόγο - χειρουργό μαστού, Γιάννη Φύσσα, στο γραφείο του για να μας πει τι πρέπει να κάνουμε για να είμαστε -όσο γίνεται- ασφαλείς.

Της ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΓΚΡΟΥΣ

Τους προηγούμενους μήνες έκανα δύο συνεντεύξεις που με κινητοποίησαν με πολλούς τρόπους. Μέχρι τότε δεν είχα σκεφτεί ποτέ τι περνάει μια γυναίκα που νοσεί με καρκίνο του μαστού, μου ήταν αδιάφορο, κι ούτε είχα αισθανθεί κάποια αλληλεγγύη, σαν γυναίκα προς γυναίκα. Ίσως γιατί μέσα μου -ασυνείδητα- πίστευα ότι δεν θα συμβεί σε εμένα. Όμως, μία στις 8 γυναίκες κάποια στιγμή στη ζωή της θα νοσήσει με καρκίνο του μαστού.

Για την Ειρήνη και τη Δάφνη ήταν πολύ σημαντικό να πουν δημόσια την ιστορία τους, να φτιάξουν έναν τόπο μοιράσματος για αυτή τη μεγάλη κοινότητα γυναικών με ανάλογη εμπειρία, αλλά και να χτυπήσουν καμπανάκι για όλες τις υπόλοιπες. Μέσα από εκείνες έμαθα για τα στάδια, τις ιατρικές πράξεις, τα συναισθήματα - για όλη αυτή την οδυνηρή εμπειρία που σε αλλάζει και κάνει τη ζωή σου να σταματάει για κάποιο καιρό. Η γνώση όμως γεννάει ενσυναίσθηση, και η ενσυναίσθηση δεν μας κάνει μόνο πιο συμπονετικούς ανθρώπους αλλά μας οπλίζει με δύναμη και σοφία. Οι ιστορίες των άλλων μας βοηθούν ώστε να μη μας πέσει ο ουρανός στο κεφάλι, μας ενδυναμώνουν και -κυρίως- μας γεννούν την επιθυμία να κάνουμε τα πράγματα σωστά.

Μια τέτοια επιθυμία, πρώτα από όλα για μένα την ίδια, με οδήγησε στον Γιάννη Φύσσα, γενικό χειρουργό, ειδικό χειρουργό μαστού και μαστολόγο, όπως του εξηγώ έχοντάς τον απέναντί μου στο γραφείο του: «Αυτό που συνειδητοποίησα, μέσα από τη δημοσιογραφική ενασχόληση με τον καρκίνο του μαστού, είναι ότι τόσο χρόνια δεν έκανα σωστά τους ετήσιους προληπτικούς ελέγχους, όπως άλλωστε οι περισσότερες γυναίκες».

Ο καρκίνος του μαστού είναι μια απειλητική ασθένεια που όμως θεραπεύεται με έγκαιρη διάγνωση, κι εκείνος είναι ο πλέον ειδικός για να μας εξηγήσει τι πρέπει να κάνουμε για να είμαστε ασφαλείς. Τον ρωτάω γιατί στο Any doctor γράφει αμοιβή: 0-80 ευρώ. Η απάντηση ξαφνιάζει. «Αν δεν έχουν λεφτά δεν παίρνω καν επίσκεψη. Ο φιλότιμος άνθρωπος θα βρει να σου δώσει, αλλά δεν μπορείς να εκβιάζεις για να κανείς ιατρική. Η Ιατρική είναι κοινωνικό λειτουργήμα, δεν είναι μέθοδος πλουτισμού».

Αυτό από μόνο του είναι πολύ μεγάλη κουβέντα, αλλά συμφωνούμε ότι για άλλο λόγο έχουμε συναντηθεί. «Το βασικό είναι να βρεις τον καρκίνο του μαστού σε πρωταρχικό στάδιο. Για να γίνει αυτό πρέπει να τηρήσεις τα πρωτόκολλα -πότε θα κάνεις μαστογραφία, πότε υπέρηχο, πώς πρέπει να γίνεται ο έλεγχος του μαστού, ποιος είναι αρμόδιος για τός...- τα οποία τηρούν πολύ λίγες γυναίκες σήμερα».

Ποια είναι τα πρωτόκολλα σε σχέση με τις ηλικίες; «Από την ηλικία των 20 κάνεις μια φορά τον χρόνο επίσκεψη στον μαστολόγο για ψηλάφηση - αν υπάρχει ιστορικό, και υπέρηχο. Έχουμε μια κοπέλα με καρκίνο του μαστού στα 26, θα μπορούσε να το είχε προλάβει. Θα μου πεις, αν σου τύχει στα 26... Όμως γιατί τα νέα κορίτσια κάνουν τεστ Παπ; Και γιατί πηγαίνουν στον γυναικολόγο και όχι στον μαστολόγο; Δεν είναι η δουλειά του». Αυτό το τελευταίο μου χτυπάει καμπανάκια, είναι ο βασικός λόγος που με

παρακίνησε να κάνω αυτή τη συνέντευξη. Τι εννοεί δεν είναι η δουλειά του;

## Ποιος πρέπει να έχει την ευθύνη;

«Ο γυναικολόγος δεν είναι σωστό να χρησιμοποιήσει τον υπέρηχό του στο μαστό σου, ακόμα κι αν έχει ειδικευση μαστολόγου. Ο πιο αρμόδιος γιατρός είναι ο μαστολόγος και μάλιστα στα πλαίσια ενός οργανωμένου κέντρου μαστού, όπου να υπάρχει και ειδικός ακτινολόγος. Ο μαιευτήρας γυναικολόγος μπορεί να κάνει μια ψηλάφηση μαστού, όχι όμως και υπέρηχο, ούτε και να παίρνει την ευθύνη να πει σε μια γυναίκα ότι δεν έχει τίποτα, επειδή ο ίδιος δεν πιάνει κάτι ή επειδή η μαστογραφία της δεν γράφει τίποτα. Γιατί μετά θα περάσει τουλάχιστον ένας χρόνος μέχρι να την ξαναδεί κάποιος. Εγώ κάνω 30 χρόνια μαστό, τον υπέρηχο τον έχω σαν προέκταση του χεριού μου, ποτέ όμως δεν κάνω γνωμάτευση. Άσχετα με το τι βλέπω, πάντα λέω θα πάτε να κάνετε υπέρηχο στον ακτινολόγο του μαστού. Άλλο μηχανήμα έχω εγώ, άλλο εκείνος. Είναι όμως και θέμα εκπαίδευσης, είναι άλλη ειδικότητα. Ο υπέρηχος πρέπει να γίνεται από ακτινολόγο και αν είναι δυνατόν από ακτινολόγο του μαστού».

«Στην ίδια λογική, υπάρχουν γενικοί χειρουργοί που κάνουν και μαστό - ακολουθούν όμως τη βιβλιογραφία και την εξέλιξη στην αντιμετώπιση του μαστού; Δεν μπορείς να κάνεις και έντερο και στομάχι και χολή και κήλη και όλα. Εγώ τα έκανα κάποτε, χωρίστηκαν όμως οι ειδικότητες και κάνω μόνο μαστό, ενδεχομένως θα είχα περισσότερη δουλειά αλλά δεν θα τα έκανα σωστά. Όταν κάποιος κάνει 30 χρόνια μαστογραφίες ή βλέπει 30 χρόνια υπερήχους του μαστού, η δική του έχει γνώμη έχει άλλη βαρύτητα από τη δική μου. Το σωστό είναι να μπορούν αυτοί οι δύο να συνεργάζονται».

Όπως εξηγεί, ο σωστός έλεγχος του μαστού γίνεται όταν στον ίδιο χώρο συνυπάρχουν ο ακτινολόγος και ο μαστολόγος. Ωστε αν ο μαστολόγος ψηλαφίσει κάτι, να υπάρχει δυνατότητα να κάνει μαστογραφία και υπέρηχο στον ακτινολόγο και να συνεργαστούν, μήπως αυτό το «κάτι» χρειάζεται βιοψία - την ίδια μέρα, όχι τον άλλο μήνα που θα 'χει δει άλλες 300 και δεν θα θυμάται δική μας περίπτωση.

Ακούω πολύ προσεκτικά, αναλογιζόμενη πόσο λάθος το κάνω. Εγώ -μέχρι τώρα- πηγαίνω στον γυναικολόγο-μαιευτήρα ο οποίος μου κάνει και υπέρηχο μαστού, μου γράφει τη μαστογραφία και κάααποια στιγμή, μέχρι να λήξει το παραπεμπτικό, την κάνω σε ένα διαγνωστικό κέντρο. Συνήθως, μετά, δεν τη δείχνω σε κανέναν επειδή καταλαβαίνω ότι δεν γράφει κάτι το ιδιαίτερο.

«Λάθος όλα. Αυτά που γράφει η μαστογραφία κάποιος πρέπει να σου εξηγήσει τι σημαίνουν. Επιπλέον αυτός που θα κάνει τον υπέρηχο πρέπει να ξέρει τι δείχνει η μαστογραφία, και όλα αυτά να τα μαζέψει κάποιος ειδικός και να τα συνεκτιμήσει - αυτός είναι ο μαστολόγος. Ο οποίος -στο πλαίσιο ενός κέντρου μαστού- κάνει ψηλάφηση, χαρτογραφεί το στήθος σου, κρατάει το ιστορικό σου, σημειώνει τους ατομικούς παράγοντες κινδύνου, από τον τρόπο της ζωής σου, την πυκνότητα του μαστού σου, σου λέει σε τι ομάδα κινδύνου είσαι και τι εξετάσεις να κάνεις, κι αν δεν υπάρχει κάποιο πρόβλημα σου καθορίζει το επόμενο ραντεβού. Αν υπάρχει, σε κατευθύνει ανάλογα με το αν χρειάζεται να κάνεις παρακέντηση ή βιοψία».







**Πυκνοί μαστοί: Αν δεν πας σε μαστολόγο κανείς δεν θα σου πει σε ποια ομάδα κινδύνου ανήκεις**

Γνωρίζω ότι έχω πυκνό μαστό, δεν είχα καταλάβει όμως ότι αυτό είναι παράγοντας κινδύνου και ότι υπάρχουν συγκεκριμένες διαβαθμίσεις που σου λένε κατηγορία κινδύνου. Να κάτι που πολλές δεν γνωρίζουμε, πόσο σημαντικό είναι να ξέρει μια γυναίκα αν έχει μαστούς αυξημένου κινδύνου, δυσανάγνωστους στη μαστογραφία. «Αν δεν πας σε μαστολόγο, δεν θα σου τα εξηγήσει κανείς αυτά. Είναι μία συζήτηση που γίνεται τα τελευταία 10 χρόνια. Το 2013 σε ένα συνέδριο στη Γλασκώβη συνειδητοποιήσα κι εγώ ότι το ACR είναι παράγοντας αυξημένου κινδύνου» λέει ο Γιάννης Φύσσας.

Δηλαδή; «Οι μαστοί είναι ένα μίγμα από μαστικό αδενικό ιστό και λίπος, και η σχέση αυτών των δύο καθορίζει την πυκνότητα ή αραιότητα τους στη μαστογραφία αλλά και στην πραγματικότητα. Ο αδενικός ιστός είναι πυκνός και το λίπος αραιό, όσο λιγότερο το λίπος τόσο πιο πολύς ο αδένας και τόσο πιο πυκνοί οι μαστοί. Οι πολύ πυκνοί μαστοί έχουν τουλάχιστον τριπλάσια πιθανότητα να πάθουν καρκίνο σε σχέση με τους αραιούς μαστούς. Δηλαδή, αν ο μισός μαστός είναι πυκνός και ο άλλος μισός αραιός, στην πυκνή περιοχή θα εμφανιστούν οι πιο πολλοί καρκίνοι. Και δεν είναι μόνο παράγοντας κινδύνου, η πυκνότητα των μαστών δυσκολεύει τη σωστή διάγνωση, αυξάνοντας την πιθανότητα σφάλματος της μαστογραφίας. Η πιθανότητα να κρύβεται εντελώς ένας όγκος σε έναν πολύ πυκνό μαστό (και άρα να μη διαγνωστεί, αν γίνει μόνο μαστογραφία) αγγίζει το 40%. Στους αραιούς μαστούς το σφάλμα είναι μόνο 2%».

**Καρκίνος του μαστού: Βρες το λάθος**

Τι άλλο οι γυναίκες συνήθως το ξέρουν λάθος; «Νομίζουν ότι τον καρκίνο του μαστού τον παθαίνουν οι νεότερες ηλικίες. Σου λένε, γιατρέ, είμαι 60 χρονών, δεν χρειάζομαι πια να κάνω έλεγχο για καρκίνο του μαστού – και τους λες ότι οι πιθανότητες είναι διπλάσιες από ό,τι στα 50. Όσο μεγαλώνεις, η πιθανότητα αυξάνεται γραμμικά».

Κάπως έτσι ίσως εξηγείται το ένα στις οκτώ γυναίκες – κάποια στιγμή στη ζωή μας. Μου δείχνει ένα βιβλίο, «Ο μαστός και οι παθήσεις του», εκδόσεις Λιβάνη. «Όταν είχα γράψει το βιβλίο μου για τον μαστό, το 2006, η αναλογία ήταν 1 στις 10 γυναίκες, μετά πήγε 1 στις 9 και σήμερα είναι 1 στις 8. Να κάτι άλλο που ξέρουν λάθος, νομίζουν ότι ο καρκίνος του μαστού είναι κληρονομικός. Ενώ οφείλεται στο περιβάλλον κατά 70% και στα γονίδια κατά 30%. Αυτό το 70% είναι τυχαίοι καρκίνοι σε γυναίκες που δεν έχουν ιστορικό στην οικογένεια και έχει να κάνει με εξωτερικούς παράγοντες που βλέπουν τα κύτταρα, δηλαδή με τον τρόπο ζωής μας. Τα κύτταρα του μαστού είναι πολύ ευαίσθητα σε χημικές ουσίες οι οποίες βρίσκονται παντού, φυτοφάρμακα, συντηρητικά στα επεξεργασμένα τρόφιμα, το αλκοόλ βλέπεις πολύ – η αύξηση της κατανάλωσης αλκοόλ στα νέα κορίτσια που βγαίνουν και πίνουν κάθε βράδυ παίζει ρόλο –, οι ακτινοβολίες, το άγχος... Ειδικά το τοξικό στρες είναι ένας σοβαρός παράγοντας κινδύνου για καρκίνο, π.χ. μια γυναίκα που έχασε το παιδί της μπορεί μετά από ένα χρόνο να πάθει καρκίνο».

Κάτι άλλο που δεν το γνωρίζουμε; «Ότι ο καρκίνος του μαστού δεν πονάει – 1 στις 11 γυναίκες μπορεί να πει ότι κάτι νιώθει σε εκείνο το σημείο –, λένε, λοιπόν, αφού δεν πονάω δεν πάω στον γιατρό. Υπάρχουν βέβαια καρκίνοι πολύ επιθετικοί, που τους βρίσκεις όταν ήδη έχουν κάνει μετάσταση, αλλά αυτή είναι σπανίο. Η μετάσταση προς το παρόν δεν γιαιτρεύεται, παρατείνεται η ζωή μόνο, αλλά η πλειονότητα των περιπτώσεων μπορεί να προληφθεί, και δεν υπάρχει πρωτογενής πρόληψη, να κάνεις εμβόλιο, αλλά δευτερογενής – έγκαιρη διάγνωση. Εφόσον έχεις έναν μαστολόγο που σε παρακολουθεί, αυτό που κάνεις είναι να φορτώνεις την ευθύνη του ελέγχου σε κάποιον άλλον». Αυτή η τελευταία πρόταση ανάβει με φωτεινά λαμπάκια στο μυαλό μου. «Δεν είσαι εσύ γιατρός για να είσαι υπεύθυνη για την υγεία σου, διάλεξε κάποιον ειδικό και φόρτωσε σε αυτόν το βάρος, κάποιον που να τον εμπιστεύεσαι και σου ταιριάζει».

**Η ψηλάφηση είναι απαραίτητη;**

Η Δάφνη το βρήκε ψηλαφώντας το στήθος της ανάμεσα σε δύο τακτικούς ελέγχους. Ρωτάω: η ψηλάφηση είναι κάτι που πρέπει να κάνουν οι γυναίκες και, αν ναι, ποιος σου το μαθαίνει αυτό;

«Η λεγόμενη αυτοεξέταση είναι αμφιλεγόμενη ιστορία. Παλιότερα γίνονταν μαθήματα αυτοεξέτασης στην Ευρωπαϊκή Μαστολογική Εταιρεία, καταργήθηκαν όμως γιατί αποδείχτηκε πως δεν βοηθούσαν. Πρώτον, γιατί οι γυναίκες που έκαναν συστηματικά αυτοεξέταση πήγαιναν συνέχεια στους γιατρούς επειδή έπιαναν κάτι και οι χειρουργοί τους το έβγαζαν εύκολα εκείνη την εποχή αυτό το κάτι – οι γυναίκες στις ομάδες αυτοεξέτασης είχαν διπλά χειρουργεία σε σχέση με τις γυναίκες που έκαναν τον ετήσιο έλεγχο. Από την άλλη,

αυτές οι γυναίκες, επειδή δεν έπιαναν κάτι, παρέλειπαν το ραντεβού στον γιατρό». Η αυτοεξέταση, λοιπόν, έχει την έννοια μια γυναίκα να ξέρει το στήθος της – και να αποτελέσει αφορμή για έκτακτο ραντεβού ανάμεσα στους τακτικούς ελέγχους. Και βέβαια να μη γίνεται με άγχος, γιατί τότε όλο και κάτι θα πιάνουμε.

Γενικά, το πολύ άγχος βλέπεις την υγεία. Οπότε, προσέχουμε τον εαυτό μας, τρώμε και κοιμόμαστε καλά... «...ζούμε καλά, χαίρομαστε, διασκεδάζουμε, χαμογελάμε – να το ξαναπούμε – ξέρουμε πού θα φορτώσουμε τον έλεγχο του στήθους μας, και πορευόμαστε. Βεβαίως, θέλει και λίγο τύχη η ζωή, δεν είναι όλα πρόληψη... Αλλά η πρόληψη είναι το παν για τον καρκίνο του μαστού και του τραχήλου. Είναι οι πιο συχνοί καρκίνοι, ο μαστός, ο τράχηλος, ο πνεύμονας... και τα τρία μπορεί να προληφθούν: ο μαστός με έγκαιρη διάγνωση και υγιή τρόπο ζωής, ο τράχηλος με εμβόλιο και ο πνεύμονας με το να μην καπνίζεις – έχεις εικοσαπλάσια πιθανότητα να το πάρεις εάν είσαι καπνιστής, λέγαμε στο πανεπιστήμιο. Και από τον καρκίνο του πνεύμονα δεν σώζεσαι, ενώ από τον μαστό σώζεσαι».

Ένας μαστολόγος αφαιρεί και καλοήθεις όγκους, αλλά το πιο πιθανό είναι να μην έχεις τίποτα, σωστά; «Σωστά, μπορεί να χρειαστεί να βγάλεις ένα θήλωμα, ή ένα είναι ινοαδένωμα που μεγαλώνει, δεν είναι όλα κακοήθεις. Ένα στα 25-30 ραντεβού μπορεί να χρειαστεί κάποια επέμβαση από τις γυναίκες που βλέπω εγώ. Οι περισσότερες θα φύγουν μετά τον προληπτικό τους έλεγχο».

**Κι αν βρεθεί κάτι ύποπτο;**

Υπάρχει κάτι πολύ σημαντικό να μας πείτε σε περίπτωση που οι εξετάσεις μιας γυναίκας δείξουν κάτι που μοιάζει με καρκίνο; «Ναι, υπάρχει κάτι σημαντικό να πούμε. Η ψηλάφηση, η μαστογραφία και ο υπέρηχος βάζουν μόνο την υποψία, όχι τη διάγνωση, κάνουν το πολύ σπουδαίο αρχικό ξεδιάλεγμα των ύποπτων ευρημάτων από τα καλοήθη. Για κάθε ύποπτο εύρημα δίνουν μια πιθανότητα κακοήθειας, που εκφράζεται με τον αριθμό BIRADS, από 0 έως 6, που δείχνει την πιθανότητα κινδύνου για καρκίνο – μπορεί να είναι μικρή ή μεγάλη, δεν παύει όμως να είναι πιθανότητα, κάτι που είναι ύποπτο μπορεί και να μην είναι ένοχο, έτσι δεν είναι; Ο χειρουργός που θα μπει στο χειρουργείο πρέπει να γνωρίζει αν είναι καρκίνος ή δεν είναι, γι' αυτό χρειάζεται να έχει προηγηθεί διαδερμική βιοψία. Είναι η πιο σημαντική εξέταση του χειρουργείου του μαστού, γιατί η διάγνωση πια έρχεται από το μικροσκόπιο, παίρνεις δείγμα με βελόνα – είναι ιστολογική εξέταση, όχι κυτταρολογική».

«Καλό είναι να το ξέρει μία γυναίκα σε περίπτωση που ο γιατρός της σε ένα δημόσιο νοσοκομείο δεν της το προτείνει» μου λέει, και θυμάμαι την περίπτωση της πρώτης μου συνεντευξιαζόμενης, της Ειρήνης, στον Άγιο Σάββα. Της είχαν πει «πρώτα θα σε χειρουργήσουμε και μετά θα πάρουμε ιστό για εξέταση ώστε να δούμε τι είναι», και μια ακτινολόγος στο Αλεξάνδρα την παρότρυνε να κάνει ιστολογική σε ιδιωτικό νοσοκομείο. «Μεσαίωνα! Σήμερα δεν θεωρείται σωστό να μπαίνει ασθενής στο χειρουργείο χωρίς μικροσκοπική διάγνωση. Ο χειρουργός πρέπει να ξέρει και να έχει από πριν συζητήσει με την ασθενή του όλα τα πιθανά σενάρια που μπορεί να συναντήσει, ενώ εκείνη θα κοιμάται ήσυχα στο χειρουργείο» σχολιάζει ο Γιάννης Φύσσας. Μου λέει ότι παλιά την έκαναν και στον Άγιο Σάββα, τώρα κάνουν μόνο παρακέντηση κυτταρολογική, έχει όμως σφάλμα 30% – για αυτό στην Ειρήνη δεν έλεγαν τη λέξη «καρκίνος». Κι έπειτα, «η ιστολογική δεν θα μας πει μόνο αν έχουμε καλοήθεια ή κακοήθεια, αλλά θα μας δώσει και σημαντικές πληροφορίες για το είδος του καρκίνου, που θα καθορίσουν και το θεραπευτικό σχήμα που θα ακολουθήσουμε. Γιατί υπάρχουν καρκίνοι που πρώτα θα πρέπει να υποβληθούν σε χημειοθεραπεία και μετά στην επέμβαση».

**Ο Μάιος είναι ο δικός μου μήνας πρόληψης. Ο δικός σου;**

Γιατί τα λέμε όλα αυτά; Ένα πολύ μικρό ποσοστό των γυναικών κάνουν σωστά τον έλεγχό τους κάθε χρόνο. Μπορεί λοιπόν κάποιες γυναίκες που θα μας διαβάσουν να καταλάβουν τι και πώς, και να βοηθηθούν αν και εφόσον χρειαστεί. «Στην Ελλάδα υπάρχουν πάρα πολύ καλά κέντρα μαστού, υπάρχουν πάρα πολλοί καλοί γιατροί και μηχανήματα, μεμονωμένα όλα. Εγώ προσπαθώ να κάνω καλά τη δουλειά μου και λυπάμαι κάθε φορά που αντιλαμβάνομαι ότι σε κάποιες γυναίκες δεν τηρήθηκαν βασικά ιατρικά πρωτόκολλα». Χρειάζεται καλύτερη και περισσότερη ενημέρωση – ήδη το μήνυμα που παίρνουμε από το πρόγραμμα Φώφη Γεννηματά λειτουργεί σαν μια σημαντική υπενθύμιση, αλλά και πάλι, ας αναρωτηθούμε: ποιος έχει την ευθύνη για το σώμα μας; Ο Μάιος είναι ο δικός μου μήνας γυναικολογικών εξετάσεων, αυτή η συνέντευξη λειτούργησε σαν τομή και για τη δική μου πρόληψη. Πάντα έχω έναν φόβο πριν από ένα τέτοιο ραντεβού μέσα μου, ήδη όμως νιώθω καλύτερα γιατί ξέρω ότι για πρώτη φορά το έκανα σωστά. ●

**Ο Μάιος είναι ο μήνας μου, αυτή η συνέντευξη λειτουργεί σε σαν τομή και για τη δική μου πρόληψη. Πάντα έχω έναν φόβο πριν από ένα τέτοιο ραντεβού, ήδη όμως νιώθω καλύτερα γιατί ξέρω ότι πρώτη φορά το έκανα σωστά.**



# Πώς επηρεάζει την υγεία μας η κλιματική αλλαγή;

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΠΑΠΠΑ

Το καλοκαίρι που μας πέρασε, ένα καλοκαίρι στο οποίο έσπασαν ρεκόρ υψηλών θερμοκρασιών δεκαετιών, ενδέχεται να ήταν το δροσερότερο καλοκαίρι της υπόλοιπης ζωής μας, όπως εύστοχα σημείωσε η **Ashley Ward** του Πανεπιστημίου Duke. Το ερώτημα είναι αν η κλιματική αλλαγή, αυτή που θα επάγει θερμότερα και μακρύτερα καλοκαίρια, θα επάγει παράλληλα και λιγότερη ανθρώπινη υγεία.

Δύο είναι οι βασικές παράμετροι μέσω της οποίας η κλιματική αλλαγή επηρεάζει την ανθρώπινη υγεία: η αύξηση της θερμοκρασίας (του αέρα, του εδάφους, των θαλασσών) και η εμφάνιση συχνότερων και εντονότερων ακραίων φυσικών συμβάντων (οξεία κύματα καύσωνα, πλημμύρες, ξηρασία, εκτεταμένες δασικές πυρκαγιές).

Η **αύξηση της μέσης θερμοκρασίας** ανά εποχή είναι μια αναπόφευκτη βραχυπρόθεσμη μελλοντική πραγματικότητα: Όπως κάθε έμβιος οργανισμός, έτσι και ο άνθρωπος έχει ένα όριο θερμοκρασιών εντός του οποίου λειτουργεί φυσιολογικά – ο εγκλιματισμός σε ακραίες θερμοκρασίες είναι μεν μια εφικτή διαδικασία προσαρμογής, είναι δε μια κατάσταση σημαντικών πιέσεων στη φυσιολογία του ανθρώπου (δεν είναι τυχαίο ότι η αρχική μας γνώση για το θέμα προέκυψε από, αμφισβητούμενης ηθικής, πειραματικές παρατηρήσεις σε εργάτες ορυχείων στη Νότιο Αφρική πριν από πολλές δεκαετίες). Όμως, πλέον, όπως σημειώνει και η Karen Solomon σε άρθρο της στο *New England Journal of Medicine* της προηγούμενης εβδομάδας, βρισκόμαστε στα όρια της τεχνικά εφικτής φυσιολογικής προσαρμογής του ανθρώπινου σώματος στην περιβαλλοντική θερμοκρασία.



Γνωρίζουμε ότι η **οξεία αύξηση της θερμοκρασίας** μπορεί να προκαλέσει θερμική εξάντληση και εν τέλει θερμοπληξία. Γνωρίζουμε επίσης ότι τα κύματα καύσωνα επάγουν σημαντική θνησιμότητα, ειδικά στις μεγαλύτερες ηλικίες: μόνο το καλοκαίρι του 2022, υπολογίζεται ότι πέθαναν περισσότεροι από 60.000 άνθρωποι στην Ευρώπη εξαιτίας καύσωνα, εκ των οποίων περίπου 3.000 στην Ελλάδα, που υπολειπόταν μόνο της Ιταλίας στη βαρύτητα του φαινομένου.

Όμως, η **μακροπρόθεσμη αύξηση της θερμοκρασίας**, όταν αυτή εκφράζεται σε όλη τη διάρκεια του έτους, επάγει επίσης σημαντική νοσηρότητα και θνησιμότητα: υπολογίζεται ότι για κάθε αύξηση της θερμοκρασίας κατά 1 βαθμό Κελσίου, αυξάνεται κατά 21% ο κίνδυνος θανάτου από καρδιαγγειακά αίτια και κατά 22% από νευροψυχιατρικές διαταραχές. Αυξάνεται επίσης κατά 5% ο κίνδυνος πρόωρων τοκετών, αλλά και, σε ίδιο ποσοστό, ο κίνδυνος εμβρυϊκού θανάτου. Οι αυξημένες θερμοκρασίες προκαλούν και αυξημένη νοσηρότητα, πέραν των θανάτων: νοσήματα του αναπνευστικού επιδεινώνονται (σε συνδυασμό με τα, αλληλένδετα με την κλιματική αλλαγή, αιωρούμενα σωματίδια της ατμόσφαιρας), και η νεφρική λειτουργία και το ισοζύγιο των ηλεκτρολυτών του ανθρώπινου σώματος μπορεί να απορρυθμιστούν σε παρατεταμένα αυξημένα, του έως τότε μέσου όρου, θερμοκρασία. Όλα αυτά επάγουν και ένα αυξημένο φορτίο στα συστήματα υγείας. Σε μικρότερο βαθμό, η ανθρώπινη υγεία μπορεί να επηρεαστεί και από την εποχική μετακίνηση ορισμένων φυσικών φαινομένων: για παράδειγμα, η πρόωπη ανθοφορία εξαιτίας των υψηλότερων θερμοκρασιών που οδηγούν σε μικρότερους χρονικά χειμώνες, σημαίνει ότι η εποχή των αλλεργιών θα μεταφερθεί και χρονικά νωρίτερα.

## Κουνούπια, ιοί, μικρόβια και άλλα παθογόνα

Όπως όμως ο άνθρωπος, έτσι και οι υπόλοιποι οργανισμοί, όλα τα οικοσυστήματα ουσιαστικά, θα επηρεαστούν από την αύξηση της μέσης θερμοκρασίας, με αποτέλεσμα αλλαγές στην ευδοκίμηση ορισμένων οργανισμών που μεταφέρουν ιούς, παράσιτα, μικρόβια, γενικά παθογόνα για τον άνθρωπο. Χαρακτηριστικό το παράδειγμα του **ιού του Δυτικού Νείλου**, που μέχρι το 2010 ήταν απών από τις περισσότερες χώρες της Ευρώπης, και που πλέον (ελέω ΚΑΙ ανθρωπογενών παρεμβάσεων στη φύση που δημιουργούν περιβάλλοντα στα οποία μπορεί να ευδοκιμήσει ο ξενιστής του ιού, το κουνούπι **Culex pipiens**) προκαλεί πάνω από 20 νεκρούς ετησίως στην Ελλάδα και δεκάδες σοβαρά κρούσματα νευρολογικής λοίμωξης, ειδικά στην Κεντρική Μακεδονία και τη Θεσσαλία. Οι αυξημένες όμως θερμοκρασίες έχουν ήδη δώσει τη δυνατότητα στο συγκεκριμένο κουνούπι να ευδοκιμήσει σε περισσότερες περιοχές της χώρας και να πολλαπλασιάζεται αποτελεσματικότερα σε μεγαλύτερο χρονικό διάστημα μέσα στο έτος, οδηγώντας, αναπόφευκτα, στην εμφάνιση κρουσμάτων του ιού του Δυτικού Νείλου και στη Δυτική Ελλάδα – ήδη τα πρώτα κρούσματα στην Ήπειρο καταγράφηκαν το 2023.

Αντίστοιχα νοσήματα που μεταδίδονται μέσω των κουνουπιών είναι ο **δάγκειος πυρετός** και η λοίμωξη από τον **ιό Chikungunya**. Ο δάγκειος απουσιάζει από την





# Ξεχωρίζουμε για τη δύναμη και το πάθος μας, για τη ζωή κάθε ανθρώπου.

Είμαστε η AbbVie, μία παγκόσμια βιοφαρμακευτική εταιρεία. Πιστεύουμε σε κάθε άνθρωπο, στις δυνάμεις, στα όνειρα, στο πάθος του να ζει αληθινά. Κάθε άνθρωπος αποτελεί για εμάς μία μοναδική, αληθινή ιστορία ζωής που μας εμπνέει να καταβάλουμε κάθε προσπάθεια, να υπερβαίνουμε τον εαυτό μας, να κάνουμε επιστημονικά άλματα για να ανακαλύπτουμε ασφαλείς και καινοτόμες θεραπευτικές λύσεις στην Ανοσολογία, στην Αιματολογία, στη Νευρολογία, στην Οφθαλμολογία, στην Αισθητική Ιατρική. Η αξία της ζωής είναι ο λόγος που αγωνιζόμαστε κάθε λεπτό για να συμβάλουμε ώστε να γίνουν πραγματικότητα τα όνειρα των ανθρώπων!

abbvie

Μάθετε περισσότερα στο  
[abbvie.gr](https://www.abbvie.gr)





Ελλάδα από το 1928, όμως τον 21ο αιώνα άρχισε η συστηματική εμφάνισή του, με γηγενή μετάδοση, σε διάφορες χώρες της Νότιας Ευρώπης – το φθινόπωρο του 2023 καταγράφηκαν εκατοντάδες τέτοια κρούσματα στην Κεντρική και Βόρεια Ιταλία. Οι συγκεκριμένοι ιοί, που είναι άγνωστοι για το κοινό αλλά και τους περισσότερους επαγγελματίες υγείας στην Ελλάδα, μεταδίδονται με **κουνούπια Aedes albopictus** (που υπάρχουν στην Ελλάδα και η αυξημένη θερμοκρασία θα βοηθήσει στην περαιτέρω ευδοκίμησή τους), αλλά κυρίως με τα **κουνούπια Aedes aegypti**, που δεν υπάρχουν προς το παρόν στην Ελλάδα: προγνωστικά μοντέλα επιστημόνων του Ευρωπαϊκού Κέντρου Πρόληψης Νοσημάτων θεωρούν δεδομένο ότι τις επόμενες δεκαετίες ο δάγκειος θα γίνει μια κοινή λοίμωξη, ειδικά στη Νότιο Ευρώπη. Δεν είναι όλα τα «εξωτικά, τροπικά» παθογόνα, βέβαια, ευνοούμενα από την αύξηση της μέσης θερμοκρασίας: υπάρχει το παράδοξο της **ελονοσίας**, για την οποία η πρόγνωση είναι ότι οι περιβαλλοντικές συνθήκες ΔΕΝ θα ευνοούν την επανεγκατάστασή της στη Ν. Ευρώπη.

Η αύξηση της μέσης θερμοκρασίας δεν επιδρά μόνο στον ατμοσφαιρικό αέρα: η αυξημένη θερμοκρασία των θαλασσών οδηγεί σε αυξημένη και εκτεταμένη ικανότητα πολλαπλασιασμού στα θαλάσσια ύδατα διαφόρων **δονακίων**, παθογόνων που μπορεί να προκαλέσουν θανατηφόρες λοιμώξεις σε ευπαθή άτομα, μετά την έκθεσή τους στο θαλασσινό νερό – ειδικά στη Βαλτική θάλασσα έχουν αναπτυχθεί συστήματα επαγρύπνησης που απαγορεύουν, υπό συγκεκριμένες καιρικές συνθήκες που ευνοούν τα δονακία, την είσοδο στη θάλασσα. Σημαντικά αυξανόμενο πλέον είναι και το πρόβλημα στις ακτές των Κάτω Χωρών. Παράλληλα, η αύξηση της θερμοκρασίας των ωκεανών έχει πυροδοτήσει προσαρμοστικές μεταβολές σε διάφορα είδη μυκήτων που διαβιούν εκεί: οι μύκητες γενικά δεν προσαρμόζονται επαρκώς σε υψηλές θερμοκρασίες όπως η εσωτερική θερμοκρασία του ανθρώπινου σώματος (εξ ου και πρέπει να είναι ανοσοκατασταλμένοι κάποιος για να νοσήσει σοβαρά από μυκητιασική λοίμωξη) – όμως, με τη σταδιακή προσαρμογή τους σε περιβαλλοντικές υψηλότερες θερμοκρασίες, προέκυψαν και μύκητες με σημαντική νοσηρότητα για τον άνθρωπο, όπως ο διαβόητος **μύκητας Candida auris**, που εμφανίστηκε μέσω αυτής της εξελικτικής διαδικασίας, στα μέσα της προηγούμενης δεκαετίας και αποτελεί μείζον πρόβλημα ενδονοσοκομειακής θνησιμότητας.

Η αυξημένη θερμοκρασία του εδάφους από την άλλη, έχει οδηγήσει στην απόψυξη του μόνιμα παγωμένου υπεδάφους περιοχών της Αρκτικής και γειτονικών αυτής. Η απόψυξη όμως επιτρέπει την ανάδυση στην επιφάνεια ανθεκτικών παθογόνων (όπως ο άνθρακας που κάνει σπόρους και επιζεί έτσι επί μακρόν στο έδαφος, και ο οποίος προκάλεσε μέσω αυτής της απόψυξης μια εκτεταμένη επιζωοτία σε ελάφια της Σιβηρίας, με κρούσματα όμως και σε ανθρώπους). Αντίστοιχα, η απόψυξη απελευθέρωσε και άγνωστα παθογόνα, αρχαίους ιούς που μέχρι τότε δεν ήταν γνωστοί – ορισμένοι εξ αυτών ανήκουν στην κατηγορία των **Pandora viruses**, ευτυχώς όμως επί του παρόντος πρόκειται για ιούς που δεν αποτελούν απειλή για τον άνθρωπο.

Τέλος, τα **ακραία καιρικά φαινόμενα**, η ένταση και η συχνότητα των οποίων θα επιταθούν, συσχετίζονται επίσης με σημαντική επιβάρυνση της ανθρώπινης υγείας. Πέραν των άμεσων κινδύνων, π.χ. πνιγμού σε πλημμυρικά φαινόμενα, δευτερογενώς οφείλει να σημειωθεί, όπως γνωρίζουμε πλέον από τη Θεσσαλία, η αυξημένη εμφάνιση λοιμώξεων όπως της λεπτοσπείρωσης, η μόλυνση του υδροφόρου ορίζοντα, αλλά και η ίδια η ανάγκη «κλιματικής μετανάστευσης», που συνοδεύεται από ασταθή πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας και μείζονα ψυχολογική επιβάρυνση.

Η προετοιμασία της κοινωνίας και της πολιτείας για τη μεσομακροπρόθεσμη επίδραση της κλιματικής αλλαγής ξεκινά από την εγγραμματοσύνη για τις επιδράσεις αυτές, την αναγνώριση της ανάγκης ενίσχυσης των δομών υγείας, και των παρεμβάσεων σε προληπτική επίπεδο, τουλάχιστον για τα ακραία καιρικά φαινόμενα. Η καταγραφή του ενεργειακού αποτυπώματος των μονάδων υγείας και η εκμηδένισή του αποτελούν έναν περισσότερο φιλόδοξο στόχο. ●

# Οι προτιμήσεις των πολιτών ως οδηγός για την πολιτική υγείας

ΤΟΥ ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΣΟΥΛΙΩΤΗ\*

**Παραδοσιακά, η πολιτική υγείας στη χώρα μας αντιμετωπίζεται ως μια υπόθεση που βασίζεται πρωτίστως στις πολιτικές προσεγγίσεις επί του θέματος και λιγότερο στις συστάσεις επιστημόνων και τεχνοκρατών του χώρου. Κυρίαρχος δε ρόλος στη λήψη αποφάσεων επιφυλάσσεται στις οργανωμένες ομάδες πίεσης και συμφερόντων, ήτοι στους εκπροσώπους των επαγγελματικών φορέων του κλάδου, αν και τα τελευταία χρόνια οι επιδιώξεις τους έχουν περιοριστεί στην προσπάθεια μείωσης των επιπτώσεων του ανελαστικού δημοσιονομικού πλαισίου που έχει επιβληθεί στον τομέα της υγείας από την εποχή των μνημονίων.**

Ωστόσο, οι σύγχρονες τάσεις στην πολιτική υγείας απαιτούν ένα άλλο, περισσότερο πλουραλιστικό, υπόδειγμα χάραξης προτεραιοτήτων και λήψης αποφάσεων. Αυτό περιλαμβάνει μεγαλύτερη και εγκυρότερη τεκμηρίωσή τους, καθώς και μια πιο ενεργή συμμετοχή της κοινωνίας των πολιτών στην όλη διεργασία. Η εξέλιξη δε αυτή συμπίπτει με την ολοένα και πιο οργανωμένη λειτουργία συλλογικοτήτων ασθενών, οι οποίες συμβάλλουν καθοριστικά στη βελτίωση της αποτελεσματικότητας της πολιτικής υγείας, κομίζοντας την πολύτιμη οπτική των χρηστών των υπηρεσιών.

Επιπρόσθετα, ιδιαίτερα χρήσιμη είναι και η αποτύπωση των απόψεων του γενικού κοινού γύρω από τα θέματα υγείας, η οποία μπορεί να φωτίσει πτυχές και προβλήματα του συστήματος τα οποία διαφεύγουν της προσοχής της κεντρικής διοίκησης, ιδίως σε περιπτώσεις που το θεσμικό πλαίσιο προβλέπει διαφορετικές συνθήκες από αυτές που τελικά ισχύουν. Υπό την οπτική αυτή και στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας «Παρατηρητήριο Μεταρρυθμίσεων Υγείας» του Ινστιτούτου Πολιτικής Υγείας, διενεργούνται, από το 2016 και σε ετήσια βάση, έρευνες για τις γνώσεις, τις στάσεις, τις συμπεριφορές, τις επιλογές και τις προτιμήσεις του πληθυσμού σε όλη την επικράτεια, για κρίσιμα θέματα πολιτικής υγείας. Η ερμηνεία των δεδομένων που παράγονται από τις έρευνες αυτές –και από άλλες αντίστοιχες– μπορούν να εμπλουτίσουν την τεκμηρίωση και να συμβάλουν στη λήψη ορθολογικών αποφάσεων.

## Ενδεικτικά παρατίθενται τα εξής ευρήματα για την περίοδο 2016-2023

**1)** Το 75%-80% περίπου του πληθυσμού κάνει συστηματικά χρήση υπηρεσιών υγείας, με πιο συχνές την ιατρική επίσκεψη (80%-90%) και τη διενέργεια διαγνωστικών εξετάσεων (80%-85%), ενώ ακολουθεί η λήψη φαρμάκων (60%-70%), η επίσκεψη σε οδοντίατρο (40%-50%) και η νοσηλεία (10%-15%).  
**2)** Ένα 20%-25% περίπου του πληθυσμού που χρειάστηκε να κάνει χρήση υπηρεσιών υγείας

αντιμετώπισε εμπόδια στην πρόσβαση, με το μεγαλύτερο ποσοστό αυτών να αφορά στην ιατρική επίσκεψη (15%-30%). Ευνοϊκότερες είναι οι συνθήκες πρόσβασης στις άλλες κατηγορίες φροντίδων, με τα εμπόδια να κινούνται σε χαμηλότερα ποσοστά (π.χ. εμπόδια στη διενέργεια εργαστηριακών εξετάσεων ή στην προμήθεια φαρμάκων δηλώνει ότι αντιμετώπισε ένα 5%-10% του πληθυσμού, ενώ στην περίπτωση της νοσηλείας το αντίστοιχο ποσοστό δεν υπερβαίνει το 5% καθ' όλη την περίοδο της μελέτης).

Τα παραπάνω ευρήματα μπορούν να ερμηνευθούν, σε κάποιον βαθμό, από τον συνδυασμό της «προτίμησης» του ιδιωτικού τομέα για υπηρεσίες εξωνοσοκομειακής περίθαλψης –κυρίως για λόγους που σχετίζονται με την αμεσότητα της πρόσβασης και το επίπεδο της εξυπηρέτησης– και της διαφορετικής πολιτικής συμβάσεων από την κοινωνική ασφάλιση (ΕΟ-ΠΥΥ). Συγκεκριμένα, η διαφοροποίηση στην ευκολία πρόσβασης για ιατρική επίσκεψη και διαγνωστικές εξετάσεις συνδέεται με το ότι ο αριθμός των συμβεβλημένων ιατρών κλινικών ειδικοτήτων είναι περιορισμένος, σε αντίθεση με τους ιατρούς εργαστηριακών ειδικοτήτων και τις σχετικές δομές, που έχουν συμβληθεί καθολικά με τον ενιαίο πληρωτή. Υπό τις συνθήκες αυτές, ένα 35% του πληθυσμού δηλώνει διατεθειμένο να καταβάλλει πρόσθετα χρήματα για υπηρεσίες υγείας, αν και το ποσοστό όσων τελικά προβαίνουν σε ίδιες πληρωμές ανέρχεται στο 60% περίπου. Σημειώνεται, βέβαια, ότι στο ποσοστό αυτό συμπεριλαμβάνεται και η ποσοστιαία, θεσμοθετημένη συμμετοχή στο κόστος των φροντίδων, όπου αυτή προβλέπεται.

Δυσάρεσκεια από το σύστημα υγείας καταγράφεται από το 70% του πληθυσμού, ποσοστό αντίστοιχο με αυτό όσων δηλώνουν ότι θεωρούν απαραίτητη μια ριζική μεταρρύθμισή του. Όσον αφορά το περιεχόμενο αυτής, στις πρώτες επιλογές των πολιτών περιλαμβάνονται η αύξηση των δημόσιων δομών και της χρηματοδότησης, η θέσπιση του οικογενειακού ιατρού, η ενδυνάμωση της πρόληψης με την εφαρμογή υποχρεωτικών προγραμμάτων προσηλυτικού ελέγχου και η καλύτερη συνεργασία μεταξύ δημόσιου και ιδιωτικού τομέα. Εν κατακλείδι, οι πολίτες εκφράζουν προτιμήσεις και καταγράφουν προβλήματα στη λειτουργία του συστήματος υγείας, η σε βάθος ανάλυση των οποίων πρέπει να αποτελέσει συστατικό της χάραξης πολιτικής υγείας. Επίσης, υποστηρίζουν μια δομική παρέμβαση στο σύστημα υγείας και, ως εκ τούτου, μπορούν να αποτελέσουν σύμμαχο της κεντρικής διοίκησης κατά την όποια απόπειρα μεταρρύθμισης, η οποία μπορεί να προκαλεί πολιτικό κόστος, λόγω τυχόν αντιδράσεων ομάδων πίεσης και συμφερόντων. ●

\* Ο Κ. Σουλιώτης είναι Καθηγητής Πολιτικής Υγείας, Κοσμήτορας της Σχολής Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου





# διαθέτουμε σπάνια δύναμη

September 2022, NP-23588

Στη Sobi αρνούμαστε να συμβιβαστούμε με το κατεστημένο. Οι προκλήσεις με τις οποίες έρχονται αντιμέτωποι καθημερινά όσοι πάσχουν από σπάνιες παθήσεις, μας εμπνέουν να συνεχίσουμε να ανακαλύπτουμε νέους τρόπους που θα βελτιώσουν την ποιότητα ζωής τους.

Ως βιοφαρμακευτική εταιρεία εξειδικευμένης φροντίδας, είμαστε αφοσιωμένοι στις σπάνιες παθήσεις. Μέσω των κλινικών μας ερευνών διασφαλίζουμε την πρόσβαση των ασθενών σε καινοτόμες θεραπείες, προσφέροντας παράλληλα περισσότερες δυνατότητες τόσο για τους ίδιους όσο και για εκείνους που τους φροντίζουν.

Προσφέρουμε κάτι σπάνιο στον τομέα των σπάνιων παθήσεων - την πίστη μας στη δύναμη της προσήλωσης, την ισχύ της ευελιξίας και το δυναμικό των ανθρώπων που υπηρετούμε με αφοσίωση.

Sobi is a trademark of Swedish Orphan Biovitrum AB (publ)  
© 2022 Swedish Orphan Biovitrum AB (publ) – All rights reserved  
Sobi: Σωπού 12, Μαρούσι, 151 25, T: +30 210 700 8100





# Ωτίτιδες - Ιγμορίτιδα Τα πιο συχνά ΩΡΛ προβλήματα του καλοκαιριού

Πρακτικές συμβουλές για να αποφύγουμε δυσάρεστες περιπέτειες εν μέσω διακοπών



**Κ**αλοκαιρινές διακοπές στη θάλασσα χωρίς βουτιές και μακροβούτια είναι «λειψές» διακοπές. Όμως όλα αυτά τα παιχνίδια στο νερό ενέχουν και προβλήματα που επηρεάζουν τα αυτιά, τη μύτη, χαλάνε τη διάθεση, αλλά και το όνειρο των ανέμελων και τέλειων διακοπών, όπως σημειώνει η κ. **Ανατολή Παταρίδου Ωτορινολαρυγγολόγος – Χειρουργός Κεφαλής – Τραχήλου, ΠαιδοΩΡΛ, επιστημονική συνεργάτης νοσοκομείων ΥΓΕΙΑ-ΜΗΤΕΡΑ.**

## Ωτίτιδες

Η ιδιαίτερη ανατομία του αυτιού το καθιστά ένα από τα πλέον ευάλωτα όργανα και η πιο συχνή εκδήλωση την καλοκαιρινή περίοδο είναι η εξωτερική ωτίτιδα. Πρόκειται για φλεγμονή του έξω ακουστικού πόρου με έντονο πόνο. Με τη βοήθεια του νερού τα μικρόβια και οι μύκητες αναπτύσσονται πιο εύκολα στον έξω ακουστικό πόρο, προκαλώντας φλεγμονή με οίδημα, έκκριση υγρού (ωτόρροια), ερυθρότητα, έντονο πόνο (ωταλγία) και αίσθημα κνησμού. Επιπλέον,

η αυξημένη εφίδρωση λόγω ζέστης έχει ως αποτέλεσμα το δέρμα του έξω ακουστικού πόρου του αυτιού να υγραίνεται αρκετά. Η υγρασία αυτή δημιουργεί ευνοϊκό περιβάλλον, είτε για ανάπτυξη μυκήτων είτε μικροβίων στον έξω ακουστικό πόρο. Ακόμη, αν κάποιος έχει λιπαρό δέρμα, παράγει πολύ κερί και το αυτί του γεμίζει, αυτό το κερί πρέπει να καθαριστεί από τον ωτορινολαρυγγολόγο πριν ξεκινήσουν τα μπάνια. Διότι όταν ξεκινήσουν οι βουτιές, το κερί φουσκώνει, πιέζει και ενοχλεί. Αρχίζει η φαγούρα, ο πόνος, το βουτύ, κάποιες φορές μια ήπια ζαλάδα, ενώ σε πολλές περιπτώσεις βουλώνουν τα αυτιά. Έτσι, μπορεί ασυνείδητα να πειράζει το αυτί του με το δάχτυλο, με μπατονέτες ή με άλλα αιχμηρά αντικείμενα και τότε εμφανίζονται οι εξωτερικές ωτίτιδες. Πολλοί αναρωτιούνται κατά πόσο επηρεάζουν οι βουτιές στα βαθιά. Πολλές φορές δεν δημιουργούν πρόβλημα, αλλά σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να προκαλέσουν πρόβλημα στα αυτιά ή στους παραρρινίους κόλπους (τα ιγμόρεια και τους μετωπιαίους κόλπους), αν υπάρχει κάποιος εσωτε-

ρικός ερεθισμός, αν είστε «μπουκωμένοι» ή, απλά, λόγω ανατομικής κατασκευής. Σε κάθε περίπτωση δεν αγνοούμε τον πόνο. Είναι το «μήνυμα» του οργανισμού ότι κάτι δεν πάει καλά. Ο γιατρός θα καθαρίσει τον έξω ακουστικό πόρο από το υγρό και πιθανώς θα λάβει δείγμα για καλλιέργεια, η οποία θα αποκαλύψει την αιτία της φλεγμονής. Στη συνέχεια θα χορηγήσει την κατάλληλη αγωγή, που μπορεί να περιλαμβάνει αντισηπτικές, αντιβιοτικές ή αντιμυκητιασικές σταγόνες ή και αντιβιοτικό φάρμακο από το στόμα, αν κριθεί απαραίτητο.

## Ιγμορίτιδα

Ένα άλλο συχνό ωτορινολαρυγγολογικό πρόβλημα του καλοκαιριού είναι η ιγμορίτιδα. Μπορεί να οφείλεται σε μόλυνση από το κολύμπι σε βρόμικα νερά και στις καταδύσεις με ανοικτή μύτη ή και στη συνεχή έκθεση στον κρύο και ανθυγιεινό αέρα των κλιματιστικών σε κλειστούς χώρους. Αν, λοιπόν, κάποιος εκδηλώσει συμπτώματα, όπως ρινική συμφόρηση (μπούκωμα), καταρροή (συνάχι), πονοκέφαλο, πυώδεις εκκρίσεις, διαταραχές στην όσφρηση και βήχα, είναι πολύ πιθανό να έχει ιγμορίτιδα και πρέπει να απευθυνθεί άμεσα στον ωτορινολαρυγγολόγο ώστε να του χορηγήσει την κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή, προκειμένου και να ανακουφιστεί από τα συμπτώματα και να μπλοκάρει την ιγμορίτιδα ώστε να μην επηρεάσει τα μάτια ή τους βρόγχους. Όμως, πολύ συχνά η ιγμορίτιδα καταλήγει να γίνεται χρόνια, ταλαιπωρώντας σε συνεχή βάση τον πάσχοντα, ακριβώς επειδή δεν πήγε έγκαιρα στον ιατρό, ώστε να αντιμετωπίσει τα συμπτώματα.

## Τι μπορούμε να κάνουμε

Πρακτικές συμβουλές για να αποφύγετε δυσάρεστες περιπέτειες εν μέσω διακοπών.

- Να πάτε εγκαίρως, πριν από τα μπάνια σας, στον ωτορινολαρυγγολόγο για καθαρισμό της κυψελίδας από τα αυτιά σας, αν έχετε αυξημένη παραγωγή.
- Φροντίστε να κρατάτε τα αυτιά σας όσο το δυνατόν πιο στεγνά και μη βάζετε σε αυτά μπατονέτες ή άλλα αντικείμενα για να τα καθαρίσετε – δεν αφαιρείται έτσι η κυψελίδα.
- Μην προσπαθήσετε να αφαιρέσετε το κερί του αυτιού σας μόνοι σας.
- Εάν έχετε πόνο στο αυτί, αιμορραγία ή ξαφνική απώλεια ακοής, απευθυνθείτε σε έναν ωτορινολαρυγγολόγο άμεσα.
- Μην κάνετε μπάνιο σε βρόμικες θάλασσες ή πισίνες.
- Μη χρησιμοποιείτε αντιβιοτικές σταγόνες για τα αυτιά ή για τη μύτη χωρίς τη συμβουλή του ωτορινολαρυγγολόγου.
- Να καλύπτετε τα αυτιά σας όταν λούζεστε, ιδιαίτερα αν έχετε δερματίτιδα ή διάτρηση τυμπάνου. ●



**Ανατολή Παταρίδου**

Ωτορινολαρυγγολόγος – Χειρουργός Κεφαλής – Τραχήλου, Παιδο-ΩΡΛ, επιστημονική συνεργάτης νοσοκομείων ΥΓΕΙΑ-ΜΗΤΕΡΑ.

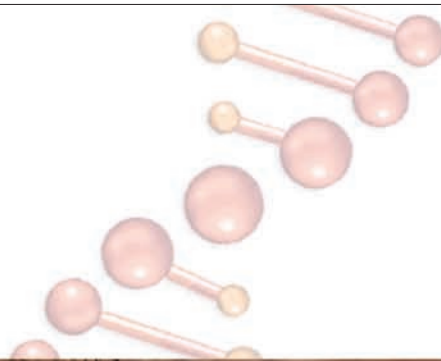
**Η ιδιαίτερη ανατομία του αυτιού το καθιστά ένα από τα πλέον ευάλωτα όργανα και η πιο συχνή εκδήλωση την καλοκαιρινή περίοδο είναι η εξωτερική ωτίτιδα**





# GILEAD

Creating Possible



**Μαζί,  
πετυχαίνουμε  
το ακατόρθωτο.  
Από την έρευνα  
έως τη θεραπεία,  
δημιουργώντας  
έναν καλύτερο,  
υγιέστερο κόσμο.**

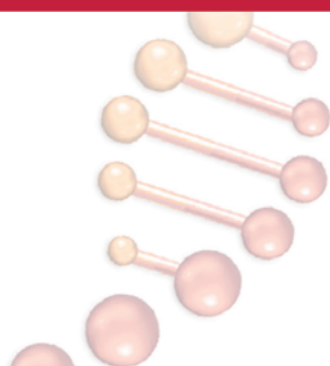
Η **Gilead Sciences** είναι μια πρωτοπόρος εταιρεία βιοτεχνολογίας που ερευνά και αναπτύσσει καινοτόμες θεραπείες σε τομείς που υπάρχουν σημαντικά θεραπευτικά κενά.

Πρωταρχικός σκοπός μας είναι να βοηθήσουμε τους ασθενείς που πάσχουν από νόσους απειλητικές για τη ζωή. Οραματιζόμαστε έναν καλύτερο και πιο υγιή κόσμο για όλους και αυτό αποτελεί την κινητήρια δύναμη μας. Χάρη στις καινοτόμες θεραπείες μας, εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο ζουν, απολαμβάνοντας καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής.

Οι θεραπευτικοί τομείς που εστιάζουμε περιλαμβάνουν την HIV λοίμωξη, τις Ιογενείς Ηπατίτιδες, την COVID-19, καθώς και τους τομείς της Ογκολογίας και Αιματολογίας.

Θα συνεχίσουμε να επενδύουμε στην επιστήμη και την έρευνα, να παρέχουμε θεραπευτικές επιλογές στους ασθενείς και να αντιμετωπίζουμε τις μεγάλες, σύγχρονες προκλήσεις δημόσιας υγείας προς όφελος των επόμενων γενεών.

Η Gilead Sciences ιδρύθηκε το 1987 στις ΗΠΑ και απασχολεί περισσότερους από 18.000 υπαλλήλους. Στη χώρα μας η εταιρεία δραστηριοποιείται από το 2001 απασχολώντας 52 άτομα που εστιάζουν σε ιατρικές, κανονιστικές και εμπορικές δραστηριότητες.







**Τ**α εμβόλια ως ένα εκ των κύριων εργαλείων προάσπισης της δημόσιας υγείας οδήγησαν στην εξάλειψη ή τη διαχείριση πολλών νόσων, συμβάλλοντας στη βιωσιμότητα των συστημάτων υγειονομικής περίθαλψης και μειώνοντας την επιβάρυνση των λοιμωδών νοσημάτων και τη χρήση αντιβιοτικών.

- Ο εμβολιασμός σώζει περίπου 4 έως 5 εκατομμύρια ζωές παγκοσμίως κάθε χρόνο.
  - 1,5 εκατομμύριο θάνατοι επιπλέον, θα μπορούσαν να αποφευχθούν με τη βελτίωση της εμβολιαστικής κάλυψης παγκοσμίως.
  - Μεταξύ 2001 και 2020, τα εμβόλια απέτρεψαν περίπου 20 εκατομμύρια θανάτους, 500 εκατομμύρια περιπτώσεις ασθένειας και 9 εκατομμύρια περιπτώσεις μακροχρόνιας αναπηρίας, παγκοσμίως.
- Τα παραπάνω είναι μερικά από τα δεδομένα που παρουσιάστηκαν στη διεθνή δημοσιογραφική εκδήλωση της GSK με τίτλο «**Απελευθερώνοντας τη δύναμη της πρόληψης: Καθιστώντας την ανοσοποίηση ενηλίκων ως πρότυπο περίθαλψης σε έναν κόσμο που γηράσκει**», στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Εβδομάδας Ανοσοποίησης, και αφορούν στην πρόληψη μέσω του εμβολιασμού σε παγκόσμιο και ευρωπαϊκό επίπεδο, αλλά και στις επιπτώσεις στη δημόσια υγεία και την οικονομία.

#### Τα εμβόλια ως μέσο πρόληψης

Ο εμβολιασμός είναι από τις πιο αποδοτικές υγειονομικές παρεμβάσεις της εποχής μας, καθώς βοηθά και υποστηρίζει την καλύτερη λειτουργία και διαχείριση των συστημάτων υγείας, όντας ένα εκ των κύριων μέσων πρόληψης. Σύμφωνα με τα δεδομένα που παρουσιάστηκαν, ο παιδικός εμβολιασμός έχει συμβάλει στη μείωση ασθενειών, της παιδικής θνησιμότητας και των μακροχρόνιων αναπηριών.

Σήμερα, 9 στα 10 παιδιά στην Ευρώπη κάνουν τουλάχιστον ένα βασικό σετ εμβολίων κατά τη βρεφική τους ηλικία, γεγονός που οδηγεί σε πιο υγιείς κοινωνίες.

Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η εξάλειψη της πολιομυελίτιδας, με την **Ευρώπη να κηρύσσεται «ελεύθερη» από την πολιομυελίτιδα το 2002**. Σήμερα, η ασθένεια παραμένει ενδημική μόνο σε δύο χώρες παγκοσμίως (Πακιστάν και Αφγανιστάν).

Σε μια Ευρώπη της οποίας ο πληθυσμός γηράσκει ταχύτατα, σε συνδυασμό με τις χρόνιες και σοβαρές παθήσεις που συνοδεύουν τους ηλικιωμένους, τα συστήματα υγείας, επιβαρύνονται. Γεγονός το οποίο μπορεί να αποφευχθεί μέσω του εμβολιασμού ενηλίκων.

Για παράδειγμα, τα εμβόλια μπορούν να συμβάλουν στη μείωση των εισαγωγών στα νοσοκομεία, προς όφελος των ασθενών, δίνοντας τη δυνατότητα στα νοσοκομεία να ελευθερώσουν ζωτικό χώρο.

Η υγιής γήρανση και η υιοθέτηση του διά βίου εμβολιασμού μπορούν να συμβάλουν στη μείωση της επιβάρυνσης των ενηλίκων και των ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας από ασθένειες που προλαμβάνονται μέσω του εμβολιασμού, οδηγώντας, παράλληλα, στη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Στην περίπτωση της γρίπης, ο εμβολιασμός μπορεί να συμβάλει στη μείωση των νοσηλείων και των θανάτων κατά 45% και 38% αντίστοιχα σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας με σακαρωδή διαβήτη, ενώ σχετίζεται επίσης και με τη μείωση του κινδύνου καρδιαγγειακών θανάτων. Τα εμβόλια μπορούν να προστατεύσουν ολόκληρη την κοινότητα, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που δεν μπορούν να εμβολιαστούν λόγω ηλικίας ή υφιστάμενων νοσημάτων. Η προστασία αυτή όμως μπορεί να επιτευχθεί μέσω υψηλών ποσοστών εμβολιαστικής κάλυψης και την επίτευξη ανοσίας.

#### Ενίσχυση των εμβολιαστικών προγραμμάτων

Η επένδυση στην περαιτέρω ενίσχυση των προγραμμάτων εμβολιασμού στην Ευρώπη βρίσκονται σε αρκετά χαμηλά επίπεδα καθώς το **77% των χωρών ξοδεύουν λιγότερο από το 0,5% του προϋπολογισμού τους** για τον εμβολιασμό. Θα πρέπει να επενδυθούν περισσότεροι πόροι για την πρόληψη, στο πλαίσιο της κατανομής του προϋπολογισμού για τον εμβολιασμό ενηλίκων, συμπεριλαμβανομένων των ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας, καθώς και στην εκπαίδευση, από μικρή ηλικία, σχετικά με τη σημασία του διά βίου εμβολιασμού.

Ο εμβολιασμός ενός ατόμου **ενάντια σε έως και 17 νοσήματα κατά τη διάρκεια της ζωής του έχει υπολογιστεί ότι κοστίζει περίπου 3.395 €**.

Η ενίσχυση των προγραμμάτων εμβολιασμού, κατά του συνόλου των νοσημάτων που μπορούν να προληφθούν, πρέπει να αποτελεί προτεραιότητα στο πλαίσιο χάραξης πολιτικής για τη δημόσια υγεία.

Οι πολιτικές εμβολιασμού θα πρέπει να υπερβαίνουν της εστιάσής τους στην προστασία της βρεφικής και παιδικής ηλικίας και να υιοθετούν μια προσέγγιση διά βίου, παρέχοντας ίση πρόσβαση στα απαραίτητα εμβόλια και για τις ηλικιακές ομάδες των ενηλίκων και των ενηλίκων μεγαλύτερης ηλικίας.

Όπως αναφέρθηκε, ο ετήσιος εμβολιασμός **κατά της εποχικής γρίπης δύναται να εξοικονομήσει από 248 έως 332 εκατ. ευρώ σε δαπάνες υγειονομικής περίθαλψης** στην Ευρώπη μέσω της αποτροπής νοσηλείων και επισκέψεων στον Οικογενειακό Ιατρό.

#### Επένδυση στην έρευνα και την καινοτομία

Ο εμβολιασμός έχει θετική επίπτωση στην υγεία δισεκατομμυρίων ανθρώπων και η πρόσβασή τους σε αυτόν πρέπει να διευρυνθεί, καθώς και να ενισχυθεί η χρηματοδότησή των εθνικών προγραμμάτων εμβολιασμού σε όλες τις χώρες του κόσμου.

Η συνεργασία με τις εταιρείες ανάπτυξης και παραγωγής εμβολίων είναι το κλειδί για τη διασφάλιση της άμεσης πρόσβασης των πολιτών στα εμβόλια. Η έρευνα και η καινοτομία έκαναν εφικτή τη συνεχή ανάπτυξη νέων εμβολίων που παρέχουν προστασία έναντι περισσότερων ασθενειών.

Η ταχεία ανάπτυξη και έγκριση των εμβολίων κατά της COVID-19 υπογραμμίζει το μέγεθος της επίπτωσης που έχει η ενίσχυση της επένδυσης στην έρευνα και κατ'επέκταση στην αντιμετώπιση των αναδυόμενων απειλών, στην προστασία του πληθυσμού και τη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα των συστημάτων υγειονομικής περίθαλψης.

**Κάθε ευρώ που επενδύεται στον εμβολιασμό ενηλίκων (ξεκινώντας από την ηλικία των 50 ετών) αποφέρει 4 € μελλοντικών οικονομικών εσόδων.**

Στο τέλος της εκδήλωσης έγινε αναφορά στη διοργανώτρια εταιρεία, αναφέροντας πως η GSK έχει ιστορία 140 ετών στην ανάπτυξη και παραγωγή εμβολίων, διατηρώντας ένα από τα ευρύτερα χαρτοφυλάκια εμβολίων για προστασία των ανθρώπων έναντι νοσημάτων σε όλα τα στάδια της ζωής τους.

Σε τελική φάση ανάπτυξης, από τη GSK, βρίσκονται 19 εμβόλια, τα οποία αφορούν ένα ευρύ φάσμα τεχνολογιών, όπως mRNA και ανοσοενισχυτικά, ενώ τα επόμενα χρόνια αναμένεται να δούμε αλματώδη ανάπτυξη στην παραγωγή καινοτόμων εμβολίων για το σύνολο του πληθυσμού. ●

#gsk#worldimmunisationweek#vaccines

Η εμβολιασμός είναι από τις πιο επιτυχημένες υγειονομικές παρεμβάσεις της εποχής μας, καθώς βοηθά και υποστηρίζει την καλύτερη λειτουργία και διαχείριση των συστημάτων υγείας, όντας μια από τις καλύτερες μορφές πρόληψης





## Ahead Together

Ενώνουμε την επιστήμη, την τεχνολογία και το ταλέντο ώστε να ξεπεράσουμε τις ασθένειες μαζί.

NP-GR-NA-ADVR-230002 - ΙΣΧΥΣ:10.2023 - 10.2025

Στοιχεία επικοινωνίας:  
Λ. Κηφισιάς 266  
15232, Αθήνα  
2106882100

 [www.gr.gsk.com](http://www.gr.gsk.com)

©2023 Όμιλος εταιρειών GSK



Νέες θεραπείες για αποτελεσματικότερη αντιμετώπιση της



**Ταμπουρατζή  
Ελευθερία**

Δερματολόγος-  
Αφροδισιολόγος,  
Επιμελήτρια Β', Τζάνειο  
Νοσοκομείο Πειραιά



Η λεύκη  
μπορεί να  
εμφανισθεί σε  
οποιαδήποτε  
ηλικία,  
συχνότερα  
όμως  
προσβάλλει  
νεαρά άτομα  
<20 ετών

**Η** λεύκη είναι μια επίκτητη διαταραχή της μελάγχρωσης του δέρματος που χαρακτηρίζεται από λευκές, αχρωμικές κηλίδες ή πλάκες με σαφή όρια γύρω από το υγιές δέρμα, όπως αναφέρει η κ. **Ταμπουρατζή Ελευθερία, Δερματολόγος-Αφροδισιολόγος, Επιμελήτρια Β', Τζάνειο Νοσοκομείο Πειραιά**, η οποία απαντά σε όλα όσα θα θέλαμε να γνωρίζουμε για τη νόσο.

## Τι προκαλεί τη λεύκη;

Η νόσος οφείλεται σε επιλεκτική καταστροφή των μελανοκυττάρων και ξεκινάει απότομα, συνήθως στο 20% των ατόμων που εμφανίζουν λεύκη έχει προηγηθεί έντονη συναισθηματική πίεση (stress).

## Σε τι ηλικίες εμφανίζεται η νόσος; Έχει κληρονομική προδιάθεση;

Η λεύκη μπορεί να εμφανισθεί σε οποιαδήποτε ηλικία, συχνότερα όμως προσβάλλει νεαρά άτομα <20 ετών. Η νόσος έχει πολυπαραγοντική γενετική βάση και έως το 30% των ασθενών έχει πάσχοντα συγγενή χωρίς όμως η νόσος να κληρονομείται ως αυτοσωμικό επικρατές ή υπολειπόμενο γονίδιο.

## Ποιες είναι οι κλινικές μορφές της λεύκης;

1. Εντοπισμένη ή τμηματική, όπου οι βλάβες εμφανίζονται σε μια περιοχή του σώματος και αργότερα μπορεί να επεκταθούν
2. Μη τμηματική, όπου οι βλάβες εντοπίζονται σε πολλά σημεία του σώματος και είναι η πιο συχνή μορφή, καθώς αφορά το 90% των ασθενών
3. Μικτή
4. Αταξινόμητη

## Πώς γίνεται η διάγνωση;

Η διάγνωση βασίζεται στην κλινική εικόνα του ασθενούς, λαμβάνεται υπόψιν το οικογενειακό ιστορικό (συμπεριλαμβανομένων και άλλων αυτοάνοσων νοσημάτων που σχετίζονται ή συνυπάρχουν με τη λεύκη, όπως νοσήματα θυρεοειδούς, ατοπική δερματίτιδα, αλωπεκία). Η εξέταση συμπληρώνεται με ένα ειδικό φακό, τη λυχνία Wood, ενώ σε δύσκολες περιπτώσεις επιβεβαιώνεται με βιοψία.

## Υπάρχει θεραπεία;

Η λεύκη μέχρι πρόσφατα θεωρούνταν δύσκολο και δυσεπίλυτο νόσημα στην αντιμετώπισή του. Οι θεραπείες που έχουν χρησιμοποιηθεί σε βάθος χρόνου όπως τοπικά κορτικοστεροειδή, αναστολείς καλσινευρίνης, παράγωγα βιταμίνης D, φωτοθεραπεία, lasers, χειρουργική αντιμετώπιση δεν έχουν αποδώσει ικανοποιητικά αποτελέσματα. Όμως, νέες θεραπείες υπάρχουν στο προσκήνιο και έχουν προστεθεί στη θεραπευτική μας φαρέτρα για να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τη λεύκη και να βοηθήσουν τον ασθενή να κερδίσει το «στοίχημα» με τη νόσο. Ο δερματολόγος, εξειδικευμένος και εξοικειωμένος με τη νόσο, μπορεί να σταθεί δίπλα στον ασθενή, βοηθώντας τον να επανέλθει στην καθημερινότητά του χωρίς συμβιβασμούς ή περιορισμούς. ●



# Είσαι στο **Κέντρο**



- **Καινοτομία:** Πρωτοποριακές ιατρικές υπηρεσίες και σύγχρονος ιατρικός εξοπλισμός.
- **Ποιότητα:** 9/10 ασθενείς δηλώνουν\* απόλυτα ικανοποιημένοι από τις υπηρεσίες μας.
- **Εξειδίκευση:** Πρότυπα Κέντρα Υψηλής Εξειδίκευσης με έμπειρο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό.
- **Εξυπηρέτηση:** Ανθρωποκεντρική φροντίδα σε φιλικό και οικογενειακό περιβάλλον.

\*Σύμφωνα με στοιχεία ανεξάρτητης εταιρείας ερευνών.

Αθανασιάδου 7-9, Αθήνα (μετρό Αμπελόκηποι), 115 21,  
Τηλ.: 210 6416600, Email: [info@euroclinic.gr](mailto:info@euroclinic.gr)



**euroclinic.gr**    



# Sobi Μεταμορφώνουμε τη ζωή των ανθρώπων με σπάνια νοσήματα

Η Sobi συνεχίζει να χαρίζει «σπάνια δύναμη» σε «σπάνιους ανθρώπους»

SOUL/BODY  
MIND



**Η** βιοφαρμακευτική εταιρεία εξειδικευμένης φροντίδας Sobi, επικεντρώνεται στην ανάπτυξη και υλοποίηση καινοτόμων θεραπειών στους τομείς της αιματολογίας, της ανοσολογίας και της εξειδικευμένης φροντίδας, κάνοντας πράξη τη δέσμευσή της να μεταμορφώνει τη ζωή των ανθρώπων με σπάνια νοσήματα.

Ως ηγέτιδα εταιρεία στον τομέα της αιματολογίας, επεκτείνει και ενισχύει συνεχώς το χαρτοφυλάκιο των θεραπειών της για την αιμορροφιλία Α & Β, αλλά και για άλλες σπάνιες ασθένειες του αίματος, όπως η άνοση θρομβοπενία (ITP) και η παροξυσμική νυχτερινή αιμοσφαιρινουρία (PNH). Ειδικότερα, έχει αναδειχθεί ως κορυφαία εταιρεία στην αιμορροφιλία, έχοντας δημιουργήσει

νέα θεραπευτικά πρότυπα, παρέχοντας καινοτόμες θεραπευτικές λύσεις στην επιστημονική κοινότητα και συνεισφέροντας ουσιαστικά στη βελτίωση της ζωής χιλιάδων ανθρώπων που ζουν με αιμορροφιλία.

Στον τομέα της ανοσολογίας, το χαρτοφυλάκιο της Sobi περιλαμβάνει προϊόντα που ανταποκρίνονται σε σημαντικές ακάλυπτες ιατρικές ανάγκες, με θεραπείες που αντιμετωπίζουν σοβαρές παθήσεις, ενώ στον τομέα της εξειδικευμένης φροντίδας εστιάζει στην αντιμετώπιση γενετικών και μεταβολικών νοσημάτων.

Με επίκεντρο τον ασθενή, η εταιρεία έχει παρουσία σε περισσότερες από 30 χώρες, ενώ τη χρονιά που πέρασε, περίπου 36.000 ασθενείς είχαν πρόσβαση στις θεραπευτικές επιλογές της, σε περισσότερες από 70 χώρες παγκοσμίως.

||

Με ένα ισχυρό και αναπτυσσόμενο χαρτοφυλάκιο προϊόντων στους τομείς της αιματολογίας, της ανοσολογίας και της εξειδικευμένης φροντίδας, η Sobi συνεχίζει να χαρίζει «σπάνια δύναμη» σε «σπάνιους ανθρώπους»

||

Το 2023 έκλεισε με θετικό πρόσημο για τη Sobi, επιβεβαιώνοντας την αναπτυξιακή της πορεία. Τα συνολικά έσοδα της εταιρείας παγκοσμίως ανήλθαν στα 22,123 εκατ. SEK. Το 60% των εσόδων της προήλθε από τον τομέα της αιματολογίας, το 35% από τον τομέα της ανοσολογίας, ενώ το 5% από τον τομέα της εξειδικευμένης φροντίδας. Με στόχο την ανάπτυξη νέων καινοτόμων θεραπευτικών λύσεων και την επέκταση του χαρτοφυλακίου της, το 13% των εσόδων της διατέθηκε, την χρονιά που μας πέρασε, για επενδύσεις σε R&D. Με την ίδια αφοσίωση η εταιρεία θα συνεχίσει την ανάπτυξη καινοτόμων θεραπειών για την κάλυψη ανεκπλήρωτων ιατρικών αναγκών που θα συμβάλουν αποτελεσματικά στη βελτίωση της ποιότητας ζωής χιλιάδων ανθρώπων που ζουν με μια σπάνια πάθηση.

Το ανθρώπινο δυναμικό της Sobi ανέρχεται σε 1.800 άτομα στην Ευρώπη, τη Βόρεια Αμερική, τη Μέση Ανατολή, την Ασία και τη Βόρεια Αφρική. Η εταιρεία επενδύει σημαντικά στους ανθρώπους της παρέχοντάς τους ευκαιρίες για περαιτέρω εξέλιξη και ανάπτυξη των ταλέντων και των δεξιοτήτων τους.

Στην Ελλάδα η Sobi φέτος συμπληρώνει 7 χρόνια δυναμικής παρουσίας, παρέχοντας καινοτόμες θεραπευτικές επιλογές στους Έλληνες που ζουν με μια σπάνια πάθηση. Στο πλαίσιο της ενημέρωσης του κοινού η Sobi Ελλάδας διατηρεί ανανεωμένη την ιστοσελίδα <https://www.sobi.com/greece/el> έτσι ώστε ο επισκέπτης να περιηγείται εύκολα και γρήγορα, από οποιαδήποτε συσκευή, για να αναζητήσει τις πληροφορίες που χρειάζεται για την εταιρεία και τους θεραπευτικούς τομείς στους οποίους δραστηριοποιείται. ●



# ΟΦΕΤ Ισχυρό κοινωνικό και περιβαλλοντικό αποτύπωμα, διαχρονικά

Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη στην υπηρεσία του ανθρώπου



**Ο**ι λέξεις υπευθυνότητα, αλληλεγγύη και ηθικό επιχειρείν, ορίζουν τις ενέργειες και τις δράσεις του Όμιλου Φαρμακευτικών Επιχειρήσεων Τσέτη (ΟΦΕΤ), με τις οποίες αποσκοπεί στη βελτίωση των συνθηκών ζωής και υγείας του ανθρώπου.

Δράσεις με θετικό αποτύπωμα για την κοινωνία, το περιβάλλον και την υγεία είναι μέρος της καθημερινής λειτουργίας των εταιρειών του Ομίλου, ο οποίος αποτελείται από τις φαρμακοβιομηχανίες UNI-PHARMA και InterMed, την εμπορική εταιρεία στην Κύπρο Pharmabelle και την πρότυπη βιομηχανία εκκύλισης φαρμακευτικών φυτών UniHerbo, η οποία θα λειτουργεί και ως Ινστιτούτο Μελέτης νέων επιστημόνων και φοιτητών.

## Στηρίζοντας την κοινωνία

Ο Όμιλος Φαρμακευτικών Επιχειρήσεων Τσέτη, στη διάρκεια της **πανδημίας της COVID -19**, απέδειξε περίτρανα ότι δεν κάμπτεται από τα δύσκολα και τα επείγοντα. Οι τέσσερις μεγάλες δωρεές του Unikinon (χλωροκίνη) και των αντισηπτικών προς το ελληνικό και κυπριακό υγειονομικό σύστημα, «*αποτελούν το ελάχιστο χρέος μας προς τη δημόσια υγεία και την κοινωνία*», σύμφωνα με την κυρία Ιουλία Τσέτη.

Την ίδια ευαισθησία έδειξε ο ΟΦΕΤ και στους **πληγέντες της Θεσσαλίας**, το φθινόπωρο του 2023, από τις καταστροφικές πλημμύρες που προκάλεσαν τα ακραία καιρικά φαινόμενα.

## Αντιμετωπίζοντας την υπογονιμότητα

Μέσα από τη συνεργασία με την Οργάνωση και το **Πρόγραμμα BE LIVE**, των γιατρών Χάρη Χηνιάδη και Βασίλη Κελλάρη, το οποίο στηρίζει υπογόνιμα ζευγάρια κάνοντας πράξη το όνειρό τους για δημιουργία οικογένειας – ο ΟΦΕΤ εκφράζει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο το αποτύπωμα της κοινωνικής του ευαισθησίας και προσφοράς. Επίσης, η InterMed στο πλαίσιο της συνεργασίας αυτής κάλυψε πρόσφατα τα διατροφικά συμπληρώματα 30 υπογόνιμων ζευγαριών, για την προετοιμασία των κύκλων εξωσωματικής τους.

## Δίπλα σε όσους έχουν ανάγκη

«Δεν διαλέγεις πάντα την αφετηρία της ζωής σου, αλλά μπορείς να διαλέξεις τον τερματισμό», ανέφερε emphaticά τον Σεπτέμβριο του 2023, στο

φιλανθρωπικό δείπνο της Οργάνωσης **ΕΞέλιξη Ζωής**, τον οποίο στηρίζει γενναιόδωρα ο **Όμιλος Φαρμακευτικών Επιχειρήσεων Τσέτη**, η νεαρή Venice, η οποία βρήκε στέγη, ενδυνάμωση και σκοπό στη ζωή της, στον φορέα.

Ο φορέας αποσκοπεί στην υποστήριξη και αυτονόμηση εφήβων (16-18 ετών) και νεαρών ενηλίκων (18-25 ετών), που προέρχονται από περιβάλλοντα ιδρυματικής περιθαλψης μέσα από προγράμματα εκπαιδευτικής κατάρτισης, ψυχοκοινωνικής ενδυνάμωσης και τη συμμετοχή τους σε αθλητικές και πολιτιστικές δράσεις.

Αλλωστε και η **ΑΜΚΕ Κλέων Τσέτης**, το ίδρυμα που δημιούργησε η διοίκηση των UNI-PHARMA και InterMed, στηρίζει απρόσκοπτα νέους ανθρώπους, είτε προέρχονται από το πεδίο των βιοεπιστημών, είτε από το πεδίο της έρευνας, είτε από την τέχνη και τον πολιτισμό.

Αλλά δεν είναι μόνον αυτές οι δράσεις που υλοποιεί ο Όμιλος:

Το ποσό των 35.000 ευρώ δώρισε πρόσφατα η κυρία Ιουλία Τσέτη για την αποπεράτωση της **κατασκευής του νέου κτιρίου διαμονής του προσωπικού του Επιτηρητικού Φυλακίου της μικρονήσου Στρογγύλης**. Η δωρεά πραγματοποιήθηκε στη διοίκηση Ταγμάτων Εθνοφυλακής «Διαγορίδων».

**Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ**. Τον Φεβρουάριο του 2022, η πρόεδρος και CEO του ΟΦΕΤ κυρία Ιουλία Τσέτη, σε συνεργασία με την αντιπρόσωπο στην Ελλάδα της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ, ανακοίνωσαν στοχευμένες ενέργειες, προκειμένου οι πρόσφυγες να μπορούν να ενταχθούν ομαλά στην κοινωνία και στην

αγορά εργασίας.

**Science on the Go**. Το κινητό εργαστήριο επιστήμης, όπου οι επιστήμονες του Ομίλου διδάσκουν το know how σκευασμάτων (όπως δημιουργία στοματικών διαλυμάτων, συμπληρωμάτων διατροφής).

**Αποστολή Ζωής**. Λειτουργεί ως μοντέλο πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, με επισκέψεις σε άγονες περιοχές και συνεργασία με κατά τόπους Ιατρικούς και Οδοντιατρικούς Συλλόγους, αλλά και την Ελληνική Ενδοκρινολογική Εταιρεία.

Η **Green Team του ΟΦΕΤ** με το σύνθημα «Save the Sea», υλοποιεί μεγάλα περιβαλλοντικά προγράμματα στα νησιά μας, δίνοντας «φιλί ζωής» στο περιβάλλον και το οικοσύστημα. Συνεργάζεται επίσης, με την **AxionHellas** για τη στήριξη του πληθυσμού σε άγονες περιοχές σε θέματα υγείας. Ακόμη, η ομάδα αιμοδοσίας του **ΟΦΕΤ Σταγόνα Ζωής** με εθελοντικές αιμοδοσίες που πραγματοποιούνται στις εγκαταστάσεις των βιομηχανιών, σε συνεργασία με το νοσοκομείο Αγία Όλγα.

Η **Running Team του ΟΦΕΤ** στηρίζει σταθερά τα τελευταία χρόνια το Άλμα Ζωής και τις γενναίες γυναίκες που παλεύουν ενάντια στον καρκίνο του μαστού.

\*Οι βιομηχανίες του Ομίλου **UNI-PHARMA & InterMed** είναι διεθνώς αναγνωρισμένες ως επίσημοι προμηθευτές των Ηνωμένων Εθνών, της UNICEF και του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.

Ακόμη, «**Top Employers**» **Κορυφαίοι Εργοδότες στην Ελλάδα ανακηρύχθηκαν και το 2024**, για δεύτερη συνεχή χρονιά, από το Ινστιτούτο Top Employer Institute. Η πιστοποίηση από τον ανεξάρτητο διεθνή οργανισμό «Top Employer» αποδεικνύει την αφοσίωση του οργανισμού σε ένα καλύτερο εργασιακό περιβάλλον μέσω των πολιτικών και καλών πρακτικών του τμήματος ανθρώπινου δυναμικού. ●



Η κυρία **Ιουλία Τσέτη** είναι Φαρμακοποιός MSc, Επίτιμη Δρ. Φαρμακευτικής του ΕΚΠΑ, Πρόεδρος και CEO του Ομίλου Φαρμακευτικών Επιχειρήσεων Τσέτη, Πρόεδρος του UN Global Compact Network Greece και Γενική Γραμματέας του ΔΣ του ΣΕΒ

SOUL/BODY  
MIND

||  
**Δράσεις με θετικό αποτύπωμα για την κοινωνία, το περιβάλλον και την υγεία είναι μέρος της καθημερινής λειτουργίας των εταιρειών του Ομίλου**  
||



# Σπονδυλαρθρίτιδες, μια ιδιαίτερη ομάδα νοσημάτων

Επηρεάζουν με διαφορετικούς τρόπους τους πάσχοντες, έχοντας σημαντική επίπτωση στην ποιότητα ζωής

Σήμερα είναι διαθέσιμες αρκετές θεραπευτικές επιλογές, με διαφορετικά χαρακτηριστικά, οι οποίες επιτρέπουν την εξατομικευμένη επιλογή για κάθε ασθενή



Η συμμετοχή της **σπονδυλικής στήλης** εκδηλώνεται με πόνο στο πίσω μέρος της λεκάνης και επέκταση στους γλουτούς και σε ολόκληρο το μήκος της με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Αυτά είναι η παρατεταμένη πρωινή δυσκαμψία, η βελτίωση με την κίνηση και η επιδείνωση με την ακινησία, καθώς και η γρήγορη και σημαντική βελτίωση του πόνου με τα μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα. Όταν κυριαρχεί η προσβολή της σπονδυλικής στήλης τίθεται η διάγνωση της **αξονικής σπονδυλαρθρίτιδας**.

## Ψωρίαση

Η δεύτερη πιο συχνή εκδήλωση στο πλαίσιο αυτών των νοσημάτων είναι η εμφάνιση **ψωρίασης**, δηλαδή περιοχές του δέρματος που είναι ερυθρές και καλύπτονται από «λέπια» με χαρακτηριστικό αργυρό χρώμα, μαζί με κνησμό. Επίσης τα νύχια μπορεί να παρουσιάζουν χαρακτηριστικές βλάβες. Οι πιο πολλοί πάσχοντες πρώτα εκδηλώνουν την ψωρίαση στο δέρμα και τα νύχια και στη συνέχεια τα συμπτώματα των σπονδυλαρθρίτιδων, επομένως μπορεί αρχικά να παρακολουθούνται από δερματολόγο ενώ στη συνέχεια και από έναν ρευματολόγο.

Οι ασθενείς που εμφανίζουν **οσφυαλγία** μπορεί να επισκέπτονται έναν διαφορετικό ιατρό αρχικά και να εξεταστούν και από ρευματολόγο στη συνέχεια. Για τους παραπάνω λόγους είναι σημαντικό οι ασθενείς να αναφέρουν σε κάθε γιατρό ολοκληρωμένα το ιστορικό τους και να υπάρχει συστηματική συνεργασία διαφορετικών ιατρικών ειδικοτήτων.

**Συμπεραίνουμε λοιπόν** ότι πρόκειται για μια ομάδα νοσημάτων που μπορεί να επηρεάσουν με διαφορετικούς τρόπους τα άτομα έχοντας σημαντική επίπτωση στην ποιότητα ζωής τους. Επίσης υπάρχει σημαντική συσχέτιση της **ψωρίασης** και της **ψωριασικής αρθρίτιδας** με μια σειρά από συννοσηρότητες –που μπορεί να προέρχονται, πχ. από το καρδιαγγειακό σύστημα–, καθώς και αγχώδεις διαταραχές και κατάθλιψη.

## Διάγνωση

Η διάγνωση αυτών των νοσημάτων βασίζεται σε σημαντικό ποσοστό στο ιστορικό (των ιδίων και της οικογένειάς τους), στην κλινική εξέταση των ειδικών ιατρών, ενώ συμπληρωματικά γίνονται εργαστηριακές εξετάσεις.

Η ορθή και ολοκληρωμένη διάγνωση των ασθενών με σπονδυλαρθρίτιδες είναι σημαντική, γιατί σήμερα είναι διαθέσιμες αρκετές θεραπευτικές επιλογές, με διαφορετικά χαρακτηριστικά, οι οποίες επιτρέπουν την εξατομικευμένη επιλογή για κάθε ασθενή. ●

## Αρθρώσεις

Οι σπονδυλαρθρίτιδες είναι ρευματολογικά νοσήματα που χαρακτηρίζονται από χρόνια φλεγμονή, τόσο στη σπονδυλική στήλη όσο και στις υπόλοιπες αρθρώσεις του σώματος, προσβάλλουν άτομα νεαρής ηλικίας και μπορεί να εκδηλώνονται με ποικίλους τρόπους, τόσο μεταξύ διαφορετικών ανθρώπων όσο και στο ίδιο άτομο μέσα στον χρόνο, όπως επισημαίνει ο κ. **Καρατσουράκης Θεόφιλος**, Ρευματολόγος, Ιατρικός Σύμβουλος Φαρμασέρβ-Lilly.

Χαρακτηριστικές εκδηλώσεις αυτής της ομάδας νοσημάτων είναι φλεγμονή, τόσο στο μυοσκελετικό όσο και στο δέρμα. Η προσβολή του μυοσκελετικού εντοπίζεται συνήθως σε μικρό **αριθμό αρθρώσεων**, λιγότερες από 5 και πιο συχνά στα κάτω άκρα, στους τένοντες και στις ενθέσεις, αλλά μπορεί να προσβληθούν και περισσότερες αρθρώσεις ή και ένα ολόκληρο δάκτυλο οδηγώντας έτσι στη **δακτυλίτιδα**.



**Καρατσουράκης Θεόφιλος**

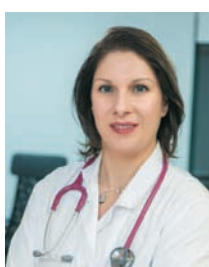
Ρευματολόγος,  
Ιατρικός Σύμβουλος  
Φαρμασέρβ-Lilly





## Πρόληψη και θεραπεία της παχυσαρκίας

Η Αργυρώ Παναγιωτάκου, ενδοκρινολόγος – διαβητολόγος, μας αναλύει ποια θα πρέπει να είναι η σωστή αντιμετώπιση



**Αργυρώ Παναγιωτάκου, MD, MSc, EBEDM**

Ενδοκρινολόγος - Διαβητολόγος  
Health Coach  
Scope Fellow (Obesity World Federation)

Η παχυσαρκία για πολλούς θεωρείται ως ένα αισθητικό πρόβλημα. Ακόμα χειρότερα υπάρχει η πεποίθηση ότι οι άνθρωποι με παχυσαρκία φταίνε που τρώνε. Δεν αναγνωρίζεται από όλους ως πάθηση. Ως εκ τούτου οι ασθενείς διστάζουν να ζητήσουν βοήθεια και οι επιστήμονες υγείας να προσφέρουν θεραπεία.

Η αντιμετώπιση της παχυσαρκίας έχει διπλή υπόσταση, την πρόληψη και τη θεραπεία. Για θεραπεία μιλάμε όταν υπάρχουν εγκατεστημένες επιπλοκές (σακχαρώδης διαβήτης, δυσλιπιδαιμία, λιπώδης διήθηση ήπατος, οστεοαρθρίτιδα, σύνδρομο υπνικής άπνοιας, υπογονιμότητα κ.λπ.), αλλιώς πρόκειται για πρόληψη.

Η θεραπευτική προσέγγιση της παχυσαρκίας εξομοιώνεται ανάλογα με τις ανάγκες του ασθενούς ακριβώς όπως θα γινόταν και με μια άλλη νόσο όπως π.χ. την αρτηριακή υπέρταση. Ένας ασθενής με ήπια αυξημένη αρτηριακή πίεση αρχικά θα αντιμετωπιστεί με συστάσεις αλλαγής της διατροφής και περισσότερη άσκηση. Αν δεν μειωθεί η πίεση με αυτόν τον τρόπο ο γιατρός θα συστήσει φαρμακευτική αγωγή. Αν το αρχικό φάρμακο δεν καταφέρει να ρυθμίσει την πίεση, θα γίνει αλλαγή ή θα προστεθεί και δεύτερο σκεύασμα. Σε έναν ασθενή με υψηλή αύξηση της αρτηριακής πίεσης ο γιατρός θα χο-

|                              |                                                                   |                   |                          |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------|
| BMI > 40                     | ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ ( διαίτα, άσκηση, συμπεριφορική θεραπεία) | + Φαρμακοθεραπεία | + βαρϊατρική χειρουργική |
| BMI 35-40<br>Με επιπλοκές    |                                                                   |                   |                          |
| BMI 35-40<br>Χωρίς επιπλοκές | ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ ( διαίτα, άσκηση, συμπεριφορική θεραπεία) | + Φαρμακοθεραπεία |                          |
| BMI 30-35                    |                                                                   |                   |                          |
| BMI 27-30<br>Με επιπλοκές    |                                                                   |                   |                          |
| BMI 27-30<br>Χωρίς επιπλοκές | ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ ( διαίτα, άσκηση, συμπεριφορική θεραπεία) |                   |                          |
| BMI 25-27                    |                                                                   |                   |                          |

**obesity in adults: a clinical practice guideline**  
[www.cmaj.ca/content/cmaj/192/31/E875.full.pdf](http://www.cmaj.ca/content/cmaj/192/31/E875.full.pdf)

**Info**  
Δημητρίου Γούναρη 119,  
Γλυφάδα, 2109613464  
[www.endokrinologos-glyfada.gr](http://www.endokrinologos-glyfada.gr)

ρηγήσει εξ αρχής φαρμακευτική αγωγή συγχρόνως με τις αλλαγές στη διαίτα. Σε περιπτώσεις που θα αποδειχτεί ότι η υπέρταση είναι αποτέλεσμα ενδοκρινικής διαταραχής (αδένωμα επινεφριδίων) θα συστηθεί χειρουργική αντιμετώπιση (αφαίρεση αδενώματος). Με την ίδια ακριβώς λογική αντιμετωπίζουμε

και έναν ασθενή με παχυσαρκία (σχήμα 1). Ανάλογα με τον δείκτη μάζας σώματος (BMI) και αν έχει επιπλοκές ή όχι. Δεν χρειάζεται να περιμένουμε για να ξεκινήσουμε φαρμακοθεραπεία. Τα αποτελέσματα διαφέρουν όχι μόνο ανάλογα με το σκεύασμα, αλλά και ανάλογα με τον άνθρωπο. Η παχυσαρκία είναι μια πολύ-

πλοκη νόσος που σημαίνει ότι δίνοντας το ίδιο φάρμακο ένας ασθενής ίσως χάσει περισσότερα κιλά και κάποιος άλλος λιγότερα. Ο θεραπευτικός μας στόχος είναι η καλή υγεία και αυτό συνεπάγεται ότι είναι διαφορετικός για κάθε ασθενή. Δεν θεραπεύουμε τα κιλά, αλλά τη νόσο της παχυσαρκίας.



# Αρθροσκόπηση σε παιδιά και εφήβους Μια σύγχρονη προσέγγιση στην παιδοορθοπαιδική

Μας εξηγεί ο Ορθοπαιδικός Χειρουργός – Παιδοορθοπαιδικός Δρ Δημήτριος Μαντάκος



**Δημήτριος Μαντάκος**

Χειρουργός – Παιδοορθοπαιδικός, επιμελητής της Γ' Ορθοπαιδικής Κλινικής του Νοσοκομείου ΥΓΕΙΑ και επιστημονικός συνεργάτης του Θεραπευτηρίου Μπτέρα

Η αρθροσκόπηση, μια ελάχιστα επεμβατική τεχνική που χρησιμοποιείται ευρέως στην ορθοπαιδική, έχει εξελιχθεί και ενσωματωθεί στην παιδοορθοπαιδική προσφέροντας νέες προοπτικές στη θεραπεία προβλημάτων σε σκελετικά ανώριμους ασθενείς.

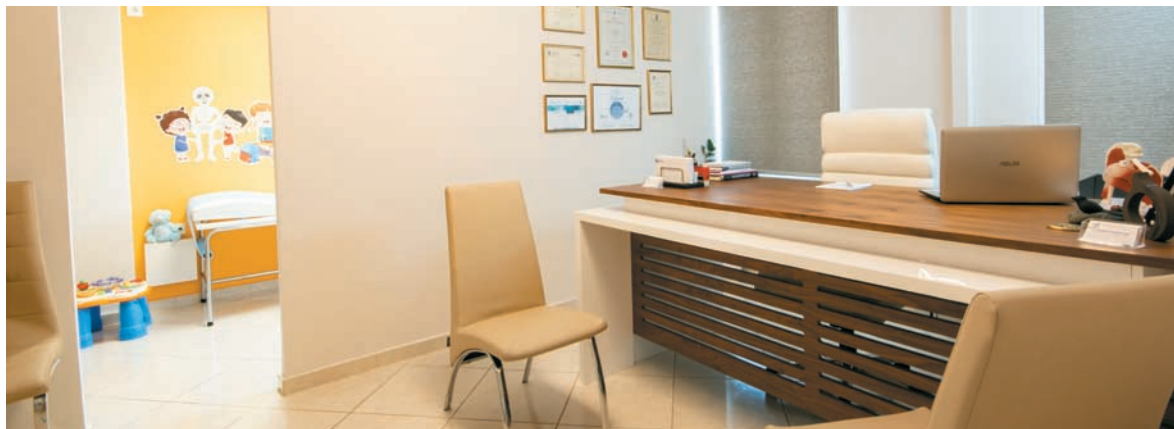
## Ιστορία της αρθροσκόπησης στην παιδοορθοπαιδική

Οι πρώτες αρθροσκοπήσεις σε νεαρούς ασθενείς πραγματοποιήθηκαν στις δεκαετίες του 1960 και 1970. Στις αρχικές φάσεις, η τεχνική χρησιμοποιούνταν περιορισμένα, καθώς ο εξοπλισμός και οι δεξιότητες των χειρουργών βρίσκονταν ακόμη σε ανάπτυξη.

Η τεχνολογική πρόοδος στον τομέα της ιατρικής οδήγησε στην ανάπτυξη προηγμένου αρθροσκοπικού εξοπλισμού επιτρέποντας στους χειρουργούς να εκτελούν ακριβείς επεμβάσεις με μικρότερες τομές.

Με τον καιρό, η τεχνική επεκτάθηκε, για να καλύψει ένα ευρύ φάσμα παθήσεων και τραυματισμών στα παιδιά, συμπεριλαμβανομένων των προβλημάτων στα γόνατα, τα ισχία, τους ώμους και τους αστραγάλους.

Σήμερα, η αρθροσκόπηση συνεχίζει να εξελίσσεται με στόχο τη μείωση του τραύματος που υφίστανται οι ασθενείς και του χρόνου ανάρρωσης, παρέχοντας έτσι μια πιο φιλική επιλογή για τα παιδιά και τους εφήβους.



## Οφέλη και πεδία εφαρμογής

Η αρθροσκόπηση παρέχει πολλά οφέλη για τα παιδιά και τους εφήβους:

- Ελαχιστοποίηση του τραύματος και του χρόνου ανάρρωσης: Η αρθροσκόπηση επιτρέπει την πραγματοποίηση επεμβάσεων με μικρότερες τομές σε σύγκριση με τις παραδοσιακές χειρουργικές διαδικασίες. Αυτό σημαίνει μικρότερο τραύμα, λιγότερο πόνο και ταχύτερη ανάρρωση.
- Εξαιρετικά σπάνιες επιπλοκές: Η μικρή επεμβατικότητα της μειώνει τον κίνδυνο επιπλοκών και ανεπιθύμητων ενεργειών κάνοντάς την ιδανική για παιδιά και εφήβους.
- Καλύτερη διάγνωση και σκόπηση: Η αρθροσκόπηση προσφέρει εξαιρετική οπτική πρόσβαση

επιτρέποντας στους χειρουργούς να διερευνήσουν και να αντιμετωπίσουν προβλήματα με μεγάλη ακρίβεια.

Η αρθροσκόπηση αντιμετωπίζει πολλούς τραυματισμούς και παθήσεις του μυοσκελετικού συστήματος, που συχνά ταλαιπωρούν τα παιδιά και τους εφήβους. Τέτοιες είναι τα βαριά διαστρέμματα 3ου βαθμού με ρήξη ενός ή περισσότερων συνδέσμων, η ρήξη μηνίσκου, η ρήξη πρόσθιου και οπίσθιου χιαστού συνδέσμου και η οστεοχονδρίτιδα.

Ο Ορθοπαιδικός Χειρουργός – Παιδοορθοπαιδικός Δημήτριος Μαντάκος διαθέτει υψηλή εξειδίκευση και εμπειρία στον χώρο της ορθοπαιδικής παιδιών και ενήλικων, ενώ διασφαλίζει την παροχή κορυφαίας ιατρικής φροντίδας με τη χρήση του πλέον προηγμένου εξοπλισμού.

**Info**  
Θηβών 510, Ίλιον  
2102691899  
www.mantakos\_orthopaedics.gr

# Κρυσυντήρηση («Κατάψυξη») και Δωρεά Ωαρίων Δικαίωμα της κάθε γυναίκας!

Ο χειρουργός - μαιευτήρας - γυναικολόγος Θεόδωρος Καλαμπόκας αναλύει τα δεδομένα



**Θεόδωρος Καλαμπόκας**

Χειρουργός - Μαιευτήρας - Γυναικολόγος Επίκουρος Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών, Β' Μαιευτική - Γυναικολογική Κλινική, «Αρεταίειο» Νοσοκομείο

Πιστοποιημένος Ειδικός της British Fertility Society στην Αντιμετώπιση της Υπογονιμότητας - Εξωσωματική Γονιμοποίηση

Μια από τις μεγαλύτερες εξελίξεις των τελευταίων ετών στον τομέα της Αναπαραγωγικής Ιατρικής είναι η δυνατότητα που έχει δοθεί στην κάθε γυναίκα να κρυσυντηρεί (να «καταψύχει», κατά το κοινώς λεγόμενο) τα ωάρια της ή να χρησιμοποιήσει τα ωάρια μιας άλλης γυναίκας («δωρεά ωαρίων»). Οι εξελίξεις της επιστήμης της Εμβρυολογίας έχουν προσδώσει αποτελέσματα επίτευξης εγκυμοσύνης όταν χρησιμοποιούμε ωάρια, είτε «κατεψυγμένα» είτε προερχόμενα από δωρεά, εφόμιλλα με αυτά όλων των υπόλοιπων τεχνικών που χρησιμοποιούμε στη θεραπεία της υπογονιμότητας, με άμεση συνέπεια οι μέθοδοι αυτές να προσφέρουν θεραπευτικές λύσεις που παλαιότερα δεν υπήρχαν.

Οι αρχικές εφαρμογές της κρυσυντήρησης ωαρίων αφορούσαν στις περιπτώσεις όπου έπρεπε να διατηρηθεί η γονιμότητα της γυναίκας όταν εκείνη θα έπρεπε να λάβει θεραπείες καταστροφικές για τα ωάρια της, όπως π.χ. συμβαίνει στις περιπτώσεις όπου η γυναίκα πάσχει από αυτοάνοσα νοσήματα, νεοπλασίες κ.ά. Σε αυτές τις καταστάσεις είναι συνηθισμένο στο πλαίσιο της θεραπείας της νόσου να χορηγούνται φάρμακα ή ακτινοθεραπευτικά μέσα, πολλά εκ των οποίων καταστρέφουν τα ωάρια. Ιδιαίτερα επειδή αυτές οι θεραπείες αφορούν πολλές φορές γυναίκες αναπαραγωγικής ηλικίας, είναι ευνόητο ότι η διαφύλαξη της δυνατότητας αναπαραγωγής αποτελεί όχι μια «πολυτέλεια» αλλά ένα αναφαίρετο δικαίωμα – κι αυτό ακριβώς προφυλάσσει η κρυσυντήρηση των ωαρίων!



**Info**  
www.drkalampokas.gr  
e-mail:  
kalamp@yahoo.com

Τα τελευταία έτη σε παγκόσμιο επίπεδο παρέχεται και άλλη μια δυνατότητα για τις γυναίκες: η κρυσυντήρηση των ωαρίων για «κοινωνικούς» λόγους. Όταν δηλαδή μια γυναίκα επιθυμεί να καθυστερήσει την αναπαραγωγή της για λόγους της επιλογής της, όπως π.χ. είναι οικονομικοί λόγοι, η εργασιακή και επαγγελματική καταξίωση, η επιλογή συντρόφου κ.λπ. Με αποτελεσματικότητα που αγγίζει το τέλειο, η νέα αυτή δυνατότητα διευρύνει τις επιλογές της γυναίκας περισσότερο από ποτέ στον τομέα της αναπαραγωγικής προοπτικής!

Η διαδικασία της κρυσυντήρησης είναι μια απλή διαδικασία που περιλαμβάνει είτε τη λήψη των ωαρίων χωρίς τη χρήση φαρμάκων (ο λεγόμενος «φυσικός κύκλος») είτε τη διέγερση των ωοθηκών – προς αύξηση του αριθμού των ωαρίων που θα συλλέξουμε – με σύγχρονα, ασφαλή και μικρής διάρκειας πρωτόκολλα (για 10 περίπου ημέρες), είτε, τέλος, τη χρήση μικρών δόσεων φαρμάκων στο πλαίσιο του λεγόμενου «τροποποιημένου φυσικού κύκλου». Σε κάθε περίπτωση, η επιλογή της σωστής μεθόδου και πρωτοκόλλου διέγερσης είναι υποχρέωση του ιατρού, ο οποίος αν έχει τη γνώση και την εκπαίδευση, πρέπει να δίνει τη δυνατότητα στη γυναίκα, με απλό τρόπο και ελάχιστα στο κόστος, να πολλαπλασιάζει τις επιλογές της!

Τα ωάρια που λαμβάνονται εν συνεχεία υποβάλλονται σε επεξεργασία από την εμβρυολογική ομάδα και φυλάσσονται υπό αυστηρούς κανόνες, παραμένοντας προς χρήση στο πλαίσιο του νόμου. Έτσι η κάθε γυναίκα «παγώνει τον χρόνο» και μπορεί να τεκνοποιήσει όταν θεωρήσει ότι οι συνθήκες είναι οι δέουσες για την ίδια. Ακόμα όμως και στις περιπτώσεις που η γυναίκα δεν έχει φροντίσει να κρυσυντηρήσει τα ωάρια της και πλέον το ωοθηκικό της απόθεμα έχει εξαντληθεί, έχει πλέον με ευκολία τη δυνατότητα της επιλογής της χρήσης ωαρίων από μια γυναίκα «δότρια». Σε αυτήν την περίπτωση της δωρεάς ωαρίων, με πλήρη ασφάλεια (αφού ο νόμος επιβάλλει τον πλήρη ιατρικό έλεγχο των δωρητριών) και χωρίς να υποβληθεί σε διαδικασία διέγερσης των δικών της ωοθηκών, η κάθε γυναίκα μπορεί, αν το θελήσει, να κυφορήσει και να απολαύσει την εγκυμοσύνη της! ●



# Καρκίνος θυρεοειδούς: τι δεν πρέπει να μας διαφεύγει

Ο Γεώργιος Σακοράφας, χειρουργός θυρεοειδούς και παραθυρεοειδών, αναλύει τα δεδομένα



Γεώργιος  
Σακοράφας

M.D., Ph.D.  
Χειρουργός  
Θυρεοειδούς και  
Παραθυρεοειδών  
Επ. Καθηγητής  
Χειρουργικής Πανεπι-  
στημίου Αθηνών  
Τ. Συντονιστής Δ/ντής  
Χειρουργικής Κλινικής  
Αγίου Σάββα  
Νοσοκομεία:  
Ευγενίδειο - Ιατρικό Ψυ-  
χικού - Μπτέρια - Υγεία

Ο καρκίνος θυρεοειδούς είναι η συνηθέστερη μορφή καρκίνου των ενδοκρινών αδένων. Η συχνότητά του έχει παρουσιάσει σημαντική αύξηση τις τελευταίες δεκαετίες, που κατά ένα μεγάλο μέρος οφείλεται στην όλο και πιο συχνή διάγνυσή του κυρίως με τη βοήθεια του υπερηχογραφήματος, που γίνεται συχνά για κάποιον άλλον λόγο ή στο πλαίσιο του περιοδικού ελέγχου για γνωστό πρόβλημα του θυρεοειδούς. Στη συνέχεια αναφέρονται επιλεκτικά κάποια δεδομένα που θα πρέπει να μη διαφεύγουν της προσοχής.

## Α. Ο καρκίνος θυρεοειδούς μπορεί να μη συνοδεύεται από συμπτώματα

Παλιότερα, η διάγνωση καθυστέρουσε να τεθεί μέχρις ότου ο ασθενής να εμφανίσει συμπτώματα, όπως αίσθημα βάρους, πίεσης ή ξένου σώματος στον τράχηλο, βήχα, ψηλαφητή μάζα στον τράχηλο, βραχνάδα, δυσκολία στην αναπνοή ή στην κατάποση κ.λπ. Σήμερα, εντούτοις, η διάγνωση τίθεται συνήθως στα αρχικά στάδια της νόσου και στην περίπτωση αυτή ο καρκίνος θυρεοειδούς είναι ασυμπτωματικός, δεν συνοδεύεται δηλαδή από συμπτώματα. Επομένως, η απουσία συμπτωμάτων δεν θα πρέπει να ερμηνεύεται λανθασμένα.

## Β. Καρκίνος θυρεοειδούς: Χρειάζεται προληπτικός έλεγχος;

Παρά το ότι ο καρκίνος θυρεοειδούς είναι αρκετά συνήθης, εντούτοις λείπουν οι οδηγίες για τον περιοδικό έλεγχο του γενικού πληθυσμού, σε αντίθεση με άλλες μορφές καρκίνου όπως του παχέος εντέρου, του προστάτη, του μαστού κ.λπ. Παρά ταύτα, ο έλεγχος στον γενικό πληθυσμό είναι αρκετά εύκολος και μπορεί να γίνει αρχικά με μια απλή εξέταση, το υπερηχογράφημα θυρεοειδούς, όπου ο καρκίνος θυρεοειδούς απεικονίζεται συνήθως σαν όζος, με ύποπτους υπερηχογραφικούς χαρακτήρες, ενίοτε δε και με παρουσία διογκωμένων παθολογικών λεμφαδένων στον τράχηλο λόγω μετάστασης του καρκίνου σε αυτούς. Τονίζεται εντούτοις ιδιαίτερα ότι προληπτικός έλεγχος ενδείκνυται όταν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό καρκίνου θυρεοειδούς, καθώς σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να υπάρχει κληρονομική προδιάθεση. Τέτοιες περιπτώσεις είναι όταν υπάρχουν περισσότερα από 2 (ή κατ' άλλους από 3) περιστατικά καρκίνου θυρεοειδούς σε συγγενείς πρώτου βαθμού (ιδιαίτερα όταν η διάγνωση έχει τεθεί σε μικρή ηλικία) ή σε κάποιες σπανιότερες μορφές κληρονομικού καρκίνου θυρεοειδούς (όπως το μυελοειδές καρκίνωμα σε οικογένειες με ιστορικό συνδρόμου πολλαπλής ενδοκρινικής νεοπλασίας τύπου 2, MEN2).

## Γ. Καρκίνος θυρεοειδούς - Πρέπει να χειρουργηθώ «αύριο»; Έπρεπε να έχω χειρουργηθεί «χθες»;

Η συνηθέστερη μορφή καρκίνου θυρεοει-



δούς είναι ο διαφοροποιημένος (θηλώδης / θυλακώδης) καρκίνος, που έχει αργή εξέλιξη και «καλοήθη» βιολογική συμπεριφορά. Η επέμβαση στις περιπτώσεις αυτές θα πρέπει να προγραμματιστεί εντός ευλόγου χρονικού διαστήματος, βεβαίως χωρίς άσκοπες μακρόχρονες αναβολές και καθυστερήσεις, οπωσδήποτε όμως όχι σε επείγουσα βάση. Συνήθως προτείνεται η επέμβαση να γίνει μέσα σε ένα περίπου μήνα από τη στιγμή που τίθεται η διάγνωση. Η εσπευσμένη εισαγωγή στο χειρουργείο είναι λανθασμένη τακτική που εκθέτει τον ασθενή σε πολλούς κινδύνους, όπως στην παράλειψη σημαντικών βημάτων στη διαγνωστική του διερεύνηση και στην αδυναμία εύρεσης εξειδικευμένου και έμπειρου χειρουργού θυρεοειδούς. Στο μυελοειδές καρκίνωμα (που είναι σπανιότερο) ενδείκνυται και πάλι προγραμματισμός της επέμβασης, χωρίς άσκοπες καθυστερήσεις, μετά την κατάλληλη διαγνωστική διερεύνηση, και πάλι όμως η επέμβαση δεν είναι επείγουσα. Στο αναπλαστικό (αδιαφοροποίητο) καρκίνωμα η επέμβαση θα πρέπει να γίνεται σύντομα λόγω της επιθετικής βιολογικής του συμπεριφοράς, και πάλι όμως μετά από τον απαραίτητο έλεγχο που θα πρέπει να ολοκληρώνεται σε σύντομο διάστημα.

## Δ. Καρκίνος θυρεοειδούς: Ποιος είναι ο προϋποθέσεις για την ίασή του;

Στη συντριπτική πλειονότητα των περιπτώ-

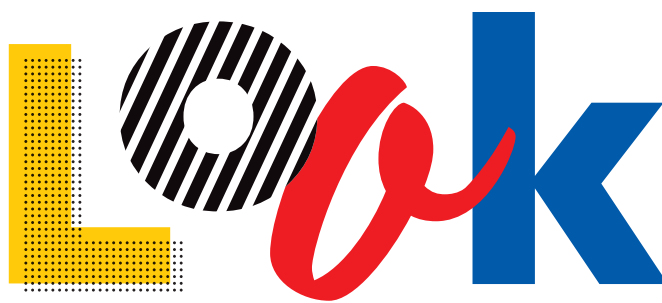
σεων, ο καρκίνος θυρεοειδούς είναι ιάσιμος, καθώς ανταποκρίνεται στη σύγχρονη θεραπευτική αντιμετώπιση. Υπάρχουν εντούτοις κάποιοι βασικές προϋποθέσεις για την ίασή του. Βασική προϋπόθεση είναι η αντιμετώπιση του ασθενούς με καρκίνο θυρεοειδούς να γίνει από ομάδα εξειδικευμένων στις παθήσεις του θυρεοειδούς, που διαθέτουν όχι μόνο την θεωρητική κατάρτιση, αλλά και την απαραίτητη κλινική εμπειρία. Κεντρικό ρόλο στην ομάδα αυτή κατέχει ο χειρουργός θυρεοειδούς. Ως χειρουργός θυρεοειδούς μπορεί να χαρακτηριστεί ο χειρουργός με αποδεκτικό ενδιάμεσο ενδιαφέρον στις παθήσεις θυρεοειδούς που εκτελεί –εάν είναι δυνατόν σε καθημερινή βάση– μεγάλο αριθμό επεμβάσεων θυρεοειδούς κάθε είδους (απλές θυρεοειδεκτομές ή και πλέον σύνθετες επεμβάσεις). Ο εξειδικευμένος και έμπειρος χειρουργός θυρεοειδούς είναι σε θέση να υποβάλει τον ασθενή στον σωστό προεγχειρητικό έλεγχο και στη σταδιοποίηση του καρκίνου. Στη συνέχεια μπορεί να επιλέξει την κατάλληλη επέμβαση για τον κάθε συγκεκριμένο ασθενή, ανάλογα με τον τύπο του καρκίνου θυρεοειδούς και τη σταδιοποίησή του. Ακολουθεί η εκτέλεση της σωστής επέμβασης με ριζικότητα και ασφάλεια και υποδεικνύει στον ασθενή την πρόποση μετεγχειρητική αγωγή (π.χ. θεραπεία με ραδιενεργό ιώδιο).

||  
**Στη συντριπτική πλειονότητα των περιπτώσεων, ο καρκίνος θυρεοειδούς είναι ιάσιμος, καθώς ανταποκρίνεται στη σύγχρονη θεραπευτική αντιμετώπιση. Υπάρχουν εντούτοις κάποιοι βασικές προϋποθέσεις για την ίαση του.**  
||

Info  
6977068223  
2107487318  
Email:georgesakorafas@yahoo.com  
www.gsakorafas.gr



Επιμέλεια:  
ΜΑΡΙΑ ΙΩΑΝΝΑ  
ΣΙΓΑΛΟΥ



**KALOGIROU**  
Alevi σατέν mule Katy €695



**HARALAS**  
Lua Pouch τσάντα  
Guess €130



**SELF-PORTRAIT**  
Sequined bouclé μίνι φόρεμα €475



**SWAROVSKI**  
Βραχιόλι Mesmera €550



**KARL LAGERFELD**  
Σακάκι €460



**CATRICE**  
Παλέτα σκιών Blooming Bliss



**BOBBI BROWN**  
Σκιά σε μορφή στικ σε  
Golden Amber €44



**MYTHERESA**  
Χυζη μίντι φόρεμα από οργάνζα

Το μυστικό για  
έναν υπέροχο  
γάμο, είναι  
να είσαι  
καλεσμένος!



**AMINA MUADDI**  
Σκουλαρίκια Begum crystal



**MARQUES ALMEIDA**  
Ροζ φόρεμα σε μπαλούν γραμμή

**MANGO**  
Φόρεμα εμπριμέ με σκισίματα €45,99



**DORE SHOES**  
Χειροποίητα δερμάτινα πέδιλα K2-24, σε orange pop



**THEMOIRÉ**  
Τσάντα από vegan δέρμα Apricot €285



**ANSWEAR.GR**  
Γόβες Vaporize Steve  
Madden €139,99



**KALOGIROU**  
Πέδιλα Sebastian Glaze



**THE ATTICO**  
Δερμάτινο clutch Midnight



**Οι μέρες μεγαλώνουν**, γίνονται πιο φωτεινές και φεύγοντας απ' το σπίτι μαζί με τα κλειδιά παίρνεις και γυαλιά ηλίου. Η αλήθεια είναι ότι στην Ελλάδα δεν χρειάζεται να είναι καλοκαιράκι για να χρειάζεσαι γυαλιά ηλίου. Σε κάθε μεσογειακή χώρα αποτελούν απαραίτητο αξεσουάρ όλο τον χρόνο, αφενός προστατεύοντας τα μάτια και αφετέρου χαρίζοντας στιλ. Η επιλογή τους λοιπόν είναι πολύ προσωπική υπόθεση και στόχος είναι να συνδυάζουν αισθητική και ποιότητα κατασκευής.

Τα Urban Owl ξεχωρίζουν αμέσως για τη φρέσκια retro αισθητική και τα γεμάτα χρώμα σχέδιά τους. Πρόκειται για ένα πρωτοποριακό ελληνικό brand με ξεκάθαρη slow fashion φιλοσοφία και έμπνευση τον άνθρωπο που ζει και εργάζεται στην πόλη. Τόσο τα γυαλιά ηλίου όσο και τα οράσες είναι χειροποίητα και κατασκευάζονται στο μοναδικό εργοστάσιο γυαλιών στην Ελλάδα με τα καλύτερα, φιλικά προς το περιβάλλον υλικά, από μία ομάδα εξειδικευμένων ανθρώπων με πάθος για τελειότητα, μεράκι για το design και αγάπη για τα γυαλιά. Χαρακτηριστικό είναι ότι για κάθε ζευγάρι απαιτούνται 2 μήνες, 24 τεχνίτες και 38 στάδια παραγωγής! Η ποιότητα κατασκευής τους αντικατοπτρίζεται επίσης στις ιδιαίτερες κολλήσεις και στους φακούς τους που δεν είναι άλλοι από Zeiss. Επομένως κάθε σχέδιο αποτελεί ένα μοναδικό έργο τέχνης που ξεπερνάει τις εφήμερες τάσεις και παραμένει στη μόδα με sustainable τρόπο.

Ξεπερνώντας τα όρια του συμβατικού, η Urban Owl εστιάζει διαχρονικά σε συνεργασίες με Έλληνες σχεδιαστές και ethical brands δημιουργώντας εμβληματικά σχέδια που μπορείς να βρεις και στο site της εταιρείας. Αξίζει να ρίξεις μια ματιά στα εντυπωσιακά χρώματα της νέας συλλογής για να βρεις το αγαπημένο σου ζευγάρι που θα ενισχύσει το στιλ σου και θα απογειώσει τις εμφανίσεις σου.

Τα Urban Owl είναι ξεκάθαρα η απόδειξη ότι η ηθική παραγωγή, ο σεβασμός στο περιβάλλον και η τεχνογνωσία μπορούν να γίνουν τάση στη σύγχρονη εποχή, διατηρώντας ταυτόχρονα υψηλά standards αισθητικής.



# URBAN OWL

Γυαλιά με άποψη και υψηλή αισθητική



## INFO

Γαλατσίου 1  
2118507009  
[www.urbanowl.eu](http://www.urbanowl.eu)  
 Urban Owl eyewear  
 urban\_owl\_eyewear





# DORESHOES

Μοναδικά παπούτσια  
για γυναίκες με στιλ

Το 1967 η βιοτεχνία γυναικείων παπουτσιών Dore άνοιξε τις πόρτες της στη γειτονιά του Ψυρρή, χάρη στο ανήσυχο πνεύμα του Θεόδωρου Καχξίδη κι από τότε η δημιουργική κληρονομιά συνεχίζεται με την ίδια αγάπη για το δέρμα και την ποιότητα από την τρίτη πλέον γενιά της οικογένειας. Εδώ και 50 χρόνια τα Dore shoes ξεχωρίζουν για την κορυφαία ποιότητα κατασκευής και τα μοναδικά σχέδιά τους.

Πρόκειται για παπούτσια που δεν ακολουθούν απλώς τις τάσεις της μόδας, αλλά δημιουργούν τάσεις και προσφέρουν απαράμιλλο στιλ σε κάθε εμφάνιση. Δημιουργούνται με έμπνευση για τη σύγχρονη γυναίκα που έχει άποψη, θέλει να ξεχωρίζει κι αναζητά τη μοναδικότητα στο lifestyle της. Αναζητήστε τα σε συνεργαζόμενα καταστήματα ή επικοινωνήστε ηλεκτρονικά με την εταιρεία.

## INFO

Μισούλη 11, Αθήνα  
2130454930-2103210792  
info@doreshoes.gr  
www.doreshoes.gr



# STYLOPTIC

Οπτικά με  
απαράμιλλο στιλ

Σε ένα από τα πιο εύκολα προσβάσιμα σημεία του κέντρου, απέναντι από την Εθνική Βιβλιοθήκη και σε απόσταση αναπνοής από τη στάση Πανεπιστήμιο του μετρό, βρίσκεται το κατάστημα οπτικών Styloptic, το οποίο από το 1983 αποτελεί εγγύηση ποιότητας και υψηλής αισθητικής. Εδώ θα βρεις άφθονες επιλογές σε μοντέρνα γυαλιά ηλίου, στιλάτα γυαλιά οράσεως, φακούς επαφής, καθώς και βοηθήματα χαμηλής όρασης για να διαλέξεις αυτό που ταιριάζει στις ανάγκες, στην αισθητική, αλλά και στο πορτοφόλι σου. Επιπλέον, το εξειδικευμένο στην οπτική και οπτομετρία προσωπικό είναι στη διάθεσή σου για να μετρήσει τι ακριβώς χρειάζονται τα μάτια σου. Τις συλλογές, τα brands και όλες τις προσφορές θα τα βρεις και στο ενημερωμένο e-shop.

## INFO

Πανεπιστημίου 39, 2103210228  
www.styloptic.gr  
f StylopticOptikaNikolinakou  
@styloptic\_panepistimiou

# KYKLOS BY ELENA LENOU

Πρωτοποριακά φυσικά καλλυντικά  
για το πρόσωπο και το σώμα



Η KYKLOS είναι μια καινοτόμος εταιρεία που πρωτοπορεί στην παραγωγή φυσικών καλλυντικών προϊόντων για την περιποίηση του προσώπου και του σώματος. Μέσα από τη βραβευμένη σειρά της με ενεργό οξυγόνο, που αποτελεί την καινοτομία της εταιρείας, η KYKLOS έχει καταφέρει να ξεχωρίσει στον χώρο της κοσμετολογίας. Η φιλοσοφία της βασίζεται στο MINDFUL BEAUTY, με την πεποίθηση ότι η αλη-

θινή ομορφιά ξεκινά πάντα από μέσα μας. Η Έλενα Λένου, ιδρύτρια της KYKLOS, δημιούργησε την εταιρεία όταν διαγνώστηκε με αγχώδη διαταραχή και έμαθε με τον σκληρό τρόπο πόσο σημαντικό είναι να αγαπάμε και να φροντίζουμε τον εαυτό μας. Μέσω της KYKLOS, η Έλενα θέλει να εμπνεύσει και άλλους να ανακαλύψουν την ομορφιά μέσα τους με προϊόντα περιποίησης που σέβονται τη φύση και την ατομική ευεξία. Η εταιρεία ακολουθεί αυστηρές πρακτικές βιωσιμότητας στην παραγωγή της και είναι αφοσιωμένη στη χρήση υλικών που είναι ασφαλή για τον άνθρωπο και το περιβάλλον.

Κάθε προϊόν της KYKLOS αντικατοπτρίζει αυτή τη φιλοσοφία, προσφέροντας στους πελάτες μια πραγματικά βιώσιμη και ευεργετική επιλογή στην προσωπική τους περιποίηση.

Περιηγηθείτε στην ιστοσελίδα της KYKLOS να δείτε σε ποια σημεία μπορείτε να βρείτε τα προϊόντα της.



## INFO

www.kykloscosmetics.com  
f KyklosByElenaLenou  
@kyklos\_by\_elena\_lenou



**Τα καλλυντικά Grigi** είναι ένα αμιγώς ελληνικό brand που δημιουργεί τάσεις στην ελληνική αγορά. Το όνομά τους συνώνυμο της ποιότητας και οι προτάσεις τους πολυαναμενόμενες. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι δεν ακολουθούν απλά τις τάσεις της μόδας, αλλά συγχρονίζονται με αυτές! Και αυτό οφείλεται εν πολλοίς στους ανθρώπους που βρίσκονται πίσω από αυτό το brand ομορφιάς, την οικογένεια Γρηγοριάδη με πάνω από 55 χρόνια εμπειρίας στον χώρο της καλλυντικής περιποίησης.

Τα καλλυντικά Grigi φέρνουν κάθε σεζόν στην αγορά έξι νέα προϊόντα, όπως πολυ-λειτουργικές παλέτες που μπορούν να δώσουν χρώμα στα μάτια, αλλά να αξιοποιηθούν και σαν ρουζ. Η φιλοσοφία τους άλλωστε είναι να μπορείς να ανακαλύψεις το προσωπικό σου στιλ μέσα από το παιχνίδι με τα χρώματα. Οι δύο παλέτες που ξεχωρίζουν αυτή την εποχή σε προκαλούν για αυτό το παιχνίδι. Με βάση τα χρώματα της χρονιάς θα επιλέξεις ανάμεσα στη The Blues & Purple Paradise και στην Coral Paradise αυτή που σου ταιριάζει. Η καθεμία περιέχει δέκα αποχρώσεις για να απογειώσεις το καλοκαιρινό μακιγιάζ και να ξεχωρίσεις.

Μια και αναφερθήκαμε στο καλοκαίρι, είναι η κατάλληλη εποχή για να ρίξεις μια ματιά και στα προϊόντα περιποίησης σώματος. Εκεί θα βρεις μερικά best sellers όπως είναι τα body mists που αγκαλιάζουν αρωματικά την επιδερμίδα μετά το ντους χαρίζοντάς της απαλότητα και λάμψη, καθώς και body bronzers για λαμπερή και ηλιοκαμμένη επιδερμίδα.

Στην κατηγορία των best seller προϊόντων Grigi είναι και τα foundation. Πρόκειται για προϊόντα που, όπως τονίζουν οι ειδικοί της εταιρείας, είναι υποαλλεργικά, κατάλληλα για όλες τις ηλικίες, προσφέρουν καλυπτικότητα, έχουν συμβατές αποχρώσεις με όλες τις επιδερμίδες και είναι vegan friendly.

Τα προϊόντα Grigi είναι εγκεκριμένα από τον Ευρωπαϊκό και τον Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων και μπορείς να τα βρεις στο e-shop, σε πάνω από 200 συνεργαζόμενα καταστήματα καλλυντικών σε όλη την Ελλάδα, καθώς και σε επιλεγμένα καταστήματα καλλυντικών και φαρμακεία σε όλη την Κύπρο.



## GRIGI

Το ελληνικό brand καλλυντικών που φέρνει τα χρώματα της μόδας τη στιγμή που είναι μόδα



### INFO

2310459121, 2310488684  
[www.grigi.gr](http://www.grigi.gr)  
[grigishop@grigi.gr](mailto:grigishop@grigi.gr)  
 GRIGI make up  
 grigimakeup





WWW.ADAF.GR

ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ: 2024.ADAF.GR

16-26 MAY

20\*

(S)CENE © TECHN(S)CENE \* TECHN(S)CENE TECHN(S)CENE



ΠΛΑΤΕΙΑ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ  
ΑΡΣΑΚΗ & ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ



ΠΡΩΗΝ ΔΙΚΑΣΤΗΡΙΑ ΣΑΝΤΑΡΟΖΑ  
ΣΤΑΔΙΟΥ 48 & ΑΡΣΑΚΗ



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Χορηγός επικοινωνίας / Media Sponsor:

ATHENS VOICES

ATHENS VOICES

ATHENS VOICES GR

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΜΟΔΑ / ΟΜΟΡΦΙΑ



## LA JOYA

Χειροποίητα  
κοσμήματα που θα  
λατρέψεις!

**Μοναδικά φυσικά χειροποίητα** κοσμήματα, από ανθρώπους που τα δημιουργούν με αγάπη και μεράκι στο εργαστήριο που βρίσκεται στον ίδιο χώρο με το showroom του La Joya.

Θα ανακαλύψετε ιδιαίτερα χειροποίητα κοσμήματα από ασήμι και ανακυκλωμένο ασήμι, εμπνευσμένα από γραμμές και φόρμες του κόσμου που μας περιβάλλει, με τεχνικές απόλυτα φιλικές προς το περιβάλλον.

Δεν έχετε παρά να επισκεφθείτε τον φιλόξενο χώρο του La Joya ή να περιηγηθείτε στο απόλυτα ενημερωμένο και εύχρηστο eshop του, για να επιλέξετε τα δαχτυλίδια, τα σκουλαρίκια, τα βραχιόλια, τα κολιέ, τις αλυσίδες, τα αξεσουάρ μαλλιών, που σ' αλήθεια θα αγαπήσετε!

### INFO

Δημητρακοπούλου 38  
Κουκάκι, 2114080494  
Eshop: [www.lajoya.gr](http://www.lajoya.gr)  
f [lajoyaathens](https://www.facebook.com/lajoyaathens)  
@ [la\\_joya\\_athens](https://www.instagram.com/la_joya_athens)



## REA NAOUM OPTICS

Γυαλιά ηλίου και  
οράσεως για κάθε μας  
ανάγκη

**Η μεγάλη εμπειρία** και η απόλυτη εξειδίκευση χαρακτηρίζουν το κατάστημα οπτικών Rea Naoum Optics, το οποίο εδώ και 25 χρόνια καλύπτει κάθε μας ανάγκη. Σε έναν απόλυτα σύγχρονο αλλά και φιλόξενο χώρο, οι άνθρωποι του Rea Naoum Optics, όλοι οπτικοί και οπτομέτρες, θα φροντίσουν για τη δική σας, προσωποποιημένη εξυπηρέτηση.

Θα βρείτε γυαλιά ηλίου, οράσεως και φακούς επαφής, όλα αγαπημένα brands, αλλά και πολλές ιδιαίτερες μάρκες που δύσκολα θα βρείτε αλλού. Να το επισκεφθείτε. Σίγουρα θα βρείτε αυτό που ψάχνετε!

### INFO

Φωκίωνος Νέγρη 21  
2108640308  
f [reanaoumoptics](https://www.facebook.com/reanaoumoptics)  
@ [reanaoumoptics](https://www.instagram.com/reanaoumoptics)



## CITY GUIDE

## ORMENION-ORMENION



«Ορμένιον»

## Παγανιστικές μουσικές στο Αρχαιολογικό Μουσείο

Παγανιστικές μουσικές από τη Θράκη στα σκαλιά του πρώτου μουσείου της πόλης από το **This is Athens City Festival** του Δήμου Αθηναίων και το **Plissken Festival**

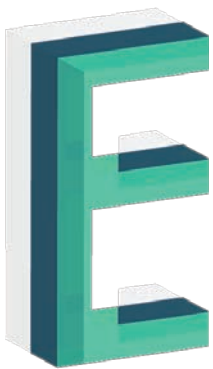
Ενωσαν τις δυνάμεις τους το 2007 με σκοπό τη διατήρηση και εξέλιξη της θρακικής μουσικής παράδοσης και επανέφεραν στο προσκήνιο όργανα που τότε έπαιζαν ελάχιστοι, κυρίως ηλικιωμένοι, μουσικοί της περιοχής του Έβρου. Το 2018 παρουσιάστηκαν για πρώτη φορά μπροστά σε διεθνές κοινό στο Womex Festival και το 2020 κυκλοφόρησαν το «Ορμένιον», το πρώτο τους άλμπουμ με διασκευές παραδοσιακών τραγουδιών, όσο και πρωτότυπες συνθέσεις

αποσπώντας θετικές κριτικές. Εντωμεταξύ, όμως, όπου κι αν εμφανίζονται μας δίνουν την ευκαιρία να πιάσουμε τα χέρια και να παρασυρθούμε σε χορούς κυκλωτικούς ακολουθώντας τον παγανιστικό, ψυχεδελικό ήχο που ανασαίνουν η γκάιντα και η θρακιώτικη λύρα, το καβάλι και το νταούλι – όργανα που συνδέονται στους αιώνες με το ανθρώπινο βίωμα στη βορειοανατολική εσχάτια της Ελλάδας, συντροφεύοντας τους ντόπιους στα γλέντια τους, τραγουδώντας τις χαρές και τους

καημούς τους. Το βράδυ της Πέμπτης 23 Μαΐου, ο Σπύρος και ο Άγγελος Στράτος, ο Στρατής Πασόπουλος, ο Παντελής Αγκιστριώτης, ο Γιώργος Ντρίκουδης και ο ηχολόγητος Θεόδωρος Μπουρνάς κατηφορίζουν από την πατρίδα του Ορφέα και μας δίνουν ραντεβού μπροστά στο Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο, σε μια ανοιχτή συναυλία με ελεύθερη είσοδο.

**INFO** Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο, Πατισίων 44  
23 Μαΐου, στις 21:00-23:00, <https://cityfestival.thisisathens.org/>





ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Μη χάσετε αυτή  
την εβδομάδα

12

Θέατρο,  
χορός,  
μουσική,  
εκθέσεις.  
Πολιτιστικές  
προτάσεις  
που μας  
ιντριγκάρουν  
αυτό το  
επταήμερο

Της ΙΩΑΝΝΑΣ  
ΓΚΟΜΟΥΖΑ

Για να καταχωριστείτε στους  
οδηγούς της Α.Υ., στείλτε  
δελτία Τύπου 2 εβδομάδες  
πριν από την προγραμματι-  
σμένη ημερομηνία. Ταχυ-  
δρομικώς στη διεύθυνση  
Χαρ. Τρικούπη 22, 10679  
Αθήνα  
ή στο fax 210 3617310 ή στο  
avguide@athensvoice.gr

### 1 Μια Μπαττερφλάου από τη Νέα Υόρκη

Η συγκλονιστική «ιαπωνική τραγωδία» του Τζά-κομο Πουτσίνι «ταξιδεύει» σε μαγνητοσκοπημένη μετάδοση από τη MET στην αίθουσα Αλεξάνδρα Τριάντη. Τον ιδιαίτερα απαιτητικό ρόλο της αιθέριας γκέισας Τσο-Τσο-Σαν, η οποία ερωτεύεται παράφορα έναν αξιωματικό του αμερικανικού πολεμικού ναυτικού που την προδίδει, οδηγώντας τη στην καταστροφή, ερμηνεύει η σοπράνο Άσρικ Γκριγκόριαν. Μαζί της στην παραγωγή που υπογράφει ο Άντονι Μινγκέλα, ο τενόρος Τζόνναθαν Τέτλεμαν, η μεσόφωνος Ελίζαμπεθ ΝτεΣόνγκ και ο βαρύτονος Λούκας Μήτσεμ.

Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, 25 Μαΐου στις 19:55



### 2 Πράσινες Πολιτιστικές Διαδρομές

Στην Αρχαία Αγορά θα μάθουμε για τον πολλαπλό ρόλο των σκύλων στην καθημερινότητα των αρχαίων. Στο Μουσείο Ακρόπολης θα ανακαλύψουμε μέσα από επιλεγμένα εκθέματα τους συμβολισμούς των τεσσάρων στοιχείων της φύσης, στο Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο το φυσικό περιβάλλον στην προϊστορική εποχή και στο Μουσείο Κανελλοπούλου το φυσικό και το αστικό τοπίο στη βυζαντινή τέχνη. Θ' ακολουθήσουμε «το ταξίδι της καντάδας» μ' έναν μουσικό περίπατο στην Πλάκα ή και τα ίχνη των Μακρών Τειχών. Κι αν βγούμε στα περίξ, μας περιμένουν ξεναγήσεις στους αρχαιολογικούς χώρους της Ελευσίνας, του Ραμνούντα και των Ελευθερών και στα μνημεία των Μεγάρων. Όλα με ελεύθερη είσοδο, από τις 23 έως τις 26 Μαΐου στο πλαίσιο του καθιερωμένου θεσμού του Υπουργείου Πολιτισμού, αρκεί να δηλώσουμε συμμετοχή. Όλες οι εκδηλώσεις στο [www.athensvoice.gr](http://www.athensvoice.gr).



«Pie in the Sky»

### 3 Μικροί και μεγάλοι στον χορό

Αν θέλεις να δεις μια χορογραφία με τα μικρά σου αλλά και ν' αυτοσχεδιάσεις τη δική σας, ραντεβού στην Εναλλακτική Σκηνή της Εθνικής Λυρικής Σκηνής. Στις 25/5 θα παρακολουθήσετε το «Pie in the Sky» με τη Γεωργία Βαρδαρού και την κόρη της Μυρτώ Sanchis Βαρδαρού και θα γνωρίσετε το πώς δομείται μια παράσταση του είδους. Ο Μάιος, πάντως, έχει «υλικό» για τους φίλους του χορού. Η γνωστή χορογράφος Μαρία Κολιοπούλου συμπράττει με 13 ερμηνεύτριες – με αναπηρία και χωρίς – στο «If I Can Not Dance, I Will Not Be a Part of Your Revolution» στο press.a (23-26/5), ενώ ο Δημήτρης Μυτιληναίος με το «Hardpop» εξετάζει πιθανές συγκλίσεις, αλλά και τις αποκλίσεις μεταξύ του κλασικού μπαλέτου και του χορού στην pop κουλτούρα στο Palm Tree-MCA (27/5-2/6).

### 4 Από την Κύπρο στο Εθνικό Θέατρο

Κυπριακές παραγωγές της προηγούμενης σεζόν ταξιδεύουν και φέτος στην Αθήνα στο πλαίσιο της Εβδομάδας Κυπριακού Θεάτρου. Έτσι, την Παρασκευή η Ομάδα «Φερέφωνο» και η Μαρία Κυριάκου παρουσιάζουν το «Λόγια στο στόμα» του Κίραν Χέρλι, μια ιστορία για την απροσδόκητη συνάντηση δυο διαφορετικών ανθρώπων, του έφηβου Ντέκλαν (Ανδρέας Δανιήλ) και της 46χρονης συγγραφέως Λίμπι (Μέλανη Στέλιου). Την Κυριακή, στην «Κίτρινη ταπεσαρία», η Αντωνία Χαραλάμπους προσεγγίζει τον κόσμο μιας γυναίκας που πάσχει από επιλόχειο κατάθλιψη και ο γιατρός σύζυγός της την απομονώνει σε ένα εξοχικό σπίτι. Το έργο της Σάρλοτ Πέρκινς Γκίλμαν σκηνοθετεί η Μαρία Ιόλη Καρολίδου.

Εθνικό Θέατρο, 24 & 26 Μαΐου στις 20:30



### 5 NEON έργο από την Ίριδα Τουλιάτου

Τέσσερα χρόνια μετά την εγκατάσταση του Διονύση Καβαλλιεράτου στο Ηρώδειο, το πρόγραμμα Έργο στην Πόλη του Οργανισμού NEON επανακάμπτει. Στην έκθεση «Before and After Science», στον εξωτερικό χώρο, στην υποδοχή και στη Βιβλιοθήκη του Ιδρύματος Ερευνών, τα έργα της Τουλιάτου – αντικείμενα, πρωτόκολλα, διευρυμένες υπηρεσίες, μεταδόσεις – εντάσσονται στις λειτουργίες του οργανισμού. Ο δε τίτλος, όπως σημειώνει η επιμελήτρια Γαλήνη Νότι, «δάνειο από τον ομότιτλο δίσκο του Brian Eno, λειτουργεί ως χρονοδότης και αποτυπώνει τη ζωντανή – in vivo – και εργαστηριακή – in vitro – διαδικασία σύνθεσης των έργων μέσα από την ανάλυση, την αποδόμηση και την ανακατασκευή, συγχρονίζοντας λειτουργικές, περιβαλλοντικές και κοινωνικές συνθήκες».

Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, 27 Μαΐου έως 7 Ιουλίου





## 6 Ο Δημήτρης Παπαδημητρίου συναντά τον Καβάφη

«Ο Καβάφης είναι ένα ουράνιο σώμα με τεράστιο πεδίο βαρύτητας. Αν μπεις σε αυτό, δύσκολα ξεφεύγεις» δηλώνει ο γνωστός συνθέτης. Δυο δεκαετίες αφότου το έργο του «... που γι' Αλεξανδρινό γράφει Αλεξανδρικός» πρωτοπαρουσιάστηκε στα εγκαίνια της Βιβλιοθήκης της Αλεξανδρείας, ο Παπαδημητρίου επαναπροσεγγίζει τη σύνθεσή του με ενδεκαμελή ορχήστρα ελληνικού τραγουδιού και πρωτότυπες αλλά και νεότερες φωνητικές ερμηνείες. Συμμετέχουν οι: Γιώτα Νέγκα, Άρτεμις Μπόγγρη, Μπάμπης Βελισσάριος, Βερόνικα Δαβάκη, Αιμιλιανός Σταματάκης και Κωνσταντίνος Μαρκουλάκης.

Στέγη Ιδρύματος Ωνάση, 25 Μαΐου στις 20:30



Δημήτρης Παπαϊωάννου



«Κασσάνδρο»

## 7 Όταν στη μεγάλη οθόνη μιλούν ισπανικά

Δεκαεπτά ταινίες μεγάλου μήκους, αφιέρωμα στον Ρομπέρτο Μπονίγια, και ταινίες μικρού μήκους των τελευταίων ετών φέρνει το 8ο Φεστιβάλ Ισπανόφωνου Κινηματογράφου Αθήνας – FeCHA. Η επίσημη έναρξη θα γίνει με την Ομαδική Θεραπεία, παρουσία του σκηνοθέτη και παραγωγού της Γκεράρδο Χερέρο και της παραγωγού Mariela Besuievsky, ενώ η διοργάνωση θα κλείσει με την ταινία «Ριζοσπαστικό» του Christopher Zalla (Βραβείο Κοινού στο Sundance 2023). Στα highlights της διοργάνωσης και τα «Κασσάνδρο» με τον Γκαέλ Γκαρσία Μπερνάλ, «Κλείσε τα μάτια σου», «Αντίος Μπουένος Άιρες» και «Κατά την άφιξη».

Ελληνίς Cinemax Europa Cinemas, Αελλώ Cinemax, Ινστιτούτο Θερβάντες και Ελληνοαμερικανική Ένωση, 27 Μαΐου έως 5 Ιουνίου



Aki Rei

## ΜΗΝ ΤΟ ΧΑΣΕΙΣ

## 8 Με τον φακό της Susan Daboll

Αφετηρία της δημιουργίας της προσωπικής της βιογραφία, συναισθήματα βαθιά κρυμμένα. Και στόχος; Ένας στοχασμός για την πολυπλοκότητα της ζωής και των (δια)προσωπικών σχέσεων. Ασπρόμαυρες αργυροτυπίες, διάφορα είδη φιλμ, κολάζ, έγχρωμα polaroids, τυπωμένα υφάσματα καθώς και ευρεθέντα αντικείμενα συνθέτουν την έκθεση «Whose history is it anyway?» της Αμερικανίδας καλλιτέχνιδας Ένα σώμα δουλειάς που παρουσιάζεται σε επιμέλεια του Κώστα Πράπογλου και φανερώνει τη διάθεσή της να διαχειρίζεται χρώματα, ποικίλα μέσα και τεχνικές. Φιλολογικός Σύλλογος Πarnaσσός, 23 Μαΐου έως 15 Ιουνίου (εγκαίνια στις 18:00-21:00)

## 9 Τι φέρνει n Athens Music Week

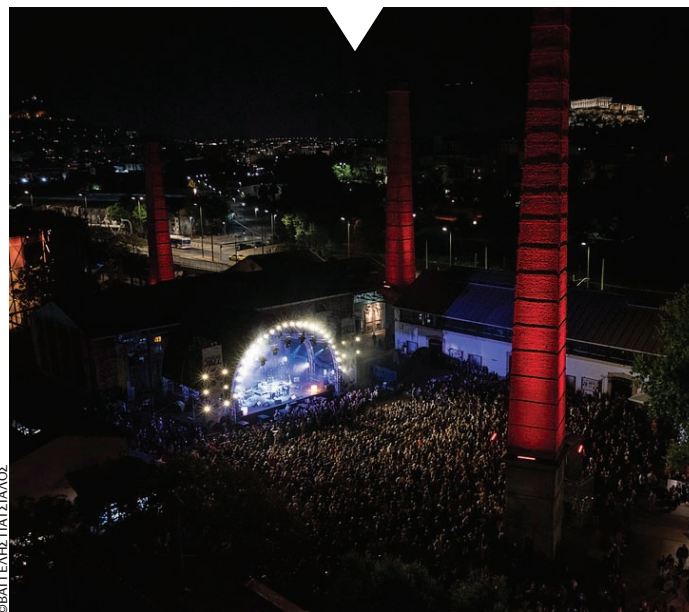
Πώς επαναπροσδιορίζει η Τεχνητή Νοημοσύνη το σύμπαν της μουσικής δημιουργίας; Με τι εργαλεία μπορεί να γίνει πιο συμπεριληπτικός ο συγκεκριμένος κλάδος; Μπορεί ο πολιτισμός να λειτουργήσει ως παράγοντας αλλαγής και βιώσιμης ανάπτυξης; Σε τέτοιες, και όχι μόνο, θεματικές θ' ανοίξει η συζήτηση στο ραντεβού της μουσικής βιομηχανίας που επιστρέφει για έκτη χρονιά με παρουσιάσεις, εργαστήρια, πάρτι και φυσικά, συναυλίες. Στα μικρόφωνα οι Alkyone, Amka, DJ Booker & MC Yinka, Freedom Candlemaker, La Chica, La Sra. Tomasa κ.ά. Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων, 23 έως 25 Μαΐου



## 10 Τζαζ στο Γκάζι

Την αυλαία θα ανοίξουν οι Meute με τα κόκκινα σακάκια και την χορευτική jazz-techno τους και θα κλείσουν με στιλιστική ευελιξία οι Bad Bad Not Good. Ενδιάμεσα, στο 23ο Athens Jazz μας περιμένουν ακόμα 22 σχήματα και καλλιτέχνες (χωρίς εισιτήριο). Ανάμεσά τους ο πολυπράγμων Paolo Fresu με το Devil Quartet του, ο αεικίνητος Nils Landgren με τη Funk Unit, η αυθεντική soul-jazz χροιά της Cherise, οι γκρουβάτοι Botticelli Baby, η μελαγχολική και συνάμα δυναμική φωνή της Nana Rashid, οι «δικούς μας» Γιαν Βαν, Φώτης Σιώτας, MOB Trio και Andreas Polyzogopoulos Trio, οι ξεσηκωτικούς Sunbörn.

Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων, 25 Μαΐου έως 3 Ιουνίου



©ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΠΑΤΣΙΑΟΣ

## 12 Όταν η επιστήμη εμπνέει την τέχνη

«Στις αντιθέσεις και μεταβάσεις που βρίσκονται στον πυρήνα της ύπαρξης της τεχνολογίας στο καλλιτεχνικό έργο» επικεντρώνεται η καθιερωμένη ανοιξιάτικη ομαδική έκθεση του Deree αναδεικνύοντας, όπως σημειώνει η επιμελήτρια Εύα Βασιλαματζή, «νέες υλικότητες και πτυχές του χειροποίητου, αλλά και νέους κώδικες συμβίωσης των μηχανών με τις πιο πρωταρχικές ανθρώπινες ανάγκες». Παρουσιάζονται έργα 30 καλλιτεχνών και ομάδων από διαφορετικές γενιές, ανάμεσα τους των Δημήτρη Αντωνίτση, Πάνου Βαλσαμάκη, Μίλτου Μανέτα, Ναταλίας Μαντάς, Μιχάλη Λεκάκη, Frances Rich, Γιάννη Μπουτέα, HYPERCOMF & Gérard Haas, Liliane Lijn κ.ά. Στα εγκαίνια, περφόρμανς του Μάριου Σταμάτη (στις 20:00).

Γκαλερί Αμερικανικού Κολλεγίου Ελλάδος, 23 Μαΐου έως 29 Ιουνίου (εγκαίνια στις 18:00-22:00)



«Τρόλεϋ», έργο της Ελένης Τσαγκάρη

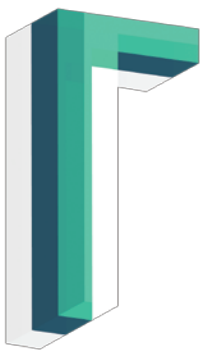
## 11 Τι σχεδιάζουν τα «φυντάνια» της ΑΣΚΤ;

Ποιες εικόνες, προβληματισμοί και τεχνικές κινητοποιούν την δημιουργία στις σάλες του Α' Εργαστηρίου Ζωγραφικής της Ανώτατης Σχολής Καλών Τεχνών που διευθύνει ο καθηγητής Άγγελος Αντωνόπουλος; Ο χώρος του γνωστού συλλέκτη Σωτήρη Φέλιου φιλοξενεί για έβδομη χρονιά έργα (19 αυτή τη φορά) αποφοίτων της σχολής, τα περισσότερα από τα οποία φιλοτεχνήθηκαν κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2021, 2022, 2023 και αποτελέσαν τον βασικό κορμό της διπλωματικής εργασίας τους. 16 Φωκίωνος Νέγρη, 29 Μαΐου έως 29 Ιουνίου (εγκαίνια στις 18:00-21:00)



«And all our world is dew»





ΓΕΥΣΗ

Επιμέλεια  
ΝΕΝΕΛΑ  
ΓΕΩΡΓΕΛΕ



# Feelin' Topsy το ολοκαίνουργιο δροσερό wine bar της Χάρητος

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΒΝΑΤΣΙΟΥ

**Π**ες πως είναι ένα δροσερό απόγευμα άνοιξης. Είσαι έξω με φίλους κι έχοντας τελειώσει δύο (ή και παραπάνω) ποτήρια κρασί, έχεις φτάσει σε αυτή την ωραία ζάλη, τη «ζεστή» ευδαιμονία του κρασιού. Αυτήν την κατάσταση περιγράφει η λέξη «tipsy» και σε αυτή υπόσχεται να μας βάλει το ολοκαίνουργιο Feelin' Topsy, το wine bar που μόλις εμφανίστηκε (έχει δεν έχει δυο μέρες ανοιχτό) στον πεζόδρομο της Χάρητος, στον ίδιο χώρο που κάποτε στεγαζόταν το City – μαγαζί θρύλος της αθηναϊκής νύχτας. Κάτι μου λέει, όμως, πως και το Feelin' Topsy θα γράψει τη δική του λαμπρή ιστορία, μια που έχει όλα τα φόντα να το κάνει. Πίσω του βρίσκεται η οικογένεια Πιτσιλή... κι αν έχει δημιουργήσει στέκια (Balthazar, Rock' n Roll, Dorios κ.ά.), όπως και η ομάδα του POCO a POCO.

**Δέντρα, ψυχία, ανθισμένα φυτά**, γιρλάντες από ρομαντικά φωτάκια, απαλή μουσική. Ο πεζόδρομος της Χάρητος είναι από μόνος του ένας καλός λόγος για να έρθεις ως εδώ. Είναι πραγματικά περίεργο το πώς στρίβοντας από την Πλουτάρχου στο μικρό στενό, ξαφνικά σε υποδέχεται η απόλυτη ηρεμία. Το μόνο που φαντάζομαι ότι θα ακούγεται τα βράδια του καλοκαιριού είναι ίσως τα λόγια των πρωταγωνιστών από την ταινία που παίζεται στο θερινό σινεμά «Αθηναία».

**Πάντως, πρωταγωνιστές** στο Feelin' Topsy είναι τα ωραία κρασιά και μάλιστα από αμπελώνες που δεν μας έχουν συνηθίσει τα wine bar της Αθήνας. Ο sommelier Παναγιώτης Στρεμμένος έχει δημιουργήσει μια wine list που δίνει έμφαση στις ετικέτες του Νέου Κόσμου. Έτσι, θα δοκιμάσουμε κρασιά από την Αμερική, τη Χιλή,

την Αργεντινή, τη Νέα Ζηλανδία και την Αυστραλία, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι η Ευρώπη (όπως φυσικά και η Ελλάδα) δεν έχουν τη δική τους δυναμική παρουσία. Συνολικά θα ανακαλύψεις γύρω στις 100 ετικέτες, με 17 από αυτές να σεββίρονται και σε ποτήρι.

**Όλα αυτά τα (εκπληκτικά) κρασιά** συνδυάζονται υπέροχα με το μενού που έχει δημιουργήσει ο βραβευμένος σεφ Δήμος Μπαλόπουλος. Πιάτα όπως το καρπάτσιο ντομάτας με ντρέισινγκ ντομάτας, μαλακό τυρί Αργολίδας, ζατάρ και τρίμμα προζυμένιου ψωμιού, το σασίμι λαυράκι με ρύζι και όξινη, πικάντικη σάλτσα γεμιστών, το flatbread cacio e pepe (!) με μανιτάρια του βουνού ή τα ανιολότι με γέμιση γαρίδα-ρικότα, ντομάτα, χαρίσα και σάλτσα μπισκ με σαφράν θα σε κρατήσουν εδώ για ακόμη ένα ποτήρι κρασί.

**Ένα άλλο δελεαστικό κομμάτι του** μενού είναι και τα εκλεκτά τυριά και αλλαντικά, που προσφέρονται όχι σε πιατό, αλλά σε τιμή τεμαχίου (100 γρ.), ώστε να μπορείς ελεύθερα να επιλέξεις όποιο σου αρέσει, δημιουργώντας τη δική σου σύνθεση. Με μια ματιά στον κατάλογο θα καταλάβεις πως μιλάμε για κάποια από τα ωραιότερα τυριά της χώρας (όπως το λαζαρέτο, η γραβιέρα από την Ιθάκη, το λαδοτύρι Άνδρου ή το πάπρικο από το Μέτσοβο) και αλλαντικά που δεν χρειάζονται συστάσεις (chorizo Δράμας, fincciona αέρος Ιταλίας, γαλοπούλα με πάπρικο Sarry κ.ά.).

**Ωραία κρασιά**, δυνατή ομάδα, νόστιμα πιάτα και χάξι σε έναν από τους ωραιότερους πεζόδρομους του κέντρου. Με καλούς οιωνούς αρχίζει το φετινό καλοκαίρι... ●

Χάρητος 43, Κολωνάκι  
2107299373, Insta: feelintipsy.athens  
Ώρες λειτουργίας  
καθημερινά 18.00-01.00

ΚΡΙΤΙΚΗ  
ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΩΝ /  
ΠΡΟΣΩΠΑ /  
ΑΦΙΞΕΙΣ /  
ΣΥΝΤΑΓΕΣ /  
TIPS ΓΕΥΣΗΣ



91  
ATHENS RIVIERA



DOMES

ΜΙΑ ΝΕΑ ΣΥΝΑΡΠΑΣΤΙΚΗ  
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ  
ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΕΙ:

ΓΙΝΕΤΕ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ  
ΣΤΟ **NEO HOTSPOT** ΤΗΣ  
ΑΘΗΝΑΪΚΗΣ ΡΙΒΙΕΡΑΣ!

Για πρώτη φορά στην Ελλάδα το υβριδικό μοντέλο *Private Members Club* και πολυτελές *Glamping* κάνει την εμφάνισή του στο νέο «91 Athens Riviera, The Resort», που σηματοδοτεί μια νέα εποχή για την **Domes**.

Αυτό το πρωτοποριακό concept είναι τοποθετημένο στην καρδιά της Αθηναϊκής Ριβιέρας, σε μικρή απόσταση από το κέντρο της Αθήνας και σε περιμένει να επαναπροσδιορίσουμε παρέα τις εμπειρίες της πολυτελούς φιλοξενίας. Έλα σε μια ομάδα που διαρκώς πρωτοπορεί στην τουριστική αγορά, φέρε το ταλέντο και την όρεξή σου και εμείς θα σε βοηθήσουμε να εκτοξεύσεις την καριέρα σου!

#### ΑΝΑΖΗΤΟΥΜΕ:

##### **Μάγειρες - Σερφ για το Barbarossa Athens**

Εάν η γαστρονομία του Αιγαίου σε εμπνέει, το θρυλικό εστιατόριο από την Πάρο ρίχνει άγκυρα στο 91 Athens Riviera.

##### **Σερβιτόροι/Σερβιτόρες & Βοηθοί**

Γιατί η εξυπηρέτηση είναι τέχνη!

##### **Θεραπευτές/Θεραπεύτριες για το Spa**

Για ένα ταξίδι απόλυτης χαλάρωσης και ευεξίας στους επισκέπτες.

##### **Υπαλλήλους Υποδοχής για το Glamping**

Συνδυάζοντας την αυθεντική εμπειρία του camping με την αίσθηση πολυτέλειας, ψάχνουμε γι' αυτούς που θέλουν να το ζήσουν πρώτοι, από μέσα!

##### **Καμαριέρες και προσωπικό για καθαριότητα**

Αν η αγάπη σου για την καθαριότητα και την τάξη είναι όση και η δική μας, τότε αυτή είναι η ιδανική θέση για σένα.

#### ΠΑΡΕΧΟΥΜΕ:

- Ανταγωνιστικά πακέτα αποδοχών.
- Ένα ζωντανό, υποστηρικτικό και ομαδικό περιβάλλον εργασίας.
- Ευκαιρίες για επαγγελματική ανάπτυξη και εξέλιξη στον όμιλο Domes Resorts & Reserves.
- Εξαιρετική τοποθεσία/χώρος εργασίας κατά μήκος της Αθηναϊκής Ριβιέρας.

ΣΤΕΙΛΕ ΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΟΥ  
στο [careers@domesresorts.com](mailto:careers@domesresorts.com)

για να εξερευνήσουμε μαζί τις ευκαιρίες που σε περιμένουν στην **Domes**!

SINCE 1987  
**BARBAROSSA**  
ATHENS





ΒΙΒΛΙΟ

Επιμέλεια  
ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΠΙΡΜΠΛΗ



MARCO BLATT  
Via kom fra Liverpool

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ /  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ /  
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ /  
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

## Τόμας Μάρκο Μπλατ

### Οικολογικά θρίλερ, ιστορίες μυστηρίου και ολίγη ποίηση

Συνέντευξη με τον Νορβηγό συγγραφέα που ήρθε στη Σκόπελο καλεσμένος του Διεθνούς Φεστιβάλ Λογοτεχνίας «Νίκος Μάρκου»

Της ΚΡΥΣΤΑΛΛΗΣ ΓΛΥΝΙΑΔΑΚΗ

**Π**ρωτάκουσα για τον **Τόμας Μάρκο Μπλατ** κάποια χρόνια πριν, στη Διεθνή Έκθεση Βιβλίου της Φρανκφούρτης, στο περίπτερο της Νορβηγίας. Κάποιος έβαλε στα χέρια μου μια ποιητική του συλλογή: ποιήματα αφηγηματικά, σε γλώσσα απλή μα αιχμηρή, ποιήματα για την καθημερινότητα στις επαρχιακές πόλεις της Νορβηγίας ή το Όσλο, ποιήματα για βόλτες στο σούπερ μάρκετ και για εργατικές κατοικίες, για μετανάστες και για ντόπιους, για το πώς χτίζεις μια πόλη στο κεφάλι σου απ' την αρχή, μια ζωή μακριά από το μέρος όπου γεννήθηκες.

Βλέπετε, ο Τόμας υιοθετήθηκε από τους Νορβηγούς γονείς του όταν ήταν τριών ετών, από τη Νότιο Κορέα. Έχω κι εγώ μια φίλη που έχει μια αδερφή από τη Νότιο Κορέα, υιοθετημένη περίπου την ίδια εποχή: στις αρχές τις δεκαετίας του 1980. Όταν γνωριστήκαμε από κοντά, τον ρώτησα αν κάτι τέτοιο συνηθιζόταν εκείνη την εποχή. «Σαφώς» ήταν η αφοπλιστική του απάντηση. Γιατί; «Φαίνεται ότι η Νορβηγία και η Νότιος Κορέα είχαν κάποιου είδους συνεννόηση για υιοθεσίες τις δεκαετίες του 1970 και 1980, νομίζω είχε ψηφιστεί κάποιος ευνοϊκός νόμος». Το έψαξα. Ήταν αλήθεια. Η Νότιος Κορέα έχει μακρά παράδοση «εξαγωγής» βρεφών για υιοθεσία σε ξένες χώρες από την εποχή του εμφυλίου πολέμου: συνολικά 200 χιλιάδες βρέφη έχουν υιοθετηθεί στο εξωτερικό από τη δεκαετία του 1950 και μετά.

«Αλλά βεβαίως δεν ήμουν μόνο εγώ» συνεχίζει ο Τόμας. «Πολλοί συμμαθητές μου ήταν από την Κίνα, άλλοι από τη Νότιο Αφρική». Φίλους άλλους από τη Νότιο Κορέα είχε; «Έχω έναν φίλο, αλλά συναντηθήκαμε πολύ αργότερα, δεν γνωριζόμασταν παιδιά». Ο Τόμας ήρθε, λοιπόν, τριών χρονών στη Νορβηγία, για να μείνει με τους νέους του γονείς στο Όσλο. Στα 8 μετακόμισαν στο Σέρουμσαν, μια κομμάτι 40 λεπτά βορειότερα της πρωτεύουσας. «Είχα μια πολύ ωραία, προστατευμένη παιδική ηλικία» ομολογεί. «Όμως ήταν μια μικρή κομμάτι και δεν υπήρχαν πολλά παιδάκια με σκουρόχρωμο δέρμα ή ασιατικά χαρακτηριστικά σαν τα δικά μου. Ένιωθα λοιπόν διαφορετικός, όχι επειδή μου φερόταν κανείς διαφορετικά, αλλά επειδή εγώ ο ίδιος έβλεπα ότι δεν έμοιαζα με τα υπόλοιπα, λευκά Νορβηγάκια».

Άρχισε να παίζει ποδόσφαιρο. Πολύ καλό ποδόσφαιρο. Αρκετά καλό, ώστε ν' αρχίσει να προπονείται στην ομάδα νέων της Λίλεστρομ. Μέχρι που έπαψε να του αρέσει αυτή η ποδοσφαιρική κουλτούρα: ο ανταγωνισμός, η πίεση...

\*\*\*

Κι αποφάσισες να γίνεις συγγραφέας; τον ρωτώ με ένα μειδίαμα. Χαμογελάει. «Μεγάλωσα σ' ένα σπίτι γεμάτο βιβλία. Οι γονείς

μου διάβαζαν. Η γιαγιά μου είχε βιβλιοπωλείο στη βόρειο Νορβηγία! Πήγαινα και την επισκεπτόμουν κάθε καλοκαίρι, ήταν σαν να πήγαινα στον μικρό μου παράδεισο. Όταν άρχισα να καταλαβαίνω ότι δεν ένιωθα «στο σπίτι μου» στα ποδοσφαιρικά πρωταθλήματα, κατάλαβα ότι αυτό που ήθελα ήταν να γίνω συγγραφέας. Ακούγεται περίεργο, ίσως, αλλά ήταν κάτι που έγινε πολύ απότομα».

—Και οι δικοί σου δεν αντέδρασαν; Να σου πουν τι πας να κάνεις, πώς θα ζήσεις;

Φυσικά! Μπορεί στην οικογένεια να είμαστε αναγνώστες, αλλά κανείς δεν ήταν καλλιτέχνης. Στην αρχή πάλευα με μένα, μ' εκείνους, με τη συγγραφή. Αλλά όταν άρχισα να φοιτώ σε διάφορες ακαδημίες δημιουργικής γραφής, στη Νορβηγία και τη Σουηδία, κι εξέδωσα και το πρώτο μου βιβλίο, κάπως σπύχασαν.

—Με ένα βιβλίο ποίησης!

Κι όμως, ναι. Η πρώτη μου ποιητική συλλογή βγήκε το 2006. Ήμουν 26 ετών.

\*\*\*

Ίσως και να είχαν δίκιο: ο Τόμας κέρδισε μ' αυτό το βιβλίο το βραβείο Tarjei Vesaas πρωτοεμφανιζόμενου συγγραφέα, το μεγαλύτερο τέτοιο βραβείο στη Νορβηγία. Εξέδωσε άλλες δύο ποιητικές συλλογές κατόπιν και το 2014 έβγαλε το πρώτο του μυθιστόρημα.

«Πάντα έγραφα σε πρόζα», λέει, «απλώς αρχικά αυτή δεν ήταν καλή! Χρειαζόμουν να γράψω πρώτα ποίηση, να εξασκηθώ στη λιτότητα, στη συμπύκνωση, για να επιστρέψω μετά στην πρόζα. Και όταν το έκανα, σε μια εποχή που ένιωθα «καμένος» από την ποίηση, ήταν λες και ανακτούσα μια μεγάλη ελευθερία».

Καταλαβαίνω τι εννοεί και πώς η ποίηση και η πρόζα «ταϊζουν» η μία την άλλη στη γραφή του: η ποίηση του είναι αφηγηματική, σαν του άλλου μεγάλου αφηγηματικού Νορβηγού ποιητή, του Γιαν Έρικ Βολ (Jan Erik Vold). Και η πρόζα του ποιητική.

Το πρώτο του μυθιστόρημα, «Varsjøen», είναι μια ιδιαίτερη ιστορία μυστηρίου: ο πρωταγωνιστής λαμβάνει αναπάντεχα ένα τηλεφώνημα από κάποιον παλιό του φίλο που ισχυρίζεται ότι γνωρίζει τι συνέβη πριν από 20 χρόνια, την ημέρα που πέθανε ο αδερφός του πρωταγωνιστή. Ο πρωταγωνιστής, που μέχρι τότε νόμιζε ότι ήξερε όλη την αλήθεια, θα ξεκινήσει για ένα ταξίδι από το Όσλο προς τον βορρά της χώρας, για να ανακαλύψει τι πραγματικά συνέβη, γεγονότα που λαμπυρίζουν απειλητικά σαν κάτω από την επιφάνεια του νερού της λίμνης (sjøen) του τίτλου.

\*\*\*

—Στο δεύτερό σου μυθιστόρημα μεταφέρε-



σαι εκτός Νορβηγίας, στην Πορτογαλία. Και μιλάς και για την κλιματική κρίση.

Σωστά. Το «Ο χρόνος είναι η φωτιά που μας καίει» (Tiden er ilden vi brenner i) είναι ένα οικολογικό θρίλερ για μια μητέρα και το παιδί της, που πηγαίνουν διακοπές στην Πορτογαλία για να ξεφύγουν από μια τραυματική ανάμνηση –ένα τροχαίο ατύχημα– και να χτίσουν μια καινούργια ζωή, μακριά από τον σύζυγο και πατέρα. Όμως, απρόβλεπτες καθώς είναι, φεύγουν από τις πεπατημένες τουριστικές διαδρομές και, οδηγούμενες βόρεια, πέφτουν σε μια πραγματικά φονική πυρκαγιά που έζησα εγώ ο ίδιος (από μακριά) ένα καλοκαίρι στην Πορτογαλία. Από τότε που μύριζα τους καπνούς ήθελα να γράψω για τα ολόενα και αυξανόμενα κύματα καύσωνα της νοτίου Ευρώπης και για τις πυρκαγιές.

—Και το τρίτο σου βιβλίο, πάλι εκτός Νορβηγίας διαδραματίζεται. Στο Λίβερπουλ.

Ναι, γράφω κατά κανόνα για πράγματα που με ενδιαφέρουν να μάθω περισσότερα, πράγματα που θέλω να ερευνήσω. Αυτό ήταν ένα από τα πράγματα που με γέμιζαν όταν ήμουν μικρός αναγνώστης: πάντα με μάγευε να διαβάζω για κόσμους ξένους από τον δικό μου.

—Και τι σου άρεσε να διαβάζεις, λοιπόν, τότε και τώρα;

Αναλόγως. Αν μιλάμε για πεζογραφία, δύο ονόματα μου έρχονται στο μυαλό: ο «καταραμένος» ποιητής και πεζογράφος Τουρ Ούλβεν (Tor Ulven), που ήταν γνωστός για κείμενα γεμάτα υπαρξιακά αδιέξοδα, και αυτοκτόνησε το 1995· και, ένας εξίσου διαφορετικός από εμένα πεζογράφος, που με σημάδεψε όμως μεγαλώνοντας, ο Φραντς Κάφκα.

—Η γραφή κανενός από τους δύο, όμως, δεν μοιάζει με τη δική σου!

Αλήθεια είναι αυτό. Η γραφή μου φέρνει περισσότερο προς τους αγαπημένους μου ποιητές, μία εκ των οποίων ξαναδιαβάζω από την αρχή, γιατί άρχισα να ξαναγράφω ποίηση: η Δανέζα Ίνγκερ Κρίστενσεν.

\*\*\*

Πάνουμε, κατόπιν, τη συζήτηση για τη μετάφραση. Εξάλλου συναντιόμαστε στο πλαίσιο του Διεθνούς Λογοτεχνικού Φεστιβάλ Σκοπέλου, όπου η Νορβηγία είναι

μία από τις τρεις τιμώμενες χώρες, μαζί με την Ισλανδία και τη Σουηδία. Πώς νιώθει αυτή τη συνύπαρξη πολιτισμικών αναφορών, τη γέφυρα της μετάφρασης; «Η λογοτεχνία είναι σημείο συνάντησης πολιτισμών – δε λέω κάτι καινούργιο. Θεωρώ σημαντικότερο οι αναγνώστες από διαφορετικές κουλτούρες να έρχονται σε επαφή μέσω της λογοτεχνίας, πόσο μάλλον όταν μιλάμε για δύο “περιφερειακές”, “μικρές” (αριθμητικά εννοώ) λογοτεχνίες».

Ναι, αντιτιθέμαι, – μόνο που η νορβηγική NORLA έχει κάνει θαύματα σε σχέση με την ολιγομιλούμενη νορβηγική, για να προμοτάρει τη δουλειά των Νορβηγών συναδέλφων του στο εξωτερικό. Όλοι διαβάζουμε Νέσμπο, Κνάουσκωρ, Γιορτ. Εσείς ποιους Έλληνες διαβάζετε στη Νορβηγία, τον ρωτώ; Σκέφτεται για λίγο. «Έχεις δικιο» μου λέει. «Δεν υπάρχει σύγχρονη ελληνική λογοτεχνία μεταφρασμένη στα νορβηγικά. Εδώ δεν έχω καν διαβάσει τους νομπελίστες ποιητές σας, που υποτίθεται ότι είναι μεταφρασμένοι στα σουηδικά τουλάχιστον. Από Έλληνες, μόνο τους αρχαίους».

Δεν έχουμε αρκετούς μεταφραστές, του εξηγώ. «Αυτό είναι πραγματικά θλιβερό» μου λέει. «Πρέπει να μάθουμε σε περισσότερους Νορβηγούς την ελληνική γλώσσα». Αμήν, σκέφτομαι. Αλλά ποιες οι πιθανότητες;

—Τόμας, θα ξανάρθεις, λες, στην Ελλάδα; Φυσικά! Εκδοθώ δεν εκδοθώ στα ελληνικά, τα παιδιά μου λατρεύουν να πηγαίνουν σε αρχαιολογικούς χώρους. Ο μεγάλος σκέφτεται να σπουδάσει φιλοσοφία, εμπνευσμένος από τους αρχαίους.

Και κάπως έτσι τελειώνει η συζήτησή μας στο νησί της Σκοπέλου. Με τη διαπίστωση ότι, για μια ακόμα φορά, οι Νορβηγοί έχουν κάνει θαύματα στην προώθηση της γλώσσας και της λογοτεχνίας τους κι εμείς συνεχίζουμε ν’ αναρωτιόμαστε αν φτάνει το ότι γράφουμε τόσο ελληνοκεντρικά που δεν εκδιδόμαστε στο εξωτερικό. Περαιστικά μας. **A**

Ο Τόμας Μάρκο Μπλάτ ήρθε στην Ελλάδα με την οικονομική υποστήριξη της NORLA (Norwegian Literature Abroad) και της Νορβηγικής Πρεσβείας στην Αθήνα. Τα βιβλία του κυκλοφορούν στα Νορβηγικά από την kolon forlag.

## Through the Billboard Promised Land without ever stopping, του Derek Jarman

Ένα φαντασμαγορικό, αλληγορικό ταξίδι στο ιδιοφυές μυαλό του

Υπάρχουν τόσα υπέροχα βιβλία εκεί έξω, βιβλία που δε χωράνε σε κατηγορίες και κουτάκια – ούτε αυτά, ούτε οι πρωταγωνιστές τους, ούτε οι συγγραφείς τους.

Της ΚΡΥΣΤΑΛΛΗΣ ΓΛΥΝΙΑΔΑΚΗ

Είχα πολλά χρόνια να σκεφτώ τον Derek Jarman: από τότε που είχα δει για τελευταία φορά –σε DVD, φανταστείτε– το «War Requiem», την ταινία που είχε γυρίσει βασισμένη στην ομώνυμη όπερα του Benjamin Britten για τον στρατιώτη ποιητή Wilfred Owen, που πέθανε στον Α' Π.Π. Ο Jarman ήταν ένα από τα enfants gâtés της βρετανικής καλλιτεχνικής σκηνής που «ανδρώθηκε» [και «γυναικώθηκε» – καιρός να κάνουμε reclaim αυτή τη λέξη πια, αν είναι να χρησιμοποιούμε και την προηγούμενη] τις δεκαετίες του '70 και του '80 στο Ηνωμένο Βασίλειο και μοιάζει να διαλύθηκε ψυχολογικά από τον θάνατο και την επιδημία του AIDS. Ο ίδιος ήταν γκέι. Ήταν ζωγράφος, ποιητής, σκηνογράφος και, πάνω απ' όλα ίσως, κινηματογραφιστής (εργάρες του, πλην του «War Requiem», τα «Caravaggio», «The Garden», «Wittgenstein» κι άλλοι γκέι arthouse σταθμοί). Ήταν επίσης ο άνθρωπος που ανακάλυψε και καθιέρωσε στις οθόνες μας αυτό το εκπληκτικά ρευστό κι αέρινο πλάσμα που λέγεται Tilda Swinton. Πολύ πριν διαγνωστεί ο ίδιος με HIV+ ήταν ήδη ακτιβιστής προσπαθώντας να σταματήσει την ψήφιση της διαβόητης νομοθεσίας «Section 28».

[FYI: το Section 28 απαγόρευε στους φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης –που στο Ηνωμένο Βασίλειο έχουν σαφώς μεγαλύτερο λέγουν απ' ό,τι σ' εμάς, όπως λ.χ. στο τι διδάσκεται στα τοπικά σχολεία– να «προμοτάρουν την ομοφυλοφιλία». Μπορεί ένας τέτοιος νόμος σήμερα να μας φέρνει στον νου μόνο τον Πούτιν, αλλά στην Αγγλία και την Ουαλία ίσχυε μέχρι και το 2003 (!). Μάλιστα, όταν πρωτοπέρασε, το 1988, ούτε το Εργατικό Κόμμα τον καταψήφισε· μόνο οι Φιλελεύθεροι και οι Πράσινοι. Έτσι, to put the record straight, so to speak.]

Ο Jarman γύρισε ολόκληρη ταινία κατά του section 28. Την έινε «The Last of England» και αν ποτέ την παρακολουθήσετε, θα δείτε τα μετα-αποκαλυπτικά, ερημωμένα docks του ανατολικού Λονδίνου να φλέγονται, σε μια Αγγλία-ολοκληρωτικό καθεστώς, υπό την υπόκρουση Μπαχ ή ντίσκο ή την απαγγελία του «Howl» του Allen Ginsberg και του «The Hollow Men» του T.S. Elliot. Pure genius. Σε αυτά τα docks [διορθώνω: στην εξευγενισμένη τους, σημερινή μορφή] περπατούσα τις προάλλες και είδα πάνω σε μια πολυκατοικία με θέα την Tower Bridge μια μπλε, στρογγυλή αναμνηστική πλάκα που τιμούσε τη μνήμη του Jarman, στο κτίριο όπου είχε κάποτε το σπίτι και το στούντιό του στο Shad Thames. Έτσι τον θυμήθηκα. Και, ω τι σύμπτωση, κάποιες ώρες αργότερα, σαν χάζενα στο βιβλιοπωλείο του Barbican Centre, βρήκα ένα μικρό βιβλιαράκι με μια ανέκδοτη μικρή του νουβέλα, το μοναδικό του μυθιστορηματικό πεζό, με τον απίθανο τίτλο: «Through the Billboard Promised Land without ever stopping». Αυτό έγινε λοιπόν το κουίρ βιβλίο της εβδομάδας.

Οκέι, μου πήρε λίγο χρόνο να φτάσω στο θέμα μας, αλλά έπρεπε να σας δώσω πληροφορίες για το ποιος ήταν ο Jarman και πώς σκέφτηκε να σας γράψω γι' αυτόν. Το «Through the Billboard Promised Land without ever stopping» είναι μια παραληρηματική βουτιά στη φαντασμαγορική φαντασία του δημιουργού της: η ιστορία του τυφλού νεαρού Βασιλιά και του υπηρέτη του, Τζον, που φεύγουν μια μέρα από την Παντελώς Άνετη Βίλα τους στο Φάργκο, για να σπάσουν τη βαρεμάρα της άνετης ζωής τους.

Θα περιπλανηθούν στην ερημιά για 3 μέρες και 3 νύχτες, ο Βασιλιάς ντυμένος με κουρέλια, αγνώριστος. Την τέταρτη ημέρα θα συναντήσουν το πλάσμα The Begum, που θα τους

πάει μέσω του Superhighway στην εντυπωσιακή πόλη του Movietown, στη χώρα Billboard Promised Land. Κι όταν φύγουν από εκεί, θα μπουν –πάλι μέσω του Superhighway– σ' έναν τεράστιο, περιτειχισμένο κήπο, όπου ένας άλλος «οδηγός», ο Πιερότος, θα τους δείξει μέρη και θαύματα που θα κάνουν τον Βασιλιά να χάσει τα κουρέλια του, αλλά να βρει το φως του: κι εγεννήθη ο Βασιλιάς Αμέθυστος.

Αν η ιστορία σάς ακούγεται κάτι μεταξύ παραμυθιού και βιβλικής παραβολής, είναι επειδή ακριβώς έτσι είναι γραμμένη. Ο Jarman έχει έναν υπέροχο ρυθμό λεκτικών επαναλήψεων, που οδηγεί ακαταπόνητα τους ήρωές του σε ένα σουρεαλιστικό ταξίδι μέσα από ένα τρομακτικό βουνό χτισμένο από δώρα, θυσίες και αφιερώματα στους θεούς, προς τον Ναό της Αυτοκαταστροφής (ένα σκανδαλώδες, αδιόκοπο ντραγκ πάρτι) και πίσω στη Movietown, με οδηγούς τη Λευκή Γάτα, τον Μποργκία Γκινζ και τον Σερ Πα Σερ Κουρ, και για παρέα την Κίτρινη Αυτοκράτειρα, που ειδικεύεται «στην εφεύρεση νέων υπερθετικών βαθμών της γλώσσας».

Το ταξίδι τους θα τελειώσει (!) στα ερείπια της πόλης Disc, «λημέρι των ποιητών», έναν ονειρικό τόπο γεμάτο νερά, πυραμίδες και Φαραώ, αλλά κι ένα αγόρι με χρυσά μάτια που άλλοτε ζει κι άλλοτε πεθαίνει κι ύστερα ανασταίνεται. Τίποτα δεν είναι αυτό που φαίνεται στην Billboard Promised Land, απ' ό,τι καταλάβατε. Αλλά, αυτό ακριβώς δεν ξεκίνησαν να βρουν ο Βασιλιάς Αμέθυστος κι ο Τζον ο υπηρέτης;

Αν δεν έχετε ακούσει ποτέ για τον Derek Jarman, αυτή η μικρή νουβέλα είναι μια καλή εισαγωγή στη δημιουργική του τρέλα. Αν τον ξέρετε και τον έχετε αγαπήσει, θ' ανακαλύψετε εδώ έναν μικρό θησαυρό. Κι αν θέλετε να ακούσετε να διαβάζει ο ίδιος το κείμενο, πηγαίνετε απλώς εδώ: [soundcloud.com/prototypepubs/sets/djtthpl/s-QkV2bplrEf](https://soundcloud.com/prototypepubs/sets/djtthpl/s-QkV2bplrEf). Θα χάσετε τα πλούσια σε πληροφορίες εισαγωγικά και επιλογικά κείμενα, που βρίσκονται μόνο στην έντυπη έκδοση, αλλά θα κερδίσετε τη θαλπωρή της βρετανικής του λαλιάς. **A**



DEREK JARMAN  
Through the Billboard Promised Land without ever stopping  
εκδ. House Sparrow Press

Κόμικς λογοτεχνικοί αναστοχασμοί

## The novelist #10 Σημειώσεις ενός μυθιστοριογράφου

Του ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ





# «Το πλοίο των τρελών: οδηγίες χρήσεως»

Σύντομη συνέντευξη για την έβδομη συλλογή πολιτικών άρθρων της Σώτης Τριανταφύλλου, που μόλις κυκλοφόρησε.

Της ΑΓΓΕΛΙΚΗΣ ΜΠΙΡΜΠΙΛΗ

**Σ**ώτη, μόλις κυκλοφόρησε από τις εκδόσεις Πατάκης το καινούργιο σου βιβλίο με τον ελαφρώς προβοκατόρικο τίτλο «Το πλοίο των τρελών: οδηγίες χρήσεως», με τον ομώνυμο πίνακα του Φραντς Μποργκέζε στο εξώφυλλο. Όλες οι συλλογές άρθρων μέχρι σήμερα, από τη «Φοβερή τροπή των πραγμάτων» μέχρι την τωρινή, δίνουν το στίγμα της περιόδου στην οποία αναφέρονται. Πιστεύεις, λοιπόν, ότι αυτήν την εποχή είμαστε... ακυβέρνητοι;

Ολόκληρος ο κόσμος γίνεται όλο και πιο «δυσκυβέρνητος» (η λέξη δεν υπάρχει, αλλά ας υπάρξει). Οι εξτρεμιστικές τάσεις, δεξιές και αριστερές, μαζί με τη διεύρυνση της δημοκρατίας έχουν δημιουργήσει κατεστημένο πολιτικής ανυπακοής – η οποία θεωρείται αρετή, «γενναιότητα», ακόμα και στο δημοκρατικό πολίτευμα – ενώ, παράλληλα, η πολιτική και οι πολιτικοί έχουν χάσει σε κύρος και αξιοπιστία. Ακριβώς λόγω αυτών των τάσεων, αναδεικνύονται σε θέσεις εξουσίας, σε θέσεις λήψης αποφάσεων, άτομα με λιγότερα προσόντα από ό,τι στο παρελθόν. Αν και φυσικά υπάρχουν εξαιρέσεις, ο εκδημοκρατισμός και οι διαστροφές του αλλοίωσαν την ποιότητα των κυβερνήσεων: πριν από πενήντα χρόνια, πολλά από τα άτομα που σήμερα κατέχουν θέσεις, που έχουν εκλεγεί, δεν θα έφταναν ούτε μέχρι την πόρτα του κοινοβουλίου. Είναι γενικό χαρακτηριστικό των τελευταίων δεκαετιών: λείπει το φίλτρο ποιότητας... Μετριοκρατία. Ο καθένας μπορεί να εκδώσει βιβλίο, ο καθένας μπορεί να βραβευτεί, ο καθένας μπορεί να εκλεγεί. Ιδιαίτερα σε χώρες με καεκτικό νομικό πολιτισμό, όπου οι νόμοι είναι σχεδόν προαιρετικοί, η «δυσκυβερνησία» είναι μέρος της πολιτικής ζωής και αντιμετωπίζεται ως μοιραία συνθήκη, ως εθνικό χαρακτηριστικό. Το ερώτημα είναι πώς επιζεί κανείς σε ένα τέτοιο περιβάλλον χωρίς να παρασυρθεί από το κύμα, χωρίς να γίνει κακός πολίτης.

—Ποια είναι η θεματολογία των άρθρων αυτού του τελευταίου ενάμισι χρόνου; Από το 2013 έχουν εκδοθεί επτά συλλογές με επιλογές από την αρθρογραφία σου, κυρίως στην Athens Voice και την εφημερίδα τα Νέα. Τι διαφοροποιεί την καθεμία από αυτές;

Μερικά φαινόμενα παραμένουν ίδια, ενώ εμφανίζονται καινούργια. Η διεθνής κατάσταση αλλάζει αρκετά γρήγορα, ίσως γρηγορότερα απ' ό,τι μπορούμε να καταγράψουμε. Όλα τα βιβλία με τα άρθρα χωρίζονται σε θέματα: αμερικανική εσωτερική και εξωτερική πολιτική (με την οποία ασχολούμαι ιδιαίτερα), αμερικανικός πολιτισμός, διεθνής γεωπολιτική, Ευρώπη, ελληνική πραγματικότητα... Καμιά φορά γράφω για τον κινηματογράφο, τις μεγαλουπόλεις και το ροκ εντ ρολ... Σε κάθε συλλογή αποτυπώνεται, κατά κάποιον τρόπο, τι συμβαίνει και το πώς το προσλαμβάνω, το πώς το προσλαμβάνουμε πολλοί από μας, στη διάρκεια της διετίας: σίγουρα η διετία 2015-2016 διαφέρει από τα δύο πιο πρόσφατα χρόνια της ζωής μας στην Ελλάδα και τον κόσμο.

—Δηλαδή μπορεί κανείς να διαβάσει ακόμη και σήμερα το «Ασκήσεις αταραξίας» που εκδόθηκε από τις εκδόσεις Athens Voice books πριν από σχεδόν δέκα χρόνια;

Δεν ξέρω αν έχει ενδιαφέρον. Πάντως το «Ασκήσεις αταραξίας» ήταν επίσης «οδηγίες χρήσεως»: πώς να μη χάσουμε την ψυχραιμία μας επί κυβερνήσεως ΣΥΡΙΖΑ-ΑΝΕΛ και επί των πρώτων ημερών της ανάδυσης του Ντόναλντ Τραμπ, η οποία έφερε στην επιφάνεια πολλά λανθάνοντα προβλήματα.

—Υπάρχουν ζητήματα στα οποία επιμένεις περισσότερο από άλλα...

Επιμένω σε μερικά ζητήματα, τα οποία είτε δεν συζητάμε επαρκώς είτε πιστεύω ότι τα συζητάμε με λανθασμένο

τρόπο. Προσπαθώ από τη μικρή μου θέση να προειδοποιήσω για μερικές καταστάσεις που μας έρχονται και που πολλοί άνθρωποι στη χώρα μας δεν αντιλαμβάνονται. Όπως είναι φυσικό, ασχολούμαι με τους τομείς που ξέρω – διεθνείς σχέσεις, ΗΠΑ – και είμαι πάρα πολύ προσεκτική σε τομείς που δεν ξέρω: π.χ. περιβάλλον, ενέργεια, κλίμα κλπ.

—Τα τελευταία χρόνια νομίζω πως ασχολείσαι λιγότερο με την Ελλάδα.

Πράγματι, στο «Πλοίο των τρελών» υπάρχουν λιγότερα άρθρα αποκλειστικά ελληνικού ενδιαφέροντος από όσα στους προηγούμενους τόμους. Η αιτία είναι η περιρρέουσα φλυαρία για την Ελλάδα: μιλούν πολλοί και μιλούν πολύ. Οπότε προτιμώ να φωτίσω θέματα για τα οποία δεν μιλούν. Το σημαντικό δεν είναι η «γνώμη»: χορεύουμε επικίνδυνα πάνω σ' ένα ηφαίστειο γνώμων – όλοι εκφράζουν τη γνώμη τους για όλα, λες κι όλες οι γνώμες είναι ισοβαρείς. Το σχολείο και η οικογένεια δεν προβάλλουν την αξία της ταπεινότητας, της επίγνωσης της αμάθειας. Και παρ' όλη την αυτοπεποίθηση που έχουν οι φορείς των γνώμων, κανείς δεν ενδιαφέρεται για γνώμες: αν κάνει κάτι χρήσιμο ο πολιτικός αναλυτής, ο αρθρογράφος, είναι η περιγραφή μιας διαδικασίας διαμόρφωσης γνώμης, η επεξεργασία δεδομένων που οδηγούν στη γνώμη. Πρωτίστως, χρειάζονται δεδομένα, πηγές, γνώση του υποβάθρου των γεγονότων. Να τι περιμένει ο σοβαρός αναγνώστης από ένα σοβαρό άρθρο. Πληροφορίες, λογικά επιχειρήματα, προτάσεις.

—Ποιες θα έλεγες ότι είναι οι πολιτικές, οι ιδεολογικές, αρχές που διατρέχουν τα άρθρα;

Οι αρχές είναι μάλλον ηθικές παρά ιδεολογικές. Θέλω να είμαι δίκαιη σε αυτά που γράφω. Άρα, χρειάζεται ενημέρωση, μελέτη και κατανόηση. Όπως όλοι μας, έχω κάποιες ιδεολογικές αρχές: π.χ. περί φιλελεύθερης δημοκρατίας, χωρίς ωστόσο να είμαι «φιλελεύθερη». Δεν ευθυγραμμίζομαι καθόλου με τη φιλελεύθερη ευρυχωρία. Αλλά, βεβαίως, ο φιλελευθερισμός έχει πολλά πρόσωπα. Υποστηρίζω εκείνη τη μορφή της μειοψηφικής σοσιαλδημοκρατίας που έχει μάθει από τα λάθη της κι από τις ολέθριες υποχωρήσεις της έναντι της αριστεράς.

—Οι αναγνώστες αυτών των βιβλίων ποιοι είναι;

Στην Ελλάδα πολλοί άνθρωποι ενδιαφέρονται για την πολιτική και για όσα συμβαίνουν στον πλανήτη. Έχουμε το βλέμμα στραμμένο προς τον κόσμο πολύ περισσότερο από τους Γάλλους, που αδιαφορούν για όσα δεν άπτονται της δικής τους πραγματικότητας. Το πρόβλημα είναι πάντοτε η ιδεοληψία,



οι υπεραπλουστεύσεις, τα στερεότυπα... Άκουσα, για παράδειγμα, στην ελληνική τηλεόραση τις ειδήσεις από τη Νέα Καληδονία: ολόκληρη η παρουσίαση της κατάστασης είναι λάθος... Είναι εντελώς επιφανειακή, είναι αντιγραφή από κάποιο γαλλικό ΜΜΕ με το οποίο οι ντόπιοι δημοσιογράφοι συμφωνούν. Δεν κάνουμε δουλειά έτσι... Σε ένα βιβλίο με άρθρα, μερικά από τα οποία είναι πολυσέλιδα, υπάρχει περιθώριο να κατανοήσει καλύτερα τον κόσμο στον οποίον ζούμε και που καλούμαστε να βελτιώσουμε.

—Ποια άρθρα μένουν έξω από αυτούς τους τόμους;

Οπωσδήποτε κάποια πρέπει να μείνουν έξω, γιατί αλλιώς θα εκδοθούν βιβλία χιλίων σελίδων. Α-

φαιρώ όσα έχουν άμεση επικαιρότητα όταν τα γράφω κι έπειτα τα μικρογεγονότα στα οποία αναφέρονται έχουν μισοξεχαστεί. Η μεγάλη ποσότητα οφείλεται στο ότι είμαι επαγγελματίας δημοσιογράφος, δεν είμαι συγγραφέας που αρθρογραφεί πότε πότε, ούτε ιστορικός που αναλίζει

κάπου κάπου τα θέματα του γνωστικού του πεδίου. Κάνω αυτήν τη δουλειά επί σαράντα χρόνια. Και κάμποσα από αυτά τα χρόνια δεν είχα την ελευθερία του λόγου που θα ήθελα να έχω.

—Γιατί; Η ελευθερία λόγου δεν είναι δεδομένη (!);

Οι εφημερίδες είχαν, όπως πάντοτε, κάποια πολιτική ταυτότητα και οι αρχισυντάκτες την ακολουθούσαν, είτε επειδή ταύιζανταν ιδεολογικά είτε επειδή δεν είχαν ιδέα για τίποτα. Εμείς οι υπόλοιποι έπρεπε να στρογγυλεύουμε τις απόψεις μας, ώστε να μην έρχονται σε σύγκρουση με εκείνη που κυριαρχούσε. Εξάλλου, για πάρα πολλά χρόνια, στην Ελλάδα δεν υπήρχε δημόσιος διάλογος: το ΠΑΣΟΚ και το ΚΚΕ είχαν χτίσει κρατική ιδεολογία και κρατική γλώσσα: ήμασταν ένα είδος Σοβιετίας... Πολλά ήταν όσα δεν επιτρεπόταν να ξεστομίσει κανείς... Κι όταν μια λέξη ακουγόταν ελαφρώς πιο λόγια από τη γλώσσα της πιάτσας, οι διορθωτές κάγχαζαν: μπράβο, παραμορφωμένη! Και τώρα βρες συνώνυμο για να καταλάβει ο κόσμος! Δεδομένη ήταν η αυτολογοκρισία, όχι η ελευθερία του λόγου. Αλλά και να μιλούσαμε ελεύθερα, ουδείς μάς άκουγε: οι απόψεις που απέκλιναν θεωρούνταν «αιρετικές» η λέξη τα λέει όλα. Νομίζω ότι, ως δημοσιογράφοι, δεν ζήσαμε μόνο σε πλοίο τρελών, αλλά σε παράδεισο τρελών. Για παράδειγμα, επί δεκαετίες, η ενασχόληση με τις ΗΠΑ στην αρθρογραφία και τη μυθοπλασία προκαλούσε υποψίες: αχά... Κατάσκοποι της CIA... Αχά... Όσο για τις σχέσεις μεταξύ συναδέλφων, επικρατούσε φθόνος και ανταγωνισμός τύπου βαθιάς επαρχίας: δεν υπήρχε χώρος για ελευθερία του λόγου. **Α**



ΣΩΤΗ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ  
Στο πλοίο των τρελών  
Οδηγίες χρήσεως  
εκδ. Πατάκης



# Χωράει μια ολόκληρη ζωή σε μια βαλίτσα;

Ο Μιχάλης Σαμόλης, ένας άνθρωπος της διπλανής πόρτας, ένα πρωί την εποχή της κρίσης βρέθηκε στον δρόμο. Είδε τη ζωή του να γκρεμίζεται, πέρασε δύσκολα όσο δεν μπορούμε να φανταστούμε, αλλά δεν το έβαλε κάτω. Στο βιβλίο

«Αόρατοι άνθρωποι – Μαθήματα ζωής από τον άστεγο Μιχάλη Σαμόλη» αφηγείται στη δημοσιογράφο **Τόνια Τσακίρη**

τη συγκλονιστική ιστορία του. Σήμερα μένει σε ξενώνα αστέγων, είναι πωλητής του περιοδικού δρόμου «Σχεδιά» και οδηγός στις «Αόρατες διαδρομές», και έχει βάλει σκοπός της ζωής του να βοηθάει τους ανθρώπους να ξεπεράσουν τις δυσκολίες τους.

Το βιβλίο κυκλοφορεί στις 27/5 από τις **εκδόσεις Παπαδόπουλος** και η *Athens Voice* δημοσιεύει ένα απόσπασμα.

«Μιχάλη πρέπει να φύγεις ως το τέλος της βδομάδας. Έχω και εγώ ανάγκες, έξοδα, οικογένεια» μου είπε ο ιδιοκτήτης, και με δυσκολία ψέλλισα «Εντάξει».

Μουδίασα. Σαν να είχα πάθει εγκεφαλικό. Δεν μπορούσα να σκεφτώ, να λειτουργήσω. Περπατούσα σαν χαμένος μέσα στο σπίτι μου για λίγες ακόμη μέρες, καθώς σύντομα η προσωπική αντωνυμία θα απουσίαζε. Το σπίτι, χωρίς «μου». Αγγίζα τις κουρτίνες, το κρεβάτι, τους τοίχους. Το αποχαιρετούσα σιωπηλά.

Ξάπλωσα στον καναπέ και κοίταγα το ταβάνι. Αποφάσισα να φύγω σε δυο μέρες. Νύχτα. Να κρύψει το σκοτάδι τον ξεπεσμό μου.

Μπορεί να υπήρξα αφελής, δειλός, μη διορατικός, να επέτρεψα στην κρίση να με ρίξει ψυχολογικά. Να με ισοπεδώσει.

Έτσι το 2013 βρέθηκα στον δρόμο.

Έφυγα από το σπίτι μου κρατώντας μόνο μια βαλίτσα. Τα υπόλοιπα τα εγκατέλειψα εκεί. Τότε το μυαλό μου δεν δούλευε σωστά. Δεν ήμουν ο άνθρωπος που είμαι σήμερα. Δεν σκεφτόμουν λογικά. Αρπαξα μια βαλίτσα με λίγα ρούχα και αγαπημένα μικροαντικείμενα, όπως ελάχιστες φωτογραφίες, έκλεισα την πόρτα του διαμερίσματος για τελευταία φορά και με σκυμμένο το κεφάλι βρέθηκα σε μια πλατεία στην Καλλιθέα. Δεν θυμάμαι και πολλά. Τα έχω διαγράψει τα περισσότερα. Ήταν η άμυνά μου για να μπορέσω να συνεχίσω. Μια μέρα έμενα εδώ, μια μέρα εκεί. Απλώς περιφερόμουν σε όλη την Αθήνα, χωρίς σχέδια, πλάνα και ελπίδα.

Την πρώτη ημέρα, πάντως, άφησα τα βήματά μου να με οδηγήσουν σε οικεία μέρη. Στη γειτονιά μου, λίγο πιο πέρα από το πρώην σπίτι μου. Δεν το είχα σχεδιάσει. Περπατούσα μηχανικά, χωρίς να γυρίζω το βλέμμα μου πίσω. Δεν άντεχα να αποχωριστώ τον πρότερο βίο μου, δεν άντεχα τον εξευτελισμό μου.

Μπορεί να μην έχω τη δυνατότητα να ανακαλέσω όλες τις λεπτομέρειες από εκείνο το μαρτυρικό βράδυ, θυμάμαι όμως μια μουριά. Ξάπλωσα σε ένα παγκάκι κάτω από μια μουριά, καθώς μου έδινε την ψευδαίσθηση ότι είναι σκεπή.

Παρόλο που ήταν Μάιος, κρύωνα και είχα σκεπαστεί με μια κουβέρτα που είχα παραχωρεί στη βαλίτσα, την οποία κρατούσα σφιχτά, λες κι αν μου την έκλεβαν θα είχε μεγάλη διαφορά. Είχα στρέψει το πρόσωπό μου προς τη μέσα πλευρά στο παγκάκι για να μη με δει κάποιος γνωστός και έκλεισα τα μάτια μου χωρίς να μπορώ να κοιμηθώ. Το ξημέρωμα με βρήκε στην ίδια θέση.

Δεν είχα πάνω μου ούτε ένα ευρώ. Είχα ξοδέψει και τις τελευταίες οικονομίες, καθώς δεν είχα καταφέρει να βρω εργασία ή οικονομική βοήθεια. Κάννιζα ένα από τα τελευταία τσιγάρα που μου είχαν απομείνει και είχα ναβάλω μπουκιά στο στόμα μου πολλές ώρες. Το πρώτο πρωινό της αστεγίας μου, και να μου προσέφεραν το πιο λαχταριστό πιάτο ενός γκουρμέ εστιατορίου, δεν θα το άγγιζα. Το στομάχι μου είχε γίνει κόμπος. Βέβαια, όσο περνούσαν οι ημέρες άλλαξα γνώμη για το φαγητό και η όρεξή μου επανήλθε. Όχι όμως και η ενέργειά μου. Ήμουν συγκλονισμένος.

«Μα δεν υπήρχε ούτε ένας συγγενής ή φίλος να σε βοηθήσει;» με ρωτά εμφανώς σοκαρισμένη η δημοσιογράφος, που μέχρι εκείνη την ώρα παρακολουθούσε την αφήγηση σιωπηλά.

«Αν και είχα μεγάλη οικογένεια, οι συγγενείς

εξαφανίστηκαν όλοι. Άλλοι δεν ήθελαν, άλλοι δεν μπορούσαν, άλλοι δεν ενημερώθηκαν. Οι γονείς και ο αδελφός μου είχαν φύγει από τη ζωή. Με την αδελφή μου, παρόλο που ήμασταν πολύ δεμένοι ως παιδιά, όταν ενηλικιωθήκαμε, αποξενωθήκαμε. Ο σύζυγός της και εγώ δεν ταίριαζαμε ποτέ, με αποτέλεσμα η αδελφική σχέση να καταστραφεί, οπότε, όταν απευθύνθηκα σε αυτή πριν καταλήξω στον δρόμο, δεν έλαβα θετική απάντηση. Ψέματα και κατηγορίες κυκλοφόρησαν για μένα από πρώην φίλους, στην Καλλιθέα και παντού. Διέδωσαν φήμες ότι δεν μου έκλεψαν το φορτηγό. Ότι έχασα χρήματα στον τζόγο. Μπορεί να ήμουν αφελής και επιπόλαιος, αλλά ψεύτης και τζογαδόρος δεν υπήρξα ποτέ.

Μετανιώνω που δεν συμβούλεψα την αδελφή μου, όταν ήμασταν νεότεροι, για τις συναστροφές της, που δεν προσπάθησα πιο πολύ να παραμείνουμε δεμένοι. Για να μείνει κάποιος στον δρόμο, δεν ευθύνονται μόνο οι συγκυρίες. Ευθύνεται και ο ίδιος. Εγώ έκανα μεγάλα λάθη, όχι μόνο με την αδελφή μου, αλλά και σε άλλους τομείς. Το πάθος μου για τις ωραίες γυναίκες ήταν το βασικό μου λάθος. Το πλήρωσα ακριβά και τώρα είμαι μόνος» απαντώ κομπιάζοντας, γιατί ακόμη και σήμερα αυτή η κουβέντα με ενοχλεί.

«Τι εννοείς;» με ξαναρωτά η δημοσιογράφος.

Οι λανθασμένες επιλογές συντρόφων, με αποτέλεσμα δύο διαζύγια, και η έλλειψη αποταμίευσης χρημάτων με οδήγησαν στον δρόμο. Ήταν σαν να οδηγούσα το φορτηγό με ιλιγγιώδη ταχύτητα και έπεσα στον γκρεμό. Παντρεύτηκα δύο φορές με βασικό κριτήριο την ομορφιά. Το δυσάρεστο τέλος των γάμων μου ήταν προδιαγεγραμμένο και δεν υπήρχε καμία επικοινωνία αρκετά χρόνια πριν μείνω στον δρόμο. Πιστεύω ότι αν είχα δημιουργήσει μια αγαπημένη οικογένεια με σταθερή δομή και αξίες δεν θα είχα καταλήξει άστεγος. Επιπλέον, είναι αδιανόστο να έχεις ξεπεράσει την ηλικία των 50 ετών και να μην έχεις στην τράπεζα ένα χρηματικό ποσό για δύσκολες ώρες. Σπαταλούσα τα έξοδά μου σε γυναικες, αλκοόλ και πολλές βραδιές δεν επέστρεφα στο σπίτι μου αν το ρολόι δεν έδειχνε 5 τα χαράματα.

«Και ξέρετε ποια είναι η ειρωνεία ή το βλακώδες λάθος μου;» θέτω μια ρητορική ερώτηση.

Γαλουχήθηκα με βασική αξία ζωής ότι η οικογένεια είναι το παν. Οι γονείς μου διατυμπάνιζαν και το έδειχναν διαρκώς με πράξεις ότι η οικογένεια είναι σαν το μαγκάλι που ζεσταίνει τη χειμωνιάτικη νύχτα. Κρίμα που δεν ακολούθησα τις συμβουλές τους.

Θεέ μου, που πάει κανείς όταν δεν έχει μοίρα που πάει κανείς όταν δεν έχει αστέρι άδειος ο ουρανός άδειο σώμα και μόνο πίκρα στρογγυλή γεμάτη μες στη σελήνη τη μισή. - *Οδυσσέας Ελύτης*

Λόγια θλιβερά, ποιητικά, τα οποία ταίριαζαν στη δραματική κατάσταση μου, κυρίευσαν το μυαλό μου εκείνες τις ημέρες.

Για 42 ημέρες που δεν είχα μοίρα και αστέρι περιπλανιόμουν στον δρόμο και κοιμόμουν στα παγκάκια, ακόμη και στο δάπεδο, χρησιμοποιώντας μια κουβέρτα αντί για κρεβάτι. Καλλιθέα, Ομόνοια, Σύνταγμα, Μοναστηράκι. Ήταν ένας εφιάλτης. Αυτό που θυμάμαι έντονα από εκείνες τις εφιαλτικές ημέρες είναι ο απόλυτος φόβος που ένιωθα. Πέρναγε μια μηχανή και πεταγόμουν. Οι θόρυβοι της πόλης με τρομοκρατούσαν. Δεν κοιμόμουν. Λαγοκοιμόμουν σαν τα σκυλιά, ανά δεκάλεπτα. Ακόμη και τώρα αν ακούσω μπαμ, θα πεταχτώ επάνω πανικόβλητος. Ο φόβος από τις εξεγερμένες των μηχανών δεν θα με εγκαταλείψει ποτέ.

Περνούσαν από μπροστά μου βιαστικά οι εργαζόμενοι με τα σακάκια και τους χαρτοφύλακές τους, και σκεφτόμουν ότι ήμουν στη θέση τους. Ήταν ένα κόλπο για να μπορέσω να ηρεμήσω και να κοιμηθώ λίγα επιπλέον λεπτά. Ίσως μια ώρα, αν ήμουν τυχερός. Γιατί περισσότερες ώρες συνεχόμενες δεν έγραφε το κοντέρ. Έκανα όνειρα ότι ήμουν ένας από αυτούς. Το πρωί δουλειά και μετά επιστροφή στο σπίτι.

Μπορεί το αρχικό πόστο της αστεγίας μου να ήταν η γνώριμη Καλλιθέα, αλλά γρήγορα αντιλήφθηκα ότι κυκλοφορούσαν πολλοί άνθρωποι που τους είχα συναντήσει και δεν ήθελα να με αντικρίσουν. Φοβόμουν τους φίλους, τους γνωστούς. Κρυβόμουν. Καλλιθεάτης ήμουν μια ζωή. Κατάφερνα και

καμουφλαριζόμουν. Αισθανόμουν μια ανυπερβλητη ντροπή. Μετά από μια βδομάδα, κατέληξα στο κέντρο της Αθήνας. Εκεί περνούσα απαρτήρητος.

Όταν έβλεπα φορτηγά στον δρόμο, αναρωτιόμουν διαρκώς το ίδιο. Πού είναι το φορτηγό μου; Κοίταγα τις πινακίδες, τα χρώματα των φορτηγών. Έτριβα με το νύχι τις νταλικές να διαπιστώσω αν φεύγει το χρώμα. Μήπως ήταν το δικό μου και το είχαν βάψει. Παρόλο που ήξερα ότι θα μπορούσα να αναγνωρίσω το φορτηγό μου στη στιγμή, είχα τη λαχτάρα να το βρω και πλησίαζα όλα τα οχήματα με την ελπίδα ότι κάποιος από αυτά θα είναι το δικό μου.

Για να κρατήσω το μυαλό μου ξύπνιο, ξαναοδηγούσα νοερά το φορτηγό μου. Ονειρευόμουν δρομολόγια, κοντέρ, ταξίδια, χιλιόμετρα στον δρόμο.

Τις περισσότερες φορές όμως, στα λίγα λεπτά που έκλεινα τα μάτια μου με κυνηγούσανε θεριά.

Το σκοτάδι είχε απλωθεί και εγώ βρισκόμουν μόνος σε ένα έρημο τοπίο. Ξαφνικά, η σιωπή διακόπηκε από τα ουρλιαχτά μιας αγέλης από ύαινες. Τα απόκοσμα γρυλίσματα πλησίαζαν και τα φθονερά μάτια τους λαμπύριζαν. Με είχαν κυκλώσει επιδεικνύοντας τα κοφτερά τους δόντια. Τα σάλια τους έσταζαν στο χώμα και τις κοιτούσα ανήμπορος να αμυνθώ. Αυτό το όνειρο με είχε στοιχειώσει τις πρώτες ημέρες που βρέθηκα στον δρόμο και πάντα ξυπνούσα ιδρωμένος, τη στιγμή που οι ύαινες ξέσκιζαν τις σάρκες μου.

Ο ανθρώπινος οργανισμός είναι φτιαγμένος να αντέχει τα πάντα. Μπορείς να ξεπεράσεις όλα τα προβλήματα.

Κάποιες φορές επινοούσα ότι έτρωγα αόρατα φαγητά στις ταβέρνες που σύχναζα παλιά. Τις περισσότερες όμως φορές χάζευα τις βιτρίνες των εστιατορίων και το στόμα μου γέμιζε σάλια.

Οι μυρωδιές των ψυτοπωλείων με ζάλιζαν. Κάφωνα το βλέμμα στους ανθρώπους που έτρωγαν τις πλούσιες μερίδες τους και η κατάθλιψη με έλουζε. Σκεφτόμουν ότι αυτοί τρώνε την μπριζόλα τους χωρίς να ενδιαφέρονται για εμάς τους άστεγους. Εκάδες σκέψεις τριβέλιζαν το μυαλό μου. Πώς ήταν δυνατόν να ήμουν και εγώ στη θέση τους πριν από λίγο καιρό και να αγνοούσα τους πεινασμένους, τους άπορους! Τώρα πια, όταν θέλω να σταματήσω το φαγητό, διότι τα κιλά μου περισσεύουν, φέρνω στον νου τα παιδιά στην Αφρική και μου κόβεται η όρεξη.

Στο κέντρο άρχισα δειλά δειλά να εξοικειώνομαι. Το πρώτο πράγμα που μαθαίνει ένας άστεγος είναι πού θα βρει τροφή. Είχα πάνω μου μόνο 2 ευρώ. Όλα κι όλα. Ρωτώντας άλλους άστεγους, πήρα πληροφορίες για το μεγαλύτερο σουσίτσιο της Αθήνας. Στην οδό Σοφοκλέους, Έτρωγα και έσερνα τα βήματά μου στους δρόμους. Βρήκα παρηγοριά στους άστεγους που βρίσκονταν στον δρόμο για μεγάλο διάστημα. Κούρνιαζα κοντά τους, δίπλα στις πλαστικές σακούλες με τα λιγοστά υπάρχοντα που έμοιαζαν με τα αντικείμενα ναυαγών ξεβρασμένα στην ακτή. Ήμασταν σαν ένα κοπάδι περιστερών που προσπαθούσε να επιβιώσει με λίγα ψίκουλα.

Οι άστεγοι είναι ένας διαφορετικός κόσμος. Κλειστός, όπου δεν διεισδύει εύκολα ο καθένας. Μας λείπει η εμπιστοσύνη. Αντιμετωπίζουμε με επιφυλακτικότητα τον κόσμο των προνομιούχων. Μεταξύ μας έχουμε άλλους κώδικες. Δίνει ο ένας στον άλλο πρακτικές συμβουλές. Μα θέλει και προσοχή. Πολλοί άστεγοι είναι χρήστες ναρκωτικών, άλλοι έχουν ψυχολογικά προβλήματα. Για να επιβιώσεις, πρέπει να είσαι σε επιφυλακή.

Μία από τις 42 ημέρες του δρόμου είχε σουρουπώσει και έπιασε μια ανοιξιάτικη μπόρα. Ο αέρας σήκωνε με μανία τα σκουπίδια από τα στενά της Ομόνοιας και είχα βραχεί ως το κόκαλο. Κρύωνα και βρήκα καταφύγιο στα βρεγμένα σκαλοπάτια ενός εγκαταλειμμένου κτιρίου. Μα δεν ήταν αρκετό. Τουρτούριζα. Μετά από αρκετή ώρα παρατήρησα ότι η πόρτα ήταν ξεκλειδωτή και τόλμησα να τρυπήσω. Να περάσει η νύχτα, και το πρωί θα κυκλοφορήσω ξανά στα γνώριμα μονοπάτια του κέντρου, σκέφτηκα. Τα σκοροφαγμένα ξύλα του πατώματος έτριζαν και η δυσωδία ήταν ανυπόφορη. Τουλάχιστον ήταν στεγνά. Το σκοτάδι ήταν πυκνό και φοβόμουν. Δεν ξέρω τι, αλλά φοβόμουν. **A**



**Τόνια Τσακίρη**  
**Αόρατοι άνθρωποι – Μαθήματα ζωής**  
**από τον άστεγο Μιχάλη Σαμόλη**  
**εκδ. Παπαδόπουλος**



## Γιώργος Βένης

Τα λημέρια των συγγραφέων - πεζογράφων, ποιητών, δοκιμιογράφων. Γιατί γράφουν εκεί που γράφουν; Τι φετίχ έχουν; Πώς εμπνέονται σ' αυτόν τον χώρο;

Επιμέλεια: ΚΡΥΣΤΑΛΛΗ ΓΛΥΝΙΑΔΑΚΗ



Πρώτη εστία των διαδοχικών εντατικών βιωμάτων: ο χώρος γραφής-ανάγνωσης-σκέψης στο σπίτι μας, στις Τζιτζιφιές, όπου κατοικώ τους περισσότερους μήνες του χρόνου. Απ' όπου και η φωτογραφία. Δεύτερη εστία ανάλογης δημιουργικής συσπείρωσης: το γραφείο που με περιμένει σε μίαν άλλη κατοικία, στο προάστιο Lippo Karawaci Tangerang, που βρίσκεται είκοσι χιλιόμετρα μακριά από το κέντρο της πρωτεύουσας της Ινδονησίας, της Τζακάρτα. Δεν πρόκειται, εννοείται, για κέντρα καταναγκαστικών εγκλεισμών, αλλά για σταθερά κι άλλο τόσο φιλελεύθερα εργοτάξια γνώσης. Η νηφάλια, απερίσπαστη και παραγωγική περιήγησή μου σε εναλλασσόμενα πεδία στοχασμών οφείλει σχεδόν τα πάντα στη διατήρηση αυτών των συγκεκριμένων συνθηκών χωροταξικής υποστήριξης. Να μην ξεχάσω το πάγιο εκείνο έλλειμμα, την ανανέωση, δηλαδή, της πάντα ανεκπλήρωτης επιθυμίας να διπλασιάσω ή και τριπλασιάσω κάθε φορά, αν είναι δυνατόν, τον χρόνο παραμονής μου στο δωμάτιο των λέξεων.

**Οι ώρες σημαίνουν κατά κύριο λόγο ροή αφήγησης.** Έτσι, το πλαίσιο της συνειδήσης διευρύνεται στον βαθμό που ο εθισμός στη συγγραφή καθίσταται δεύτερη φύση. Στο μεταξύ, ένα βιβλίο έρχεται κι ένα άλλο φεύγει. Διότι απλώς πρέπει να φύγει. Ό,τι μου είχε (χαμογελώντας) εκμυστηρευθεί πως έκανε μια ζωή ο αλυσμόνητος, επιστήθιος φίλος μου, ο Μάνος Ελευθερίου. Η ανανέωση

των δίδυμων βιβλιοθηκών μου συνιστά, λοιπόν, μίαν αναπόφευκτη, αδιάκοπη μάλιστα διανομή έργων, τα οποία έχω ήδη διαβάσει σε φίλους, σχολεία, αλλά και σε κοινότητες, κυρίως ομογενών, οι οποίοι δραστηριοποιούνται στη δεύτερη πατρίδα τους. Υπάρχει ασφαλώς και το μόνιμο πλήρωμα των στελεχών παιδείας. Εννοώ τον αριθμό των βιβλίων, τα οποία παραμένουν εκεί, όρθια στην ίδια πάντα θέση. Έτοιμα για μια περαιτέρω διακειμενική συναναστροφή, όποτε κι αν τα χρειαστώ. Ο διάλογος με όσα έχουν εγκιβωτισθεί στις σελίδες τους αποτελεί προνόμιο του βίου εν γένει. Ακόμα κι όταν κάθομαι ακίνητος στην καρέκλα του γραφείου μου, στην οθόνη του ηλεκτρονικού υπολογιστή, όλο και κάποιο κεφάλαιο από ένα πεζό ή στίχοι από διάφορα ποιήματα βιάζονται να έρθουν κοντά μου. Να συνενωθούν, να γίνουν ένα με κάποια ανώνυμα, αλλά τόσο δραστήρια κύτταρά μου.

**Το γραφείο μου είναι πράγματι μήτρα.** Σκέφτεται ταυτοχρόνως εκ μέρους μου. Η αντοχή του είναι παροιμιώδης: διασώζει σοφία αιώνων. Μια κιβωτός εμπιστοσύνης και συνέπειας. Αντιλαμβάνομαι ότι το γραφείο μου δεν είναι απλώς προέκταση εαυτού. Λειτουργεί ως παράπλευρο, ως δίδυμο εγώ. Είμαι (κι) Αυτό. Συνομιλώ μαζί του σε καθαρά ισότιμη βάση. Κοντολογίς, μπαίνω στο γραφείο μου πάει να πει εισέρχομαι σε έναν φίλιο, ολοζώντανο νου. Μια αίσθηση υλοζωισμού στην κυριολεξία του όρου. Κι άλλα, ίσως άρρητα, προσώρας.

Τα βιβλία του Γιώργου Βένη (ποιητικές συλλογές, ταξιδιωτικά δοκίμια κ.ά.) κυκλοφορούν, μεταξύ άλλων, από τις εκδόσεις Ψυλόν και τις εκδόσεις Κέδρος

## Οι κράχτες, ένα μυθιστόρημα νοσταλγίας

Του ΑΡΗ ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗ

Δύο χρόνια μετά την πτώση της χούντας περνούσα με επιτυχία τις εξετάσεις για τη Νομική Αθηνών. Οι γονείς μου πήραν το πλοίο και ανέβηκαν στην Αθήνα να μου βρουν φοιτητικό κατάλυμα. Ύστερα από κοπιαστική αναζήτηση, νοίκιασαν για τον πρωτοετή φοιτητή της Νομικής ένα πλυσταριό που είχε μετατραπεί σε λιλιπούτειο διαμέρισμα σε μια πολυκατοικία της οδού Λιοσίων. Στο ισόγειο στεγαζόταν ένα εστιατόριο που με βόλεψε όταν δεν έτρωγα στη φοιτητική λέσχη της Ιπποκράτους (δεν θα ξεχάσω ποτέ το πιλάφι με κιμά στο υπόγειο της λέσχης).

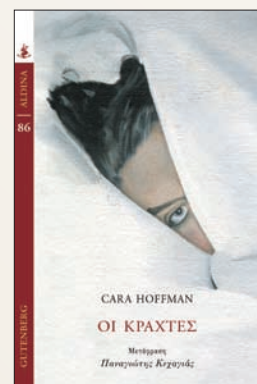
Από τα ύψη της φοιτητικής μου κατοικίας, από την ταράτσα της πολυκατοικίας κοντολογίς, ατένιζα τα μπουρδέλα της γειτονιάς, που τα κόκκινα φώτα τους το βράδυ λαμπύριζαν γεμάτα υποσχέσεις. Ανέναντί μου ακριβώς ήταν ο σιδηροδρομικός σταθμός Λαρίσης και διάσπαρτα τα ρυπαρά ξενοδοχεία της περιοχής που στάβλιζαν ξένους τουρίστες, αλλά και επαρχιώτες που έφταναν από τα χωριά τους για υποθέσεις του κοινού αστικού δικαίου.

Για ένα από αυτά τα ξενοδοχεία, το Όλυμπος, μιλάει η Αμερικανίδα συγγραφέας Κάρα Χόφμαν στο, εξαιρετικά μεταφρασμένο από τον Παναγιώτη Κεχαγιά, μυθιστόρημά της με τίτλο «Οι κράχτες». Το βιβλίο είναι αυτοβιογραφικό, όπως εξηγεί η συγγραφέας του. Είχε φτάσει η ίδια, δεκαεννέα ετών, στην Ελλάδα της δεκαετίας του '80 με σκοπό να δουλέψει στους ελαιώνες. Αποβιβάστηκε στην Αθήνα με το τρένο, στον σταθμό Λαρίσης, και βρήκε κατάλυμα στο ξενοδοχείο Όλυμπος. Στο ίδιο ξενοδοχείο βρήκε και δουλειά – όχι για να μαζεύει ελιές, αλλά για να αλιεύει τουρίστες που έφταναν στην πρωτεύουσα και αναζητούσαν κάποιο μέρος να μείνουν. Τότε, όσο κι αν ακούγεται εξωφρενικό, δεν υπήρχαν κινητά, ούτε GPS, ούτε Google maps για να οδηγηθούν οι περιηγητές. Εκεί αναλάμβαναν οι κράχτες.

Οι κράχτες φρόντιζαν να ψαρεύουν τους τουρίστες πριν καν αποβιβαστούν από τα τρένα που τους έφερναν από το λιμάνι της Πάτρας, για να τους οδηγήσουν άσφαλτα στα ξενοδοχεία που τους άμειβαν πενιχρά για το ιερό επάγγελμα του αλιευτή

αλλοδαπών ψυχών και παχυλών πορτοφολιών. Αυτό κάνει και η ηρωίδα της Χόφμαν. Ζει και εργάζεται για το ξενοδοχείο Όλυμπος, ενώ συγκατοικεί με ένα αλλόκοτο ζευγάρι ομοφυλόφιλων σε ένα μισογκρεμισμένο δωμάτιο του ξενοδοχείου.

Σε παράλληλη αφήγηση μαθαίνουμε την εξέλιξη των ηρώων στο απώτερο μέλλον, όταν ο καθένας ακολουθεί το δικό του μονοπάτι στη ζωή, έχοντας αφήσει πίσω του την εποχή της ανέμελης νιότης και της ρέμπελης ζωής.



**Cara Hoffman**  
**Οι κράχτες**  
εκδ. Gutenberg

Πρόκειται για ένα μυθιστόρημα νοσταλγίας, καθώς φέρνει διαρκώς στον νου αναμνήσεις από μια Αθήνα, όχι και τόσο παλιά, από γειτονιές που έχουν

αλλάξει αλλά όχι τόσο, από επαγγέλματα που ανήκουν στο παρελθόν – αλλά ένα παρελθόν που έχουμε βιώσει, τουλάχιστον εμείς οι παλαιοί των ημερών.

Η Κάρα Χόφμαν φαίνεται ότι αγάπησε τόσο την Ελλάδα που εγκαταστάθηκε για τα καλά στην Αθήνα και μπορεί κανείς να τη συναντήσει στα Εξάρχεια να πίνει τον καφέ της στην πλατεία, ενώ κάτω από τη γη, κάτω από τα πόδια της για την ακρίβεια, κατασκευάζεται –παρά τις διαμαρτυρίες– ο νέος σταθμός του μετρό.



## Ο έρωτας με τον κινηματογράφο

Ένα εξαιρετικό βιβλίο που έφτασε πρόσφατα στα χέρια μου με τίτλο «Μια ιστορία του ελληνικού κινηματογράφου» του Βρασίδα Καραλή (εκδ. Δώμα) ενεργοποίησε μια σειρά από σκέψεις: σε πρώτη φάση για το σινεμά κι ύστερα για την ανθρώπινη κατάσταση...

Ξεκινώ από μια παράξενη αφετηρία: από την άποψη που λέει ότι ένας άνθρωπος μπορεί να ασχοληθεί σε βάθος το πολύ με δύο τέχνες. Για μένα, η πρώτη είναι σίγουρα η μουσική κι η δεύτερη σίγουρα η λογοτεχνία. Μιλάμε για δύο τεράστιους κόσμους που κανείς δεν μπορεί ποτέ να πει στα σοβαρά ότι έχει κατακτήσει. Κι αν το πει, η πραγματικότητα θα έρθει με φόρα να τον διαψεύσει. Προσωπικά το παλεύω: ακούω κι ύστερα διαβάζω γι' αυτό που ακούω, διαβάζω κι ύστερα διαβάζω γι' αυτό που διαβάζω. Δεν τελειώνει κι ούτε θα τελειώσει ποτέ. Vita brevis...

Αγαπώ και το σινεμά. Πολύ. Όμως του το δείχνω μ' έναν τρόπο ερασιτεχνικό. Πηγαίνω και βλέπω τις ταινίες που θέλω να δω, χάνω καμιά φορά και κάποια, ενθουσιάζομαι, μα συνεχώς ξεχνάω. Ξεχνάω ονόματα σκηνοθετών, ηθο-

ποιών, τίτλους έργων, τα πάντα σχεδόν. Μένουν στο μυαλό μου μόνο οι ταινίες και οι σκηνοθέτες που έχω αγαπήσει πολύ. Ερασιτέχνης.

Για τον ελληνικό κινηματογράφο τρέφω μεγάλη αγάπη. Σ' έναν μεγάλο βαθμό νιώθω ότι παρουσιάζει ανάγλυφη ολόκληρη την ιστορία της Ελλάδας. Ολόκληρη την εξέλιξη της κοινωνίας της. Υπό αυτό το πρίσμα βλέπει τον ελληνικό κινηματογράφο και ο Βρασίδης Καραλής στο βιβλίο του «Μια ιστορία του ελληνικού κινηματογράφου» (εκδ. Δώμα, μετάφραση Αχιλλέας Ντελλής). Ο Καραλής είναι καθηγητής Βυζαντινών και Νεοελληνικών Σπουδών στο πανεπιστήμιο του Sydney, γράφει στα αγγλικά και διατηρεί μια απόσταση ασφαλείας τόσο από την Ελλάδα όσο και από τη γλώσσα της. Όπως ο ίδιος σημειώνει, «ο

κινηματογράφος βάζει σε προνομιακή θέση την εικόνα και, ακόμη περισσότερο, τις ρευστές εικόνες του εφήμερου και του προσωρινού». Διαβάζοντας το βιβλίο αναζητήσα ταινίες που είχα δει και θέλησα να ξαναδώ, αλλά και ταινίες που δεν είχα δει ποτέ. Αν καταφέρει κάποιος να ακολουθήσει τη σαφέστατη γραμμή αυτού του βιβλίου και να παρακολουθήσει ταινίες γνωρίζοντας αρκετά για την εποχή τους και τις συνθήκες υπό τις οποίες γυρίστηκαν, θα αποκτήσει εποπτεία επί της ελληνικής κινηματογραφικής παραγωγής.

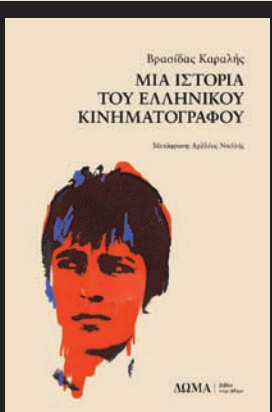
Λοιπόν, έχω προτιμήσεις: Αγαπώ τις «Κυρίες της αυλής» με Βαλσάμη, Αλεξανδράκη και απίστευτο Ηλιόπουλο, το «Κοροϊδάκι της δεσποινίδος» πάλι με Ηλιόπουλο και Καρέζη, κι ύστερα τα «Χρώματα της Ίριδος» του Παναγιωτόπουλου, την «Πρωινή περιπόλο» του Νικολαΐδη, το «Αλδεβάραν» του Θωμόπουλου και τόσες άλλες. Αγαπώ όλες τις ταινίες του Αλέξη Δαμιανού και του Σταύρου Τορνέ. Επίσης, όλες τις ταινίες του Τάκη Κανελλόπουλου για τον οποίο υπάρχει ιδιαίτερη μνεία στο βιβλίο του Καραλή: «Το κινηματογραφικό βλέμμα του Κανελλόπουλου ήταν βαθιά ενδοσκοπικό, στρεφόμενο διαρκώς προς τη νοσταλγική ανάπλαση μιας χαμένης αθωότητας, σε αναζήτηση μιας κατάστασης χάριτος. Περιλάμβανε σχήματα λιτότητας, αινίγματα και εκκρεμείς καταστάσεις».

Ομολογώ ότι γνώρισα τον Κανελλόπουλο κάπως αργά. Από ένα μικρό κείμενο που έγραψε ο Χρήστος Βακαλόπουλος στο Αντί λίγο καιρό μετά τον θάνατό του: «Η ελληνική κινηματογραφική οικογένεια αποδείχτηκε ανάξια του Τάκη Κανελλόπουλου, όπως είχε αποδειχτεί ανάξια του Σταύρου Τορνέ. Τώρα άλλος συνδικαλιζέται επικεφαλής νέου σωματείου και άλλος γυρίζει τη διαφήμιση του πέτρινου νεσκαφέ». Αρκούσε αυτή η φράση. Ήταν και παράξενα τα πράγματα στην Ελλάδα το 1991. Όχι μόνο στον χώρο του κινηματογράφου.

Το βιβλίο του Καραλή μ' έβαλε ξανά σε κίνηση. Ξανακοίταξα κείμενα του Βακαλόπουλου, που παρακολουθούσα αρκετά εκείνη την εποχή. Κατέφυγα επίσης και στο πολύ πρόσφατο βιβλίο του Μιχάλη Μακρόπουλου «Το ποτάμι του χρόνου» (Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης). Το βιβλίο έχει τον υποτίτλο «Μια ερωτική επιστολή προς την τέχνη του κινηματογράφου» και στο υστερόγραφο γράφει ο Μακρόπουλος: «... σκέφτηκα πως δεν είχα μιλήσει για το πέμπτο κύριο συστατικό του κινηματογράφου: τη μνήμη... Με τον αφηγηματικό της χρόνο, με το μοντάζ, μια ταινία είναι κοντύτερα στα όνειρα παρά στον καθημερινό βίο. Και το όνειρο είναι πάντα ανάμνηση...» Ανάμνηση! Δεν θυμάμαι πολλά ονόματα ούτε τίτλους, θυμάμαι όμως τις στιγμές που πρωτοπαρακολούθησα τις ταινίες που σήμερα αγαπώ πιο πολύ. Έχω ξεχάσει κάποιες από τις εικόνες τους. Θυμάμαι όμως ένα προς ένα –και με τη σειρά– τα συναισθήματα που μου δημιούργησαν...

## Σημειώσεις Ενός Μονομανούς CLLXXVI

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΦΛΩΡΑΚΗ



17  
07  
ΠΑΤΕΙΑ  
ΝΕΡΟΥ

RELEASE  
ATHENS  
2024  
**Massive  
Attack**



mount kimbie

+

**DURAN  
DURAN**  
special guests:  
**SOFI TYKKER**

#makingmemoriestogether

more.com ▶ releaseathens.gr

18  
07  
ΠΑΤΕΙΑ  
ΝΕΡΟΥ

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ



Βρείτε το  
σε όλα τα  
βιβλιοπωλεία

**A THENS  
voicebooks**

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ATHENS VOICE BOOKS  
Χαριλάου Τρικούπη 22, 106 79 Αθήνα, 2103617170 (εσωτ. 114), fax: 2103617310  
Παραγγελίες on-line: [athensvoice.gr/athens-voice-books](https://athensvoice.gr/athens-voice-books)





ΣΙΝΕΜΑ

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ  
ΚΑΪΜΑΚΗ

critic's CHOICE

## Η τελευταία συνεδρία του Φρόιντ (FREUD'S LAST SESSION) \*\*1/2

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Ματ Μπράουν ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Αντονι Χόπκινς, Μάθιου Γκουντ,  
Λιβ Λίζα Φράις, Τζόντι Μπάλφουρ

### JUST THE FACTS

**Μέντιουμ \*\*1/2**  
Η γοντσία  
της ενηλικίωσης

**Η τελευταία συνεδρία  
του Φρόιντ \*\*1/2**  
Ψυχανάλυση και  
θεολογία

**Το λυσάρι της ζωής \*\***  
Η αιώνια λιακάδα  
του Μισέλ Γκοντρί

**Το μυστικό της μαύρης  
βαλίτσας \*\***  
Κάντο όπως ο Χίτσκοκ

**Κενά αέρος \*\***  
Πτήσεις με καρδιοχτύπι

**Φανταστικοί φίλοι \*\*1/2**  
Γλυκιά παιδική ηλικία

**Κρυμμένα μυστικά -**  
Ο Ράσελ Κρόου  
στα λημέρια του

**Avant-Drags!**  
Δέκα drag performers  
σε δράση

**Γουίνι το αρκουδάκι:  
Αίμα και μέλι II -**  
Τα λούτρινα του τρόμου

ΑΚΟΜΗ

Στην αέρινη κωμωδία **«Κενά αέρος» (Northern Comfort)\*\*** του **Χάφστεϊν Γκού-ναρ Σίγουρδσον**, μια χούφτα ανθρώπων με χρόνια φοβία για τα αεροπλάνα δοκιμάζεται σε μια πτήση γεμάτη... κραδασμούς από το Λονδίνο στην Ισλανδία.

►►► Οι **«Φανταστικοί φίλοι» \*\*1/2** του **Τζον Κρασίνσκι** μιλάει για τη φαντασία και την αθωότητα που μπορούν να κρατούν ζωντανούς τους φανταστικούς φίλους των παιδιών.

►►► Τα **«Κρυμμένα μυστικά» (Sleeping Dogs)-**, σκηνοθετικό ντεμπούτο του σεναριογράφου **Άνταμ Κούπερ**, είναι ένα αστυνομικό θρίλερ με πρωταγωνιστή τον Ράσελ Κρόου.

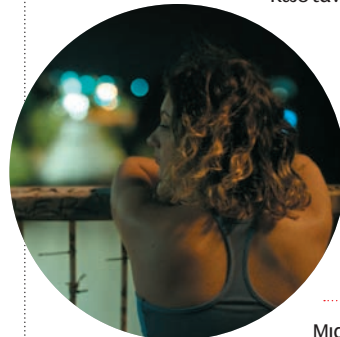
►►► Το **«Avant-Drags!»** - του **Φιλ Ιερόπουλου** και των **ΦΥΤΑ** είναι ένα αντισυμβατικό queer ντοκιμαντέρ. ►►► Το **«Γουίνι το αρκουδάκι: Αίμα και μέλι II»** αποτελεί τη συνέχεια της αιματοβαμμένης δράσης του λούτρινου αρκουδιού.

\* ΑΔΙΑΦΟΡΗ  
\*\* ΜΕΤΡΙΑ  
\*\*\* ΚΑΛΗ  
\*\*\*\* ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ  
\*\*\*\*\* ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΗ

☛ Η τελική ευθεία για τα βραβεία  
στις Κάννες το επόμενο Σάββατο

### Μέντιουμ \*\*1/2

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Χριστίνα Ιωακειμίδη ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Αγγελική Μπεβεράτου, Νικολάκης Ζεγκίνογλου, Κατερίνα Ζησούδη, Μάρθα Φριντζήλα, Κωσταντίνος Ασπιώτης



Η 16χρονη Ελευθερία φτάνει από το χωριό της στην Αθήνα για να βοηθήσει την ετοιμόγεννη αδελφή της. Στο διπλανό σπίτι μένει ο νεαρός Άγγελος, που του αρέσει να βολτάρει με τη μηχανή του. Ανάμεσα στην Ελευθερία και τον Άγγελο θα δημιουργηθεί μια γλυκιά σχέση.

Μια τρυφερή ιστορία ενηλικίωσης που εκτυλίσσεται σε μια καλοκαιρινή Αθήνα καμίνι. Από τα πρώτα πλάνα η αφόρητη ζέση που «πνίγει» τους ήρωες περνά και στον θεατή εντείνοντας το κλίμα δυσφορίας, σε μια υπόθεση που φαινομενικά δεν συμβαίνει τίποτα. Η συνεπής σκηνοθεσία της Χριστίνας Ιωακειμίδη στη δεύτερη μεγάλη μήκους ταινία της αναζητά το θαύμα της μαγείας σε μια ελάχιστη μαγική καθημερινότητα. Οικείες καταστάσεις, ένα ερωτικό συναπάντημα με απρόσμενη εξέλιξη και ένα θαυμάσιο γυναικείο πορτρέτο από την Αγγελική Μπεβεράτου, είναι τα χαρακτηριστικά του φιλμ που βασίζεται στο ομότιτλο μυθιστόρημα του Γιώργου Συμπάρδη.

### Το λυσάρι της ζωής (THE BOOK OF SOLUTIONS) \*\*

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Μισέλ Γκοντρί ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Πιερ Νινέ, Μπλανς Γκαρντάν, Φρανσουάζ Λεμπρούν, Φράνκι Γουάλας



Όταν οι παραγωγοί απειλούν να πάρουν τη νέα του ταινία και να δώσουν σε άλλον τη δυνατότητα να την ολοκληρώσει, ο σκηνοθέτης Μαρκ Μπεκέρ κλέβει τους σκληρούς δίσκους με το υλικό που έχει ήδη γυρίσει και κρύβεται στο σπίτι της θείας του, Ντενίζ, στην εξοχή.

Με τη βοήθεια της τελευταίας και κάποιων φιλότιμων φίλων - μελών του συνεργείου, πασχίζει να φτάσει στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Ο Μισέλ Γκοντρί υπογράφει μια σχεδόν αυτοβιογραφική ταινία που συγκινεί και διασκεδάζει. Τον εκκεντρικό ήρωα υποδύεται ο Πιερ Νινέ, ο οποίος μιμείται τον Γκοντρί εξαιρετικά δίνοντας την εξωφρενική διάσταση όσων προκύπτουν στα γυρίσματα. Το **«Λυσάρι της ζωής»** είναι ένα κωμικό φιλμ για καλλιτέχνες με εμμονές, διανοημένο με σατιρική φόρμα, ευγενείς προθέσεις και έντιμους προβληματισμούς. Όχι πάντα πετυχημένος ο σινεφίλ αυτοσαρκασμός του Γκοντρί, αλλά θα σας κάνει να χαμογελάσετε.

### Το μυστικό της μαύρης βαλίτσας (LA EXTORSION) \*\*

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Μαρτίνο Ζαϊντέλις ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Γκιγιέρμο Φρανκέλα, Πάμπλο Ράγκο, Αντρέα Φριγκέριο



Ο 58χρονος Αλεχάνδρο είναι ένας έμπειρος πιλότος πολιτικής αεροπορίας, που αγαπά με πάθος τη δουλειά του, αλλά κρύβει ένα μυστικό. Όταν οι πράκτορες των μυστικών υπηρεσιών της Αργεντινής ανακαλύπτουν τη... σκοτεινή πλευρά στη ζωή του, αρχίζουν να τον εκβιάζουν.

Ο Αλεχάνδρο αναγκάζεται να μεταφέρει παράνομα μυστηριώδεις μαύρες βαλίτσες στη διαδρομή Μπουένος Άιρες - Μαδρίτη. Από την πρώτη επαφή του με τους ανθρώπους των μυστικών υπηρεσιών μέχρι την ευκολία που περνάει τις βαλίτσες από τον έλεγχο ασφαλείας, το καμπανάκι της αληθοφάνειας χτυπά έντονα σε μερικές σκηνές. Μάταια ο πρωταγωνιστής Γκιγιέρμο Φρανκέλα πασχίζει να προσδώσει πειθώ στην ταινία. Ο κόσμος της διαφθοράς, του οποίου την ύπαρξη αγνοούσε, παρουσιάζεται με σεναριακά μεπεδρέματα που δύσκολα πείθουν.

«Νομίζω ότι φοβόσαστε να νιώσετε συναισθήματα» (Η τελευταία συνεδρία του Φρόιντ)



## ΣΕ είδα...

Κάποιος σε ψάχνει. Ψάξε τον κι εσύ και επικοινωνήσε μαζί του στο [www.athensvoice.gr/styles/se-eida](http://www.athensvoice.gr/styles/se-eida).

### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17 ΜΑΪΟΥ 9ΜΜ

Σε είδα να παίζεις σε θέατρο κάτω από την Ακρόπολη. Μια κοινή γνωστή (σκηνοθέτρια), όταν σε συγκαίραμε, σου είπε πως παίζω σαξόφωνο... Μου άρεσες πολύ σαν ηθοποιός κ σαν γυναίκα! Της το είπα ότι μου άρεσες... μπορείς να επικοινωνήσεις ή μαζί της ή να αφήσεις για μένα ένα μήνυμα. Γιάννης

### ΤΑ ΠΑΠΑΚΙΑ ΣΑΒΒΑΤΟ ΒΡΑΔΥ

Ξανθούλα με μαύρα ρούχα, σε μεγάλη παρέα με ζευγάρια... Δεν σταμάτησες να χορεύεις! Μου έφτιαξες τη βραδιά. Αν το δεις, στείλε.

### ΣΕ ΕΙΔΑ ΣΤΟ ΠΛΟΙΟ...

Blue Star Patmos. Δούλευες στο μπαρ, κοιταχτήκαμε αρκετές φορές, αλλά δεν συστηθήκαμε. Μου άρεσες από χτες το βράδυ που σε είδα πρώτη φορά και θα ήθελα να σε γνωρίσω.

### ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Δουλεύεις στο Δίφρος κάπου στη Δελφών. Ήπιαμε έναν καφέ ένα καλοκαιρινό

πρωινό πριν 4 χρόνια. Είσαι πιο όμορφος απ' το George Clooney. Με γοητεύσεις με όλους τους τρόπους. Από μια παρεξήγηση δεν μου ξαναμίλησες. Θέλω να σε ξαναδώ. Στείλε μου ...

### BELLA ITALIANA

Ti ho visto aspettare l'autobus 220. Non ho trovato un momento per parlarti. Hai parlato al telefono tutto il tempo. Indossavi vestito nero e avevi anche gli occhiali. Anche io porto gli occhiali e una camicia di jeans. Mi piacevi davvero e volevo chiederti di uscire! Se vuoi mandarmi un messaggio!

### ΑΝΑΣΑ

Αν ψάχνεις και εσύ μια ανάσα και μια νιοή διαφορετική στη ζωή σου, ίσως να ήρθε η ώρα και ο τρόπος να είναι αυτός. Λεωφόρος Δημοκρατίας Σε είδα έξω από την καντίνα, το πρωί. Φορούσες αμάνικη λευκή μπλούζα κι εγώ 1 μοβ σακάκι. Κοιταχτήκαμε, χαμογελάσαμε κι έφυγα. Τώρα κάθε φορά που περνάω κοιτάζω στην καντίνα.

### ΝΙΩΘΩ ΟΤΙ ΣΕ ΞΕΡΩ

Σε έχω φανταστεί πολλές φορές... Τα χρώματά σου, τον τρόπο με τον οποίο μιλάς, το πόσο ώριμη, δυναμική και αισιόδοξη είσαι πάντα, το βλέμμα σου που πάντα με νικά... Βλέπεις σε ξέρω, απλά δεν σε έχω δει ακόμα πουθενά. Ανυπομονώ για τις αρμένικες βίζιτες που θα κάνουμε τα βράδια στο κέντρο, πίνοντας και μιλώντας για ώρες για ό,τι μαλακία μας έρχονται. Δεν βιάζομαι να σε βρω γιατί ξέρω ότι όλα θα γίνουν τη σωστή στιγμή – και για αυτό προτιμώ να μείνω μόνος και να μην αρκεστώ σε κάτι μέτριο. PS: Αν είσαι γύρω στα 30, προσέχεις τον εαυτό σου, και ένιωσες μια κάποια ταύτιση, στείλε!

### ΔΕΝ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΣΕ ΒΡΩ, ΠΟΥΘΕΝΑ!

Σε ψάχνω μέσα από πρόσωπα, από σχέσεις και δεν σε βλέπω πουθενά! Μήπως βρισκόμαστε σε λάθος βαγόνια ή δεν ήρθε η στιγμή να γνωριστούμε; Πέτρος



**Ελπίζω να δεις το μήνυμά μου!** Άκου να δεις τώρα τι μου έχει συμβεί. Πριν κάτι μέρες, με προσκάλεσε σπίτι του αυτός, που μου αρέσει, για να πιούμε ένα ποτό και να καθίσουμε χαλαρά. Με τούτα και με εκείνα, καταλήξαμε στο κρεβάτι και όλα καλά μέχρι εδώ. Μόλις σηκώθηκα από το κρεβάτι, συνειδητοποίησε πως τον τελείωσαν τα τσιγάρα, ήταν ήδη ξημερώματα και αποφάσισε να βγει για να βρει κάποιο περιπτερο ανοιχτό. Εγώ έμεινα στο σπίτι να τον περιμένω και μου μπήκε εκείνη την ώρα στο μυαλό να ψάξω κάποια πράγματά του. Το ξέρω βλακεία μου, αλλά με έτρωγε η περιέργεια. Άνοιξα, λοιπόν, το συρτάρι του κομοδίνου του και βρήκα μια ατζέντα με κάτι άσχετες σημειώσεις στην αρχή, αλλά στις τελευταίες σελίδες υπήρχαν γυναικεία ονόματα και διπλά ημερομηνίες. Cringara φουλ, άφησα όπως όπως από την τρομάρα μου την ατζέντα στο κομοδίνο μόλις άκουσα τα κλειδιά στην πόρτα. Φυσικά δεν του είπα κάτι για ευνόητους λόγους, αλλά τώρα πώς θα συνεχιστεί η κατάσταση; Τι λες εσύ;

Εγώ για αρχή λέω: δεν ψάχνουμε κινητά, ατζέντες, συρτάρια, ντουλάπες, πορτοφόλια, τσέπες κ.λπ. κ.λπ. Γενικώς, το δικό μου moto είναι «δεν ψάχνουμε», γιατί πιστεύω ότι πάντα κάτι θα υπάρχει να βρεις. Υπαρκτό ή της φαντασίας σου, εφόσον μπαίνεις στη διαδικασία να ψάξεις, σημαίνει ότι δεν υπάρχει εμπιστοσύνη και ασφάλεια. Δευτερευόντως, τώρα έτσι όπως ήρθαν τα πράγματα και με αυτά τα ευρήματα, φίλη μου, θα σου πρότεινα να τραβήξεις τον δρόμο σου και αυτός τον δικό του. Οι γυναίκες δεν είμαστε ονόματα σε λίστες.

**Χελόου, Τζένη μου!** Μιλούσα με ένα παιδί αρκετό καιρό στα social και αυτός μου πρότεινε να πάμε χαλαρά για έναν καφέ. Μου είχε δείξει από την αρχή αρκετό ενδιαφέρον και έτσι έγινε το «μοιραίο». Θα καταλάβεις τι εννοώ... Να σημειώσω ότι είμαι αρκετά ψηλή και ξανθιά. Πο-

λύς κόσμος με περνάει για Γερμανίδα ή Σουηδέζα. Βγαίνουμε που λες και η πρώτη ατάκα του ήταν «Πωπω, είσαι πανύψηλη!», γελάσαμε λιγάκι και αργότερα μου το σκάει. Μου λέει «να σου κάνω μια ερώτηση χωρίς παρεξήγηση», του απαντώ «φυσικά»... και τι μου λέει; Αν έχω καμία φίλη λιγάκι πιο κοντή για να του γνωρίσω. Εκεί τελείωσαν όλα...

Έλεος και πάλι έλεος και πάλι έλεος. Εννοείται πως αν δεν θέλει ο φίλος, από δω παν κι οι άλλοι. Στο by the way, πάντως, μια και το έφερε η συζήτηση, τώρα τελευταία διακρίνω πολλή μεγάλη αγένεια στα ραντεβού και απογοτεύομαι. Πολύ ορθώς, λοιπόν, και εκεί τελείωσαν όλα για σένα, για να μη χάσεις κι άλλο χρόνο μαζί του.

**Τζένη μου, πόσο χαίρομαι** που σου στέλνω μήνυμα, αλλά θα χαρώ πολύ περισσότερο να μου απαντήσεις! Λοιπόν, βγήκα sex date από εφαρμογή. Μέσα σε δυο μέρες, μιλήσαμε και βρεθήκαμε κατευθείαν σε ξενοδοχείο, γιατί ήταν και δεσμευμένος και καταλαβαίνεις ότι ήθελε να γίνουν όλα πολύ διακριτικά. Εγώ κανένα θέμα. Λέω «ένα σεξ είναι», ήταν και φιλοεμφανισμός, why not; Πάμε, λοιπόν, γίνεται ό,τι γίνεται και μπορώ να πω ότι ήταν το κάτι άλλο. Από τότε, όμως, άρχισε να με πρήζει στα μηνύματα για να βρεθούμε πάλι. Να δώσω μια ευκαιρία;

Εγώ διακρίνω μια περίπλοκη κατάσταση στην οποία, δεν ξέρω γιατί να θέλεις να εμπλακείς. Θα σου έλεγα να το σκεφτείς και να κρίνεις αν αξίζει τον κόπο αυτή η μαρούρα. Δεν ξέρω σε τι φάση είσαι και τι ακριβώς ψάχνεις, βέβαια. Δεν μου γράφεις. Οπότε θα χαρώ κι εγώ με τη σειρά μου να λάβω περισσότερες λεπτομέρειες για σένα, ώστε να έχω ολοκληρωμένη εικόνα. Εμείς εδώ είμαστε [info@athensvoice.gr](mailto:info@athensvoice.gr).

ΜΙΑ ΜΟΥ  
ΒΡΟΜΙΚΑ  
-Reloaded-

Της ΤΖΕΝΗΣ  
ΜΕΛΙΤΑ



Μίλα μου βρόμικα.  
Μίλα μου αληθινά.  
email: [info@athensvoice.gr](mailto:info@athensvoice.gr)  
instagram: @melitajenny

© JOHN HOLMES



## GOLD SPOT

Στα καταστήματα GOLD SPOT λαμβάνετε άμεσα μετρητά για χρυσά κοσμήματα, ασημικά, ασημένια σκεύη, λίρες και αντικείμενα αξίας χωρίς χρονοβόρες διαδικασίες και στις καλύτερες τιμές της αγοράς. Η αγορά και η ενεχυρίαση χρυσού πραγματοποιείται με απόλυτη εχεμύθεια και διαφάνεια προς τον πελάτη.



ΝΕΑ  
ΥΠΗΡΕΣΙΑ  
Άνοιγμα θυρίδων-  
εκτιμήσεις

**ΜΑΡΟΥΣΙ:** Θησέως 28, 212 1040444

**ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ:** Λεωφ. Μεσογείων 76, 211 1828800

**ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ:** Λιοσίων 172, 211 7506600

**ΠΑΓΚΡΑΤΙ:** Φιλολάου 39Α, 211 4180000

[www.goldspot.gr](http://www.goldspot.gr) GoldSpot goldspot.gr





**COSMIC  
TELEGRAM**

Από την ΑΓΓΕΛΙΚΗ  
ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ

ΜΗ  
ΧΑΣΕΙΣ

Την καθημερινή  
αστρολογική σου  
προβλέψη στο  
athensvoice.gr/zodia



### Κριός

20 Μαρτίου - 19 Απριλίου

Κριαράκι μου, η εβδομάδα σου γενικότερα θα είναι μέτρια. Η πανσέληνος της Τετάρτης σου δίνει μια δόση υπερβολής στο πώς διαχειρίζεσαι καταστάσεις και ανθρώπους, κάνοντάς σε επιθετικό. Θα υπάρξουν συμβάντα, που θα σε κάνουν να σκεφτείς δυο και τρεις φορές τις σχέσεις και τις συνεργασίες σου. Δεν μας ενδιαφέρουν αυτά. Το μόνο που σε νοιάζει αυτήν την εβδομάδα είναι το γκομενικό, αν και θα έχεις εντάσεις. Εσύ που είσαι ελεύθερος, ανανεώνεσαι και δεν περνάς καθόλου απαρατήρητος. Εσύ που είσαι σε σχέση, θα έχεις αναζωογονητικές στιγμές με το ταίρι σου, αλλά να προσέξεις τα λόγια σου σε κάποιες φάσεις, σωστά;



### Καρκίνος

21 Ιουνίου - 21 Ιουλίου

Καρκινάκι μου, το τελευταίο διάστημα επικρατεί στη ζωή σου μια κατάσταση για λύπηση. Προσπάθησε να έχεις πιο οργανωμένη σκέψη και να δίνεις προτεραιότητα σε αυτά που σου δίνουν ασφάλεια, γιατί όποιος κυνηγάει τα πολλά, χάνει και τα λίγα. Διατήρησε μια ισορροπία και μην ξεσπάς σε άτομα που είτε έχεις είτε σε έχουν ανάγκη. Στα θετικά νέα, θα δικαιωθείς σε θέμα οικονομικό ή επαγγελματικό. Εξαιρετικά τυχερή η εβδομάδα σου στα ερωτικά. Έχεις τέρμα ερωτική διάθεση και γοητεύεις τα πλήθη. Ειδικά εσύ που είσαι ελεύθερος. Όχι ότι εσύ που είσαι σε σχέση πας πίσω, έτσι;



### Ζυγός

22 Σεπτεμβρίου - 22 Οκτωβρίου

Ζυγέ μου, καλή εβδομάδα! Η πανσέληνος της Τετάρτης σου ανοίγει τους ορίζοντες της φαντασίας και του νου. Όχι μόνο αυτό, αλλά θα δεις και τη διάθεσή σου να αλλάζει προς το καλύτερο. Έτσι, θα καταφέρεις να φέρεις εις πέρας υποχρεώσεις, αλλά και να λύσεις προβλήματα που σε απασχολούν. Στα ερωτικά σου, πνέει αέρας ανανέωσης, λόγω της Αφροδίτης και του Δία. Ειδικά προς τα τέλη της εβδομάδας, θα αρχίσεις να το παρατηρείς εντονότερα. Εσύ που είσαι ελεύθερο πουλί, είναι καλή στιγμή για εξόδους και flirt και, εννοείται, για νέες γνωριμίες. Εσύ που δεν είσαι ελεύθερος, θα περάσεις όμορφες στιγμές με το ταίρι σου και θα θελήσετε να δοκιμάσετε νέα πράγματα.



### Αιγόκερως

21 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου

Αιγοκεράκι μου, δεν θα έλεγα πως θα είναι μια κακή εβδομάδα, αλλά μην περιμένεις ότι θα είναι και η πιο τέλεια του χρόνου. Ό,τι και να γίνει, εσύ πρέπει πάντα να κοιτάς το συμφέρον σου και όχι τις βλακείες που θα σου τάξει ο ένας κι ο άλλος. Δείξε έναν πειθαρχημένο χαρακτήρα (όσο μπορείς). Στα ερωτικά σου, υπάρχει καλύτερη διάθεση και προσέγγιση, αλλά μην παίρνουν τα μυαλά σου αέρα. Εσύ που είσαι σε σχέση, δεν θα αποφυγεις άλλον έναν καβγά που τόσο καιρό προσπαθείς να αποφύγεις. Εσύ που είσαι ελεύθερος, να ξέρεις πως μια ερωτική περιπέτεια ξεκινάει σιγά σιγά και θα σε ανανεώσει.



### Ταύρος

20 Απριλίου - 19 Μαΐου

Ταύρε μου, καλά τα φαινόμενα στο ζώδιό σου, αλλά τόσο ταυρίλα, ρε αδερφέ, ούτε εσύ δεν την αντέχεις. Η πανσέληνος της Τετάρτης σε καλύπτει στα οικονομικά και σε ένα ερωτικό πάρε-δώσε. Η Αφροδίτη φεύγει από το ζώδιό σου, οπότε προσπάθησε να την αξιοποιήσεις. Χαμήλωσε τους τόνους, γιατί βλέπω να μην πηγαίνει καλά το πράγμα, παρά τις προοπτικές. Στα ερωτικά σου, δεν είσαι σε κακή φάση, αφού καταφέρνεις να εκπληρώσεις επιθυμίες και να κινηθείς έξυπνα και μεθοδικά. Ειδικά εσύ που είσαι ελεύθερος, το πας καλά το παιχνίδι. Εσύ που δεν είσαι ελεύθερος, καταφέρνεις και αναζωογονείς τον έρωτα με το ταίρι σου.



### Λέων

22 Ιουλίου - 22 Αυγούστου

Λιοντάρι μου, μεσοβδόμαδα σιγά σιγά αρχίζεις να αποδέχεσαι ορισμένες καταστάσεις και να βρίσκεις λύσεις. Παράλληλα, αποφεύγεις με οριακά καλλιτεχνικό τρόπο τις ρήξεις και τα dramas. Ξεκινάει μια περίοδος ψυχαγωγίας και ανακούφισης για σένα. Και να ξέρεις πως και στα ερωτικά, οι όψεις και τα άστρα είναι ευνοϊκά προς το πρόσωπό σου. Δεν θα λείψουν τα one night stands, το flirt και τα κολλημένα, για εσάς τους ελεύθερους. Ενώ για τους δεσμευμένους, να πω πως γίνεται πιο ομιλητικοί και ευδιάθετοι με το ταίρι σας και επικρατεί μια καλοκαιρινή διάθεση ανάμεσά σας.



### Σκορπιός

23 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου

Σκορπιέ μου, καλή εβδομάδα! Οι μέρες που ακολουθούν είναι αρκετά κατασταλτικές για εσένα, καθώς ευνοείσαι σε επικοινωνιακά και πρακτικά ζητήματα. Επίσης, η Αφροδίτη, που αφήνει το ζώδιο του Ταύρου, σου δίνει μια ξαφνική χαρά, είτε σε ερωτικό είτε σε κοινωνικό επίπεδο. Γενικώς, όμως, θα σου πρότεινα να είσαι συγκρατημένος και να προσπαθείς να προσαρμόζεσαι σε όλες τις καταστάσεις και αλλαγές. Στα ερωτικά σου, πρόκειται τώρα να δεις να πραγματοποιούνται επιθυμίες που είχες μέσα σου καιρό. Αν είσαι ελεύθερος, θα βρεθείς σίγουρα στην αγκαλιά κάποιου flirt, ενώ αν είσαι σε σχέση, θα δεις να φουντώνει τέρμα το πάθος με το ταίρι σου.



### Υδροχόος

20 Ιανουαρίου - 17 Φεβρουαρίου

Υδροχόε μου, σου κάνει εντύπωση αυτό που θα πω, αλλά είσαι από τους τυχερούς της εβδομάδας. Πρόκειται να πάρεις κάποιες αποφάσεις, οι οποίες θα είναι πολύ ωφέλιμες για τη ζωή σου. Αρχίζει σιγά σιγά και ξεκαθαρίζει το τοπίο των σχέσεων, είτε επαγγελματικών είτε προσωπικών. Γενικώς, αντλεις δύναμη από τον Ήλιο, άντε γιατί μας έπληξαν τα φαινόμενα στον Ταύρο. Στα ερωτικά σου, κλείνουν υποθέσεις, οι οποίες σε ταλαιπωρούν. Για σένα που είσαι ελεύθερος, γίνεται εξαιρετικά ελκυστικός και ακαταμάχητος. Εσύ, πάλι, που είσαι σε σχέση, έρχεσαι πιο κοντά με το ταίρι σου μέσω της επικοινωνίας.



### Δίδυμοι

20 Μαΐου - 20 Ιουνίου

Διδυμάκι μου, αυτή η εβδομάδα είναι αρκετά κατασταλτική και έξτρα ωφέλιμη. Γίνεσαι πιο πρακτικός σε θέματα που αφορούν συζητήσεις και διαπραγματεύσεις. Όμως, αυτό το διάστημα έχεις άφθονη τύχη. Καλό θα ήταν να κάνεις πολύ manifest αυτήν την περίοδο. Στα ερωτικά σου, λειτουργείς σαν μαγνήτης κι έλκεις ό,τι κι όποιον θέλεις. Αλλά, μην ξεχνάς την πανσέληνο στον Τοξότη, που φέρνει αποκαλύψεις ή και ρήξεις στις διαπροσωπικές σου σχέσεις. Εσύ που είσαι ελεύθερος, οι πόρτες του έρωτα γράφουν "ανοίξαμε και σας περιμένουμε". Κι εσύ που είσαι ήδη σε σχέση, απολαμβάνεις τον σχεδιασμό κάποιου ταξιδιού ή και μετακόμισης.



### Παρθένος

23 Αυγούστου - 21 Σεπτεμβρίου

Παρθένε μου, δεν θα έλεγα ότι αυτή η εβδομάδα είναι η καλύτερη της χρονιάς, καθώς υπάρχει τρομερή ένταση λόγω πανσελήνου. Βέβαια, εσύ ασχολείσαι με χαζομάρες, αλλά μη χάνουμε το δόσος για το δέντρο. Θέλεις το comfort zone σου κι όχι πολλά πολλά. Υπάρχει έντονη ερωτική διάθεση και ίσως να μην είσαι τόσο ωμός και πεζός όπως συνήθως. Αν είσαι ελεύθερος, ίσως επιδιώκεις μια πιο απλή, ρομαντική κατάσταση. Εσύ, που είσαι σε σχέση, αναζητάς θαλπωρή. Ταυτόχρονα, συνειδητοποιείς ότι αρχίζεις να ζηλεύεις το ταίρι σου και να παραλογίζεσαι, αλλά δεν θα λείψει το πάθος.



### Τοξότης

22 Νοεμβρίου - 20 Δεκεμβρίου

Αγαπημένε μου Τοξότη, καλή εβδομάδα! Κουραστικές μεν, κομβικές δε οι ακόλουθες ημέρες, κυρίως λόγω της πανσελήνου της Τετάρτης. Γενικά, θα σου πω να μην αναβάλλεις και να μην παραμελήσεις υποχρεώσεις που έχεις για να ασχοληθείς με άλλα πιο ενδιαφέροντα ζητήματα, όπως π.χ. τα γκομενικά σου. Και που το λέω εγώ, θα με ακούσεις εσύ; Ναι, καλά! Πάντως, στο ερωτικό κομμάτι θα δεις να συμβαίνουν όμορφα πράγματα, κάτι που εννοείται ότι θα σε ενεργοποιήσει στο έπακρο, αφού άλλο που δεν θες εσύ. Είτε είσαι ελεύθερος είτε δεσμευμένος, να ξέρεις πως ανοίγει ένας νέος κύκλος με θετικές εξελίξεις.



### Ιχθύες

18 Φεβρουαρίου - 19 Μαρτίου

Ιχθύ μου, δεν είναι εποχή για ρίσκα, καθώς είναι δύσκολη περίοδος. Πιέζεσαι να πάρεις αποφάσεις, ενώ δεν πρέπει. Νιώθεις πως βρίσκεσαι σε αδιέξοδο κι ότι σου ασκείται πίεση από παντού. Δεν ισχύει αυτό, μια και είσαι λίγο drama queen. Κράτα αποστάσεις από άτομα με αρνητική ενέργεια κι εμπιστεύσου το ένστικτό σου. Στα ερωτικά σου, αναπολείς παρελθοντικές σου σχέσεις. Αλλά αν είσαι ελεύθερος, ίσως προκύψει ευκαιρία για ένα ζευγαριό με κάποιο πρόβλημα. Αν είσαι σε σχέση, σου γίνεται πιο πρόσταση αλλαγής (είτε μικροαποστάσεις είτε μετακόμιση-συγκατοίκηση). Ίσως και γάμος – λέμε τώρα, μην το πάρεις και πάνω σου.

\* Για πιο ολοκληρωμένη εικόνα των αστρολογικών σου τάσεων θα πρέπει να διαβάσεις και τον ωροσκόπο σου



# Ο VOICE 102.5 ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ



*Live και συζήτηση*

## PEDRO ALMODÓVAR

Παρασκευή 31 Μαΐου 20:00

Αμφιθέατρο Ιδρύματος  
Βασίλη & Ελίζας Γουλανδρή



Ίδρυμα  
Βασίλη & Ελίζας  
Γουλανδρή

Μιλούν:

Ζαχαρίας Μαυροειδής  
Πόλυ Λυκούργου  
Γιάννης Παπαδόπουλος  
Μαρία Παλαιολόγου

Ερμηνεύουν:

Εύα Κοτανίδα  
Γιώργης Χριστοδούλου  
Κατερίνα Πολέμη

Special Guest: **Ρένα Μόρφη**

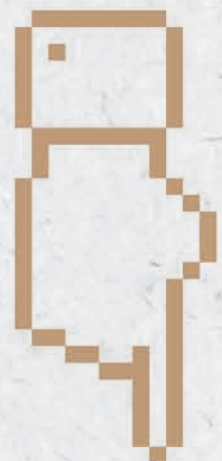
*Την εκδήλωση συντονίζει  
ο Γιώργος Μουχταρίδης*

ΠΡΟΣΚΛΗΣΕΙΣ  
ΑΠΟ VOICE 102.5

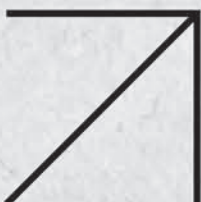
**POWERED BY PROTERGIA**







# 1. ΣΚΑΝΑΡΕ



## 2. ΨΗΦΙΣΕ

### 3. ΚΑΙ ΑΛΛΑΞΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΧΩΡΙΣΗ!



ΛΟΝΟΤΕ

