

Η Φωνή του Γέρακα

ΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ «Η ΠΗΓΗ»

ΕΒΡΟΥ 25, ΓΕΡΑΚΑΣ, Τ.Κ.: 153 44

www.pigigeraka.gr

ifonitougeraka@gmail.com

Τεύχος 35

ΙΟΥΛΙΟΣ 2025

PIZZA EXPRESS
SONIC

ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΝΟΜΗ
ΚΑΤ'ΟΙΚΟΝ



ΤΗΛ. 210 66.11.821
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ & ΔΙΑΓΟΡΑ
ΓΕΡΑΚΑΣ

UNICK

ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ
Κοσμήματα - Ρολόγια

Ευρυτανίας 45 - 47 Γέρακας ☎ 2130992089

ΤΙΜΕΣ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ
Κοσμημάτων & Ρολογιών

Η "ΠΗΓΗ" ΣΤΗΝ ΤΗΝΟ

Σελ.14-15



1975 50 2025
ΧΡΟΝΙΑ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ "ΠΗΓΗ"

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΑΡΘΡΑ ΚΑΙ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Παρακαλούμε τους αγαπητούς μας αναγνώστες όπως τα άρθρα και οι ανακοινώσεις φορέων προς δημοσίευση στη “ΦΩΝΗ του Γέρακα” να στέλνονται αποκλειστικά και μόνο στο email του περιοδικού στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

ifonitougeraka@gmail.com

(Υπόψη κ. Κώστα Παπαγεωργίου)

το αργότερο έως τις 20 κάθε μήνα.

Τα προς δημοσίευση κείμενα να μην ξεπερνούν τις 400 λέξεις και τυχόν φωτογραφικό υλικό να είναι σε μορφή JPG και με ανάλυση τουλάχιστον 300 dpi.

ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ η αναφορά των πηγών που χρησιμοποιούνται για τα κείμενα. ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η πλήρης αντιγραφή κειμένων.

Το Δ.Σ.

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΕΝΤΥΠΟΥ

Εκδότης: Γεωργία Διακολουκά

Διευθυντής: Παπαγεωργίου Κων/νος

Τελική Επιμέλεια: Χριστόφορος Πολυδώρου

Τυπογραφείο: Αρβανιτίδης Α.Β.Ε.Ε. 2161005100

ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ: Κων/νος Παπαγεωργίου 6936848905

Email: ifonitougeraka@gmail.com

- Απαγορεύεται οποιαδήποτε αντιγραφή του περιεχομένου του περιοδικού, είτε έντυπη, είτε ηλεκτρονικής μορφής, χωρίς την άδεια του εκδότη.
- Τα ενυπόγραφα κείμενα εκφράζουν τις απόψεις του υπογράφοντος ενώ τα ανυπόγραφα εκφράζουν τις απόψεις του Δ.Σ του Συλλόγου.
- Η αποστολή κειμένων, φωτογραφιών ή άλλου υλικού, ΔΕΝ συνεπάγεται και υποχρέωση δημοσίευσής τους.
- Για οποιαδήποτε δημοσίευση αποκλειστικά υπεύθυνα είναι τα μέλη του Δ.Σ του Συλλόγου «ΠΗΓΗ».

**Ο Σύλλογος δέχεται οικονομικές ενισχύσεις στο λογαριασμό της Τράπεζας ALPHA BANK
IBAN GR4201403400340002002009435**

**Τα γραφεία του Συλλόγου είναι ανοιχτά
κάθε Τετάρτη 19:00 – 22:00**

Έβρου25, Γέρακας Αττικής ΤΚ: 15344 Τηλ. 2106610069

EDITORIAL

Ιούλιος 2025



Γράφει ο Διευθυντής της “Φωνής” Κ. Παπαγεωργίου

Καλοκαίρι 2025: Στη σκιά των γεγονότων, με βλέμμα στο φως

Το καλοκαίρι του 2025 δεν είναι απλώς άλλο ένα καλοκαίρι. Είναι μια εποχή γεμάτη ερωτήματα, ανατροπές και ανάγκη για ενδοσκόπηση.

Η Ελλάδα λούζεται στο φως, αλλά πίσω από το γαλάζιο, οι σκιές μεγαλώνουν.

Οι φωτιές απειλούν ξανά δασικές εκτάσεις, σπίτια και ζωές. Η οικολογική κρίση δεν είναι μακριά, είναι ήδη εδώ. Κάθε χρόνο προχωράμε σε αναλύσεις, συζητήσεις αλλά κάθε χρόνο στα ίδια είμαστε.

Στην Κρήτη, η συνεχής ροή παράτυπων μεταναστών δημιουργεί εντάσεις, φόβους και ταυτόχρονα φέρνει στο προσκήνιο την έλλειψη ουσιαστικής εθνικής και ευρωπαϊκής στρατηγικής πρόληψης και αντιμετώπισης για το μεταναστευτικό. Χωρίς φανατισμούς αλλά με σχέδιο, χωρίς να ξεχνάμε ποτέ τις Ανθρώπινες ζωές που στοιβάζονται στη σιωπή, περιμένοντας απαντήσεις.

Σοκαρισμένη παρακολουθεί η κοινή γνώμη την υπόθεση της καθ' ομολογίαν κατά συρροήν παιδοκτόνου Ειρήνης Μουρτζούκου. Μια τραγωδία που δεν πρέπει να μείνει μόνο στον τίτλο των δελτίων, αλλά να κινητοποιήσει σοβαρή συζήτηση για την ψυχική υγεία, την αποτελεσματικότητα κρατικών θεσμών (ιατροδικαστική), την κοινωνική πρόληψη και την υποστήριξη των ευάλωτων.

Παράλληλα, το σκάνδαλο στον ΟΠΕΚΕΠΕ αποκαλύπτει προβληματικές πρακτικές διαχείρισης δημόσιων πόρων και προκαλεί ερωτήματα για τη διαφάνεια και την αποδοτικότητα της αγροτικής πολιτικής. Η κοινή γνώμη ελπίζει σε τιμωρία των υπαιτίων και όχι στοχοποίηση και περαιτέρω δυσκολίες στον αγρότη και τον κτηνοτρόφο.

Και βέβαια παραμένουν οι πολεμικές συρράξεις στα μέτωπα της Ουκρανίας και της Μ. Ανατολής.

Τα γεγονότα του φετινού καλοκαιριού αναδεικνύουν κρίσιμα ζητήματα για τη δημόσια διοίκηση, την κοινωνική συνοχή και τη διαχείριση κρίσεων. Η ανάγκη για θεσμική λογοδοσία, κοινωνική στήριξη και αποτελεσματική πολιτική είναι πιο επίκαιρη από ποτέ.

Καθώς η κοινή γνώμη παρακολουθεί με ανησυχία τις εξελίξεις, η πρόκληση για την Πολιτεία είναι να αποκαταστήσει την εμπιστοσύνη και να προχωρήσει με συγκεκριμένες πράξεις, όχι υποσχέσεις.



Γράφει η κ. Δέσποινα Βακάλη-Δαλιάνη

Καρναβάλι 2003 με τη μακέτα της Πηγής

Αν θέλουμε να συνειδητοποιήσουμε πόσο γρήγορα περνάει ο χρόνος, δεν έχουμε παρά να κοιτάζουμε παλιές φωτογραφίες των παιδιών μας. Αυθόρμητα θα πούμε, πως μεγάλωσαν και πότε πέρασαν τα χρόνια! Στη φωτογραφία μας εκτός τη μακέτα της πηγής, που κατασκεύασε ο Σύλλογος για το καρναβάλι του 2003, βλέπουμε και το μικρό τότε Μιχάλη Κανδηλώρο, μοναχογιό του αείμνηστου Γιάννη Κανδηλώρου, ο οποίος υπήρξε για πολλά χρόνια μέλος του Δ.Σ. του Συλλόγου ΠΗΓΗ και ένας από τους πλέον ενεργούς πολίτες του Γέρακα. Εκτός από τις άλλες πολιτιστικές εκδηλώσεις που διοργάνωνε ο Σύλλογος, λάμβανε μέρος και στο αποκριάτικο καρναβάλι που διοργάνωνε ο Δήμος Γέρακα τότε, σε συνεργασία με όλους τους φορείς. Η συμμετοχή περιελάμβανε άρμα, με αναφορά σε κάποιο από τα τρέχοντα θέματα, που συνήθως σατίριζαν ή καυτηρίαζαν, καρναβαλιστές με στολές και ίσως κάποιο σκετς, τραγούδι ή κείμενο που διάβαζε κάποιος εκφωνητής και ακουγόταν από τα μεγάφωνα της πλατείας. Το 2003 Πρόεδρος του Συλλόγου ΠΗΓΗ ήταν ο Βασίλης Δημητριάδης. Όταν ετέθη το θέμα αν θα λάβουμε μέρος στο καρναβάλι και τι θα παρουσιάσουμε, η γράφουσα που ήταν τότε υπεύθυνη των πολιτιστικών, πρότεινε μια μακέτα της Πηγής σε φυσικό μέγεθος, φτιαγμένη από φελιζόλ. Η πρόταση έγινε ομόφωνα δεκτή και ο Γιάννης Κανδηλώρος προσφέρθηκε να την κατασκευάσει στο εργοστάσιό του, πράγμα που έγινε με τη βοήθεια των υπολοίπων μελών του Δ.Σ. Μόλις ολοκληρώθηκε, πρόσθεσαν από φελιζόλ επίσης, την υποτιθέμενη μαρμάρινη πλάκα και έγραψαν με μαύρο μαρκαδόρο, "Κατασκευάστηκε δαπάναις του Συνεταιρισμού Ακτημόνων Γέρακα επί Προεδρίας... 1949". Το όνομα του Προέδρου, στην πραγματική μαρμάρινη πλάκα, για κάποιο λόγο που δεν γνωρίζουμε, το είχαν αφαιρέσει με καλέμι, οπότε και μεις δεν το γράψαμε. Εδώ πρέπει να αναφέρουμε, ότι την πρώτη πηγή την είχαν φτιάξει οι μοναχοί της Πεντέλης όπου αργότερα, αποφάσισαν

να ανακατασκευάσουν τα μέλη του Συνεταιρισμού Ακτημόνων Γέρακα, με την άδεια του τότε Δημάρχου Παιανίας. Αφού η μακέτα τελείωσε, κάλυψαν με λινάτσες το φορτηγό του Γιάννη του Κανδηλώρου και τοποθέτησαν επάνω τη μακέτα της πηγής. Επιστρατεύθηκε για οδηγός ο Παύλος Χαλκίδης και ακολούθησε τη πομπή του καρναβαλιού. Παράλληλα από τα μεγάφωνα ακουγόταν το παρακάτω κείμενο, το οποίο αναφε-



Η μακέτα της πηγής από το Σύλλογο. Καρναβάλι 2003 445

ρόταν στην πηγή μας και τι σήμαινε για τους κατοίκους του Γέρακα, την εποχή που δεν υπήρχε άλλη πηγή υδροδότησης. Το κείμενο υπάρχει και στο βιβλίο του Γέρακα στη σελίδα 96, όπως υπάρχει και η φωτογραφία της πηγής, βάσει της οποίας, κατασκευάστηκε η μακέτα για το καρναβάλι του 2003.

Η πηγή του Γέρακα. Το νερό της, τρεχούμενο, δροσερό, καθαρό. Μας ξεδίψασε, μας έλουσε, μας έζησε. Σ' αυτό το νερό της πηγής και της στέρνας, τα παιδιά του Γέρακα, έμαθαν να κολυμπάνε. Σημείο αναφοράς του τόπου μας, εδώ και πολλά χρόνια, πριν γεννηθούμε εμείς και οι γονείς μας. Φτιαγμένη από πέτρα, χώμα και νερό. Με υλικά της μάνας γης, ρίζωσε κι έμεινε για πάντα. Σαν τα μνημεία της φύσης, που λες ότι φτιάχτηκαν από χέρια μαγικά κι ευλογημένα. Δώρο Θεού, για τους ανθρώπους του μόχθου και της προκοπής. Η πηγή που ξεδίψαγε τους περαστικούς και στα νερά πλύθηκαν λυγερόκορμες τσιγγάνες, άλλαξε πρόσωπο. Αυτή που ξέραμε δεν υπάρχει πια. Μαζί της άλλαξε και το τοπίο του Γέρακα. Οι πεταλούδες και οι μέλισσες που χάθηκαν, γιατί δεν έχουν μυρωδιές και μέλι να τρυγήσουν, βρήκαν άλλον παράδεισο και πέταξαν μακριά.

ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΠΥΡΓΙΩΤΗΣ

*ΤΟΥΒΛΑ
*ΚΕΡΑΜΙΔΙΑ ΠΟΙΟΤΗΤΟΣ
*ΜΟΝΩΤΙΚΑ ΥΛΙΚΑ
*ΑΔΡΑΝΗ ΥΛΙΚΑ

ΟΙ ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ ΜΕ ΔΙΚΑ ΜΑΣ ΜΕΣΑ
ΟΔΟΣ ΚΛΕΙΣΘΕΝΟΥΣ - ΤΕΡΜΑ ΓΑΡΓΗΤΤΟΥ
ΤΗΛ. 80.48.242 - 80.49.407

ΠΡΑΚΤΟΡΕΙΟ



ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΕΦΗ
Κοιμ. Θεοτόκου 22 - Γέρακας
Τηλ. 210 6048 954

ΕΞΟΦΛΟΥΝΤΑΙ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΙ



ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ



Γράφει το μέλος του Δ.Σ. κα Μαρούσα Μίσσιου

Καλοκαιρινό απομεινόμενο του Ιούλη, η ζέστη αγγίζει τα όρια του αφόρητου. Βράζει ο τόπος που έλεγε και η μαμά μου. Οι κουρτίνες τραβηγμένες και τα παντζούρια μισόκλειστα για να μη πυρώνει και το δωμάτιο. Ο ανεμιστήρας οροφής γυρίζει στο γρήγορο κάνοντας ένα χαρακτηριστικό συνεχόμενο σιγανό ήχο. Δεν ξέρω τι



θέλω, πάντως κάτι δροσερό. Σηκώνομαι να πάω στο ψυγείο, τι θέλω; νερό; φρούτο; Χαζεύω αναποφάσιστη.. Το μάτι μου πέφτει στο ταψάκι με τα χθεσινά γεμιστά. Να μια καλή ιδέα, ένα δροσερό γεμιστό με λίγη φετούλα και ένα ποτήρι δροσερό νερό. Τι να διαλέξω; την σπιρτάδα της πιπεριάς ή την γλύκα της ντομάτας; Ας παρηγορηθώ με μια ντομάτα λοιπόν. Την βάζω σε μικρό πιατάκι και παίρνω και το ποτήρι μου με το δροσερό νερό για να αράξω και πάλι στον καναπέ.

Πρώτη πιρουνιά .. δροσιά.. δεύτερη , τρίτη, και τα αρώματα του καλοκαιριού ξεχύνονται στο στόμα, ο δυόσμος και ο μαϊντανός, η τριμμένη ντομάτα, η πιπεριά το κολοκυθάκι όλα ανακατεμένα με το μυρωδάτο ρύζι, απόλαυση..

Γέρνω πίσω στα μαξιλάρια με ικανοποίηση και κλείνω τα μάτια. Όλες οι θύμησης του καλοκαιριού μέσα στο μυαλό μου.

Η μυρωδιά από το θυμάρι σαν περπατάς ένα απόγευμα σε κάποιο μικρό βουναλάκι δίπλα σε απομονωμένη παραλία. Η αίσθηση της ζεστής άμμου στα πόδια πηγαίνοντας στην παραλία με την αδημονία να μπει στο νερό.

Η δροσιά στο σώμα καθώς το κυμματάκι κτυπά απαλά όταν βρίσκομαι ξαπλωμένη εκεί στα ρηχά με τα πιτσιρικά, μισή μέσα στο νερό, μισή στην άμμο και ο ήλιος να σε «αρπάζει» γιατί σε ξεγελά το νεράκι καθώς εναλλάξ πέφτει επάνω μου και η γλυκιά αύρα που σε δροσίζει όταν είσαι δίπλα στο νερό.

Οι λευκές κηλίδες στο δέρμα από το αλάτι του θαλασσινού νερού που στεγνώνει ασκούπιστο.

Οι μυρωδιές από τα γιασεμιά και το αγιόκλημα κάποιας φρεσκοποτισμένης αυλής και το μεθυσμένο βουητό της μέλισσας που γυροφέρνει τους ανθούς τους.

Το νυχτολούλουδο που το άρωμά του τρυπάει τα ρουθούνια στις έναστρες βραδιές.... και αυτές με τις μουσικές από τα ραδιόφωνα των σπιτιών ή τις ομιλίες από τις συζητήσεις που τελικά δεν καταλαβαίνεις τι λένε ακριβώς, καθώς μπερδεύονται τα λόγια των συζητητών σε ένα τρελό χορό από λέξεις... πανδαισία χαλάρωση.. ευτυχία..

-Μαμά, μαμά; που είσαι; να ταΐσω τον σκύλο;

Ανοίγω τα μάτια, ο ανεμιστήρας οροφής γυρίζει τρελά από πάνω μου, το άδειο πιατάκι με το πιρούνι δίπλα και το ποτήρι μισογεμάτο από το νερό πάνω στο τραπέζι.....

-Τάισέ τον απαντώ και σηκώνομαι νωχελικά από τον καναπέ...

delicieux
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

ΕΘΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 3 - ΓΕΡΑΚΑΣ
Τηλ. 21066 13 247

ΟΠΤΙΚΑ

Γυαλιά οράσεως - Γυαλιά ηλίου - Φακοί επαφής

Αγγελική Κωστούλα

Ευρυτανίας 6, Γέρακας • τηλ.: 210 66 17 813
e-mail: opticaggelikh@gmail.com

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΗΤΡΟΠΑΝΟΣ: ΜΙΑ ΑΥΘΕΝΤΙΚΗ ΦΩΝΗ



Γράφει ο κος Χρήστος Πατσιούρας

Ο Δημήτρης Μητροπάνος γεννήθηκε στα Τρίκαλα το 1948 και ξεκίνησε να εργάζεται σαν τραγουδιστής όταν μετακόμισε στην Αθήνα το 1964 όντας ακόμη μαθητής Γυμνασίου.

Συνεργάστηκε με πολύ μεγάλα ονόματα της λαϊκής και έντεχνης μουσικής. Το 1966 συναντάται, τυχαία, για πρώτη φορά με τον Μίκη Θεοδωράκη και ερμηνεύει, στη θέση



άλλου καλλιτέχνη που τότε ασθενούσε, μέρη από τη Ρωμιοσύνη και το Άξιον Εστί σε μια σειρά συναυλιών στην Ελλάδα και την Κύπρο.

Ο άνθρωπος που ξεκίνησε απο μια φτωχική οικογένεια, κατέκτησε τις δισκογραφικές της Ελλάδος και τις μεγάλες πίστες της Αθήνας (την δεκαετία του 90 και του 2000). Έφυγε από την ζωή λόγω επιβαρυνμένης υγείας το 2012. Λίγο καιρό πριν τον θάνατό του είχε συμμετάσχει με το άλμπουμ-αφιέρωμα στο συνθέτη Μάριο Τόκα με τίτλο 'Ήλιος Κόκκινος, με τρία τραγούδια («Της Μοναξιάς Οι Σκλάβοι», «Γράψε Μου Κάτι», «Υπάρχουν Κάτι Μελω-

δίες»).

Έπεσα πρόσφατα πάνω σε ένα βίντεο στο Youtube που είχε μια επιλογή απο επιτυχίες. Και μου ήρθαν όλες οι αναμνήσεις που έχω απο αυτόν τον σπουδαίο ερμηνευτή απο την παιδική μου ηλικία. Θυμάμαι να οδηγάει ο πατέρας σε οικογενειακές εκδρομές και το ραδιόφωνο να παίζει τη «Ρόζα». Θυμάμαι να ακούω στο ραδιόφωνο τα «Λαδάδικα» και να προσπαθώ να αποκρυπτογραφήσω τον στίχο «τόσα δίνω, πόσα θες, στα Λαδάδικα πουλάν αυτό που θες». Είχα βρεθεί σε μια συναυλία στο Καλλιμάρμαρο όπου πολλοί καλλιτέχνες συμμετείχαν για καλό σκοπό μετά τις μεγάλες πυρκαγιές του 2008. Η εμπειρία να ακούς αυτή τη φωνή σε ένα στάδιο χιλιάδων ανθρώπων και το κοινό να το χειροκροτεί όρθιο για 10 λεπτά μου έχει μείνει αξέχαστη. Επιπλέον στα φοιτητικά μου χρόνια θυμάμαι να συγκινούμαι με τα τραγούδια «Σβήσε το φεγγάρι» και «Θες» (μουσική Στέφανου Κορκολή). Μετά άρχισα να σκέφτομαι γιατί με συγκινεί όλα αυτά τα χρόνια ο Δημήτρης Μητροπάνος και τα τραγούδια του. Όλοι συμφωνούν ότι λόγω της φωνής του ήταν ένα μεγάλο ταλέντο. Το βάρος και το μπάσο της φωνής του το ξεχώρισαν και τον καθιέρωσαν. Όμως όταν άνοιγε το στόμα του, δεν έβγαине απλά μια ωραία, δυνατή φωνή. Έβγαине μια αυθεντικότητα που προερχόταν απο τις εμπειρίες και τις δυσκολίες που πέρασε. Εμπειρίες που σχετίζονται με δύσκολα παιδικά και νεανικά χρόνια. Εμπειρίες που έρχονται απο μια εποχή που ο λόγος και η αντρική τιμή ήταν πολύ ψηλά στην κλίμακα των αξιών. Και μετά σκέφτηκα ότι αυτό που αγγίζει πολλούς ανθρώπους στην φωνή του Μητροπάνου είναι το συναίσθημα που μετέφερε. Ένα συναίσθημα που μιλάει κατευθείαν στην ψυχή μας. Και μας θυμίζει πως ότι μας παρακινεί να πάμε παρακάτω είναι τα συναισθήματά μας, τα βιώματά μας και οι αξίες που έχει επιλέξει ο καθένας για την ζωή του.

Κλείνοντας να πω ότι η νονά μου ήταν γειτόνισσα του Δημήτρη Μητροπάνου στα Τρίκαλα, αλλά είχαν κρατήσει επικοινωνία και μετά την μετακόμισή του στην Αθήνα. Μου είχε πει κάποτε η νονά μου, αν θες να πας να τον δεις στο κέντρο που εμφανίζεται, θα μου το πεις και θα σου κανονίσω τραπέζι. Τελικά δεν πήγα να τον δω και το μετανιώνω γιατί έχασα μια ευκαιρία ακόμη να αφήσω την φωνή του να μιλήσει στην ψυχή μου.



Πολιτιστικός Σύλλογος Γέρακα “Η ΠΗΓΗ” – 50 Χρόνια επίσημης λειτουργίας

Της Δέσποινας Βακάλη - Δαλιάνη

Συνεχίζοντας το κεφάλαιο με τα πολιτιστικά του Συλλόγου ΠΗΓΗ, αυτό που επέφερε την αλλαγή πολιτιστικών δραστηριοτήτων μετά το 2002, ήταν όταν συνειδητοποιήσαμε ότι ο Γέρακας μέρα με την ημέρα άλλαζε. Δεν ήταν πια ούτε αγρόκτημα, ούτε εξοχικός προορισμός, ούτε προάστιο, ούτε μια μικρή κοινότητα της Ανατολικής Αττικής. Ήταν ένας αναγνωρισμένος Δήμος με Αθλητικά κέντρα, Δημοτικό κινηματογράφο και Πολιτιστικό Κέντρο.

Αρχίσαμε να παρακολουθούμε συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις και αθλητικές εκδηλώσεις, σε ειδικά διαμορφωμένους και άνετους χώρους. Η αίθουσα του Συλλόγου φάνταζε μικρή και έπρεπε να βρούμε άλλους τρόπους έκφρασης. Ο τόπος που μεγαλώσαμε με τις γειτονιές, τις αλάνες, τις μονοκατοικίες και τα εξοχικά κέντρα, χανόταν μια για πάντα ανεπιστρεπτί. Και τότε μας γεννήθηκε η ιδέα να τον διασώσουμε τουλάχιστον σε εικόνες. Να κρατήσουμε ότι μπορούσαμε για μας αλλά και τις επόμενες γενιές.

Έτσι η πρώτη σκέψη ήταν να συγκεντρώσουμε κάποιες φωτογραφίες, να διοργανώσουμε μια έκθεση φωτογραφίας και στη συνέχεια να δημιουργήσουμε ένα αρχείο φωτογραφιών για τον παλιό Γέρακα. Ήδη από το 1996, είχε γίνει μια προσπάθεια με το Δημήτρη Καρρά, από την οποία προέκυψε και το πρώτο επιτοίχιο ημερολόγιο που εξέδωσε ο Σύλλογος. Τα τελευταία χρόνια εκδόθηκαν άλλα δύο επιτραπέζια. Ανακοινώσαμε από την εφημερίδα την πρόθεσή μας, με την υπόσχεση ότι θα προστατέψουμε και θα επιστρέψουμε ανέπαφες εντός δύο ημερών (!) όσες φωτογραφίες μας δανείσουν. Μιλήσαμε με παλιούς συμμαθητές και βγήκαμε σε αναζήτηση, περπατώντας στις γειτονιές του Γέρακα και χτυπώντας όλες τις πόρτες των παλιών μονοκατοικιών. Αυτές που γνωρίζαμε τους ενοίκους τους, αλλά και αυτές που από την εξωτερική τους εμφάνιση, μας περνούσαν το μήνυμα ότι έκρυβαν θησαυρούς. Και δεν πέσαμε έξω. Επιτρέψτε μου την προσωπική διήγηση, αλλά είναι μια εμπειρία που δεν θα ξεχάσω. Ήταν συγκινητικό να σου λένε “πέρασε μέσα” να κερνάνε καφέ, γλυκό, να ανοίγουν άλμπουμ, συρτάρια, κουτιά, να τηλεφωνούν σε κάποιους που ήξεραν ότι είχαν φωτογραφική μηχανή τότε και να ρωτούν, να υπόσχονται ότι θα το πουν κι αλλού, να έρχονται σπίτι και να χτυπάνε το κουδούνι, να μας σταματούν στο δρόμο, να έρχονται στο Σύλλογο, κάτι που συνεχίζουν μέχρι σήμερα. Φωτογραφίες από σχολικές γιορτές, εκδρομές, παλιούς κατοίκους, παλιά σπίτια. Ο Βασί-



λης Δημητριάδης είχε αναλάβει να σκανάρει τις φωτογραφίες για να τις επιστρέψουμε την επόμενη μέρα. Μετά έπρεπε να γράψουμε τις λεζάντες, οι οποίες καθώς τις κοιτάζουμε τώρα, αναγνωρίζουμε ότι οι περισσότερες, είναι γραμμένες με το συναίσθημα και όχι με την τυπική πληροφορία. Γι' αυτό και μερικές τις ξαναγράψαμε. Εκτός από τις λεζάντες προστέθηκε το λογότυπο του Συλλόγου και ένας αύξων αριθμός, έτσι ώστε να αρχειοθετηθούν σε έντυπη και ηλεκτρονική μορφή. Σε μικρό χρονικό διάστημα είχαμε συγκεντρώσει και αρχειοθετήσει τις πρώτες 405 φωτογραφίες. Με αυτές, τον Ιούνιο του 2003, ο Σύλλογος ΠΗΓΗ διοργάνωσε την πρώτη έκθεση στην πλατεία Μακεδονίας. Συνεχίζοντας την αναζήτηση, φτάσαμε τις 630 και ακολούθησαν άλλες τρεις εκθέσεις στα γραφεία του Συλλόγου. Επίσης, στο 5ο Δημοτικό σχολείο, σε εκδήλωση που διοργανώσαμε σε συνεργασία με το Σωματείο Αθλέπολις και στην εκδήλωση “Τρεις πόλεις ένας Δήμος”. Από αυτές τις φωτογραφίες, διαλέγουμε και δημοσιεύουμε κάθε μήνα από μία, εξιστορώντας ένα μικρό κομμάτι από την ιστορία της πόλης μας. Οι φωτογραφίες υπήρξαν το πρωτογενές υλικό, για μια ακόμα ιδέα που ενώ υπήρχε, την απόφαση για να πραγματοποιηθεί, πήραμε ομόφωνα στις 28 Μαρτίου 2005. Ήταν η έκδοση ενός βιβλίου με την “Ιστορία του Γέρακα και της Πηγής”. Μια απόφαση που σηματοδοτούσε τα τριάντα χρόνια λειτουργίας, από την επίσημη ίδρυση του Συλλόγου. Έτσι ξεκίνησε ένας δεύτερος γύρος αναζητήσεων, εγγράφων, τεκμηρίων, συναντήσεων, αφηγήσεων και καινούργιων φωτογραφιών. Σημαντικές πληροφορίες πήραμε από το βιβλίο του Λευτέρη Δημητράκη και το χρονικό της Σοφίας Πετράκη-

Siroukis Motorsport
SERVICE • ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ • ΜΕΤΑΤΡΟΠΕΣ
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ

ΚΛΕΙΣΘΕΝΟΥΣ 276, ΓΕΡΑΚΑΣ
ΤΗΛ.: 210 6611346, 6973 538878

ΒΟΥΡΕΚΑΣ
Χ Ρ Ω Μ Α Τ Α

Ν. ΒΟΥΡΕΚΑΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.
ΧΡΩΜΑΤΑ •
ΕΡΓΑΛΕΙΑ •
ΣΙΔΗΡΙΚΑ •
ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΙΚΑ •
ΕΙΔΗ ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΧΡΗΣΗΣ •

Νίκος Βουρεκάς
ΚΛΕΙΣΘΕΝΟΥΣ 68
& ΜΑΝΙΑΚΙΟΥ 1
153 44 ΓΕΡΑΚΑΣ
ΤΗΛ.: 210 6046566
FAX : 210 6046567
www.vourekas.gr
info@vourekas.gr

Παπαθανασίου. Επίσης από τα βιβλία του Γεωργίου Χατζησωτηρίου, συγγραφέα και ερευνητή των Μεσογείων και της Ανατολικής Αττικής. Υλικό μας παραχώρησαν επίσης άνθρωποι, που είχαν παίξει κάποιο ρόλο στη διαμόρφωση του Γέρακα, είτε ως εθελοντές, είτε ως ενεργοί πολίτες, είτε ως εκπρόσωποι Φορέων.



Εκτός από τους παλιούς Γερακιώτες που είχαν τη διάθεση να στηρίξουν και να γίνουν μέρος της ιστορίας μας, μπήκαμε σε βιβλιοθήκες, σε αρχεία, σε σχολεία, σε εκκλησίες. Αν αναφέρουμε ονόματα, σίγουρα κάποιους θα ξεχάσουμε. Υπάρχουν όμως όλοι καταγεγραμμένοι στο βιβλίο του Γέρακα στη σελίδα με τις ευχαριστίες. Μαζί μας εκτός από τον Βασίλη Δημητριάδη και ο Άγγελος Κοκκαλιάρης, αρχαιολόγος – ξεναγός και μέλος του Δ.Σ. από το 2006 μέχρι το 2009. Το βιβλίο στηρίχτηκε από τον τότε Δήμο Γέρακα, Συλλόγους και Φορείς και βγήκε το Δεκέμβριο του 2009. Ένα επίτομο 235 σελίδων, με θέματα όπως αρχαία κατάλοιπα, βυζαντινά εκκλησιάκια, παλιά σπίτια, εξοχικά κέντρα, παραγωγικές μονάδες, τα πρώτα σχολεία, η ιστορία του Συλλόγου και στο τέλος, “ο Γέρακας με τα μάτια των παιδιών” με ζωγραφιές που μας έφτιαξαν οι μαθητές των σχολείων.

Από τις εκδηλώσεις που αξίζει να αναφέρουμε, είναι η συμμετοχή του Συλλόγου στις Επιστημονικές Συναντήσεις Ν.Α. Αττικής, με ανακοινώσεις του Άγγελου Κοκκαλιάρη οι οποίες έχουν καταγραφεί στα πρακτικά, με θέματα όπως “Ο Σύγχρονος Δήμος Γέρακα στα χνάρια του παλιού” και “Τα μεταβυζαντινά ναύδρια του Γέρακα”.

Η συμμετοχή μας στην έκθεση G.R.80 στην Τεχνόπολη του Δήμου Αθηναίων με αντικείμενα της δεκαετίας του ‘80 που συγκεντρώσαμε με τη βοήθεια των μελών μας, “Τρεις πόλεις ένας Δήμος” όπου σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύ-

λλογο Ανθούσας και τον ιστορικό Σύλλογο της Παλλήνης “Ο Παλληνεύς” παρουσίασε ο κάθε Σύλλογος με τη σειρά, την ιστορία της πόλης του, η συμμετοχή στο αφιέρωμα για τα 100 χρόνια από τη Μικρασιατική καταστροφή με θέμα “100 χρόνια Άσβεστης μνήμης” και η συμμετοχή στο αφιέρωμα για τα 50 χρόνια από την Τουρκική Εισβολή στην Κύπρο με θέμα “Κυπριακός Ελληνισμός 50 χρόνια μετά”.

Και συνεχίζουμε μέχρι σήμερα, όπως το πρόσφατο αφιέρωμα στον Κώστα Αυγερινό που ήταν μαζί μας σε κάθε γιορτή και εκδήλωση, που ήταν κουρέας της άλλοτε μικρής μας πόλης, που έπαιζε εξαιρετικό μπουζούκι και αγαπούσε τα πουλιά και τα ζώα γενικότερα. Μία εκδήλωση που την χρωστάμε εξ ολοκλήρου στον Δημήτρη Καρρά και τον γιο του Κώστα Αυγερινό τον Σπύρο. Ένα ντοκιμαντέρ που δεν έχει τίποτα να ζηλέψει από τους επαγγελματίες του είδους. Με τον Σπύρο να μας χαρίζει αυθεντικά τραγούδια του πατέρα του, που τα έπαιζε για πρώτη φορά για χάρη μας. Και για πρώτη φορά μετά από πολλά χρόνια να δημιουργείται το αδιαχώρητο στην αίθουσα του Συλλόγου.

Και τέλος, μια εξαιρετική χορωδία γυναικείων φωνών, με την ονομασία VOX FEMINAE που δημιουργήθηκε από τη Φένια Μιχαηλίδη και που δεν έχει καμία σχέση με ότι έχουμε ακούσει μέχρι σήμερα. Με μαέστρους τη Φένια Μιχαηλίδη και τη Γεωργία Στράτη, να αλλάζουν ρόλους και να μαγεύουν το ακροατήριο στο οίνοποιείο Πέτρου. Μια καταπληκτική μουσική βραδιά. Και μαζί με όλα αυτά, εκδρομές και επισκέψεις σε ιστορικούς χώρους όπως στο Μαραθώνα, την Ελευσίνα, τη Νεμέα, την Επίδαυρο και πρόσφατα στη Βουλή των Ελλήνων και στο θωρηκτό Αβέρωφ.



ΔΗΜΟΣ ΠΑΛΛΗΝΗΣ

Ανθούσα - Γέρακας - Παλλήνη

«Τρεις Ιστορίες - Ένας Δήμος»

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΓΕΡΑΚΑ

Σάββατο 23 Σεπτεμβρίου 2017

Ιστορικά & λαογραφικά στοιχεία

18.30 - Εγκαίνια έκθεσης «Ιστορικά στοιχεία» φωτογραφίες, έγγραφα, βιβλία, αρχεία

19.30 - Έναρξη εκδήλωσης

Παρασκευή του «Ενός» Διεύθυνση Έκδοσης

Λίρα του «Ενός» από 23-9 έως 29-10

Καθημερινά: 9.00 - 17.00

Συνδιοργάνωση: Δήμος Παλλήνης, Περιφερειακός Σύλλογος Αθηνών, Πολιτιστικός Σύλλογος Γέρακα «Η ΕΝΗ», Ερασιμαίους και Πολιτιστικούς Συλλόγους Παλλήνης «Ο Παλληνεύς»



Μάιος 2017. Παράδοση του Συλλόγου ΓΗΕΥΗ στα αθλήματα του Μαραθώνα.

624

Γ. ΚΑΡΑΒΙΑΣ & ΥΙΟΙ Ο.Ε.

ΕΜΠΟΡΙΑ & ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΣΙΔΗΡΟΥ

ΠΡΑΞΙΤΕΛΟΥΣ 55 ΓΕΡΑΚΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Τηλ. 210 6611485 Fax. 210 6612072

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ: ΚΛΕΙΣΘΕΝΟΥΣ 119

Τηλ. 210 6619744 - Fax. 210 6619550

E-mail: gsxkaravias@hotmail.com

ΑΠΟΦΡΑΞΕΙΣ

ΑΓ. ΙΩΑΝΝΟΥ ΘΕΟΛΟΓΟΥ 22, ΓΕΡΑΚΑΣ

ΤΗΛ./FAX: 210.66.17.779 - ΚΙΝ.: 693.70.13.716

ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΠΑΛΛΗΝΗΣ

Σε πλήρη εξέλιξη οι εκτεταμένες εργασίες αναβάθμισης στα σχολεία του Δήμου Παλλήνης – Στόχος η δημιουργία ασφαλών, λειτουργικών και σύγχρονων σχολικών κτηρίων

Σε εξέλιξη βρίσκονται οι προγραμματισμένες εργασίες αναβάθμισης των σχολικών μονάδων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης στον Δήμο Παλλήνης, με στόχο τη βελτίωση των υποδομών και της καθημερινότητας μαθητών και εκπαιδευτικών. Οι παρεμβάσεις έχουν ήδη ξεκινήσει και αναμένεται να ολοκληρωθούν- κατά το μεγαλύτερο μέρος τους- εντός του καλοκαιριού, ώστε τα σχολεία να είναι έτοιμα και αναβαθμισμένα για τη νέα σχολική χρονιά.

Την 1η Ιουλίου 2025 ξεκίνησαν οι εργασίες για την πλήρη αναβάθμιση του 2ου Δημοτικού Σχολείου Γέρακα, μέσω του χρηματοδοτούμενου προγράμματος «Μαριέττα Γιαννάκου». Στο σημείο πραγματοποίησαν επιτόπια επιθεώρηση ο Δήμαρχος Παλλήνης, Χρήστος Αηδόνης και ο Αντιδήμαρχος Σχολικής Στέγης, Στέφανος Σταυρινούδης, προκειμένου να επιβλέψουν την εκκίνηση των εργασιών.

Σε δήλωση του ο Δήμαρχος, κ. Αηδόνης, ανέφερε: «Το φετινό καλοκαίρι υλοποιούμε παρεμβάσεις μεγάλης κλίμακας σε δεκάδες σχολεία όλων των εκπαιδευτικών βαθμίδων του Δήμου μας, που αφορούν σε ενεργειακές αναβαθμίσεις, βελτίωση των κτιριακών εγκαταστάσεων, αύλειους χώρους, έργα προσβασιμότητας και κλιματισμό. Ιδιαίτερη σημασία έχει η ένταξή μας στο πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου», μέσα από το οποίο προχωρούμε σε ένα συνολικό “lifting” σχολικών μονάδων, όπου πραγματοποιούνται εκτεταμένες εργασίες ανακατασκευής και αναβάθμισης. Είναι ένα πολύτιμο εργαλείο που αξιοποιούμε στο έπακρο, ώστε να μεταμορφώσουμε τα σχολεία μας και να τα προσαρμόσουμε στις σύγχρονες ανάγκες της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Συνεχίζουμε με συνέπεια και σχέδιο, γιατί η παιδεία είναι επένδυση στο μέλλον». Σύμφωνα με το πρόγραμμα, θα πραγματοποιηθούν εκτεταμένες παρεμβάσεις σε διάφορους εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους, όπως:

Πλήρη ανακατασκευή των ανδρικών και γυναικείων τουα-

λετών (νέα πλακίδια, τοίχοι, σύγχρονος εξοπλισμός).

Βαφή των εξωτερικών χώρων και του γηπέδου μπάσκετ. Σημαντικές παρεμβάσεις στις στέγες, με αναβάθμιση του υδροσυλλέκτη και αποκατάσταση φθορών. Βελτίωση της προσβασιμότητας για ΑμεΑ, με παρεμβάσεις στη ράμπα και στους κοινόχρηστους χώρους.

Την ερχόμενη εβδομάδα προγραμματίζεται η έναρξη των εργασιών για πλήρη αναβάθμιση και στο Μουσικό Γυμνάσιο και Λύκειο Παλλήνης, τα οποία επίσης εντάσσονται στο ίδιο πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου». Σημαντικές παρεμβάσεις προγραμματίζονται επίσης και για το 1ο Γυμνάσιο Παλλήνης, με στόχο τη βελτίωση των υποδομών του έως την πλήρη ένταξή του στο πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου», η οποία αναμένεται να υλοποιηθεί το επόμενο καλοκαίρι. Μέχρι τότε, θα πραγματοποιηθούν εργασίες συντήρησης και αναβάθμισης, ώστε το σχολείο να παραμείνει πλήρως λειτουργικό και ασφαλές για μαθητές και εκπαιδευτικούς.

Παράλληλα, σε πλήρη εξέλιξη βρίσκονται εργασίες για τη βελτίωση αυλειών και εσωτερικών χώρων στα σχολεία όλων των βαθμίδων και των τριών Δημοτικών Ενοτήτων του Δήμου (Ανθούσα, Γέρακας, Παλλήνη). Ήδη έχει ολοκληρωθεί η εγκατάσταση κλιματιστικών μονάδων σε δέκα (10) σχολεία και συνεχίζεται και σε άλλα.



all about home **-ZEN-** all about economy

Χαρτικά - Απορρυπαντικά - Είδη οικιακής χρήσης
Καλλυπτικά - Φομπιζού - Είδη δώρων
Εκκλησιαστικά είδη - Εργαλεία - Εποχιακά

© zen.all.about.home f ZEN

📍 Λ. Γέρακα 91, Γέρακας 15344
☎ 210 3510170 - 6986287308

ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ

ΦΑΚΙΔΑΡΗ Ι. ΕΛΕΝΗ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ

Μετεκπαιδευθείσα στον Σακχαρώδη Διαβήτη
Διδάκτορας και Πτυχιούχος Ιατρικής Σχολής
Πανεπιστημίου Αθηνών

Μ. Μπότσαρη 22 & Α. Μιαούλη 26
Γέρακας Τ.Κ. 153 44
Τηλ.: 210 7103313 - Κιν.: 697 2890 973

ΕΙΔΗΣΕΙΣ-ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Υψηλό επίπεδο και εντυπωσιακές εμφανίσεις στις επιδείξεις ρυθμικής, ενόργανης και στους αγώνες ΤΑΕ KWON DO του Δήμου Παλλήνης

Το Σαββατοκύριακο 14 και 15 Ιουνίου 2025, το 1ο Αθλητικό Κέντρο Γέρακα φιλοξένησε τις γυμναστικές επιδείξεις των τμημάτων ρυθμικής και ενόργανης ΔΕ Γέρακα και ΔΕ Παλλήνης.



Στους αγώνες παρευρέθηκε και ο Δήμαρχος Παλλήνης, Χρήστος Αηδόνης, ο οποίος συνεχάρη θερμά τις αθλήτριες και τις προπονήτριες για το υψηλό επίπεδο των προγραμμάτων που παρουσίασαν.

Το Σάββατο, οι 110 αθλήτριες των τμημάτων της ΔΕ Γέρακα, παρουσίασαν ένα άψογα δομημένο πρόγραμμα με μπάλες, κορδέλες και ακροβατικά επιδεικνύοντας την εξαιρετική τεχνική τους κατάρτιση και τις ιδιαίτερες δεξιότητες στο συγκεκριμένο άθλημα, κερδίζοντας επάξια τις εντυπώσεις και το χειροκρότημα του κοινού. Μετάλλια στις ομάδες απένημαν, εκτός από το Δήμαρχο Παλλήνης, ο Αντιδήμαρχος Αθλητισμού, Θάνος Οικονόμου και ο αναπληρωτής προϊστάμενος του Τμήματος Αθλητισμού, Πα-

ναγιώτης Τσαλτάκης.

Την Κυριακή ήταν η σειρά των τμημάτων της Δ.Ε Παλλήνης, τα οποία πλημύρισαν το 1ο Αθλητικό Κέντρο του Γέρακα, με χρώματα και χαμόγελα. Σε αυτή την υπέροχη γιορτή της γυμναστικής συμμετείχαν πάνω από 200 παιδιά με 16 ευφάνταστες χορογραφίες και ακροβατικά σχήματα, βασισμένες στα όργανα της ρυθμικής γυμναστικής, μπάλες, κορδέλες, σχοινάκι, στεφάνι και κορίνες αλλά και των περίπλοκων ασκήσεων και ακροβατικών της ενόργανης γυμναστικής.

Θερμά συγχαρητήρια σε όλα τα παιδιά και ιδιαίτερα στις προπονήτριες τους Μπλέτσα Έφη(Δ.Ε. Παλλήνης) και Τζεβελεκάκη Μαριάμ (Δ.Ε. Γέρακα) καθώς και στους συναδέλφους τους Βαγενά Μάκη και Λάιου Χριστιάννα για την βοήθειά τους όλη την χρονιά.

Επίσης, δεν μπορούμε να μην αποδώσουμε τα εύσημα στα 2 επίλεκτα τμήματα ενόργανης της δημοτικής ενότητας Παλλήνης τα οποία συμμετείχαν στο 23ο φεστιβάλ γυμναστικής για όλους του Δήμους Λαυρεωτικής, με τίτλο προγραμμάτων «Η μάχη του καλού ενάντια στο Κακό» και «Αναζητώντας το μοναδικό τριαντάφυλλο», όπου απέσπασαν εξαιρετικές κριτικές. . Τις γυμναστικές επιδείξεις παρακολούθησαν ο Αντιδήμαρχος Αθλητισμού Θάνος Οικονόμου, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής, Οικογένειας και Προσχολικής Αγωγής, Φιλίτσα Δασκαλάκη και ο αναπληρωτής προϊστάμενος του Τμήματος Αθλητισμού, Παναγιώτης Τσαλτάκης, οι οποίοι παρέδωσαν μετάλλια στις συμμετέχουσες

ΤΑΕ KWON DO

Στις 14 Ιουνίου 2025 πραγματοποιήθηκε και η εκδήλωση των πολεμικών τεχνών του Δήμου μας, όπου πήραν μέρος περίπου 70 παιδιά διαφόρων ηλικιών που συμμετείχαν όλη τη χρονιά στα προγράμματα του Δήμου. Ταυτόχρονα, οι αθλητές μας έδωσαν εξετάσεις για την κτίση ζώνης και αφού εκτέλεσαν με τελειότητα και συγχρονισμό τις ασκήσεις της επιτροπής, όλοι επιβραβεύτηκαν με της καινούριες τους ζώνες .

☎ 210.6047616
Το Λεωφόρος Γέρακα 84, Γέρακας
ΜΠΡΙΖΟΛΑΔΙΚΟ
ΤΟΥ ΓΕΡΑΚΑ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ
ΚΑΛΑΡΥΤΗΣ
ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ
ΓΕΡΑΚΑΣ • ΠΑΛΛΗΝΗ • ΒΥΡΩΝΑΣ
210 6665022 • 697 0849709
ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΟΛΟ ΤΟ 24ΩΡΟ

ΤΑ ΝΕΑ ΤΩΝ ΣΥΛΛΟΓΩΝ



Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση του Πολιτιστικού Συλλόγου «Φιλότεχνον» Δήμου Παλλήνης.

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε, την Πέμπτη 26 Ιουνίου 2025, η ετήσια εκδήλωση του Πολιτιστικού Συλλόγου Γέρακα «Φιλότεχνον», η οποία ήταν αφιερωμένη στη Μητέρα Φύση, τιμώντας τη σχέση του ανθρώπου με το φυσικό περιβάλλον.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα του Τμήματος Πολιτισμού του Δήμου Παλλήνης και παρουσία του Δημάρχου Παλλήνης, Χρήστου Αηδόνη. Ο κ. Αηδόνης χαιρέτισε την εκδήλωση, επαίνεσε με θερμά λόγια το έργο του Συλλόγου «Φιλότεχνον» και δεσμεύτηκε πως θα στηρίζει έμπρακτα όλες τις μελλοντικές του δράσεις.



Μέλη του Συλλόγου παρουσίασαν ένα εντυπωσιακό πρόγραμμα χορευτικής γυμναστικής, που συνδύαζε αρμονικά το χορό με την αερόβια άσκηση, αναδεικνύοντας τη δύναμη της κίνησης ως έκφραση και φυσική δραστηριότητα. Επίσης, το τμήμα latin παρουσίασε χορούς salsa και bachata, μεταφέροντας στο κοινό τον παλμό και την ενέργεια της λατινοαμερικανικής κουλτούρας.

Το τμήμα παραδοσιακών χορών παρουσιάζοντας χορούς από την ελληνική παράδοση, ενώ ιδιαίτερη μνεία αξίζει και στο τμήμα τραγουδιού "Τραγούδι για Όλους", που συγκίνησε το κοινό με την ευαισθησία και την αρμονία της ερμηνείας του.

Η βραδιά έκλεισε με ενθουσιασμό, αφήνοντας τις καλύτερες εντυπώσεις στους παρευρισκόμενους και επιβεβαιώνοντας για ακόμη μία φορά τον ουσιαστικό ρόλο του Πολιτιστικού Συλλόγου «Φιλότεχνον»



στην καλλιέργεια του πολιτισμού και της δημιουργικής έκφρασης στην τοπική κοινωνία



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΓΕΡΑΚΑ «ΕΡΤΑΝΗ»
Τέρμα Εθνικής Αντιστάσεως Γέρακας ΤΚ 15344

Ανακοίνωση

Η Εργάνη με το νέο Δ.Σ. που προέκυψε μετά τις πρόσφατες εκλογές δραστηριοποιήθηκε επιγραμματικά ως εξής :

- Διοργάνωσε με την μαέστρο της παιδικής χορωδίας "con anima" Ιουλία Τζαννετουλάκου στις 9/3/2025 το 6ο παιδικό φεστιβάλ χορωδιών στο πολιτιστικό κέντρο Γέρακα.
- Παρακολούθησε την θεατρική παράσταση «η πόρνη από πάνω» 11/3/2025
- Συμμετείχε με την χορωδία ενηλίκων στο 3ο φεστιβάλ που διοργάνωσε ο εκπολιτιστικός επιμορφωτικός σύλλογος Ανθούσας
- Παρουσίασε την μουσική παράσταση «Απ' τον δικό μας τόπο» με την χορωδία ενηλίκων (σε συνεργασία με την χορωδία του ωδείου ΤΕΧΝΟΤΡΟΠΙΑ) στο Μέγαρο Μουσικής στις 4/4/2025. Η ίδια παράσταση λόγω εξαντλήσεως των εισιτηρίων επαναλήφθηκε στο Μέγαρο Μουσικής στις 6/6/2025. Την διεύθυνση και των δύο χορωδιών είχε ο μαέστρος Άγγελος Βελεγράκης.
- Η ίδια σύνθεση χορωδιών παρουσιάστηκε στην εστία Νέας Σμύρνης 8/4/2025
- Στις 11/5/2025 τίμησε την καθιερωμένη ημέρα μνημέρας η οποία συνέπεσε με τα 30 χρόνια από την ίδρυση του συλλόγου. Στην διάρκεια της εορτής παρουσιάστηκε εκτός των άλλων και ταινία- βίντεο με τις κυριότερες αναφορές στην πορεία του συλλόγου.
- Στις 18 5/2025 και στις 21/6/2025 πραγματοποιή-

ΤΑ ΝΕΑ ΤΩΝ ΣΥΛΛΟΓΩΝ

ήθηκαν οι εκδρομές στην Αγία Θεοδώρα Αρκαδίας και στο Άστρος Κυνουρίας (και Ι.Μ. Λουκούς) αντίστοιχα.

• Η παιδική χορωδία του συλλόγου «con anima» πήρε μέρος πρόσφατα (22/6/2025) σε μια μουσικοχορευτική ιδέα που ενσαρκώνουν μικροί...μεγάλοι με ποιητική διάθεση.

Καλό καλοκαίρι.



ΜΠΡΑΒΟ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΕ

Ο πρόεδρος και αθλητής του ΑΤΛΑΝΤΑ και παράλληλα Αντιπρόεδρος της «ΠΗΓΗΣ» Χριστόφορος Πολυδώρου για μια ακόμη φορά μας έκανε υπερήφανους. Την Κυριακή 6 Ιουλίου 2025 πραγματοποιήθηκαν στο γήπεδο του Πανελλήνιου ΓΣ τα Μπακογιάννεια 2025, αγώνες Στίβου Βετεράνων Αθλητών, αθλητών του ΣΕΓΑΣ και Ανεξάρτητων Αθλητών, στη μνήμη του Παύλου Μπακογιάννη.

Αρκετοί οι αθλητές και οι συμμετοχές και διεξαγωγή των αγώνων υπό συνθήκες καύσωνα.

Ο Χριστόφορος είχε συμμετοχή σε τρία αγωνίσματα και κατάκτηση τριών μεταλλίων όλων των αποχρώσεων:

Χρυσό στα 400μ.

Ασημένιο στα 200μ.

Χάλκινο στα 100μ.

Χριστόφορε για άλλη μια φορά σε ευχαριστούμε.



ΕΥΘΥΜΙΟΣ ΤΣΙΑΠΑΣ

ΕΥΡΥΤΑΝΙΑΣ 6
ΓΕΡΑΚΑΣ
ΤΗΛ. 210 6610244

ΕΠΙ ΚΟΥΡΕΙΩΝ

Η Ιστορία του Γέρακα και της «Πηγής»

Ένα εκπαιδευτικό υλικό, για τους πρώτους κατοίκους του Γέρακα, αλλά και τους νεότερους.

Ένα βιβλίο για τη πόλη του Γέρακα και τη «Πηγή».

Ένα βιβλίο με αρχαία κατάλογο, ιστορία, αρχαιολογία, κοινωνικά δρώμενα, έγγραφα, χάρτες, φωτογραφίες και ζωγραφιές.

Ένα βιβλίο που καταγράφει πληροφορίες, ιστορίες, ανέκδοτα.

Αφιερώνουμε στους Αθηναίους που δοξάζουν γι' αυτόν το τόπο και οι παλαιότεροι, «δεν είναι και μαζί μας».

Διεύθυνση: Έργο 25 Γέρακα, κάθε Τετάρτη μετά τις 07:00 μ.μ.
Τηλ: 210 6610065 (αποστολή) info@gerakas.org.gr
Ηλεκτρονική διεύθυνση: www.gerakas.org.gr

Η Ιστορία του Γέρακα και της «Πηγής»

Ένα εκπαιδευτικό υλικό, για τους πρώτους κατοίκους του Γέρακα, αλλά και τους νεότερους.

Ένα βιβλίο για τη πόλη του Γέρακα και τη «Πηγή».

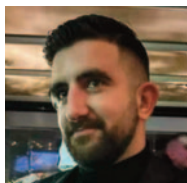
Ένα βιβλίο με αρχαία κατάλογο, ιστορία, αρχαιολογία, κοινωνικά δρώμενα, έγγραφα, χάρτες, φωτογραφίες και ζωγραφιές.

Ένα βιβλίο που καταγράφει πληροφορίες, ιστορίες, ανέκδοτα.

Αφιερώνουμε στους Αθηναίους που δοξάζουν γι' αυτόν το τόπο και οι παλαιότεροι, «δεν είναι και μαζί μας».

Διεύθυνση: Έργο 25 Γέρακα, κάθε Τετάρτη μετά τις 07:00 μ.μ.
Τηλ: 210 6610065 (αποστολή) info@gerakas.org.gr
Ηλεκτρονική διεύθυνση: www.gerakas.org.gr

Στον αστερισμό των Μίτσιτς και Βαλαντσιούνας



Γράφει ο κ. Δημήτρης Παπαγεωργίου

Αν υπάρχουν δύο ονόματα που καλύπτουν ολόκληρη την τωρινή μεταγραφική καθημερινότητα Ολυμπιακού και Παναθηναϊκού, αυτά είναι εκείνα των Βασίλιε Μίτσιτς και Γιόνας Βαλαντσιούνας.



Από τη μία, οι ερυθρόλευκοι - βάση των ξένων ρεπορτάζ, γιατί από Ελλάδα διατηρείται σιγή ιχθύος - θέλουν να προσθέσουν τον Σέρβο ελίτ γκαρντ, που θα πλαισιώσει τους Βεζένκοφ και Φουρνιέ και θα δώσει μια νέα διάσταση στο παιχνίδι τους.

Από την άλλη, οι πράσινοι - δεδομένα, τον έφεραν και στην Ελλάδα για εξετάσεις άλλωστε - θέλουν τον Λιθουανό ψηλό για να φτιάξουν ένα σούπερ δίδυμο στις θέσεις των ψηλών μαζί με τον Λεσόρ, όπου ο ένας σταρ θα καλύπτει τον άλλον.

Την ίδια στιγμή, οι ομάδες ασχολούνται με τις άλλες υποθέσεις που σε καμία περίπτωση δεν αγγίζουν το ενδιαφέρον των προηγούμενων δύο. Ο Ολυμπιακός έφερε στον Πειραιά τον Γουόρντ, κράτησε τον ΜακΚίσικ, ενώ ενίσχυσε το ελληνικό στοιχείο με τον Νετζήπογλου και, από τη σεζόν 2026-27, τον Καραγιαννίδη.

Από την άλλη, ο Παναθηναϊκός ήδη άδειασε χώρο στο ρόστερ του για να έχει ευχέρεια κινήσεων

(Μπράουν, Γκάμπριελ) ενώ έφερε για τρίτο ψηλό τον Νετζήπογλου.



Όπως καταλαβαίνετε, πιστεύουμε ότι όλη αυτή η πρεμούρα κι η ενασχόληση που φτάνει τη ψύχωση, αναφορικά με τους Μίτσιτς και Βαλαντσιούνας, είναι υπερβολική. Προφανώς, μιλάμε για παίκτες ανώτατου επιπέδου στην Ευρώπη, που θα αλλάξουν το στάτους σε οποιαδήποτε ομάδα και να πάνε. Για αυτόν το λόγο ακριβώς ασχολούνται μαζί του οι δύο ελληνικές.

Από την άλλη, και ο Ολυμπιακός αλλά και ο Παναθηναϊκός, έχουν κάνει τις πιο σημαντικές κινήσεις τους εδώ και αρκετό καιρό. Οι ερυθρόλευκοι, τη στιγμή που ο Φαλ θα μείνει εκτός για περίπου ένα χρόνο, ανανέωσαν μέχρι το 2028 τον Νικόλα Μιλουτίνοφ. Καθοριστικό στους τελικούς του πρωταθλήματος και δεδομένα στους κορυφαίους ψηλούς της Ευρώπης. Από την άλλη, ο Παναθηναϊκός έφερε στην Αθήνα τον Τι Τζέι Σορτς, τον κορυφαίο πλέι μέικερ στη Γηραιά Ήπειρο. Τον άνθρωπο ύψους 1.75, πάνω στον οποίο στηρίχθηκε όλη η Παρί την τελευταία διετία και έναν εκ των τριών καλύτερων παικτών την περσινή σεζόν, μαζί με τους Ναν και Βεζένκοφ.

Μίτσιτς και Βαλαντσιούνας, όσο εξαιρετικοί και να είναι, δεν παύει να αποτελούν κινήσεις εντυπωσιασμού. Παίκτες που έρχονται λόγω ονόματος κι όχι, απαραίτητα, λόγω ανάγκης. Ο Ολυμπιακός μπορεί να βρει κι άλλο γκαρντ που καλύπτει τις ανάγκες του. Κι ο Παναθηναϊκός άλλον ψηλό που συμπληρώνει τον Λεσόρ.

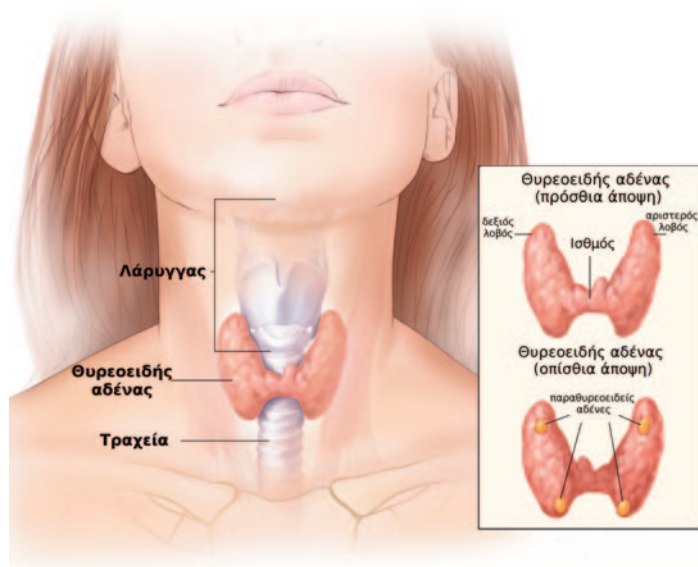
Όμως, αυτή είναι η κατάσταση μέχρι στιγμής. Τουλάχιστον, ας τελειώσουν οι υποθέσεις - θετικά ή αρνητικά - όσο πιο γρήγορα γίνεται, ώστε να προχωρήσουμε σε νέα σενάρια

Αφαίρεση θυρεοειδούς αδένος (μέρος Α)



Γράφει ο κ. Ξεσφίγγης Δημήτριος, Χειρουργός
Ωτορινολαρυγγολόγος Παιδών & Ενηλίκων

Σε ορισμένες περιπτώσεις, η λειτουργία του θυρεοειδούς αδένος δεν γίνεται σωστά. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα δύο από τις πιο συχνές παθήσεις, τον υπερθυρεοειδισμό ή τον υποθυρεοειδισμό, που αντιμετωπίζονται συντηρητικά (μέσω φαρμακευτικής αγωγής, δηλαδή) και συνήθως με επιτυχία.



Ωστόσο, σε κάποιες από τις περιπτώσεις υπερλειτουργίας του θυρεοειδούς (πχ. νόσος του Graves), η φαρμακευτική αγωγή μπορεί να αποτύχει ή να μην γίνεται καλά ανεκτή και έτσι η αφαίρεση του θυρεοειδούς είναι μονόδρομος.

Η ολική θυρεοειδεκτομή είναι μια κλασική επέμβαση που πραγματοποιείται για ένα πλήθος παθήσεων του

θυρεοειδούς αδένος, όπως η νόσος του Graves, η πολυοζώδης βρογχοκήλη, ο καρκίνος θυρεοειδής, οι όζοι θυρεοειδής κ.α.

Ακολουθούν ορισμένα στοιχεία σχετικά με μερικές από τις παθήσεις του βασικού ενδοκρινούς αδένος, που οδηγούν σε ολική θυρεοειδεκτομή.

- **Νόσος του Graves:** Στην αυτοάνοση αυτή διαταραχή το βασικό χαρακτηριστικό είναι η αυξημένη παραγωγή θυρεοειδικών ορμονών, η οποία αντιμετωπίζεται μέσω συντηρητικής θεραπείας (ραδιενεργό ιώδιο, αντιθυρεοειδικά φάρμακα ή β-αναστολείς). Η φαρμακευτική αγωγή μπορεί να είναι επιτυχής, αλλά στην περίπτωση που αποτύχει η ολική θυρεοειδεκτομή είναι η λύση.

- **Πολυοζώδης βρογχοκήλη:** Σε πολλές περιπτώσεις, η πολυοζώδης βρογχοκήλη δεν έχει καν συμπτώματα και η ανακάλυψή της γίνεται τυχαία. Ωστόσο, η απόφαση για χειρουργική αφαίρεση βασίζεται σε κριτήρια όπως:

- Όζος ή όζοι ύποπτοι στον υπέρηχο ή την FNA (βιοψία με λεπτή βελόνη)
- Συμπτώματα δύσπνοιας ή δυσκαταποσίας
- Καταδυόμενη στον θώρακα
- Καρκίνος θυρεοειδής: όλοι οι ασθενείς, με όποια μορφή καρκίνου του θυρεοειδής, είναι βέβαιο πως θα υποβληθούν τελικά σε ολική θυρεοειδεκτομή. Ωστόσο, ένα βασικό στοιχείο που πρέπει να έχουν υπόψη τους οι ασθενείς είναι, πως οι υποτροπές που έχουν σημειωθεί έπειτα από την αφαίρεση του θυρεοειδής, εξαρτώνται από την ριζικότητα της επέμβασης και το ποσοστό υπολλειματικού ιστού. Διεθνείς μελέτες επιβεβαιώνουν ότι, οι υποτροπές ελαχιστοποιούνται, όταν αυτές οι επεμβάσεις διενεργούνται από εξειδικευμένους χειρουργούς ενδοκρινών αδένων.
- Όζοι θυρεοειδής: Οι όζοι του θυρεοειδούς αδένος στο μεγαλύτερο ποσοστό τους είναι καλοήθεις. Σε κάθε περίπτωση όμως, με ή χωρίς συμπτώματα, η επίσκεψη στον ειδικό γιατρό είναι απολύτως απαραίτητη, καθώς μόνο εκείνος θα κρίνει αν η ολική θυρεοειδεκτομή είναι απαραίτητη.



ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΞΕΣΦΙΓΓΗΣ MD, MSc
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΟΣ
ΕΝΗΛΙΚΩΝ & ΠΑΙΔΩΝ

- Ακουολογικός έλεγχος (ιλίγγου, εμβώων, βαρηκοΐας)
- Ενδοσκόπηση - Βιντεοσκόπηση (ρινός, λάρυγγας, ωτών)

Επιστημονικός Συνεργάτης Νοσοκομείου ΜΗΤΕΡΑ

ΒΟΙΩΤΙΑΣ 13 & ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
(ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΠΛΑΤΕΙΑ),
ΓΕΡΑΚΑΣ

ΤΗΛ.: 210 60.47.775
ΚΙΝ.: 697.659.1.659
e-mail: dimxesfingis@yahoo.gr



Χρήστος
coiffure

Περρής Χρήστος

Μεσολογγίου 52 & Δάμνος
(πλησίον Ι.Ν. Αγ. Θεοδώρων), Γέρακας
Τ 2106612472, Κ 6948 804472
www.coiffurexristos.gr

ΣΥΛΛΟΓΟΣ “ΠΗΓΗ”



ΕΚΔΡΟΜΗ - ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ “Η ΠΗΓΗ” ΤΟΥ ΓΕΡΑΚΑ ΣΤΗΝ ΠΑΝΑΓΙΑ ΤΗΣ ΤΗΝΟΥ

Την Κυριακή 6/7/2025 τα μέλη του Συλλόγου «ΠΗΓΗ», πήγαν ημερήσια Εκδρομή-Προσκύνημα στην Παναγία της Τήνου. Είναι μια μοναδική εμπειρία που συνδυάζει θρησκευτική, πολιτιστική και φυσική ομορφιά.

Με σύμμαχο την καλή διάθεση και την γαλάζια θάλασσα τα μέλη και οι φίλοι της «ΠΗΓΗΣ» ταξίδεψαν ανάμεσα στα βραχώδη κυκλαδονήσια που λούζονται από το φώς και το κύμα του Αιγαίου.

Ο ναός της Παναγίας Ευαγγελίστριας της Τήνου είναι αφιερωμένος στην εικόνα της Μεγαλόχαρης που ανακαλύφθηκε εκεί στις 30 Ιανουαρίου 1823, ύστερα από όραμα της μοναχής Πελαγίας.

Οι εκδρομείς έζησαν την κατανυκτική ατμόσφαιρα μέσα στην περίλαμπρη εκκλησιά και έλαβαν τη χάρη της Παναγίας. Παρακολούθησαν ένα μέρος της Θείας Λειτουργίας μέσα στον Ιερό Ναό, ένα επιβλητικό οικοδόμημα από λευκό μάρμαρο που αποτελεί το πρώτο αξιόλογο αρχιτεκτονικό μνημείο του ελληνικού έθνους. Αριστερά της εισόδου βρίσκεται η γεμάτη αφιερώματα (τάματα) θαυματουργή εικόνα της Παναγίας.

Στην συνέχεια υπήρξε ελεύθερος χρόνος για τη βόλτα και το γεύμα στα υπέροχα γραφικά σοκάκια της Χώρας της Τήνου που έσφυζαν από νεαρόκοσμο και προσκυνητές.

Το Δ.Σ. του συλλόγου ευχαριστεί τα μέλη και τους φίλους για την συμμετοχή τους, την αγάπη και την στήριξη στις δράσεις της «ΠΗΓΗΣ».

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΕΩΝ «ΠΗΓΗΣ»

Με την εκδρομή στην Τήνο κλείνει ο κύκλος ενός εξαιρετικά πετυχημένου πενταμήνου από δράσεις και εκδηλώσεις.

Συνήθως κάναμε μια γιορτή για το κλείσιμο. Φέτος εξαιτίας της υπερβολικής ζέστης αποφασίσαμε να πρωτοτυπήσουμε. Αντί για λήξη θα κάνουμε έναρξη.

Στις 10 Σεπτεμβρίου περιμένουμε τα μέλη και τους φίλους για ένα μεζέ κι ένα κρασί με τη μουσική παρέα του Σπύρου Αυγερινού μαζί με τους εξαιρετικούς καλλιτέχνες Βασίλη Σκούτα, Δημήτρη Μηταράκη και Γιάννη Ζαρία. Εκείνη την μέρα θα γίνει και η κλήρωση της λαχειοφόρου για την ενίσχυση του γυναικείου συγκροτήματος της «ΠΗΓΗΣ» VOX FEMINAE. Το δώρο είναι ένα ρολόι FESTINA, προσφορά του καταστήματος UNICK.

Θα υπάρξουν και άλλες δράσεις που θα ανακοινωθούν πιθανά και μέσα στον Αύγουστο από τα ηλεκτρονικά μέσα του Συλλόγου.

ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΕ ΟΛΕΣ ΚΑΙ ΟΛΟΥΣ

ΤΕΛΕΤΑΙ ΚΟΡΩΝΗΣ

TK

Γέρακα 23, 15344 Γέρακας (έναντι κοιμητηρίου Γέρακα) Διανυκτερεύει

210 604 6280 • 6980 65 0000 • 6980 64 9999

www.teletaikoronis.gr • info@teletaikoronis.gr

Η «ΠΗΓΗ» ΣΤΗΝ ΠΑΝΑΓΙΑ ΤΗΝΟΥ



Μουσική Βραδιά

με τον
Σπύρο Αυγερινό και τους Μουσικούς

Βασίλη Σκούτα (μπουζούκι)
Δημήτρη Μηταράκη (κιθάρα)
Γιάννη Ζαρία (βιολί)



ΤΕΤΑΡΤΗ
10/9
Ώρα 20:00

Καλούμε τα μέλη και τους φίλους
του Συλλόγου "Η ΠΗΓΗ" που μας
στήριξαν όλη τη χρονιά, στον
εξωτερικό χώρο των γραφείων
του συλλόγου στην οδό Έβρου 25
στο Γέρακα, για ένα κρασί και
ένα μεζέ.

