



**FREE PRESS**



Sylvia Terzi R.B.S (Sen. T.), I.S.T.D.

- ΜΠΑΛΕΤΟ
- ΣΥΓΧΡΟΝΟ
- ΧΙΠ-ΧΟΠ
- BREAK-DANCE

**Άρχισαν  
οι εγγραφές**

**Έναρξη  
μαθημάτων  
07/09/23**

# School of Ballet

- Ειδικά τμήματα για παιδιά από 3 ετών
- Ειδικά τμήματα για επαγγελματίες
- Προετοιμασία παιδιών για εισαγωγή σε ανώτερες σχολές του εξωτερικού
- Αναγνωρισμένες εξετάσεις από εξεταστές του εξωτερικού (R.B.S, I.S.T.D)
- Ειδικευμένοι διπλωματούχοι χοροδιδάσκαλοι
- Σεμινάρια με διακεκριμένους χοροδιδάσκαλους του εξωτερικού
- Κάθε χρόνο τα παιδιά λαμβάνουν μέρος στην ετήσια παράσταση

Σύλβια Τερζή: **99344008**

Η ΣΧΟΛΗ ΕΙΝΑΙ ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ RUSSIAN BALLET SOCIETY ΚΑΙ ΤΟΥ IMPERIAL SOCIETY OF TEACHERS OF DANCING  
ΚΑΙ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΣΥΝΔΕΣΜΟ ΚΥΠΡΟΥ

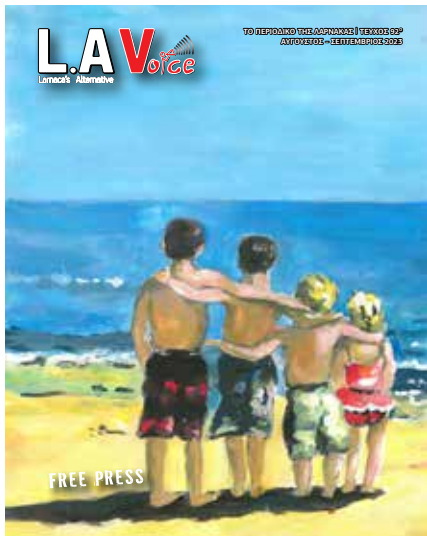
MEMBER AND ACCREDITED SCHOOL OF THE RUSSIAN BALLET SOCIETY. UK.  
THE RUSSIAN BALLET SOCIETY IS A VALIDATED MEMBER OF THE COUNCIL OF DANCE EDUCATION AND TRAINING, UK.  
THE RUSSIAN BALLET SOCIETY QUALIFICATIONS ARE OFQUAL ACCREDITED WHICH MEANS THAT THEY CONTRIBUTE UCAS POINTS FOR ENTRY INTO UNIVERSITY.



Σύνδεσμος Χορού Κύπρου  
CYPRUS DANCE ASSOCIATION

**Λιβάδια:** Γρηγόρη Αυξεντίου, 7060 (Κτήριο Centro) / **Ξυλοτύμπου:** Ζαχαρία Σπύρου 28, 7510 / Σύλβια Τερζή: 99344008  
email: terzisylvia@gmail.com - www.sylviaballet.com





Το έργο ανήκει στη **Σοφία Φιλιππίδου** 8 χρονών από τη Λάρνακα, μαθήτρια της σχολής Magenta Art Workshop.

Η Σχολή Magenta Art Workshop βρίσκεται στη Λάρνακα και έχει δημιουργηθεί από την εικαστικό Μελίνα Σκλάβου, απόφοιτη της Σχολής Καλών Τεχνών Αθήνας όπου παραδίδονται μαθήματα Ζωγραφικής και Σχεδίου για παιδιά και ενήλικες από την ίδια όπως επίσης γίνεται και προετοιμασία μαθητών για Σχολές Καλών Τεχνών Κύπρου, Ελλάδας και Ευρώπης.

## ΘΕΜΑΤΑ



**ΕΥΡΟΣ ΕΥΡΥΒΙΑΔΗΣ**  
**«ΟΝΕΙΡΕΥΟΜΑΙ ΜΙΑ ΛΑΡΝΑΚΑ**  
**ΟΜΟΡΦΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΕΝΗ,**  
**ΟΠΟΥ Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΤΩΝ**  
**ΠΟΛΙΤΩΝ ΤΗΣ ΝΑ ΜΗΝ ΠΑΙΖΕΤΑΙ**  
**ΣΤΑ ΖΑΡΙΑ».**

**6**

**ΣΑΝΤΑΜΑΣ ΛΥΣΟΣ**

**8**

**ΣΤΕΓΑΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΝΕΟΛΑΙΑ,**  
**ΣΤΕΓΑΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ!**

**10**

**Η ΠΕΤΡΟΚΤΙΣΤΗ ΤΟΧΝΗ**  
**ΕΝΑΣ ΔΙΑΚΕΚΡΙΜΕΝΟΣ**  
**ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ**  
**ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ**

**24**

**ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ: ΠΩΣ ΣΥΝΔΕΟΝΤΑΙ**  
**ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ**  
**ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΚΛΙΜΑ ΤΩΝ**  
**ΔΙΑΚΟΠΩΝ**

# Πάμε Κάτω;

Στο Κέντρο μας,  
στη βόλτα μας,  
στη Λάρνακα μας!

Στηρίζουμε το Ιστορικό Εμπορικό Κέντρο και τον Σύνδεσμο Καταστημαρχών της πόλης μας κάνοντας τη βόλτα μας για ψώνια, καφέ & φαγητό στο αγαπημένο μας Κέντρο της Λάρνακας!



 LarnakaDownTown

**ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ**

**ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:** Sun Explorer Ltd  
**ΕΚΔΟΤΡΙΑ – ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ**  
 Γεωργία Ιωαννίδου  
**ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ**

Αντρέας Κούνιος, Βάσος Βάσου, Λούης Περεντός,  
 Παναγιώτα Σύζινου, Παυλίνα Χαγιάννη, Νίκος Αντωνιάδης,  
 Νανά Ασμένη Παύλου, Μαρία Βασιλείου, Ιωάννα Πιτσιλλή,  
 Χάρης Αντωνίου, Αστέρω Ουρανοκατέβατου.

**ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΤΜΗΜΑ:**

Τηλ. 99728877

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ**

Nea Estia Printigns & Design

**ΕΚΤΥΠΩΣΗ:** PRINT XPRESS LTD

**ΕΔΡΑ**

Σταδίου 78, Αυγούλα Court, κατάστημα 3, 6020, Λάρνακα

Τηλ. 99659505 / Φαξ. 24664400

e-mail: lavoice.freepress@cytanet.com.cy

F: L.A Voice – Larnaka's Alternative Newspaper

**ΠΟΥ ΘΑ ΜΑΣ ΒΡΕΙΤΕ**

ΕΣΤΙΑ ΛΤΔ, Ζήνωνος Κιτέως 5

Οργανισμός Νεολαίας Λεωφ. Γρηγόρη Αυξεντίου

Ψησταριά ΣΑΒΒΑΣ ΛΥΣΙΩΤΗΣ, Γλάδστωνος 6

ALEXANDER COLLEGE

ΔΗ.ΒΑ, Παύλου Κριναίου 22 (παρά το νέο νοσοκομείο)

Exada Convenience Store, kritis 1, Aradiprou (Krasa)

Περίπτερο Α. ΑΓΑΜΕΜΝΩΝΟΣ, Κων/νου Παλαιόγου, Λάρνακα

Περίπτερο Πάρε Δώσε, Κόκκινες, Λάρνακα

Περίπτερο Constantinos, Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού (έναντι Debenhams)

Περίπτερο Αης Γιάννης, Σωτ. Κλεάνθους & Φλ. Κουλέντη

Περίπτερο JAKS, Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού 87B

Χριστάκης Κασπαρής, Μακαρίου 26

Ονειροπωλείο, Λεωφόρος Φανερωμένης 131 Λάρνακα

POINT KIOSKS, Λεωφόρος Φανερωμένης 1

**Αραδίππου**

Περίπτερο Candy Break, Κυριάκου Μάτση 120

**Κίτι**

SoEasy Stores Αρξ. Μακαρίου 110

**Δρομολαξιά**

POINT KIOSKS, Ελευθερίας 51

**Ορμήδεια**

Περίπτερο Ηλίας

**Λιβάδια**

4 Wizard Kiosk, Ανδρέα Κάλβου 8

**Καλό Χωριό**

Βιβλιοπωλείο, Η Κιβωτός, Άσσιας 14

# Θάλασσα

Γράφει η **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

**«Βγάζει η θάλασσα κρυφή φωνή- φωνή που μπαίνει**

**μες την καρδιά μας και την συγκινεί**

**και την ευφραίνει”...** γράφει ο ποιητής Κωνσταντίνος Καβάφης. Και είναι τόσο αληθινά αυτά τα λόγια.

Θάλασσα... ηρεμία, γαλήνη, χαλάρωση, διασκέδαση, αισιοδοξία... υπάρχουν αμέτρητες λέξεις για να περιγράψουν την ομορφιά της. Πόσοι δεν σκορπίσαμε τους καπμούς μας να τους πάρει μακριά το κύμα. Λύπες και χαρές πόσες φορές δεν τις μοιραστήκαμε μαζί της κοιτώντας για ώρες το απέραντο της γαλάζιο που γινόταν ένα με το χρώμα του ουρανού.

Είναι ένα μέρος όπου γίνεται συχνά αιτία για εξομολογήσεις των ερωτευμένων ζευγαριών όταν πιασμένοι χέρι - χέρι περπατώντας στην ακτή σε ένα υπέροχο σκηνικό, μοιράζονται όρκους αιώνιας αγάπης. Μικροί και μεγάλοι την απολαμβάνουν επίσης πάντοτε με χαρά, είτε κολυμπώντας είτε παίζοντας και φτιάχνοντας παιχνίδια στην άμμο. Η αγκαλιά της θάλασσας θεραπεύει το σώμα και το νου.

Η αφροστόλιστη θάλασσα εξακολουθεί να είναι πηγή έμπνευσης για πολλούς ποιητές και γράφτηκαν για αυτή αμέτρητα υπέροχα τραγούδια.

**«Η θάλασσα είναι η μόνη μου αγάπη. Γιατί έχει την όψη του ιδανικού. Και τ' όνομά της είναι ένα θαυμαστικό»** λέει σε ένα ποίημα του ο Κώστας Καρυωτάκης.

Η θάλασσα αποτελεί και για εμένα το δικό μου λιμάνι. Πολλές φορές ακούμπησα εκεί την ψυχή μου να ξεποστάσει. Την αγαπώ την θάλασσα όχι μόνο το Καλοκαίρι. Την αγαπώ όλες τις εποχές του χρόνου γιατί οποιαδήποτε μορφή και να πάρει, είτε είναι γαλήνια είτε είναι τρικυμισμένη είναι πάντοτε το ίδιο όμορφη στα δικά μου μάτια.



Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, η αντιγραφή και γενικότερα η μετάδοση με οποιοδήποτε τρόπο και μέσο μέρους ή ολόκληρης της ύλης της εφημερίδας χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη.



Τα **METRO** σε πολύ  
λίγη ώρα στο σπίτι σας  
με ένα κλικ.

Ψωνίστε **#otikalitero**  
μέσω της εφαρμογής

*Wolt*

  
**METRO**  
#OtiKalitero

[www.metro.com.cy](http://www.metro.com.cy)





# ΣΑΝΤΑΜΑΣ ΛΥΣΟΣ 1899-1978

Γράφει ο ΛΟΥΗΣ ΠΕΡΕΝΤΟΣ

Ο Λύσος Σανταμάς γεννήθηκε στον Άγιο Σέργιο Αμμοχώστου. Σπούδασε νομικά στο La Salle Extension University Chicago κι εξάσκησε τη δικηγορική στη Λάρνακα. Διετέλεσε Δικαστής, Δικαστής Αγροτικών Χρεών, δύο φορές Δήμαρχος Λάρνακας, Έφορος Ελληνικών Εκπαιδευτηρίων Λάρνακας.

Ενεργός πολιτικός, έλαβε μέρος στη Διάσκεψη για το Σύνταγμα της Κύπρου (1947), στη συνάντηση που έγινε στο Λονδίνο για την Αυτοκυβέρνηση της Κύπρου ( 1948) καθώς και στο μεγάλο FESTIVAL OF BRITAIN (1951).

Η περίοδος της πρώτης Δημαρχίας του ( 1946-49) έφερε τα σημάδια του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου καθώς και του Εμφύλιου στην Ελλάδα. Οι πολιτικές δυνάμεις ανασυντάσσονταν και η προεκλογική εκστρατεία ήταν έντονη και διαρκής. Στα φυλλάδια της εποχής βλέπουμε την προσπάθεια όλων των υποψηφίων για να κερδίσουν τις ψήφους των

πολιτών. Στην εκλογική μάχη έλαβαν μέρος ο ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ, ο ΕΘΝΙΚΟΣ ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ και τρεις ανεξάρτητοι.

Το βράδυ της Κυριακής, μετά την αναγγελία των αποτελεσμάτων, οργανώθηκε συγκέντρωση, στην οποία μίλησαν οι Οδυσσέας Ευρυβιάδης, Αννίβας Φράνσις, Σοφοκλής Μάμας, Γεώργιος Φωτίου, και ο Δήμαρχος Λύσος Σανταμάς. Ως το βράδυ της επομένης μέρας συνεχίζονταν οι πανηγυρισμοί και αναφέρεται πως στις διαδηλώσεις στους κεντρικούς δρόμους έπαιρναν μέρος εκατοντάδες άτομα με ποδήλατα, άμαξες και αυτοκίνητα.

Ήταν παντρεμένος με την Ιωάννα Κλεάνθους Μεσολογγίτη. Γιος του ο Μιχαλάκης Σανταμάς.

(Πληροφορίες από το Βιογραφικόν Λεξικόν Κυπρίων 1800-1920 του Αριστείδη Λ. Κουδουνάρη. Φωτογραφίες από το Αρχείο της Λήδας Σανταμά).







# Το Αίθριον

Traditional Cuisine & more

Την νέα άφιξη της πόλης, θα την βρεις σε μια υπέροχη εσωτερική αυλή και στο ισόγειο της αναπαλαιωμένης οικίας Ματτέι, με τις τοξοτές καμάρες στην οδό Ζήνωνος Κιτιέως 3 στη Λάρνακα.


Η οικία Ματτέι αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα οικοδομήματα της Λάρνακας και είναι συνυφασμένο με την πορεία της πόλης. Υπολογίζεται ότι κτίστηκε το δεύτερο μισό του 18ου αιώνα και η αρχική του χρήση ήταν οικία και ανήκε στην οικογένεια Ματτέι. Πρόκειται για μια πλούσια και σημαντική οικογένεια γαιοκτημόνων, ιταλικής καταγωγής και Λατίνων της Κύπρου. Με την άφιξη των Άγγλων, το 1878, μετατράπηκε σε Λέσχη για Δημόσιους Υπαλλήλους και Στρατιωτικούς. Στην αυλή του εν λόγω κτιρίου, δημιουργήθηκε το πρώτο γήπεδο τένις που είχε γίνει στην Κύπρο. Μετά το 1960 μετονομάστηκε από English Club σε Λέσχη Λάρνακας. Το 1974 και για ένα χρόνο περίπου φιλοξένησε οικογένειες προσφυγών. Το κτίριο είναι Τ/Κ ιδιοκτησίας και σήμερα είναι μισθωμένο στο Δήμο Λάρνακας.

Το Αίθριον είναι ανοικτό καθημερινά από τις 10 το πρωί μέχρι αργά το βράδυ σερβίροντας πρόγευμα, brunch, μεσημεριανό, ενώ το βράδυ μπορεί κανείς να απολαύσει μεζεδάκια, ορεκτικά και νόστιμες πιατέλες κρεατικών συνοδευμένα με κρασί, μπύρα ή δροσιστικά κοκτέιλ σε μια υπέροχα φωτισμένη αυλή.

Παράλληλα αποτελεί τον ιδανικό χώρο για τη φιλοξενία κάθε είδους εκδήλωσης. Η αισθητική του χώρου στην αναπαλαιωμένη οικία Ματτέι με τον υπέροχο κήπο, τον καθιστά κατάλληλο για τη διεξαγωγή δημόσιων και ιδιωτικών εκδηλώσεων (πάρτυ γενεθλίων, βαφτίσεων, γάμων) εταιρικών γευμάτων κ.α



Ζήνωνος Κιτιέως 3, Λάρνακα - Κύπρος 94 09 2928, [info@aithrion.com](mailto:info@aithrion.com)



## Διεθνής Μελέτη: Η Επίλυση του Στεγαστικού Οδηγεί τους Νέους στην Κάλπη!

ΜΕΛΕΤΗ-ΕΡΕΥΝΑ: **ΝΙΚΟΣ ΑΝΤΩΝΙΑΔΗΣ**  
για την εφημερίδα L.A Voice

ΦΩΤΟ: FREE DOWNLOAD FROM PIXABAY

Έρευνα των New York Times (2020) αναφέρει ότι η πλειοψηφία των νέων σε όλο τον κόσμο δεν ψηφίζει. Κατ' επέκταση, το φαινόμενο αυτό δεν παρουσιάζεται μόνο στην Κύπρο. Αναμφίβολα, η αποχή διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην πολιτική σκηνή. Η πολιτική απάθεια, ειδικά μεταξύ των νέων, αυξάνεται καθημερινά σε όλο τον κόσμο. Παρά τη σημασία αυτής της τάσης, δεν έχει δοθεί η πρέπουσα προσοχή απαντηθούν καίρια ερωτήματα όπως «πώς θα μπορούσε να σταματήσει αυτή η τάση»;

Προσαρμόζοντας το βραβευμένο μοντέλο CIS (Antoniades, 2019), ένα μοντέλο που αποτελείται από καθοριστικούς πολιτικούς παράγοντες (δηλαδή, την ικανότητα δημιουργίας, ενημέρωσης και υποστήριξης), νέα διεθνής έρευνα παρουσιάζει πώς οι κυβερνήσεις (ως πωλητές) μπορούν να προσεγγίσουν τη νέα γενιά (Gen Z), με στόχο την επίλυση μεγάλων προβλημάτων που την επηρεάζουν. Σύμφωνα με το μοντέλο CIS, μια κυβέρνηση πρέπει να αξιοποιήσει τρεις μεγάλες - αλληλένδετες δεξιότητες για να καταφέρει να επικοινωνήσει μια ιδέα/πρόταση στο λαό της, αποτελεσματικά: (1) την ικανότητα να δημιουργήσει ένα πολιτικό

προϊόν - τη λύση σε ένα πρόβλημα. (2) την ικανότητα να ενημερώνει επαρκώς το λαό της για το πολιτικό προϊόν. και (3) την ικανότητα υποστήριξης του πολιτικού προϊόντος.

Αν και αρκετές μελέτες επιχειρήσαν να εξετάσουν πώς διάφοροι πολιτικοί παράγοντες μπορούν να προωθήσουν ένα μήνυμα όταν ασχολούνται με συγκεκριμένα πολιτικά ζητήματα, η παρούσα μελέτη επιβεβαιώνει τη Στρατηγική CIS, ως την κινητήρια δύναμη για την επίλυση των προβλημάτων των νέων. Σε μια προσπάθεια να καλυφθεί αυτό το κενό, η παρούσα έρευνα, αποδεικνύει ότι (α) όσο περισσότερο μια κυβέρνηση χρησιμοποιεί τη στρατηγική CIS (δηλαδή, την ικανότητα δημιουργίας, ενημέρωσης και υποστήριξης), τόσο μικρότερο είναι το πρόβλημα στέγασης της νέας γενιάς και όσο περισσότερο μια κυβέρνηση χρησιμοποιεί τη στρατηγική CIS, τόσο περισσότερο οι νέοι είναι πρόθυμοι να ψηφίσουν.

Αναμφίβολα, μια τέτοια εξέλιξη έχει ευεργετικά αποτελέσματα για το κάθε έθνος, μιας και οι νέοι μπορεί να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία λήψης αποφάσεων της χώρας,

ως οι μελλοντικοί ηγέτες. Έρευνες έδειξαν ότι το ενδιαφέρον τους για την πολιτική δεν είναι σε καμία περίπτωση χαμηλότερο από τους μεγαλύτερους σε ηλικία πολίτες. Γι' αυτό και η ενθάρρυνση της Πολιτείας μέσα από τη σωστή στρατηγική που αναλύεται πιο πάνω (Δημιουργώ, Ενημερώνω, Υποστηρίζω), επιλύει το τεράστιο άγχος στέγασης και ενθαρρύνει τους νέους να μοιραστούν τη γνώμη τους, μέσα από την ενίσχυση της δικής τους συμμετοχής προς την κάλπη.

Τέλος, σε συνέχεια προηγούμενης, σχετικής μελέτης, που παρουσιάστηκε στο Harvard, το 2019, η επίλυση σημαντικών προβλημάτων των νέων, όπως είναι το στεγαστικό πιο πάνω, όχι μόνο τους οδηγεί στο να γίνουν πιο υπεύθυνοι πολίτες, στέλνοντας τους παράλληλα στην κάλπη, αλλά πρώτιστα, τους απομακρύνει από αρνητικές ενέργειες (π.χ., εγκληματικότητα, ναρκωτικά, bullying κ.λπ.). Ενώ στην αντίθετη περίπτωση της καταπίεσης και της μη επίλυσης προβλημάτων (όπως το στεγαστικό), η αποχή από τα κοινά και οι αρνητικές συνέπειες παίρνουν τη θέση των πιο πάνω.

\*Το μοντέλο CIS αναπτύχθηκε από τον Δρ. Νίκο Αντωνιάδη και παρουσιάστηκε και βραβεύτηκε στο 7ο Διεθνές Συνέδριο για τη Διοίκηση και την Εκπαιδευτική Καινοτομία (Πανεπιστήμιο, Greenwich, Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο, Απρίλιος 2019). The CIS Model: Create, Inform, Support (Δημιουργώ, Ενημερώνω, Υποστηρίζω).

Ο Δρ. Νίκος Αντωνιάδης είναι Καθηγητής στην Νέα Υόρκη σε θέματα Επικοινωνίας, Στρατηγικής & Πολιτικού Μάρκετινγκ και Συντάκτης στις εφημερίδες [ikypros.com](http://ikypros.com), [L.A. Voice](http://L.A.Voice) και [HellasJournal](http://HellasJournal).



Το Serenity Studio, ένα σύγχρονα διαμορφωμένο κέντρο διαλογισμού, λειτουργεί από το Νοέμβριο του 2022 στην καρδιά της Λάρνακας. Το Serenity Studio δίνει έμφαση στη σύνδεση της αναπνοής με το σώμα μέσα από τη φιλοσοφία της γιόγκα. Με την πρακτική διαλογισμού δημιουργείται μια σωματική, πνευματική και συναισθηματική αρμονία. Η αφύπνιση του πνεύματος οδηγεί τη συμφωνία και αποδοχή του σώματος, με αποτέλεσμα τη λύτρωση του πραγματικού μας εαυτού και την αναγνώριση των συναισθημάτων μας.

Τα αρνητικά συναισθήματα συσσωρεύονται στο σώμα προκαλώντας δυσκολία στη κίνηση. Ο διαλογισμός και οι πρακτικές αναπνοής που συνοδεύονται από ήρεμες κινήσεις, βοηθούν στην αποσυμφόρηση της μπλοκαρισμένης περιοχής, αυξάνοντας έτσι την ευλυγισία στο σώμα. Ο πρωταρχικός σκοπός των instructors είναι η επαναφορά και η δημιουργία ψυχικής γαλήνης και ευεξίας, λαμβάνοντας υπόψη τη διαφορετικότητα του καθενός.

Οι μικρές σε αριθμό τάξεις και η διδασκαλία των μαθημάτων στην ελληνική/αγγλική/ρωσική γλώσσα, δίνουν τη δυνατότητα στις instructors να παρέχουν εξατομικευμένη καθοδήγηση και πρακτική εφαρμογή των asanas. Οι πρακτικές που εφαρμόζονται προσφέρουν διάφορα οφέλη, σωματικά αλλά κυρίως πνευματικά. Η πρακτική διαλογισμού βοηθά στην χαλάρωση του μυαλού και του σώματος με τις διάφορες τεχνικές ελεγχόμενης αναπνοής, αυξάνοντας έτσι την αυτοσυγκέντρωση και μειώνοντας τα επίπεδα της κορτιζόλης (της ορμόνης του στρες). Με αυτό τον τρόπο βελτιώνεται η ποιότητα του ύπνου και κατ'επέκταση της ζωής.

Σε ένα μικρό event που διοργάνωσε το studio στις 15 Ιουλίου, οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να περάσουν από διάφορα είδη πρακτικής yoga και στο τέλος να ολοκληρώσουν την εμπειρία απολαμβάνοντας όλοι μαζί το πρωινό τους.



Εκπαιδευτριες:

**Μαρία Πανασέτη**  
99641157

**Σοφία - Ζλάτα**  
96786777

**Σταδίου 46, 6020, Λάρνακα**





Larnaka  
Tourism Board

# Η πετρόκτιστη Τόχνη

## Ένας διακεκριμένος αγροτουριστικός προορισμός

ΕΠΙΜΕΛΕΙΤΑΙ Η ΝΑΝΑ ΑΣΜΕΝΗ ΠΑΥΛΟΥ



Φώτ. 1



Φώτ. 2



Φώτ. 3

Η προέλευση του ονόματος του χωριού είναι πλήρως αντιπροσωπευτική της εικόνας που ακόμη και σήμερα εκπέμπει. Σύμφωνα με την επικρατέστερη εκδοχή, πρόκειται για παραφθορά της λέξης «τέχνη», από τον άρτιο τρόπο με τον οποίο είναι κατασκευασμένα τα πετρόκτιστα σπίτια της κοινότητας αλλά και για τη μαστοριά που χρειάστηκε για να κτιστεί πάνω σε γεφύρι η εκκλησία του χωριού.

Είναι ένα από τα παλαιότερα χωριά του νησιού, με ιστορία πάνω από δέκα, ίσως και είκοσι αιώνες. Αποτελεί, και όχι αδικαιολόγητα, μια από τις πιο εδραιωμένες κοινότητες στον τομέα του αγροτουρισμού ενώ η απaráμιλλη της γραφικότητα ενισχύεται περαιτέρω τα τελευταία χρόνια με μια σειρά αναβαθμίσεων.

### Παρουσία Αγίας Ελένης

Το χωριό έχει συνδέσει την ιστορία του με την παρουσία της Αγίας Ελένης στην Κύπρο. Σύμφωνα με τον χρονογράφο Μαχαιρά, η Αγία Ελένη, μετά την επιστροφή της από τους Αγίους Τόπους έκτισε στην Τόχνη ένα γεφύρι και μια εκκλησία στο ακριβές σημείο όπου σήμερα βρίσκεται ο Ιερός Ναός Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης. Στην εκκλησία προικοδότησε διάφορα εκκλησιαστικά είδη, με πολυτιμότερο ένα μέρος του Τιμίου Σταυρού που σήμερα βρίσκεται στην ομώνυμη εκκλησία των Λευκάρων.

### Πλούσια συλλογή θρησκευτικών θησαυρών

Στις εκκλησίες και στα παρεκκλήσια της περιοχής διασώζεται μια ανάλογη σε μέγεθος και ποιότητα κληρονομιά πέντε αιώνων. Μεγάλης αρχαιολογικής, καλλιτεχνικής και λατρευτικής αξίας εικόνες βρίσκονται στον Ιερό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης και στο παρακείμενο Εκκλησιαστικό Μουσείο, πλείστες εκ των οποίων αποδίδονται στον Λουκά Τοχνίτη, τον πιο αξιόλογο αγιογράφο του 17ου αιώνα.

Η εν λόγω εκκλησία του 19ου αιώνα είναι ίσως η μοναδική ανά το παγκόσμιο που είναι κτισμένη πάνω σε γεφύρι (φωτ. 3). Στο μικρό μεν αλλά πλούσιο σε καλλιτεχνική δημιουργία Εκκλησιαστικό Μουσείο φυλάσσονται αξιόλογα κειμήλια μεταξύ των οποίων ο σπάνιος αμφιπρόσωπος σταυρός, η μεγάλων διαστάσεων εικόνα της «Αποκαθής» και άλλες φορητές εικόνες σημαντικής αρχαιολογικής αξίας. Πρόσφατα ολοκληρώθηκε η εικονική περιήγηση του εν λόγω μουσείου στα πλαίσια του έργου Larnaka Virtual Museums (πρόσβαση μέσω της σελίδας <https://virtuallarnakaregion.com/Ecclesiastical-Museum-of-Tochni/>).

Σε ύψωμα στον πυρήνα του χωριού δεσποζουν τα ερείπια της γοθικού ρυθμού εκκλησίας του 14ου αιώνα αφιερωμένης στον Τίμιο Σταυρό. Για

το εν λόγω αρχαίο μνημείο ετοιμάζεται εικονική τρισδιάστατη αναστήλωση από την ΕΤΑΠ Λάρνακας σε συνεργασία με την Ιερά Μητρόπολη Τριμυθούντος και το Τμήμα Αρχαιοτήτων.

### Μονοπάτι της φύσης

Ξεκινώντας από τις παρυφές του χωριού στα νοτιοανατολικά και ακολουθώντας μια κυκλική πορεία μήκους 2,8 χλμ, το μονοπάτι φύσης της Τόχνης χαρακτηρίζεται από ποικίλες εναλλαγές τοπίου με άγρια βλάστηση, περιβόλια και μια πανοραμική θέα της περιοχής που φτάνει μέχρι τη θάλασσα.

### Αγροτουρισμός

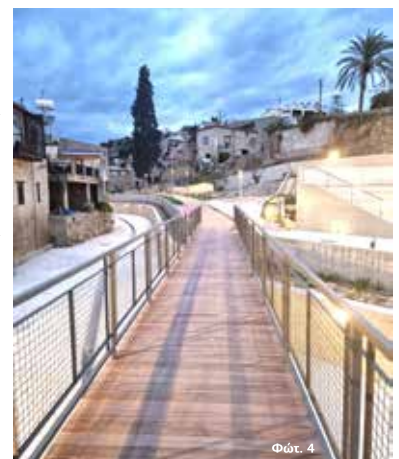
Η Τόχνη είναι ένας διακεκριμένος αγροτουριστικός προορισμός γεγονός που έδωσε ώθηση στην αποκατάσταση των παραδοσιακών οικιών του χωριού και στη διατήρηση της τοπικής αρχιτεκτονικής. Στην πλειοψηφία των αναπαλαιώσεων χρησιμοποιείται η «πέτρα της Τόχνης» η οποία λαξεύεται στη γύρω περιοχή. Είναι αξιοσημείωτο ότι στο χωριό αυτό των 465 κατοίκων λειτουργούν σήμερα 11 αδειούχα αγροτουριστικά καταλύματα δυναμικότητας 132 κλινών καθώς και άλλοι τουλάχιστον 10 χώροι διαμονής.

### Αθλητικές Υποδομές

Στο κέντρο του χωριού λειτουργεί ένα εκ των μεγαλύτερων ανά το παγκύπριο Ποδηλατικό Κέντρο ενώ ένα καινούριο πάρκο αθλοπαιδιών περιλαμβάνει μίνι γήπεδο ποδοσφαίρου και παιδότοπο.

### Εξωραϊσμός κοίτης ποταμού «Καμάρα»

Εξαιρετικό έργο υποδομής και ένα από τα μεγαλύτερα της επαρχίας Λάρνακας ύψους €2,5 εκ. οδεύει προς την ολοκλήρωσή του (φωτ. 4). Το έργο περιλαμβάνει αμφιθέατρο, χώρο εκδηλώσεων, μεγάλης έκτασης πεζόδρομο, χώρους πρασίνου, φύτευση πέραν των 1500 δέντρων και φυτών, γεφύρια για αυτοκίνητα, τρεις πεζογέφυρες και πλακόστρωση όλης της κοίτης του ποταμού, το νερό του οποίου θα ρέει σχεδόν ολόχρονα.



Φώτ. 4



# *MyPetrolina* app

& βγες πολλαπλά κερδισμένος!  
A world of rewards!



Για περισσότερες πληροφορίες [www.petrolina.com.cy](http://www.petrolina.com.cy)  
Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις.

For more information [www.petrolina.com.cy](http://www.petrolina.com.cy)  
Terms and conditions apply.

Σε πρατήρια  
At stations





## ΕΥΡΟΣ ΕΥΡΥΒΙΑΔΗΣ

**Ο ΠΛΗΘΩΡΙΚΟΣ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΗΣ  
ΠΟΥ ΥΠΗΡΕΤΗΣΕ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗ ΤΟΥ  
ΚΟΝΤΡΑ ΣΤΟ ΚΑΤΕΣΤΗΜΕΝΟ**

**ΤΟ ΤΑΛΕΝΤΟ ΤΟΥ ΑΔΙΑΜΦΙΣΒΗΤΗΤΟ  
ΚΑΙ Η ΕΙΚΑΣΤΙΚΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΗ  
ΠΛΗΡΩΣ ΠΕΤΥΧΗΜΕΝΗ**

Συνέντευξη στην **ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΣΥΖΙΝΟΥ**

Ο Εύρος Ευρυβιάδης γεννήθηκε και μεγάλωσε σε ένα σπίτι-ξενοδοχείο τα «Τέσσερα Φανάρια» που τότε αποτελούσε το κέντρο της καλλιτεχνικής και κοινωνικής ζωής της Λάρνακας.

Είχε την τύχη θα έλεγα, να μεγαλώνει δίπλα στον αείμνηστο Ανδρέα Ευρυβιάδη, σε ένα άνθρωπο πολύ προχωρημένο για την εποχή του, σε γνώσεις και αντιλήψεις, μια πολυσιχδή προσωπικότητα που πρόσφερε τα μέγιστα στην πόλη του. Προσωπικά έζησα πολλούς από τους αγώνες που έδιδε για την ανάπτυξη, συνεχή εξέλιξη και πρόοδο της Λάρνακας.

Οι γονείς του που συνειδητοποίησαν από ενωρίς το μεγάλο του ταλέντο, του έδωσαν την ευκαιρία να σπουδάσει στην κοσμοπολίτικη Μασσαλία και του άνοιξαν διήματα το δρόμο να ακολουθήσει την εικαστική πορεία.

Ο ταλαντούχος δημιουργός είναι άτομο χαμηλών τόνων, το έργο του όμως δηλώνει τα έντονα βιώματα του, τα ισχυρά συναισθήματα και τις συγκινήσεις του, τα οποία αποτυπώνει με δυναμικό τρόπο στον καμβά.

Στο επίκεντρο της καλλιτεχνικής του δημιουργίας βρίσκεται η πόλη του, η Λάρνακα και στα έργα του αποδίδει τον κοσμοπολίτικο χαρακτήρα της και όχι μόνο.

Τα έργα αυτά λειτουργούν ως καυστικά σχόλια στην κυπριακή πραγματικότητα και στην υπερ-

βολή και τον πουριτανισμό που την χαρακτηρίζει.

Ο Εύρος Ευρυβιάδης αγαπά τα έντονα χρώματα, ιδιαίτερα τα θερμά, που ταιριάζουν στη φύση της ζωγραφικής του.

Όντας Δημοτικός Σύμβουλος μας λέει χαρακτηριστικά ότι ονειρεύεται μια Λάρνακα όμορφη και πολιτισμένη χωρίς πανζουρλισμούς και χωρκατιλίκια. Όπου η ποιότητα ζωής των πολιτών να μην παίζεται στα ζάρια.

Σήμερα ασχολείται με το γράψιμο του βιβλίου του, το οποίο σύντομα θα εκδώσει, ενώ σκέφτεται να επιστρέψει στη ζωγραφική!

Ο Ευρυβιάδης δεν εφυσχάζει, δημιουργεί και ψάχνεται συνεχώς και πιστεύω ότι έχει πολλά να καταθέσει ακόμα όχι μόνο στο εικαστικό τοπίο της Κύπρου, αλλά και στην πόλη του που υπηρετεί ως εκλεγμένος Δημοτικός Σύμβουλος.

Ο Εύρος Ευρυβιάδης παραχώρησε στην L.A Voice μια πολύ ενδιαφέρουσα συνέντευξη την οποία παραθέτουμε πιο κάτω:

**Πως ήταν τα παιδικά σας χρόνια, σε τι περιβάλλον μεγαλώσατε;**

Πώς μεγαλώνει άραγε ένα παιδί μέσα σε ένα ξενοδοχείο, ιδίως όταν αυτό αποτελούσε τότε το κέντρο της καλλιτεχνικής και κοινωνικής ζωής της πόλης; Μην ξεχνάτε γεννήθηκα επί

αγλοκρατίας, θυμάμαι τον απελευθερωτικό αγώνα της ΕΟΚΑ και την περίοδο της δικτατορίας στην Ελλάδα, όταν ήμασταν φοιτητές. Αυτά τα χρόνια δεν ήταν εύκολα για κανέναν ούτε αυτά που ακολούθησαν βέβαια με το πραξικόπημα και την εισβολή, όταν παλληκάρι 24 χρονών έπρεπε να φύγω στρατιώτης στο μέτωπο γιατί κάποιοι ήθελαν να ξαναζήσουν το 21.

Τα είδαμε όλα σε αυτόν τον τόπο και ακόμα που είσαι... Μεγαλώνοντας λοιπόν σε αυτό το περιβάλλον, είχα πολύ ενωρίς επαφή με το έργο πολλών ζωγράφων που εξέθεταν τα έργα τους στα σαλόνια του ξενοδοχείου μας. Πολύ συχνά γινόντουσαν διαλέξεις και άλλες εκδηλώσεις τέχνης και λόγου.

**Τι θυμάστε έντονα από τους γονείς σας και τι ρόλο έπαιξαν στη ζωή σας;**

Οι γονείς μου ήταν πολύ εργατικοί και τίμιοι. Δεν έφευγαν τότε, ποτέ για διακοπές. Αυτό μου έρχεται πρώτα στο μυαλό. Ασφαλώς και διαμόρφωσαν τον χαρακτήρα μου με τον τρόπο ζωής τους.

Ο πατέρας μου λάτρευε την ιστιοπλοΐα και το τένις. Του άρεσε να μας μαγειρεύει, ήταν πολύ καλός μάγειρας. Η μητέρα μου πάλι ήταν χρυσοσκέρα.

Σε νεαρή ηλικία ζωγράφιζε, όπως και μια αδελφή της γιαγιάς μου.



Ο Εύρος Α. Ευρυβιάδης είναι γέννημα θρέμμα της Λάρνακας. Τελειώνοντας το Γυμνάσιο του Αγίου Γεωργίου στη Λάρνακα και τις υποχρεώσεις του στην Εθνική φρουρά, οι γονείς του τον έστειλαν στη Μασσαλία όπου σπουδάζει στην Ανωτάτη Σχολή Καλών Τεχνών της πόλης.

Το 1975 διορίζεται καθηγητής Τέχνης στη Μέση Εκπαίδευση και εργάζεται για 30 χρόνια σε διάφορα Γυμνάσια και Λύκεια (Λάρνακα, Λεύκαρα, Παραλίμνι, Φρέναρος) και ασχολήθηκε ιδιαίτερα με το θέατρο. Επιμελείται καλλιτεχνικά πολλές μαθητικές εκδηλώσεις και θεατρικές παραστάσεις τις οποίες και σκηνοθετεί. Στον τόμο αυτό έχει αποσπάσει πρώτα βραβεία σε Παγκύπριους διαγωνισμούς. Παράλληλα εξέθετε κατά καιρούς τα έργα του σε ατομικές και ομαδικές εκθέσεις σε Κύπρο και εξωτερικό.

Το 2004 αφιέρωσε (πρώτα).

Δημιουργεί εδώ και χρόνια τα άρματα του Δήμου Λάρνακας και Προοδευτικής Κίνησης για τα ανθεστήρια και τα καρναβάλια. Το 2009 παρουσίασε μια νέα σειρά έργων ζωγραφικής, στην Γκαλερί Κυπριακή Γωνιά στη Λάρνακα.

Το 2019 ο Δήμος Λάρνακας του έκανε τη μεγάλη τιμή διοργανώνοντας του μια μεγάλη αναδρομική έκθεση στη Δημοτική Πινακοθήκη Λάρνακας και όχι μόνο.

**Τι σας έφερε κοντά στην τέχνη; Είχατε καλλιτέχνες στην οικογένεια σας;**

Ναι ήμασταν μια καλλιτεχνική οικογένεια με ρίζες και καταβολές από Λευκάδα και Λεύκαρα.

**Τι αποτελεί για εσάς πηγή έμπνευσης; Ένα πρόσωπο, η φύση, ένα αντικείμενο, μια ανάμνηση;**

Τα πάντα μπορεί να αποτελέσουν κίνητρο.

**Τα χρώματα παίζουν κάποιο ρόλο στα έργα σας;**

Είναι δυνατόν να μη παίζουν; Τα χρώματα είναι το αποκορύφωμα της έκφρασης στη ζωγραφική

που μπορεί αποτυπώσουν τα διαφορετικά συναισθήματα. Σε κάποια έργα μου τα έντονα χρώματα είναι αρκετά χαρακτηριστικά.

**Ποια μηνύματα θέλετε να στείλετε μέσα από τη δουλειά σας και πότε εκφράζεστε καλύτερα, όταν είστε χαρούμενος ή λυπημένος; Οι έντονες συγκινήσεις σας αφήνουν το αποτύπωμα τους στον καμβά;**

Πολλαπλά και διαφορετικά είναι τα μηνύματα ανάλογα με το μέσο που χρησιμοποιώ.

**Ποια είναι τα υλικά που χρησιμοποιείτε;**

Τα πάντα έχω χρησιμοποιήσει ξεκινώντας από τις απλές νερομπογιές μέχρι τα άχρηστα υλικά που μαζεύω.

**Το νησί μας που το κατατάσσετε σε θέματα πολιτισμού και τέχνης. Βρισκόμαστε σε καλό δρόμο ή ακόμα χρειάζεται δουλειά;**

Θα μπορούσαμε και καλύτερα, πάντα υπάρχουν περιθώρια βελτίωσης.

**Ποιες είναι οι αναζητήσεις σας ως καλλιτέχνης;**

Στην ηλικία μου αναζητήσεις; Τα αναζητήσα όλα και τα βρήκα.

**Όντας Δημοτικός Σύμβουλος Λάρνακας με ποιούς τρόπους προσπαθείτε να βοηθήσετε την πόλη σας; Ποιο είναι το όραμα και οι στόχοι σας για τη Λάρνακα;**

Μεγάλο κεφάλαιο για να απαντηθεί έτσι απλά. Για να μη λέμε τα χιλιοειπωμένα και τα γνωστά. Προσπαθώ πάντως με κάθε τρόπο πιστέψτε με. Και είναι δύσκολο το ομολογώ. Αλλά από όσο θυμάμαι καυτηριάζω τα κακώς έχοντα από την εποχή του αείμνηστου δημάρχου του Λ. Κιούπη. Προτού εμφανιστούν τα social media. Ονειρεύομαι μια Λάρνακα όμορφη και πολιτισμένη χωρίς πανζουρλισμούς και χωρκατιλλίκια. Όπου η ποιότητα ζωής των πολιτών να μην παίζεται στα ζάρια.

**Ποιες είναι οι μνήμες σας από το Ξενοδοχείο Τέσσερα Φανάρια το οποίο αποτελούσε οικογενειακή επιχείρηση και διεύθυνε με μεγάλη επιτυχία ο αείμνηστος πατέρας σας Ανδρέας Ο.Ευρυβιάδης;**

Πολλές και ωραίες οι αναμνήσεις μου ασφαλώς. Εκεί μεγαλώσαμε αλλά εκεί έμενα για πολλά χρόνια προτού νοικιάσω το πρώτο μου διαμέρισμα. Τελευταίως έχω δωρίσει στο Δημοτικό Ιστορικό Αρχείο - Μουσείο, όλα τα κειμήλια που φύλαγα από το ξενοδοχείο αυτό και προτρέπω τους ενδιαφερομένους να πάνε να το επισκεφτούν.

**Πιστεύετε ότι τα μεγάλα έργα είναι αποτέλεσμα μυαλού ή ψυχής;**

Αν εννοείτε τα μεγάλα έργα στην τέχνη και τα δύο, για να πάνε κόντρα στο κατέστημένο και να σφραγίσουν την εποχή τους διαφορετικά όλα μένουν στάσιμα.

**Σήμερα πως είναι η καθημερινότητα σας;**

Μια καθημερινότητα πλήρης με τα καθήκοντα και όλες τις υποχρεώσεις που μπορεί να έχει ένας εκλεγμένος σύμβουλος.

**Ποια είναι τα μελλοντικά σχέδια και οι στόχοι γύρω από τη δουλειά σας;**

Επιστροφή στη ζωγραφική και στο γράψιμο.



# Θα πάρω σβάρνα μια βραδιά, όλες τις συνοικίες

Γράφει ο **ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΟΥΝΙΟΣ**

ΚΑΙ τις γειτονιές, και τους μαχαλάδες, και τις πλατείες, και τις πιάτσες, και τα στέκια και θα ξεκινήσω από την Αλυκή, για να δω, προτού κλείσω τα μάτια μου για πάντα, ένα φλαμίγκο και, μετά, θα κτυπήσω την πόρτα του πρώτου σπιτιού στην Αρτέμιδος και θα παρακαλέσω τον ιδιοκτήτη να με αφήσει να παρακολουθήσω το νέο επεισόδιο της σειράς «Flamingo Road» επειδή, κύριε, συν τοις άλλοις είμαι ερωτευμένος με τη Μόργκαν Φέαρτσαϊλντ και, ακολούθως, θα φτάσω στο θερινό σινεμά «Ο Παράδεισος» και θα ρωτήσω την κοπελίτσα στο ταμείο, που ξεφυλλίζει το «Πάνθεον», κατά πόσον προβάλλεται η ταινία «Πράκτωρ Φλιντ σε μυστική αποστολή», με τον Τζέιμς Γκόμπερν, και η κοπελίτσα θα μου γνέψει «ναι», και θα κόψω εισιτήριο και, στο διάλειμμα, θα αγοράσω κεοβίτα και στραγάλια...

ΚΑΙ, εν συνεχεία, θα περάσω από τη Δροσιά για να ανταμώσω, μετά από χρόνια και ζαμάνια, τα πρώτα μου ξαδέλφια, παιδιά της θείας Μαρίας και του θείου Θάσου, και είμαι σίγουρος ότι ο Φράγκης θα με κεράσει σοκολάτα Kit Kat και, αφού πάρω βαθιές ανάσες καθώς μπήκα για τα καλά στα χρόνια, θα επισκεφθώ το Παλιό Νοσοκομείο και θα ζητήσω από τον επί καθηκοντι ιατρό να ανατρέξει στα αρχεία, έτος 1966, όπου θα βρει το ονοματεπώνυμό μου και δίπλα την ασθένεια για την οποία με κουβάλησαν άρον άρον οι γονείς μου: «κυάμωση» και, αργότερα, θα αναζητήσω τη Στ' 1 Εμπορικού και θα ξεσπάσω σε λυγμούς ξέροντας ότι στο γευσιο δεν θα παρευρεθούν ο Λάζαρος, η Μαρία και η Βάνα και...

ΣΚΟΥΠΙΖΟΝΤΑΣ τα δάκρυά μου θα κοιτάξω, σαν κλέφτης, μέσα στο Αμπιάνς με την ελπίδα, φρούδα όπως πάντοτε, ότι θα με περιμένει το

κορίτσι που μου πήρε τα μυαλά και σιγά που θα με περιμένει, και λίγο προτού καταρρεύσω, θα χαρώ τους ηλικιωμένους στο καφενείο της Ακρόπολης να παίζουν τάβλι και χαρτιά και, παρόλο που τα πνευμόνια μου κινδυνεύουν να κλείσουν, θα δρασκελίσω την είσοδο της Δημοτικής Αγοράς όπου θα με υποδεχτεί ο Κόκος ο Ψαράς και θα μου δείξει τη γυάλινη μπουκάλια με τις κουφέτες – πάρε ό,τι θες, αγοράκι...

ΚΑΙ θα θυμηθώ ότι πρέπει να αγοράσω από το Πρακτορείο Τύπου Ρουσουδιού το περιοδικό Μπλεκ, κι αν αρκούν τα λεφτά και την εφημερίδα «Μπάλα» γιατί γράφει σε αυτήν ο Γιάννης Διακογιάννης στον οποίο κάποτε θα μοιάσω και, τέλος, θα σπρώξω την πόρτα του κεντρικού καταστήματος της Λαϊκής Τράπεζας, αφού εκεί μέσα γνώρισα το ωραιότερο πλάσμα του κόσμου (για μένα είσαι εσύ!)



## ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ PAVLAS

1<sup>ος</sup> Απριλίου 52, Λάρνακα, Τηλ: 24 828582, 99665416

facebook:Pavlas Tutorial Institute

- ΑΓΓΛΙΚΑ • ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΑ • ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ • ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ
- ΛΟΓΙΣΤΙΚΗ • ΦΥΣΙΚΗ • ΧΗΜΕΙΑ • ΒΙΟΛΟΓΙΑ

### ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΜΕΛΕΤΗ - ΜΙΚΡΟ ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΡΙΟ ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΜΑΘΗΤΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

**ΔΩΡΕΑΝ** Αγγλικά σε όλους τους μαθητές που θα εγγραφούν στην καθημερινή μελέτη



Σχολείο



Μεταφορικό



Υγιεινό γεύμα



Μελέτη



Σπίτι

**ΔΩΡΕΑΝ** Αγγλικά σε όλους τους μαθητές ΠΡΟΔΗΜΟΤΙΚΗΣ & Α' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΓΙΑ ΕΝΑ ΧΡΟΝΟ  
ΚΑΙ 5 ΜΗΝΕΣ ΔΩΡΕΑΝ για τους μνητές από Β' μέχρι Στ' Δημοτικού.

**ΑΠΟ ΤΟ 1985 ΠΑΝΩ ΑΠΟ 20.000 ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΣ ΕΜΠΙΣΤΕΥΟΝΤΑΙ**





**SECOND CUP**

**NOW  
OPEN**

**ERMOU  
STREET**

SAVOR THE PERFECT BLEND  
AT SECOND CUP BISTRO,  
WHERE COFFEE MEETS  
CULINARY DELIGHTS!



**ΚΩΣΤΑΣ ΣΑΒΒΑ**  
ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ



# ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ ΚΩΣΤΑΣ ΣΑΒΒΑ



**ΣΩΤΗΡΗΣ ΠΑΝΑΓΗ**  
ΦΥΣΙΚΗ



**ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΑΡΠΟΥΝΑ**  
ΦΥΣΙΚΗ



**ΠΕΤΡΟΣ ΚΟΥΛΕΝΔΡΟΣ**  
ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ



**ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ ΣΩΤΗΡΙΟΥ**  
ΒΙΟΛΟΓΙΑ



**ANNA ΦΙΛΙΠΠΟΥ**  
ΙΤΑΛΙΚΑ



**ΣΤΕΛΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΥ**  
ΛΟΓΙΣΤΙΚΗ  
ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ



**ΚΥΡΙΑΚΗ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ**  
ΑΓΓΛΙΚΑ



**ΑΝΤΡΕΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ**  
ΑΓΓΛΙΚΑ



**ΦΩΤΕΙΝΗ ΑΓΓΕΛΗ**  
ΧΗΜΕΙΑ



**ΧΡΙΣΤΙΑΝΑ ΠΟΛΥΧΡΟΝΗ**  
ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΑ



**ΕΛΕΝΗ ΒΑΡΝΑΒΑ**  
ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΑ



**ΛΙΛΗ ΧΡΙΣΤΟΥ**  
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ



**ΜΙΧΑΛΗΣ ΣΥΜΕΟΥ**  
ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ



**ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**  
ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟ  
ΚΑΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ



**ΓΙΩΤΑ ΜΑΡΑΓΚΟΥ**  
ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ  
ΣΤΙΣ ΕΛΕΝΑ ΒΛΑΣΙΟΥ - ΚΩΝΣΤΑΝΤΗ ΚΑΙ ΜΑΡΙΝΑ ΣΤΑΥΡΗ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ ΠΟΥ ΠΡΟΣΦΕΡΑΝ ΣΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΑΣ.  
ΤΟΥΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΛΗ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑ.



Σας ευχαριστούμε από καρδιάς για την αγάπη και την εμπιστοσύνη που μας προσφέρετε.  
Θα συνεχίσουμε να είμαστε δίπλα στα παιδιά σας και θα επιτελούμε το έργο μας με τον ίδιο ζήλο.

ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ  
ΚΕΝΤΡΟ

Language  
Cert  
Academic Partner  
2022-2023

1<sup>ος</sup> Απριλίου, 30Α & 31  
Λάρνακα (περιοχή Δροσιάς)  
Τηλ. 24253382 - 99895314



Ιδιωτικό Φροντιστήριο  
Κώστας Σάββα





**ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ  
ΚΩΣΤΑΣ ΣΑΒΒΑ**

# ΑΓΓΛΙΚΑ

**PRE - JUNIOR**

**Ολιγομελή τμήματα**

**Τμήματα για ΕΝΗΛΙΚΕΣ**

**IELTS**

**Προετοιμασία για εισδοχή  
σε αγγλόφωνα Πανεπιστήμια**

**ΠΑΓΚΥΠΡΙΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**



1ης Απριλίου, 30Α, & 31  
Λάρνακα (περιοχή Δροσιάς)

99 - 217305  
Έλενα Βλασίου

99 - 054592  
Κυριακή Δημητρίου

99 - 327603  
Άντρα Αλεξάντρου



# Ηλιακή ακτινοβολία και καρκίνος του δέρματος

Ο Δρ. Γιαννούλης Πέτρος είναι Πλαστικός Χειρουργός, εξειδικευμένος στην Αισθητική Κοσμητική και Επανορθωτική Χειρουργική. Γεννηθείς στη Θεσσαλονίκη, πτυχιούχος Ιατρικής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, κάτοχος διπλωμάτων επείγουσας ιατρικής και τραυματολογίας, πιστοποιημένος από διεθνείς εταιρείες αισθητικής ιατρικής. Ειδικευθείς σε πανεπιστημιακές κλινικές Γερμανίας και Αθήνας, εξασκεί την ειδικότητα της Πλαστικής, Αισθητικής & Επανορθωτικής χειρουργικής στη πόλη της Λάρνακας και σε όλη την Κύπρο.

Γράφει ο **Δρ. ΓΙΑΝΝΟΥΛΗΣ ΠΕΤΡΟΣ**  
Πλαστικός Χειρουργός, MD, HESPRAS

Ο ήλιος απελευθερώνει υπεριώδη (UV) ακτινοβολία, η οποία από τη μία πλευρά προκαλεί την παραγωγή βιταμίνης D στο σώμα μας, από την άλλη όμως η υπερβολική έκθεση στον ήλιο μπορεί να προκαλέσει ρυτίδες και καρκίνο του δέρματος. Ο καρκίνος του δέρματος από την υπεριώδη ακτινοβολία είναι θεραπεύσιμος και οδηγεί σε καλή πρόγνωση αν ανιχνευθεί έγκαιρα.

## Τι είναι η υπεριώδης ακτινοβολία;

Η υπεριώδης ακτινοβολία (UV) είναι μια μορφή ενέργειας που παράγει ο ήλιος. Δεν είναι ορατή από εμάς επειδή τα μήκη κύματος της είναι μικρότερα από το ορατό φως. Υπάρχουν τρεις διαφορετικοί τύποι υπεριώδους ακτινοβολίας με βάση το μέγεθος του μήκους κύματος: UVA - UVB - UVC

## Πώς αλλάζει το δέρμα μου μετά την έκθεση στον ήλιο;

Οι αλλαγές στον τόνο του δέρματος από την παραμονή στον ήλιο μπορεί να επιταχύνουν τα αποτελέσματα της γήρανσης και να αυξήσουν τον κίνδυνο εμφάνισης:

- Ρυτίδων
- Φακίδων
- Ηλιακών κηλίδων (πανάδες)
- Καρκίνου του δέρματος

## Με την πάροδο του χρόνου, το υπεριώδες φως του ήλιου καταστρέφει τις ίνες πρωτεΐνης του δέρματος που σχηματίζουν την ελαστίνη. Πώς η υπεριώδης ακτινοβολία οδηγεί σε καρκίνο;

Η υπερβολική υπεριώδης ακτινοβολία προκαλεί καταστροφή στη δομή του DNA των κυττάρων, γεγονός που οδηγεί σε διαταραχή της λειτουργίας τους. Ως αποτέλεσμα, τα κύτταρα μας διαιρούνται και αναπαράγονται ανεξέλεγκτα και σχηματίζουν όγκους, οι οποίοι μπορεί να είναι καρκινικοί. Οι χρόνιες επιπτώσεις στο δέρμα και τα χείλη από την έκθεση στην υπεριώδη ακτινοβολία περιλαμβάνουν:

- δερματικό μελάνωμα: ένας απειλητικός για τη ζωή κακοήθης καρκίνος του δέρματος,
- καρκίνωμα των πλακωδών κυττάρων (SCC): κακοήθης καρκίνος, μπορεί να εξελιχθεί σε επιθετική μορφή δερματικού καρκίνου
- βασικοκυτταρικό καρκίνωμα (BCC): αργά αναπτυσσόμενος καρκίνος του δέρματος
- πρόωγη γήρανση του δέρματος: απώλεια της ελαστικότητας του δέρματος σε νεαρή ηλικία

Παράγοντες κινδύνου εμφάνισης καρκίνου δέρματος:

- Οικογενειακό ιστορικό ή προσωπικό ιστορικό καρκίνου του δέρματος.
- Εργασία σε εξωτερικούς χώρους στον ήλιο.
- Κατοικία σε χώρες με ηλιόλουστο κλίμα.

- Ιστορικό σοβαρών ηλιακών εγκαυμάτων.
- Μεγάλοι και ακανόνιστου σχήματος δερματικοί σπίλοι.

## Ποια είναι τα συμπτώματα του καρκίνου του δέρματος;

Οι αλλαγές αφορούν συνήθως μια νέα ελιά, μια νέα δερματική βλάβη που μοιάζει με πληγή ή μια αλλαγή σε μια υπάρχουσα ελιά.

- Το βασικοκυτταρικό καρκίνωμα μπορεί να εμφανιστεί ως ένα μικρό, λείο, μαργαριταρένιο ή κηρώδες εξόγκωμα στο πρόσωπο ή το λαιμό ή ως μια επίπεδη, ροζ/κόκκινου ή καφέ χρώματος βλάβη.
- Το ακανθοκυτταρικό καρκίνωμα μπορεί να εμφανιστεί ως ένα σταθερό, κόκκινο οζίδιο ή ως μια τραχιά επίπεδη βλάβη που μπορεί να έχει φαγούρα, να αιμορραγεί και να γίνει κρούστα.
- Το μελάνωμα εμφανίζεται συνήθως ως χρωματισμένη κηλίδα ή εξόγκωμα. Μπορεί να μοιάζει με μια φυσιολογική ελιά, αλλά συνήθως έχει πιο ακανόνιστη εμφάνιση.

## Εξαπλώνονται οι καρκίνοι του δέρματος;

Είναι σπάνιο να εξαπλώνονται καρκίνοι, όπως τα βασικοκυτταρικά ή τα ακανθοκυτταρικά καρκινώματα. Το μελάνωμα όμως συνήθως μεθίσταται τοπικά ή και σε όλο το σώμα.

## Πώς μπορώ να προλάβω την έκθεση στην υπεριώδη ακτινοβολία και τον καρκίνο του δέρματος;

- Εφαρμόζοντας αντηλιακό με δείκτη προστασίας από τον ήλιο (SPF) 30 ή μεγαλύτερο 30 λεπτά πριν από την έκθεση στον ήλιο και στη συνέχεια κάθε δύο έως τρεις ώρες μετά. Επαναλάβετε την εφαρμογή νωρίτερα εάν βραχείτε ή ιδρώνετε σημαντικά.
- Φορώντας γυαλιά ηλίου με πλήρη προστασία από την υπεριώδη ακτινοβολία.
- Επιλογή καλλυντικών προϊόντων που προσφέρουν προστασία από την υπεριώδη ακτινοβολία.
- Αποφυγή της άμεσης έκθεσης στον ήλιο όσο το δυνατόν περισσότερο κατά τις ώρες αιχμής της υπεριώδους ακτινοβολίας, μεταξύ 10 π.μ. και 4 μ.μ.
- Πραγματοποιώντας τακτικά αυτοεξέταση του δέρματος για να εξοικειωθείτε με τις υπάρχουσες δερματικές αναπτύξεις και να παρατηρήσετε τυχόν αλλαγές ή νέες αναπτύξεις.

## Πότε πρέπει να επισκεφθώ τον πλαστικό χειρουργό ή τον δερματολόγο μου;

Εάν παρατηρήσετε αλλαγές στο δέρμα σας που σας ανησυχούν, επικοινωνήστε αμέσως με τον προσωπικό σας ιατρό που θα σας παραπέμψει σε πιο εξειδικευμένο ιατρό. Είναι επίσης σημαντικό να πραγματοποιείτε τακτικές δερματικές εξετάσεις για να βεβαιώνετε ότι το δέρμα σας φαίνεται φυσιολογικό και ότι δεν έχετε νέες κηλίδες ή αλλαγές στο δέρμα σας.



# G

## GIANNOULIS

PLASTIC & COSMETIC SURGERY

Το ιατρείο Πλαστικής Χειρουργικής του Dr. Γιαννούλη Πέτρου στη Λάρνακα είναι ένας καινούργιος όμορφος ιδιωτικός χώρος πλήρως εξοπλισμένος και έτοιμος να υποδεχτεί ασθενείς που ενδιαφέρονται για θεραπείες αισθητικής & κοσμητικής χειρουργικής.

Η πολύχρονη εξειδίκευση του Dr. Γιαννούλη σε κλινικές Πλαστικής Χειρουργικής της Γερμανίας & Ελλάδας εγγυάται την παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών και τα καλύτερα επιθυμητά αποτελέσματα για τους ασθενείς που επισκέπτονται το ιατρείο.



### ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

#### ΜΗ-ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΕΣ

- ΒΟΤΟΧ (ρυτίδες έκφρασης, υπεριδρωσία)
- FILLERS (Face, Lips, Body)
- LIQUID FACELIFT (4πλη θεραπεία)
- ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΠΛΑΣΜΑΤΟΣ PRP
- ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΑΝΑΠΛΑΣΗΣ ΚΟΛΛΑΓΟΝΟΥ
- ΜΕΣΟΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΒΙΟΠΕΠΤΙΔΙΩΝ/ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ
- ΔΕΡΜΟΑΠΟΞΕΣΗ/ΔΕΡΜΟΑΝΑΠΛΑΣΗ
- FACETITE / BODYTITE (MORPHEUS 8)
- LIFTING ΜΕ ΝΗΜΑΤΑ COG
- ΜΕΣΟΒΟΤΟΧ/ΜΕΣΟΘΡΕΑΔΙΝΓ
- ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΟΥΛΩΝ / ΡΑΓΑΔΩΝ
- ΑΝΑΙΜΑΚΤΗ ΒΛΕΦΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ (PLASMAPREN)
- ΛΕΥΚΑΝΣΗ ΕΥΑΙΣΘΗΤΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ

#### ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΕΣ

- FACELIFTING
- ΒΛΕΦΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
- ΩΤΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
- ΑΥΞΗΤΙΚΗ/ΜΕΙΩΤΙΚΗ ΣΤΗΘΟΥΣ
- ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΣΤΗΘΟΥΣ
- ΕΠΑΝΟΡΘΩΤΙΚΗ ΣΤΗΘΟΥΣ
- ΛΙΠΟΑΝΑΡΡΟΦΗΣΗ 3D
- ΚΟΙΛΙΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
- TOTAL BODY MAKE OVER
- MOMMY MAKE OVER
- ΛΙΠΟΜΕΤΑΦΟΡΑ
- ΧΕΙΡ/ΚΗ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ
- ΧΕΙΡ/ΚΗ ΑΚΡΑΣ ΧΕΙΡΑΣ
- ΧΕΙΡ/ΚΗ ΠΑΡΩΤΙΔΑΣ

📍 Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού 83, "ΕΛΕΝΕΙΟ ΜΕΓΑΡΟ", 5ος ΟΡΟΦΟΣ, Γραφείο 503, Λάρνακα

☎ +357 24332739 📞 +357 99462600 📠 +030 6948503522 ✉ GiannoulisPlasticSurgery@gmail.com



# Σήμερα αποχωρίζεται η μάνα από την κόρη..

Γράφει η ΠΑΥΛΙΝΑ ΧΑΓΙΑΝΝΗ – ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ  
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ – ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΛΟΓΟΣ

Τους πρώτους μήνες της ζωή τους, τα νεογέννητα δεν ξεχωρίζουν τον εαυτό τους από το περιβάλλον, είναι ένα με τη μητέρα. Μέσα από τη μητρική φωνή, το αγκάλιασμα, τη μυρωδιά και το χείδεμα, το βρέφος μαθαίνει τα όρια του εαυτού του μέσα στον κόσμο και δημιουργεί μία πρώτη εικόνα της ύπαρξής του. Ανάμεσα στις μητέρες και στις κόρες δημιουργούνται από πολύ νωρίς πολύ ισχυροί δεσμοί ταύτισης και συγχώνευσης. Τα δύο θηλυκά, όμοια σε τόσα πολλά επίπεδα και πράγματα, ταυτίζονται ασυνείδητα δημιουργώντας έτσι έναν πανίσχυρο δεσμό που αποτελεί αργότερα και τη μεγαλύτερη πρόκληση στη σχέση μητέρας - κόρης. Οι μητέρες βλέπουν τον εαυτό τους στην κόρη τους και οι κόρες αισθάνονται συνέχεια τη μητέρα τους, με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται και οι δύο πολύ όταν έρχεται η ώρα να κατανοήσουν τη διαφορετικότητά τους, να αναγνωρίσουν ότι έχουν τα δικά τους μοναδικά χαρακτηριστικά και να πορευτούν στο δικό τους δρόμο στη ζωή.

Όλες οι ταυτίσεις, οι ομοιότητες και τα κοινά που μας δένουν με τη μητέρα μας (αν και δεν είναι πάντα συνειδητά) είναι εκείνα που μας δυσκολεύουν τόσο πολύ να βάλουμε όρια στη σχέση μας μαζί της. Αυτή η σχέση με τη μητέρα μας είναι τόσο δομική για το χαρακτήρα μας που την κουβαλάμε σε όλη μας τη ζωή και πολύ συχνά την αναπαράγουμε στις άλλες σχέσεις που δημιουργούμε. Την αναπαράγουμε στον τρόπο που σχετιζόμαστε με το σύντροφό μας, στις φιλίες μας, στον ίδιο τον τρόπο που μεγαλώνουμε τα παιδιά μας. Ταυτόχρονα, η σχέση μας με τη μητέρα μας συμβάλλει στην ψυχοσεξουαλική μας ανάπτυξη, την υιοθέτηση

δηλαδή των χαρακτηριστικών του φύλου μας, της σεξουαλικής μας ταυτότητας και της γυναικείας μας φύσης, με ό,τι αυτή συνεπάγεται για το μέλλον.

## Ο αποχωρισμός..

Για τις περισσότερες κόρες ο αποχωρισμός από τη μητέρα είναι τόσο δύσκολος, όσο και επώδυνος και κάποιες φορές αναβάλλεται επ' αόριστον, ίσως δεν γίνεται και ποτέ ολοκληρωτικά. Τι σημαίνει λοιπόν αποχωρίζομαι τη μητέρα μου; Ο αποχωρισμός είναι μία διαδικασία μέσα από την οποία η κόρη αισθάνεται ψυχικά έτοιμη να «επιτρέψει» στη μητέρα της το δικαίωμα να μην είναι μόνο μητέρα. Οι περισσότερες γυναίκες δυσκολεύονται πολύ να αποδεχτούν ότι η μητέρα τους έχει κι' άλλους ρόλους, κι' άλλες αγάπες και άλλα χαρακτηριστικά. Είναι κι' εκείνη κόρη κάποιας μητέρας, σύζυγος, ερωμένη, φίλη. Είναι κι' εκείνη άνθρωπος με τα σφάλματά του. Όταν καταφέρουν να δουν τη μητέρα τους σε αυτή της την διάσταση είναι η στιγμή που είναι έτοιμες να την αποχωριστούν συμβολικά και να συνεχίσουν τη ζωή τους με εκείνη δίπλα τους και όχι από πάνω τους.

Για πολλές γυναίκες η διεργασία αυτή πραγματοποιείται σε αρκετά μεγάλη ηλικία, όταν οι ίδιες πια έχουν γίνει οι ίδιες μητέρες και έχουν προχωρήσει τη ζωή τους. Γι' αυτό βλέπουμε πολύ συχνά, ακόμη και πολύ διαταραγμένες σχέσεις μητέρας και κόρης να αποκαθίστανται αργότερα και να βρίσκουν μία βιώσιμη ισορροπία. Για άλλες γυναίκες, η στιγμή αυτή δεν έρχεται ποτέ, είτε γιατί δεν πρόλαβαν να βρουν την ισορροπία, είτε γιατί η σχέση με τη μητέρα τους ήταν τόσο κακή που η κατάσταση δεν διορθώνεται.

Φυσικά, η ημέρα του γάμου κάθε γυναίκας είναι πολύ συναρπαστική, όχι μόνο για την πρωταγωνίστρια της σημαντικότερης αυτής γιορτής, τη νύφη, αλλά και για τη μητέρα της. Ο ρόλος της μητέρας κατά τη διάρκεια ενός γάμου είναι ανεκτίμητη. Είναι η γυναίκα που θα δώσει το όμορφο κορίτσι της, το καμάρι της, στον γαμπρό. Θα του δώσει το θησαυρό της και έχει το δικαίωμα να πει αντίο στην κόρη της με το δικό της τρόπο. Ως εκ τούτου, τα λόγια της μητέρας προς την κόρη στο γάμο της βασίζονται στην εμπειρία της ίδιας, όταν πέρασε μέσα από το χωνευτήρι της οικογενειακής ζωής και έγινε σοφότερη. Η συγκίνηση της μητέρας στο γάμο όταν δίνει την κόρη της σε μια άλλη οικογένεια, έχοντας υποσυνείδητα την έγνοια το παιδί της να πέσει σε «καλά χέρια», είναι απεριγράπτη και μοναδική. Τα λόγια που θα πει η μητέρα στην κόρη της πρέπει να είναι τέτοια που να τα θυμάται η νύφη, όχι μόνο ως λίγα γλυκά λόγια αποχωρισμού, αλλά και ως πηγή γυναικείας σοφίας που μπορεί να χρησιμοποιήσει στην μετέπειτα οικογενειακή της ζωή, σε κάποια δυσκολία που θα αντιμετωπίσει, ή στο μέγαλωμα των δικών της παιδιών.

*«Βάλε στα χείλη σου φωτιά, λουλούδια στα μαλλιά σου,  
χρυσάφι μπρος στα πόδια σου, άρωμα στην καρδιά σου  
Όλοι για σένα θα μιλούν, θα σου χαμογελούν,  
το νυφικό σου θα κοιτούν και θα χειροκροτούν.  
Στο χέρι σου είναι να γευτείς αυτή την ομορφιά σου,  
γιατί παιδί μου η μέρα αυτή είναι μόνο δικιά σου».*





# ΑΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ

ΣΤΕΓΗ ΠΟΛΥΔΙΑΣΤΑΤΗΣ ΚΑΙ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ  
Ίδρυμα Έλλη & Στέλιος Ιωάννου

## Όνειρο Ζωής:

Η δημιουργία της Στέγης «Άγιος Χριστόφορος» ήταν το όνειρο μιας ζωής για τους αείμνηστους Στέλιο και Έλλη Ιωάννου, που για χρόνια τώρα πρόσφεραν αφειδώλευτα στα άτομα με νοητική υστέρηση στο νησί μας. Μετά την επιτυχία της δωρεάς τους, του Ιδρύματος Χρίστου Στέλιου Ιωάννου, στη μνήμη του γιού τους που τόσο γρήγορα και αιφνίδια έχασαν, δεν εφησυχασαν. Η αγωνία των γονιών που έχουν παιδιά με νοητική υστέρηση και το βασανιστικό ερώτημα τί θα απογίνουν τα παιδιά τους όταν αυτοί θα κλείσουν τα μάτια τους, άγγιξαν τις καρδιές τους και προχώρησαν στη δημιουργία της πρωτοποριακής για τα κυπριακά δεδομένα Στέγης «Άγιος Χριστόφορος», η οποία λειτούργησε τον Ιανουάριο του 2000.

## Κριτήρια Εισδοχής:

Στη Στέγη γίνονται δεκτά άτομα με δείκτη νοημοσύνης 30-55, των οποίων και οι δύο γονείς έχουν πεθάνει. Επίσης άτομα χωρίς γονείς, με δείκτη νοημοσύνης 55-85, που λόγω δυσκολιών αυτομέριμνας δεν μπορούν να ζήσουν ανεξάρτητα. Δεκτά ακόμα γίνονται άτομα, των οποίων ο ένας γονέας βρίσκεται στη ζωή, αλλά αδυνατεί να παράσχει την απαιτούμενη φροντίδα στο παιδί του.

## Προγράμματα ημερησίας φροντίδας:

Ειδική Φυσική Αγωγή, Μουσικοθεραπεία, Φυσιοθεραπεία, Εργοθεραπεία και Χειροτεχνίες. Τα προγράμματα αυτά, τα οποία επιβλέπονται και συντονίζονται, από πολυθεματική θεραπευτική ομάδα, δεν είναι και τόσο εντατικά εκπαιδευτικά. Προορίζονται για άτομα που βρίσκονται σε προχωρημένη ηλικία και είναι περισσότερο ελαστικά και ψυχαγωγικά. Οι προσφερόμενες υπηρεσίες ενισχύονται με τη συνεργασία του Υπουργείου Υγείας μέσω του Γενικού Νοσοκομείου Λευκωσίας, με παθολόγο μια φορά εβδομαδιαίως και ψυχίατρο μια φορά μηνιαίως, καθώς και λειτουργών Κοινωνικής Ευημερίας του Τμήματος Κοινωνικών Υπηρεσιών του Υπουργείου Εργασίας.

## Οικονομικοί Πόροι:

Η λειτουργία της Στέγης δεν επιβαρύνει τον προϋπολογισμό της Κυβέρνησης. Η οικογένεια των δωρητών με τη συνεργασία του Συνδέσμου Φίλων του Ιδρύματος Χρίστου Στέλιου Ιωάννου κάνουν ό,τι είναι δυνατόν για την καλύτερη λειτουργία και πλήρη επιτυχία της Στέγης. Οι ένοικοι καταβάλλουν για τη διαμονή τους ένα μηνιαίο ποσό που σχετίζεται με το εκάστοτε δημόσιο βοήθημα που παρέχει το Τμήμα Κοινωνικής Ευημερίας του Υπουργείου Εργασίας.

## Στόχοι:

Σκοποί και στόχοι της Στέγης είναι η προσφορά όλων των αναγκαίων υπηρεσιών για αξιοπρεπή διαβίωση, απασχόληση και ποιότητα ζωής σε ενήλικα πνευματικά υστερούντα άτομα. Κατευθυντήρια γραμμή της είναι η αποφυγή ιδρυματοποίησης των ενοίκων της.

**«Μπορεί να δίνεις χωρίς να αγαπάς,  
αλλά δεν μπορεί να αγαπάς χωρίς να δίνεις!»**

Τ.Θ. 28998, 2084 Λευκωσία, Τηλ.: 22570095/6/7/8, Φαξ: 22570099  
e-mail: stegi@spidernet.com.cy, www.saintchristopher.org.cy

# Το 2024 αρχιτεκτονικός διαγωνισμός για το Κέντρο Περιβαλλοντικής Ενημέρωσης Αλυκών

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Μπήκε το νερό στ' αυλάκι για τη δημιουργία Κέντρου Περιβαλλοντικής Ενημέρωσης για τις αλυκές Λάρνακας στο χώρο του πρώην λεπροκομείου, παρά τη μεγάλη λίμνη της αλυκής. Σε πρόσφατη συνάντηση που έγινε μεταξύ του Υπουργού Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος Πέτρου Ξενοφώντος και του δημάρχου Λάρνακας Ανδρέα Βύρα, συμφωνήθηκε όπως ο δήμος προβεί άμεσα στην αποτύπωση της περιοχής του πρώην λεπροκομείου και παράλληλα το Τμήμα Περιβάλλοντος προχωρήσει με την ετοιμασία των όρων αναφορικά με την προκήρυξη προσφορών για την ετοιμασία της δέουσας περιβαλλοντικής μελέτης, οι πρόνοιες της οποίας θα καθορίσουν τις βασικές αρχές και τους όρους του αρχιτεκτονικού διαγωνισμού για την υπό αναφορά περιοχή. Εκτιμάται ότι εφόσον δεν προκύψουν απρόοπτα κωλύματα, η προκήρυξη του αρχιτεκτονικού διαγωνισμού θα γίνει εντός του 2024. Κατά την συνάντηση Πέτρου Ξενοφώντος και Ανδρέα Βύρα, που έγινε στην παρουσία του γενικού διευθυντή κι εκπροσώπων του υπουργείου, του Τμήματος Περιβάλλοντος και του Τμήματος Δασών, τέθηκε επί τάπητος το αίτημα της Λάρνακας για δημιουργία Κέντρου Περιβαλλοντικής Ενημέρωσης αναφορικά με τις αλυκές στον αναξιοποίητο, εδώ και δεκαετίες, χώρο του πρώην λεπροκομείου. Ο κ. Ξενοφώντος ανέφερε ότι το έργο αυτό θεωρείται στρατηγικής σημασίας, καθότι η προστασία και η ανάδειξη του πολιτιστικού και φυσικού τοπίου αποτελεί

βασική αρχή, γι' αυτό, πρόσθεσε, θα πρέπει ν' αποτελεί επιδίωξη όλων των εμπλεκόμενων αρχών και κυβερνητικών τμημάτων, λαμβάνοντας υπόψη ότι το έργο θα υλοποιηθεί από ευρωπαϊκά κονδύλια. Ο Υπουργός Γεωργίας σημείωσε, επίσης, ότι η συνολική σχεδιαστική αντιμετώπιση του χώρου θα συμβάλει στη σωστή διαχείριση των περιβαλλοντικών απειλών και πιέσεων και κάλεσε όλα τ' αρμόδια τμήματα όπως συνεργαστούν με τον Δήμο Λάρνακας για τον καθορισμό των φάσεων και των χρονοδιαγραμμάτων υλοποίησης του έργου. Από την πλευρά του, ο Δήμος Λάρνακας στοχεύει όπως το υπό αναφορά κέντρο ν' αποτελέσει την ευκαιρία ώστε η περιοχή του πρώην λεπροκομείου να θεθεί στην ολότητά της σ' έναν ειδικό σχεδιασμό, μέσα από αρχιτεκτονικό διαγωνισμό που θα προκηρύξει ο ίδιος ο δήμος. Ο χώρος του πρώην λεπροκομείου, πέραν από την περιβαλλοντική του αξία, αποτελεί σημαντική ιστορική και πολιτιστική πτυχή της Λάρνακας. Ο Α. Βύρας ανέφερε ότι τα τελευταία χρόνια έχουν κατεδαφιστεί τα πλείστα κτήρια του παλαιού οικισμού και έχουν απομακρυνθεί αμίαντοι και άλλα οικοδομικά κι ευτελή υλικά που επιβάρυναν τον χώρο. Παρόλα αυτά, σημείωσε, το περιβάλλον παραμένει ανοργάνωτο κι επικίνδυνο για τους επισκέπτες. Εντός του χώρου του παλιού λεπροκομείου βρίσκεται το εκκλησάκι του Αγίου Χαραλάμπους, που θεωρείται αρχαίο μνημείο, ωστόσο ο χώρος συχνά γίνεται επισκέψιμος για παράνομη εναπόθεση άχρηστων υλικών, ακόμα και για πρόκληση



κακόβουλων πυρκαγιών, φαινόμενο το οποίο παρ' όλες τις προσπάθειες των δημοτικών αρχών και της Αστυνομίας δεν μπορεί να εξλειφθεί. Η περιοχή του πρώην λεπροκομείου καλύπτει μια έκταση 58.000 τ.μ., είναι κρατική δασική γη κι εμπίπτει ολόκληρη εντός της ζώνης προστασίας Natura 2000. Επομένως, η όποια ανάπτυξη γίνει μελλοντικά, θα διέπεται από τις πρόνοιες του Διαχειριστικού Σχεδίου του Δικτύου Natura 2000 «Αλυκές Λάρνακας». «Το Κέντρο Περιβαλλοντικής Ενημέρωσης θα έχει ως βασικό στόχο την προβολή του οικολογικού και περιβαλλοντικού χαρακτήρα των αλυκών, την πραγματοποίηση εκπαιδευτικών προγραμμάτων για διάφορες ομάδες επισκεπτών και την προβολή εκθεμάτων σχετικά με τα οικολογικά, περιβαλλοντικά και πολιτιστικά στοιχεία», τονίζεται σε ανακοίνωση του Δήμου Λάρνακας.

## Κέντρο Αιμοκάθαρσης το πρώην «Πισσαρίδης»

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Το πρώτο ιδιωτικό κέντρο αιμοκάθαρσης αποκτά η Λάρνακα τον επόμενο χρόνο. Το Νεφρολογικό Κέντρο «Διάμετρος» αναμένεται να λειτουργήσει στο γνωστό πολυκατάστημα «Πισσαρίδης», στην οδό Παπανικολή, το οποίο θα ανακαινιστεί πλήρως και θα μετατραπεί σ' ένα σύγχρονο κέντρο ημερήσιας νοσηλείας. Πρόσφατα υπεγράφησαν και τα συμβόλαια μεταξύ της εταιρείας που θα διαχειρίζεται το κέντρο αιμοκάθαρσης και του ιδιοκτήτη για παραχώρηση του ακινήτου. Ο γενικός διευθυντής της εταιρείας που θα διαχειρίζεται το Νεφρολογικό Κέντρο «Διάμετρος», Αλέξανδρος Νερσεσιάν, δήλωσε στο περιοδικό μας ότι τα αρχιτεκτονικά σχέδια έχουν ολοκληρωθεί και τα έργα ανακαίνισης και μετατροπής του κτηρίου σε νεφρολογικό κέντρο υπολογίζεται να ξεκινήσουν τους προσεχείς μήνες, με στόχο

να είναι έτοιμο για να λειτουργήσει το δεύτερο τρίμηνο του 2024. Επιπλέον, ο κ. Νερσεσιάν πρόσθεσε ότι το «Διάμετρος» θα δώσει λύσεις στον αυξανόμενο αριθμό ασθενών με νεφρικές παθήσεις, με στόχο την καλύτερη εξυπηρέτησή τους. Θα είναι συμβεβλημένο με το ΓΕΣΥ και θα παρέχει υπηρεσίες αιμοκάθαρσης καθώς και άλλες εξειδικευμένες υπηρεσίες σε ασθενείς με νεφρικά προβλήματα. Στο ισόγειο του κτηρίου θα διαμορφωθούν ανεξάρτητα εξωτερικά ιατρεία για ιατρούς διαφόρων ειδικοτήτων, οι οποίοι θα στεγάζονται εκεί.

### ΑΣΦΑΛΕΙΑ – ΠΟΙΟΤΗΤΑ

Ο Αλέξανδρος Νερσεσιάν ανέφερε ότι το νέο νεφρολογικό κέντρο θα λειτουργεί με τα υψηλότερα πρότυπα, ενώ θα δοθεί μεγάλη έμφαση στην ασφάλεια και στην ποιότητα παροχής υπηρεσιών ιατροφαρμακευτικής φροντίδας. Στόχος είναι να επανδρωθεί με πολύπειρους ιατρούς – νεφρολόγους καθώς και με καλά εκπαιδευμένο κι έμπειρο νοσηλευτικό προσωπικό. Ταυτόχρονα, ο κ. Νερσεσιάν τόνισε ότι το Νεφρολογικό Κέντρο «Διάμετρος» αποτελεί μια μεγάλη επένδυση στον τομέα της υγείας για



τη Λάρνακα, που προκύπτει από την συνεργασία της Quality Medical (του ομίλου Quality) και της Holmed Group. Όπως εξήγησε, αυτό το βήμα επεκτείνει το χαρτοφυλάκιο των επενδύσεων των δύο εταιρειών στον ιατρικό τομέα, φανερώνοντας την δέσμευση και την πίστη τους ως προς την παροχή υψηλού επιπέδου ιατρικής φροντίδας στο κοινό. «Οραμά μας είναι να επιφέρουμε θετική αλλαγή στη ζωή των ανθρώπων που θα εξυπηρετούμε, προσφέροντάς τους υπηρεσίες υγείας σε ένα όμορφο και φιλόξενο χώρο, που θα ξεπερνά τα συνήθη πρότυπα ποιότητας», κατέληξε.



# GVS FURNITURE FITTINGS LTD



GVS πολυτελής πετυχημένη παρουσία στο χώρο Κιγκκαλερίας. Για περισσότερο από 30 χρόνια με σφραγίδα την ποιότητα την εμπιστοσύνη και την άμεση εξυπηρέτηση συνεχίζουμε δυναμικά. Θα μας βρείτε στον νέο μας ανανεωμένο χώρο που βρίσκεται σε κεντρικό σημείο της Λάρνακας απέναντι από το παλιό Γ.Σ.Ζ

## ΔΙΑΘΕΤΟΥΜΕ:

HPL - Πάγκους Κουζίνας - Αξεσουάρ Μπάνιου  
Αξεσουάρ Κουζίνας - Συρόμενα Ερμάρια

- Είδη Κιγκκαλερίας:  
Υλικά στερέωσης (καρφιά, βίδες, γάντζοι, αλυσίδες)  
Πόμολα ντουλάπας, πόδια επίπλων, ροδάκια επίπλων, αξεσουάρ συρταριών  
Πόμολα Πόρτας & Αξεσουάρ  
Μεντεσέδες  
Κλειδαριές Ασφαλείας  
Γραμματοκιβώτια

108 Stadiou street, 6020 Larnaca - Cyprus  
Tel. +357 24620561, Mob. +357 99344614  
e-mail: gvsfurniture@cytanet.com.cy

40 Mesogis Avenue, 8280 Paphos - Cyprus  
Tel. +357 26271442, Mob. +357 99640385  
e-mail: fittvs@yahoo.com





# Καλοκαίρι: Πώς συνδέονται οι γονείς με τα παιδιά τους μέσα από το κλίμα των διακοπών



Γράφει ο **ΧΑΡΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**  
ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Καλοκαίρι σημαίνει ανεμελιά, παιχνίδι, μέτρηση παγωτών για τα παιδιά. Δεν συνεπάγεται όμως σε καμία περίπτωση ότι καλοκαίρι σημαίνει ασυδοσία ή ανευθυνότητα.

Αρχικά, μην αφήσετε ένα ταμπλετ ή ένα κινητό να κάνει κατάχρηση του χρόνου σας σε μια εποχή γεμάτη φως για τα παιδιά, τους εφήβους αλλά και για εμάς τους μεγάλους.

Βάλτε κανόνες με τα παιδιά σας δίνοντας τους το όνομα «καλοκαιρινοί κανόνες». Δηλαδή αν το παιδί στρώσει το κρεβάτι του, βουρτσίζει τα δόντια του, ντυθεί και φάει πρωινό, διαβάσει για 20 λεπτά ένα βιβλίο, καθαρίσει το δωμάτιο του, κάνει κάτι δημιουργικό, παίζει εκτός σπιτιού, τότε ναι μπορεί να χρησιμοποιεί με όριο ηλεκτρονική συσκευή.

Το καλοκαίρι για τα παιδιά πρέπει να μυρίζει θάλασσα, να έχει την υφή της άμμου, βόλτες δίχως πρέπει. Είναι μια άσκηση ισορροπίας για το κάθε παιδί να μπορεί να μάθει να ελέγχει την χαλαρότητα με την υπευθυνότητα.

Δημιουργήστε μία λίστα με δραστηριότητες, και κάθε φορά που το παιδί θα βαριέται θα επιλεγεί από τη συγκεκριμένη λίστα κάτι που θα

τον ευχαριστήσει τη δεδομένη στιγμή περνώντας έτσι και πιο δημιουργικό χρόνο μαζί τους.

Οργανώστε οικογενειακώς θερινό σινεμά στο μπαλκόνι, κάντε ημέρα μαγειρικής με τα παιδιά, κάμπινγκ βεράντα ή στην αυλή.

Πρέπει στα παιδιά να μεταφερθεί η αίσθηση της ξεγνοιασιάς, ότι ελευθερίες που στερούνται λόγω υπερφορτωμένων προγραμμάτων, τώρα είναι η στιγμή να αντικατασταθούν με βασικές καλοκαιρινές αναμνήσεις.

Βάλτε στόχους για τη νέα σχολική χρονιά που θα είστε ξεκάθαροι και εσείς τι ζητάτε από αυτά ώστε να αποφευχθεί η ένταση όταν ξαναμπει στη ρουτίνα το μαθησιακό κομμάτι.

Άστε τα παιδιά να παίξουν χωρίς μαθησιακές ενασχολήσεις.

Μην αγχώνετε οι γονείς ακόμη και τα παιδιά σας κάποια στιγμή βαρεθούν. Μην τα βομβαρδίζετε πάλι με πολλές δραστηριότητες. Δεν γίνεται 365 ημέρες του χρόνου να λειτουργούμε σαν ρομπότ κουρδισμένοι να ανταποκρινόμαστε σε φορτωμένα προγράμματα. Είναι εκεί που πρέπει σαν γονείς να παρέμβετε και να

βρείτε τις δραστηριότητες που αναφέραμε πιο πάνω που θα βγάλουν το παιδί από την πλήξη.

Τα παιδιά έχουν ανάγκη να συναναστραφούν και να παίξουν με άλλα παιδιά. Να παίξουν έξω, να χαρούν τη φύση μετά από 2 χρόνια που έζησαν γεμάτο στερήσεις και εγκλεισμό.

Οργανώστε εξερευνησεις οικογενειακώς, να κάνετε πράγματα που θα σας φέρουν και μεταξύ σας πιο ουσιαστικά κοντά.

Εκπαιδεύστε τα να μάθουν κολύμπι, να εξοικειωθούν με τη θάλασσα.

Γελάστε μαζί τους, κάντε κοινές δραστηριότητες, άστε τα να κάνουν πράγματα που θέλουν πάντα με τον έλεγχο σας.

Έχουν και αυτά ανάγκη από γέμιση μπαταριών. Είμαστε παράδειγμα για αυτά, αν αφήσουμε τον εαυτό μας να πάρει φως από το φως των ακτινών του καλοκαιρινού ηλίου, και χαλαρώσουμε και εμείς, τόσο περισσότερο μπορούμε να προσφέρουμε στα παιδιά αυτό που ζητούν, που δεν είναι άλλο από ξεκούραση, χαλάρωση, διασκέδαση.





Το Ιατρικό Κέντρο Λάρνακας ScalaMed αποτελεί το όραμα τριών ρομαντικών ιατρών που μέσα από μια μακρά πορεία στο δημόσιο νοσοκομείο και το τμήμα επειγόντων αποφάσισαν να δημιουργήσουν ένα ιατρικό στολίδι στην πόλη με μοναδικό σκοπό να υπηρετήσει τον πολίτη της.

Ένα ολοκληρωμένο Ιατρικό κέντρο/Κλινική ημερήσιας φροντίδας όπου ο πολίτης έχει πρόσβαση τόσο στην πρωτοβάθμια φροντίδα μέσω 4 Προσωπικών ιατρών όσο και στην Δευτεροβάθμια φροντίδα με πολλαπλές ιατρικές ειδικότητες αλλά και χειρουργείο.

Η συνεργασία διαφορετικών ειδικοτήτων αλλά και οι δυνατότητες παροχής υπηρεσιών από την κλινική δημιούργησαν ένα πλήρες ιατρικό κέντρο με παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών προς όφελος βέβαια του Λαρνακέα πολίτη.



# ΑΦΟΣΙΩΜΕΝΟΙ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

[www.scalamed.com.cy](http://www.scalamed.com.cy)

🏠 Νικολλάου Δημητρίου 36, 6031, Λάρνακα

☎️ +357 24505600

📞 +357 24505605

✉️ [info@scalamed.com.cy](mailto:info@scalamed.com.cy)

# Βράβευση Καλής Πρακτικής Εταιρικής Βιωσιμότητας και Υπευθυνότητας 2023 για το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας

Στην Κατηγορία «Μεσαίες Επιχειρήσεις» απονεμήθηκε Έπαινος στο Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας, στο πλαίσιο του ομώνυμου διαγωνισμού. Ο Έπαινος απονεμήθηκε σε ειδική τελετή που διεξήχθη στο πλαίσιο του 15ου Συνεδρίου Εταιρικής Βιωσιμότητας και Υπευθυνότητας όπου ανέδειξε Οργανισμούς, με σημαντικές δράσεις και ενέργειες που προάγουν τη βιώσιμη ανάπτυξη για τη χώρα μας. Τα βραβεία συνδιοργάνωσαν το CSR Cyprus (Κυπριακό Δίκτυο για την Εταιρική Βιωσιμότητα και Υπευθυνότητα) και η Υπηρεσία Συνεργατικών Εταιρειών.

Η Πρακτική Εταιρικής Βιωσιμότητας & Υπευθυνότητας για την οποία βραβεύτηκε το ΣΑΛ είναι η «Παραχώρηση της βιολογικής λάσπης σε γεωργούς»

Η παραχώρηση της επεξεργασμένης βιολογικής λάσπης η οποία παράγεται στο Σταθμό Επεξεργασίας Λυμάτων Λάρνακας και χρησιμοποιείται ως εδαφοβελτιωτικό, διατίθεται δωρεάν σε γεωργούς και γεωργοκτηνοτρόφους που δραστηριοποιούνται κυρίως στην επαρχία Λάρνακας και την εφαρμόζουν σε ξηρικές καλλιέργειες σιτηρών για την κτηνοτροφία.



Οι γεωργοί ωφελούνται έχοντας μειωμένα έξοδα λίπανσης των αγροτεμαχίων τους αποφεύγοντας τη χρήση των πολύ ακριβότερων χημικών λιπασμάτων. Επιπρόσθετα η λάσπη συγκρατεί την υγρασία και δεν παρασύρεται σε περίπτωση έντονης βροχοπτώσης, ελευθερώνει σταδιακά τις αναγκαίες φυτοθρεπτικές ουσίες αυξάνοντας σημαντικά την παραγωγικότητα των καλλιεργειών. Τα οφέλη για το περιβάλλον είναι η αποφυγή της ερημοποίησης των εδαφών και της χρήσης χημικών λιπασμάτων, τα οποία για να παραχθούν αναλώνουν φυσικούς πόρους και ορυκτά καύσιμα.

Το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας στοχεύει στην βιώσιμη ανάπτυξη, στην εκμετάλλευση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας και στην προώθηση της φιλοσοφίας της κυκλικής οικονομίας με την επαναχρησιμοποίηση των παραπροϊόντων της επεξεργασίας των αστικών λυμάτων, μεγιστοποιώντας το κοινωνικό όφελος. Η βράβευση του ΣΑΛ, αποτελεί αναγνώριση και ισχυρό κίνητρο για περισσότερες πρωτοβουλίες.

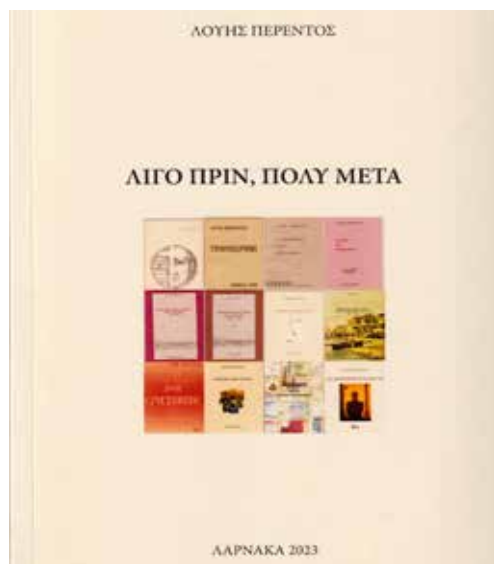
Το βραβείο παρέλαβαν η Μαρία Δημητρίου, Υπεύθυνη Δημόσιων Σχέσεων και Προβολής και η Ιωάννα Ιωαννίδου, Χημικός Μηχανικός Συμβουλίου Αποχετεύσεων Λάρνακας.



## ΚΥΚΛΟΦΟΡΗΣΕ Η ΝΕΑ ΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΟΥ ΛΟΥΗ ΠΕΡΕΝΤΟΥ ΜΕ ΤΙΤΛΟ ΛΙΓΟ ΠΡΙΝ, ΠΟΛΥ ΜΕΤΑ.

Ο Λούης Περεντός, ο οποίος συμπληρώνει φέτος 50 χρόνια ενεργού παρουσίας και αδιάλειπτης προσφοράς στα γράμματα και τον πολιτισμό, μας εκπλήσσει ευχάριστα με τη νέα-9η στη σειρά ποιητική του κατάθεση, που έχει τον αρκούντως εύγλωττο τίτλο «Λίγο πριν, πολύ μετά». Πενήντα χρόνια από την πρώτη του ποιητική συλλογή «Διάφανα» (Κύπρος 1973) και δέκα χρόνια από την τελευταία του-8η στη σειρά, που κυκλοφόρησε το 2013, με τίτλο «Εσωτερικός διάλογος» (Εκδόσεις «ΠΗΛΙΟ», Λάρνακα 2013), ο ποιητής, με ώριμη πια, μεστή και κατασταλαγμένη ποιητική δύναμη και γραφίδα, μας δίνει ποιήματα έξοχης ποιητικής σύλληψης, που αποτελούν, χωρίς υπερβολή, μια όμορφη και ευτυχημένη στιγμή για τη σύγχρονη κυπριακή ποιητική δημιουργία.

(Από το Προλόγισμα του Δρα.Κώστα Κατσώνη, φιλόλογου-συγγραφέα, που επιμελήθηκε την έκδοση).



### ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

**Visual Rhythms – 2 Σεπτεμβρίου, Πλατεία Ζουχούρι** (Λάρνακα Πόλη με Περιέργεια και Ταλέντο). Είκοσι πέντε νέοι και καταξιωμένοι καλλιτέχνες της Λάρνακας ενώνουν τις δυνάμεις σε ένα ολοήμερο φεστιβάλ.

**Drumming up Art and Hope – 16, 17 & 24 Σεπτεμβρίου, σε γειτονίες της Λάρνακας & στην Πλατεία Ζουχούρι** (Λάρνακα Ανθρώπινη Πόλη / Λάρνακα Διαπολιτισμική Πόλη). Ένα έργο κοινοτικής μουσικής και κοινωνικής γλυπτικής με μουσική στις γειτονίες της πόλης, σε επιμέλεια και συντονισμό της Μαρίας Κραμβή.

**Πριγκιπίσσης Ζεχρά – 24, 27, 29 Σεπτεμβρίου & 14, 15 Οκτωβρίου, Τουρκομαχαλάς** (Λάρνακα Ανθρώπινη Πόλη / Λάρνακα Διαπολιτισμική Πόλη). Το νέο έργο του Κώστα Μανούρη, σε μια site specific περιπατητική παράσταση στον Τουρκομαχαλά. Σκηνοθεσία: Νάγια Τ. Καρακώστα. Μια δημιουργική συνεργασία των ταλέντων της πόλης.





## Βιωματικό Σεμινάριο (3 ώρο)

# MINDFULNESS

Η τέχνη του να βρίσκεσαι στο τώρα!

Μείωσε το άγχος σου & Αύξησε την ευεξία σου!

Στη σύγχρονη, γρήγορη και απαιτητική ζωή που ζούμε, η εύρεση εσωτερικής γαλήνης και η διατήρηση μιας ισορροπημένης ζωής έχει γίνει πλέον στόχος. Το Mindfulness / η Ενσυνειδητότητα είναι μια λύση που εδώ και αιώνες έχει αποδειχθεί επιστημονικά πως βελτιώνει την ευεξία, μειώνει το άγχος και αυξάνει την γενική ευημερία. Άλλωστε δεν είναι τυχαίο που οι κορυφαίες εταιρίες στον κόσμο όπως Google, Apple, Facebook, Twitter, Deutsche Bank, Aetna καθώς και προπονητές ομάδων του NBA, ενσωμάτωσαν στην κουλτούρα τους το Mindfulness, καθώς οι έρευνες δείχνουν πως αυξάνεται η παραγωγικότητα των εργαζομένων, η συγκέντρωση και η προσοχή των αθλητών και δεν έχουν εξωτερικές ανησυχίες και περισπασμούς. Στο σεμινάριο θα έρθεις σε επαφή με τεχνικές-ασκήσεις αναπνοής, χαλάρωσης,

διαλογισμό κ.α. Σε έναν φιλόξενο, ήρεμο και καθαρό χώρο το **Impact Training Studio Kiti στις 7 & 8 Οκτωβρίου**. Είναι ιδανικό για οποιονδήποτε αναζητά να βελτιώσει την ψυχική και συναισθηματική του υγεία και να βρει καλύτερη ισορροπία στη ζωή του. Μη χάσεις αυτήν την ευκαιρία να επενδύσεις στον εαυτό σου και να ανακαλύψεις την μεταμορφωτική δύναμη του Mindfulness! Οι θέσεις είναι περιορισμένες γι' αυτό κλείσε σήμερα εύκολα και γρήγορα τη θέση σου. Κάνε ένα δώρο στον εαυτό σου, αφιέρωσε του λίγο χρόνο κάνε το πρώτο βήμα για μια πιο ενσυνειδητη, με λιγότερο άγχος και περισσότερη ευεξία ζωή. Σε περιμένω στο σεμινάριο να ξεκινήσουμε αυτό το μεταμορφωτικό ταξίδι. Αγκάλιασε την παρούσα στιγμή και απελευθέρωσε την πραγματική σου δύναμη.

Αποκλειστικά για τους αναγνώστες της L.A.Voice  
Ειδική τιμή από **€60** τώρα **€35**  
για συμμετοχές μέχρι 31 Αυγούστου

Δήλωσε συμμετοχή / Περισσότερες πληροφορίες

✉ [refeelyourlife@gmail.com](mailto:refeelyourlife@gmail.com)

📷 Instagram : [adriana\\_tsangari\\_nlp\\_coaching](https://www.instagram.com/adriana_tsangari_nlp_coaching)



Ανδριάννα Τσαγγάρη





**Η ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗΣ ΚΡΙΣΤΗΣ ΚΑΙ Η ANNA ΒΙΣΣΗ ΕΝΩΝΟΥΝ ΤΙΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ!**

**«ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΜΕ, ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΕ ΑΝΑΓΚΗ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ!»**

Στις 24 Ιουλίου, στον Πολυχώρο Δημιουργικότητας και Πολιτισμού Λάρνακας, πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση Τύπου της Χαραλαμπίδης Κρίστης, παρουσία της Άννας Βίσση, για την επετειακή συναυλία στις 30 Σεπτεμβρίου και την ανακοίνωση του φιλανθρωπικού σκοπού της.

Η μεγάλη συναυλία της Άννας Βίσση στη Λάρνακα, στο πλαίσιο εορτασμού των 50 χρόνων μουσικής πορείας της, στηρίζει ουσιαστικά το έργο δύο σημαντικών φιλανθρωπικών ιδρυμάτων της Κύπρου, μέσω του προγράμματος έμπρακτης προσφοράς και κοινωνικής αλληλεγγύης ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ, της Χαραλαμπίδης Κρίστης.

Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ που φέτος γιορτάζει 10 χρόνια κοινωνικής προσφοράς, γίνεται αρωγός στην πραγματοποίηση του φιλανθρωπικού σκοπού και στη διάδοση του μηνύματος της συναυλίας, «Συμμετέχουμε, Στηρίζουμε τα παιδιά σε ανάγκη, Γινόμαστε Καλύτεροι!».

Η Άννα Βίσση με τη Χαραλαμπίδης Κρίστης, προσκαλούν όλη την Κύπρο να συμμετέχει στη στήριξη του έργου των Ronald McDonald House Charities και Sophia Foundation for Children.

Στο πλαίσιο του φιλανθρωπικού σκοπού της συναυλίας, η Χαραλαμπίδης Κρίστης, ανακοίνωσε ότι μέσω της ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ, θα αναλάβει τις ανάγκες σίτισης των 2 Ιδρυμάτων με προϊόντα της, για έναν ολόκληρο χρόνο. Επιπλέον, θα συμβάλει περαιτέρω, ώστε να γίνει πραγματικότητα ο φιλανθρωπικός σκοπός της συναυλίας, που αφορά στη δημιουργία 5 νέων δωματίων στο RMHC Chapter Nicosia του Ronald McDonald House Charities και στην κατασκευή 5 κουζινών για το πρόγραμμα «Μαγειρεύω και Προσφέρω» του Sophia Foundation for Children.

Για τους τρόπους συμμετοχής, το κοινό μπορεί να ενημερωθεί στο [Vissi50yCyprusConcert.com](http://Vissi50yCyprusConcert.com) καθώς και μέσω του QR code που φέρουν οι συλλεκτικές συσκευασίες Φρέσκο Γάλα της Χαραλαμπίδης Κρίστης, για την επετειακή συναυλία «50 χρόνια Άννα Βίσση».

**Επίσης, στέλνοντας sms στο 7060  
AV(κενό) 1 για προσφορά 1€  
AV(κενό) 3 για προσφορά 3€  
AV(κενό) 5 για προσφορά 5€**



# Γράμματα στην Έθελ

Γράφει η **ΙΩΑΝΝΑ ΠΙΤΣΙΛΛΗ**



Αγαπημένη μου,

Η Μέγκι έχει εξαφανιστεί. Την ψάχνω εδώ και μέρες. Άφαντη, λες και άνοιξε η γη και την κατάπιε. Δε θέλω να βάλω στο μυαλό μου το κακό. Θέλω να πιστεύω πως θα γυρίσει. Ίσως ερωτεύτηκε. Ίσως πήγε να εξερευνήσει καινούργιες γειτονιές. Το σίγουρο όμως είναι ότι μου λείπει. Είχα συνηθίσει να την βλέπω να κοιμάται πάνω στις οροφές των αυτοκινήτων μας. Να βολτάρει αμέριμνη μέσα στο μικρό πάρκο με τις σπασμένες κούνιες. Να κοιμάται κάτω από τον ίσκιο των πεύκων. Να τρέχει, με το που μας βλέπει, να μπλέκεται ανάμεσα στα πόδια μας, να μας ζητάει χάρδια. Να παίζει με τα σκυλιά. Ναι, έτσι είναι η Μέγκι, ατρόμητη και θαρραλέα. Τσαμπουκαλού. Δημοφιλής και αγαπητή σε όλο το τετράγωνο. Όχι μόνο από τους ανθρώπους αλλά και από όλα τα τετράποδα της γειτονιάς. Έπιανε εύκολα φίλιες. Ακόμα και με τα σκυλιά. Ακόμα και η Λιλή,

που τρελαίνεται να κυνηγάει γάτες, την Μέγκι δεν τόλμησε ποτέ να την πειράξει! Άβυσσος η ψυχή των ζώων! Τι να πω!

Την Μέγκι την γνωρίσαμε, όταν κάποιος την άφησε μια μέρα στην πιλοτή της πολυκατοικίας μας. Θα 'ταν δε θα 'ταν τότε τριών μηνών. Μια μικρή μαύρη χνουδωτή μπαλίτσα, με λευκές πινελιές στο δεξί πίσω πόδι και με δύο υπέροχα πονηρά ματάκια. Παρόλο που οι γάτες, οφείλω να ομολογήσω, δεν είναι η αδυναμία μου, εντούτοις η Μέγκι μπήκε στην καρδιά μου από την πρώτη στιγμή που την αντίκρισα. Στο σπίτι βέβαια, με δύο σκυλιά, ήταν αδύνατο να την πάρω. Από την άλλη όμως δεν μπορούσα να αγνοήσω την ύπαρξή της, ούτε και να την αφήσω στο έλεος της μοίρας της. Ήταν χειμώνας θυμάμαι. Κρύο και βροχές. Μαζί με τον Ηλία, που έχει αδυναμία σ' όλο το ζωικό βασίλειο, τοποθετήσαμε σε μια γωνία του χώρου στάθμευσης μια ζεστή κουβερτούλα και ένα μαλακό μαξιλαράκι. Βρήκαμε τα παλιά μπολ των σκυλιών και φροντίσαμε ώστε να υπάρχει πάντα καθαρό νερό και τροφή.

Η αλήθεια είναι πως φοβόμουν λίγο τις αντιδράσεις των υπόλοιπων ενοίκων της πολυκατοικίας, μιας και ήμασταν και σχετικά καινούργιοι εκείνο το διάστημα στο κτίριο. Προς μεγάλη μου έκπληξη όμως, οι περισσότεροι ένοικοι έδειξαν να χαίρονται με την κίνησή μας αυτή και ήταν πολλές οι φορές που βρήκα τα μπολ της Μέγκι γεμάτα με φαγητό! Όλοι νοιαζόμασταν το μικρό μαύρο γατί που μπήκε ξαφνικά και από το πουθενά στις ζωές μας. Τι και αν εμείς την φωνάζαμε Μέγκι, τα δίδυμα από τον πρώτο την αποκαλούσαν «η μαυρούλα» και ο Θανάσης με την Ηρώ από δίπλα την είχαν βαφτίσει «Μέλπω». Το γατί απαντούσε σε όλα τα ονόματα και μεγάλωνε ευτυχισμένο.

Βέβαια Έθελ, φτιάχνοντας μια ζεστή γωνίτσα με φαγητό και νερό, η Μέγκι δε θα μπορούσε να ήταν πια μόνη. Σιγά σιγά άρχισε να δημιουργείται γύρω της μια μικρή γατοπαρέα. Και η Μέγκι, που απόκτησε μπόι ξαφνικά, έγινε η αρχηγός. Κάθε πρωί με το που κατεβαίνω να πάω στη δουλειά, πετάγεται πρώτη μπροστά μου και δίνει το σύνθημα. Μέχρι να μπω στην αποθηκούλα και να πάρω την τροφή, μια ομάδα με γατιά στέκεται προσοχή και με περιμένει. Πρώτη, και δικαιοδικα, ανοίγει «το μπουφέ» η Μέγκι. Μετά παίρνουν σειρά όλοι οι υπόλοιποι. Περιττό να σου αναφέρω ότι στην γωνία έχουν προστεθεί και άλλα μπολ που καθιστούν «το σερβίρισμα» πιο εύκολο και πιο λειτουργικό.

Τις τελευταίες ημέρες όμως τα πράγματα έχουν αλλάξει. Η Μέγκι έχει εξαφανιστεί. Φοβάμαι μήπως της συνέβη κάτι κακό. Όχι, ούτε να το σκέφτομαι δε θέλω! Θέλω να πιστεύω πως απλά το έχει ρίξει λίγο έξω. Πώς αλητεύει σε άλλες γειτονιές και πως μια μέρα θα γυρίσει ξανά εδώ στη γωνίτσα της, στη γατοπαρέα της και σε όλους εμάς που μπορεί να την φωνάζουμε με διαφορετικά ονόματα, όμως την αγαπάμε όλοι το ίδιο. Απέραντα!

Χωρίς να το θέλω μου έρχονται στο μυαλό οι στίχοι από το τραγούδι «Σερενάτα» της Αρλέτας: «Σ' όλη τη ζωή μου θα 'σαι το γατί μου. Δε θα ξαναδώσω σ' άλλη γάτα την ψυχή μου» Αχ Έθελ, ποτέ δεν πίστευα πως θα μου έλειπε τόσο πολύ ένα γατί... Μια χνουδωτή μαύρη μπαλίτσα...

Σ' αγαπώ  
Να προσέχεις  
Ι.Π

Υποσημείωση\* Δεν έχει σημασία ποια είναι η Έθελ. Αν είναι ή όχι υπαρκτό πρόσωπο ή αν θα διαβάσει ποτέ τα γράμματά μου. Αν το κάνει όμως, ευχή μου είναι, στο πρόσωπό της, να σχηματιστεί ένα γλυκό χαμόγελο.

# Άστρα να πάνε

Με την ΑΣΤΕΡΩ ΟΥΡΑΝΟΚΑΤΕΒΑΤΟΥ



## ΚΡΙΟΣ

Χρήματα πέφτουν στα χέρια σου και, ως συνετό Κριαράκι που είσαι, αποχαιρετάς το δάνειο που έχεις. Η οικογένεια σου μετά από μια περιπέτεια που σας έφερε πιο κοντά, θα απολαύσει το καλοκαίρι και με «λειωμένο παγωτό στο χέρι»...ποιος το τραγουδά; ...ποιος το τραγουδά;... μου διαφεύγει.



## ΤΑΥΡΟΣ

Σε ποια θάλασσα αρμενίζεις και σε ποια στεριά βαδίζεις; ...τελευταίως τα άφησες όλα στον αυτόματο πιλότο, τελείως καλοκαιρινό mood. Οι γύρω σου σε χαίρονται γιατί είσαι η ψυχούλα της παρέας. Το ταίρι σου φιλοπαραπονιέται αλλά οι διακοπές που κοντεύουν θ'αφήσουν τα παραπονάκια στην άκρη, αφού θα έχετε πολύ χρόνο μαζί.



## ΔΙΔΥΜΟΙ

Την αλήθεια να τη λαλείς άμαν εν φρέσκα, άμα μπαγιατέψει ότι σάλτσα τζιαι να της βάλεις πάλε μπαγιατίτικη θα είναι. Γ'αυτό φρόντισε αυτό που έχεις καλύψει να το αποκαλύψεις. Το άγχος που σε διακατέχει τον τελευταίο καιρό από τις τύψεις είναι.



## ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Η επιτυχία είναι δεδομένη, αρκεί αυτή τη φορά να μην είσαι τόσο φιλότιμος γιατί θα πάρεις πάλι το παράσημο της ανοιχτής παλάμης... καταλαβαινόμαστε, σωστά; Τα προσωπικά σου μπαίνουν σε μια τάξη κι αισθάνεσαι όμορφα μετά από ένα διάστημα ανάπαυλας.



## ΛΕΩΝ

Πως τα πήρες δεξιά, πως τα έφερες αριστερά, η δημιουργική σου φύση απογειώθηκε, η ψυχολογία σου άλλαξε και το επιχειρηματικό σου μυαλό σε βγάζει ασπροπρόσωπο Λιονταράκι μου....αν έρτει τζιαι καμιά αύξηση, παραπάνω που καλοδεχούμενη θα είναι...και καλές διακοπές.



## ΠΑΡΘΕΝΟΣ

Είσαι στην τελική ευθεία γι'αυτό που προγραμματίζεις και αισθάνεσαι ανακούφιση γιατί έχεις επισπεύσει τα σχέδια σου και θα φύγεις για ανέμελες διακοπές. Η επιστροφή στη ρουτίνα θα γίνει ομαλά αλλά κάποια ίωση θα σε ταλαιπωρήσει Παρθένε μου.



## ΖΥΓΟΣ

....και τσουουουου, μπροστά σου! Αυτή η συνάντηση θα σε αναστατώσει απρόσμενα γιατί Ζυγέ μου νόμιζες ότι το έχεις ξεπεράσει...όμως θα πιάσεις αγκαλιά τη Στανίση ( που την ενθυμήθηκα τώρα τούτη;) και θα τραγουδάς «Αναστατώνομαι!...». Κ'ετσι όπως αναστατώνεσαι θα πάρεις την απόφαση να επικοινωνήσεις με την αιτία της αναστάτωσης.



## ΣΚΟΡΠΙΟΣ

Όσο ανεβαίνει η θερμοκρασία τόσο πιο νωχελικές είναι οι κινήσεις σου γενικώς. Όμως σαν παραδοθεί η μέρα στα χέρια της νύχτας (πως τα λέω βρε Σκορπιέ μου!), γίνεσαι άλλος άνθρωπος απολαμβάνοντας μπουρτίτσες με καλή παρέα...όλα με μέτρο όμως γιατί σάννα τζιαι θωρώ τον Χημικό να σε περιμένει με τη βελόνα στο χέρι.



## ΤΟΞΟΤΗΣ

Μην πιέζεις τον εαυτό σου να κάνει πράγματα που είναι πάνω από τις δυνάμεις σου, δεν υπάρχει λόγος αφού δεν θα έχεις και κάποιο όφελος. Ένας καλός φίλος εκπέμπει SOS κ'εσύ πρόθυμα θ' ανταποκριθείς αφού δεν ξεχνάς ότι σου στάθηκε κ'αυτός.



## ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Η προσπάθεια για μια συνεργασία ναυαγεί και η αιτία είναι το δικό σου πείσμα που σε αυτή τη περίπτωση θ' αποδειχθεί, στο μέλλον, ότι ήταν σωτήριο. Κατά τα άλλα, όλα καλά. Περιμένεις τζ'εσύ όπως τζ'εμείς, αγόγγυστα, να περάσουν οι μέρες να πιάσουμε Αύγουστο με το καλό, για ν' απλώσουμε το κορμάκι μας ανέμελα σε μια παραλία.



## ΥΔΡΟΧΟΟΣ

Ευχάριστα γεγονότα θα σε χαροποιήσουν και θα καλύτερεύουν τη διάθεσή σου που τον τελευταίο καιρό είναι...μαλλιά κουβάρκα. Άφισε και κάτι στην τύχη, δεν περνούν όλα από τα δυο σου χεράκια, υπομονή και όλα θα πάρουν το δρόμο τους... και το δρόμο των διακοπών!



## ΙΧΘΥΕΣ

Η ζωή έχει τα πάνω της έχει και την κατηφόρα της... άρπαξε την που το μαλλί τζιαι δείξε της ότι η κατηφόρα δεν σου ταιριάζει. Η δύναμη που εκδηλώνεις όταν σου παν'όλα στραβά είναι εκπληκτική, έχοντας και τους δικούς σου ανθρώπους κοντά, η δύναμη αυτή απογειώνεται...βρίσκεις πάλι γρήγορα τους βηματισμούς σου, μη φοβάσαι...πάλι θα κολυμπήσεις σε ήρεμα νερά ψαράκι μου.



Canterbury Christ Church

# University

Πτυχία στην Κύπρο



## Programmes

UK University franchise degrees | Approved by DIPAE.

### Canterbury Christ Church Courses | Approved by DIPAE

- LLB(Hons) Law (3 years)
- BSc(Hons) Accounting & Finance (3 years)
- BSc(Hons) Business Management (3 years)
- BSc(Hons) Hospitality Management (3 years)
- MSc Tourism & Event Management (1 year)
- MBA International (1 year)
- LLM International Business and Law (1 year)

### Alexander Courses\* | Approved by DIPAE

- BSc Computer Science with Gaming Development (4 years)
- Bachelor of Design with specialisation in Fashion, Graphics, Interior or Photography (4 years)
- MBA with specialisation in Management or Procurement (18 Months)
- Certificate in Journalism (1 Year)

\*Alexander Courses are currently only available at our Lamaca Campus

## Lamaca and Paphos



**ALEXANDER  
COLLEGE**  
CYPRUS

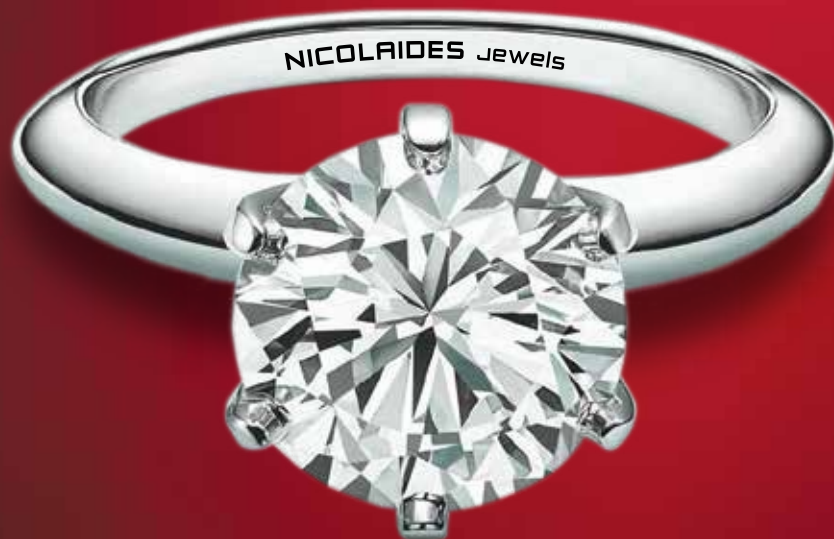
IN PARTNERSHIP WITH



## Contact Alexander College

☎ 70002592 • [www.alexander.ac.cy](http://www.alexander.ac.cy) •    

#creatingwinners



**NICOLAIDES**  
watches & Jewellery

Ζήνωνος Κιτιέως 120, τ. 24 656974

