



TROPICAL SMOOTHIES

THE COOLEST WAY
TO ENJOY SUMMER



**MANGO
SMOOTHIE**



**STRAWBERRY
SMOOTHIE**



**PASSION FRUIT
SMOOTHIE**



Το έργο είναι του **Αντώνιο Κροϊτόρου** 11 χρόνων μαθητή του Δημοτικού Σχολείου Αγίου Ιωάννη στη Λάρνακα, ο οποίος παρακολουθεί μαθήματα ζωγραφικής στη Σχολή 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 η προετοιμασία μαθητών για Σχολές Καλών Τεχνών Κύπρου, Ελλάδας και Ευρώπης.

ΘΕΜΑΤΑ

8



ΛΗΔΑ ΣΟΛΟΜΩΝΙΔΟΥ

**«ΣΤΟ YOUTHMAKERSPACE
ΛΑΡΝΑΚΑ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ
ΚΑΝΕΤΕ ΤΙΣ ΙΔΕΕΣ ΣΑΣ
ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ!»**

6

**ΑΝΘΕΣΤΗΡΙΑ ΣΤΟ Γ.Σ.Ζ.
ΛΑΡΝΑΚΑΣ**

10

**Η ΝΕΑ ΕΤΑΙΡΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ
ΤΗΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ**

12

**ΜΟΥΣΕΙΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ
ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ ΕΝΑΣ ΠΡΟΤΥΠΟΣ
ΧΩΡΟΣ ΜΕ ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ
ΣΥΛΛΟΓΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ**

20

**ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΠΑΙΔΙΟΥ
ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ**

**SOUTH
COAST**
SPECIALTY COFFEE

Αποστολή μας είναι να σας προσφέρουμε το καλύτερο προϊόν σε κάθε κατηγορία προϊόντων που αναγράφονται στον τιμοκατάλογο μας. Είμαστε σθεναροί υποστηρικτές της φιλοσοφίας του εξειδικευμένου καφέ (SPECIALTY COFFEE), όπου σκοπός δεν είναι μόνο να σερβίρουμε τον καλύτερο καφέ, αλλά και στην ενδυνάμωση των σχέσεων όσων είναι αναμειγμένοι στην αλυσίδα παραγωγής και προσφοράς μέχρι το καλύτερο φλυτζάνι καφέ φτάσει στον καταναλωτή.

Έχουμε δημιουργήσει ένα χώρο που είναι το ΤΡΙΤΟ σας σπίτι. Είτε είναι για μελέτη ή δουλειά, χαλάρωση με θέα την θάλασσα ή κοινωνικοποίηση με φίλους το SOUTH COAST είναι για σας η πρώτη επιλογή.

Ο συνδυασμός ΚΑΛΥΤΕΡΟΥ ΚΑΦΕ και ΚΑΛΥΤΕΡΗΣ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑΣ (Makenzy Beach) και ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΟΥ ΣΕΡΒΙΣ δεν αφήνει κανένα αδιάφορο οποιαδήποτε ώρα της ημέρας.



☎ 24 656647

📍 Makenzy Beach, Larnaca, Cyprus, 6028

✉ info@southcoast.com.cy 🌐 http://southcoast.com.cy

📍 South Coast Specialty Coffee

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 Printings & 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 Παλαιόλογου, 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

Έφυγες νωρίς ...

**Δεν φεύγουν οι άνθρωποι.
Φυλαχτά γίνονται και τους
κουβαλάς μαζί σου.**

Γράφει η **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Τον μήνα των λουλουδιών που τόσο πολύ τα αγαπούσες πέταξες ψηλά...

Η απώλεια σου είναι για όλους εμάς που σε γνωρίσαμε και σε αγαπήσαμε πολύ μεγάλη.

Όλα αυτά τα χρόνια έχασα από την ζωή μου δυστυχώς πολλά αγαπημένα μου πρόσωπα. Τους γονείς μου, συγγενείς, αρκετούς φίλους και τώρα εσένα.

Έχω να θυμάμαι πολύ όμορφες αναμνήσεις μαζί σου. Καλοκαίρια και Χειμώνες. Χαρές και λύπες. Αξέχαστες διακοπές, στιγμές χαλάρωσης γεμάτες κέφι και γέλιο. Δεν θα ξεχάσω τις αγωνίες της καθημερινότητας μας, τις βαθυστόχαστες μας συζητήσεις. Είναι πολλά να ξέρεις αυτά που ζήσαμε. Θα τα κρατήσω όλα.

Πάντα πάλευες στη ζωή σου. Τίποτα δεν σου χαρίστηκε. Δυσκολίες πολλές, άλλες μικρές κα άλλες μεγάλες. Και όμως δεν τα παρατούσες ποτέ αλλά αντίθετα με σθένος τις αντιμετώπιζες όλες.

Ο αγώνας αυτός με την υγεία σου ήταν άνισος και όμως εσύ ήσουν εκεί μαχητριά μέχρι το τέλος.

Τώρα ταξίδεψες στο φως Γεωργία Ψαριά φίλη μου ξεχωριστή. Σε ευχαριστώ που αποτέλεσες μέρος της ζωής μας.

Στο σύντομο πέρασμα σου άφησες τη δική σου σφραγίδα.

Αγαπημένη κόρη, καταπληκτική αδελφή, εξαιρετική επαγγελματίας στη δουλειά σου, ακριβή φίλη.

Θα σε κουβαλώ πάντα στη καρδιά μου σαν πολύτιμο φυλαχτό.

Μακριά η κοντά.

Στη γη ή στον ουρανό.

Ότι αγαπάς βρίσκεται μέσα σου.

Θα σε θυμάμαι πάντα με αγάπη.



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

SUPER

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ!

μόνο από τα

M METRO

**50% έκπτωση για
4 άτομα για το**

WaterWorld

ΑΓΙΑ ΝΑΡΑ CYPRUS

**με
αγορές
€50
και άνω**

Αποκλειστικά για κατόχους METROcard*



M METRO

www.metro.com.cy



ΑΝΘΕΣΤΗΡΙΑ ΣΤΟ Γ.Σ.Ζ. ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Γράφει ο **ΛΟΥΗΣ ΠΕΡΕΝΤΟΣ**

Στις αρχές της δεκαετίας του εξήντα υπήρχε μεγάλος ανταγωνισμός για την παρέλαση των αρμάτων και των ομάδων στα Ανθεστήρια. Η γιορτή αυτή και η κατασκευή αρμάτων με πραγματικά λουλούδια πάει πίσω στο χρόνο. Έχουμε υλικό από ανθεστήρια της δεκαετίας του είκοσι όπου ο Α.Μ.Ο.Λ. και ο ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ έκαναν σπουδαία δουλειά. Ήταν και οι χοροί που συνόδευαν τη γιορτή αυτή και πολύ καλά οργανωμένες ομάδες μαθητριών.

Εκτός από τα αθλητικά σωματεία (που από το 1932 προστέθηκε και η ΕΠΑ) στην παρέλαση των ανθεστηρίων λάμβαναν μέρος και τα σχολεία και διάφορες ομάδες προσκόπων, ναυτοπροσκόπων, του Ελληνικού Πνευματικού Ομίλου Λάρνακας, της Προοδευτικής Κίνησης Λάρνακας και άλλοι.

Στις φωτογραφίες αυτές, από το πλούσιο αρχείο του Ζήνωνα Πιερίδη, βλέπουμε το άρμα του Ευρυβιαδείου με θέμα Η ΧΙΟΝΑΤΗ ΚΑΙ ΟΙ ΕΠΤΑ

NANOI, του 1965. Χιονάτη η Ευγενία Μαντοβάνη-Ασζιάν και πρίγκιπας η....Ανδρούλλα Σωκράτους. Τους νάνους δεν μπορέσαμε να τους αναγνωρίσουμε.

Στο άλλο άρμα του Ε.Π.Ο.Λ.(Ελληνικού Πνευματικού Ομίλου Λάρνακας) με θέμα Η ΧΩΡΑ ΤΟΥ ΑΝΑΤΕΛΛΟΝΤΟΣ ΗΛΙΟΥ (1961;), βλέπουμε την Ευγενία Μαντοβάνη-Ασζιάν, την Τούλα Χειμωνίδου-Αντωνίου, τον Κωστάκη, τον Ντίνο Πούμα και τον Κίκη Κύπαρη.


Ενδιαφέρον έχει η φωτογραφία με τις πέντε μαθήτριες με φόντο άρματα των Ανθεστηρίων. Βλέπουμε τις Δέσπω Λευκαρίτη, Χρυστάλλα Ορφανίδη, Ινώ Φιλώτα-Καραγιώργη, Ευγενία Μαντοβάνη-Ασζιάν και Άννα Βίση.

Ευχαριστώ ιδιαίτερα την Ευγενία-Μαντοβάνη Ασζιάν γαι την παραχώρηση των φωτογραφιών και τις σημαντικές πληροφορίες που μου έδωσε.





Είναι υπέρ σου!

Υπερα Ασφαλιστική 

Youth Makerspace Larnaka

Τι φιλοξενείται στην πρώην οικία Επάρχου;

YOUTH
MAKERSPACE
LARNAKA

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΚΥΠΡΟΥ



Συνέντευξη με την κα Λήδα Σολομωνίδου - Project manager και συντονίστρια ομάδας Youth Makerspace Larnaka

Τι είναι το Youth Makerspace Larnaka;

Το Youth Makerspace Larnaka είναι πρόγραμμα του Οργανισμού Νεολαίας Κύπρου. Πρόκειται για χώρο καινοτομίας, κατασκευής και εκπαίδευσης.

Τι είναι τα makerspaces;

Τα makerspaces είναι κοινοί χώροι δημιουργίας, ανοικτοί σε όλες τις ηλικίες, οι οποίοι προσκαλούν τους συμμετέχοντες να γίνουν makers και να δημιουργήσουν τις δικές τους κατασκευές. Στηρίζονται στην Do It Yourself (DIY) κουλτούρα και ενστερνίζονται τον πειραματισμό και την εκπαίδευση.

Ποια είναι η φιλοσοφία του χώρου;

Το Youth Makerspace Larnaka ταυτίζεται με το Maker Movement, καθιστώντας τους νέους και νέες της Κύπρου ενεργούς πολίτες, λαμβάνοντας υπεύθυνα ρόλο για τα τρέχοντα δρώμενα στις κοινότητές τους και τους καλεί να πειραματιστούν με τεχνικές και εργαλεία, να εξερευνήσουν ιδέες και να παρουσιάσουν λύσεις σε προσωπικά ή/και κοινωνικά προβλήματα παίρνοντας θέση με τις δημιουργίες τους.

Ποιος είναι ο στόχος του Youth Makerspace Larnaka;

Κύριος μας στόχος είναι η εξοικείωση και εκπαίδευση παιδιών και νέων σε θέματα τεχνολογίας, ενώ παράλληλα στοχεύουμε στην ανάπτυξη των κοινωνικών και δημιουργικών δεξιοτήτων τους. Οι makers μπορούν να αποκτήσουν γνώσεις κατασκευής και σχεδιασμού, να πραγματοποιήσουν δράσεις, να αναπτύξουν δεξιότητες του 21ου αιώνα μέσω εκπαιδευτικών εργαστηρίων και δραστηριοτήτων σε θεματικές STEAM (Science, Technology, Engineering, Arts and Mathematics) και να υλοποιήσουν τις ιδέες τους σε τεχνολογικά και επιχειρηματικά projects!

Από ποια άτομα απαρτίζεται η ομάδα;

Η ομάδα μας αποτελείται από τους Κωνσταντίνο Χαριλάου, product designer, Αντρέα Στρομπούλη, αρχιτέκτονα και software developer, Μαρία Αδάμου, εκπαιδευτικό, Ειρήνη Κάρουλλα, μηχανολόγο μηχανικό, με συντονίστρια

εμένα, ως εικαστικό και διαχείριση Ανθρώπινου Δυναμικού. Εκ μέρους του Οργανισμού Νεολαίας Κύπρου την ομάδα εποπτεύει ο λειτουργός Στέλιος Παπαπέτρου, ενώ εκ μέρους του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου καθοδηγεί ο Πρύτανης, Παναγιώτης Ζαφείρης και ο ερευνητικός συνεργάτης και αρχιτέκτονας Αντρέας Παπαλλάς.

Τι εξοπλισμό και υπηρεσίες προσφέρει ο χώρος;

Ο χώρος διαθέτει υψηλής τεχνολογίας εξοπλισμό για την ανάπτυξη πρωτοτύπων και την υλοποίηση ιδεών όπως 3D printers και 3D pens, πακέτα εκπαιδευτικής ρομποτικής και προγραμματισμού, drones, εξοπλισμό Εικονικής Πραγματικότητας (VR), εξοπλισμό φωτογραφίας και podcast studio, laser cutter, εργαστήρι ξυλείας, και πολλά άλλα. Οι επισκέπτες μπορούν να κατασκευάσουν οτιδήποτε χρειάζονται και επιθυμούν, με την καθοδήγηση του εξειδικευμένου προσωπικού. Επιπλέον, προσφέρουμε τεχνολογικά εργαστήρια, όπως και εκπαιδευτικά προγράμματα βασισμένα στον τομέα STEAM. Τέλος, ο χώρος προσφέρεται για εκδηλώσεις, μελέτη, εργασία ή και συναντήσεις.

Πώς μπορούν να αξιοποιήσουν τον χώρο και τις υπηρεσίες του τα οργανωμένα σύνολα π.χ τα σχολεία;

Το πρόγραμμα προσφέρει εκπαιδευτικά εργαστήρια βασισμένα στην προσέγγιση STEAM για τη διδασκαλία γνωστικών, συναισθηματικών και ψυχοκινητικών στόχων, σύμφωνα με το Αναλυτικό Πρόγραμμα του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού. Παράλληλα, επιτυγχάνεται η ενδυνάμωση των δεξιοτήτων του 21ου αιώνα, καθώς και η γνωριμία των νέων με καινοτόμες τεχνολογίες.

Τι άλλες δράσεις πραγματοποιεί το Youth Makerspace πέραν των όσων αναφέραμε ήδη;

Ανάμεσα σε αμέτρητες συνεργασίες και συνδιοργανώσεις, διοργανώνουμε ετήσιες δράσεις όπως

είναι το φεστιβάλ τεχνολογίας MAKERS FAIR, το πρόγραμμα φιλοξενίας MAKERS HOUSE, την καλοκαιρινή δράση Young Makers Summer Workshops και τα εκπαιδευτικά εργαστήρια Workshops for Makers. Παράλληλα, έχουμε δημιουργήσει σταθερές συνεργασίες με οργανισμούς, φορείς και εταιρείες, υλοποιώντας projects και δράσεις σχετικές με την τεχνολογία, την καινοτομία και την εκπαίδευση. Παραδείγματα είναι οι εικονικές αναστηλώσεις αρχαιολογικών χώρων όπως το λιμάνι Αρχαίου Κιτίου, η ιστορική ψηφιακή διάδραση των Story Telling Statues και πολλά άλλα.

Πώς μπορούμε να επισκεφθούμε τον χώρο;

Το Youth Makerspace Larnaka στεγάζεται στην πρώην οικία Έπαρχου Λάρνακας στο κέντρο της Λάρνακας, στην οδό Βυζαντίου, περιοχή Δροσιάς. Μπορείτε να κλείσετε ραντεβού για επίσκεψη τηλεφωνικώς στο 24201777, μέσω Facebook και Instagram ή μέσω email στο makerspacelarnaka@onek.org.cy.

Ποια είναι η ιστορία του κτιρίου πριν την άφιξη του Youth Makerspace Larnaka;

Η ανέγερση της νεοκλασικής κατοικίας έγινε από τους Άγγλους αποικιοκράτες, σχεδόν ένα αιώνα πριν και αποτελούσε την κατοικία του Άγγλου Διοικητή της Επαρχίας Λάρνακας. Ο χώρος φιλοξένησε εντυπωσιακές εκδηλώσεις και σημαντικές συναντήσεις της εποχής. Αξιοσημείωτη ήταν η περίοδος με τα Οκτωβριανά το 1931 όταν απέλευσαν στρατιές Άγγλων στρατιωτών στο λιμάνι της πόλης και στην αυλή του νεοκλασικού. Αργότερα, το 1955-1959, η κατοικία έγινε στόχος βομβαρδισμού, ενώ με την Ανεξαρτησία της Κυπριακής Δημοκρατίας, το σπίτι παραχωρήθηκε στον Έπαρχο Λάρνακας. Πλέον, το κτίριο υπάγεται στον Δήμο Λάρνακας, ο οποίος το 2014 το μετέτρεψε στο Σπίτι του Εθελοντή, ενώ από το 2018 μέχρι και σήμερα, το παραχωρεί στον Οργανισμό Νεολαίας Κύπρου. Από τότε μεταμορφώσαμε το νεοκλασικό αυτό κτίριο στο Youth Makerspace Larnaka φέρνοντας την καινοτομία σε ένα πανέμορφο διατηρητέο της πόλης μας!



έπιπλα για μια ζωή



www.marnico.com.cy



Γωνία Ηνωμένων Εθνών & Σοφίας Βέμπο
24662401

Αποκαλύφθηκε πρόσφατα από την Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Λάρνακας η νέα εταιρική ταυτότητα της τουριστικής Λάρνακας, σε εκδήλωση που σηματοδότησε ένα σημαντικό ορόσημο για την πόλη και την ευρύτερη περιοχή μας.

Η γενικότερη τουριστική ανάπτυξη της Λάρνακας τα τελευταία χρόνια είναι εμφανής. Η περιοχή μας προσφέρει πλέον ένα βελτιωμένο και πλήρες τουριστικό προϊόν, με την αύξηση των διαθέσιμων κλινών, την προσέλκυση διεθνών ξενοδοχειακών ομίλων και την ενίσχυση των τουριστικών επιχειρήσεων.

Συνεπώς η Λάρνακα, που βρίσκεται σε συνεχή εξέλιξη και βελτίωση, επιδιώκει με το νέο τουριστικό της branding να αντικατοπτρίσει την αυθεντική ταυτότητά της, τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της και τις προτιμήσεις του κοινού-στόχου. Τόσο η σχετική μελέτη όσο και τα δημιουργικά, εκφράζουν τις βασικές μας αρχές, υπογραμμίζοντας παράλληλα τη δέσμευσή μας στην προώθηση της αειφορίας, της πολιτιστικής κληρονομιάς και της φιλόξενης φύσης της Λάρνακας.

Το καινούριο αυτό branding δεν είναι απλά ένα λογότυπο ή ένα σλόγκαν, αλλά μια ολοκληρωμένη φιλοσοφία που δίνει έμφαση στην παροχή αυθεντικών εμπειριών, τη φιλοξενία και τον σεβασμό προς τους επισκέπτες, καθώς και στη διατήρηση και προώθηση της πλούσιας ιστορίας και των παραδόσεών μας. Επιπλέον, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην τοπική γαστρονομία και στην υιοθέτηση αειφόρων πρακτικών στην ανάπτυξη του τουρισμού μας. Η νέα εταιρική ταυτότητα αποτελεί ουσιαστικά έναν οδηγό που μας βοηθά να διατηρούμε και να προβάλλουμε τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της Περιφέρειας Λάρνακας, σε ένα στοχευμένο κοινό τουριστών με συνεχώς αυξανόμενες απαιτήσεις.

Οι συμβολισμοί του λογότυπου παραπέμπουν στην πολυμορφία των τοπίων και των εμπειριών, τη σύνδεση και την επαφή με τη φύση, τη

σχέση που εξελίσσεται ανάμεσα στους τουρίστες και τη Λάρνακα, όπως και την επιθυμία τους να επιστρέψουν για να νιώσουν τη φιλοξενία και την οικειότητα της πόλης και επαρχίας. Επιλέγηκε το φλαμίνγκο σε κίνηση για να συμβολίζει το ταξίδι της συνεχούς επιστροφής στην περιοχή. Μαζί, τοποθετήθηκαν στοιχεία και χρώματα που χαρακτηρίζουν τη Λάρνακα: ο ήλιος, ο πολιτισμός και η κουλτούρα, η φύση, η θάλασσα και οι αλκυές. Η επιλογή της γραμματοσειράς είναι μοντέρνα και στρογγυλεμένη, με τη φράση 'Welcome Back' να απευθύνεται στους πολλούς επαναλαμβανόμενους τουρίστες που επιλέγουν να επιστρέψουν στον προορισμό μας ενώ ταυτόχρονα αντικατοπτρίζει τη φιλική διάθεση και ζεστασιά της περιοχής και των ανθρώπων της.

Η δημιουργία της νέας ταυτότητας ήταν αποτέλεσμα στενής συνεργασίας και διαβουλεύσεων μεταξύ της Επιτροπής Μάρκετινγκ της ΕΤΑΠ Λάρνακας, του Υφυπουργείου Τουρισμού, του UCLan Cyprus και της εταιρείας DeLeMa McCann, που προετοίμασαν τη μελέτη, τα δημιουργικά και το branding manual.

Χαιρετισμούς στην εκδήλωση παρέθεσαν ο Υφυπουργός Τουρισμού κ. Κώστας Κουμής, ο Πρόεδρος της Εταιρείας Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Λάρνακας κ. Ντίνος Λευκαρίτης, ο Πρόεδρος του ΕΒΕΛ Δρ. Νάκης Αντωνίου και ο Δήμαρχος Λάρνακας και Αναπληρωτής Πρόεδρος της ΕΤΑΠ Λάρνακας κ. Ανδρέας Βύρας.

Αξίζει να σημειωθεί ότι ένα σημαντικό στοιχείο της νέας ταυτότητας είναι η προώθηση των πολλαπλών αυθεντικών και άλλων εμπειριών που έχει να προσφέρει η Περιφέρειά μας. Στα πλαίσια της εκδήλωσης, 25 παροχές τέτοιων υπηρεσιών παρουσίασαν τις βιωματικές δραστηριότητες που προσφέρουν και που αναδεικνύουν την πολυδιάστατη τουριστική εμπειρία της Λάρνακας.

Με τη νέα ταυτότητα, η Περιφέρεια Λάρνακας είναι έτοιμη να προβάλλει πιο εντατικά τα ιδιαίτερα της χαρακτηριστικά, συνεχίζοντας έτσι την πορεία της ως κορυφαίος τουριστικός προορισμός.



MyPetrolina app

& βγες πολλαπλά κερδισμένος!

A world of rewards!



Για περισσότερες πληροφορίες www.petrolina.com.cy
Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις.

For more information www.petrolina.com.cy
Terms and conditions apply.

Σε πρατήρια
At stations



Μουσείο παιχνιδιών Αραδίππου

Ένας πρότυπος χώρος με σημαντικές συλλογές παιχνιδιών



Γράφει η ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ



Δέκα χρόνια λειτουργίας συμπληρώνει φέτος το Μουσείο Παιχνιδιών Αραδίππου. Πρόκειται για ένα μοναδικό χώρο στον οποίο εκτίθεται ένα μικρό δείγμα μιας εκ των τριών σημαντικότερων συλλογών παιχνιδιών στον κόσμο, της Συλλογής Παιχνιδιών του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α..

Για όλα όσα αφορούν το πρότυπο αυτό Μουσείο είχαμε την ευκαιρία να συνομιλήσουμε με τον Διευθυντή του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α και επιμελητή του Μουσείου Κυριάκο Σωφρονίου

Πότε ιδρύθηκε το Μουσείο; Σε ποιους ανήκει αυτή η όμορφη πρωτοβουλία;

Το Μουσείο Παιχνιδιών δημιουργήθηκε το 2014, μετά από πρωτοβουλία του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α. σε συνεργασία με τον Δήμο Αραδίππου και τον οργανισμό «Παιδικό Μουσείο Κύπρου».

Πως ξεκίνησε η ιδέα;

Η ιδέα ξεκίνησε από το όραμα του προέδρου του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α. κ. Ρένου Μιχαηλίδη να δημιουργηθεί ένα αποκεντρωμένο δίκτυο μικρών μουσειών ούτως ώστε να δοθεί ώθηση στις τοπικές κοινωνίες να δημιουργήσουν εστίες πολιτισμού αξιοποιώντας τις πολύτιμες και σημαντικές συλλογές του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α.. Την ιδέα αυτή αγάλιασε και στήριξε θερμά η μακαριστή Κλαίρη Αγγελίδου, η οποία είχε δημιουργήσει μαζί με άλλες προσωπικότητες τον οργανισμό «Παιδικό Μουσείο Κύπρου» με απώτερο στόχο την δημιουργία στην Κύπρο ενός πρότυπου παιδικού μουσείου. Τελικά η ιδέα βρήκε στήριξη από τον Δήμαρχο Αραδίππου κ. Ευαγγελίδη και την ομάδα του και έτσι είμαστε σε θέση σήμερα να μιλάμε για αυτό το εγχείρημα.

Που βρίσκεται το Μουσείο και από πόσες αίθουσες αποτελείται;

Το Μουσείο Παιχνιδιών Αραδίππου βρίσκεται στον ιστορικό πυρήνα της Αραδίππου, και στεγάζεται σε ένα συντηρημένο διατηρητέο του Δήμου που λειτουργούσε ως Πολιτιστικό κέντρο. Αποτελείται από 5 ξεχωριστούς χώρους στους οποίους παρουσιάζεται συνοπτικά η ιστορική εξέλιξη του Παιχνιδιών και παρέχονται πληροφορίες που αφορούν τα εκθέμα-



τα (τα οποία εκτίθενται ανά κατηγορίες) αλλά και άλλα θέματα που αφορούν την ιστορία των παιχνιδιών με επιμέρους πληροφορίες που αφορούν τις κατηγορίες και τις εταιρείες κατασκευών.

Ποιοι είναι οι στόχοι σας;

Στόχοι του Μουσείου είναι να προσφέρει μια ολοκληρωμένη εμπειρία προς τους επισκέπτες όσον αφορά το παιχνίδι και την ιστορική του εξέλιξη και επίσης να διεγείρει την περιέργεια των νέων οι οποίοι παρατηρώντας τα παλιά παιχνίδια μπορούν να εμπνευστούν και να δημιουργήσουν. Επίσης, η έκθεση των παιχνιδιών και των κουτιών τους σκοπό έχουν να περάσουν ένα μήνυμα προς τα νέους κυρίως επισκέπτες πως πρέπει να σέβονται το παιχνίδι και να το προστατεύουν γιατί έτσι διασώζεται η ιστορία του και ότι μέσα από τα παιχνίδια ο κάθε ένας μπορεί να κτίσει τη δική του ιστορία. Στο πλαίσιο αυτό προωθείται επίσης και η ιδέα της «αναπαιχνίδωσης», δηλαδή η ιδέα της επαναχρησιμοποίησης του παιχνιδιού για να δημιουργηθούν άλλα παιχνίδια ή άλλες καλλιτεχνικές δημιουργίες.

Γενικότερα, το Μουσείο έχει δημιουργηθεί - και σήμερα συνεχίζει για δέκατη χρονιά να λειτουργεί με πλήρως ανανεωμένη συλλογή - στο πλαίσιο ενός ευρύτερου και διαχρονικού στόχου του ιδρύματος Σ.Ο.Φ.Ι.Α. που έχει να κάνει με τη σημασία της παιδικότητας και της παιδικής ηλικίας. Πρόκειται για σημαντικότερες έννοιες στην εξέλιξη κάθε κοινωνίας και δυστυχώς παρατηρούμε ότι μέσα από την εκπαίδευση δεν δίνεται η σημασία που θα έπρεπε. Έτσι, σαν πολιτιστικός και εκπαιδευτικός οργανισμός ερχόμαστε να προτείνουμε δράσεις και προτάσεις για αυτή την τόσο ευαίσθητη πτυχή της προσωπικότητας των παιδιών, και όχι μόνο.

Σε ποιους απευθύνεται το Μουσείο Παιχνιδιών;

Το Μουσείο μπορούν να το επισκεφθούν άτομα ή ομάδες ατόμων όλων των ηλικιών. Ωστόσο, στην πλειοψηφία τους οι επισκέπτες είναι μαθητές σχολείων.

Οι επισκέψεις γίνονται ύστερα από συνεννόηση με την υπεύθυνη του Μουσείου κ. Έλενα Ζαμπά στα τηλέφωνα του Δήμου Αραδίππου 24 5245601.



Το νέο και εντυπωσιακό Regatta All Day Beach Lounge ανοίγει σύντομα τις πόρτες του στο παραλιακό μέτωπο της Ορόκλινης, προσφέροντας την απόλυτη εμπειρία χαλάρωσης και διασκέδασης δίπλα στη θάλασσα. Συνδυάζει την πολυτέλεια με τη φυσική ομορφιά, δημιουργώντας έναν χώρο που θα σας μαγέψει.

Το όνομα "Regatta" εμπνέεται από τους αγώνες θαλάσσιων σπορ, και ο χώρος είναι διακοσμημένος σε ναυτικά χρώματα - λευκό, navy blue και nautical red. Η αισθητική του Regatta έχει έντονες αναφορές στη Μεσόγειο, με έμφαση στην ιταλική φινέτσα και κομψότητα που θα σας εντυπωσιάσουν από την πρώτη στιγμή.

Το Regatta σας υποδέχεται από το πρωί μέχρι το βράδυ, προσφέροντας μια εξαιρετική γευστική εμπειρία δίπλα στη θάλασσα. Απολαύστε brunch, μεσημεριανό ή βραδινό αλλά και κοκτέιλς. Το μενού βασίζεται στη Μεσογειακή κουζίνα με fusion επιρροές, περιλαμβάνοντας πιάτα όπως Λινγκουίνι με γαρίδες, Salmon Tagliatelle, Ραβιόλι Αστακού, και πιο casual επιλογές που μπορείτε να απολαύσετε και στην παραλία.

Ο χώρος προσφέρει πολυτελείς ξαπλώστρες, αναπαυτικές καμπάνες, καθώς και beanbags στην άμμο, εξασφαλίζοντας την ιδανική ισορροπία ανάμεσα στην άνεση και την πολυτέλεια. Έτσι, η ηλιοθεραπεία και η μέρα σας στην παραλία γίνονται ακόμα πιο απολαυστικές.

Regatta



Γοργόνων 26,
Παραλιακός Δρόμος Ορόκλινης, Λάρνακα
Περισσότερες πληροφορίες και ενημερώσεις
μπορείτε να βρείτε ακολουθώντας το Regatta
στα Social Media

📍 alldayregatta 📱 Regatta All Day

Στου Σαββόπουλου, με Σαββόπουλο

Γράφει ο **ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΟΥΝΙΟΣ**

ΕΙΧΕ πέσει να πεθάνει. Δεν είχε όρεξη να φάει, να πιει, να διαβάσει. Κλεινόταν, με τις ώρες, στο δωμάτιό του και άκουγε, στο κασετόφωνο, τραγούδια του Πάριου. Στίχος και πάτημα του κουμπιού. Πάτημα του κουμπιού και στίχος. Τα μετάφραζε, τα έγραφε στο χαρτί, έβαζε κάτω κάτω την υπογραφή του και το «I love you», και έστελνε τις επιστολές στο New Mexico. Στην αρχή, εκείνη που του ράγιζε την καρδιά και τη ζωή, απαντούσε. Μάλιστα σε κάποια από τις απαντήσεις τού έγραψε πως: «είσαι ωραίο παιδί, είσαι έξυπνο παιδί, ακόμα κι αν νιώθω κάτι για σένα, μας χωρίζει ο Ατλαντικός». Και, ίσως για να τον παρηγορήσει, έβαλε στον φάκελο και τη φωτογραφία της όπως τη γέννησε η μαμά της. Κράτησε τη φωτογραφία για μερικά χρόνια. Ύστερα, όμως, φοβήθηκε μήπως πέσει σε τρίτα χέρια και την έκαψε, ένα χειμωνιάτικο βράδυ, που τα δάκρυά του συνόδευαν τις στάλες της βροχής.

ΠΡΟΤΟΥ τη γνωρίσει, οι ερωτικές του εμπειρίες χωρούσαν σε ένα άσπλο φιλί, στο σχολικό λεωφορείο, σε μια εκδρομή που έμεινε στην ιστορία. Το φιλί, όμως, που άλλαξε τον κόσμο του, που τον έμπασε στη λαγνεία του έρωτα και στον έρωτα της λαγνείας, ήταν το δικό της. Και δεν ήταν μόνο ένα. Ήταν πολλά. Δέκα, είκοσι, τριάντα, χίλια. Για να την ξεπεράσει, τα μεσημέρια του καλοκαιριού, ανέβαινε στο σαράβαλό του, ένα Fiat 127 που το αγόρασε με δάνειο από τη Συνεργατική, δάνειο που το ξόφλησε δύο εκατομμύρια χρόνια αργότερα, τακτοποιούσε την παγωνιέρα με τα αναψυκτικά στο πισινό κάθισμα, έπαιρνε μαζί του την αθηνάϊκή «Ελευθεροτυπία», της οποίας υπήρξε μανιώδης αναγνώστης, και τερμάτιζε στου Σαββόπουλου. Κόσμος πολύς, πατείς με πατώσε, πανδαιμόνιο. Διάλεγε την απόμερη γωνιά και άκουγε το κύμα και τον Σαββόπουλο: «Μη

μιλάς άλλο γι' αγάπη, η αγάπη είναι παντού, στη ματιά μας, στην καρδιά μας, τρώει τα χείλη, τρώει τον νου». Δυο τρεις λουόμενοι τον έπαιρναν, πάντοτε, είδηση. Η ταμπέλα αναβόσβηνε στο μέτωπό του: «Θύμα ερωτικής απογοήτευσης».

ΣΗΜΕΡΑ, καθώς η σκόνη απλώνεται παντού σαν αλοιφή και βαριά σύννεφα σκεπάζουν τον ουρανό, θυμάται εκείνη, θυμάται την τεχνική του φιλιού της, θυμάται τη γλώσσα της να ξεδιπλώνεται σαν μεταξένια κλωστή, θυμάται που κλεινόταν στο δωμάτιό του για να μην τον δούνε να κλαίει, μόνο που, ο Σαββόπουλος δεν ψέλνει πια: «Μία η άνοιξη, ένα το σύννεφο, χρυσή βροχή, βροχή που χόρευε, σε κάμπο ώριμο, ως το πρωί», αλλά: «Ο άνδρας κι η γυναίκα δεν είναι ίσοι, γιατί απλούστατα η γυναίκα είναι ανώτερη!» Εγκρίνεται, Νιόνιο μου.

ΝΙΚΟΣ ΑΝΤΩΝΙΑΔΗΣ: ΣΤΟΥΣ ΚΟΡΥΦΑΙΟΥΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ (ΜΕΣΩ ΠΡΟΕΔΡΙΚΩΝ ΜΕ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΙΔΗ)



Τα Communicator Awards επικεντρώνονται στην αναγνώριση της αριστείας, της αποτελεσματικότητας και της καινοτομίας σε όλους τους τομείς της επικοινωνίας. Θεωρείται το κορυφαίο πρόγραμμα διεθνών βραβείων που τιμούν τους καλύτερους στον εξαιρετικά ανταγωνιστικό τομέα της Επικοινωνίας.

Για να γίνει πιο κατανοητό το εύρος του θεσμού, που φέτος κλείνει 30 χρονιάς ζωής, πιο κάτω παρατίθενται τα ονόματα μερικών από τα μεγαλύτερα ανά τον κόσμο, που έχουν διακριθεί κατά την φετινή χρονιά: “Disney”, “Ταινία Barbie», Τμήμα Δημόσιας Ασφάλειας Πολιτείας Maine ΗΠΑ, “7up”, “Doritos”, “Estee Lauder”, κ.ά..

Ανάμεσα στους βραβευθέντες για το 2024 ήταν και ο συμπατριώτης μας, μόνιμος κάτοικος Αμερικής, Νίκος Αντωνιάδης, Καθηγητής στην Νέα Υόρκη σε θέματα Επικοινωνίας, Στρατηγικής & Πολιτικού Μάρκετινγκ. Έχει βραβευτεί δυο φορές με το βραβείο Διδασκαλικής Αριστείας (2021, 2022) και το Βραβείο Καλύτερου Καινοτόμου Μοντέλου Ανάπτυξης Πολιτικών Προτάσεων (Ηνωμένο Βασίλειο, 2019). Από το 2019, είναι ο πρώτος επιστήμονας στη Νέα Υόρκη που σχεδίασε και διδάσκει το Πολιτικό Μάρκετινγκ στο Πανεπιστήμιο St. John’s.

Κατά τη διάρκεια των Προεδρικών Εκλογών, ο συμπολίτης μας Νίκος Αντωνιάδης εργάστηκε για την εκλογή του Προέδρου της Κυπριακής Δημοκρατίας, Νίκου Χροστοδουλίδη. Αναγνωρίζοντας το επικοινωνιακό σκεπτικό Αντωνιάδη, όπως η δυναμική του σχεδιασμού και η προβολή στοχευμένων μηνυμάτων προς τον κόσμο, η κριτική επιτροπή των Βραβείων Communicator του απένειμε το Βραβείο “Distinction 2024”, στην κατηγορία “Column - Editorial” με θέμα: (Μετάφραση) «Κρατήστε τη λάσπη, κρατώ την αξιοπρέπεια του λαού και προχωρώ». (Προεδρικές Εκλογές - Εκλεγμένος Πρόεδρος - Κυπριακή Δημοκρατία, 2023).





AITHRION

RESTAURANT

Aithrion Traditional Cuisine and More

›Breakfast ›Brunch ›Lunch ›Dinner ›Events

Experience Mediterranean magic at Aithrion, Larnaca's hidden gem! Dive into our delectable small tapas (meze) plates, savor a delightful breakfast, indulge in our special meal of the day, and tantalize your taste buds with our irresistible grill platters.

Join us for an unforgettable dining experience in a cozy atmosphere.



For Reservation 94 092928
www.aithrion.com

3 Zenonos Kitieos, 6023 - Larnaka
info@aithrion.com



CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS
BUSINESS CONSULTANTS
TAX ADVISORS

Larnaca Offices:

T. +357 24256066 | F. +357 24256067
31 Pavlou Valdaseridi 6018, Parklane Court, 1st Floor,
Office 102, Larnaca, Cyprus

Limassol Offices:

T.+357 25 250 533 | F:+357 24 256 067
228 Makarios Ave. III 3030, Agios Pavlos Court, Block A Office 712,
Limassol, Cyprus





ΛΑΖΑΡΟΣ Χ'ΦΟΡΑΔΟΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ

Από μια Αυλή με Σιδερικά και Υλικά Οικοδομής, στον Κόσμο του DIY

Η Λάρνακα, μια πόλη γνωστή για την πλούσια ιστορία και τον δυναμικό της πολιτισμό, φιλοξενεί πολλές επιχειρήσεις που έχουν διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στον διαμορφωμένο οικονομικό και κοινωνικό χάρτη της. Μια τέτοια επιχείρηση είναι η ΛΑΖΑΡΟΣ Χ'ΦΟΡΑΔΟΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ, ένα όνομα που έχει γίνει συνώνυμο με ποιότητα και αξιοπιστία στον τομέα του DIY. Με μια ιστορία που εκτείνεται σε περισσότερα από τέσσερις δεκαετίες, αυτή η οικογενειακή επιχείρηση έχει εξελιχθεί από ένα μικρό κατάστημα που πουλούσε υλικά οικοδομής και κοτόπουλα, σε έναν καινοτόμο κατάστημα DIY, με τη Γαλλική αντιπροσωπεία Mr. Bricolage.

ΑΠΛΗ ΑΡΧΗ

Η πορεία της ΛΑΖΑΡΟΣ Χ'ΦΟΡΑΔΟΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ ξεκίνησε το 1979, σε ένα γραφικό, ιστορικό κτίριο στην οδό Κωνσταντίνου Καλογερά στη Λάρνακα. Ο ιδρυτής, Λάζαρος Χ'φόραδος ξεκίνησε με έναν απλό στόχο: να παρέχει υλικά οικοδομής υψηλής ποιότητας στους ντόπιους κατοίκους και τεχνίτες. Ενδιαφέρον είναι ότι το κατάστημα αρχικά πουλούσε και κοτόπουλα, αντικατοπτρίζοντας τις διαφορετικές ανάγκες της κοινότητας της εποχής εκείνης. Αυτός ο συνδυασμός προϊόντων έκανε γρήγορα το κατάστημα ένα αξιόπιστο σημείο αναφοράς για τους ανθρώπους της Λάρνακας.

ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΤΗΣ ΣΚΥΤΑΛΗΣ

Στις αρχές του '90, ο Λάζαρος αποφάσισε να μεταβιβάσει την επιχείρηση στην επόμενη

γενιά. Οι δύο γιοί του, Θωμάς και Μάρκος, ανέλαβαν την επιχείρηση με ένα κοινό όραμα, αυτό της επέκτασης και εκσυγχρονισμού της εταιρείας. Μεγαλωμένοι στο οικογενειακό κατάστημα, κληρονόμησαν όχι μόνο το επιχειρηματικό πνεύμα του πατέρα τους, αλλά και τη δέσμευσή του στην ποιότητα και εξυπηρέτηση των πελατών.

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΕΠΕΚΤΑΣΗ

Αναγνωρίζοντας τις αλλαγές στις ανάγκες της αγοράς, οι ιδιοκτήτες της Εταιρείας άρχισαν να διαφοροποιούν τη γκάμα των προϊόντων. Ένας σημαντικός τομέας ανάπτυξης ήταν η εισαγωγή υλικών υδραυλικών και κεντρικής θέρμανσης στα τέλη της δεκαετίας του '90. Αυτή η στρατηγική κίνηση τους τοποθέτησε ως κορυφαίους προμηθευτές στον τομέα τις χονδρικής πώλησης Παγκύπρια.

ΜΙΑ ΝΕΑ ΕΠΟΧΗ: MR. BRICOLAGE

Το 2012, ο Θωμάς και ο Μάρκος πήραν μια στρατηγική απόφαση για περαιτέρω επέκταση της επιχείρησης στον τομέα του DIY, υπογράφοντας μια στρατηγική σημασίας συμφωνία για τα δικαιώματα του διεθνές Franchise DIY Mr.Bricolage για όλη την Κύπρο.

Αυτή η απόφαση αποτέλεσε ένα σημαντικό ορόσημο στην ιστορία της εταιρείας. Το νέο κατάστημα Mr.Bricolage άνοιξε τις πόρτες του για το κοινό στις 2 Δεκεμβρίου 2015 προσφέροντας ολοκληρωμένες λύσεις για όλες τις ανάγκες DIY, παρέχοντας τα πάντα

από υλικά οικοδομής, έπιπλα κήπου, μπογιές, διακόσμηση, είδη υγιεινής, υδραυλικά και θέρμανσης και άλλα πολλά.

Το κατάστημα αυτό μπορεί να εξυπηρετήσει ένα ευρύ κοινό, από ερασιτέχνες DIY μέχρι επαγγελματίες, ενισχύοντας τη θέση του ως ηγέτη στην τοπική αγορά. Η συμπερίληψη του Mr. Bricolage έφερε μια βελτιωμένη εμπειρία αγορών με σύγχρονες εγκαταστάσεις και ευρύτερη γκάμα προϊόντων.

ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ ΣΕ ΕΝΑ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΜΑΡΚΕΤ

Η ιστορία της ΛΑΖΑΡΟΣ Χ'ΦΟΡΑΔΟΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ είναι μια ιστορία επιμονής, καινοτομίας και οικογενειακής κληρονομιάς. Από ταπεινά ξεκινήματα σε ένα μικρό κατάστημα που πουλούσε υλικά οικοδομής και κοτόπουλα, έχει εξελιχθεί σε έναν κορυφαίο προορισμό DIY, εξυπηρετώντας γενιές πελατών στη Λάρνακα. Οι ιδιοκτήτες της Εταιρείας, Θωμάς και Μάρκος συνεχίζουν να διατηρούν την κληρονομιά του πατέρα τους. Η ΛΑΖΑΡΟΣ Χ'ΦΟΡΑΔΟΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ αποτελεί λαμπρό παράδειγμα για το πώς η δέσμευση στην ποιότητα και στην κοινότητα μπορεί να μεταμορφώσει μια μικρή επιχείρηση σε έναν διαρκή θεσμό.

Είτε ξεκινάτε μια μεγάλη ανακαίνιση είτε ένα απλό έργο στο σπίτι, μια επίσκεψη στο Mr. Bricolage είναι ένα ταξίδι μέσα από την πλούσια ιστορία της Λάρνακας στην χειροτεχνία και την επιχειρηματικότητα.

Mr. Bricolage

Do it yourself, but not alone.

Online αγορές για όλες τις D.I.Y ανάγκες σας
Πιο εύκολη και γρήγορη εμπειρία αγορών!

Πάνω από 20.000 Προϊόντα διαδικτυακά στην ιστοσελίδα μας

www.mrbricolage.com.cy



Τον Σεπτέμβριο αρχίζουν τα αντιπλημμυρικά στις Καμάρες

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Το ερχόμενο φθινόπωρο αναμένεται η έναρξη των κατασκευαστικών εργασιών για το μεγάλο αντιπλημμυρικό έργο στις Καμάρες, περιοχή που θεωρείται η πιο ευπαθής στη Λάρνακα όσον αφορά τις πλημμύρες. Σχεδόν μία δεκαετία μετά την επίσημη εξαγγελία των έργων, τον Ιανουάριο του 2015, από τον τότε υπουργό Εσωτερικών μακαριστό Σωκράτη Χάσικο, το αντιπλημμυρικό έργο στις Καμάρες παίρνει σάρκα και οστά, προς ανακούφιση των κατοίκων της περιοχής, οι οποίοι τον Δεκέμβριο του 2014 είδαν τις περιουσίες τους να καταστρέφονται από τα ακραία καιρικά φαινόμενα. Η προκήρυξη του διαγωνισμού για τα κατασκευαστικά έργα έγινε τον περασμένο Ιανουάριο από το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας (ΣΑΛ) κι έχουν υποβληθεί συνολικά τέσσερις προσφορές. Όπως πληροφορούμαστε, την δεδομένη στιγμή το ΣΑΛ βρίσκεται στο στάδιο της αξιολόγησης των προσφορών κι εκτιμάται ότι μέχρι τον Ιούνιο η διαδικασία της αξιολόγησης θα έχει ολοκληρωθεί. Εφόσον όλα εξελιχθούν ομαλά, χωρίς να υπάρξουν απρόοπτα κωλύματα, το καλοκαίρι θα ανακοινωθεί ο επιτυχών προσφοροδότης, θα υπογραφούν τα σχετικά συμβόλαια και από τον Σεπτέμβριο αναμένεται να ξεκινήσουν οι πρώτες εργασίες. Η εκτιμημένη αξία του έργου ανέρχεται στα έξι εκατομμύρια, 600 χιλιάδες ευρώ (πλέον ΦΠΑ). Ουσιαστικά πρόκειται για επαναπροκήρυξη του αρχικού διαγωνισμού, ο οποίος είχε ακυρωθεί λόγω υποεκτίμησης της δαπάνης του έργου από το Υπουργείο Εσωτερικών, το

οποίο αρχικά είχε υποβάλει κοστολόγηση 4 εκατομμυρίων, 100 χιλιάδων ευρώ, αλλά η μοναδική προσφορά που είχε υποβληθεί, τότε, ήταν ύψους 5,3 εκατομμυρίων, δηλαδή πολύ μεγαλύτερη από το προϋπολογιζόμενο κόστος. Η εξέλιξη αυτή προκάλεσε νέα καθυστέρηση και χάσιμο πολύτιμου χρόνου πάνω στην ήδη τεράστια καθυστέρηση που παρατηρήθηκε από την αρχική εξαγγελία του έργου. Ο διαγωνισμός που προκηρύχθηκε περιλαμβάνει μια σειρά από αντιπλημμυρικά έργα γύρω από την περιοχή Καμάρες για σκοπούς προστασίας των οικιστικών ζωνών των Δήμων Λάρνακας και Αραδίππου, που βρίσκονται εντός της λεκάνης απορροής του ποταμού Καλού Χωριού. Οι κατασκευαστικές εργασίες υπολογίζεται να έχουν διάρκεια 30 μηνών. Με την ολοκλήρωσή του, το έργο πιστεύεται ότι θα συμβάλει καθοριστικά στην αντιπλημμυρική θωράκιση των περιοχών Καμάρες και Βεργίνας.

ΑΝΤΙΠΛΗΜΜΥΡΙΚΑ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ

Παράλληλα, το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας προγραμματίζει επιπλέον συμπληρωματικά αντιπλημμυρικά έργα σε συγκεκριμένα σημεία εντός των ορίων της Λάρνακας, τα οποία παρόλο που είναι ενωμένα με το αποχετευτικό σύστημα, εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν προβλήματα συσσώρευσης όμβριων υδάτων σε περιπτώσεις έντονων βροχοπτώσεων. Όπως πληροφορούμαστε, βρίσκεται σ' εξέλιξη μελέτη για την ετοιμασία κατασκευαστικών σχεδίων και σχετικών διαγωνισμών αναφορικά με αντιπλημμυρικά έργα που προγραμματίζονται στη λεωφόρο Γρηγόρη Αυξεντίου (στο σημείο παρά το Costa Coffee) και στη λεωφόρο Αρχιεπισκόπου Κυπριανού. Ήδη το ΣΑΛ έχει ολοκληρώσει αντιπλημμυρικά έργα στην περιοχή Καλιφάτζια και σε προσφυγικούς συνοικισμούς.



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

ap

anna pavlou

ΠΕΝΤΕ ΧΡΟΝΙΑ ΕΠΙΤΥΧΗΜΕΝΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΗΣ ΜΟΔΑΣ

Σκοπός μου σε κάθε συλλογή είναι η παρουσίαση κάτι καινούριου, που δεν υπάρχει στην αγορά για να κρατήσω το ενδιαφέρον. Η συνεχής αλληλεπίδραση και το να παραμένω επίκαιρη είναι η προσωπική μου επιτυχία.

Καινοτομία και χωρίς φραγμούς έρευνα κατά την γνώμη μου είναι απαραίτητες δεξιότητες στον συγκεκριμένο τομέα. Αυτά ακολούθησα και εγώ προσπαθώντας να δημιουργώ έως και σήμερα.

Η έμπνευση και η γνώση έρχονται από οτιδήποτε μπορεί να εισβάλει στην δημιουργικότητα μου. Καθημερινά η μόδα αλλάζει και θεωρώ υποχρέωσή μου να ερευνώ και να μελετώ ούτως ώστε να είμαι σε θέση να προτείνω και μετέπειτα να σχεδιάσω. Σχεδιάζω για τις γυναίκες που θέλουν πάντα να δείχνουν διαφορετικές από τις υπόλοιπες γυναίκες γύρω τους. Στη δική μου φαντασία η κάθε γυναίκα δε χρειάζεται να είναι μιας συγκεκριμένης καριέρας ή ηλικίας.

Οι αντιθέσεις έχουν καθοριστικό ρόλο στην αισθητική του brand και νιώθω ότι οι συλλογές είναι επίσης γεμάτες αντιφάσεις. Κάθε γυναίκα μπορεί να έρθει να δημιουργήσουμε από κοινού την δημιουργία των ονείρων της με το δικό της στιλ και την δική μου άποψη.

Έχοντας παρουσιάσει 11 συλλογές εστιάζοντας πλέον στην τελευταία σύλλογη AP-Spring Summer 2024 με τίτλο Rainbow που μόλις έχω λανσάρει, το κύριο χαρακτηριστικό είναι τα έντονα χρώματα. Τα χρώματα έχουν την τιμητική τους, όλα με το φως του ήλιου μοιάζουν πιο λαμπερά. Το καλοκαίρι είναι ένα ταξίδι με μοναδικές εμπειρίες που η ζωή μας έχει αρχίσει να γεμίζει με το φως του ήλιου. Τα κομμάτια της συλλογής, αντιπροσωπεύουν τον τέλειο συνδυασμό σχεδιασμού μέσα από τις νέες αποχρώσεις εκφράζοντας ζωντάνια. Επιστρέφει για να φέρει ισορροπία σε όλα τα loud. Τα AP ρούχα σχεδιάστηκαν με σκοπό να ακολουθούν την σύγχρονη γυναίκα σε κάθε της περιπέτεια. Με αίσθηση χαλαρή αγκαλιάζοντας το σώμα, απευθύνονται σε κάθε γυναίκα που νιώθει άνετα με τον εαυτό της, ανεξάρτητα από το στιλ, την ηλικία ή τον σωματότυπο.

Από την συλλογή μου ξεχωρίζουν επίσης τα χειροποίητα νυφικά και party dresses που μόλις παρουσίασα με αγάπη και μεράκι. Τα κομψά νυφικά με πετράδια εντυπωσιάζουν και σαγηνεύουν.

Όλες μου οι συλλογές έχουν αναρτηθεί στους λογαριασμούς στο Instagram @ar.annapavlou, στο facebook @annapavlou.ar και κατόπιν συνεννόησης μπορεί να προγραμματιστεί ραντεβού στο ατελιέ μου όπου στεγάζεται στην Λάρνακα, Στυλιανού Αποστολίδη 1, 6021.



Ψυχική υγεία παιδιού και οικογένειας

Γράφει η ΠΑΥΛΙΝΑ ΧΑΓΙΑΝΝΗ – ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ – ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΛΟΓΟΣ



Όπως αποδεικνύεται μέσα στον χρόνο, η οικογένεια δεν είναι μόνο ένας ισχυρός κοινωνικός θεσμός, αλλά ένας πολυοργανισμός που εξελίσσεται, διαφοροποιείται και προσαρμόζεται ανάλογα. Με τη συμμετοχή του στο θεσμό της οικογένειας από τη γέννησή του ο άνθρωπος δέχεται την πρώτη μορφή άσκησης εξουσίας, αρκεί να εξετάσουμε στο εσωτερικό της τη θέση της γυναίκας σε σχέση με τον άντρα και του παιδιού σε σχέση με τους ενήλικες γονείς.

Από όλα τα επαγγέλματα του κόσμου, ένα μόνο δεν απαιτεί επίσημη προπαίδευση: το επάγγελμα του γονιού. Η μόνη εκπαίδευση που έχουν συνήθως οι νέοι άνθρωποι οι οποίοι γίνονται γονείς είναι αυτή που τους έχουν χαρίσει μέσα από τον τρόπο που τους μεγάλωσαν, οι δικοί τους γονείς. Σύμφωνα με τους νόμους της επανάληψης και έτσι όπως λειτουργούν τα πράγματα από γενιά σε γενιά, θα επαναλάβουν κι αυτοί, όσα έχουν εγγραφεί στη μνήμη τους και συνειδητά ή ασυνειδητά, θα αναπαράγουν τις στάσεις και τις αντιδράσεις που χαρακτήριζαν τις συμπεριφορές των γονιών τους.

Εάν για παράδειγμα σαν παιδιά έβλεπαν να εξασκείται βία μεταξύ των γονιών τους, ή εάν υποβάλλονταν σε υπερβολική τιμωρία με βία από τους γονείς τους, τότε και αυτοί σαν ενήλικες πλέον έχουν πολύ μεγαλύτερες πιθανότητες να πράξουν το ίδιο. Από έρευνες που έχουν γίνει τόσο στο παρελθόν, όσο και σήμερα διαφαίνεται ότι τα παιδιά συμπεριφέρονται στις δικές τους μελλοντικές σχέσεις με βάση αυτά που έβλεπαν να γίνονται στη δική τους οικογένεια.

Ένα αξιοπερίεργο φαινόμενο που παρατηρήθηκε στις έρευνες είναι ότι εκείνο που καθορίζει περισσότερο το κατά πόσο ένα παιδί θα είναι στην ενήλικη ζωή το θύμα βίας μέσα στην οικογένεια ή μέσα στα πλαίσια μιας σχέσης, δεν είναι το γεγονός ότι το ίδιο σαν παιδί έχει υποστεί βία.

Ο καθοριστικός παράγοντας είναι το γεγονός ότι σαν παιδί έβλεπε βία να εξασκείται μεταξύ των γονιών του. Το συμπέρασμα αυτό είναι πολύ σημαντικό για την πρόληψη της βίας μέσα στα ζευγάρια και απέναντι στα παιδιά, είτε αυτή είναι σωματική, ψυχολογική ή συναισθηματική.

Ο καθένας μας γνωρίζει πως κάθε περίπτωση είναι ξεχωριστή και μαγικές λύσεις στην παιδαγωγική δεν υπάρχουν. Θα μπορούσαμε όμως να βοηθηθούμε αν ανακαλύπταμε το κλειδί που μας επιτρέπει να ανοίξουμε το σφραγισμένο δωμάτιο, το μικροκαμωμένο έπιπλο γραφειάκι της αθώας τρυφερότητάς μας, μέσα στο οποίο βρισκόταν κατακωνιασμένη η δοκιμασμένη οικογενειακή αγάπη που κάποτε είχαμε αμφισβητήσει και που εξαιτίας της είχαμε βιώσει πίκρες και οικογενειακά μίσση πολύ οδυνηρά για πολλούς από εμάς, ασχέτως αν οι γονείς μας, μας αγάπησαν ή όχι, τους αγαπήσαμε ή όχι, είναι ζωντανοί ή έχουν πεθάνει.

Σήμερα περισσότερο από ποτέ, οι σχέσεις με το γιο και την κόρη μας περνούν μέσα από την άμεση αντιπαράθεση. Την ίδια ώρα, δεχόμαστε έναν πραγματικό και ακατάπαυστο καταγισμό πληροφοριών, προειδοποιήσεων, συμβουλών από το σχολικό περιβάλλον, τους φίλους, την οικογένεια, τον Τύπο, τα βιβλία, ακόμα και τις διαφημίσεις, που προσπαθούν να μας κάνουν να συνειδητοποιήσουμε τις δυσκολίες που θα αντιμετωπίσουμε για να φέρουμε σε πέρας την αποστολή μας σαν γονείς. Με αποτέλεσμα να μας πνίγουν οι προβληματισμοί και τα ερωτηματικά. Δεν ξέρουμε αν είμαστε υπερβολικά αυστηροί ή υπερβολικά επιεικείς, αν είμαστε υπερβολικά ή όχι αρκετά παρόντες. Η παραμέληση, δηλαδή η μη παροχή συναισθηματικής και σωματικής ανάπτυξης στο παιδί, αποτελεί είδος βίας.

Τα απρόοπτα της οικογενειακής ζωής συντε-

λούν στο να πάρει ιδιαίτερη τροπή η εξέλιξη της προσωπικότητας του παιδιού. Για παράδειγμα, το διαζύγιο, η ασυμφωνία των γονέων δεν αφήνουν το παιδί αδιάφορο. Οι συνέπειες ποικίλουν ανάλογα με την ηλικία του, την ωριμότητα, την ευαισθησία του αλλά και τις συγκυρίες. Πολλές φορές, μπορεί ν' αναπτυχθεί στο παιδί ένα έντονο συναίσθημα ενοχής. Αν το διαζύγιο έρχεται ως αποτέλεσμα κακοποίησης του παιδιού ή έντονων συγκρούσεων και καυγάδων, σίγουρα για τα παιδιά είναι πολύ θετικό να μην είναι υποχρεωμένα να μοιράζονται τέτοιες οδυνηρές και αρνητικές καταστάσεις.

Τις περισσότερες φορές όμως, η διάλυση του γάμου δεν οφείλεται στο ότι ο ένας εκ των δύο είναι παλιάνθρωπος ή στο ότι τα παιδιά ήταν εκτεθειμένα σε επικίνδυνες καταστάσεις, αλλά στο γεγονός ότι η σχέση είχε φθαρεί και απονεκρωθεί συναισθηματικά. Ένας γάμος χωρίς στοργική σχέση, χωρίς ζωντάνια και θερμή ανάμεσα στους συζύγους, ένας γάμος όπου προσφέρει μόνο ο ένας, ή και κανένας, και τα μέλη του δεν επικοινωνούν μεταξύ τους, είναι ένας γάμος αποτυχημένος και δεν υπάρχει κανένα όφελος να παραμένει κάποιος σ' αυτόν για χάρη, υποτίθεται, των παιδιών.

Έρχονται πολλές στιγμές που πιστεύουμε ότι οι δικοί μας οι γονείς είχαν πιο εύκολο ρόλο. Η εκπαίδευση όμως δεν είναι δυνατόν να επιτευχθεί χωρίς μερικές φορές να προκαλέσουμε πόνο σε αυτούς που θέλουμε να διαπαιδαγωγήσουμε. Για παράδειγμα το να τιμάς τους γονείς σου δε σημαίνει ότι πρέπει να τους ευχαριστείς πάντα, κάτι που πιστεύουν πολλοί άνθρωποι οι οποίοι εξακολουθούν να είναι παγιδευμένοι στα δίχτυα της παιδικής τους εξάρτησης, η οποία επέτρεψε σ' αυτό το μικρό παιδί, που τώρα έχει μεγαλώσει, να διατηρήσει την αυταπάτη ότι το να αγαπά τους γονείς του αποτελεί το κλειδί της ευτυχίας γι' αυτούς και για το ίδιο.



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



Σνακ παραλίας

Γράφει η **ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ**
ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ - ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ

Τα Σαββατοκυριακά μας πλέον είναι συνυφασμένα με τις εξορμήσεις στις παραλίες ή στις πισίνες. Δυστυχώς η πολύωρη παραμονή στην παραλία είναι μια πρόκληση αφού τείνει να ανοίγει την όρεξη και να αφυδατώνει το σώμα. Οι υγιεινές συνήθειες και τα χορταστικά σνακ μπορούν να γίνουν ο σύμμαχος σας, να μειώσουν το ρίσκο για αφυδάτωση και να ελέγξουν την πείνα σας. Όταν είμαστε αφυδατωμένοι, χάνουμε βασικούς ηλεκτρολύτες όπως το κάλιο, το ασβέστιο και το μαγνήσιο που είναι υπεύθυνοι για ζωτικές λειτουργίες του σώματος. Η δική μου συμβουλή είναι να προμηθευτείτε με κάποιο είδους παγωνιέρα η οποία θα διατηρήσει τα σνακ και τα ποτά σας στην κατάλληλη θερμοκρασία. Έτσι με αυτόν τον τρόπο οργανώνουμε το τι θα φάμε όλοι μέρα στην παραλία και δεν αναγκαζόμαστε να καταναλώσουμε «εύκολα» τρόφιμα, ενεργειακά πυκνά, υψηλά σε ζάχαρη και αλάτι όπως για παράδειγμα πατατάκια, μπισκότα κλπ, Καταναλώνοντας αυτές τις τροφές υπάρχει πιθανότητα να μας προκαλέσουν αδυναμία λόγω του ότι δεν καλύψουν τις ανάγκες μας σε θρεπτικά συστατικά αλλά και σε κορεσμό.

Παραδείγματα από σνακ που μπορείς να έχεις μαζί σου:

1. Φρούτα ή φρουτοσαλάτα - είναι πλούσια σε περιεκτικότητα σε νερό όπου θα μας ενυδατώσουν αλλά και πλούσια σε φυτικές ίνες, οπότε θα μας χορτάσουν! Extra tip - συνδύασε τα με κάποιο ξηρό καρπό έτσι θα βοηθήσουν στον καλύτερο γλυκαιμικό έλεγχο!
2. Αντί για πατατάκια ετοίμασε Pop corn. Πλούσιο σε φυτικές ίνες, μας κρατά χορτάτους και δεν χαλάει στις υψηλές θερμοκρασίες.
3. Bar δημητριακών έτοιμα ή σπιτικά (ακό-

μα καλύτερα) - η πιο εύκολη λύση άμεσης ενέργειας αφού μας ικανοποιούν την ανάγκη για γλυκιά γεύση και δεν χαλάνε στον ήλιο.

4. Κριτσίνια/κράκερς/φρυγανιές κατά προτίμηση ολικής αλέσεως - είναι εύκολα στη μεταφορά και δεν αλλοιώνονται από τον ήλιο και τη ζέστη.
5. Stick λαχανικών (αγγουράκι, καρότο, σέλινο) ή ντοματίνια ή χυμούς λαχανικών πλούσια σε αντιοξειδωτικά που μας προστατεύουν από τις ακτίνες του ήλιου.

Ιδέες για εύκολα ελαφριά γεύματα στην παραλία

1. Wrap/ sandwich- ψωμάκι ολικής αλέσεως συνδυασμένο με πρωτεΐνη χαμηλών λιπαρών πχ γαλοπούλα, αυγό, τυρί, κρέμα σε τυρί, cottage cheese μαζί με λαχανικά για περισσότερο κορεσμό
2. Για τους χορτοφάγους/Vegan - sandwich/wrap με χούμους, ταχίνι, αβοκάντο, πάστα ελιάς, Παντζάρι και πολλά λαχανικά
3. Wrap με φυστικοβούτυρο και μπανάνα. Το φυστικοβούτυρο θα σε κρατήσει χορτάτο αφού είναι πλούσιο σε πρωτεΐνη. Η μπανάνα λόγω της περιεκτικότητας της σε κάλιο θα βοηθήσει στην αναπλήρωση των ηλεκτρολυτών.
4. Σαλάτα σε δοχείο - Major jar (δες προηγούμενα Post) - με κάποια άπαχη πρωτεΐνη πχ κοτόπουλο, τυρί/φέτα, αυγό και υδατάνθρακα ολικής πχ quinoa, παξιμάδια, κρουτόνς, καλαμπόκι κλπ
5. Από το εστιατόριο κάποια φρέσκα σαλάτα, φρουτοσαλάτα, toast/sandwich με ψωμάκι ολικής αλέσεως και κάποια άπαχη πρωτεΐνη για να μας χορτάσει

Μικρά tips ενυδάτωσης

1. Καταναλώνετε υγρά καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας έτσι ώστε να παραμείνετε ενυδατωμένοι
2. Κουβαλάτε πάντα μαζί σας ένα μπουκαλάκι με νερό. Επίσης μπορείτε να προμηθευτείτε με κάποιο μπουκαλί νερού το οποίο διατηρεί την θερμοκρασία του νερού παγωμένη για περισσότερη ενυδάτωση!
3. Ενισχύστε το νερό με φυσική γεύση της αρεσκείας για να καταναλώνεται περισσότερη ποσότητα νερού σας πχ λεμόνι, λάιμ, πορτοκάλι, βατόμουρα ή αγγουράκι
4. Προτιμήστε νερό, οι χυμοί και το τσάι από βότανα μπορούν να συμβάλουν στην ενυδάτωση του σώματός σας, ωστόσο το νερό είναι αυτό που το σώμα σας πραγματικά επιθυμεί
5. Καταναλώστε τρόφιμα υψηλά σε νερό όπως φρούτα και λαχανικά.
6. Η κατανάλωση ροφημάτων υψηλά σε ζάχαρη πχ αναψυκτικών, χυμών δεν αποτελούν την καλύτερη μέθοδο ενυδάτωσης και συνιστώνται να λαμβάνονται σε μικρές ποσότητες
7. Αποφύγετε το Αλκοόλ και την Καφεΐνη: Το αλκοόλ και η καφεΐνη μπορούν να αυξήσουν την αφυδάτωση. Προσπαθήστε να τα περιορίσετε όταν βρίσκεστε στην παραλία.

Προσοχή χρειάζεται ειδικά στα άτομα υψηλά σε ρίσκο αφυδάτωσης όπως ηλικιωμένους, παιδιά, εγκύους και ασθενείς. Η δίψα δεν είναι πάντα καθοριστικός παράγοντας για να πιείτε νερό, γιατί το αίσθημά της δημιουργείται, όταν είστε ήδη σε κάποιο βαθμό αφυδατωμένοι. Παρακολουθήστε το χρώμα των ούρων σας, αν είναι σκουρόχρωμο σημαίνει ότι χρειάζεστε περισσότερα υγρά.



Μια πόλη | Μια ήπειρος | Ένας κοινός τόπος
One city | One continent | One common ground

Λαρνακά
2030

EUROPEAN CAPITAL OF CULTURE
CANDIDATE CITY

larnaka2030.eu





Οι δραστηριότητες των γονιών με τα παιδιά τους κατά τις καλοκαιρινές διακοπές!

Γράφει ο **ΧΑΡΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**
ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Τα σχολεία σε λίγες μέρες κλείνουν, και η διάθεση των παιδιών γίνεται ακόμη πιο παιχνιδιάρικη με περισσότερη διάθεση και ανεμελιά.

Κάποιες εισηγήσεις που φαίνεται να βοηθούν τα παιδιά να αποκτήσουν αναμνήσεις ξεγνοιασιάς και μοιράσματος με τους γονείς θα μπορούσαν να είναι πολλές.

Αρχικά, εκμεταλλευτείτε τη φύση, οργανώστε κάμπινγκ, ξαπλώστε κάτω από τα αστέρια και φτιάξτε με τα παιδιά σας μαγικές εικόνες.

Εκμεταλλευτείτε τα ποδήλατα και οργανώστε όμορφες βόλτες. Πηγαίνετε σε καταράκτες και οργανώστε πικνικ με τα παιδιά.

Επιλέξτε το αγαπημένο γλυκό της οικογένειας και όλοι μαζί να συμμετέχετε για την δημιουργία του απολαμβάνοντας το όλοι μαζί σε ένα κοντινό πάρκο ή στην αυλή του σπιτιού σας.

Αν υπάρχει κάποια φωτογραφική μηχανή οργανώστε οικογενειακό διαγωνισμό με την πιο όμορφη φωτογραφία από μια εκδρομή σας ή βόλτα σας. Στη συνέχεια μπορείτε να φτιάξετε κολλάζ φωτογραφιών με τις καλοκαιρινές σας αναμνήσεις.

Ασχοληθείτε με τον κήπο ή γενικά με την κηπουρική, φυτέψτε μαζί ενώ προηγουμένως θα έχετε επισκεφθεί ένα φυτώριο επιλέγοντας μαζί τα λουλούδια που σας αρέσουν.

Χορέψτε ασταμάτητα μέχρι να κουραστείτε βοηθά και ως γυμναστική και ως εκτόνωση αλλά κυρίως στη μνήμη του παιδιού σας ως μια τρελή στιγμή της οικογένειας μέσα στις καλοκαιρινές διακοπές.

Με ασφάλεια μπορείτε να παίξετε μαξιλαροπόλεμο. Οργανώστε ημέρες με τα παιδιά σας, όπως μέρα μουσείου, μέρα βιβλιοθήκης, μέρα ζωολογικού κήπου, μέρα καναπέ και ταινίας κ.τ.λ.

Προμηθευτείτε υλικά που βοηθούν στο να κατασκευάσετε κάτι ακόμη και ανακυκλώσιμα υλικά και δημιουργήστε κάτι που θα σας θυμίζει εκείνη την όμορφη δημιουργική σας στιγμή. Κάτι που αρέσει στα παιδιά είναι η οργάνωση κρυμμένου θησαυρού.

Η ημέρα βιβλίου είναι μια ωραία στιγμή να μιμηθούν τα παιδιά εσάς τους γονείς να το κάνουντε επιλέγοντας όλοι από ένα αγαπημένο βιβλίο και η μέρα αυτή θα είναι ημέρα χωρίς ηλεκτρονικά.

Φτιάξτε ένα βάζο και βάλτε μέσα καρτελάκια με γραμμένες τις δραστηριότητες που σας δίνουμε εδώ.

Όταν το παιδί σας πει "βαριέμαι", τραβήξτε ένα καρτελάκι και κάντε τη δραστηριότητα που διαλέξατε!

Το πιο απλό και καθιερωμένο εννοείται είναι η συχνή σας βόλτα στη θάλασσα για κολύμπι αλλά και για να καθίσετε εκεί για φαγητό το οποίο θα έχετε φτιάξει όλοι μαζί προηγουμένως.

Ορίστε μια μέρα ξεκούρασης! Μια μέρα που δεν θα κάνετε τίποτα!

Τέλος όλες οι καλοκαιρινές δραστηριότητες χρειάζονται μια οργάνωση. Είτε πρόκειται για κατασκευές, είτε για αυτοσχέδια παιχνίδια, μην ξεχνάτε πως τα παιδιά χρειάζονται πρόγραμμα και ρουτίνες.

Οργανώνοντας ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα με καλοκαιρινές δραστηριότητες μπορείτε και εσείς, σαν γονείς να έχετε περισσότερο χρόνο, χωρίς να τρέχετε άσκοπα για να βρείτε πως να απασχολήσετε τα παιδιά!

Το μόνο σίγουρο είναι ότι τα παιδιά σας στη ψυχή και στη μνήμη τους θα έχουν ένα αξέχαστο καλοκαίρι με πολλές στιγμές που λόγω ρουτίνας του χειμώνα στερούνται με εσάς τους γονείς που κάποιες φορές να είναι και η πηγή έντασης μεταξύ των μελών της οικογένειας, δηλαδή ο μειωμένος ποιοτικός χρόνος.

Καλό καλοκαίρι λοιπόν.

Γ' ΦΑΣΗ ΑΠΟΧΕΤΕΥΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ



Σύντομη Περιγραφή Έργου

Η Γ' Φάση του Αποχετευτικού Συστήματος Λάρνακας αφορά στην κατασκευή δικτύων συλλογής αστικών λυμάτων και αντλιοστασίων στους οικισμούς Δρομολαξιά-Μενεού, Κίτι και Περβόλια και τη μεταφορά των αστικών λυμάτων στον υφιστάμενο σταθμό επεξεργασίας λυμάτων της Λάρνακας.

Το Έργο περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, δίκτυα βαρύτητας μήκους περίπου 155,5 km, δίκτυο κεντρικών καταθλιπτικών αγωγών (αγωγών πίεσης) μήκους περίπου 10,5 km και οκτώ (8) κεντρικά αντλιοστάσια μεταφοράς λυμάτων.

Με την υλοποίηση του Έργου θα καλυφθούν οι απαιτήσεις συμμόρφωσης της Κυπριακής Δημοκρατίας με την Ευρωπαϊκή Οδηγία για την Επεξεργασία των Αστικών Λυμάτων 91/271/ΕΟΚ για τους πάνω οικισμούς, οι οποίοι εμπίπτουν στο Πρόγραμμα Εφαρμογής της εν λόγω Οδηγίας.

Συγχρηματοδότηση Έργου

Το Έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Προγράμματος Πολιτικής Συνοχής «ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027» με τη συγχρηματοδότηση της ΕΕ.

Η Γενική Διεύθυνση Ανάπτυξης του Υπουργείου Οικονομικών είναι η Διαχειριστική Αρχή και η Διεύθυνση Ελέγχου του Υπουργείου Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων, αποτελεί τον Ενδιάμεσο Φορέα για την παρακολούθηση και έλεγχο του Έργου.

Ο Δικαιούχος και Φορέας Υλοποίησης του Έργου είναι το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας, το οποίο εκτελεί το εν λόγω Έργο εκ μέρους του Τμήματος Αναπτύξεως Υδάτων.

Στάδια υλοποίησης Έργου

Το φυσικό αντικείμενο του συγχρηματοδοτούμενου Έργου θα υλοποιηθεί μέσω της εκτέλεσης τεσσάρων (4) Κατασκευαστικών Συμβολαίων. Το Έργο περιλαμβάνει επίσης, τη Σύμβαση αρ. ΣΑΛ 15/2019, η οποία αφορά σε παροχή υπηρεσιών Συμβούλων Μηχανικών για την εκπόνηση μελετών, την ετοιμασία εγγράφων προσφορών για προκήρυξη διαγωνισμών, την αξιολόγηση προσφορών και την επίβλεψη των Κατασκευαστικών Συμβολαίων.

Η κατασκευή δικτύων αποχέτευσης (περίπου 21 km) στην Κοινότητα της Τερσεφάνου έχει περιληφθεί στη Γ' Φάση του Αποχετευτικού Συστήματος Λάρνακας ως αντισταθμιστικό μέτρο, καθότι στην εν λόγω Κοινότητα βρίσκεται υπό κατασκευή το φράγμα αποθήκευσης ανακτημένου νερού. Το τελευταίο παράγεται από τον σταθμό επεξεργασίας λυμάτων της Λάρνακας και επαναχρησιμοποιείται για γεωργική άρδευση. Σημειώνεται ότι το αντίστοιχο Κατασκευαστικό Συμβόλαιο (ήτοι Γ4) δεν θα συγχρηματοδοτηθεί από την ΕΕ και ως εκ τούτου, δεν περιλαμβάνεται στο συγχρηματοδοτούμενο Έργο.

4 ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΑ ΣΥΜΒΟΛΑΙΑ €80 εκ.

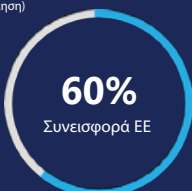
166 Km ΑΓΩΓΟΙ ΒΑΡΥΤΗΤΑΣ & ΠΙΕΣΗΣ

8 ΚΕΝΤΡΙΚΑ ΑΝΤΛΙΟΣΤΑΣΙΑ



Προϋπολογισμός Έργου

€84 εκ.
(εκτίμηση)



Προτεραιότητα Προγράμματος
Ενέργεια και Περιβάλλον

Στόχος Πολιτικής 2
Μια πιο Πράσινη και Ανθεκτική Ευρώπη

Ειδικός Στόχος
Πρόσβαση και βιώσιμη διαχείριση υδάτων

Ταμείο ΕΕ
Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (Ε ΤΠΑ)

Περίοδος Υλοποίησης
2021 – 2027

Συμβόλαιο Γ1 – ΣΑΛ 21/2021
Τμήμα Κίτι, Δρομολαξιάς-Μενεού και παραλιακή ζώνη

Ημερ. υπογραφής: 14/6/2023
Διάρκεια κατασκευής: 40 μήνες
Ανάδοχος: ΙΑΚΟΒΟΥ-ZEMCO (LSP) JOINT VENTURE
Προϋπολογισμός (με ΦΠΑ): €25.570.958

46 km αγωγοί βαρύτητας (Φ200-Φ500), 7 km καταθλιπτικοί αγωγοί (Φ110-Φ500), 930 ορέστια επίσκεψης & 2520 οικιακές συνδέσεις

Συμβόλαιο Γ3 – ΣΑΛ 3/2022
Υπόλοιπο Κίτι-Περβόλια

Ημερ. υπογραφής: 2/6/2023
Διάρκεια κατασκευής: 40 μήνες
Ανάδοχος: CYFIELD CONSTRUCTION LTD
Προϋπολογισμός (με ΦΠΑ): €23.669.100

56 km αγωγοί βαρύτητας (Φ200-Φ500), 15 km καταθλιπτικοί αγωγοί (Φ250), 1277 ορέστια επίσκεψης & 3870 οικιακές συνδέσεις

Σύμβαση αρ. ΣΑΛ 15/2019 – Παροχή υπηρεσιών Συμβούλων Μηχανικών

Ημερ. υπογραφής: 19/6/2020
Διάρκεια: 94 μήνες
Ανάδοχος: Ροικός Συμβούλοι Μηχανικοί Ανώνυμη Εταιρεία - Ζ & Α.Π. Αντιναυαρόπουλος και Συνεργάτες Ανώνυμη Μελετητική Εταιρεία
Προϋπολογισμός (με ΦΠΑ): €2.736.524

Συμβόλαιο Γ2 – ΣΑΛ 2/2022
Υπόλοιπο Δρομολαξιάς-Μενεού

Ημερ. υπογραφής: 15/5/2023
Διάρκεια κατασκευής: 40 μήνες
Ανάδοχος: ΙΑΚΟΒΟΥ-ZEMCO (LSP) JOINT VENTURE
Προϋπολογισμός (με ΦΠΑ): €19.322.030

53,5 km αγωγοί βαρύτητας (Φ200-Φ315), 2 km καταθλιπτικοί αγωγοί (Φ110-Φ200), 1070 ορέστια επίσκεψης & 2220 οικιακές συνδέσεις

Συμβόλαιο Γ5 – ΣΑΛ 5/2022
Μέλητρο, κατασκευή, λειτουργία & συντήρηση αντλιοστασίων

Ημερ. υπογραφής: εντός 2^{ης} τριμήνου 2024
Διάρκεια μελέτης & κατασκευής: 36 μήνες
Διάρκεια λειτουργίας & συντήρησης: 5 έτη (εκτός περιόδου συγχρηματοδότησης)
Προϋπολογισμός (με ΦΠΑ): €9.900.000*

*Ετήσια πληρωμή αξία διαγωνισμού
8 κεντρικά (CA, CB, CC, CD, CE, CF, CG και CH) & 4 τοπικά (CI, CK, CL και CM) αντλιοστάσια



Γράμματα στην Έθελ

Γράφει η **ΙΩΑΝΝΑ ΠΙΤΣΙΛΛΗ**

Αγαπημένη μου,

Την ώρα αυτή που σου γράφω βρίσκομαι έξω από το ταχυδρομείο. Όχι το κεντρικό ταχυδρομείο της πόλης αλλά το άλλο, το μικρό, γιατί αυτό με βολεύει καλύτερα όταν είναι να στείλω μια επιστολή, όπως καλή ώρα σήμερα το πρωί.

Έχω που λες στηθεί έξω από το ταχυδρομείο από τις 7:40 απλά και μόνο για να είμαι «ο πρώτος πελάτης». Την έχω αυτή την συνήθεια. Αν είναι να κλείσω ραντεβού σε κάποια υπηρεσία θέλω να είμαι το πρώτο ραντεβού, αν είναι να πάω στο εμπορικό για ψώνια θέλω να είμαι εκεί πριν ακόμη ανοίξουν τα καταστήματα. Βρίσκομαι έξω που λες από την κλειστή πόρτα, οι υπάλληλοι έχουν φτάσει, με έχουν καλημερίσει και έχουν περάσει στο εσωτερικό του καταστήματος να ετοιμαστούν για την καινούρια μέρα.

Παρατηρώ τη βιτρίνα του καταστήματος. Εκτός από το ωράριο λειτουργίας και κάποιες άλλες ανακοινώσεις, υπάρχουν ακόμη μερικές οδηγίες από την εποχή της πανδημίας. Όπως για παράδειγμα το «Διατηρείτε 2 μέτρα απόσταση». Κάνω ενδόμυχα την σκέψη πως ήμασταν που ήμασταν αποξενωμένοι οι άνθρωποι, αυτή η άτιμη η πανδημία ήρθε και μας αποτειώσε. Προσωπικά δεν αισθάνομαι πως έχω βρει ακόμη τον «προ - πανδημίας» εαυτό μου, όμως ελπίζω ότι θα γίνει και αυτό κάποια στιγμή όπως διατηρώ τις ελπίδες μου και για ένα σωρό άλλα πράγματα.

Έχει αρχίσει να έρχεται κόσμος, αυτοκίνητα σταθμεύουν στο δρόμο δεξιά και αριστερά, σε κάποια φάση δημιουργείται ένα μικρό κομπούζι, κόρνες ακούγονται από παντού και μετά πάλι ησυχία. Εγώ συνεχίζω απόρητη να γράφω στο κινητό μου, μπορώ να γράφω παντού και κάθε ώρα και στιγμή της ημέρας, κάτω από οποιοσδήποτε συνθήκες, καλές ή κακές, αρκεί βέβαια να έχω έμπνευση. Μέχρι και τα θεατρικά μου στο κινητό τα γράφω να φανταστείς! Στις σημειώσεις. Σκηνή με σκηνή. Η Βαλεντίνα με αποκαλεί «παράξενη», για αυτή μου τη συνήθεια και ίσως να έχει δίκιο όμως Έθελ, βρίσκω πολύ βολικό να μπορώ να αραδιάζω τις λέξεις μου σε αυτή την μικρή συσκευή που βρίσκεται πάντοτε μέσα στην τσάντα μου. Άσε που τώρα τελευταία άρχισα να χρησιμοποιώ και τις φωνητικές σημειώσεις. Έτσι είναι σχεδόν αδύνατο να μου ξεφύγει μια σκέψη που μου έχει καρφωθεί στο μυαλό, μια καινούρια ιδέα ή μια ατάκα. Γράφω που λες τα πάντα στο κινητό μου και όταν είμαι ευχαριστημένη με το αποτέλεσμα, τα στέλνω στον υπολογιστή μου. Ακολουθεί η επεξεργασία εκεί και βέβαια οι τελευταίες πινελιές.

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



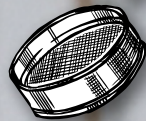
Ο κόσμος γύρω μου ολοένα και πληθαίνει. Ένας νεαρός μιλάει δυνατά στο κινητό του σε μια ξένη γλώσσα που ούτε καν αναγνωρίζω και κάνει νευρικές κινήσεις με το δεξί του χέρι. Μια κυρία ντυμένη στα λευκά μας καλημερίζει και ψάχνει να βρει λίγη σκιά μέχρι να ανοίξει η πόρτα του ταχυδρομείου και να εξυπηρετηθούμε. Η πόρτα τελικά ανοίγει, εγώ παίρνω τα γραμματόσημά μου και τοποθετώ το φάκελό μου στην σωστή υποδοχή για τις αποστολές εσωτερικού αφού ελέγγω βέβαια την επιγραφή δύο και τρεις φορές γιατί δεν φοράω τα πολύτιμα γυαλιά μου.

Έχει αρχίσει να κάνει ζέστη και ενώ βγαίνω από τα ταχυδρομεία, κάνω μια στάση για να βγάλω το ροζ λεπτό ζακετάκι μου. Το μάτι μου πέφτει στο απέναντι κτήριο, στη Στέγη Ηλικιωμένων. Πίσω από το ανοικτό παράθυρο υπάρχει ένας παπουύλης. Κάθεται και βλέπει το δρόμο. Αισθάνομαι ένα σίμπημα στην καρδιά. Σκέφτομαι πώς είναι να βλέπεις από το παράθυρο τη ζωή να περνάει απ'έξω. Ίσως μια μέρα να το μάθω από πρώτο χέρι. Ίσως μια μέρα να κοιτάω εγώ από ένα παράθυρο τη ζωή να περνάει.

Βγάζω ξανά από την τσάντα το κινητό μου, ανοίγω τις σημειώσεις και γράφω «Ζήσε όσο είναι καιρός».

**Σε αγαπώ
Να προσέχεις
Ι.Π**

Τατσίιά



ΜΕΖΕΔΟΤΕΧΝΕΙΟ



ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ 97800007

ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΙΑΚΩΒΙΔΗ 33, ΛΑΡΝΑΚΑ



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 21 ΙΟΥΝΙΟΥ

8:00 μ.μ. - 8:30 μ.μ.
ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΠΑΡΕΛΑΣΗ

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ
από τον Δήμαρχο Λάρνακας
κ. Ανδρέα Βύρα

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ
από τον Υπουργό Εσωτερικών
κ. Κωνσταντίνο Ιωάννου

10:20 μ.μ. - 10:45 μ.μ.
Μουσικό ταξίδι με τον
ΣΑΒΒΑ ΚΕΤΤΗΡΟ

10:50 μ.μ. - 12:40 π.μ.
ΣΥΝΑΥΛΙΑ
ΣΠΥΡΟΣ ΣΠΥΡΑΚΟΣ,
ΠΕΤΡΟΣ ΙΜΒΡΙΟΣ,
ΣΤΕΛΛΑ ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ,
ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΑΣΚΟΥΛΙΔΗΣ



ΠΥΡΟΤΕΧΝΗΜΑΤΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 22 ΙΟΥΝΙΟΥ

7:30 μ.μ. - 8:30 μ.μ.
ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΙ ΚΥΠΡΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ
Κατηγορίες: Μέχρι 16 χρονών και
άνω των 16 χρονών
Βιολί: **ΠΟΛΥΧΡΟΝΗΣ ΣΩΚΡΑΤΟΥΣ**
Λαούτο: **ΓΙΩΡΓΟΣ ΛΕΙΒΑΔΙΩΤΗΣ**

8:35 μ.μ. - 9:15 μ.μ.
Το **Μουσικό Σχήμα ΟΡΦΕΑΣ**
παρουσιάζει το αφιέρωμα
'Ότι κι αν πω δεν σε ξεχνώ ...Τσιτσάνη
Τραγουδούν: **ΛΙΖΑ ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ**
ΠΑΡΗΣ ΠΑΡΑΣΧΟΣ
ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΠΙΤΣΙΛΛΙΔΗΣ
Συνοδεύει 8μελής ορχήστρα
Ενορχηστρώσεις / επιμέλεια:
Άδμητος Πιτσιλλίδης

10:20 μ.μ. - 11:00 μ.μ
ΕΡΜΟΓΕΝΗΣ ΣΚΙΤΙΝΗΣ

11:05 μ.μ. - 01:05 π.μ.

Συναυλία
ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΤΣΙΡΑΣ, ΜΥΡΤΩ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ,
ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΠΟΥΛΟΥΖΟΥ



ΚΥΡΙΑΚΗ 23 ΙΟΥΝΙΟΥ

7:00 μ.μ. - 11:00 μ.μ.
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΙ
ΚΥΠΡΙΑΚΩΝ ΠΟΙΗΜΑΤΩΝ, ΕΡΩΤΙΚΩΝ
ΤΡΑΓΟΥΔΙΩΝ και ΤΣΙΑΤΤΙΣΜΑΤΩΝ
Βιολί: **ΠΟΛΥΧΡΟΝΗΣ ΣΩΚΡΑΤΟΥΣ**
Λαούτο: **ΓΙΩΡΓΟΣ ΛΕΙΒΑΔΙΩΤΗΣ**

11:05 μ.μ. - 11:45 μ.μ.
Ο Πολιτιστικός Όμιλος **ΒΑΣΙΛΙΤΖΙΑ**
παρουσιάζει το πρόγραμμα
Οι ρίζες της παράδοσης

ΔΕΥΤΕΡΑ 24 ΙΟΥΝΙΟΥ

7:30 μ.μ. - 8:30 μ.μ.
ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΙ ΑΥΛΟΥ - ΜΠΑΛΟΥ

9:35 μ.μ. - 9:50 μ.μ.
Η επαγγελματική χορευτική ομάδα της
ΜΑΡΙΑΣ ΖΑΧΑΡΙΟΥ ΚΑΡΑΠΙΤΤΑ
και οι χορευτές της Σχολής Χορού
MAMBO, παρουσιάζουν ένα επετειακό
αφιέρωμα με τίτλο **Φως στις Μνήμες/**
Δρόμοι Προσφυγιάς/ Αλησμόνητες
Πατρίδες

10:50 μ.μ. - 12:50 π.μ.
Συναυλία **ΣΤΕΛΙΟΣ ΡΟΚΚΟΣ**



ΤΡΙΤΗ 25 ΙΟΥΝΙΟΥ

8:35 μ.μ. - 8:45 μ.μ.
Κοινωνικοπολιτική σάτιρα με τον
ΛΟΥΚΑ ΘΟΥΠΗ

10:05 μ.μ. - 11:00 μ.μ.
ΑΝΤΡΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ -
ΠΑΜΠΙΝΑ ΚΟΝΤΕΑ

11:05 μ.μ. - 12:00 μ.μ.
Συναυλία
PROSPECTUS

ΤΕΤΑΡΤΗ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ

10:05 μ.μ. - 10:40 μ.μ.
Μουσικό πρόγραμμα με τον
BIASED BEAST και την ορχήστρα του

10:45 μ.μ. - 12:45 π.μ.
Συναυλία
ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΙΑΝΝΙΑΣ



ΕΞΕΔΡΑ ΠΛΑΤΕΙΑΣ ΕΥΡΩΠΗΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 23 ΙΟΥΝΙΟΥ

10:40 μ.μ. - 11:00 μ.μ.
Η CHARISMA BAND
με την **ΝΕΦΕΛΗ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**
Καλλιτεχνική επιμέλεια: Δημήτρης
Κωνσταντίνου

11:05 μ.μ. - 12:30 π.μ
Μουσική Κρουαζιέρα με τους
ΒΑΓΓΕΛΗ ΓΕΡΜΑΝΟ ΚΑΙ
ΣΑΛΙΝΑ ΓΑΒΑΛΑ
Σολίστ κιθάρας / συνθέτης:
Μιχάλης Σουρβίνος

ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΛΑΡΝΑΚΑ 2024 / 21-26 ΙΟΥΝΙΟΥ

ΧΟΡΟΣ

Δευτέρα 10, 8:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σχολή Χορού State of Dance

«Traveller»

Είσοδος €10

Πληροφορίες: τηλ.95151579

ΜΟΥΣΙΚΗ

Δευτέρα 10, 9:00 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Συναυλία Νατάσας Μποφίλιου

Είσοδος €25, €35 & €35

Εισιτήρια από: soldoutticketbox.com &

κατάστημα Stephanis

ΧΟΡΟΣ

Παρασκευή 14, 8:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Κέντρο Χορού Παύλου Λαζάρου

Χορευτική παράσταση «Legally Blonde»

Είσοδος €10

Προπώληση: τηλ. 97797596

ΧΟΡΟΣ

Σάββατο 15, 8:00 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Σχολή Χορού Αθανασία

Χορευτική παράσταση. «Τα Παιδικά μου

Όνειρα». Είσοδος €10

Προπώληση από τη Σχολή τηλ.99634455,

99239909

ΧΟΡΟΣ

Κυριακή 16

2 παραστάσεις: 4:00 μ.μ. & 7:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σχολή Χορού DancingArt

«Η αλήθεια μας»

Είσοδος €12

Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS

Courier

ΘΕΑΤΡΟ

Κυριακή 16, 9:00 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Κωμωδία «Γαμπροί για Πούλημα»

των Μιχάλη Ρέππα και Θανάση Παπα-

θανασίου. Σκηνοθεσία: Πέτρος Χαραλά-

μπους .

Διασκευή: Χρήστος Γρηγοριάδης

Είσοδος €15

Εισιτήρια από: soldoutticketbox.com &

κατάστημα Stephanis

ΧΟΡΟΣ

Τρίτη 18

2 παραστάσεις: 5:00 μ.μ. & 7:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σχολή Μπαλέτου Dance House by Kalia

«Anastasia The Musical». Είσοδος €12 &

€8 (για παιδιά μέχρι 6 ετών)

Προπώληση από τη Σχολή τηλ: 24641299,

99025646

ΧΟΡΟΣ

Πέμπτη 20, 8:00 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Σχολή Χορού «Βασιλιτζιά»

«The School for Good and Evil»

Είσοδος €10. Προπώληση τηλ. 99589435

ΧΟΡΟΣ

Παρασκευή 28, 8:30 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Σχολή Χορού Ζορμπάς

Χορευτική παράσταση «Οδύσσεια: Ο

χορός της επιστροφής»

Είσοδος €10

Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS

Courier

Κρατήσεις στο τηλ. 99055537 –

96430002

ΜΟΥΣΙΚΗ

Πέμπτη 29, 6:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Ωδείο Α. Πέτεβη

«Απογευματινός Μουσικός Περίπατος»

Συναυλία από τους σπουδαστές του Ωδείου.

Είσοδος ελεύθερη



Δευτέρα 1 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Γιώργος Νταλάρας - Άλκηστις Πρωτοψάλτη
 «Δύο φωνές, με μια καρδιά»
 Είσοδος €25, €30, €35, €40 & €45
 Προπώληση: ticketmaster.cy
 & ACS Courier



Τετάρτη 3 / Πέμπτη 4 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Αντώνης Ρέμος
 «Πάντα & Ποτέ»
 Είσοδος €40 & €50
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



**Τετάρτη 10, Παρασκευή 12
 & Σάββατο 13 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.**
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Άννα Βίση
 «Προτιμώ... Άννα Βίση» Tour
 Είσοδος €40 & €50
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



Τρίτη 16 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ ΚΙΤΙΟΥ
 Μανώλης Μπτσιάς - Καρυοφυλλιά Καραμπέτη
 «Οι ποιητές μας τραγουδούν»
 Μια Ανθολογία της ελληνικής μελοποιημένης ποίησης
 Επιμέλεια κειμένων: Γιώργος Λιάνης, Καρυοφυλλιά Καραμπέτη
 Είσοδος €20
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS Courier

Τετάρτη 17 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Θεατρική Εταιρία «Ευ(φ)ορία Γέλωτος»
 Κωμωδία «Ο Ζηλιάρογατος» του Γεώργιου Ρούσσου
 Πρωταγωνιστούν: Ελένη Φιλίνη - Οδυσσέας Σταμούλης - Νέλλη Γκίνη - Μάκης Πατέλης και ομάδα άλλων σπουδαίων ηθοποιών
 Σκηνοθεσία: Γιώργος Φρατζεσκάκης
 Είσοδος €20
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



Παρασκευή 19 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 «Όνειρο θερινής νυκτός» του Σαίξπηρ
 Χοροθεατρική παράσταση με την ομάδα σύγχρονου χορού «Χορευτές του Βορρά»
 Χορογραφία / Σκηνοθεσία: Τατιάνα Παπαδοπούλου / Είσοδος €20
 Η παράσταση είναι ακατάλληλη για θεατές κάτω των 12 ετών
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS Courier



Σάββατο 27 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Θεατρικός Οργανισμός Κύπρου
 «Φοίνισσες» του Ευριπίδη. Μετάφραση: Νίκος Χουρμουζιάδης. Σκηνοθεσία / Δραματουργική επεξεργασία: Μαγδαλένα Ζήρα. Είσοδος €17 & €8 (για άνεργους, συνταξιούχους, πολύτεκνους, άτομα κάτω των 25 ετών). Προπώληση: thoc.org.cy



Κυριακή 28 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Κωμωδία «Ο Κατά Φαντασίαν Ασθενής» του Μολιέρου
 Σκηνοθεσία / Διασκευή: Αιμίλιος Χειλάκης, Μανώλης Δούνιας
 Πρωταγωνιστούν: Αιμίλιος Χειλάκης - Αθηνά Μαξίμου - Μυρτώ Αλικάκη
 Είσοδος €15, €20, €25 & €30
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



Δευτέρα 29 & Τρίτη 30 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Μαρινέλλα
 Μαζί της ο Στέλιος Διονυσίου
 Είσοδος €40 & €50
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



Τετάρτη 31 Ιουλίου - 9:00 μ.μ.
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
 Νίκος Πορτοκάλογλου
 Συμμετέχουν: Βίκυ Καρατζόγλου, Βύρων Τσουράπης
 Είσοδος €15, €20, €25 & €30
 Προπώληση: ticketmaster.cy & ACS
 Courier



Ηάλκεον Concept Store

Καλώς ήρθατε στο «Halkeon Concept Store» το κατάστημα που αγκαλιάζει τη μόδα και προσφέρει μια νησιωτική αίσθηση στην περιοχή του Μακενζυ, Τάσου Μητσοπούλου 13.

Με αγάπη και αφοσίωση, δημιουργήσαμε έναν χώρο που συνδυάζει την ποιότητα και το στυλ, προσφέροντας μια μοναδική εμπειρία σε κάθε επισκέπτη μας.

Η αγάπη μας για τη μόδα μας οδήγησε να μοιραστούμε τις γνώσεις μας με τους επισκέπτες μας, δημιουργώντας μαζί τους μοναδικές εμφανίσεις για κάθε στιγμή της ημέρας. Ο στόχος μας είναι να κάνουμε κάθε γυναίκα και κάθε άντρα να αισθανθεί ξεχωριστός αλλά και να νιώθει αυτοπεποίθηση μέσα από τις ενδυματολογικές του επιλογές.

Στο «Halkeon Concept Store» θα βρείτε μια μεγάλη ποικιλία από ρούχα και αξεσουάρ για όλες τις ηλικίες που θα σας κάνουν να ξεχωρίζετε. Στον χώρο μας, δίνουμε μεγάλη σημασία στην ποιότητα των ρούχων μας, επιλέγοντας μόνο τα καλύτερα υλικά.

Φιλοξενούμε συλλογές από Έλληνες και Κύπριους σχεδιαστές, οι οποίοι εκπροσωπούν την μόδα με τον δικό τους μοναδικό τρόπο.

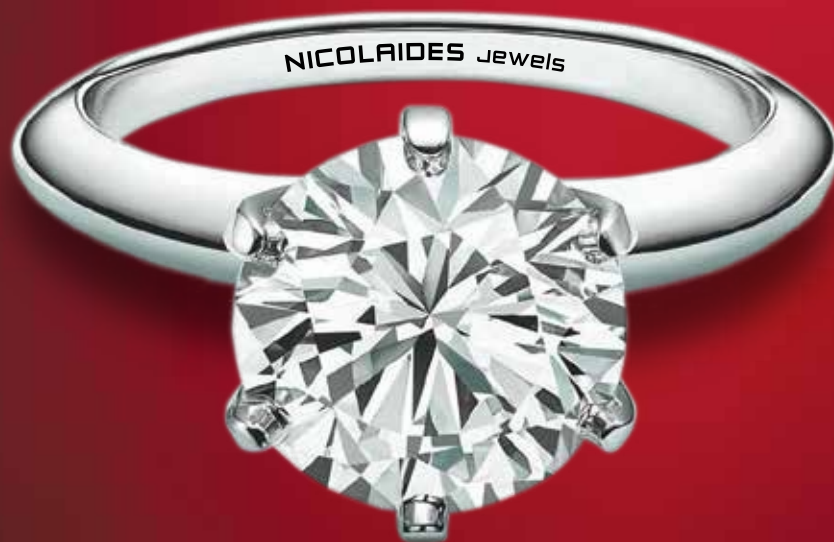
Η διακόσμηση του καταστήματος μας είναι εμπνευσμένη από το όμορφο νησί μας, την Κύπρο ή αλλιώς το νησί του χαλκού. Έτσι στο κατάστημα μας κυριαρχεί ο χαλκός καθώς και το ξύλο αλλά και οι βράχοι, στοιχεία που συναντάμε σε όλο το νησί. Και κάπως έτσι καταφέραμε να δημιουργήσουμε ένα χώρο που συνδυάζει την κομψότητα με τη φυσική ομορφιά.

Στο Halkeon Concept Store, η μόδα συναντά την ποιότητα και τη δημιουργικότητα, προσφέροντας μια μοναδική εμπειρία για κάθε επισκέπτη. Ελάτε να ανακαλύψετε τον κόσμο της μόδας μαζί μας!



Τάσου Μητσοπούλου 13, τ. 97434725





NICOLAIDES
watches & Jewellery

Ζήνωνος Κιτιέως 120, τ. 24 656974

