

FREE PRESS



The **Inside** Matters



Find out more about our food

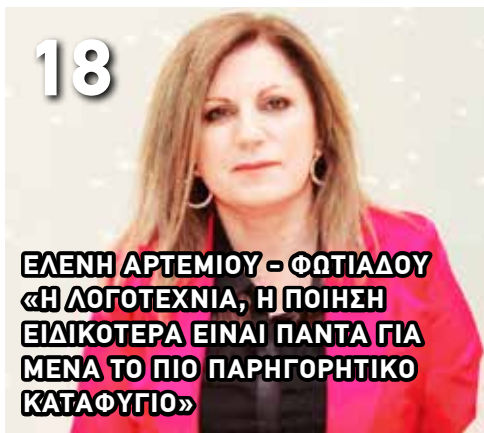




Η **Μαρίνα Αρτέμν** γεννήθηκε στη Λάρνακα στις 11/3/2009. Κατάγεται από την κατεχόμενη Λύση και Πατρική και κατοικεί στο Καλό Χωριό Λάρνακας. Από την ηλικία των 4 ετών έδειξε την κλίση της για την ζωγραφική και στον ελεύθερο της χρόνο παρακολουθεί μαθήματα ζωγραφικής στη Σχολή Magenta Art Workshop. Επίσης ασχολείται και με το τένις. Είναι μαθήτρια Γυμνασίου στο Pascal English School.

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



10 ΑΪΛΗ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΛΑΡΝΑΚΑΣ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΕ ΠΑΡΑΔΟΣΕΙΣ ΑΙΩΝΩΝ

20 ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΥ

24 ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΕΜΜΗΝΟΠΑΥΣΗ

26 ΠΟΤΕ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΤΟΝ ΟΡΟ «ΧΑΡΙΣΜΑΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ»

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 συνδιασμός 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

home+family



ΕΣΤΙΑ ΛΤΔ, Ζήνωνος Κιτέως 5

Δημαχείο Λάρνακας

ALEXANDER COLLEGE

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

Exada Convenience Store, kritis 1, Aradίppου (Krasa)

Περίπτερο Α. ΑΓΑΜΕΜΝΩΝΟΣ, Κων/νου Παλαιόγυ, 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

McDonald's: Λεωφορος Αθηνών (Φοινικούδες) - Στρατηγού Τιμάγια - Λιβάδια

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

Λάρνακα

αγαπημένος προορισμός

επαναλαμβανόμενων

τουριστών

Γράφει η **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Μια ευχάριστη είδηση που διάβασα πρόσφατα με γέμισε χαρά και αισιοδοξία. Κυρίως όμως περηφάνια γιατί η πόλη μου έστω και αν δεν έχει πάρει ακόμη την θέση που της αξίζει, αποτελεί για χρόνια αγαπημένο προορισμό αρκετών τουριστών.

Ούτε μία, ούτε δύο, ούτε όμως μόνο τρεις ήταν οι φορές που επισκέφθηκαν τη Λάρνακα τουρίστες από την Ιρλανδία. Πολλοί έχουν ξεπεράσει τον αριθμό δέκα ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι ένα ζευγάρι επισκέφθηκε μέχρι τώρα την πόλη του Ζήνωνα 40 φορές!!!

Ο Δήμος Λάρνακας και η Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Λάρνακας στα πλαίσια του προγράμματος «Larnaka's Loyal Friends» τίμησαν πρόσφατα σε μία όμορφη σεμνή τελετή, τους επαναλαμβανόμενους Ιρλανδούς τουρίστες για τη συνεχή προτίμηση τους στη πόλη μας.

Το νέο branding της Λάρνακας «Welcome Back» όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση του Δήμου Λάρνακας, προβάλλει την πρωτιά της Περιφέρειας σε επαναλαμβανόμενους τουρίστες.

Η ζεστή μας φιλοξενία, το καλό φαγητό, η διατήρηση της αυθεντικότητας και η τοπική κουλτούρα είναι στοιχεία που κάνουν την πόλη μας να ξεχωρίζει. Στοιχεία που αποτελούν σφραγίδα για τη Λάρνακα τα οποία πρέπει να διαφυλάξουμε ως κόρη οφθαλμού.



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.

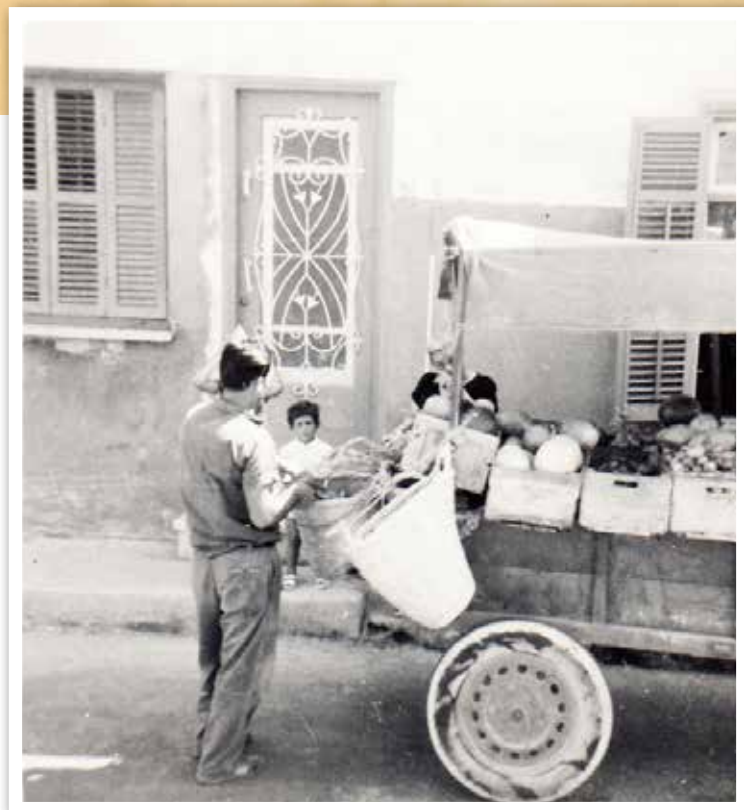
Ο μανάβης της γειτονιάς

Τα παλιά χρόνια, πριν την ίδρυση της Κυπριακής Δημοκρατίας, ο κόσμος αγόραζε τα λαχανικά και τα φρούτα είτε από τους μανάβηδες που είχαν αμαξάκια στις γειτονιές, είτε από τους περιφερόμενους χωρικούς, που κατέφθαναν από τα γύρω χωριά με το γαϊδούρι τους κι έφερναν τα προϊόντα τους. Ντομάτες, αγγούρια, λαχανικά, φρούτα. Όλα τοποποιημένα σε ζεμπιλια και καλάθια, φορτωμένα στο γαϊδούρι τους.

Γύριζαν τις γειτονιές και σταματούσαν σε σημεία σχεδόν καθορισμένα. Οι γειτόνισσες μαζεύονταν, έκαναν τα ψώνια τους, τ’όριχναν και λίγο στο κουτσομπολιό, και ο μανάβης τραβούσε για την επόμενη γειτονιά. Οι οικοκυρές διάλεγαν με προσοχή αυτά που ήθελαν. Το ζύγισμα γινόταν με τον ζυγό ή ζυγαριά. Περιορισμένα είδη (μη φανταστείτε...αβοκάντο και..πάσιον φρουτ). Τα προϊόντα τότε ήταν μόνο όσα παρήγαγε η Κύπρος, εποχιακά. Για παράδειγμα δεν είχαμε καθόλη τη διάρκεια του χρόνου ντομάτες, μανταρίνια, μπανάνες (όπως τώρα που έχουμε τα εισαγόμενα).

Για τα παιδιά ήταν κάτι διαφορετικό και διασκεδαστικό. Δεν ήταν εύκολο να καταλάβουν πώς μπορούν τόσα πολλά προϊόντα να χωρέσουν στη...ράχη ενός γαϊδουριού ή σε ένα μικρό αμάξι.

Αυτά για να μαθαίνουν και οι νέες οικοκυρές που κάνουν τα ψώνια τους ον λαιν και τους τα φέρνουν στο σπίτι για παράδοση οι ξένοι, συνθήως, μεταφορείς.





Η Υπερα Ασφαλιστική αναβιώνει το “Υπερα Kids Club”

Η Υπερα Ασφαλιστική, υποδέχτηκε τα παιδιά των εργαζομένων της στα Κεντρικά γραφεία της Εταιρείας, εγκαινιάζοντας την επανδραστηριοποίηση του πρώην “ΥδροKids Club” και τώρα “ΥπεραKids Club”!

Τα παιδιά ξεναγήθηκαν σε όλους του χώρους και γνώρισαν από κοντά το εργασιακό περιβάλλον των γονιών τους, προσφέροντας τους παράλληλα μια καλοκαιρινή εμπειρία γεμάτη δραστηριότητες και διασκέδαση!

Σύνδεσμος Κοιλιοκάκης Κύπρου

Συνέντευξη με την Πρόεδρο Έλενα Τσιελεπή

Γράφει η ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ

Με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ασθενών με κοιλιοκάκη μέσω διαφόρων δράσεων, ιδρύθηκε το 2008 ο Σύνδεσμος Κοιλιοκάκης Κύπρου. Για όλα όσα αφορούν τον Σύνδεσμο, είχαμε μία ενδιαφέρουσα συνομιλία με την πρόεδρο του κυρία Έλενα Τσιελεπή.

Τι είναι κοιλιοκάκη;

Η κοιλιοκάκη (coeliac disease) ανήκει στην κατηγορία των αυτοάνοσων νοσημάτων.

Είναι η δυσανεξία (μη ανοχή) στη γλουτένη που υπάρχει στο σιτάρι το κριθάρι και τη σίκαλη.

Στην περίπτωση της κοιλιοκάκης, το ανοσοποιητικό σύστημα αντιδρά μόλις εντοπίσει γλουτένη στον οργανισμό και καταστρέφει τα τοιχώματα του λεπτού εντέρου ενώ δημιουργεί και άλλα προβλήματα. Σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι ακόμα και ίχνος, δηλαδή απειροελάχιστη ποσότητα γλουτένης είναι αρκετή για να ενεργοποιήσει την αντίδραση του ανοσοποιητικού.

Υπολογίζεται ότι περίπου 1 άτομο στα 100 πάσχει από κοιλιοκάκη με τους περισσότερους από τους πάσχοντες να παραμένουν αδιάγνωστοι, ταλαιπωρούμενοι από διάφορα θέματα υγείας. Η πάθηση μπορεί να εκδηλωθεί σε οποιαδήποτε φάση της ζωής κάποιου ατόμου, χωρίς διάκριση σε φύλο ή ηλικία. Δεν υπάρχει θεραπεία για την κοιλιοκάκη και οι πάσχοντες μπορούν να ζήσουν χωρίς προβλήματα υγείας εάν ακολουθήσουν δια βίου μια διατροφή χωρίς ίχνος γλουτένης.

Η διάγνωση γίνεται με αιματολογικές εξετάσεις και βιοψία του λεπτού εντέρου.

Πότε ιδρύθηκε ο Σύνδεσμος και πόσα μέλη απαριθμεί;

Ο Σύνδεσμος μας εγγράφηκε το 2008 και διοικείται από εννεαμελές διοικητικό συμβούλιο από εθελοντές πάσχοντες με κοιλιοκάκη ή συγγενείς πασχόντων. Αυτή τη στιγμή έχουμε γύρω στα 200 μέλη, αριθμός πολύ μικρός αν αναλογιστεί κάποιος ότι στην Κύπρο υπάρχουν επίσημα διαγνωσμένα γύρω στα 1200 άτομα ενώ στατιστικά ο αριθμός των πασχόντων είναι γύρω στις 12.000! Συνήθως όταν κάποιος διαγνωστεί με κοιλιοκάκη εγγράφεται στον Σύνδεσμο μας και αφού συνηθίσει την καινούργια του καθημερινότητα τότε δεν ανανεώνει την ετήσια συνδρομή του (€10 ετησίως). Ευελπιστούμε ότι με την αυτόματη συνδρομή μέσω διαδικτύου τα μέλη μας θα ανανεώνουν τις συνδρομές τους έγκαιρα. Οι πάσχοντες με κοιλιοκάκη (μέλη μας και μη) αγκαλιάζουν



όλες τις δράσεις του Συνδέσμου μας (διαλέξεις, κοινωνικές συγκεντρώσεις, γενική συνέλευση κτλ).

Ποιος είναι ο σκοπός της ίδρυσης σας;

Σκοπός του Συνδέσμου μας είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών με κοιλιοκάκη μέσω διαφόρων δράσεων που αναλαμβάνουμε. Επίσης, σκοπός μας είναι να παρέχουμε βοήθεια σε τουρίστες ή άλλους επισκέπτες στην Κύπρο οι οποίοι έχουν ανάγκη από βοήθεια στο θέμα της διατροφής. Ο Σύνδεσμος μας οργανώνει εκδηλώσεις, ιατρικά σεμινάρια, για την ενημέρωση σχετικά με τη κοιλιοκάκη, οργανώνει εκδηλώσεις με στόχο να έρθουν κοντά οι πάσχοντες από κοιλιοκάκη, ευαισθητοποιεί / κινητοποιεί τους αρμοδίους κυβερνητικούς φορείς αλλά και οργανωμένα σύνολα για το πρόβλημα των ατόμων με κοιλιοκάκη κτλ.

Σημαντικότερο από όλα όμως είναι η ευαισθητοποίηση και ενημέρωση των επαγγελματιών στον χώρο της εστίασης (Ξενοδοχεία, εστιατόρια, καφέ, κλπ) για το θέμα της επιμόλυνσης και την αύξηση των επιλογών σε ότι αφορά στη διατροφή των ατόμων με κοιλιοκάκη, για τον λόγο αυτό ο Σύνδεσμος έχει δημιουργήσει τον Οδηγό Eating Out που εστιατόρες μπορούν να υποστηρίξουν και να προσφέρουν ασφαλή γεύματα χωρίς γλουτένη.

Σημαντική επίσης είναι και η ενίσχυση των επιλογών σε είδη χωρίς γλουτένη στις υπεραγορές και άλλους χώρους που διατίθενται τρόφιμα.

Ποια προβλήματα αντιμετωπίζετε;

Το κυριότερο πρόβλημα αφορά τις επιλογές των ασθενών σε είδη διατροφής. Το πρόβλημα αυτό έχει πολλές και σημαντικές διαστάσεις. Καταρχάς τα τρόφιμα χωρίς γλουτένη στοιχίζουν πολλαπλάσια από τα κανονικά, κάτι το οποίο δημιουργεί σοβαρά προβλήματα στις οικογένειες των πασχόντων. Χαρακτηριστικά αναφέρεται ότι το κόστος της διατροφής χωρίς γλουτένη μπορεί να φτάσει και 7 φορές το κόστος της κανονικής διατροφής ενώ σημαντικά είδη πρώτης ανάγκης όπως για παράδειγμα το ψωμί, είναι και μέχρι 11 φορές ακριβότερα. Επιπλέον, τα προϊόντα αυτά δεν βρίσκονται στα ράφια όλων των υπεραγορών.

Το πρόβλημα είναι ακόμη πιο μεγάλο όταν οι πάσχοντες πρέπει να τραφούν εκτός σπιτιού. Εφόσον ακόμη και ίχνος γλουτένης καθιστά μια τροφή ακατάλληλη, ένας ασθενής δεν μπορεί να τραφεί σε κάποιο εστιατόριο εκτός αν αυτοί είναι γνώστες του θέματος να έχουν εκπαιδευτεί και πιστοποιηθεί κάτω από τον Οδηγό Eating Out του Συνδέσμου. Τα πιστοποιημένα εστιατόρια στην Κύπρο είναι μόνο 7 και άρα οι πάσχοντες με κοιλιοκάκη είναι κοινωνικά αποκλεισμένοι.

Πώς αντιμετωπίζονται αυτοί οι ασθενείς στην Κύπρο σε σύγκριση με τους ασθενείς που ζουν σε άλλες χώρες;

Η ευαισθητοποίηση του κοινού και των επαγγελματιών στο χώρο της εστίασης αποτελούν τα πιο σημαντικά στοιχεία της εξίσωσης. Για να γίνει αυτό εφικτό θα πρέπει να στρατευτεί το κράτος μαζί μας, παρέχοντας μας στήριξη στο δίκαιο αυτό αίτημα για ίση μεταχείριση.

Παρόλο που ουσιαστικά η διατροφή μας είναι το φάρμακο μας και τα προϊόντα χωρίς γλουτένη πανάκριβα, το κράτος δεν παρέχει καμία χρηματική βοήθεια στους ασθενείς, ενώ σε άλλες χώρες του εξωτερικού συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας οι πάσχοντες λαμβάνουν μηνιαίο επίδομα για τον σκοπό αυτό.

Θα πρέπει το κράτος να μεριμνήσει έτσι ώστε μέσα από την αδειοδότηση των χώρων εστίασης να παρέχεται η δυνατότητα σε κάποια εστιατόρια να σερβίρουν φαγητό χωρίς γλουτένη. Είμαστε σε επαφή με το Υφ. Τουρισμού για να αναλάβει κάποιο μεγαλύτερο ρόλο στη διαδικασία της πιστοποίησης των χώρων εστίασης. Σε άλλες χώρες του εξωτερικού όπως η Ιταλία, Ισπανία κτλ οι επιλογές είναι πολλές.

Επίσης σε ορισμένες χώρες της Ευρώπης η εξέταση για κοιλιοκάκη είναι δωρεάν και υποχρεωτική στα παιδιά και άρα η έγκαιρη διάγνωση μπορεί να προλάβει πολλές άλλες σοβαρές και επικίνδυνες καταστάσεις αφού οι συνέπειες για κάποιον ο οποίος έχει κοιλιοκάκη και δεν ακολουθεί αυστηρή δίαιτα είναι πολλές.

Τι ζητάτε ώστε να υπάρχει μια καλύτερη ποιότητα ζωής για τα άτομα που διαγιγνώσκταν με κοιλιοκάκη;

Ζητάμε τη βοήθεια του κράτους για στήριξη των ασθενών μέσα από μια σειρά μέτρων.

- Οικονομική βοήθεια σε ασθενείς με κοιλιοκάκη επειδή το φάρμακο τους είναι η διατροφή χωρίς γλουτένη και τα προϊόντα αυτά είναι πολύ πιο ακριβά από τα αντίστοιχα με γλουτένη.
- Ο ΣΚΚ έχει δημιουργήσει το πρόγραμμα Eating Out με το οποίο πιστοποιούνται χώροι εστίασης έτσι ώστε να μπορούν να σερβίρουν ασφαλές φαγητό χωρίς γλουτένη. Το πρόγραμμα αυτό θα μπορούσε να λειτουργήσει κάτω από την αιγίδα του Υφυπουργείου Τουρισμού.
- Πρόγραμμα ελέγχου των παιδιών μέχρι την ηλικία των 12 ετών έτσι ώστε να γίνε-ται έγκαιρη διάγνωση.



LIGHTING
D

DOROS LIGHTING



**CLEARANCE
SALE**



ΦΩΤΙΣΤΙΚΑ* ΑΠΟ €10 - €200

ΕΚΚΑΘΑΡΙΣΗ ΣΤΟΚ ΛΟΓΩ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΗΣ

* Εξαιρούνται led panels, επιλεγμένα φωτιστικά και φωτιστικά μπάνιου

DOROS LIGHTING - ΚΙΛΚΙΣ 15-17 - 6015 ΛΑΡΝΑΚΑ - ΤΗΛ. 24 65 16 86

email: doroslight@cytanet.com.cy  Doros Lighting



Η Λάρνακα είναι ένας θησαυρός άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς, που έχει τη δυνατότητα να ενισχύσει σημαντικά την τουριστική της εικόνα. Η πιστοποίηση αυτών των στοιχείων όχι μόνο διατηρεί τον τοπικό πολιτισμό ζωντανό, αλλά συμβάλλει και στην οικοδόμηση μιας ισχυρής τουριστικής ταυτότητας, προσφέροντας αυθεντικές εμπειρίες στους επισκέπτες.

Η Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Λάρνακας θεωρεί τα εν λόγω στοιχεία ως αναπόσπαστο μέρος του τουριστικού προϊόντος της περιοχής και τα προωθεί δεόντως, εφόσον ο σύγχρονος ταξιδιώτης τα αναζητά. Από τα παραδοσιακά τεχνουργήματα και την τοπική γαστρονομία μέχρι τις λαϊκές γιορτές, ο τόπος μας δίνει στους επισκέπτες την ευκαιρία να γνωρίσουν και να συμμετάσχουν σε παραδόσεις που μετρούν αιώνες ιστορίας.

Άυλη Πολιτιστική Κληρονομιά της Λάρνακας

Η Περιφέρεια Λάρνακας κατέχει 14 στοιχεία άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς εγγεγραμμένα στον κατάλογο της Κυπριακής Εθνικής Επιτροπής της UNESCO, εκ των οποίων τα 2 βρίσκονται και στον παγκόσμιο κατάλογο. Αξίζει να σημειωθεί ότι η Αθηνού ξεχωρίζει παγκύπρια ως η περιοχή με τα περισσότερα εγγεγραμμένα στοιχεία, που αριθμούν 8 στο σύνολο.

Στοιχεία Παγκόσμιου Καταλόγου

- 1. Λευκαρίτικο Κέντημα:** τέχνη με ιστορία από τον 14ο αιώνα που συνδυάζει καλλιτεχνική έκφραση και κοινωνική πρακτική και αποτελεί την πρώτη εγγραφή της Κύπρου στον παγκόσμιο κατάλογο το 2009.
- 2. Τσιαπιτσιτά:** τα αυτοσχέδια ποιητικά δημιουργήματα στιγμιαίας έμπνευσης είναι άμεσα συνδεδεμένα με την κυπριακή λαϊκή ποίηση και την πανήγυρη του Κατακλυσμού.

Στοιχεία Εθνικού Καταλόγου

- 3. Η τέχνη της καλαθοπλεκτικής / ψαθοπλεκτικής στα Λιβάδια:** η κοπιαστική αυτή τέχνη παρήγαγε είδη που χρησιμοποιούνταν ευρέως στις καθημερινές ασχολίες.
- 4. Δαντέλες «βενίς» ή «πιττωτές» και αθηνίτικη ολόπλουμη δαντέλα:** κεντημένη χειροποίητη δαντέλα με βαμβακερές κλωστές.
- 5. Παραδοσιακή αγγειοπλαστική κόκκινου πηλού στον Κόρνο:** τέχνη που γίνεται με τον ποδοκίνητο τροχό, με πρώτη ύλη το κόκκινο χώμα της περιοχής Σταυροβουνίου.
- 6. Η πανήγυρη του Κατακλυσμού:** η μεγαλύτερη και πολυπληθέστερη

παραδοσιακή, θρησκευτική και λαϊκή πανήγυρη στην Κύπρο.

- 7. Το πανηγύρι του Αγίου Φωκά στην Αθηνού:** τελείται κάθε χρόνο στις 21 και 22 Σεπτεμβρίου, αδιάκοπα από το 1887.
- 8. Το πανηγύρι του Αποστόλου Λουκά στην Αραδίππου:** σύμφωνα με ιστορικές πηγές, χρονολογείται τουλάχιστον από το 1760.
- 9. Η παράδοση της αρτοποιίας στην Αθηνού:** το στρογγυλό παραδοσιακό «κοινό ψωμί» της Κύπρου.
- 10. Αθηνίτικο λοκούμι του γάμου:** ξεχωρίζει από άλλα είδη λουκουμιών καθώς οι παραγωγοί συνεχίζουν να διατηρούν την παραδοσιακή συνταγή.
- 11. Γαλακτοκομικός πολιτισμός της Κύπρου:** περιλαμβάνει τα τυριά της Αθηνού, το κεφαλοτύρι και το κασκαβάλι.
- 12. Παραδοσιακό οφτό κλέφτικο της Κύπρου (Αθηνού):** αποτελεί το κυρίως πιάτο για το γλέντι των παραδοσιακών γάμων τα τελευταία 100 χρόνια.
- 13. Βυζαντινή, μεταβυζαντινή και νεότερη αγιογραφία:** συμμετέχουν, μεταξύ άλλων, το Καλλινίκειο Δημοτικό Μουσείο Αθηνού και η Σχολή Αγιογραφίας Ιεράς Μητροπόλεως Κιτίου.
- 14. Παραδοσιακά αρτοσκευάσματα (Αθηνού):** εκτός από την καθημερινή τους χρήση, τα παρασκευάσματα από ζυμάρι συνδέθηκαν εθιμικά με όλες τις μεγάλες γιορτές της Χριστιανοσύνης.

Προϊόντα με Γεωγραφική Ένδειξη

Ο δραστήριος Σύλλογος Γυναικών Υπαίθρου Λάρνακας είναι ο αιτητής των μοναδικών δύο προϊόντων της επαρχίας μας που φέρουν την ένδειξη ΠΓΕ (Προστασίας Γεωγραφικής Ένδειξης) και αυτά είναι τα Μακαρόνια της Σμίλας/του Σκλινιτζιού και τα Τερτζιελλούθκια.

Νέες προσπάθειες βρίσκονται σε εξέλιξη από τον Δήμο Αθηνού για την εγγραφή του Αθηνίτικου Ψωμιού και του Αθηνίτικου Λοκουμιού ως ΠΓΕ. Παράλληλα, το ΕΒΕΛ και η ΕΤΑΠ Λάρνακας ετοιμάζουν μελέτη για την καταχώρηση της Σκαλιώτικης Κούπας ως Προϊόν Γεωγραφικής Ένδειξης, βάσει έρευνας του πρώην Αντιδημάρχου κ. Αλέξη Μιχαηλίδη.

Η προώθηση της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς αποτελεί επένδυση για το μέλλον του τουρισμού στη Λάρνακα. Με τη σωστή στρατηγική και την υποστήριξη των τοπικών αρχών και φορέων, η Περιφέρειά μας μπορεί να αναδειχθεί σε έναν προορισμό που συνδυάζει την πλούσια ιστορία της με το σύγχρονο τουριστικό ενδιαφέρον, προσφέροντας μακροπρόθεσμα οφέλη για την τοπική κοινωνία και οικονομία.

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





ΕΛΕΝΗ ΑΡΤΕΜΙΟΥ - ΦΩΤΙΑΔΟΥ

ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΛΕΟΝ
ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΕΣ ΦΩΝΕΣ
ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΠΟΙΗΣΗΣ
ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

Έμφυτο και διάχυτο το καλλιτεχνικό της πνεύμα αναδύεται μέσα από το εξαιρετο ποιητικό της έργο... Κατάθεση ψυχής, ένας ξεχωριστός πλούτος ζωής είναι η ποίηση για την Ελένη Αρτεμίου - Φωτιάδου.

Αυτόφωτη προσωπικότητα, πολύ δυναμική και συνάμα ευαίσθητη καταφεύγει στην ποίηση την οποία χαρακτηρίζει σαν ένα ταξίδι αυτοανακάλυψης.

Η ματιά του ποιητή ανοίγει πολλά παράθυρα εσωτερικά και εξωτερικά. Μέσα από μια πορεία αυτογνωσίας, γράφοντας γνωρίζει κόσμους που δεν ήξερες ότι υπήρχαν μέσα σου και γύρω σου. Έτσι συνεχίζει να ανοίγει παράθυρα και να γράφει ποιήματα.

Η Ελένη Αρτεμίου - Φωτιάδου όπως μας εξομολογείται, εμπνέεται από όσα μπορούν να ραγίσουν την εσωτερική της ματιά: Βιώματα, κοινωνικά ζητήματα, υπαρξιακά ζητήματα. Εμπνέεται ακόμη από άλλες μορφές τέχνης, από την Ιστορία και τον πολιτισμό, ακόμη και από τον κόσμο των ονείρων και της φαντασίας.

Η Ελένη Αρτεμίου - Φωτιάδου, παραχώρησε στο περιοδικό L.A Voice μια πολύ ενδιαφέρουσα συνέντευξη που αξίζει να τη διαβάσουμε.

Συνέντευξη στην ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΣΥΖΙΝΟΥ

Πώς ήταν τα παιδικά σας χρόνια;

Χρόνια με πολλά βιβλία και πολλά παιχνίδια. Με ποδήλατα και φίλους στη γειτονιά. Με τη μουσική του μαντολίνου μου (έμαθα να παίζω στη Β΄ Δημοτικού), με τη θάλασσα και τις ομορφιές της Αμμοχώστου. Χρόνια ανέμελα, που διακόπηκαν βίαια με την τουρκική εισβολή. Στη Λάρνακα συνέχισα μια παιδική ηλικία, που είχε πλέον γνωρίσει την όψη του πολέμου. Προσαρμογή σε καινούργια δεδομένα, καινούργιοι φίλοι, μια άλλη ζωή, που ζήτησε απότομα την ωριμότητά μας.

Πόσο καθοριστικό ρόλο έπαιξαν οι γονείς σας στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς σας;

Οι γονείς μου, εκπαιδευτικοί και οι δύο, με ιδιαίτερη αγάπη για τα γράμματα, επηρέασαν οπωσδήποτε τον χαρακτήρα και την προσωπικότητά μου. Και οι δύο σπούδασαν με πολύ κόπο και δυσκολίες. Από φτωχές οικογένειες, πάλεψαν για τη δουλειά και το μέλλον τους. Αυτός ο αγώνας τους πάντα με συγκινούσε και με συγκινεί. Και νομίζω πως αυτό είναι και το δικό μου πιο έντονο στοιχείο στον χαρακτήρα μου. Δουλεύω και παλεύω για όλα, με την επιμονή που απαιτούν οι συνθήκες και ο εκάστοτε στόχος. Ο πατέρας μου είχε ιδιαίτερη αγάπη για τη γλώσσα, η μητέρα μου για τα μαθηματικά. Κέρδισα έναν συγκερασμό αγάπης και για τα δύο. Στο Λύκειο ακολούθησα την κατεύθυνση Θετικών Επιστημών και συνέχισα καλλιεργώντας τη γλώσσα μέσα από τη λογοτεχνία.

Ο συνδυασμός των Θετικών Επιστημών με τη Λογοτεχνία μπορεί να προσφέρει μια συναρπαστική σύνθεση γνώσης, δημιουργικότητας και εμπάθουσας στην κατανόηση του κόσμου.

Πώς προέκυψε η αγάπη σας για την ποίηση και γενικότερα τη λογοτεχνία;

Η αγάπη μου για τη λογοτεχνία προέκυψε σαν φυσικό επακόλουθο της ανάγκης μου να ανακαλύψω τον κόσμο μέσα από τις λέξεις. Από μικρή ηλικία, τα βιβλία ήταν το καταφύγιό μου, ο τρόπος να εξερευνώ άλλες πραγματικότητες και να ζήσω χιλιάδες ζωές μέσα από τους ήρωές τους. Κάθε σελίδα ήταν ένα παράθυρο σε νέους κόσμους, γεμάτους συναισθήματα, εικόνες και ιδέες.

Η λογοτεχνία με μαθαίνει συνεχώς να βλέπω πέρα από το προφανές, να κατανοώ καλύτερα τον εαυτό μου και τους άλλους, να βρίσκω ομορφιά στα μικρά, καθημερινά πράγματα. Είναι ένα ταξίδι που δεν έχει τέλος. Κι αυτό ακριβώς είναι που την κάνει τόσο συναρπαστική για μένα. Στην πορεία της ζωής αναπόφευκτα θα προδοθείς, θα πληγωθείς, θα πονέσεις για όλα όσα δεν δικαιώσαν το όνειρο και την προσπάθεια. Η λογοτεχνία, η ποίηση ειδικότερα, είναι πάντα για μένα το πιο παρηγορητικό καταφύγιο.

Είναι η ποίηση, πορεία αυτογνωσίας; Ποια ήταν η πρώτη σας επαφή με την ποίηση;

Η ποίηση για μένα είναι ένα μακρύ ταξίδι αυτοανακάλυψης. Είναι ένας δικός μου κόσμος, ο οποίος περικλείεται με προσοχή μέσα στον κόσμο της καθημερινότητας και μυστικά με

επηρεάζει σε όλα σαν μια μυστική φωνή. Βλέπω πάντα ποιητικά αυτό που με περιβάλλει, με ευαισθησία και αγάπη για τον άνθρωπο, ένα πεπερασμένο ον, που μάχεται να κερδίσει τη φθορά, κρατώντας άφθαρτη την ψυχή του. Η πρώτη επαφή με την ποίηση ήταν στο Δημοτικό με τον Ζαχαρία Παπαντωνίου. Κι αργότερα, στο Γυμνάσιο και στο Λύκειο, η γλώσσα του Ομήρου αρχικά, οδήγησε στη μεγάλη αγάπη για τον Ελύτη, τον Ρίσο, τον Σεφέρη. Στο παρόν διαβάζω πολύ τη σύγχρονη ποιητική παραγωγή. Χαίρομαι, όταν ανακαλύπτω νέες φωνές με ιδιαίτερη ποιητική χροιά.

Από πού αντλείτε κυρίως την έμπνευσή σας;

Κοιτάζω πάντα τις λεπτομέρειες του κόσμου με περιέργεια. Εμπνέομαι από όσα μπορούν να ραγίσουν την εσωτερική μου ματιά: Βιώματα, κοινωνικά ζητήματα, υπαρξιακά ζητήματα. Εμπνέομαι ακόμη από άλλες μορφές τέχνης, από την Ιστορία και τον πολιτισμό, ακόμη και από τον κόσμο των ονείρων και της φαντασίας. Ενδεικτική σε αυτό η ποιητική μου συλλογή «REM». Το να είσαι ποιήτρια σημαίνει να έχεις το θάρρος να εκφράσεις αλήθειες που συχνά είναι δύσκολο να ειπωθούν. Είναι ένας τρόπος να ανακαλύπτεις και να κατανοείς τον κόσμο, να διαμορφώνεις την ταυτότητά σου και να δίνεις φωνή στις σκιώδεις, αδιόρατες πλευρές της ύπαρξης.

Μιλήστε μας για το συγγραφικό σας έργο. Σε τι εστιάζετε αυτή την περίοδο τη δουλειά σας;

Αυτή την περίοδο πιο πολύ διαβάζω και πολύ λιγότερο γράφω. Είναι ένα διάστημα, το οποίο ακολουθεί την τελευταία ποιητική μου συλλογή «Αδιάβροχες Λέξεις». (Εκδόσεις Μανδραγόρας, Αθήνα 2024) Υπάρχει κάτι υπό έκδοση, μια ευτυχής συγκυρία, αλλά αυτό θα ήθελα να το αφήσω να αναδυθεί από μόνο του. Τον ελεύθερό μου χρόνο τον αφιερώνω κυρίως στη μελέτη και συγγραφή, στο πλαίσιο της διδακτορικής διατριβής. Ευελπιστώ ότι εν καιρώ θα υπάρξει η ολοκλήρωση και η έκδοσή της.

Δασκάλα, συγγραφέας, ποιήτρια τι σας εκφράζει περισσότερο;

Αγαπώ πολύ τη δουλειά μου. Και αφιερώνω χρόνο και ενέργεια σε αυτή. Στόχος μου είναι η επαγγελματική μου πορεία να είναι αφιερωμένη στην προσφορά και τη δημιουργία. Το οφείλουμε στα παιδιά που μας εμπιστεύεται η Πολιτεία. Στο πέρασμα των χρόνων φανερώθηκε και η ανυπέρβλητη δύναμη της ποίησης στη ζωή μου. Δεν είναι απλώς οι λέξεις, ο ιδιαίτερος τρόπος και ο ρυθμός με τον οποίο οικοδομούνται. Είναι η έκφραση της ψυχής μου και η μοναδική σύνδεση με τον κόσμο μέσα μου και γύρω μου. Κάτι που με φέρνει με ευαισθησία πιο κοντά στους άλλους ανθρώπους και αυτό με γεμίζει χαρά.

Ποιο είναι το όραμα σας για το Διεθνές Φεστιβάλ Ποίησης Λάρνακας;

Το Διεθνές Φεστιβάλ Ποίησης Λάρνακας έχει προκύψει μετά από πρόταση του εκλεκτού φίλου και συνεργάτη Τριαντάφυλλου Η. Κωτόπουλου, ποιητή και καθηγητή Νεοελληνικής Λογοτεχνίας και Δημοσιογραφικής Γραφής στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας. Το όραμά μας οικοδομείται σταδιακά και εξελικτικά τα τελευταία τρία χρόνια, με τη στήριξη του Δήμου Λάρνακας, της Πρεσβείας της Ελλάδας στην Κύπρο και του Υφυπουργείου Πολιτισμού. Μας πλαισιώνουν αξιόλογοι συνεργάτες στην επιστημονική και οργανωτική επιτροπή. Οραματιζόμαστε ένα Φεστιβάλ, φάρο πολιτισμού, ο οποίος θα ενώνει ποιητές, ποιήτριες

και λάτρεις της ποίησης από όλο τον κόσμο, στη βάση της δημιουργικότητας, του διαλόγου και της ανταλλαγής ιδεών. Η δύναμη της ποίησης θα αναδεικνύεται μέσα από διαφορετικές γλώσσες και πολιτισμούς, προάγοντας την συμπερίληψη και την ποικιλομορφία. Επιθυμούμε ένα Φεστιβάλ που θα φέρνει κοντά νέες και καθιερωμένες φωνές, προωθώντας την εξέλιξη της σύγχρονης ποίησης, ενώ παράλληλα θα καλλιεργεί την αγάπη για την ποίηση στην τοπική κοινότητα, εμπνέοντας και ενθαρρύνοντας τη νέα γενιά να εξερευνησει τη λογοτεχνία ως μέσο έκφρασης και διαλόγου. Το Φεστιβάλ μπορεί να λειτουργεί και ως κίνητρο για κοινωνική αλλαγή, προσκαλώντας τους συμμετέχοντες και τις συμμετέχουσες να προβληματιστούν για θέματα όπως η ειρήνη, τα ανθρώπινα δικαιώματα, η κλιματική αλλαγή, το μέλλον της ανθρωπότητας, χρησιμοποιώντας την ποίηση ως μέσο αφύπνισης και ευαισθητοποίησης.

Οραματιζόμαστε ένα Φεστιβάλ που θα καθιερώνει τη Λάρνακα ως πολιτιστικό προορισμό διεθνούς κύρους. Ένα Φεστιβάλ που θα λειτουργεί ως γέφυρα μεταξύ παραδοσιακών και σύγχρονων μορφών τέχνης, ενώ ταυτόχρονα θα ενσωματώνει καινοτόμες προσεγγίσεις, σε μια διακαλλιτεχνική προσέγγιση και «συνομιλία» της ποίησης με άλλες τέχνες.

Πιστεύετε ότι τα μεγάλα έργα είναι αποτέλεσμα μυαλού ή ψυχής;

Πιστεύω ότι η ψυχή τα γεννάει και το μυαλό τα οικοδομεί. Η ψυχή συνδέεται με το συναίσθημα, το πάθος και την έμπνευση. Το μυαλό με την πνευματική διεργασία. Ψυχή και μυαλό συνυπάρχουν και συνεργάζονται. Ένα μεγάλο έργο δεν είναι αποτέλεσμα μόνο της λογικής επεξεργασίας ή του συναισθηματικού πάθους, αλλά της ισορροπίας και της αλληλεπίδρασής τους. Τα μεγάλα έργα, επομένως, συνδυάζουν την ευαισθησία και την έμπνευση της ψυχής με την πνευματική δύναμη του μυαλού, σε μια συνειδητή πορεία πειθαρχίας στον σκοπό και τον στόχο.

«Τεχνήνικα στην Αμμόκωστο, επιύκνησα να ζήσω κάποια χρόνια εκεί. Η προσφυγή με έφερε στη Λάρνακα. Ως μαθήτρια, αποφοίτησα από το Δημοτικό Αγίου Λαζάρου και από το Λύκειο Μακαρίου Γ.

Αν και ήθελα να σπουδάσω Πατρική, οι οικονομικές συνθήκες της εποχής με οδήγησαν στην Παιδαγωγική Ακαδημία Κύπρου και στη συνέχεια στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Συνέχισα με σπουδές μεταπτυχιακού και διδακτορικού επιπέδου στο Πανεπιστήμιο Κύπρου. Σήμερα εργάζομαι ως Επιθεωρήτρια Δημοτικής Εκπαίδευσης.

Το συγγραφικό μου έργο περιλαμβάνει σε εκδόσεις 23 βιβλία (13 ποιητικές συλλογές, 9 παιδικά βιβλία, 1 συλλογή διηγημάτων). Παράλληλα έχω ασχοληθεί με τη θεατρική γραφή και τη γραφή σεναρίου.»



Νοσοκόμα, η μαιτρέσα μου

Γράφει ο **ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΟΥΝΙΟΣ**

ΕΙΝΑΙ βράδυ Σαββάτου. Είμαι 19. Δεν έχω υπηρεσία στο Κέντρο Νεοσυλλέκτων. Τη Δευτέρα θα επιστρέψω εκεί μέσα όπου παριστάνω τον στρατηγό Άιζενχάουερ. Ενίοτε και τον στρατηγό Ρόμελ, τον επονομαζόμενο και «αλεπού της ερήμου», παρότι δεν θέλω σχέσεις, ούτε καν θεωρητικές, με τους Ναζί. Λούζομαι, ντύνομαι, ραντίζομαι με την old spice που καίει καρδιές αλλά, προς το παρόν, μονάχα τη δική μου καρδιά, αρμέγω, κατά σειρά, τη μάνα, τη γιαγιά και τον παππού και κατευθύνομαι προς την πλατεία. Στόχος, φυσικά, είναι μια άλλη πλατεία: Ακροπόλεως. Εξίσου αγαπημένη. Επίσημη αγαπημένη. Στο θερινό σινεμαδάκι, δίπλα από το περίφημο καφενείο στο οποίο πραγματοποιείται καθημερινά συλλαλητήριο, προβάλλεται, ή πιο σωστά: θα προβληθεί, η σεξοκωμωδία «Νοσοκόμα η μαιτρέσα μου». Η Ούρσουλα Άντρες εκπροσωπεί το «σεξό» κι εγώ εκπροσωπώ την «κωμωδία». Από τις αφίσες που είδα χτες, μάλλον πρέπει να μου πεταχτούν έξω τα μάτια. Εδώ που τα λέμε, η Ούρσουλα Άντρες είναι μία και μοναδική. Θα περάσουν χρόνια και ζαμάνια για να εμφανιστεί μια δεύτερη Ούρσουλα. Η Φον Ντερ Λάιεν, που την έχουμε κορόνα στο κεφάλι μας.

ΜΕΤΡΩ τα λεφτά που κρατάω. Τέτοια ώρα, δεν μπορώ να κάνω οτοστόπ. Από την άλλη, θα αποτελούσε κατάντημα, κοτζάμ στρατηγός Άιζενχάουερ, να παρακαλώ τον ένα και τον άλλο να με πετάξει στη Λάρνακα. Επομένως, πρέπει να πάρω ταξί. Για το χατίρι της Άντρες, θα έπαιρνα και διαστημόπλοιο. Έτσι κι αλλιώς, είμαι χαμένος στο Διάστημα. Ο Αλεκκής μού γνέφει ολοπρόθυμα, τακτοποιούμαι στο πισινό κάθισμα όταν, ξαφνικά, ένας άλλος χωριανός, με τα διπλάσια μου χρόνια, καταλαμβάνει τη θέση του συνοδηγού. Έξοχα, συλλογίζομαι, θα στοιχίσει λιγότερο η κούρσα και, επομένως, θα πιω, στο διάλειμμα, και δεύτερο αναψυκτικό. Κατεβαίνω έξω από το Ambiente, εκεί να δείτε συλλαλητήριο, πετάγομαι απέναντι, στο καφενείο δεν πέφτει καρφίτσα, μα ούτε και στο σινεμά, όπως διαπιστώνω σε τρία λεπτά. Ευτυχώς με περιμένει μια μισοβρεγμένη καρέκλα, χαμηλώνουν τα φώτα, διαφημίσεις, «μπογιατίζω, καθαρίζω και γυαλίζω με Stemma», σκηνές από ταινίες προσεχώς και, επιτέλους, φτάνουμε στο ψαχνό! Παναγία μου, νοσοκόμα είναι αυτή ή θεά; Από την πρώτη κιόλας σκηνή, ο ξανθός πειρασμός της Ελβετίας επιβάλλει σιγή

ιχθύος. Ποιος να βγάλει άχνα όταν τη βλέπει να πετάει ένα ένα τα ρουχαλάκια της και να μένει όπως τη γέννησε η μαμά της, μαμά μου; Το βλέμμα μου καρφωμένο, σαν βέλος, στην οθόνη. Η Ούρσουλα φοράει άσπρα, οι δικοί μου θα φορέσουν μαύρα αφού, έτσι που το πάμε, θα πάθω έμφραγμα. Γιατί όχι εγκεφαλικό; Ποιος είδε γυμνή την Ούρσουλα Άντρες και έμεινε σώος και αβλαβής;

ΣΤΟ διάλειμμα, χώνω το πρόσωπό μου. Ντρέπομαι μήπως υπάρχει κάποιος γνωστός και με κάνει, αύριο, βούκινο. «Σας έχω νέα. Ο στρατηγός Άιζενχάουερ είναι λιγούρης με περικεφαλαία. Παρά λίγο να τεζάρει ψες. Λόγω Ούρσουλας...» Κάποτε ολοκληρώνεται η προβολή, παίρνω την Ερμού, φτάνω σε μίαν άλλη πλατεία, στο γραφείο ταξί επικρατεί πανδαιμόνιο, σιγουρεύομαι ότι κρατάω τα ναύλα, «ανέβα» με προστάζει ο υπέρβαρος άνδρας, είκοσι λεπτά αργότερα, σπρώχνω την πόρτα, η μάνα μου, που μύγα να πετάξει στο Πεκίνο θα την ακούσει, με ρωτάει. «Ποια ταινία είδες;» «Τις δέκα εντολές», απαντώ και σκάω στα γέλια. Και η Άντρες. Μην σας πω και η Ντερ Λάιεν.

Α' Ευρωπαϊκό Φεστιβάλ Τέχνης και Πολιτισμού Αναπηρίας DIS

Το Πρώτο Ευρωπαϊκό Φεστιβάλ Τέχνης και Πολιτισμού Αναπηρίας DIS θα πραγματοποιηθεί από την 1η έως τις 5 Νοεμβρίου 2024 στη Λάρνακα, μια πόλη που φημίζεται για την πλούσια πολιτιστική της κληρονομιά και τη ζωντανή της κοινότητα. Συνδιοργανώνεται από την Οργάνωση Πολιτισμού «Νεόφυτος», την EASPD και την Πολιτιστική Πρωτεύουσα 2030 Λάρνακα, με την υποστήριξη του Δήμου Λάρνακας, του Υπουργείου Παιδείας, Νεολαίας και Αθλητισμού και του Υφυπουργείου Πολιτισμού Κύπρου.

Το Φεστιβάλ αποσκοπεί στη δημιουργία ενός χώρου συνάντησης και ανταλλαγής ιδεών, προάγοντας τη συμπερίληψη των ανθρώπων με αναπηρία και την αξία της διαφορετικότητας. Μέσα από ποικίλες εκδηλώσεις, όπως εκθέσεις, εργαστήρια, θεατρικές παραστάσεις, ανακοινώσεις ακαδημαϊκών και παρουσιάσεις σημαντικών έργων για την κοινότητα των ανθρώπων με αναπηρία, το Φεστιβάλ στοχεύει να εμπνεύσει και να ενθαρρύνει τον πολιτιστικό διάλογο και τη συνεργασία μεταξύ διαφορετικών κοινοτήτων.



Το Φεστιβάλ αντλεί το όνομά του από την ετήσια εικαστική έκθεση DIS, που διοργανώνει η «Νεόφυτος» από την ίδρυσή της. Φέτος, η έκθεση αποκτά πανευρωπαϊκό χαρακτήρα, προσκαλώντας συμμετοχές και από άλλες χώρες, και προσφέροντας μια μοναδική πλατφόρμα για καλλιτέχνες και δημιουργούς με αναπηρία να προβάλλουν το έργο τους.

Με το σύνθημα «Μαζί είμαστε καλύτεροι!», το Φεστιβάλ προάγει ένα μήνυμα ενότητας και

συνεργασίας, ενισχύοντας την κοινή μας κατανόηση και εκτίμηση της διαφορετικότητας. Το Φεστιβάλ δεν είναι μόνο μια γιορτή της τέχνης και του πολιτισμού, αλλά και μια ισχυρή δήλωση υπέρ της κοινωνικής ένταξης και της πολιτιστικής πολυμορφίας. Η Λάρνακα θα μεταμορφωθεί σε έναν ζωντανό κόμβο δημιουργικότητας, όπου η τέχνη θα λειτουργεί ως γέφυρα που ενώνει ανθρώπους και ιδέες από όλη την Ευρώπη.

Υποψήφιο Εστιατόριο
Cyprus Eating Awards
2024

CYPRUS
EATING AWARDS

2024

NESPRESSO

Ποιοτική Κουζίνα & Μουσική
γράφουν μια νέα Ιστορία...

NEO MENOY



Κυπριακά
Μαγειρευτά
TAKEAWAY
τα μεσημέρια



Φανή Ιωάννου

Πάρης Παράσχος

Ανδρέας Ελεσνίτσαλης

Ραφαήλ Αγαπίου

Δημήτρης Λαλαίος

στην όαση
απολαύσεων

AITHRION

Ζ. Κιτιέως 1
απέναντι απο Μουσείο Περίδη

 www.aithrion.com

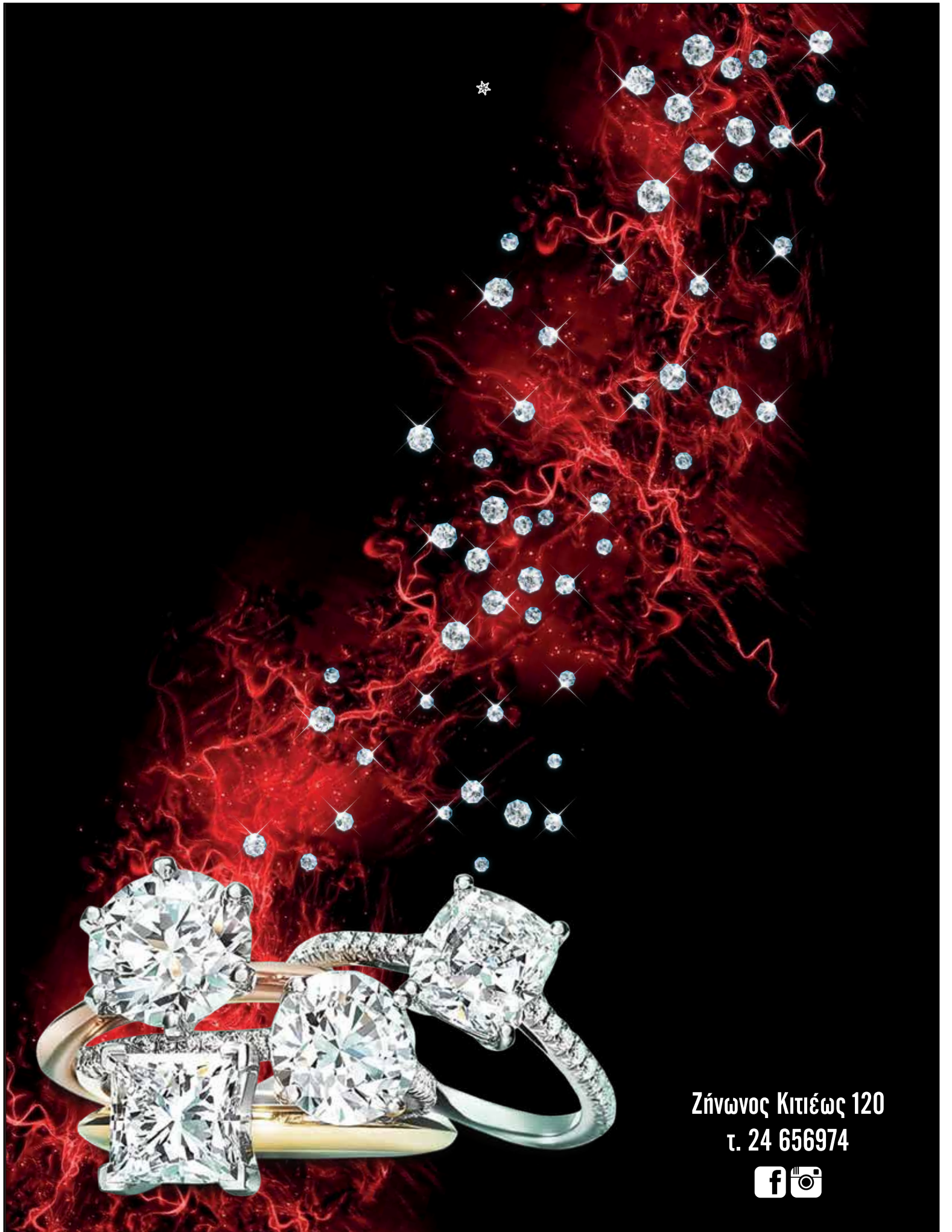
 Το Αίθριον/To Aithrion

Κρατήσεις 94 092928





NICOLAIDES
watches & jewellery



Ζήνωνος Κιτιέως 120
τ. 24 656974





PATROCLOS
LAND DEVELOPERS & CONSTRUCTORS

CARISA
HORIZONS

A Patroclos Group of Companies Project



Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού 41-43, Patroclos Tower, 6ος όροφος, 6051 Λάρνακα
Tel: +357 24812000 • Fax: +357 24635964 • Email: info@patroclos.com.cy

www.patroclosgroup.com

ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΕΜΠΟΡΙΚΑ ΑΚΙΝΗΤΑ ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ

Το Carisa Horizons αποτελεί μια μοναδική μικτή ανάπτυξη, η οποία περιλαμβάνει 5 υπερσύγχρονα κτίρια με πολυτελή διαμερίσματα, εμπορικά καταστήματα και γραφειακούς χώρους. Το έργο βρίσκεται σε προνομιακή τοποθεσία στην περιοχή των Λειβαδιών Λάρνακας, μόλις 400 μέτρα από τη θάλασσα.

Το συγκρότημα διαθέτει 4 πολυτελή οικιστικά μπλοκ που περιλαμβάνουν συνολικά 60 σύγχρονα διαμερίσματα με κοινόχρηστη πισίνα, υδρομασάζ, σάουνα και πλήρως εξοπλισμένο γυμναστήριο. Κάθε διαμέρισμα είναι σχεδιασμένο με προσοχή στη λεπτομέρεια, για να προσφέρει μέγιστη άνεση.

Το Carisa Horizons προσφέρει εξαιρετική ευκαιρία για αγορά κατοικίας ή επένδυση σε μια από τις πιο αναπτυσσόμενες περιοχές της Κύπρου.





Το φαινόμενο του κοινωνικού αποκλεισμού

Γράφει η **ΠΑΥΛΙΝΑ ΧΑΓΙΑΝΝΗ – ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ**
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ – ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΛΟΓΟΣ

Οι γρήγορες εξελίξεις στην κοινωνία και κυρίως η μετάβαση από τη βιομηχανική στη μετά-βιομηχανική περίοδο, ο ανταγωνισμός και η ραγδαία ανάπτυξη της τεχνολογίας προκάλεσαν μεγάλες ανακατατάξεις στους θεσμούς και στην προσωπική ζωή και επιζητούν νέους τρόπους κοινωνικής οργάνωσης για να εξασφαλιστεί ισορροπία στην κοινωνία. Ζούμε σε μια περίοδο έντονα μεταβατική και ιδιαίτερα ρευστή. Οι μεγάλοι σύγχρονοι στοχαστές επισημαίνουν το γεγονός ότι βρισκόμαστε στο τέλος μιας εποχής και στη χαραυγή μιας άλλης, νέας και γι' αυτό ουσιαστικά απρόβλεπτης. Ο κόσμος φαντάζει καινούργιος και άγνωρος στα μάτια μας και το ερώτημα που πλανάται είναι κατά πόσον όσα ξέραμε και λέγαμε μέχρι χτες μας επιτρέπουν να καταλάβουμε και να εξηγήσουμε όσα γίνονται και όσα μοιάζει να έρχονται.

Τελικά δεν ξέρουμε τί πραγματικά συμβαίνει. Αλλάζουν τα πράγματα, αλλάζει ο τρόπος που τα βλέπουμε εμείς ή μήπως αλλάζουν και τα δύο μαζί. Μέχρι πού εκτείνεται η αλλαγή και πού βρίσκονται η συνέχεια και τα σταθερά σημεία αναφοράς; Σ' αυτό το κλίμα κινείται και το οντολογικό πρόβλημα της κοινωνικής αποξένωσης. Κάθε όμως μορφή αποξένωσης εξαρτάται βασικά από την γενική αλλοτρίωση της κοινωνίας. Η αλλοτρίωση όπως τη συναντάμε στη σύγχρονη κοινωνία είναι σχεδόν ολοκληρωτική. Διαποτίζει τη σχέση του ανθρώπου προς την εργασία, προς τα πράγματα που καταναλώνει, προς το κράτος, προς τους συνανθρώπους του και προς τον εαυτό του. Η αλλοτρίωση του ανθρώπου έχει ως αποτέλεσμα την απώλεια των κοινωνικών δεσμών. Ζούμε σε μια εποχή όπου δεν παράγουμε για να ζούμε αλλά ζούμε για να

παράγουμε. Παράγουμε και πουλάμε προϊόντα όχι επειδή έχουμε μια εσωτερική ανάγκη, την ανάγκη της δημιουργίας, αλλά επειδή ενδιαφερόμαστε για την αξία της πώλησής τους. Μια οικονομία όμως βασισμένη πάνω στην επιδίωξη κατοχής προϊόντων ανταλλακτικής αξίας, παράγει και προωθεί απρόσωπες σχέσεις.

Το φαινόμενο του κοινωνικού αποκλεισμού πρόβαλε τα τελευταία χρόνια, σαν μια θεαματική ενόχληση τόσο για μελέτη ή έρευνα, όσο και για δράση. Τα αίτια που τον προκαλούν φωτογραφίζουν άτομα και ομάδες πληθυσμού που τα διακρίνει η περιθωριοποίηση, η φτώχεια, η αποστέρηση όπως είναι τα άτομα με ειδικές ανάγκες, οι ηλικιωμένοι, οι γυναίκες, οι μονογονεϊκές οικογένειες, οι αποφυλακισμένοι, τα απεξαρτημένα από χημικές ουσίες άτομα, οι φορείς του aids, κ.α. Ωστόσο πιο κοντά σε ποικίλους αποκλεισμούς βρίσκονται κυρίως οι λαθρομετανάστες, οι οποίοι περιθωριοποιούνται εξαιτίας της δυσμενέστερης οικονομικής κατάστασης στην οποία βρίσκονται, αποτέλεσμα της μετανάστευσής τους και της έλλειψης κοινωνικών δικαιωμάτων στις χώρες υποδοχής. Χωρίς αμφιβολία, είναι δικαιολογημένη και η άποψη πολλών που χρησιμοποιούν τον όρο του κοινωνικού αποκλεισμού σαν συνώνυμο άλλων όρων όπως είναι η ανεργία, οι διακρίσεις και ο ρατσισμός.

Στη σημερινή κυπριακή κοινωνία ο θεσμός της οικογένειας έχει αλλάξει και από την διευρυμένη οικογένεια φθάσαμε στην πυρηνική. Πολλές γυναίκες εργάζονται σήμερα έπειτα από δική τους επιλογή και όχι διότι το έχουν ανάγκη. Τα παιδιά φροντίζει πλέον ξένη οικιακή βοηθός και

τις περισσότερες φορές οι ηλικιωμένοι γονείς καταλήγουν σε διάφορους οίκους ευγηρίας. Ο 21ος αιώνας, που φαίνεται ότι θα είναι ο αιώνας της αντιστροφής των πυραμίδων των γενεών, θα έχει ως αποτέλεσμα τη μετάθεση του κοινωνικού και οικογενειακού δεσμού. Αναμφίβολα, αρκετοί άνδρες βοηθούν τη γυναίκα στο νοικοκυριό. Αυτό το ανακάτεμα των αρμοδιοτήτων του άνδρα και της γυναίκας όμως, η ανάμιξη δηλαδή του συζύγου στα οικιακά πράγματα, όπως και της γυναίκας στα επαγγελματικά ζητήματα, δημιουργεί προστριβές και διαφωνίες. Έτσι δημιουργείται μια νέα πραγματικότητα και γίνεται μια αναζήτηση προς την οποία, ούτε ο άνδρας, ούτε η γυναίκα έχουν ακόμα προσαρμοστεί.

Οι σημερινοί νέοι μεγαλώνουν μπροστά από τον ηλεκτρονικό υπολογιστή με συνομιλίες μέσω του διαδικτύου, χάνοντας έτσι την παλαιότερη προσωπική επαφή που είχαν με φίλους. Στα σπίτια μας υπάρχουν πέραν των δύο τηλεοράσεων, μία σε κάθε υπνοδωμάτιο, πράγμα το οποίο ενθαρρύνει τον καθένα να απομονώνεται. Η έννοια και η σημασία του «γείτονα», θεωρείται πια ξεπερασμένος θεσμός, ιδιαίτερα μετά την τουρκική εισβολή που πολλοί βρέθηκαν μακριά από τα σπίτια τους, τις γειτονιές τους, τους γείτονές τους. Πόσοι άνθρωποι έρχονται σ' αυτό τον κόσμο ζώντας την προσωπική τους αυτοεξορία, την δική τους εσωτερική αποξένωση! Ο ηλικιωμένος που περιμένει να τον ρωτήσουν, να του πουν «λέγε», για να ιστορήσει τη ζωή του, τα χρόνια της νιότης του και να ξαναδέσει έτσι το κομμένο νήμα με το παρελθόν. Αλλά αυτό το «λέγε» το ακούει άραγε από κανέναν ή το νήμα θα μείνει κομμένο?



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

Λαρνακά
2030

EUROPEAN CAPITAL OF CULTURE
CANDIDATE CITY

larnaka2030.eu



Τέλος το χημείο της ΚΕΤΑΠ στο πρώην διυλιστήριο Λάρνακας

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Επιτέλους «κατέβασε ρολά» το χημείο της Κυπριακής Εταιρείας Αποθήκευσης Πετρελαιοειδών (ΚΕΤΑΠ), στο πρώην διυλιστήριο Λάρνακας, γεγονός που ανοίγει τον δρόμο για πλήρη καθαρισμό της περιοχής, έτσι ώστε μελλοντικά ν' αναπτυχθεί προς όφελος της πόλης. Το χημείο έκλεισε οριστικά στις 9 Αυγούστου (8/8 ήταν η τελευταία μέρα λειτουργίας του) και πλέον η εταιρεία προχωρεί στην προκήρυξη διαγωνισμού για διάθεση – πώληση του εξοπλισμού του χημείου. Παράλληλα, βρίσκονται στο τελικό στάδιο οι διαδικασίες για έναρξη των εργασιών αποξήλωσης των εναπομεινάντων εγκαταστάσεων της ΚΕΤΑΠ στον χώρο, δηλαδή του κτηρίου όπου στεγαζόταν το χημείο καθώς και του υπόγειου εξοπλισμού που δεν μπορούσε να αφαιρεθεί προηγουμένως λόγω της λειτουργίας του χημείου. Η διαδικασία αποξήλωσης των εγκαταστάσεων της ΚΕΤΑΠ εκτιμάται ότι θα διαρκέσει 6-7 μήνες. Έχουν απομείνει δύο υπάλληλοι της ΚΕΤΑΠ προκειμένου να βοηθήσουν στην αποξήλωση των εγκαταστάσεων και στη συνέχεια θα βγουν πλεονάζων, όπως

συνέβη και με τους υπόλοιπους υπαλλήλους της εταιρείας. Μετά την διαδικασία αποξήλωσης, θα προκηρυχθεί διαγωνισμός για πλήρη καθαρισμό του χώρου του πρώην διυλιστηρίου, κάτι που υπολογίζεται ότι θα διαρκέσει μία διετία... Μετά το κλείσιμο του χημείου της ΚΕΤΑΠ, τις αναλύσεις των καυσίμων ανέλαβαν δύο ιδιωτικά εργαστήρια.

Μεγάλη καθυστέρηση

Η πλήρης εξυγίανση του εδάφους στον χώρο του πρώην διυλιστηρίου, επί του δρόμου Λάρνακας – Δεκέλειας, ήδη έχει καθυστερήσει για πάρα πολύ καιρό. Το κλείσιμο του χημείου προγραμματιζόταν εντός του 2023, αλλά η υλοποίηση της απόφασης μετατέθηκε, διότι, τότε, η υφιστάμενη νομοθεσία δεν επέτρεπε στο κράτος να διενεργεί χημικές αναλύσεις στον ιδιωτικό τομέα. Η αποξήλωση των εγκαταστάσεων της ΚΕΤΑΠ και ο πλήρης καθαρισμός του πρώην διυλιστηρίου αποτελούσε πάγιο αίτημα της Λάρνακας, αφού πανεπιστήμια του εξωτερικού έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον για δημιουργία ιατρικών



συχών στην συγκεκριμένη τοποθεσία. Από τον Σεπτέμβριο του 2023 ο Δήμος Λάρνακας έχει ζητήσει, μέσω επιστολής του στο Υπουργείο Οικονομικών, την εκμίσθωση της κρατικής γης προς τον Δήμο Λάρνακας, με δικαίωμα υπεκμίσθωσής της με χαμηλό ετήσιο ενοίκιο, ώστε να γίνει εφικτή η φιλοξενία ιατρικής πανεπιστημιακής σχολής. Ανάμεσα στα πανεπιστήμια που επέδειξαν ζωηρό ενδιαφέρον για το χώρο του πρώην διυλιστηρίου είναι και το Πανεπιστήμιο Balamand του Λιβάνου, το οποίο είναι το δεύτερο σε γενική κατάταξη ανάμεσα στα πανεπιστήμια της γειτονικής χώρας. Οι δημοτικές αρχές της Λάρνακας εκτιμούν ότι η λειτουργία πανεπιστημιακής σχολής στον υπό αναφορά χώρο, σε περίπτωση βέβαια που θα διαθέτει ικανοποιητικό αριθμό φοιτητών, θα έχει πολλαπλά οφέλη όχι μόνο για την πόλη, αλλά και για την Κύπρο ευρύτερα.

Ξεκίνησε ο σχεδιασμός του ΣΒΑΚ στη Λάρνακα

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Σε ράγες υλοποίησης μπαίνει σιγά – σιγά η πρώτη φάση του Σχεδίου Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας (ΣΒΑΚ), που θα καλύψει βασικές οδικές αρτηρίες στην πόλη της Λάρνακας. Ο τοπικός επαρχιακός οργανισμός αυτοδιοίκησης ανακοίνωσε ότι τα πρώτα έργα στο πλαίσιο υλοποίησης του ΣΒΑΚ θα ξεκινήσουν αρχές του 2025 σε συνολικά 13 λεωφόρους και οδούς. Εκτός των άλλων βελτιώσεων που προγραμματίζονται, θα γίνει και πλήρης απόξεση και ανακατασκευή της επιφανειακής στρώσης του οδοστρώματος. Η πρώτη φάση του Σχεδίου Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας θα καλύψει τις λεωφόρους Ελευθερίας, Γρίβα Διγενή, Γιάννου Κρασιδίωτη, Νίκου και Δέσποινας Παττίχη, Βάσου Λυσαριδίδη (Λεμεσού), Φανερωμένης, Αρτέμιδος και Μακαρίου. Η πρώτη φάση θα επεκταθεί και στις οδούς Ολύμπου, Χαμίτ Μπέη, Κίμωνος, Δήμητρας και Einar Giestard. Στο μεταξύ, ο πρόεδρος του Επαρχιακού Οργανισμού Αυτοδιοίκησης Λάρνακας Άγγελος Χατζηχαραλάμπους και ο δήμαρχος της πόλης Ανδρέας Βύρας επισκέφθηκαν πρόσφατα περιοχές όπου εκτελούνται εργασίες ολικής ασφαλτόστρωσης σε οδούς όπου προηγουμένως είχαν εκτελεστεί έργα του τοπικού συμβουλίου αποχετεύσεων. Οι εργασίες ολικής ασφαλτόστρωσης ξεκίνησαν από την οδό Χαμίτ Μπέη και θα συνε-

χιστούν στην περιοχή του Αγίου Λαζάρου. Συγκεκριμένα, οι ασφαλτοστρώσεις θα καλύψουν, μεταξύ άλλων, τις οδούς Σόλων, Αμθούντος, Παλαιάφου, Απολλωνίου Κιτιέως, Ρίμιμι, Στάλιγκραντ, Σπάρτης, Διογένης, 28ης Οκτωβρίου, Ιπποκράτους, Ονησίλλου και Οκκουλάρ. Για την εκτέλεση των πιο πάνω εργασιών, το Συμβούλιο Αποχετεύσεων Λάρνακας υπέγραψε τον περασμένο Μάιο συμβόλαιο συνεργασίας με την εργοληπτική εταιρεία CYFIELD Asphalt Co. Ltd ύψους ενός εκατομμυρίου, 605 χιλιάδων ευρώ και ο επαρχιακός οργανισμός αυτοδιοίκησης ανέλαβε την υλοποίηση του έργου. Όπως έχει ανακοινωθεί, οι ασφαλτοστρώσεις θα συνεχιστούν και τις επόμενες μέρες, καλύπτοντας δρόμους στην περιοχή της πλατείας Μητροπόλεως, στην ενορία Σωτήρος, όπου οι

εργασίες για την εγκατάσταση του αποχετευτικού συστήματος παρουσίασαν πολύ μεγάλες καθυστερήσεις με συνεπακόλουθο την τεράστια ταλαιπωρία του κοινού. Οι εργασίες θα καλύψουν τις οδούς Νικοδήμου Μυλωνά, Βασιλη Μιχαηλίδη, Κίμωνος κι ένα κομμάτι της οδού Χριστάκη Πτωκόπουλου. Θα επεκταθούν, επίσης, δυτικά της λεωφόρου Αγίων Αναργύρων και στην περιοχή της λεωφόρου Αλέξανδρου Παναγούλη. Ο Δήμος Λάρνακας ανακοίνωσε ότι ετοιμάζει νέο κατάλογο με δρόμους εντός της πόλης, το οδόστρωμα των οποίων βρίσκεται σε κακή κατάσταση και χρήζει πλήρους ασφαλτόστρωσης. Τα έργα θα κοστίσουν γύρω στο ένα εκατομμύριο ευρώ και η υλοποίησή τους θα ολοκληρωθεί εντός του 2025.





15 χρόνια συνεχούς βελτίωσης

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ

PORCELAIN TILES • SANITARY WARE • PLUMBING



Ηνωμένων Εθνών 12, Σύνφικο Κωρτ κατ. 10-12,
6042, Λάρνακα, Κύπρος
+357 24251100 - +357 99237187
info@tivalicyprus.com

 Tivali Ltd  tivali_ltd

www.tivalicyprus.com

Γυναίκα και Εμμηνόπαυση

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

Η φυσιολογική ηλικία εμφάνισης της εμμηνόπαυσης είναι κατά μέσο όρο τα 40-50 έτη, ενώ επίσης μπορεί να είναι πρόωρη (πριν τα 40). Αυτό αναφέρετε στην διακοπή της έμμηνο ρύσης και ως αποτέλεσμα έχουμε μειωμένα επίπεδα οιστρογόνων και κατά συνέπεια ανεπιθύμητα συμπτώματα στο 80% των γυναικών. Μερικά από αυτά είναι: εξάψεις και εφιδρώσεις, διαταραχές ύπνου και ψυχοσυναισθηματική αστάθεια, μείωση σεξουαλικού ενδιαφέροντος, ατροφία του μυϊκού συστήματος, απώλεια οστικής μάζας, αφυδάτωση του δέρματος, αύξηση του σωματικού βάρους και των επιπέδων ολικής και LDL χοληστερόλης και τριγλυκεριδίων καθώς και της αρτηριακής πίεσης.

Τα συμπτώματα ποικίλλουν από γυναίκα σε γυναίκα ως προς τη σοβαρότητα και τον τύπο τους. Επιπλέον κατά την εμμηνόπαυση παρατηρείται μια πτώση του μεταβολικού ρυθμού κατά 10%, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε βαθμιαία αύξηση του βάρους. Αυτό οφείλεται και στην μείωση της μυϊκής μάζας που έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση των ημερήσιων καύσεων.

Έρευνες αποδεικνύουν ότι ο συνδυασμός υγιεινής διατροφής, γυμναστικής και αποφυγής της αύξησης βάρους, μπορεί να βοηθήσει στην ανακούφιση των συμπτωμάτων αυτών. Επιπροσθέτως το υπερβολικό βάρος επιβαρύνει την υγεία μας αφού αυξάνει τον κίνδυνο για κάποιους τύπους καρκίνου (μαστού, παχέος εντέρου), πόνους στις αρθρώσεις και επιδείνωση συμπτωμάτων (εξάψεις και νυκτερινές εφιδρώσεις).

Η μεσογειακή τύπου διατροφή μάλιστα φάνηκε να βοηθάει στην αντιστάθμιση των συμπτωμάτων που συνοδεύουν την εμμηνόπαυση. Επιπλέον βάλτε στην καθημερινότητα σας την γυμναστική! Φαίνεται ερευνητικά ότι τριάντα λεπτά καθημερινής μέσης - έντασης άσκησης

αρκούν για να νιώσετε τα οφέλη της όπως απώλεια αποθηκευμένου λίπους, και μείωση του κινδύνου εμφάνισης οστεοπόρωσης, διαβήτη, υπέρτασης και καρδιαγγειακών προβλημάτων.

Λέμε Ναι σε έναν Υγιεινό τρόπο ζωής!!

1. Στοχεύστε στην κατανάλωση μικρών και συχνών γευμάτων, 3 κύρια γεύματα (πρωινό, μεσημεριανό & βραδινό) και μικρά χορταστικά ενδιάμεσα όπως φρούτα, γιαούρτι και ξηρούς καρπούς ανάλατου.
 2. Προσθέστε άπαχες πρωτεΐνες σε κάθε γεύμα για ενίσχυση του μυϊκού ιστού, όπως κρέας, ψάρι αυγό, όσπρια κλπ. Επιλέξτε άπαχα κρέατα όπως κοτόπουλο και γαλοπούλα. Μας προσφέρουν σίδηρο, Ψευδάργυρο, νιασίνη και B12.
 3. Μειώστε το κορεσμένο και trans λίπος, όπως το κόκκινο κρέας, και κυρίως τα επεξεργασμένα κρέατα, τα τηγανητά και μπισκότα.
 4. Επιλέξτε 2 φορές την εβδομάδα ψάρια, ειδικά λιπαρά ψάρια, όπως ο σολωμός, η τσιπούρα, λαβράκι, περιέχουν βιταμίνες όπως B6 & B12, ωμέγα- 3 λιπαρά οξέα που είναι ωφέλημα για την καρδιά λιπαρά.
 5. Στοχεύστε στην κατανάλωση 3-4 μερίδες άπαχων γαλακτοκομικών την ημέρα (σύνολο 1500mg ca) και βιταμίνη D, για την διατήρηση της οστικής μάζας. Μια πλούσια σε ασβέστιο διατροφή συμβάλλει στη διατήρηση της υγείας των οστών.
- Η κάθε μερίδα γαλακτοκομικών προσθέτει περίπου 250 mg ασβεστίου. Μια μικρομερίδα αντίστοιχη σε ένα ποτήρι ημιαποβουτυρωμένο γάλα (250ml), 30gr τυρί (μέγεθος σπιρτόκουτου) με χαμηλά λιπαρά, 1

κεσεδάκι γιαούρτι ημιαποβουτυρωμένο. Εκτός από τα γαλακτοκομικά, αρκετό ασβέστιο περιέχουν και οι σαρδέλες, η αθερίνα, και η πέστροφα, ο σολομός, το σπανάκι, το σουσάμι και τα αμύγδαλα.

- Τρόφιμα υψηλά σε βιταμίνη D είναι: τα λιπαρά ψάρια, το μουρουνέλαιο, τα εμπλουτισμένα δημητριακά κλπ.
6. Προσθέστε στην διατροφή σας ξηρούς καρπούς, όπως τα αμύγδαλα και τα καρύδια είναι πλούσια σε μαγνήσιο, ασβέστιο, βιταμίνη E και βιταμίνες B. Τα κάσιους και τα φιστίκια περιέχουν μαγνήσιο και σίδηρο, τα καρύδια, το σουσάμι και το κουκουναίρι είναι πλούσια σε ω-3 λιπαρά οξέα.
 7. Κατανάλωση 5-6 μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα. Εστιάστε στην κατανάλωση πολλών λαχανικών μέσα στην μέρα. Είναι χαμηλά ενεργειακά και σας προσφέρουν πολλά θρεπτικά συστατικά αλλά και κορεσμό.
 8. Αυξήστε την κατανάλωση φυτικών ινών (30gr την ημέρα), ειδικά των αδιάλυτων φυτικών ινών (σπόρια, προϊόντα ολικής αλέσεως, φρούτα κλπ).
 9. Επιλέξτε προϊόντα ολικής αλέσεως (καστανό ρύζι, ψωμί κ.α) είναι πιο χορταστικά και θα σας δώσουν μεγαλύτερη ενέργεια.
 10. Μειώστε το αλάτι στη μαγειρική. Εμπλουτίστε το φαγητό με βότανα με μπαχαρικά και βότανα όπως θυμάρι, δυόσμος, μαϊντανός, γαρίφαλο, πιπέρι κ.α
 11. Περιορίστε την κατανάλωση του αλκοόλ (1 ποτήρι την ημέρα) και της καφεΐνης και φροντίστε να πίνετε πολύ νερό (πάνω από 2 λίτρα ημερησίως)



Φρουταρία "Ο Παράδεισος"

ΑΡΙΣΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ
ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

ΑΥΟΓΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

Κοντά μας θα βρείτε καθημερινά φρέσκα φρούτα και λαχανικά σε ένα όμορφο και ευχάριστο περιβάλλον, εντός της νέας Δημοτικής Αγοράς που βρίσκεται στην καρδιά της πόλης κοντά απο την εκκλησία του Αγίου Λαζάρου.

Ο κ. Αντρέας Κίτσιος ιδιοκτήτης της φρουταρίας, συνεχίζει την παράδοση της οικογένειας του που μετρά περρισότερα απο 40 χρόνια.

Απο την ηλικία των 12 ετών βοηθούσε στην οικογενειακή επιχείρηση μεταφέροντας φθαρτά και όχι μόνο. Εδώ και 25 χρόνια ο ίδιος ανέλαβε αποκλειστικά αυτό το επάγγελμα.

Με το χαρακτηριστικό του χαμόγελο είναι πάντα πρόθυμος να εξυπηρετήσει ντόπιους και ξένους μαζί με την σύζυγο του προσφέροντας πάντα τα καλύτερα .



Δημοτική αγορά Λάρνακας
Τηλ. 99814415



Πότε χρησιμοποιούμε τον όρο «Χαρισματικό παιδί»

Γράφει ο **ΧΑΡΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**
ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Πολλές φορές οι γονείς θεωρούν και πιθανόν να είναι τα παιδιά τους πολύ έξυπνα. Δυστυχώς όμως, τόσο από γονείς όσο και από ειδικούς χρησιμοποιείται ο όρος χαρισματικός. Βέβαια, υπάρχουν και γονείς οι οποίοι λόγω της άγνοιας του ορισμού, θεωρούν τα παιδιά τους που όντως μπορεί να είναι χαρισματικά παιδιά, ως ασυνήθιστα, περίεργα ή και να τα κατατάσσουν στο ευρύ φάσμα του αυτισμού.

Η χαρισματικότητα είναι μια νοητική ικανότητα που υπερβαίνει τον μέσο όρο (νοητικό ηλικίο πάνω από 140). Μέσω της κλίμακας WISC-V (Wechsler Intelligence Scale for children) που χορηγείται από Ψυχολόγους μπορεί κάποιος γονέας να επιβεβαιώσει αν το παιδί του παρουσιάζει έντονα κάποια από τα στοιχεία που θα αναφερθούν στην πορεία. Σύμφωνα με μελέτες, στον παγκόσμιο πληθυσμό χαρισματικοί κατατάσσονται στο 3-5 % του συνόλου.

Η χαρισματικότητα είναι διαφορετική από τη δεξιότητα υπό την έννοια ότι οι δεξιότητες είναι συμπεριφορές που μπορεί κανείς να τις μάθει. Η χαρισματικότητα όπως και το ταλέντο είναι κάτι εγγενές, κάτι που το φέρνει κανείς μαζί του, μια ικανότητα που δεν μπορεί να κατακτηθεί μέσα από προσωπική προσπάθεια όσο ευφυής και ικανός είναι κάποιος. Η χαρισματικότητα συνήθως αποδίδεται σε άτομα με

εξαιρετικές ικανότητες σε πολλούς τομείς και γι' αυτό διαφοροποιείται από το ταλέντο που είναι εστιασμένο σε έναν τομέα. Δεν είμαστε όλοι χαρισματικοί, διαφορετικοί είμαστε, κάποιιοι ικανοί σε κάτι συγκεκριμένο και κάποιιοι σε κάτι άλλο.

Χαρισματικός είναι κάποιος, που πέρα από τον υψηλό δείκτη νοημοσύνης που έχει, είναι αυτός που μπορεί να δείξει ακόμη και βαρεμάρα ως προς τη μάθηση στο σχολείο. Μπορεί να δυσκολεύονται ακόμη και να συνεργαστούν ή να αποτελέσουν μέρος μιας ομάδας συνομηλίκων λόγω έλλειψης κοινών ενδιαφερόντων. Προτιμούν ουσιαστικά την αυτονομία τους όταν ο αντιληπτικός τους μηχανισμός τους δημιουργεί ένα δικό τους τρόπο κατανόησης και σκέψης και δεν θέλουν κανένα ακόμη και ενήλικα να προσπαθήσει να τους διορθώσει αυτό που έχουν βάλει στο μυαλό τους.

Έχουν μια συναισθηματική υπεραισθησία, πολλές φορές νοιώθουν ότι δεν μπορούν να ανήκουν κάπου και νοιώθουν «ξένοι». Κάποιες φορές αυτά τα άτομα, να δείχνουν την εικόνα ενός απρόσεκτου μαθητή, που δεν τον ενδιαφέρει αυτό που ακούει. Μπορεί και να μην είναι καν ο καλύτερος μαθητής της τάξης, ούτε καν το πιο συνεργάσιμο παιδί.

Φαίνεται ότι αυτά τα άτομα, μπορούν να μάθουν πολύ εύκολα, ακολουθώντας πιο σύνθετες μεθόδους, έχουν εκτεταμένες γενικές γνώσεις, θυμούνται λεπτομέρειες, έχουν ανεπτυγμένη την φαντασία τους, τους αρέσουν περισσότερο τα πνευματικά παιχνίδια, είναι διορατικά, προκλητικά σε ερωτήσεις προς τους μεγάλους, θέλουν συνεχώς να γνωρίζουν την αιτία των πραγμάτων.

Μπορεί επίσης να είναι τελειομανείς, θέλουν πάντα την επιτυχία σε αυτό που θέτουν ως στόχο, τους αρέσουν τα λογοπαίγνια, στην λεπτή ή αδρή κινητικότητα να υστερούν και να ματαιώνονται πολύ εύκολα, η αυτοαντίληψη τους είναι χαμηλή και αυτό πηγάζει από την κακή σχέση που πιθανόν να έχουν με τους συνομηλίκους τους.

Αφαιρείται και φαίνεται συχνά χαμένος στις σκέψεις του κάποιος που θεωρείται χαρισματικός, όπως και ότι ακούει ένα μέρος της εξήγησης δείχνει να μην είναι συγκεντρωμένος αλλά όταν ερωτάται γνωρίζει ακριβώς τι πρέπει να απαντήσει. Προτιμά συχνά την παρέα ενηλίκων ή μεγαλύτερων παιδιών, ή και την μονακτικότητα του, εμμένει και επιμένει σε κάτι που τον ενδιαφέρει, οι αντιδράσεις του όταν αγχώνεται είναι πολύ έντονες, δείχνει ασυνήθιστο ενδιαφέρον σε προβλήματα ενηλίκων, όπως σημαντικά σύγχρονα θέματα (εθνική ή παγκόσμια εξέλιξη, δικαιοσύνη, το σύμπαν πολέμοι, πλημμύρες, σεισμοί κ.λ.π.).

Αν το παιδί σας από μικρή ηλικία, γύρω στα δύο αναγνώριζε γράμματα, ενδιαφέρονται για το χρόνο στα δύο τους χρόνια ή λένε την ώρα στα 5 τους χρόνια, έχουν έντονο ενδιαφέρον για μαθηματικές έννοιες, έντονο ενδιαφέρον για βιβλία, ωριμότητα ενήλικου σε παιδική ηλικία, εκλεπτυσμένο χιούμορ, ζωηρή φαντασία, εξαιρετική μνήμη, ενασχόληση με υπολογιστές (οχι ηλεκτρονικά) και κομπιουτεράκια για επίλυση μαθηματικών πράξεων, φωτογραφική ανάγνωση βιβλίων από πολύ μικρή ηλικία, μεγάλη παρατηρητικότητα και περιέργεια, ταχεία μάθηση και πολλά άλλα αποταθείτε σε έναν ειδικό για περαιτέρω διερεύνηση.

Αν το παιδί σας αξιολογηθεί και εντάσσεται στο όριο της χαρισματικότητας, θα πρέπει να ενημερωθεί τόσο το σχολείο όσο και το υπουργείο παιδείας για ένταξη σε διάφορα προγράμματα, αλλά σίγουρα να μην προβάλλουν και να υπερτονίζουν ως βασικό σημείο της προσωπικότητας του παιδιού τη γνωστική του υπεροχή. Το εκπαιδευτικό σύστημα να αναβαθμιστεί και να δίνει σε αυτά τα παιδιά ερεθίσματα σε βιβλιοθήκη ή εργαστηριακό χώρο με χρήση νέων τεχνολογιών χωρίς να χάνει την παιδικότητα του και χωρίς να απομακρύνεται εντελώς από τους συνομηλίκους του. Αποδοχή χρειάζεται στην ευελιξία αυτών των παιδιών.

Το να είσαι χαρισματικός είναι ευλογία και επιβράβευση για τη κοινωνία που ζούμε.

Ένταξη οικιστικής περιοχής του Δήμου Αραδίππου, των Δημοτικών Διαμερισμάτων Λιβαδιών και Βορόκληνης και της Κοινότητας Πύλας στα όρια του πρώην Συμβουλίου Αποχετεύσεων Λάρνακας (ΣΑΛ) - ΕΟΑ Λάρνακας.



Συνεχής αναβάθμιση ποιότητας ζωής !



Ο Επαρχιακός Οργανισμός Αυτοδιοίκησης Λάρνακας (ΕΟΑΛ) ενημερώνει ότι, στα πλαίσια της συμμόρφωσης του Κράτους με την Οδηγία 91/271/ΕΟΚ για τα Αστικά Λύματα και μετά από διαδοχικές αποφάσεις του Υπουργικού Συμβουλίου εντάχθηκαν στα όρια του καταργηθέντος Συμβουλίου Αποχετεύσεων Λάρνακας (ΣΑΛ), ολόκληρη η οικιστική περιοχή του Δήμου Αραδίππου, των Δημοτικών Διαμερισμάτων Λιβαδιών και Βορόκληνης του Δήμου Λάρνακας και της Κοινότητας Πύλας (Δ' Φάση του Αποχετευτικού Συστήματος Λάρνακας).

Η ένταξη των εν λόγω περιοχών στα όρια του ΣΑΛ κρίθηκε αναγκαία για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των επηρεαζόμενων κατοίκων, για τη μείωση της ανεξέλεγκτης ρύπανσης που παρατηρείται στο περιβάλλον και κυρίως για να δώσει τη δυνατότητα ορθολογικής ανάπτυξης και κατασκευής των αναγκαίων έργων αποχέτευσης στην περιοχή.

Επισημαίνεται ότι, με την έναρξη ισχύος του περί Επαρχιακών Οργανισμών Αυτοδιοίκησης Νόμου του 2022, οι αρμοδιότητες του ΣΑΛ έχουν μεταφερθεί από την 1η Ιουλίου 2024 στον ΕΟΑΛ. Συνεπώς, μεταξύ άλλων, μεταφέρεται στον ΕΟΑΛ και η αρμοδιότητα για κατασκευή και λειτουργία αποχετευτικού Συστήματος στις εν λόγω περιοχές.

Για την υλοποίηση του Έργου της Δ' Φάσης, το Υπουργικό Συμβούλιο ενέκρινε με απόφασή του νέα πολιτική για την κρατική χορηγία, σύμφωνα με την οποία το ετήσιο τέλος αποχέτευσης που

θα βαρύνει τους χρήστες του αποχετευτικού θα ανέρχεται στο 0,7% επί της αξίας των ακινήτων, για περίοδο 25 ετών, με βάση την τελευταία διαθέσιμη εκτιμημένη αξία των ακινήτων του Τμήματος Κτηματολογίου και Χωρομετρίας. Η έναρξη του Έργου στις περιοχές αυτές αναμένεται εντός του έτους 2025.

Παράλληλα, με βάση τις πρόνοιες της ισχύουσας νομοθεσίας και κανονισμών, αρχίζει και η επιβολή των αποχετευτικών τελών. Τα τέλη που επιβάλλει ο ΕΟΑΛ σκοπό έχουν την αποπληρωμή των δανείων για την εγκατάσταση αγωγών και την κατασκευή των απαραίτητων αντλιοστασίων, καθώς και σύγχρονου Σταθμού Επεξεργασίας Λυμάτων.

Οι λογαριασμοί των αποχετευτικών τελών έχουν αποσταλεί στους επηρεαζόμενους ιδιοκτήτες, οι οποίοι καλούνται να τους εξοφλήσουν εντός της καθορισμένης προθεσμίας, στα Κεντρικά Γραφεία του ΕΟΑΛ, ή στα κατά τόπους Γραφεία Εξυπηρέτησης Πολιτών του ΕΟΑΛ από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή 7:45 – 14:00, είτε μέσω διαδικτύου στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.jccsmart.com, ή με τραπεζική εντολή.

Πληροφορίες που αφορούν τον ΕΟΑΛ μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα του Οργανισμού www.eoal.org.cy. Το προσωπικό του ΕΟΑΛ βρίσκεται στη διάθεση σας για οποιαδήποτε περαιτέρω ενημέρωση και επίλυση τυχόν αποριών στο τηλέφωνο 24501000 (24ωρη Γραμμή Εξυπηρέτησης) ή στο email csd@eoal.org.cy.

Κεντρικά Γραφεία ΕΟΑΛ Λάρνακας

Αδαμάντιου Κοραή 12, Τ.Θ. 40211
(πρώην γραφεία Συμβουλίου Υδατοπρομήθειας Λάρνακας)
6302 Λάρνακα-Κύπρος
Τ: +357 24501000 Φ: +357 24650005

✉ info@eoal.org.cy

🌐 www.eoal.org.cy



Γράμματα στην Έθελ

Ξεκινάω με απλές και εύκολες συνταγές. Η μαμά στέκεται διακριτικά στο πλευρό μου. Συνειδητοποιώ ότι πολλά βασικά υλικά αλλά και εργαλεία κουζίνας λείπουν από τα ντουλάπια μου. Κάθομαι και γράφω κάτω τα απαραίτητα για να τα ψωνίσω άμεσα. «Φυσικά δεν μπορώ να τα πάρω όλα μονοκοπανιά», λέω στον εαυτό μου και με καθουσιάζω καθώς βλέπω τη λίστα μου να μεγαλώνει. Συνεχίζω τις προσπάθειες μου συμβουλευόμενη τις συνταγές που βλέπω στο διαδίκτυο. Αυτές που έχουν και βίντεο είναι όντως πιο βοηθητικές. Αυτές που προτείνονται στο Tik Tok μου κεντρίζουν το ενδιαφέρον, αλλά χρειάζεται να δω πολλές φορές το κάθε βίντεο μιας και οι εικόνες και οι οδηγίες περνάνε από τα μάτια και τα αυτιά μου με εξαιρετικά γρήγορες ταχύτητες.

Δοκιμάζω, πειραματίζομαι. Δεν απογοητεύομαι. Προσπαθώ. Βάζω τα δυνατά μου. Η μαμά τώρα δεν είναι δίπλα μου. Αν χρειαστώ κάτι της χτυπάω ένα τηλέφωνο και αυτή είναι πάντα έτοιμη να μου προσφέρει την βοήθεια και τις πολύτιμες συμβουλές της.

Συνειδητοποιώ ότι ορισμένα αντικείμενα στα ντουλάπια μου δεν είναι σωστά τοποθετημένα όσον αφορά θέματα πρακτικότητας. Κάνω αδιαμαρτύρητα τις αναγκαίες αλλαγές. Είναι η δική μου κουζίνα και πρέπει να με εξυπηρετεί άψογα άλλωστε.

Στην πορεία δοκιμάζω όλο και περισσότερες συνταγές. Κάποιες είναι εξαιρετικές. Κάποιες μέτριες. Κρατάω αυτές που μου αρέσουν πιο πολύ και τις επαναλαμβάνω. Ο μικρός κήπος στο μπαλκόνι μου εμπλουτίζεται με βότανα και η εικόνα αυτή αλλά και τα έντονα αρώματα μου προκαλούν μια ευχάριστη αίσθηση.

Θεωρώ πως το σημαντικό βήμα έχει γίνει. Πως είμαι στο σωστό δρόμο. Πως εξελίσσομαι και αυτό μου προκαλεί χαρά και ικανοποίηση Έθελ. Θα σου πω και κάτι άλλο που ανακάλυψα. Η μαγειρική με πρεμεί. Τώρα που έπαψα πια να την φοβάμαι μπορώ να πω πως απολαμβάνω τη διαδικασία. Έχει γίνει κομμάτι της μέρας μου. Ίσως από τα πιο απολαυστικά κομμάτια της. Και το καλύτερο είναι πως αισθάνομαι πολύ περήφανη που κάθε μέρα υπάρχει στο τραπέζι μου ένα πιάτο φαγητό φτιαγμένο από τα δικά μου χέρια.

Την ώρα αυτή που σου γράφω, το σπίτι μυρίζει φρεσκοψημένη τυρόπιτα. Κρίμα που δεν είσαι εδώ να απολαύσουμε μαζί από ένα τεράστιο κομμάτι...

Σε φιλώ
Να προσέχεις
Ι.Π

Γράφει η **ΙΩΑΝΝΑ ΠΙΤΣΙΛΛΗ**

Αγαπημένη μου,

Η αλήθεια είναι πως δεν έχω ασχοληθεί ποτέ στα σοβαρά με τη μαγειρική. Η σχέση μας είναι, πώς να το πω, περιστασιακή. Όποτε έχω κέφι για παράδειγμα ή σε γιορτινά τραπέζια θα φτιάξω κάτι έτσι για το καλό, για να βοηθήσω, για να μην νιώθω άσχημα πως εγώ δεν συνεισφέρω με το καπιτί μου. Μου αρέσει βέβαια να βλέπω συνταγές στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Κάποτε παρακολουθούσα και το Master chef μανιωδώς και είχα μπει στον πειρασμό να φτιάξω μερικά πιάτα αλλά οκ, μέχρι εκεί.

Είμαι η περίπτωση της κόρης που έχει καθημερινά το φαγητό της μαμάς στο τραπέζι της. Που έχει στο ψυγείο της λογής λογής ταπεράκια μαγειρεμένα με αγάπη από τη μαμά. Αισθάνομαι τυχερή για αυτό αλλά όχι και περήφανη Έθελ, το ομολογώ. Μάλλον πιο πολύ αισθάνομαι «ελλιπής». Έχω βολευτεί τόσα χρόνια και αυτό το βόλεμα δεν με αφήνει να εξελιχθώ. Ίσως να φταίει το γεγονός ότι δεν έχω παιδιά. Αν είχα θα αναγκαζόμουν να καταπιαστώ με το αντικείμενο. Φυσικά και αυτό, τώρα που το σκέφτομαι, πάλι σαν δικαιολογία μου ακούγεται.

Φέτος το καλοκαίρι αποφασίζω να μπω στην κουζίνα μου. Έχω πολύ όμορφη κουζίνα με ρετρό φούρνο που τον ερωτεύτηκα με την πρώτη ματιά. Είναι σχεδόν καινούριος αφού ελάχιστα έχει χρησιμοποιηθεί. Οι δύο μήνες των καλοκαιρινών διακοπών είναι η ευκαιρία μου να γνωριστώ ξανά με το κομμάτι αυτό του σπιτιού μου. Το έχω πάρει απόφαση, το έχω βάλει στόχο και αναβολή ή τυχόν πισωγύρισμα δεν περνά από το μυαλό μου ούτε σαν επιλογή.

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.*

Κάσιαλος

Από το Φως

Στη Σκιά

costasargyroumuseum.org



ΠΑΡΑΛΛΗΛΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
Κυριάκος Κάσιαλος
Κλίτσα Αντωνίου
Βασίλεια Αναξαγόρου

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ
Κατερίνα Λουί Νικήτα

KASHALOS

FROM LIGHT - TO SHADOW

11.07-31.12 2024



Επίσκεψη

Ώρες λειτουργίας έκθεσης:

Τετάρτη – Κυριακή 10:00 – 17:00 / Κλειστό Δευτέρα, Τρίτη και τις δημόσιες αργίες
Η είσοδος είναι δωρεάν για όλους τους επισκέπτες.

Επικοινωνία

Κώστα Αργυρού 7, 7577, Μαζωτός Λάρνακα / Τηλέφωνο +357 24 433 335
Φαξ +357 24 433 336 / info@costasargyroumuseum.org

Έκθεση «Κάσιαλος: από το Φως στη Σκιά» στο Μουσείο Κώστα Αργυρού

Το Ίδρυμα Μουσείου Κώστα Αργυρού, με τη θεσμική χορηγία του Υφυπουργείου Πολιτισμού, παρουσιάζει στους εκθεσιακούς χώρους του Μουσείου Κώστα Αργυρού στον Μαζωτό την έκθεση «Κάσιαλος: από το Φως στη Σκιά». Τα εγκαίνια της έκθεσης τέλεσε τον περασμένο Ιούλιο ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας Νίκος Χριστοδουλίδης και θα διαρκέσει μέχρι τις 31 Δεκεμβρίου 2024. Η έκθεση, την οποία επιμελείται η Κατερίνα Λουί Νικήτα, πραγματοποιείται με αφορμή την επέτειο των 50 χρόνων από την τουρκική εισβολή στην Κύπρο και αναδεικνύει την παρακαταθήκη του ναίφ ζωγράφου Μιχαήλ Κάσιαλου. Με έντονα ανθρωποκεντρικό χαρακτήρα, έχει ως στόχο να επιστήσει την προσοχή μας σε αυτή την τραγική στιγμή της ιστορίας μας, κατά την οποία η ζωή ενός ανθρώπου και το έργο ενός εξαιρετικού καλλιτέχνη σταματούν απότομα, δίνοντας τη θέση τους στο κενό. Το τραγικό και ξαφνικό τέλος αυτού του καλλιτέχνη είναι ο απόηχος ενός ολόκληρου χωριού, μιας ολόκληρης περιοχής, μιας ολόκληρης ταλαιπωρημένης χώρας που εδώ και 50 χρόνια δεν ξεχνά και προσπαθεί ακόμη να θεραπεύσει τις πληγές της.

Η έκθεση συγκεντρώνει μια επιλογή εμβληματικών έργων του Κάσιαλου, τα οποία ανήκουν στην Κρατική Συλλογή Κυπριακής Τέχνης και σε άλλα μουσεία, ιδρύματα και φορείς, καθώς επίσης σε ιδιώτες συλλέκτες, που τα παραχώρησαν ευχαρίστως για την περίπτωση. Η αφήγηση εμπλουτίζεται με έργα άλλων καλλιτεχνών της εποχής του (Ρένος Ευρυβιάδης Wideson και Κώστας Αβερκίου) και από πολυάριθμα φωτογραφικά, βιντεοσκοπημένα και ηχητικά ντοκουμέντα της περιόδου, καθώς και άλλα αντικείμενα, με στόχο να εισαγάγει τον επισκέπτη στη δίνη και στον καταστροφικό αντίκτυπο που προκάλεσαν τα βίαια επεισόδια στην κοινότητα της Άσσιας, αλλά και στην τραγωδία ολόκληρης της Κύπρου.

Ξετυλίγοντας το κουβάρι της δημιουργίας από το 1974 μέχρι σήμερα, η συνάρμωση έργων τριών δημιουργών που κατάγονται από το ίδιο χωριό – του Κυριάκου Κάσιαλου (γιου του Μιχαήλ Κάσιαλου), της Κλίτσας Αντωνίου (που γεννήθηκε στην Άσσια πριν την εισβολή) και της Βασίλειας Αναξαγόρου (που γεννήθηκε χρόνια μετά το 1974 σε προσφυγική οικογένεια) – αποτυπώνει ακριβώς τον αντίκτυπο του συλλογικού τραύματος. Αυτό το τραύμα επιμένει διαμέσου τριών γενεών, ανακαλώντας μεταφορικά το πέρασμα από το φως στη σκιά, εγκιβωτίζοντας μια ανθρώπινη τραγωδία, καθώς και μια πολιτιστική καταστροφή, που έχουν αφήσει ανεπούλωτες πληγές στην κυπριακή συλλογική μνήμη.

Παράλληλα, τα έργα του Κάσιαλου συνδιαλέγονται γόνιμα και δημιουργικά με τα έργα του Κώστα Αργυρού στον ίδιο χώρο.

Το Μουσείο Κώστα Αργυρού επιλέχθηκε συμβολικά ως πρώτος σταθμός της επίσημης επίσκεψης της Υπουργού Πολιτισμού της Ελληνικής Δημοκρατίας, δρος Λίνας Μενδώνη τον περασμένο Αύγουστο.

Ενόψει της συμπλήρωσης ενός έτους από την επαναλειτουργία του, το Μουσείο προγραμματίζει εντός Νοεμβρίου σειρά εκδηλώσεων. Οι εκδηλώσεις θα είναι ανοικτές για το κοινό και θα ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα <https://costasargyroumuseum.org/> και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης του Μουσείου.

ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ

Δευτέρα 7/09, 21/09 - 8:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Κινηματογραφική Λέσχη Λάρνακας-Αμμοχώστου

Προβολή ταινίας

Είσοδος ελεύθερη

Πληροφορίες: larnakacinema.com

ΔΙΑΛΕΞΗ

Τρίτη 8/09, 7:00 μ.μ.

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΣ»

ΖΗΝΩΝΕΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

Τελετή έναρξης 26ου Χρόνου Διαλέξεων και Διάλεξη με θέμα: «Ποιοτικός χρόνος με το παιδί μου. Πρακτικές εφαρμογές ενίσχυσης της επικοινωνίας και της αλληλεπίδρασης γονέων και παιδιών»

Εισηγήτρια: Νάσια Χαραλάμπους, Εκπαιδευτικός, Εκπαιδύτρια Εκπαιδευτικών και Λειτουργός Πανεπιστημίου Κύπρου, Βιβλιοθήκη
Είσοδος ελεύθερη

ΜΟΥΣΙΚΗ

Τετάρτη 9/09, 8:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Ρεσιτάλ Πιάνου: Μαρτίνο Τίριμο με έργα των F. Schubert, F. Chopin, C. Debussy, F. Liszt

Είσοδος €20 & €15 (για μαθητές, συνταξιούχους), ελεύθερη είσοδος για ΑΜΕΑ

Εισιτήρια: <https://tinyurl.com/martinotirimolarnaca2024>

Πληροφορίες: culturetonespromotions@gmail.com & τηλ. 99355358

ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Σάββατο 12/09, 4:00 μ.μ. - 8:00 μ.μ.

ΠΛΑΤΕΙΑ ΕΥΡΩΠΗΣ

Εκδήλωση «Περπατώ για τους Ρευματοπαθείς» με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας Ρευματικών και Μυοσκελετικών Παθήσεων. Περίπτερο ενημέρωσης στην Πλατεία Ευρώπης. Πορεία στο πεζοδρόμιο κατά μήκος της Λεωφ. Αθηνών. Διοργανωτής: Σύνδεσμος Ρευματοπαθών Κύπρου

ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Κυριακή 13/09 10:00 π.μ.

ΕΞΕΔΡΑ ΠΑΡΑΛΙΑΣ

Φιλανθρωπική εκδήλωση «Περπατώ για τη Δέσποινα 2024». Τελετή έναρξης στην Εξέδρα της Παραλίας και πορεία (στο πεζοδρόμιο από την Εξέδρα Παραλίας μέχρι το Ψαρολίμανο). Διοργανωτής: Pascal Private English School & Παγκύπριος Αντιαναιμικός Σύνδεσμος Λάρνακας

ΘΕΑΤΡΟ

Δευτέρα 14/09, 8:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Θεατρική Ομάδα Παρωδία

Κυριακή κωμωδία «ΣΟΥΠΠΑ ΛΟΥΜΑ»

Κείμενο / σκηνοθεσία: Δωρόθεος Δωροθέου

Διοργανωτής: Σύνδεσμος Στήριξης Παιδιών με Ειδικές. Ανάγκες Επαρχίας Λάρνακας «Ηλιαχτίδα Ζωής». Είσοδος €10

Προώληση στα τηλ. Ηλιαχτίδα Ζωής, Περιπτερο Κκονέ και στα τηλ. 99858888, 99499413, 24823882



ΘΕΑΤΡΟ

Τρίτη 15/09, 8:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σατιρικό Θέατρο. «Εκ κοιτίας μπρός μου» του Κώστα Μαννούρη

Σκηνοθεσία: Βαρνάβας Κυριαζής

Ερμηνεύουν: Δέσποινα Μπεμπεδέλη, Βαρνάβας Κυριαζής

Είσοδος €15 & €12 (για μαθητές, φοιτητές, συνταξιούχους)

Προώληση: soldoutticketbox.com & καταστήματα Stephanis

ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ

Παρασκευή 25/09 - 8:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Πάνδημος Εορτασμός της Εθνικής Επετείου της 28ης Οκτωβρίου 1940

Είσοδος ελεύθερη

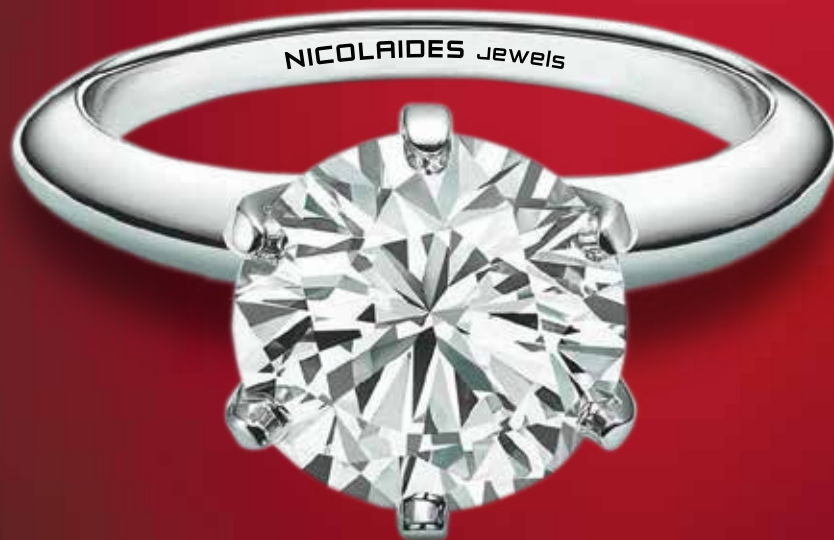


PSINESAI, KEBAB ON CHARCOAL, EST. 2023.



Δεωφόρος Φανερωμένης 27, Λάρνακα
27 Faneromeni Ave., Larnaca

• 24323442 •



NICOLAIDES
watches & Jewellery

Ζήνωνος Κιτιέως 120, τ. 24 656974

