



## Ανάδειξη & Ανάπτυξη ορεινών περιοχών: το παράδειγμα του ορεινού όγκου της Πίνδου



Ισχυρή παρουσία του Δικτύου κατά την ενημέρωση της Υποεπιτροπής της Βουλής των Ελλήνων στη συνεδρίαση με θέμα «Ανάδειξη και Ανάπτυξη ορεινών περιοχών: το παράδειγμα του ορεινού όγκου της Πίνδου.»

Σελ. 15

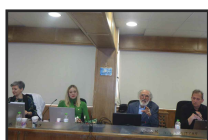
## Φορολογική Δικαιοσύνη ζητούν οι Έμποροι της Θεσσαλίας



Διευρυμένη συνεδρίαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Ομοσπονδίας Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας Θεσσαλίας, με το Δ.Σ και αντιπροσώπους του Εμπορικού Συλλόγου Ελασσόνας, στην αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου Ελασσόνας.

Σελ. 12

## Ο Σωκράτης Βασιλάκος παρουσίασε το βιβλίο του με θέμα την Προληπτική Ιατρική



Με επιτυχία και με συμμετοχή πλήθους κόσμου πραγματοποιήθηκε, την Κυριακή, στην αίθουσα της ΠΕΔ, στην Καρδίτσα, η παρουσίαση του βιβλίου του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου τ.ε., Γεωπόνου και Υγιεινιστή Σωκράτη Βασιλάκου.

Σελ. 15

## Διπλή γιορτή, διπλή χαρά



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, το μεσημέρι της Κυριακής 23 Μαρτίου 2025, παρέστη στην Εορταστική Εκδήλωση που διοργάνωσε το Γραφείο Νεότητας της Ιεράς μας Μητροπόλεως με τη συμμετοχή Κατηχητικών Σχολείων αυτής.

Σελ. 4

# ΑΜΕΣΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΑΡΔΕΥΤΙΚΟΥ ΝΕΡΟΥ



Ο οδικός χάρτης που πρέπει να εφαρμοστεί για να αντιμετωπιστεί το έλλειμμα του αρδευτικού νερού στο θεσσαλικό κάμπο καταρτίστηκε, στο πλαίσιο ευρείας σύσκεψης που συγκάλεσε σήμερα στη Λάρισα, η Περιφέρεια Θεσσαλίας και ο Οργανισμός Διαχείρισης Υδάτων Θεσσαλίας.

Σελ. 10

## Ξεκινά ο εκσυγχρονισμός του δικτύου ύδρευσης σε Ρούσσο, Παλιοκκλήσι και Αγιοπηγή

Ένα πολύ σημαντικό έργο υποδομής και συγχρόνως βελτίωσης της ποιότητας ζωής για εκατοντάδες δημότες τριών κοινοτήτων της Καρδίτσας, προωθεί η Δημοτική Επιχείρηση Ύδρευσης και Αποχέτευσης Καρδίτσας. Πρόκειται για το έργο βελτίωσης και εκσυγχρονισμού των εσωτερικών δικτύων ύδρευσης των Κοινοτήτων Παλιοκκλησίου, Αγιοπηγής και Ρούσσου.



Σελ. 13

## Πανελλήνια παρουσίαση για πέντε επαναστατικές και πολεμικές σημαίες



Σε πρώτη Πανελλήνια παρουσίαση, παρελαύνουν την Τρίτη στην πόλη των Σοφάδων μαζί με την ομάδα του Μορφωτικού Συλλόγου Σοφάδων, πέντε επαναστατικές και πολεμικές σημαίες της Καρδίτσας και ευρύτερα της Θεσσαλίας, εκ των συνολικά δέκα επτά σημαιών που τεκμηριώθηκαν από τον συγγραφέα και αντιστράτηγο της ΕΛ.ΑΣ. (ε.α.) Δημήτρη Αγγελή.

Σελ. 7

## Η Καρδίτσα τιμά την Εθνική Επέτειο της 25ης Μαρτίου



Κορυφώνονται, σήμερα Τρίτη, οι εκδηλώσεις για τον εορτασμό της Εθνικής Επετείου της 25ης Μαρτίου 1821. Ο εορτασμός ξεκίνησε από τη Δευτέρα με ομιλίες σε ειδικές συγκεντρώσεις στα σχολεία όλων των βαθμίδων για τη σημασία της Εθνικής Επετείου και Προσκύνημα και κατάθεση στεφάνων στο άγαλμα «Καραϊσκάκη».

Σελ. 9

## ΚΑΙΡΟΣ

Τρίτη 25 Μαρτίου 2025



## Ξέρετε ότι...



Η εορτή του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου καθιερώθηκε γύρω στον 4ο αιώνα και μετά τον ορισμό της εορτής των Χριστουγέννων στις 25 Δεκεμβρίου.

## Εορτολόγιο

Σήμερα: Ευάγγελος, Άγγελος, Εθνεγερσία  
26/3: Πούλιος, Σύλας

## Σαν σήμερα...

**1838:** Γιορτάζεται για πρώτη φορά επισημώς, με διάταγμα του βασιλιά Όθωνα, η επέτειος της 25ης Μαρτίου 1821.

**1884:** Τελούνται στην Αθήνα τα εγκαίνια του μεγαλύτερου νοσοκομείου των Βαλκανίων, του «Ευαγγελισμού της Θεοτόκου» (γνωστού σήμερα ως «Ευαγγελισμός»), παρουσία του βασιλιά Γεωργίου Α', της βασίλισσας Όλγας, σύσσωμης της Βουλής, των Αρχών των Αθηνών και πλήθους κόσμου. **1896:** Ανήμερα της 75ης επετείου από την έναρξη της Επανάστασης του '21, αρχίζουν στην Αθήνα οι πρώτοι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες.

**1924:** Με ψήφισμα της 4ης Συντακτικής Συνέλευσης, η Ελλάδα ανακηρύσσεται σε Αβασίλευτη Δημοκρατία. Για πρώτη φορά ακούγεται ο «Ύμνος της Ελληνικής Δημοκρατίας» σε μουσική Διονυσίου Λαυράγκα και στίχους Ιωάννη Πολέμη.

**1957:** Υπογράφεται στη Ρώμη η Συνθήκη για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Κοινότητας (ΕΟΚ), νυν Ευρωπαϊκής Ένωσης.

## Επίσκεψη του ΕΝΕΕΓΥΛ Σοφάδων στην Κεντρική Οδό



Την Τρίτη 18/3/2025 πραγματοποιήθηκε διδακτική επίσκεψη από τους μαθητές του τομέα πληροφορικής του ΕΝΕΕΓΥΛ Σοφάδων, στο Κέντρο Διαχείρισης Κυκλοφορίας Αυτοκινητοδρόμου (Κ.Δ.Κ.Α.) του Αυτο-

κινητοδρόμου Κεντρικής Ελλάδας Ε-65, στα κεντρικά τους γραφεία στους Σοφάδες. Εκεί οι μαθητές ενημερώθηκαν για τις λεπτομέρειες λειτουργίας του αυτοκινητοδρόμου. Συγκεκριμένα μάθανε ότι όλη η διαχείριση από την αρχή του δρόμου στην περιοχή της Λαμίας μέχρι το προσωρινό πέρας στην Καλαμπάκα, γίνεται από το συγκεκριμένο κέντρο. Ενημερώθηκαν για τις δυνατότητες του Κ.Δ.Κ.Α. από όπου μπορεί να γίνει απομακρυσμένος έλεγχος των καμερών κυκλοφορίας, έλεγχος των ηλεκτρονικών πινακίδων σήμανσης και ενημέρωσης σε όλο το μήκος του αυτοκινητοδρόμου, καθώς και απομακρυσμένος έλεγχος της κύριας σήραγγας και των συστημάτων της. Επίσης είχαν την δυνατότητα να συνομιλήσουν με εργαζόμενους για τις συνθήκες της εργασίας τους.

Τέλος, επισκεφτήκαμε την αίθουσα παρατήρησης της κυκλοφορίας, όπου οι μαθητές είδαν με ενθουσιασμό τις οθόνες από όλες τις κάμερες κυκλοφορίας και είδαν από πρώτο χέρι πώς γίνεται η διαχείριση των συμβάντων από τους υπαλλήλους.

## Ημέρα ονομασίας και αποφοίτησης για 103 νέους Στρατονόμους στο ΚΕΣΝ Ρούσσου



Τελετή ονομασίας αποφοίτησης 103 νέων Δεκανέων Στρατονομίας της 2025 Α' ΕΣΣΟ πραγματοποιήθηκε το πρωί της Παρασκευής 21

Μαρτίου 2025 στο Κέντρο Εκπαίδευσης Στρατονομίας στο Στρατόπεδο «Συνταγματάρχη ΠΖ Θωμά Νικήτα (Μούντζια)» στο Ρούσσο.

Στην τελετή προέστη ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος ενώ την απονομή των διπλωμάτων στους νέους Στρατονόμους και τους έκανε ο Δ/ντης Β' Κλάδου του ΓΕΣ, Υποστράτηγος Δημ. Αραμπατζής, ο οποίος μετέφερε προς τους στρατευμένους και τους συγγενείς τους που είχαν συρρεύσει στο στρατόπεδο για να παρακολουθήσουν την τελετή, χαιρετισμό του αρχηγού ΓΕΣ διαβεβαιώνοντάς τους ότι πρωταρχικό μέλημα της στρατιωτικής υπηρεσίας είναι οι Στρατονόμοι να υπηρετήσουν τη θητεία τους με τις καλύτερες συνθήκες και να επιστρέψουν στις οικογένειές τους υγιείς. Ο ίδιος χαρακτήρισε πρόκληση και τιμή για τους ίδιους την επιλογή τους ως Στρατονόμους και τους κάλεσε να εκτελέσουν με πάθος και υπομονή την αποστολή που τους ανέθεσε η πατρίδα.

Ακολούθησε παρέλαση των νέων Στρατονόμων και Αερονόμων και παρατέθηκε μικρή δεξίωση για τους παρευρισκόμενους.

## Σπείρε αγάπη και ας μη θερίσεις...!

Εκπαιδευτική δράση για τον Ενεργό Πολίτη



Το 6ο Νηπιαγωγείο Καρδίτσας και η Σύμβουλος Εκπαίδευσης Νηπιαγωγών Καρδίτσας, κ. Δήμητρα Κωτσιοπούλου, συνδιοργάνωσαν μια εκδήλωση με τίτλο "Σπείρε αγάπη και ας μη θερίσεις...", στο πλαίσιο του Προγράμματος Σπουδών «Δράσεις Ενεργού Πολίτη».

Το Πρόγραμμα Σπουδών «Δράσεις Ενεργού Πολίτη» προάγει την κριτική σκέψη, τη συνεργασία και την κοινωνική υπευθυνότητα, εστιάζοντας στους 17 Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης. Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες, οι μαθητές και οι μαθήτριες γίνονται ενεργοί πολίτες, ευαισθητοποιημένοι απέναντι σε κοινωνικά, οικονομικά και περιβαλλοντικά ζητήματα.

Στην εκδήλωση παρέστησαν ο Διευθυντής Εκπαίδευσης κ. Κωνσταντίνος Γκόλτσος, ο Επόπτης Ποιότητας κ. Αθανάσιος Μπότας, η Προϊσταμένη Εκπαιδευτικών Θεμάτων κ. Κωνσταντάκου Κωνσταντίνα, ο Αντιδήμαρχος Παιδείας Πολιτισμού και Τουρισμού κ. Στέφανος Θεολόγης, ο Αιδεσιμολογιώτατος Πρωτοπρεσβύτερος π. Θωμάς Κάιας, ο πρόεδρος Συλλόγου Εκπαιδευτικών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης κ.Κουτής Βάιος, Ο Διευθυντής του 6ο Δημοτικού Σχολείου κ.Αντωνίου Γεώργιος, τα μέλη του συλλόγου γονέων και κηδεμόνων και η πρόεδρος Βένη Καρα, γονείς και φυσικά οι μικροί μας πρωταγωνιστές!

Συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί: Κουκουράβα Ουρανία, Καλογριανίτη Ελένη, Καρασίμου Δέσποινα, Καρυδοπούλου Παρασκευή, Κοψαχειλάκου Σταυρούλα, Κωστήμη Βικτώρια, Μηλίτση Ευδοκία, Μουτσανίδου Δέσποινα, Νινάσιου Παρασκευή, Παπαλέξη Μαρία, Σιαφάκα Ευαγγελία, Σίμου Μαρία, Τζαμπαζίδου Κωνσταντίνα, Τσιώλη Γεωργία. Ελάτε να γίνουμε όλοι μαζί φορείς αλλαγής για έναν κόσμο με περισσότερη αγάπη, αλληλεγγύη και υπευθυνότητα!



## Η ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ της ημέρας



Η Καρδίτσα και οι μαθητές της τιμούν και γιορτάζουν την Εθνική Επέτειο της 25ης Μαρτίου!!!

## Επιμνημόσυνη δέηση υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του Χρήστου Σάλτα



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Κυριακή 23

Μαρτίου 2025, μετέβη στην τοπική κοινότητα Ανωγείου, όπου τέλεσε επιμνημόσυνο δέηση υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του Χρήστου Σάλτα ενώπιον της προτομής του, η οποία δεσπόζει στην Πλατεία του ως άνω χωρίου. Ο Χρήστος Σάλτας υπήρξε πρώτο θύμα των γεγονότων της Θεσσαλικής εξέγερσης των Κολίγων το 1910.

## Ρυθμίσεις κυκλοφορίας σε οδούς της πόλεως της Καρδίτσας



Απαγορεύουμε τη διέλευση κάθε είδους οχήματος, από την Τετάρτη (26/03/2025) έως και την Παρασκευή (04/04/2025), επί των οδών: α) Δωδεκανήσου, μεταξύ των οδών

Μαυρομιχάλη και Κύθνου β) Μαυρομιχάλη, μεταξύ των οδών Κύθνου και Αγίου Σεραφείμ και γ) Αγίου Σεραφείμ, μεταξύ των οδών Μαυρομιχάλη και Μετεώρων, προκειμένου πραγματοποιηθούν εργασίες εκσκαφής και πλήρωσης υπόγειας διάβασης καλωδίου ΜΤ, με την προϋπόθεση να υπάρξει μέριμνα για τη διέλευση των οχημάτων παρόδων ιδιοκτησιών. Η κυκλοφορία των οχημάτων προς τις κυριότερες οδούς της πόλης, θα διεξάγεται μέσω των πλησιέστερων κάθετων οδών και από τις διασταυρώσεις από τις οποίες επιτρέπεται η στροφή προς αυτές, καθώς επίσης και σύμφωνα με τις υποδείξεις του Τμήματος Τροχαίας Καρδίτσας.

## Είπαν Είπαν Είπαν



**Κ. ΤΣΙΑΡΑΣ:**

«Σήμερα, περισσότερο ισχυροί από ποτέ, γεωπολιτικά, διπλωματικά, αμυντικά, οικονομικά, καλούμαστε να διαφυλάξουμε όσα οικοδομήσαμε τα τελευταία χρόνια»



**Γ. ΚΩΤΣΟΣ:**

«Χρειαζόμαστε την ορμή των προγόνων μας για να συνεχίσουμε να διαμορφώνουμε το μέλλον με θάρρος και αισιοδοξία»



**Α. ΣΚΟΝΔΡΑ:**

«Οι Έλληνες καλούμαστε να αντιμετωπίσουμε τις δυσκολίες και να διασφαλίσουμε ευοίωνα μέλλον για τις επόμενες γενιές»



**Α. ΣΠΑΝΙΑΣ:**

«Το απαράμιλλο παράδειγμα των προγόνων μας, Αγωνιστών του 1821 πρέπει να μας εμπνέει και να μας καθοδηγεί στο διηνεκές»



Αυτός, που δεν  
αμφέβαλε ποτέ του,  
δεν πίστεψε ποτέ του.

ΦΙΛΠ ΜΠΑΙΛΕΥ



**Η ΓΝΩΜΗ**  
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ



ΑΡ. Μ.Ε.Τ. 230147

**ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ**  
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ  
**ΕΚΔΟΤΗΣ**  
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ  
**ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ**  
ΓΙΑΝΝΟΥΣΑ ΒΑΣΩ  
**ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ**  
ΜΠΑΛΑΜΠΑΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ  
**ΣΥΝΤΑΞΗ**  
ΝΕΛΛΑ ΜΑΡΙΑ  
**ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΛΤΑ**  
5773

**ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ ΣΗΜΑΤΟΣ**  
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ  
**ΓΡΑΦΕΙΑ**  
ΔΙΑΚΟΥ 10 Τ.Κ. 43132 ΚΑΡΔΙΤΣΑ  
ΤΗΛ.: 2441040769 & 2441041251  
FAX: 2441075364  
www.karditsanews.gr  
e-mail: gnomi@ixorama.gr



# Διπλή γιορτή, διπλή χαρά

**Ο** Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, το μεσημέρι της Κυριακής 23 Μαρτίου 2025, παρέστη στην Εορταστική Εκδήλωση που διοργάνωσε το Γραφείο Νεότητος της Ιεράς μας Μητροπόλεως με τη συμμετοχή Κατηχητικών Σχολείων αυτής, εν όψει της διπλής εορτής, του Ευαγγελισμού της Υπεραγίας Θεοτόκου και της Εθνικής Παλιγγενεσίας της 25ης Μαρτίου 1821, στο Πνευματικό Κέντρο του Ιερού Ναού Αγίων Σοφίας, Ιωάννου Χρυσοστόμου και Σπυρίδωνος Καρδίτσης.

Την έναρξη της εορτής πραγματοποίησε ο π. Δαμιανός Μπαρούτας, Υπεύθυνος του Γραφείου Νεότητος της Ιεράς μας Μητροπόλεως, αναφέροντας στην ομιλία του:

«Η 25η Μαρτίου συνδυάζει δύο σπουδαία γεγονότα: τον Ευαγγελισμό της Θεοτόκου και την εθνική επανάσταση του 1821 που συνδέονται με μια κοινή πνευματική ουσία. Ο Ευαγγελισμός είναι η ημέρα που ο αρχάγγελος Γαβριήλ φέρνει το μήνυμα της Θείας Σάρκωσης, την ανακοίνωση ότι η Παρθένα Μαρία θα φέρει στον κόσμο τον Υιό του Θεού.

Η προφητεία του αρχάγγελου Γαβριήλ, «Μη φοβού Μαριάμ, εύρηκες χάριν παρά τω Θεώ», είναι η φωνή που καλεί την ανθρωπότητα σε μία νέα αρχή, την αρχή της Χάριτος και της Σωτηρίας. Ο Υιός της Παρθένου ως Θεάνθρωπος, ήρθε να ανατρέψει τη δύναμη του θανάτου και της αμαρτίας, προσφέροντας στον άνθρωπο τη δυνατότητα για μία νέα ζωή και σωτηρία. Ο Χριστός σήκωσε ολό-



κληρη την ανθρωπότητα επάνω στον σταυρό Του που σήμερα Κυριακή της Σταυροπροσκυνήσεως, τιμά η εκκλησία μας, καθώς είναι το καύχημά της και το αήττητο όπλο κατά των δυνάμεων του κακού. Πάνω σε αυτόν συντρίφτηκε το κράτος του διαβόλου και εκμηδενίστηκε η δύναμή του. Από αυτόν πήγασε η απολύτρωση και η αθανασία στο ανθρώπινο γένος και άνοιξε ο δρόμος της σωτηρίας.

Το γεγονός αυτό, που εορτάζεται στην Εκκλησία την ημέρα του Ευαγγελισμού, σηματοδοτεί την αρχή της μεγαλύτερης επανάστασης στην ιστορία της ανθρωπότητας - την πνευματική επανάσταση μέσω της έλευσης του Χριστού, που ήρθε για να σώσει τον άνθρωπο από τη σκλαβιά της αμαρτίας και του θανάτου.

Αυτή η επανάσταση είναι εσωτερική, αφορά την αλλαγή της ψυχής και την αντίσταση στον ζυγό του κακού. Η ανώτερη αυτή επανάσταση, η οποία ξεκινά με τον Ευαγγελισμό, αποτελεί την πρώτη φάση της σωτηρίας που ολοκληρώνεται με την Ανάσταση του Χριστού.

Η συνύπαρξη της ημέρας του Ευαγγελισμού με την Ελληνική επανάσταση του 1821 έχει βαθύ νόημα. Η 25η Μαρτίου, ημέρα της εθνικής ανεξαρτησίας, είναι και ημέρα

σωτηρίας, καθώς συνδέει τον θρησκευτικό αγώνα για τη σωτηρία με τον εθνικό αγώνα για την απελευθέρωση. Οι Έλληνες, μετά από 400 χρόνια σκλαβιάς, ξεσηκώθηκαν, εμπνευσμένοι από την Ορθοδοξία και την Παναγία, για να αποτινάξουν το τουρκικό ζυγό. Ο αγώνας τους ήταν ενάντια στην τυραννία, αλλά ταυτόχρονα υπέρ της πίστης τους, με την Παναγία ως προστάτιδα και οδηγό, όπως και στο Βυζάντιο, όπου η Παναγία ήταν η «Υπέρμαχος Στρατηγός».

Η 25η Μαρτίου γίνεται έτσι ημέρα διπλής εορτής: αφενός εορτάζεται η Σωτηρία του ανθρώπου με την ενανθρώπιση του Χριστού, και αφετέρου η ελευθερία ενός έθνους που αγωνίζεται για την πίστη και την πατρίδα. Η ένωση πίστης και ελευθερίας που βίωσαν οι αγωνιστές του 1821 προβάλλει την αδιάσπαστη σχέση του αγώνα για την ελευθερία και την πίστη στο Θεό. Οι αγωνιστές της Επανάστασης του 1821, ενώ πολεμούσαν για την ελευθερία του έθνους, ήξεραν ότι η νίκη ήταν αδύνατη χωρίς τη Θεία Βοήθεια. Ο αγώνας τους ήταν πρωτίστως πνευματικός, με τη δύναμη της Ορθοδοξίας να καθοδηγεί τις μάχες τους.

Ο ήρωας της επανάστασης Θεόδωρος Κολοκοτρώνης όταν μίλησε στους μαθητές του γυμνασίου στην Πνύκα, στις 8 Οκτω-

βρίου 1838, διακήρυξε ξεκάθαρα: «Όταν αποφασίσαμε να κάμωμε την Επανάσταση, δεν εσυλλογιστήκαμε ούτε πόσοι είμεθα, ούτε πως δεν έχουμε άρματα, ούτε ότι οι Τούρκοι εβαστούσαν τα κάστρα και τας πόλεις... αλλά ως μία βροχή έπεσε σε όλους μας η επιθυμία της ελευθερίας μας, και όλοι, και ο κλήρος μας και οι προεστοί και οι καπεταναίοι και οι πεπαιδευμένοι και οι έμποροι, μικροί και μεγάλοι, όλοι εσυμφωνήσαμε εις αυτό τον σκοπό και εκάμαμε την Επανάσταση... όταν επιάσαμε τα άρματα, είπαμε πρώτα υπέρ πίστεως και έπειτα υπέρ πατρίδας».

Αν σήμερα υπάρχουμε ως ελεύθεροι Έλληνες, διατηρώντας τη γλώσσα μας και τη θρησκεία μας, το οφείλουμε στην πίστη και στο ακμαίο φρόνημα των τότε αδελφών μας. Την κληρονομιά της Ορθόδοξης πίστης που μας άφησαν, δεν έχουμε δικαίωμα να την εξαφανίσουμε στις ημέρες μας, αλλά να την κρατήσουμε ως πολύτιμο θησαυρό, σε ένα κόσμο που κυριαρχεί η αναξιοκρατία, η κοινωνική ανισότητα, η θυσία των αδυνάτων στα συμφέροντα των ισχυρών της γης και η αδιαφορία των πολλών. Δεν έχουμε δικαίωμα να ανεχτούμε έναν τέτοιο κόσμο, αλλά πως θα τον αλλάξουμε; Η φωνή ενός ανθρώπου που έζησε όσα ζούμε κι εμείς και βρήκε τον τρόπο σταθερά να αντισταθεί στους ισχυρούς της εποχής του, του αγίου Νικολάου Βελιμίροβιτς, ακούγεται από την κοντινή Αχρίδα και μας προτρέπει: «Επανάστα-τήστε πρώτα εναντίον του εαυτού σας κα ύστερα ενάντια στον

κόσμο. Επανάστατήστε.. εναντίον των παθών σας, κα στη συνέχεια εναντίον της κακίας που υπάρχει γύρω σας και μέσα στον κόσμο».

Μια τέτοια επανάσταση που βάζει το τσεκούρι στην πιο βαθιά ρίζα του κακού μέσα μας, είναι ό,τι πιο πολύ έχει ανάγκη ο κόσμος μας. Σε μια τέτοια επανάσταση μας καλεί η εκκλησία μας σε όλη τη διάρκεια της Μεγάλης Τεσσαρακοστής που διανύουμε. Η μετάνοια είναι η δυσκολότερη μα και ισχυρότερη επανάσταση. Γι' αυτό και η πιο αποτελεσματική. Δεν είναι εύκολο να παραδεχτώ πως εγώ είμαι ο άδικος, εγώ αυτός που ζει με ανέσεις εις βάρος εκείνων που πεινούν, εγώ που προτάσσω το συμφέρον μου, εγώ που αδιαφορώ για τον αδελφό μου άνθρωπο... Αν κατόρθωσαν εκείνοι οι γίγαντες της εθνικής μας ιστορίας να ανατρέψουν τα κατεστημένα της εποχής τους και να ζωγραφίσουν και πάλι την Ελλάδα στον παγκόσμιο χάρτη, είναι γιατί ξεκίνησαν την επανάσταση μέσα τους. Προηγήθηκαν τα αίματα των νεομαρτύρων, οι διδασχές του πατρο-Κοσμά, η αγρυπνία των Κολλυβάδων, που σήκωσαν πρώτα μια εσωτερική πνευματική επανάσταση στους υπόδουλους.

Αντικρίζοντας την Ελλάδα του 2025, το νιώθουμε πως είναι ανάγκη και πάλι να επαναστατήσουμε. Να αντισταθούμε στους ύπουλους εχθρούς που απειλούν την οντότητά μας ως έθνους. Να αντιδράσουμε στα άνομα νομοθετήματα, στα ξενόφερτα ήθη, στην ηθική άλωση. Αν οι ήρωες της Ελληνικής

Επανάστασης χάρισαν στην πατρίδα μας τη λευτεριά, εμείς είμαστε αυτοί που καλούμαστε να την κρατήσουμε στο ύψος που εκείνοι την ανέβασαν. Γιατί η πατρίδα και η ευθύνη γι' αυτήν ανήκει τώρα σε εμάς».

Εν συνεχεία, τον λόγο πήρε ο προϊστάμενος του Ιερού Ναού Αγίου Γεωργίου Καρδίτσας π. Δημήτριος Θεοδωρόπουλος, με θέμα της ομιλίας του «Διπλή Γιορτή», κάνοντας εποικοδομητικό και ενδιαφέρον διάλογο με τα παιδιά του κατηχητικού.

Στην συνέχεια τα παιδιά του κατηχητικού του Μητροπολιτικού Ιερού Ναού Αγίων Κων/νου και Ελένης υπό την επίβλεψη της κατηχήτριας τους κας Μαρίας Οικονομίδου και της εκπαιδευτικού κας Αναστασίας Σατλάνη παρουσίασαν ένα υπέροχο θεατρικό με τους ήρωες του 21 και τραγούδια.

Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, στην ομιλία του για την εορταστική αυτή εκδήλωση, ευχαρίστησε θερμά όλους τους παρευρισκομένους για τη συμμετοχή τους στην όμορφη γιορτή, η οποία διοργανώθηκε από τα παιδιά. Ειδικότερα, ευχαρί-



στησε τον π. Δαμιανό Μπαρούτα - Υπεύθυνο του Γραφείου Νεότητος, τον πατέρα Δημήτριο, καθώς και τις κυρίες Αναστασία και Μαρία για την προσφορά και τον κόπο τους. Τόνισε τη σημασία των μηνυμάτων που τα παιδιά έδωσαν με ιδιαίτερη χαρά και αφοσίωση, αναφέροντας ότι αυτά τα μηνύματα ήταν γεμάτα με το χάρισμα του Θεού, βοήθησαν να κινηθούν ήρεμα όλοι οι παρευρισκόμενοι.

Αναφέρθηκε στις μεγάλες θρησκευτικές εορτές, όπως η εορτή του Ευαγγελισμού της Παναγίας μας και η εορτή της ανάστασης του γένους μας, τονίζοντας τη σημασία αυτών των ημερών για την πίστη και την ελευθερία του λαού μας. Επεσήμανε ότι οι εορτές αυτές, που αποτελούν σημεία αναφοράς για την πίστη μας, δεν πρέπει να γίνονται αργίες, αλλά να διατη-

ρούν τη θρησκευτική τους διάσταση, μακριά από τη κοσμίκευση και τις κοινωνικές επιρροές που τις υποβαθμίζουν.

Ο Σεβασμιώτατος εξέφρασε την ανησυχία του για το γεγονός ότι, ενώ οι εορτές μας είχαν τόσο μεγάλη σημασία για την πίστη και την ελευθερία του γένους, η σύγχρονη κοινωνία έχει οδηγήσει σε μια κατάσταση όπου οι εορτές συχνά γίνονται απλώς αργίες, χωρίς να αναδεικνύουν τη βαθιά πνευματική τους αξία. Τόνισε ότι είναι καθήκον μας να αγωνιστούμε για να επαναφέρουμε τη σημασία των εορτών αυτών και να διδάξουμε στα παιδιά μας την αληθινή αξία του Χριστού και της πατρίδας.

Κλείνοντας την ομιλία του, ευχήθηκε στους παρευρισκόμενους χρόνια πολλά και ευλογημένα και υπογράμμισε την ανάγκη να παραμείνουμε πιστοί

στον Χριστό, να ομολογούμε την πίστη μας και να διατηρούμε ζωντανή την παραδοσιακή αξία της θρησκείας μας. Επιπλέον, ευχήθηκε ο Σταυρός να ευλογεί και να αγιάζει όλους, για να

μπορέσουμε να ολοκληρώσουμε με πίστη και προσήλωση την περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής, που προετοιμάζει την ψυχή μας για το Πάσχα.

**Νέα Παράταση του  
Συμφώνου Συνεργασίας  
της ΚΕΕΕ με τον Οργανισμό  
Συλλογικής Διαχείρισης  
μουσικών πνευματικών  
δικαιωμάτων έως την  
30/6/2025**



Το Επιμελητήριο Καρδίτσας ενημερώνει τις επιχειρήσεις-μέλη του ότι μετά από τη νέα παράταση της συμφωνίας της Κεντρικής

Ένωσης Επιμελητηρίων Ελλάδος με τον Όργανισμό Συλλογικής Διαχείρισης μουσικών πνευματικών δικαιωμάτων «ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ» για την άδεια δημόσιας εκτέλεσης μουσικής, η προθεσμία για την προσχώρηση των επιχειρήσεων σε αυτή λήγει στις 30/6/2025 .

Μέχρι τότε όλες οι επιχειρήσεις που υποχρεούνται να διαθέτουν άδεια δημόσιας εκτέλεσης μουσικής και κυρίως αυτές που δραστηριοποιούνται στο χώρο της εστίασης, μπορούν να ενημερωθούν για τους ευνοϊκούς όρους της συμφωνίας και να ενταχθούν σε αυτή. (ιστοσελίδα «ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ» <https://www.autodia.gr>)

Έτσι οι επωφελούμενοι χρήστες θα αποφυ-  
γουν χρεώσεις και δικαστικές διαμάχες από  
απαιτήσεις που προβάλλουν έναντι τους άλλοι  
Οργανισμοί Διαχείρισης μουσικών πνευματικών  
δικαιωμάτων.



**A.P.L. S.A.**  
Advanced technology  
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ  
ΑΝΥΨΩΤΙΚΗ

**tuv**  
CERT  
EN ISO 9001:2008

**tuv**  
AUSTRIA  
REGLAR  
EN ISO 9001:2008  
EN ISO 14001

e-mail: [apl@apl.gr](mailto:apl@apl.gr)  
site: [www.apl.gr](http://www.apl.gr)

4ο km Π.Ο  
Καρδίτσας - Τρικάλων  
Τηλ.: 24410 41441  
6974-500570  
Fax: 24410-42242

[illegible]

**Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης**  
**Επιμορφωτική Θεσσαλίας**  
**ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ**

**Σεμινάρια Επιμόρφωσης εργοδοτών, εργαζομένων για θέματα άσκησης καθηκόντων τεχνικού ασφαλείας**

Το Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης **ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ** διοργανώνει επιμορφωτικά σεμινάρια με τίτλο:

**“Επιμόρφωση εργοδοτών και εργαζομένων για θέματα άσκησης καθηκόντων τεχνικού ασφάλειας Β’ και Γ’ κατηγορίας”**

Στους συμμετέχοντες θα χορηγείται Βεβαίωση Επιμόρφωσης.

Διάρκεια εκπαίδευσης: Β’ κατηγορία: 35 ώρες  
Γ’ κατηγορία: 10 ώρες

Δηλώσεις συμμετοχής: Α. Παπανδρέου 26  
2ος όροφος- Καρδίτσα

**Πληροφορίες:**  
**24410-70203 και 24410-79634**



# Αυτός είναι ο κόσμος στο παρελθόν που ζήσαμε και θυμόμαστε!

Γράφει ο Έκτορας Γάζος, Πρόεδρος της Ένωσης Ιατρών Νοσοκομείου – Κέντρων Υγείας Νομού Καρδίτσας, εκλεγμένος με τη ΔΗΠΑΚ στο Γενικό Συμβούλιο της ΟΕΝΓΕ

Με αφορμή τη μελέτη του ΚΕΠΥ που καταγράφει του πλεονάζοντες θανάτους από τις πλημμύρες στη Θεσσαλία πριν ενάμιση χρόνο, έρχονται ξανά στο μυαλό οι έντονα χαραγμένες αναμνήσεις.

Εμείς τα ζήσαμε...  
Θυμάμαι...

την κυρία που μεταφέρθηκε στο νοσοκομείο για «προληπτικούς λόγους» και πέθανε στα ΤΕΠ λίγες ώρες μετά την άφιξη της από την περιοχή του Παλαμά...

το νεφροπαθή στη Συκεώνα που ξεπέρασε τις 24 ώρες για την απαραίτητη αιμοκάθαρσή του, αφού ήταν πάνω στη σκεπή του σπιτιού του μια μέρα και δύο νύχτες...

όσους είχαν υποθερμία...

τους ασθενείς που δεν μπορούσαν να φτάσουν στο νοσοκομείο από τα χωριά, αφού η πόλη είχε αποκλειστεί από όλες τις ει-

σόδους, από τα νερά, τις γκρεμισμένες γέφυρες ή τα πρόχειρα χωρίς σχέδιο αναχώματα που έφραζαν τους δρόμους...

τους ασθενείς που παρακολουθούνταν σε άλλες δομές υγείας της Θεσσαλίας και έρχονταν στο νοσοκομείο γιατί ο νομός είχε αποκλειστεί από παντού...

τη γιατρό που ήρθε από τη Λάρισα με ασθενενοφόρο μέσω Λαμίας για να αλλάξει το γιατρό που εφημέρευε τρία συνεχόμενα 24ωρα...

τους ηλικιωμένους κυριολεκτικά παρατημένους στο γυμναστήριο του Παλαμά...

τη λάσπη, τη σκόνη, τη βρώμα και τη δυσωδία σε όλη την περιοχή για εβδομάδες...

τις αγχώδεις διαταραχές, το φόβο, το μετατραυματικό στρες πολλών που ερχόταν στο Ιατρείο Αλληλεγγύης για να πάρουν τα φάρμακα της τακτικής τους αγωγής που δεν έβρισκαν στα πλημμυ-



ρισμένα φαρμακεία...

τις ανακοινώσεις μας για άμεση ανάγκη εμβολιασμών ενάντια στον τέτανο...

τις εκκλήσεις μας σε περιφέρεια και δήμους για τους απαραίτητους ψεκασμούς για τα κουνούπια που συναντούσαν την ειρωνεία και πήγαιναν στο βρόντο...

τους κατοίκους να ξελάσπωναν τα σπίτια τους από λύματα και κόπρανα με γυμνά χέρια...

τη μούχλα στα σπίτια ως το ταβάνι για μήνες...

το κλειστό Κέντρο Υγείας Παλαμά που μεταφέρθηκε κακήν κακώς στο γυμναστή-

ριο και μετά στο πνευματικό κέντρο χωρίς ούτε καν την απαραίτητη θέρμανση και αερισμό για μήνες...

και πόσα άλλα...

Η επιστημονική έρευνα αποτυπώνει τις συνέπειες των γεγονότων που ζήσαμε ως αποτέλεσμα του επιλεκτικά ανίκανου και δημοσιονομικά στενάχωρου κράτους να μας προστατέψει, αλλά επιτελικά ικανότατου και οικονομικά γαλαντόμου να στέλνει φρεγάτες στην ερυθρά θάλασσα για να προστατεύουν τα πλοία των εφοπλιστών...

Αυτός είναι ο κόσμος στο παρελθόν που ζήσαμε και θυμόμαστε!

Είδαμε, όμως, ...

και το πικρό χαμόγελο πολλών που πήραν μια κουβέρτα και ένα πιάτο φακές από το στέκι του Αγροτικού Συλλόγου Παλαμά,

και το «γεια σας παλικάρια!» στα παιδιά των σωματείων και των

φοιτητικών συλλόγων από την Αθήνα που ήρθαν για να βοηθήσουν στο ξελάσπωμα των σπιτιών

το πείσμα των γιατρών από την Αθήνα που εξέταζαν και κατέγραφαν τα προβλήματα πόρτα πόρτα,

τη γιατρό και τη νοσηλεύτρια από τη Θεσσαλονίκη που πέρασαν την άδεια τους στο κοντέινερ του ιατρείου,

το χαμόγελο ανακούφισης όσων προσήλθαν στους γιατρούς από την Πάτρα στο Ιατρείο Αλληλεγγύης για το βήχα που τους ταλαιπωρούσε ή για να μετρήσουν την πίεση μετά από ώρες κουραστικού ξελασπώματος...

Υπάρχει τελικά και ένας άλλος κόσμος. Αυτός της ανθρωπιάς, της αλληλεγγύης, της προσφοράς για τους πονεμένους και του αγώνα της συλλογικής επιβίωσης.

Αυτό είναι το μέλλον που ζήσαμε και ονειρευόμαστε!

## Ομιλία στα ΚΑΠΗ του Δήμου Σοφάδων με θέμα: Εμβολιασμός Ενηλίκων και η Σημασία της Πρόληψης

Στο πλαίσιο των προσπαθειών για την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της τρίτης ηλικίας σχετικά με τη σημασία του εμβολιασμού, πραγματοποιήθηκε μια σημαντική ομιλία στα Κέντρα Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων (ΚΑΠΗ) του Δήμου Σοφάδων. Η εκδήλωση, η οποία διοργανώθηκε από το ΚΑΠΗ Σοφάδων σε συνεργασία με το Κέντρο Υγείας Σοφάδων, Τμήμα επι-



σκεπτριών Υγείας, είχε ως στόχο να ενισχύσει τη συνειδητοποίηση των ηλικιωμένων σχετικά με τα πλεονεκτήματα του εμβολιασμού για ασθέ-

νεις όπως η γρίπη, ο πνευμονόκοκκος, ο έρπης ζωστήρας, ο τέτανος και άλλες σοβαρές λοιμώξεις που πλήττουν τα ενήλικα

άτομα.

Η ομιλία πραγματοποιήθηκε:

την Τετάρτη 19 Μαρτίου 2025 στο ΚΑΠΗ Σοφάδων στις 10:30 π.μ.

Ομιλήτρια η κ. Βαλάρη Χρύσα Επισκέπτρια Υγείας του Κ.Υ. Σοφάδων

την Πέμπτη 20 Μαρτίου 2025 στο ΚΑΠΗ Σοφάδων στις 10:30 π.μ.

Ομιλήτρια η κ. Ντάφου Ελένη Επισκέπτρια Υγείας του Κ.Υ. Σοφά-

δων

Η σημασία της ενημέρωσης και της εκπαίδευσης στην τρίτη ηλικία είναι καθοριστική για την ενίσχυση της ατομικής και δημόσιας υγείας. Οι συμμετέχοντες στην εκδήλωση είχαν την ευκαιρία να μάθουν για τα εμβόλια και την πρόληψη, ενώ πολλοί από αυτούς εξέφρασαν την πρόθεση να επικοινωνήσουν με τον ιατρό τους για να εξετάσουν την ανάγκη για εμβολιασμό.

# Σε πρώτη Πανελλήνια παρουσίαση, παρελαύνουν στην πόλη των Σοφάδων πέντε επαναστατικές και πολεμικές σημαίες

Σε πρώτη Πανελλήνια παρουσίαση, παρελαύνουν την Τρίτη στην πόλη των Σοφάδων μαζί με την ομάδα του Μορφωτικού Συλλόγου Σοφάδων αντιπροσωπευτικά, πέντε επαναστατικές και πολεμικές σημαίες της Καρδίτσας και ευρύτερα της Θεσσαλίας, εκ των συνολικά δέκα επτά σημαιών που τεκμηριώθηκαν από τον συγγραφέα και αντιστράτηγο της ΕΛ.ΑΣ. (ε.α.) Δημήτρη Αγγελή



και δημοσιεύθηκαν στο βιβλίο του «Σημαίες Θεσσαλών αγωνιστών – ηρώων. Άγραφα, Όλυμπος, Πήλιο, Σποράδες, Ασπροπόταμος κ.α. (1680-1922)». Έκδοση Δημοτικού

Μουσείου Ιστορίας «Νικόλαος Πλαστήρας», Δήμος Λίμνης Πλαστήρα, Καρδίτσα 2022.

Οι σημαίες αυτές είναι κατά σειρά οι ακόλουθες:

-Σημαία λευκή με κόκκινο σταυρό στη μέση, των Αγράφων και των Αγραφιωτών αρματολών και κλεφτοκαπεταναίων (1680-1822).

-Σημαία με την κουκουβάγια, του στρατοπέδου του Αρχιστράτηγου της Ρούμελης Καρδίτσιωτη Γεωργίου Καραϊσκάκη (1827).

-Σημαία με τον έφιππο Άγιο Γεώργιο, του Μαύρου Καβαλάρη Νικόλαου Πλαστήρα (1922).

-Σημαία με το ρό-

παλο του Ηρακλή, του Ρήγα Φεραίου Βελεστινλή (1796) και

-Σημαία κυανή με λευκό σταυρό στη μέση που εκπέμπει χρυσές ακτίνες, της πρώτης (εκ των τριών) Θεσσαλικής Επανάστασης του 1854.

Οι σημαίες αυτές κατασκευάστηκαν ως πιστά αντίγραφα από τον Μορφωτικό Σύλλογο Σοφάδων ως ένδειξη σεβασμού στους Αγώνες των προγόνων μας για την Απελευθέρωση της Πατρίδας μας.

## Πρόγραμμα Εορταστικών εκδηλώσεων για την επέτειο της 25η Μαρτίου στο Μουζάκι

### 25η Μαρτίου ημέρα Τρίτη

Ώρα 7:30π.μ. θα χτυπήσουν χαρμόσυνα οι καμπάνες των Εκκλησιών με τη μέριμνα των Ιερέων.

Ώρα 8:00 π.μ. θα γίνει έπαρση της σημαίας στην πλατεία Δημαρχείου.

Ώρα 10:00 π.μ. επίσημη δοξολογία στο Μητροπολιτικό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου Μουζακίου. Μετά τη δοξολογία θα εκφωνηθεί ο πανηγυρικός της ημέρας από τη μαθήτριά και παραστάτρια της Γ' τάξης του Γενικού Λυκείου Μουζακίου, κ.Κωνσταντίνα Πάτα.

Στη συνέχεια λαός, Αρχές, Σχολεία και Σύλλογοι θα μεταβούν στο Ηρώο των Πεσόντων όπου και θα γίνει επιμνημόσυνη δέηση.

Θα ακολουθήσει ενός λεπτού σιγή, η φιλαρμονική του Δήμου θα παιανίσει προς τιμή των πεσόντων, θα αποδοθούν τιμές από το



άγημα του Τμήματος Δοκίμων Αστυφυλάκων Μουζακίου και θα γίνει κατάθεση στεφάνων από τους:

Δήμαρχο Μουζακίου  
Εκπρόσωπο Περιφέρειας Θεσσαλίας  
Εκπρόσωπο Εθνικής Αντίστασης

Πρόεδρο Τοπικής Κοινότητας Μουζακίου  
Διοικητή Σχολής Αστυφυλάκων Μουζακίου

Διοικητή Αστυνομικού Τμήματος Μουζακίου

Διοικητή Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Μουζακίου

Λύκειο Μουζακίου  
ΕΠΑΛ Μουζακίου

1Ο Γυμνάσιο Μουζακίου

1ο Δημοτικό Σχολείο Μουζακίου

2ο Δημοτικό Σχολείο Μουζακίου

Εκπρόσωπο του Συλλόγου Πολυτέκνων Μουζακίου

Εκπρόσωπο του Εμπορικού Συλλόγου Μουζακίου

Εκπρόσωπο του Λαογραφικού, Πολιτιστικού Συλλόγου Μουζακίου «ΟΙ ΓΟΜΦΟΙ»

Εκπρόσωπο του Συλλόγου Αργιθεατών Μουζακίου

Μετά την κατάθεση των στεφάνων θα ψαλεί ο Εθνικός Ύμνος.

Θα ακολουθήσει παρέλαση μαθητών, μαθητριών των Νηπιαγωγείων, Δημοτικών σχολείων, Γυμνασίου, Λυκείου, σπουδαστών της σχολής Αστυφυλάκων Μουζακίου, οχημάτων της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Μουζακίου και της Φιλαρμονικής του Δήμου, κατά μήκος της Λεωφ. Αντώνη Βασιλείου.

Καλούνται να παραστούν στις εκδηλώσεις οι Αρχές της πόλης, δημόσιοι υπάλληλοι, υπάλληλοι Οργανισμών Δημοσίου Δικαίου και Ιδιωτικού Δικαίου, υπάλληλοι του Δήμου και των Τραπεζών, μαθητές και μαθήτριες

των σχολείων, Σύλλογοι, Σωματεία & όλοι οι κάτοικοι του Δήμου Μουζακίου.

Τα σχετικά με την ιεροτελεστία θα ρυθμίσει ο Αρχιερατικός Επίτροπος.

Για την τάξη θα μεριμνήσει το Αστυνομικό Τμήμα Μουζακίου.

Για την παράταξη η τελετάρχης του Δήμου.

Τελετάρχης ορίζεται η ειδική συνεργάτιδα του Δημάρχου, κ. Έλενα Κουλούρη.

Οι Πρόεδροι – Παρόντες των Τοπικών Κοινοτήτων παρακαλούνται να μεριμνήσουν για την πραγματοποίηση των εκδηλώσεων στις Τοπικές Κοινότητες.

**Κέντρο Διάγνωσης & Θεραπείας Διαταραχών**

**«ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ»**

Παράρτημα και στο Μουζάκι Καρδίτσας

|                       |               |
|-----------------------|---------------|
| Λογοθεραπεία          | Ψυχοθεραπεία  |
| Θεραπευτική Κολύμβηση | Εργο-κίνηση   |
| Ειδική Διαπαιδαγώγηση | Συμβουλευτική |

**ΔΕΚΤΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΑ ΤΑΜΕΙΑ**

Καρδίτσα, Κουμουνδούρου 13  
Τηλ. 24410 74422, κιν. 6974273255



# Η Περιφέρεια Θεσσαλίας ενισχύει με εκπαιδευτικό εξοπλισμό το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Από το Πρόγραμμα ΕΣΠΑ «Θεσσαλία 2021-2027»

**Η** Περιφέρεια Θεσσαλίας ανακοινώνει την ένταξη της πράξης «Ενίσχυση εκπαιδευτικού εξοπλισμού τριτοβάθμιας εκπαίδευσης», στο πλαίσιο του Προγράμματος «Θεσσαλία 2021-2027». Η δράση στοχεύει στη βελτίωση των υποδομών εκπαίδευσης και κατάρτισης, ενισχύοντας τη δυνατότητα πρόσβασης σε σύγχρονες εκπαιδευτικές τεχνολογίες και την προαγωγή της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης.

Η παρούσα πράξη αφορά στην προμήθεια εξοπλισμού για την αναβάθμιση της εκπαιδευτικής διαδικασίας και την χωρίς αποκλεισμούς ανάπτυξη στο Πανεπιστήμιο Θεσσα-



λίας. Πιο συγκεκριμένα προβλέπονται οι εξής παρεμβάσεις:

- Εκσυγχρονισμός των υποδομών για την ισότιμη πρόσβαση φοιτητών με αναπηρία και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες (εκτυπωτές Braille, εφαρμογές audiobooks, υποστηρικτικές τεχνολογίες για ΑμεΑ).

- Ενίσχυση του εξ' αποστάσεως εκπαιδευ-

τικού περιβάλλοντος και της διαδικτυακής μάθησης.

- Εργαστηριακό εξοπλισμό και εξοπλισμό ΤΠΕ για εκπαίδευση και διά βίου μάθηση σε αντικείμενα σπουδών που συνδέονται με τη βιώσιμη ανάπτυξη και την κλιματική αλλαγή (πράσινη ανάπτυξη, κυκλική οικονομία, περιβάλλον, ενέργεια, καθώς επίσης και με τομείς αιχμής για

την ανάπτυξη της ελληνικής οικονομίας όπου παρουσιάζονται ελλείψεις στην αγορά εργασίας (πληροφορική, γαλαζία οικονομία, ασημένια οικονομία, τουρισμός, εφοδιαστική αλυσίδα).

Η εν λόγω Πράξη περιλαμβάνει τρία βασικά υποέργα που διασφαλίζουν την αναβάθμιση της εκπαιδευτικής διαδικασίας και τη βελτίωση της προσβασιμότητας στην τριτοβάθμια εκπαίδευση και έχει συνολικό προϋπολογισμό 4.880.573,73 €, με χρηματοδότηση από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ). Δικαιούχος και φορέας λειτουργίας του έργου είναι το Πανεπι-

στήμιο Θεσσαλίας.

Η χαρτογράφηση των αναγκών των τμημάτων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας ανέδειξε τη σημασία της παροχής ισότιμων ευκαιριών μάθησης, τη διευκόλυνση της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης και την ανάγκη εκσυγχρονισμού των υποδομών για την ενίσχυση της ποιότητας των σπουδών.

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, σε αγαστή συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, επενδύει στον εκσυγχρονισμό και την αναβάθμιση των ακαδημαϊκών υποδομών, προάγοντας μια σύγχρονη και συμπεριληπτική εκπαιδευτική διαδικασία.

## Το Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας συνδιοργανωτής του ετήσιου Συνεδρίου Στατιστικής στη Λάρισα

**Τ**ο Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων του Πανεπιστημίου Θεσσα-

λίας και το Ελληνικό Στατιστικό Ινστιτούτο συνδιοργανώνουν το 3ο Διεθνές Συνέδριο Στα-



τιστικής στη Λάρισα στις 24 έως 27 Απριλίου 2025 υπό την καθοδήγηση του Καθηγητή κ. Κλεάνθη Συρακούλη.

Το ετήσιο Συνέδριο Στατιστικής αποτελεί την κύρια επιστημονική εκδήλωση στο Πεδίο της Στατιστικής και των Πιθανοτήτων. Το γεγονός αναμένεται να προσελκύσει πλειάδα ερευνητών και φοιτητών από τον

ακαδημαϊκό χώρο της Ελλάδας και του εξωτερικού καθώς και από Οργανισμούς, Τράπεζες και Επιχειρήσεις στη Λάρισα. Το θέμα του συνεδρίου είναι: «Καινοτομίες στη Στατιστική και την Αναλυτική Δεδομένων: Διαμορφώνοντας το Μέλλον της Πληροφορίας» και φιλοδοξεί να αποτελέσει τόπο συνάντησης επιστημόνων από

ευρύ φάσμα επιστημονικών περιοχών.

Στα πλαίσια της καλύτερης οργάνωσης του 37ου Πανελληνίου και 3ου Διεθνούς Συνεδρίου Στατιστικής, συναντήθηκαν ο Δήμαρχος Λαρισαίων κ. Θανάσης Μαμάκος με τον Πρόεδρο της Οργανωτικής Επιτροπής του συνεδρίου και Καθηγητή του Τμήματος Διοίκησης Επιχειρήσεων κ. Κλεάνθη Συρακούλη, και το δημοτικό σύμβουλο και μαθηματικό, κ. Χρήστο Αγορίτσα. Επίσης, ενημερώθηκε αναλυτικά για την πορεία του Συνεδρίου ο Δήμος Λαρισαίων που έθεσε υπό την αιγίδα του τις εργασίες για την πραγματοποίησή του.



### Αστυνομικό Δελτίο

#### Σύλληψη ημεδαπού φυγόποινου

Συνελήφθη, στις 23-03-2025 τις μεταμεσονύχτιες ώρες στην Καρδίτσα, από αστυνομικούς του Τμήματος Δίωξης και Εξιχνίασης Εγκλημάτων Καρδίτσας, ένας ημεδαπός άνδρας, διότι σε βάρος του εκκρεμούσαν δύο αποφάσεις του Μονομελούς Πλημμελειοδικείου Καρδίτσας, για παράβαση του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.), με συνολική ποινή φυλάκισης -8- μηνών.



# Η Καρδίτσα τιμά την Εθνική Επέτειο της 25ης Μαρτίου

Με τη μεγαλειώδη παρέλαση, στις 12:00 το μεσημέρι, κορυφώνονται σήμερα οι εορταστικές εκδηλώσεις

**Κ**ορυφώνονται, σήμερα Τρίτη, οι εκδηλώσεις για τον εορτασμό της Εθνικής Επετείου της 25ης Μαρτίου 1821.

Ο εορτασμός ξεκίνησε από τη Δευτέρα με ομιλίες σε ειδικές συγκεντρώσεις στα σχολεία όλων των βαθμίδων για τη σημασία της Εθνικής Επετείου και Προσκύνημα και κατάθεση στεφάνων από αντιπροσωπείες σπουδαστών, μαθητών, Προσκόπων και Οδηγών στο άγαλμα «Καραϊσκάκη» στην κεντρική πλατεία με επικεφαλής καθηγητές, δασκάλους και βαθμοφόρους.

Το πρόγραμμα της 25ης Μαρτίου 2025

• Ώρα 07:30 π.μ. Χαρμόσυνες καμπανοκρουσίες σε όλους τους Ναούς. Η Φιλαρμονική



του Δήμου Καρδίτσας θα περάσει από τους κεντρικούς δρόμους της πόλης και θα παινίζει θριαμβευτικά εμβατήρια.

• Ώρα 08:30 π.μ. Έπαρση της σημαίας στην κεντρική πλατεία

• Ώρα 11:15 π.μ. Επίσημη δοξολογία στον Μητροπολιτικό Ναό των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης.

• Ώρα 11:30 π.μ. Επιμνημόσυνη δέηση στον προ του Ηρώου

πεσόντων χώρο. Κατάθεση στεφάνων από τον Εκπρόσωπο της Κυβέρνησης, τον κ. Αντιπεριφερειάρχη Καρδίτσας, τον Αστυνομικό Διευθυντή Ν. Καρδίτσας, τον κ. Δήμαρχο Καρδίτσας, τον Α.Δ. Φρουράς Ν. Καρδίτσας, τον Διοικητή Πυροσβεστικών Υπηρεσιών Ν. Καρδίτσας, τον εκπρόσωπο Εφεδροπολεμίστικων Οργανώσεων, Εκπροσώπους των Ενώσεων Αναπήρων

πολέμου και Ενώσεων Αγωνιστών Εθνικής Αντίστασης, Εκπρόσωπους του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, Πολιτικά Κόμματα, λοιπές Οργανώσεις, Συλλόγους και φορείς.

• Ώρα 12:00 μ.μ. Παρέλαση στην οδό Καραϊσκάκη παρουσία των επισήμων, τμημάτων Αναπήρων πολέμου, Αγωνιστών Εθνικής Αντίστασης, Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, μαθητών, σπουδαστών, Προσκόπων, Οδηγών, πολιτιστικών συλλόγων, Κ.Ε.Σ.Ν.

• Ώρα 17:30 μ.μ. Στην κεντρική πλατεία θα λάβουν χώρα χορευτικές εκδηλώσεις για την Εθνική Επέτειο με τη συμμετοχή χορευτικών λαογραφικών συλλόγων της Καρδί-

τσας καθώς και χορευτικών τμημάτων Δημοτικών Σχολείων, υπό τη μέριμνα του Δήμου Καρδίτσας.

• Ώρα 18:00 μ.μ. Υποστολή σημαίας.

Στις εκδηλώσεις θα παραστούν ως εκπρόσωποι της Ελληνικής Κυβέρνησης:

• Καρδίτσα: Ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, κ. Κωνσταντίνος Τσιάρας.

• Τρίκαλα: Ο Υπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης, κ. Δημήτριος Παπαστεργίου.

• Λάρισα: Ο Υφυπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, κ. Χρήστος Κέλλας.

• Βόλος: Ο Υφυπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης, κ. Χρήστος Μπουκώρος.

## Βράβευση Δημ. Κουρέτα για τη στήριξη του στην ανάδειξη του αρχαιολογικού χώρου του Κραννώνα

**Σ**τον 6ο Κραυξίδειο αγώνα δρόμου, βραβεύοντας τον πρώτο δρομέα που τερμάτισε, παραβρέθηκε ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας Δημήτρης Κουρέτας, στην εκδήλωση που διοργάνωσαν η Τοπική Κοινότητα Κραννώνα, ο Σύλλογος Γυναικών και ο Δήμος Κιλελέρ.

Στον αγώνα παρέστησαν επίσης η Θεματική Αντιπεριφερειάρχης Ανδριάντα Κομήτσα και ο περιφερειακός σύμβουλος Γρηγόρης Γκουντόπουλος.



Στη συνέχεια, ο Περιφερειάρχης τιμήθηκε από τους διοργανωτές για το αυξημένο ενδιαφέρον του και την έμπρακτη στήριξη του στην ανάδειξη του αρχαιολογικού χώρου του Κραννώνα, ενός σημαντικού μνημείου

για την ευρύτερη περιοχή. Η Περιφέρεια Θεσσαλίας χρηματοδοτεί τις εργασίες ανάδειξής του.

Μετά την τελετή βράβευσης των αθλητών, ο Περιφερειάρχης Δημ. Κουρέτας, συνοδεία του Δημάρ-

χου Κιλελέρ Θανάση Νασιακόπουλου, του Προέδρου της ΤΚ Κραννώνα Κώστα Τσιαγκλάνη και αντιδημάρχων, μετέβησαν στον αρχαιολογικό χώρο όπου ξεναγήθηκαν από τον καθηγητή του Πανεπιστημίου

Κρήτης και επιβλέποντα των εργασιών κ. Μποσνάκη και την Έφορο Αρχαιοτήτων Λάρισας Στέλλα Κατακούτα, όπου ενημερώθηκαν για την πορεία των ανασκαφών και για την ιστορικότητα της περιοχής.



**ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ Α.Ε.**  
Δίκυκλα | Επιβατικά | Φορτηγά

ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΤΕΟ  
ΥΓΡΑΕΡΙΟΚΙΝΗΣΗ  
ABS ΦΟΡΤΗΓΩΝ  
ADR/ATP ΦΟΡΤΗΓΩΝ



Κόμβος ΚΑΡΔΙΤΣΟΜΑΓΟΥΛΗΣ  
E-mail [ikteokar@otenet.gr](mailto:ikteokar@otenet.gr)

Τηλ. 24410 80008  
Site [www.ikteokar.gr](http://www.ikteokar.gr)

# Άμεσα μέτρα για την καλύτερη διαχείριση του αρδευτικού νερού

**Σύσκεψη Περιφέρειας Θεσσαλίας και ΟΔΥΘ για τη φετινή αρδευτική περίοδο Μειωμένη κατά 50% η διαθέσιμη στάθμη του λίμνης Πλαστήρα, καθόλου νερό από τη λίμνη Σμοκόβου**

**Δημ. Κουρέτας: Απαιτείται η συνεργασία όλων, γιατί χωρίς νερό δεν υπάρχει μέλλον στη Θεσσαλία**

**Ο**οδικός χάρτης που πρέπει να εφαρμοστεί για να αντιμετωπιστεί το έλλειμμα του αρδευτικού νερού στο θεσσαλικό κάμπο καταρτίστηκε, στο πλαίσιο ευρείας σύσκεψης που συγκάλεσε σήμερα στη Λάρισα, η Περιφέρεια Θεσσαλίας και ο Οργανισμός Διαχείρισης Υδάτων Θεσσαλίας.

Στη σύσκεψη στην οποία παρέστησαν βουλευτές, δήμαρχοι, αντιπεριφερειάρχες, περιφερειακοί και δημοτικοί σύμβουλοι, εκπρόσωποι ΤΟΕΒ, Συνεταιρισμών και άλλων παραγωγικών φορέων εκφράστηκε ο προβληματισμός όλων για τις συνθήκες που διαμορφώνονται από την λειψυδρία, ενόψει της αρδευτικής περιόδου και τονίστηκε η αναγκαιότητα συνεργασίας όλων καθώς και της ορθολογικής χρήσης του νερού που ως δημόσιο αγαθό ανήκει σε όλους.

Όπως ειπώθηκε η κατάσταση στον κάμπο είναι απογοητευτική, λόγω του άνυδρου χειμώνα, ενώ με βάση τα στοιχεία που παρουσίασαν οι διοικούντες του ΟΔΥΘ οι διαθέσιμες ποσότητες νερού από τη λίμνη Πλαστήρα είναι μειωμένες σε σχέση με πέρυσι κατά 50%, δεν υπάρχει νερό προς αξιοποίηση από τη λίμνη Σμοκόβου, ενώ είναι απαραίτητη η καλύτερη διαχείριση νερού από τη λίμνη Κάρλα. Έντονος προ-



βληματισμός εκφράστηκε και για τα βαλτωμένα έργα του Αχελώου και την έλλειψη πολιτικής βούλησης για να συζητηθεί το θέμα στη Βουλή, όπως και για την νέα προσφυγή των Αιτωλοακαρνανών στη δικαιοσύνη για τη μη μεταφορά νερού στη Θεσσαλία και ας προβλέπεται στο νέο ΣΔΛΑΠ.

## Δημ. Κουρέτας

Στην εισήγηση του ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας Δημήτρης Κουρέτας σημείωσε ότι για τα διαχρονικά προβλήματα λειψυδρίας και τις έντονες διαμάχες ανάμεσα σε διάφορες περιοχές του κάμπου της Θεσσαλίας, η γενεσιουργός αιτία ήταν και παραμένει η επί πολλές δεκαετίες ακραία αναντιστοιχία ανάμεσα στην τεράστια «ζήτηση» νερού (κυρίως για τις αρδεύσεις) και στην περιορισμένη «προσφορά» από τους λίγους ταμιευτήρες, από ποτάμια και από υπόγειους υδροφορείς. Χωρίς νερό δεν μπορεί να υπάρξει αγροτική παραγωγή και χωρίς αγροτική παραγωγή δεν μπορεί να υπάρξει

πίσουμε, ιδιαίτερα μάλιστα αν συνεχιστεί η ανομβρία και δεν μεσολαβήσουν διαστήματα με βροχοπτώσεις που θα αμβλύνουν τις ανάγκες για αρδευτικό νερό.

## ΟΔΥΘ

Από την πλευρά τους, οι εκπρόσωποι του Οργανισμού Διαχείρισης Υδάτων Θεσσαλίας, ανέδειξαν την τρέχουσα κατάσταση αναφορικά με την περιορισμένη διαθεσιμότητα του νερού, τα ελλειμματικά αποθέματα επιφανειακών υδάτων και τις σημαντικές προκλήσεις που αντιμετωπίζει σήμερα η περιοχή της Θεσσαλίας, καθώς πέραν του ότι κατά τα τελευταία έτη επλήγη πολλαπλά από καταστροφικές πλημμύρες, σήμερα βρίσκεται αντιμέτωπη με σοβαρά υδατικά ζητήματα, εξαιτίας της κλιματικής κρίσης.

Επισημαίνεται ότι ο νέος Οργανισμός (ΟΔΥΘ) θα αποτελέσει τον ενιαίο φορέα για την προστασία και την ολοκληρωμένη διαχείριση των υδατικών πόρων του Υδατικού Διαμερίσματος Θεσσαλίας, με αρμοδιότητες την εκπόνηση της στρατηγικής για την προστασία και διαχείριση των υδάτων, τον συντονισμό και τη συνεχή επίβλεψη της εφαρμογής των μέτρων προστασίας και διαχείρισης των υδάτων, την εποπτεία και υλοποίηση, καθώς και τη χορήγηση αδειών

χρήσης ύδατος.

Ο πρόεδρος του ΟΔΥΘ, Καθηγητής Νίκος Δέρκας παραδέχτηκε πως «έχουμε να αντιμετωπίσουμε και να διαχειριστούμε μία πολύ δύσκολη κατάσταση. Το νερό είναι πολύ περιορισμένο, οπότε θα πρέπει να το διαχειριστούμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, ώστε οι συνέπειες να ελαχιστοποιηθούν. Ο ΟΔΥΘ, σε συνεργασία με την Περιφέρεια και σε πλήρη αρμονία στη συνεργασία αυτή, θα προσπαθήσει και με τους φορείς φυσικά, τους Δήμους, τους ΤΟΕΒ και τους χρήστες, να κάνει την καλύτερη δυνατή διαχείριση, ώστε να ελαχιστοποιήσουμε τις απώλειες. Απώλειες θα υπάρξουν, αλλά θα πρέπει να είναι έτσι στοχευμένη άρδευση, ώστε να έχουμε τις λιγότερες συνέπειες στις καλλιέργειες και να υπάρχει δίκαιη κατανομή του νερού. Το θεωρούμε πολύ βασικό... Αν δε συνεργαστούμε τα αποτελέσματα θα είναι τραγικά» σημείωσε.

Ο Διευθύνων Σύμβουλος του ΟΔΥΘ κ. Μαρκινός Αθανάσιος, παρουσίασε τα δεδομένα, παραθέτοντας αναλυτικά στοιχεία για τα τρέχοντα υδατικά αποθέματα στους ταμιευτήρες της Θεσσαλίας, τη ζήτηση και τις ανάγκες σε νερό για άρδευση, ενώ απευθυνόμενος σε όλους τους τοπικούς φορείς διαχείρισης και



τους αρδευτές, έδωσε τις κατευθύνσεις για τον συντονισμό των δράσεων και την καλύτερη δυνατή αντιμετώπιση του προβλήματος. Επεσήμανε δε ότι η συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων φορέων είναι επιβεβλημένη για την εξομάλυνση της κατάστασης, με όσο το δυνατόν λιγότερες δυνατότες απώλειες κατά τη δύσκολη αρδευτική περίοδο που αναμένεται να ξεκινήσει.

Ο αναπληρωτής Διευθύνων Σύμβουλος του ΟΔΥΘ κ. Κορκόβελος Αθανάσιος, παρουσίασε τα βροχομετρικά δεδομένα των σταθμών της περιοχής, καθώς και ποσοτικά στοιχεία των παροχετεύσεων των ποταμών.

Στο ίδιο μήκος κύματος, κρούοντας τον κώδωνα του κινδύνου, κινήθηκε και η ομιλία της αντιπροέδρου Ρένας Καραλαριώτου.

### 8 Προτεινόμενα μέτρα

Στην κοινή σύσκεψη Περιφέρειας και ΟΔΥΘ προτάθηκαν από τους διοργανωτές ορισμένα μέτρα για την άμεση αντιμετώπιση της δύσκολης κατάστασης, τα οποία και έγιναν αποδεκτά από τους φορείς που συμμετείχαν. Αυτά



είναι:

Συγκέντρωση στοιχείων ανά ΤΟΕΒ, Δήμο και περιοχή, για τις εκτάσεις (και την τοποθεσία) που έχουν προγραμματιστεί να αρδεύονται από επιφανειακά νερά ταμειωτήρων - φραγμάτων, λιμνών και ποταμών (Σμόκοβο, Ταυρωπός, Πηνειός, Κάρλα, Γυρτώνη κλπ.). Ενθάρρυνση αγροτών για προτίμηση και σπορά ποικιλιών με λιγότερες ανάγκες σε νερό (με μικρότερο βιολογικό κύκλο) και όψιμες. Συγκρότηση Επιτροπής (με εκπροσώπους ΟΔΥΘ, Αντιπεριφερειάρχες, ΤΟΕΒ, Δήμων παρακολούθησης της ποσότητας του νερού από την λίμνη Πλαστήρα για ενίσχυση του Πηνειού, της πορείας, της στάθμης - παροχής του νερού σε κρίσιμα (προκαθορισμένα) σημεία του Πηνειού (από Καλέτζη προς Λάρισα),

σημεία τυχόν πρόχειρων - αυθαίρετων φραγμάτων και άλλων εμποδίων. Τοποθέτηση (όπου είναι εφικτό) σταθμήμετρων - μετρητών παροχής σε κρίσιμα σημεία (μετά την έξοδο του ΥΗΣ Πλαστήρα, Καλέντζη και Πηνειό). Συντήρηση και ετοιμότητα λειτουργίας θυροφράγματος Γυρτώνης (έγκαιρο κλείσιμο για αποθήκευση νερού). Παρακολούθηση της πορείας του νερού σε κρίσιμα σημεία του Πηνειού με drone. Έλεγχος εφαρμογής κανονισμού και προγράμματος άρδευσης στα συλλογικά δίκτυα (ΤΟΕΒ - Δήμους). Κυκλική διακοπή αρδεύσεων (κατά περιοχή) για 8 ημέρες και παρακολούθηση εφαρμογής.

Στη σύσκεψη τοποθετήθηκαν οι βουλευτές Μάξιμος Χαρακόπουλος, Αρι-

στοτέλης Σπάνιας, Ευαγγελία Λιακούλη, Γιώργος Ρούντας, Κώστας Φλώρος, ο ειδικός Γραμματέας της Αποκεντρωμένης Διοίκησης Κώστας Τζανακούλης, ο σύμβουλος του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας σε θέματα υδάτων Κώστας Γκούμας, οι Δήμαρχοι Πλαστήρα Παναγιώτης Νάνος, Κιλελέρ Θανάσης Νασιακόπουλος, Αγιάς Αντώνης Γκουντάρας, Σοφάδων Δημοσθένης Κατσης, ο αντιδήμαρχος Λαρισαίων Κώστας Βλαχούλης, οι πρόεδροι των ΤΟΕΒ Πηνειού Δημήτρης Τσιουρής, Τιτανίου Βασίλης Γιαννάκος, Θεσσαλιώτιδας Γιωτάκος, ο πρόεδρος της ΠΟΣΓ, περιφερειακός σύμβουλος Δημήτρης Σοφολόγης, ο πρόεδρος του ΓΕΩΤΕΕ Κεντρικής Ελλάδος Δημήτρης Ντογκούλης, ο πρόεδρος της ΠΟΓΕΔΥ Νίκος Κακαβάς, ο αντιδήμαρχος Δομοκού κ. Πετρόπουλος, ο γεωλόγος μηχανολόγος κ. Μπέλεσης και ο εκπρόσωπος συλλόγου παραγωγών κλειστού αγωγού Σμόκου Αθαν. Καραγιάννης.

### Η Επιτροπή

Με τη λήξη της σύσκεψης, ο Περιφερει-

άρχης κ. Κουρέτας ανακοίνωσε τη συγκρότηση Επιτροπής, η οποία συνεδρίασε αμέσως μετά για τον καθορισμό των επόμενων βημάτων, ενώ θα συνεδριάζει ανά τακτά χρονικά διαστήματα, προκειμένου να διαμορφώνει εκείνες τις πολιτικές που θα αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά το οξύ πρόβλημα της λειψυδρίας. Στην Επιτροπή θα συμμετέχουν ο Περιφερειάρχης Δημήτρης Κουρέτας, ο πρόεδρος του ΟΔΥΘ Ν. Δέρκας, ο Δ/νων Σύμβουλος Αθαν. Μαρκινός, ο αναπλ. Δ.Σ. Αθαν. Κορκόβελος, εκπρόσωποι των ΤΟΕΒ Πηνειού, Ταυρωπού, Τιτανίου, Θεσσαλιώτιδας, των δήμων Παλαμά, Φαρκαδόνας, Κιλελέρ, Αγιάς, Σοφάδων, Τεμπών, Λάρισας, ο πρόεδρος του ΓΕΩΤΕΕ Δ. Ντογκούλης, ο πρόεδρος της ΠΟΣΓ Δημήτρης Σοφολόγης, ο Αντιπεριφερειάρχης Υδάτων Νίκος Ντίτορας, ο Συντονιστής του Κέντρου Πολιτικής Προστασίας Περιφέρειας Θεσσαλίας Ηλίας Λεοντάρης, ο σύμβουλος του Περιφερειάρχη σε θέματα υδάτων Κ. Γκούμας.

## Φορολογική Δικαιοσύνη ζητούν οι Έμποροι της Θεσσαλίας – Συνεδρίαση της Ομοσπονδίας στην Ελασσόνα

Διευρυμένη συνεδρίαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Ομοσπονδίας Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας Θεσσαλίας, με το Δ.Σ και αντιπροσώπους του Εμπορικού Συλλόγου Ελασσόνας, στην αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου Ελασσόνας.

Στο επίκεντρο της συζήτησης βρέθηκαν τα προβλήματα που αν-



τιμετωπίζουν οι μικρομεσαίες επιχειρήσεις ιδιαίτερα από τα ισχύοντα φορολογικά μέτρα όπου οι μικρές τοπικές επιχειρήσεις έχουν μπει στο στόχαστρο της κυβέρνησης

με τα άδικα τεκμήρια φορολόγησης, καταδικάζοντας την πλειοψηφία τους σε αφανισμό.

Αναμένοντας την απόφαση του Συμβουλίου της Επικρατείας στην προσφυγή για την

κατάργηση του παράνομου τρόπου τεκμαρτής φορολόγησης, αποφασίστηκε ο συντονισμός με τους τοπικούς φορείς εκπροσώπησης των ελευθέρων επαγγελματιών, επιστημόνων και επαγγελματιοβιοτεχνών για κοινές ενέργειες και δράσεις με κύριο και μοναδικό στόχο την απονομή Φορολογικής Δικαιοσύνης.

Επιπλέον συμφωνή-

θηκε η εντονότερη συνεργασία με την περιφέρεια Θεσσαλίας για την εκμετάλλευση των Ευρωπαϊκών κονδυλίων από τα περιφερειακά επιχειρησιακά προγράμματα για την ενίσχυση των Θεσσαλικών μικρομεσαίων επιχειρήσεων που δέχονται επιπλέον πιέσεις από τις συνέπειες των πλημμυρών που έπληξαν όλο τον Θεσσαλικό κάμπο.

# ΣΤΟΝ ΤΕΛΙΚΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ ΞΑΝΑ ΟΙ 'ΕΦΗΒΟΙ ΤΟΥ Α.Σ.Κ.!!!

Την ευκαιρία να υπερασπιστούν τον τίτλο τους θα έχουν οι Έφηβοι του Α.Σ. Καρδίτσας, οι οποίοι προκρίθηκαν στον τελικό του πρωταθλήματος ΕΣΚΑΘ, έπειτα από την ευρεία τους νίκη στον ημιτελικό απέναντι στην Α.Ε.Β. Διμηνίου!

Οι πρωταθλητές Θεσσαλίας δεν είχαν κανένα πρόβλημα απέναντι στο συγκρότημα από τη Μαγνησία και μετά το α' δεκάλεπτο, ανέπτυξαν διαφορά που τους οδήγησε στο επι-



βλητικό 41-96.

Ο ημιτελικός πραγματοποιήθηκε το απόγευμα του Σαββάτου στο ουδέτερο κλειστό γυμναστήριο Χάλκης, στη Λάρισα και οι αθλητές των προπονητών

Βασίλη Κρομμύδα, Γιώργου Ντέμου συνέχισαν την καταπληκτική τους πορεία, ως αήττητοι -ήδη- από την παρουσία τους στον Όμιλο του πρωταθλήματος Εφήβων Δυτικής Θεσ-

σαλίας.

Με σκληρή δουλειά και αφοσίωση, μέσα από το στοχευμένο πρόγραμμα των ακαδημιών του Α.Σ.Κ., οι ταλαντούχοι αθλητές εκπροσωπούν ξανά επάξια το νομό Καρδίτσας και πλέον προετοιμάζονται για τον μεγάλο τελικό, εκεί όπου θα περιμένουν το νικητή του ζευγαριού Κεραυνός Λάρισας - Ίκαροι Τρικάλων.

Τα δεκάλεπτα: 10-12, 17-38, 28-66, 41-96

Διαιτητές: Παζώλης - Πετρίδης

Α.Ε.Β. Διμηνίου (Σπ. Κατσαφούρης - Δ. Καραγιώργος): Αρμπάρας, Ακριβούλης, Μαϊπιάς 11 (2), Μπαρτσιώκας, Αχ. Κουρούσης, Γ. Κουρούσης, Κ. Γκόριας 9, Σπανόπουλος, Γ. Γκόριας 2, Μόσιος 1, Θεοχάρης 11 (3).

Α.Σ. Καρδίτσας (Β. Κρομμύδας - Γ. Ντέμος): Σίσκος 7, Θεοδώρου 6, Μπενέκης 3, Καλογριανίτης 27 (5), Ντανοβασίλης 4, Λαρίσης 6, Πηλιτσής 7, Κοτσιαρίδης 6, Πλατανιάς 8, Δ. Ζευγαράς 18, Ραπάι 4, Ψηφής.

## Ερατοσθένης – 2ο ΕΠΑ.Λ.: 3η Μονομαχία... Νικητής η Γεωμετρία!

Με απόλυτη επιτυχία και εντυπωσιακή συμμετοχή πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 20 Μαρτίου 2025,

ημέρα Εαρινής Ισημερίας, η αναπαράσταση του περίφημου πειράματος του Ερατοσθένη στον προαύλιο χώρο του 2ου ΕΠΑ.Λ. Καρδί-



τσας. Το σχολείο, πιστό στην παράδοση για 3η συνεχόμενη χρονιά, συμμετείχε στην Πανελλήνια Εκπαιδευτική Δράση «Το Πείραμα του Ερατοσθένη για τον Υπολογισμό της Ακτίνας της Γης - 2025», δίνοντας στους μαθητές την ευκαιρία να βιώσουν ένα από τα πιο συναρπαστικά πειράματα της Φυσικής.

Η δράση ξεκίνησε με μια διαδραστική παρουσίαση από τον κ. Αριστείδη Γκάτση, υπεύθυνο του ΕΚΦΕ Καρδίτσας, ο οποίος εξήγησε τη θεωρία και τη μεθοδολογία του πειράματος με τη χρήση παραδοσιακών και σύγχρονων ψηφιακών μέσων (Google

Earth, Sun Calc). Στη συνέχεια, οι μαθητές χωρίστηκαν σε δύο ομάδες, «Επαγγελματίες Γεωμέτρες» και «Ερασιτέχνες Γεωμέτρες», και χρησιμοποιώντας τα παραδοσιακά εργαλεία (ράβδοι, χάρακες, μοιρογνώνιο, τριγωνομετρικούς πίνακες) κατάφεραν να υπολογίσουν με ακρίβεια την περιφέρεια και την ακτίνα της Γης.

Η ομάδα με την πιο ακριβή μέτρηση τιμήθηκε με μετάλλια και βραβεία, για τη δεξιότητα και την προσπάθειά της. Οι μαθητές, ενθουσιασμένοι, απέδειξαν πως η επιστήμη μπορεί να είναι διασκεδαστική, δημιουργική και συνεργατική!

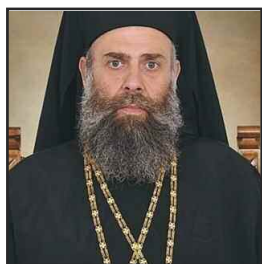
Στη δράση συμμετείχαν οι εκπαιδευτικοί Ευαγγελία Ρεντζελά (ΠΕ03), Θωμάς Μπαλτάς (ΠΕ04), Αγγελική Κοραή (ΠΕ02), Ουρανία Καλογιαννίδου (ΠΕ06), Αριστεά Μπασιακούρα (ΠΕ86), Σοφία Οικονόμου (ΠΕ86), Ευαγγελία Οικονόμου (ΠΕ86), Κατερίνα Πισμίρη (ΠΕ87.01), καθώς και οι σύμβουλοι σχολικής ζωής Ελένη Σιαφάκα (ΠΕ02) και Σπυριδούλα Γιαννέλου (ΠΕ11). Τον συντονισμό ανέλαβε ο κ. Αριστείδης Γκάτσης.

Η Διευθύντρια του σχολείου, κα Ουρανία Μαγγίνα, συνεχάρη όλους τους συμμετέχοντες και διαβεβαίωσε ότι το πείραμα καθιερώνεται πλέον ως θεσμός του σχολείου, γιατί προάγει τη συνεργασία, την επιστημονική σκέψη και την αγάπη για τη γνώση.

Το 2ο ΕΠΑ.Λ. Καρδίτσας αποδεικνύει πως η Επιστήμη είναι συναρπαστική όταν γίνεται βίωμα!

Ιερά Μητρόπολις Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων

### ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΑ ΝΕΑ



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Τετάρτη 26 Μαρτίου 2025 και ώρα 7:00' μ.μ., θα τελέσει την ακολουθία των Προηγιασμένων Τιμίων Δώρων στον Ιερό Ναό Αγίας Παρασκευής Κρή-

νης.

Ο Πανοσιολογιώτατος Αρχιμανδρίτης π. Αμφιλόχιος Παπανδρέου, Πρωτοσύγκελλος της Ιεράς μας Μητροπόλεως, την Τετάρτη 26 Μαρτίου και ώρα 7:00' μ.μ., θα τελέσει την ακολουθία των Προηγιασμένων Τιμίων Δώρων στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Ο Πανοσιολογιώτατος Αρχιμανδρίτης π. Κυριακός Τσολάκης, Ιεροκήρυξ της Ιεράς μας Μητροπόλεως, την Τετάρτη 26 Μαρτίου και ώρα 6:00' μ.μ., θα τελέσει την ακολουθία των Προηγιασμένων Τιμίων Δώρων στο Ιερό Μητροπολιτικό Παρεκκλήσιο Αγίων Δώδεκα Αποστόλων «Κόκκινη Εκκλησιά» Καρδίτσας.



# Ξεκινά ο εκσυγχρονισμός του δικτύου ύδρευσης σε Ρούσσο, Παλιοκκλησί και Αγιοπηγή

Από τη ΔΕΥΑΚ με έργο συνολικού προϋπολογισμού 1.746.216,98 ευρώ

**Έ**να πολύ σημαντικό έργο υποδομής και συγχρόνως βελτίωσης της ποιότητας ζωής για εκατοντάδες δημότες τριών κοινοτήτων της Καρδίτσας, προωθεί η Δημοτική Επιχείρηση Ύδρευσης και Αποχέτευσης Καρδίτσας.

Πρόκειται για το έργο βελτίωσης και εκσυγχρονισμού των εσωτερικών δικτύων ύδρευσης των Κοινοτήτων Παλιοκκλησίου, Αγιοπηγής και Ρούσσου και η κατασκευή των έργων διασύνδεσης των οικισμών με το δίκτυο ύδρευσης της πόλης Καρδίτσας για την ενίσχυση της ύδρευσης συνολικού προϋπολογισμού 1.746.216,98 ευρώ. Τη σύμβαση με τον ανάδοχο του έργου υπογράψε ο δήμαρχος Καρδίτσας και πρόεδρος της ΔΕΥΑΚ κ. Βασίλης Τσιάκος παρουσία του τεχνικού Διευθυντή της επιχείρησης κ. Αχιλλέα Ζαγορίτη. Αμέσως μετά την υπογραφή ο δήμαρχος δήλωσε:

«Υπογράφουμε σήμερα την σύμβαση για την κατασκευή ενός έργου που αλλάζει τα δεδομένα της ύδρευσης σε τρεις Δημοτικές Κοινότητες του Δήμου μας. Πρόκειται για έργο που θα εκτελεστεί στις Δ.Κ. Παλιοκκλησίου, Αγιοπηγής και Ρούσσου. Με την ολοκλήρωση του θα βελτιωθεί εντυπωσιακά η ποιότητα των παρεχομένων υπηρεσιών ύδρευσης προς τους κατοίκους αυτών των χωριών. Το έργο προβλέπει αντικαταστάσεις αγωγών στα



πεπαλαιωμένα σημεία του δικτύου και επεκτάσεις πολλών χιλιομέτρων ώστε το δίκτυο να καταστεί πιο αποδοτικό, χωρίς διαρροές και σπασίματα και να καλύψει όλες τις περιοχές με επαρκείς ποσότητες πόσιμου ύδατος. Είναι το δεύτερο αντίστοιχο έργο που εκτελούμε καθώς πριν λίγο καιρό ξεκινήσαμε να υλοποιούμε αντίστοιχο έργο στην περιοχή των Δ.Κ. Αρτεσιανού και Καρδίτσομαγούλας. Συνεχίζουμε συνολικά για όλο τον Δήμο μας να προσπαθούμε για ακόμη καλύτερη Καρδίτσα».

## Τι περιλαμβάνει το έργο

Το έργο βελτίωσης και εκσυγχρονισμού των εσωτερικών δικτύων ύδρευσης των Κοινοτήτων Παλιοκκλησίου, Αγιοπηγής και Ρούσσου και η κατασκευή των έργων διασύνδεσης των οικισμών με το δίκτυο ύδρευσης της πόλης Καρδίτσας για την ενίσχυση της ύδρευσης, αφορά στην ανακατασκευή και συμπλήρωση του υφιστάμενου πεπαλαιωμένου και ακατάλληλου δικτύου και στην κατασκευή νέων αγωγών διασύνδεσης.

Στο έργο περιλαμβάνονται :

η κατασκευή των έργων εκσυγχρονισμού του υφιστάμενου εσωτερικού δικτύου ύδρευσης της Τοπικής Κοινότητας Παλιοκκλησίου της Δημοτικής Ενότητας Καρδίτσας,

η κατασκευή των έργων εκσυγχρονισμού του υφιστάμενου εσωτερικού δικτύου ύδρευσης της Δημοτικής Κοινότητας Αγιοπηγής της Δημοτικής Ενότητας Καρδίτσας.

η κατασκευή των έργων εκσυγχρονισμού του υφιστάμενου εσωτερικού δικτύου ύδρευσης της Δημοτικής Κοινότητας Ρούσσου της Δημοτικής Ενότητας Καρδίτσας.

η κατασκευή νέων έργων διασύνδεσης οικισμών με το δίκτυο ύδρευσης της πόλης Καρδίτσας για την ενίσχυση της ύδρευσης των Τοπικών Κοινοτήτων.

Στα ανωτέρω πιο αναλυτικά περιλαμβάνεται:

η κατασκευή των αγωγών των δικτύων και όλων των συνοδών και συναφών έργων στα οποία περιλαμβάνονται και τα σχετικά ειδικά τεμάχια για την κατασκευή τους, από το σημείο ένωσης με υφιστάμενους τροφοδοτικούς αγωγούς και τους προβλεπόμενους

νέους ενισχυτικούς (διασύνδεσης), σε όλη την έκταση των σχεδίων πόλης των Κοινοτήτων Αρτεσιανού και Καρδίτσομαγούλας της Δημοτικής Ενότητας Καρδίτσας.

όλες οι συσκευές παρακολούθησης και χειρισμού του δικτύου, δηλαδή δικλίδες, μετρητές, διατάξεις τηλεμετάδοσης, πιεζοθραυστικές βαλβίδες, δικλίδες αντεπιστροφής, πυροσβεστικά σημεία, αερεξαγωγοί, εξαρμωτικά τεμάχια, συσκευές παθητικού εντοπισμού, συμπεριλαμβανομένων όλων των δομικών μερών των διατάξεων και του δικτύου (φρεάτια κλπ)

## Περιγραφή

Οι Κοινότητες υδρεύονται από υδατόπυργους - δεξαμενές αποθήκευσης, στην κεφαλή κάθε δικτύου, στις οποίες καταλήγουν τα εξωτερικά υδραγωγεία από τα Διυλιστήρια Καρδίτσας. Μετά την κατασκευή των έργων διασύνδεσης των εσωτερικών δικτύων των Κοινοτήτων με το δίκτυο ύδρευσης της Καρδίτσας, το σύστημα θα λειτουργεί ενιαία και σε μία ζώνη πίεσης.

Τα δίκτυα θα συνδεθούν στην κεφαλή τους με τα έργα τροφοδοσίας από τις δεξαμενές - υδατόπυργους, σε κατάλληλο φρεάτιο, όπως προβλέπεται από τα σχέδια της τεχνικής μελέτης (2010).

Τ.Κ. Παλιοκκλησίου

Περιλαμβάνει αγωγούς συνολικού μήκους 11.397 μ:

Υφιστάμενους πλα-

στικούς αγωγούς σε συνολικό μήκος 3.250 μ

Αντικατάσταση υφιστάμενων πλαστικών αγωγών με αγωγούς πολυαιθυλενίου σε συνολικό μήκος 2.761 μ

Νέοι αγωγοί πολυαιθυλενίου σε μήκος 5.386 μ

Το δίκτυο του οικισμού απαιτεί σημαντικά μήκη νέων αγωγών, ούτως ώστε να αποκατασταθεί λειτουργία σε βρόγχους.

Τ.Κ. Αγιοπηγής

Περιλαμβάνει αγωγούς συνολικού μήκους 9.009 μ:

Υφιστάμενους πλαστικούς αγωγούς σε συνολικό μήκος 6.200 μ

Νέοι αγωγοί πολυαιθυλενίου σε μήκος 2.809 μ

Το δίκτυο του οικισμού απαιτεί ένα σημαντικό μήκος αγωγών προκειμένου να κλείσουν οι βρόχοι του.

Τ.Κ. Ρούσσου

Περιλαμβάνει αγωγούς συνολικού μήκους 11.534 μ:

Υφιστάμενους πλαστικούς αγωγούς σε συνολικό μήκος 6.875 μ

Αντικατάσταση υφιστάμενων πλαστικών αγωγών με αγωγούς πολυαιθυλενίου σε συνολικό μήκος 890 μ

Νέοι αγωγοί πολυαιθυλενίου σε μήκος 3.769 μ

Το δίκτυο του οικισμού απαιτεί κάποια μήκη νέων αγωγών, ενώ διατηρούνται σε σημαντικό μήκος τα υφιστάμενα έργα, αφού είναι σχετικά νεώτερα. Με το προτεινόμενο δίκτυο αποκαθίσταται λειτουργία με βρόγχους.

# Παρουσίαση βιβλίου Σωκράτη Βασιλάκου

Γράφει ο Κώστας Βλάχος

**Π**αραβρέθηκα στην παρουσίαση του βιβλίου του Σωκράτη Βασιλάκου προληπτική ιατρική και ο συγγραφέας με εντυπωσίασε για μια ακόμη φορά.

Είμαι γνώστης της ωφέλειας που προκαλεί η κατανάλωση των νωπών κυρίως φρούτων και κηπευτικών από εμπειρία.

Στην περιοχή Αγίου Νικολάου από το 1950 και μετά, πολλοί επαγγελματικά

καλλιεργούσαν κηπευτικά. Τότε εμείς σαν παιδιά τρώγαμε κρέας κάθε Πάσχα και Χριστούγεννα.

Η διατροφή μας στηρίζονταν στην κατανάλωση φρούτων και κηπευτικών. Τα φρούτα τα εξασφαλίζαμε από τα αυτοφυή δέντρα, ροδακινιές, βερικοκιές [καϊσιές], κορομηλιές, δαμασκηνιές, συκιές και άλλα, μέχρι και τα βατόμουρα δεν έλλειπαν από το μενού.



Συνήθως κάνουμε διαχωρισμό των κορόμηλων από τα δαμάσκηνα, αλλά τα κορόμηλα είναι το πιο διαδεδομένο είδος δαμάσκηνου.

Πίστευα βαθιά στα οφέλη για την κατανάλωση όλων των παραπάνω, αλλά ο Σωκράτης Βασιλάκος τα τεκμηρίωσε επιστημονικά. Ένα πόνημα για την υγεία πραγματικός οδηγός.

Εκείνο που μου έκανε εντύπωση, είναι αυτό που μου είπε κατ'ιδίαν ο αιωνόβιος μαχητής.

Αν σταματήσουμε τις δραστηριότητες, είναι σαν να χτυπάμε την πόρτα της άνοιας,

θερίζει κυριολεκτικά.

Ετοιμάζει και άλλο βιβλίο για το 2025. Πάντα στη πρώτη γραμμή σαν συγγραφέας.

Ο ίδιος καλλιεργώ από παλιά κηπευτικά, τελευταία νωθρά, αλλά τώρα θα δουλεύω όπως παλαιά.

Φέτος θα σπείρω και μπουστάνια αφού μου χάρισες σπόρους από ντόπιες παλαιές ποικιλίες.

Φίλε Σωκράτη σε ευχαριστώ.

## Μια μοναδική μουσικοθεατρική παράσταση, αφιερωμένη στην εμβληματική μορφή της Αργιθεάτισσας Μάνας

**Η** παραγωγή μιας πρωτότυπης και μοναδικής μουσικοθεατρικής παράστασης στην Αθήνα με κοινή πρωτοβουλία και συνδιοργάνωση του Δήμου Αργιθέας και της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Αργιθεάτικων Συλλόγων (ΠΟΑΣ), αφιερωμένη στην εμβληματική μορφή της "Αργιθεάτισσας Μάνας", προετοιμάζεται με εντατικούς ρυθμούς, προκειμένου να τιμηθεί το πρόσωπο αυτό που ενσαρκώνει τη ζώσα αργιθεάτικη κουλτούρα, το πρόσωπο στο οποίο οφείλουμε τη διάδοση και διάσωση της αργιθεάτικης παράδοσης, των ηθών και εθίμων της Αργιθέας.

Το μεγάλο αυτό πρωτότυπο καλλιτεχνικό εγχείρημα, το οποίο θα παρουσιαστεί αρχικά στην Αθήνα και θα περιοδεύσει για περιορισμένο αριθμό παραστάσεων το 2026, στην Αργιθέα και σε μεγάλες πόλεις, αναλαμβάνουν οι εξαιρετικοί και καταξιωμένοι ηθοποιοί Γιώργος Γάλλος, Ευθύμιος Παπαδημητρίου και Μαρκέλλα Γιαννάτου, οι



δύο πρώτοι καταγόμενοι από το Ανθηρό Αργιθέας και η γυναίκα της καλλιτεχνικής παρέας από τη Στεφανιάδα Αργιθέας, τιμώντας όχι μόνο την "ΑΡΓΙΘΕΑΤΙΣΣΑ ΜΑΝΑ", αλλά και συνολικά τον τόπο καταγωγής τους, την Αργιθέα. Στο κάλεσμα της ΠΟΑΣ υπήρξε άμεση ανταπόκριση των καλλιτεχνών, αναλαμβάνοντας από κοινού την καλλιτεχνική δημιουργία της παράστασης με τους υπόλοιπους συντελεστές, η οποία θα είναι εμπνευσμένη από συνεντεύξεις γυναικών που έζησαν στην Αργιθέα, γηραιότερες και νεότερες, δείχνοντας μέσα από τον πέρα των δεκαετιών τον τρόπο με τον οποίο γαλουγήθηκαν οι νεότερες γενιές, αναδεικνύοντας φυσικά τον πολυσήμαντο

και πολυδιάστατο ρόλο της γυναίκας και ειδικότερα της μητέρας μέσα στην αργιθεάτικη κοινωνία. Η παράσταση θα περιέχει μουσικά και χορευτικά στοιχεία με την ανατρεπτική καλλιτεχνική προσέγγιση των κορυφαίων ηθοποιών, εμπνευσμένοι φυσικά από την πλούσια αργιθεάτικη μουσικοχορευτική παράδοση.

Στα πλαίσια αυτά ο Δήμαρχος Αργιθέας, Ανδρέας Στεργίου, με την πρόεδρο της ΠΟΑΣ, Νανά Μαυραντζά και τα μέλη της Επιτροπής του ΔΣ Μαρία Βίλλη (αντιπρόεδρος της ΠΟΑΣ), Κωνσταντίνo Σιατραβάνη (ταμία της ΠΟΑΣ), Πόπη Παππά και Βάγια Καναβού (μέλη του ΔΣ της ΠΟΑΣ) μετέβησαν στην Αθήνα για μια σειρά προ-

παρασκευαστικών συναντήσεων.

Η πρώτη συνάντηση έγινε με το Δήμαρχο Αθηναίων, κ. Χάρη Δούκα και πραγματοποιήθηκε στο Δημαρχείο παρουσία του στενού συνεργάτη του κ. Δούκα, και αργιθεάτη στην καταγωγή από τη Στεφανιάδα, κ. Λάζαρο Καραούλη, σε πολύ θερμό κλίμα. Η συμμετοχή του Δήμου Αθηναίων είναι καθοριστική σε πολλαπλά επίπεδα με τον κ. Δούκα να δεσμεύεται ότι θα αγκαλιάσει την παράσταση αυτή ενισχύοντάς την στα πλαίσια των καλλιτεχνικών δράσεων του Δήμου Αθηναίων, τιμώντας με το μέγιστο τρόπο τους αργιθεάτες και τις αργιθεάτισσες που διαμένουν στην Αθήνα, αλλά και τους αργιθεάτικους συλλόγους που εδρεύουν εκεί.

Ακολούθησε συνάντηση για τον ίδιο λόγο με τον Εκτελεστικό Γραμματέα της Περιφέρειας Αττικής, κ. Γιάννη Σελίμη, αργιθεάτη στην καταγωγή από τα Βραγκανά, και στενό συνεργάτη του Περιφερειάρχη Αττικής, κ. Νίκο Χαρδαλιά. Ο κ. Σε-

λίμης εξέφρασε τη βούληση του Περιφερειάρχη να θέσει η Περιφέρεια Αττικής υπό την αιγίδα της τη σημαντική αυτή πρωτοβουλία επισημαίνοντας ότι σε ότι κριθεί από πλευράς των διοργανωτών ως βοήθεια, θα υπάρξει κάθε δυνατή προσπάθεια να εξασφαλιστεί από την Περιφέρεια.

Το εγχείρημα αυτό ως πρωτοβουλία της ΠΟΑΣ στηρίζεται στην βοήθεια και σύμπραξη όλων των αργιθεατών, κυρίως δε σε αυτούς που διαδραματίζουν διαχρονικά σημαντικό ρόλο στο αργιθεάτικο συλλογικό κίνημα, και σε αυτή την προσπάθεια καλούνται όλοι να συνδράμουν προσφέροντας τις γνώσεις τους, τις προσωπικές τους εμπειρίες, τα στοιχεία αυτά που θα ολοκληρώσουν το πορτραίτο της κεντρικής ηρωίδας.

Η καλλιτεχνική ομάδα συμπληρώνεται και ολοκληρώνεται με σημαντικά ονόματα της μουσικής σκηνής, καθώς και από καταξιωμένες χορογράφους-χορεύτριες, τα οποία θα ανακοινωθούν στο επόμενο διάστημα.



# Ο Σωκράτης Βασιλάκος παρουσίασε το νέο του βιβλίο με θέμα την Προληπτική Ιατρική

**Μ**ε επιτυχία και με συμμετοχή πλήθους κόσμου πραγματοποιήθηκε, το πρωί της Κυριακής 23 Μαρτίου, στην αίθουσα της ΠΕΔ, στην Καρδίτσα, η παρουσίαση του βιβλίου του Διαιτολόγου-Διατροφολόγου Τ.Ε. , Γεωπόνου και Υγιεινιστή Σωκράτη Βασιλάκου με τίτλο Προληπτική Ιατρική.

Πρόκειται για ένα αξιολόγο βιβλίο όπου συγκεντρώνονται και συμπυκνώνονται αποσπάσματα από 15 βιβλία σε ένα.

Το βιβλίο είναι 250 σελίδων και αποτελεί χρυσό οδηγό για την πρόληψη αλλά και την



θεραπεία των ασθενών με φυσικά μέσα.

Απευθύνεται σε όλους τους πολίτες ανεξάρτητα από πνευματικές γνώσεις και ίσως αποτελέσει φάρο για αλλαγή πορείας από τον φθοροποιοό και λάθος δρόμο που ακολουθούμε οι περισσότεροι από εμάς.

Στην παρουσίαση

του βιβλίου συμμετείχαν οι: Μιχάλης Βραχνάκης καθηγητής πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Ζωή Βαϊοπούλου υγειονομικός, Ρίτσα Τσικρίκα μέλος του Δ.Σ. της Ένωσης Πολιτιστικών Συλλόγων Καρδίτσας και ο συγγραφέας Σωκράτης Βασιλάκος.

Ο κ. Βασιλάκος

εστίασε στη σημασία του προλαμβάνειν αντί του θεραπεύειν, στο πόσο σημαντική είναι η κατανάλωσης ανεπεξέργαστων και βιολογικών τροφών, μίλησε για τη διατροφογενετική, εξήγησε γιατί το έντερο αποτελεί τον 'πατέρα' των ασθενειών και το άγχος τη 'μητέρα' που τις γεννά, για την αξία της γελωτοθεραπείας και του γέλιου στη ζωή και την καθημερινότητά μας και κατέληξε με το μήνυμα ότι ο άνθρωπος πρέπει να ξεκολλήσει από τον φθοροποιοό τρόπο ζωής.

Ακολούθησε γόνιμος διάλογος με το κοινό το οποίο, παρακολουθών-

τας με ενδιαφέρον τις ομιλίες και τις τοποθετήσεις, έθεσε τις ερωτήσεις και τους προβληματισμούς του.

INFO

>Ο συγγραφέας ετοιμάζει ήδη το επόμενο, και έκτο κατά σειρά βιβλίο του, με θέμα τη χορτοφαγία ως μέσο πρόληψης και αντιμετώπισης των ασθενειών.

>Κάθε Πέμπτη απόγευμα, στο Αγρόκτημα Βασιλάκου, πραγματοποιούνται Σεμινάρια με τίτλο «Γνώση και Γνώση για Υγεία και Ευτυχία» όπου αναπτύσσονται ενδιαφέροντα θέματα και γίνεται και ... Γελωτοθεραπεία.

# Ανάδειξη και Ανάπτυξη ορεινών περιοχών: το παράδειγμα του ορεινού όγκου της Πίνδου

**Ι**σχυρή παρουσία του Δικτύου κατά την ενημέρωση της Υποεπιτροπής της Βουλής των Ελλήνων στη συνεδρίαση με θέμα «Ανάδειξη και Ανάπτυξη ορεινών περιοχών: το παράδειγμα του ορεινού όγκου της Πίνδου.» Ο Πρόεδρος, τα μέλη ΔΣ και ο Γεν. Διευθυντής του Δικτύου ενημέρωσαν την Υποεπιτροπή για τις δυνατότητες ανάπτυξης της Πίνδου ενώ κοινό τόπο αποτέλεσε ο ρόλος που μπορεί να διαδραματίσει το Δίκτυο στο σχεδιασμό αυτό.

Στην συνεδρίαση παρέστησαν μεταξύ άλλων, ο Πρόεδρος του Δικτύου ΠΙΝΔΟΣ Δήμαρχος Αργιθέας κος Ανδρέας Στεργίου,



ο Αντιπρόεδρος ΔΣ και Δήμαρχος Γ. Καραϊσκάκης κος Μίγδος Περικλής, ο Γραμματέας και Δήμαρχος Αγράφων κος Αλέξης Καρδαμπίκης καθώς και τα μέλη ΔΣ η Δήμαρχος Μετσόβου κα Μαρία - Χριστίνα Αβέρωφ, Δήμαρχος Βορείων Τζουμέρκων κος Βαϊτσης Νίκος, Δήμαρχος Λίμνης Πλαστήρα κος Νάνος Παναγιώτης, Δήμαρχος Μουζακίου

κος Στάθης Θεοφάνης, Δήμαρχος Νικολάου Σκουφά κος Παπασιώζος Κωνσταντίνος, Δήμαρχος Μετεώρων κος Αβραμόπουλος Λευτέρης και ο Γεν. Διευθυντής του Δικτύου κος Φελέκης Σεραφείμ. Στη συνεδρίαση συμμετείχαν επίσης μέσω τηλεδιάσκεψης τα υπόλοιπα μέλη ΔΣ/Δήμαρχοι της ορεινής Πίνδους κος Μάρβας Κωνσταντίνος,

Δήμαρχος Πύλης, κος Κατσης Δημοσθένης Δήμαρχος Σοφάδων, κος Χασιάκος Χρήστος Δήμαρχος Κεντρικών Τζουμέρκων, κος Τουρουνίδης Αθανάσιος Δήμαρχος Αμφιλοχίας. Παράλληλα, ενημέρωσαν την επιτροπή οι Καθηγητής Αγροτικού Χώρου, Παν. Θεσσαλίας κος Γούσιος Δημήτρης, Καθηγητής Τμήματος Μεταλλειολόγων Μηχανικών ΕΜΠ κος Καλιαμπάκος Δημήτρης, ο Περιφερειάρχης Ηπείρου κος Καχριμάνης Αλέξανδρος και η Αντιπεριφερειάρχης Τουρισμού Περ. Θεσσαλίας κα Αδαμοπούλου - Ντούλα Αναστασία, ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης κος Τσιάρας

Κωνσταντίνος, ο Γεν. Γραμματέας Υπ. Εσωτερικών κος Χιονίδης Σάββας, ο Πρόεδρος της ΕΕΤΑ κος Μαραβέλλας Δημήτρης μεταξύ άλλων.

Ιδιαίτερη αναφορά οφείλει να γίνει στον Πρόεδρο της Επιτροπής βουλευτή κο Κόνσολα Μάνο, τα υπόλοιπα μέλη της Επιτροπής βουλευτές του Ελληνικού Κοινοβουλίου και τον κο Κωτσό Γεώργιο για το διαρκές ενδιαφέρον τους. Εξάλλου πέραν του ρόλου που δύναται να διαδραματίσει το Δίκτυο στην ανάπτυξη της περιοχής, αναδείχτηκε και το ειδικό αναπτυξιακό Αγράφων ως πιλότος για την υπόλοιπη ορεινή περιοχή.

# Στην Ιερή Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Ρεντίνης ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Τιμόθεος

**Ο** Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, σήμερα Σάββατο 22 Μαρτίου, ιερή μνήμη του αγίου και ενδόξου ιερομάρτυρος Βασιλείου πρεσβυτέρου της Αγκυρανών Εκκλησίας, χοροστάτησε στην ακολουθία του Όρθρου και τέλεσε τη Θεία Λειτουργία στην Ιερή Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Ρεντίνης. Στην ως άνω Ιερή Μονή φυλάσσεται η τιμία κάρα του Αγίου.

Ο Σεβασμιώτατος στην ομιλία του ανέφερε:

«Μέσα σε αυτήν την ευλογημένη περίοδο



της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής, αδελφοί μου, που η Αγία μας Εκκλησία προσκαλεί όλους μας ανεξαιρέτως να τοποθετήσουμε τη ζωή μας και τη σκέψη μας εις το μυστήριο της Βασιλείας του Θεού και της Σωτηρίας μας. Μέσα σε

αυτήν την ευλογημένη λοιπόν περίοδο της άσκησης, της νήψεως, της νηστείας, της μετανοίας, κυρίως και πρωτίστως, ώστε να κατανοήσουμε το μέγεθος της φιλανθρωπίας του Θεού για τη σωτηρία μας και να γευτούμε την χαρά του πάθους

Του και της ενδόξου Αναστάσεώς Του.

Η Εκκλησία μας φέρνει μπροστά μας και τις μνήμες των αγίων, τις μνήμες των αγίων μας, όπως και του σημερινού εορτάζοντος Αγίου Ενδόξου Ιερομάρτυρος Βασιλείου, Πρεσβυτέρου της Αγκυρανών Εκκλησίας από το 362 μετά Χριστόν, που μαρτύρησε επί αυτοκράτορος Ιουλιανού του Παραβάτου στην Άγκυρα.

Αλλά αυτό το γεγονός της αθλησεώς του Ιερομάρτυρος, αυτή η κατάσταση δηλαδή, η οποία η Εκκλησία μας προσφέρει ως ζώσα

ζωή, γιατί το μαρτύριο ενός Αγίου είναι ζωή. Για εμάς και με τα κοσμικά μας μάτια, τη σκέψη μας και το φρόνημά μας, το να πεθαίνει ένας άνθρωπος σημαίνει ότι φεύγει από αυτήν τη ζωή. Και πολλές φορές κοιτάζουμε και το πώς φεύγει αυτός ο άνθρωπος, όμως αυτή η κατάσταση, η μετάβαση εκ του θανάτου στην αιωνιότητα της Βασιλείας του Θεού, μας δίνει τη βεβαιότητα της ζωής, αυτήν την βεβαιότητα μας την δίνει η Παναγία Θεοτόκος, αλλά και οι Άγιοι Μάρτυρες και οι Άγιοι της πίστεώς μας.

## Περιοριστικά μέτρα κυκλοφορίας των οχημάτων, κατά την πραγματοποίηση της παρέλασης

**Α**παγορεύουμε τη διέλευση κάθε είδους οχήματος στα τμήματα των ακόλουθων οδών: 1. Οδός Καραϊσκάκη και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται μεταξύ των οδών Δ. Λάππα και Ταλιαδούρου.

Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Δ. Λάππα. 2. Οδός Αν. Παπανδρέου και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Ταλιαδούρου και Ιεζεκιήλ. 3. Οδός Ταλιαδούρου και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Β. Τζέλλα και Καραϊσκάκη. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Β. Τζέλλα, με κατεύθυνση από Βορρά προς Νότο. 4. Οδός Υψηλάντου και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Καραϊσκάκη και Πλαστήρα. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Πλαστήρα, με κατεύθυνση προς Βορρά. 5. Οδός Μεγάλου Αλεξάνδρου και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, με-



ταξύ των οδών Υψηλάντου και Βασιαρδάνη. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από έτερους οδούς. 6. Οδός Βασιαρδάνη και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Πλαστήρα και Καραϊσκάκη. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Πλαστήρα, με κατεύθυνση προς Βορρά. 7. Οδός Αβέρωφ και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Β. Τζέλλα και Καραϊσκάκη. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Β. Τζέλλα, με κατεύθυνση από Βορρά προς Νότο. 8. Οδός Παλαιολόγου και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών : α) Β. Τζέλλα και Καραϊσκάκη, η κυκλοφο-

ρία θα διεξάγεται από την οδό Β. Τζέλλα και β) Μ. Αλεξάνδρου και Καραϊσκάκη, η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Μ. Αλεξάνδρου, με κατεύθυνση προς Νότο. 9. Οδός Ιεζεκιήλ και στο τμήμα αυτής που περιλαμβάνεται, μεταξύ των οδών Ηρώων Πολυτεχνείου και Αν. Παπανδρέου. Η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Ηρώων Πολυτεχνείου με κατεύθυνση προς Νότο. 10. Οδός Ν. Χαρίτου καθ' όλο το μήκος της, η κυκλοφορία θα διεξάγεται από την οδό Καποδιστρίου.

Απαγόρευση σταθμεύσεων

Απαγορεύουμε τη στάθμευση όλων των

οχημάτων στα τμήματα των οδών που αναφέρονται στα υπ' α/α (1) και (2) στοιχεία του άρθρου 1 της παρούσης καθώς και στο τμήμα της οδού Ιεζεκιήλ που περιλαμβάνεται μεταξύ των οδών Λ. Σακελλαρίου και Σταμούλη, καθώς και στο τμήμα της οδού Κολοκοτρώνη που περιλαμβάνεται μεταξύ των οδών Ιεζεκιήλ και Μπλατσούκα.

Μεταφορά χώρων στάθμευσης Δ.Χ.Ε. αυτ/των (ΤΑΞΙ)

Μεταφέρουμε τον χώρο στάθμευσης των Δ.Χ.Ε. αυτ/των (ΤΑΞΙ), ως ακολούθως: Από την οδό Καραϊσκάκη, στο τμήμα της οδού Υψηλάντου που περιλαμβάνεται μεταξύ των οδών Μ. Αλεξάνδρου και Πλαστήρα.

Κυκλοφορία οχημάτων

1. Τα εισερχόμενα οχήματα στην πόλη μέσω της οδού Τρικάλων, θα κινούνται μέσω των οδών Τρικάλων και Δ. Λάππα. 2. Τα κινούμενα οχήματα επί της οδού Ιεζεκιήλ και τα προοριζό-

μενα για Τρίκαλα, Μουζάκι, κλπ, θα κατευθύνονται μέσω της οδού Σταμούλη στην οδό Καποδιστρίου και τα προοριζόμενα για το νότιο τμήμα της πόλης μέσω της οδού Ηρώων Πολυτεχνείου Υψηλάντου - Σμύρνης. 3. Η κυκλοφορία των οχημάτων προς τις κυριότερες οδούς της πόλης, θα διεξάγεται μέσω των πλησιέστερων κάθετων οδών και από τις διασταυρώσεις από τις οποίες επιτρέπεται η στροφή προς αυτές, καθώς επίσης και σύμφωνα με τις υποδείξεις του Τμήματος Τροχαίας Καρδίτσας.

Χρόνος εφαρμογής περιοριστικών μέτρων

Τα ανωτέρω περιοριστικά μέτρα ισχύουν από την 06.00 ώρα της 25/3/2025, με την τοποθέτηση των σχετικών πινακίδων και την εγκατάσταση του προσωπικού του Τμήματος Τροχαίας Καρδίτσας και μέχρι το πέρας της παρέλασης, ήτοι περί ώρα 14.00 της ίδιας.



# Κώστας Τσιάρας: Η ΚΑΠ πρέπει να ενισχυθεί και να γίνει εργαλείο προσαρμοστικότητας, στήριξης και επενδύσεων

**Σ**ειρά παρεμβάσεων σε καίρια ζητήματα του πρωτογενούς τομέα πραγματοποίησε ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας, κατά τη συνεδρίαση του Συμβουλίου Υπουργών Γεωργίας και Αλιείας της Ε.Ε. στις Βρυξέλλες, στις 24 Μαρτίου 2025.

Κατά τη συζήτηση για την επισιτιστική ασφάλεια, ο κ. Τσιάρας υπογράμμισε τη σημασία της Κοινής Γεωργικής Πολιτικής (ΚΑΠ) ως εργαλείου στήριξης και **π ρ ο σ α ρ μ ο γ ή ς**: «Η επισιτιστική ασφάλεια δεν είναι δεδομένη, αλλά απαιτεί στρατηγικές επιλογές και δράσεις. Δεν μπορούμε να μιλάμε για οικονομική και κοινωνική σταθερότητα χωρίς διατροφική επάρκεια και προσβασιμότητα σε ποιοτικά τρόφιμα για όλους», τόνισε, προσθέτοντας ότι: «Η ΚΑΠ πρέπει να ενισχυθεί και να γίνει εργαλείο προσαρμοστικότητας, στήριξης και επενδύσεων».

Αναφερόμενος στην ανακοίνωση της Επιτροπής για το «Όραμα για τη Γεωργία και τα Τρόφιμα», ο Υπουργός επεσήμανε ότι η πρωτοβουλία κινείται στη σωστή κατεύθυνση, αλλά χρειάζεται περαιτέρω ενίσχυση. Συγκεκριμένα, ο κ. Τσιάρας έθεσε ως βασική προτεραιότητα την εστίαση στην άμβλυνση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής, με ειδική αναφορά στην ανάγκη κατάλληλης διαχείρισης των ελάχιστων αποθεμάτων νερού, την υποστήριξη των αγροτών στην προσαρμογή και τον προσανατολισμό τους προς πιο ανθεκτικές μορφές καλλιέργειας.



**Επένδυση στη μεταφορά γνώσης**

Ταυτόχρονα, ανέδειξε την ανάγκη επένδυσης στις δεξιότητες και στη μεταφορά γνώσης, προτείνοντας την ενίσχυση της εκπαίδευσης, της συμβουλευτικής υποστήριξης και της τεχνικής κατάρτισης των αγροτών, με έμφαση στις καινοτόμες πρακτικές και την τεχνολογία. Πρότεινε την ενσωμάτωση του πλαισίου AKIS (Agricultural Knowledge and Innovation Systems) ως βασικού εργαλείου για τη μετάδοση της γνώσης στην πράξη.

Επιπλέον, τόνισε την κρισιμότητα της διευκόλυνσης της πρόσβασης στη χρηματοδότηση, ιδιαίτερα για τις μικρομεσαίες γεωργικές εκμεταλλεύσεις, και ζήτησε την κινητοποίηση τόσο δημόσιων όσο και ιδιωτικών επενδυτικών πόρων, με μοχλευτικό αποτέλεσμα. Επισήμανε ότι για να μην παραμείνει η διαφοροποίηση των εισοδημάτων των αγροτών απλώς ως θεωρητικός στόχος, απαιτείται ουσιαστική στήριξη από την ΕΕ με συγκεκριμένες δεσμεύσεις, χρονοδιάγραμμα και σαφές πλαίσιο.

Ο Υπουργός έκανε επίσης αναφορά στην ανάγκη στοχευμένης χρηματοδότησης για τη διαφοροποίηση αγροτικών δραστηριοτήτων, με παράλληλη απλούστευση των γραφει-

οκρατικών διαδικασιών και αξιοποίηση των εργαλείων στήριξης. Υπογράμμισε ότι η θωράκιση της υπαίθρου απαιτεί προσαρμοσμένες στρατηγικές στις ιδιαίτερες ανάγκες και δυνατότητες κάθε περιφέρειας.

Τέλος, στάθηκε στη σημασία της διατήρησης της ΚΑΠ ως αυτόνομου και ανεξάρτητου χρηματοδοτικού εργαλείου με δύο ισχυρούς πυλώνες, τονίζοντας ότι κάθε προσπάθεια αναδιάρθρωσης των πόρων – ιδίως ενόψει της πιθανής διεύρυνσης της ΕΕ με την Ουκρανία – δεν θα πρέπει να αποδυναμώσει τα υφιστάμενα επίπεδα στήριξης των παραγωγών.

## **Αλιεία: Πλήρης εφαρμογή του Κοινοτικού Δικαίου**

Σε ό,τι αφορά την Κοινή Αλιευτική Πολιτική, ο κ. Τσιάρας ανέδειξε τις προκλήσεις που αντιμετωπίζει η Ελλάδα, σημειώνοντας πως: «Η πάγια θέση μας είναι ότι, πέρα από τα επιστημονικά δεδομένα, οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη και τις κοινωνικές και οικονομικές επιπτώσεις κάθε ρύθμισης». Κατήγγειλε, εκ νέου, την παράνομη, λαθραία και άναρχη αλιεία από Τούρκους αλιείς, ζητώντας «την πλήρη εφαρμογή του ενωσιακού δικαίου από την Επιτροπή».

Για τον εκσυγχρο-

σμό του αλιευτικού στόλου τόνισε ότι «είναι απαραίτητο να επανεξετάσουμε τον ορισμό της αλιευτικής ικανότητας, έτσι ώστε να μην εμποδίζεται η πράσινη μετάβαση και ο εκσυγχρονισμός του στόλου».

Στη συζήτηση για τη μελλοντική χρηματοδότηση της αλιείας, υπογράμμισε την ανάγκη ευελιξίας και απλούστευσης: «Οι περιορισμοί δυναμικότητας και η περίπλοκη νομοθεσία του Ευρωπαϊκού Ταμείου Θάλασσας, Αλιείας και Υδατοκαλλιέργειας επιβαρύνουν υπέρμετρα τη γραφειοκρατία», ενώ κάλεσε την Επιτροπή «να διασφαλίσει επαρκή στήριξη και ευελιξία, ώστε ο αλιευτικός τομέας να αποκτήσει ουσιαστικές προοπτικές βιώσιμης ανάπτυξης».

Ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας, χαιρέτισε θερμά την επικοινωνιακή εκστρατεία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την υδατοκαλλιέργεια, χαρακτηρίζοντάς την ως μια πρωτοβουλία που αναδεικνύει τον ζωτικό ρόλο του κλάδου για τη διατροφική αυτάρκεια και τη βιώσιμη ανάπτυξη της Ένωσης. Υπογράμμισε ότι η Ελλάδα στηρίζει έμπρακτα τον τομέα, ο οποίος αποτελεί έναν από τους πιο δυναμικούς πυλώνες της ελληνικής πρωτογενούς παραγωγής, με υψηλής ποιότητας προϊόντα και σημαντική εξαγωγική δυναμική.

Σε τεχνικά ζητήματα, όπως το περιθώριο ανοχής (MOT), τόνισε την ανάγκη ρεαλιστικής αντιμετώπισης: «Κατανοούμε πλήρως τις ανησυχίες και τονίζουμε πως κάθε λύση οφείλει

να προστατεύει αποτελεσματικά τα ελεγχόμενα αποθέματα, χωρίς να θέτει σε κίνδυνο την επιβίωση της νόμιμης πελαγικής αλιείας». Τέλος, υποστήριξε την πρόταση της Ρουμανίας για τροποποίηση του κανονισμού ώστε να θεωρείται επιλέξιμη δαπάνη η αγορά ζώων αναπαραγωγής. «Θα αποτελέσει ένα βασικό κίνητρο για τη στήριξη και περαιτέρω ανάπτυξη της κτηνοτροφίας στην Ένωση, με αύξηση της παραγωγικότητας και της κερδοφορίας στη γεωργία», υπογράμμισε χαρακτηριστικά.

Συνεδρίαση του ΕΛΚ  
Νωρίτερα, ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας συμμετείχε στη συνεδρίαση των Υπουργών Γεωργίας του Ευρωπαϊκού Λαϊκού Κόμματος. Στη συνεδρίαση στην οποία προήδρευσε από κοινού ο Κώστας Τσιάρας με την Φινλανδή ομόλογό του, Σάρι Εσάγια συμμετείχε διαδικτυακά ο Πρόεδρος του Eurogroup, Υπουργός Οικονομικών της Ιρλανδίας, Donohoe όπου ανέπτυξε το χρονοδιάγραμμα κατάρτισης του πολυετούς δημοσιονομικού πλαισίου της ΕΕ. Στην παρέμβασή του, ο Κώστας Τσιάρας επανέλαβε στον πρόεδρο του Eurogroup τη θέση του ΕΛΚ για επαρκή χρηματοδότηση της Κοινής Αγροτικής Πολιτικής με ταυτόχρονη διατήρηση του μοντέλου των δυο πυλώνων. Τέλος, σημείωσε την ανάγκη απλοποίησης των διαδικασιών για τη μείωση του διοικητικού φόρτου και τη διευκόλυνση της πρόσβασης των ευρωπαίων αγροτών στους πόρους της ΚΑΠ.



## Φαρμακεία

Διημερεύει  
από 08.00 - 21.00

**ΠΑΠΑΣΚΑ  
ΑΘΑΝΑΣΙΑ**  
Βασιαρδάνη & Β. Τζέλλα  
**24410-29452**

Διανυκτερεύει  
από 21.00 - 08.00

**ΣΤΡΑΤΙΚΗ  
ΣΩΤΗΡΙΑ**  
Χατζημήτρου & Νικηταρά  
**24410-71902**



## Χρήσιμα Τηλέφωνα

|                                                    |                             |
|----------------------------------------------------|-----------------------------|
| Νοσοκομείο                                         | 24410-65555                 |
| EKAB                                               | 166                         |
| Κέντρο Υγεία Μουζακίου                             | 24453-50000                 |
| Πυρ. Υπηρεσία Καρδίτσας                            | 199 & 71255                 |
| >> Σοφάδων                                         | 24430-23333                 |
| >> Παλαμά                                          | 24440-24166                 |
| >> Μουζάκι                                         | 24450-43199                 |
| Άμεση Δράση                                        | 100                         |
| Τροχαία                                            | 24410-80243                 |
| Αστυν. Τμήμα                                       | 24410-80223                 |
| Τμήμα Ασφαλείας                                    | 24410-80233                 |
| Υδρευση- Βλάβες                                    | 24410-71711                 |
| Ενιαίος Ευρωπαϊκός Αριθμός Κλήσης Εκτακτης Ανάγκης | 112                         |
| Κέντρο Αναγγελίας Βλαβών                           | 121                         |
| Πληροφορίες Τηλ. Καταλόγου                         | 131                         |
| Ωρα Ελλάδος                                        | 141                         |
| ΔΕΗ-Βλάβες                                         | 1050 & 24410-21507          |
| ΟΤΕ Διανυκτερεύοντα φαρμακεία                      | 1434                        |
| ΟΤΕ συνδιαλέξεις                                   | 151                         |
| ΟΤΕ Βλάβες                                         | 121                         |
| ΚΤΕΛ υπεραστικό                                    | 24410-21411 & 21001         |
| ΚΤΕΛ αστικό                                        | 24410-21718                 |
| ΟΣΕ                                                | 21402                       |
| Ραδιοταξί                                          | 24410-73001 & 73002         |
| Ταξί                                               | 24410- 22266                |
| Φορτοταξί                                          | 24410-26306 & 23441 & 73106 |
| EXPRESS SERVICE                                    | 154                         |
| HELLAS SERVICE                                     | 1057                        |
| Τεχνική κάλυψη ΔΙΑΣ                                | 2441200222                  |
| Security ΔΙΑΣ                                      | 2441200250                  |
| Speedex courier                                    | 24410-71941                 |
| Γενική courier                                     | 24410-71373                 |
| ACS courier                                        | 24410-25983                 |
| INTERATICA courier                                 | 24410-79400                 |
| Τηλ. κέντρο Δήμου Καρδίτσας                        | 24413-50700                 |
| Γραφείο εξυπηρέτησης κοινού                        | 24410-42400                 |
| ΚΕΠ Δήμου Καρδίτσας                                | 24410-80620 & 24413-50022   |



## Δρομολόγια Αστικής για Νοσοκομείο

### Αφετηρία Μ. Αλεξάνδρου

(έναντι παλιού ΤΑΧΥΔΡΟΜΕΙΟΥ)

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ (αναχώρηση) 6.15, 6.45, 7.00, 7.15 - 7.40 8.15, 8.30, 9.30, 10.30, 10.45, 12.00, 12.15, 1.30, 2.35, 3.30, 4.15, 5.15, 6.15, 7.15, 8.15, 9.20.

Επιστροφή: 6.45, 7.20, 7.30, 8.00, 8.15, 8.45, 9.00, 9.15, 9.45, 10.05, 10.15, 10.45, 11.00, 11.15, 11.45, 12.15, 12.30, 12.50, 1.00, 2.00, 2.05, 3.00, 3.10, 4.05, 4.45, 5.50, 6.45, 7.50, 8.45, 9.55.

Σαββατου (αναχώρηση) 7.00, 7.40, 8.15, 8.30, 9.30, 10.30, 10.45, 12.00, 12.15, 1.30, 2.20

Επιστροφή: 7.30, 8.15, 8.45, 9.00, 10.05, 11.00, 11.15, 12.30, 12.50, 2.00, 2.55

Δρομολόγια μέσω Φαναρίου - Εργατικά Αγ. Δημ.

Αναχώρηση: 8.00 από Εργατικά 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 1.30 (Από Αρνη)



## Τουριστικές Πληροφορίες

### Ξενοδοχεία

|             |               |
|-------------|---------------|
| Κιέριον     | 24410-71923-4 |
| Λατρον      | 24410-23552-3 |
| Αρνη Palace | 24410-22161   |
| Αύρα        | 24410-21523   |

### Ξενώνες

|                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| Μητρόπολη            | 24410-55860         |
| Μοσχάτο Βάγκος       | 24410-55435         |
| Τσαρδάνι Χαγιάτι     | 24410-95440         |
| Μεσενικόλα           | 24410-95419         |
| Καλύβια Πεζούλας     | 24410-92448         |
| Αμάραντος            | 24410-83173 & 81642 |
| Δασικό χωριό Δρυάδες | 24410-81654 & 81642 |
| Φυλακτική            | 24410- 92850        |
| Νεράιδα              | 24410-92460-1       |
| Νεοχώρι              | 24410-93190-1       |
| Καστανιά             | 24410-94155         |
| Μορφοβούνι           | 24410-95582         |
| Ρεντίνα              | 24430-71247         |

## TV ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΡΙΤΗ

| MEGA                                 | ANT1                                   | ALPHA                            | STAR                               | SKAI                                                 | OPEN                          |
|--------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 05:40 Κοινωνία Ώρα Mega              | 07:00 Εκείνες Κι Εγώ (Ε)               | 06:40 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε) | 06:45 Cash Or Trash (Ε)            | 06:00 Σήμερα                                         | 06:00 Ώρα Ελλάδος             |
| 9:20 Μην Είδατε τον Παναή            | 08:00 Μπουμπουλίνα                     | 07:45 Happy Day στον Alpha       | 08:45 Breakfast@Star               | 09:40 Αταίριαστοι                                    | 09:50 Πρωινό Σου Σου          |
| 11:00 Τύφλα Να ΄χει ο Μάρλον Μπράντο | 10:00 Παπαφλέσσας                      | 10:00 Super Κατερίνα             | 11:45 Αλήθειες με τη Ζήνα          | 11:45 Live You                                       | 13:00 Open News               |
| 12:45 Mega Γεγονότα                  | 13:00 Ant1 News                        | 10:00 Super Κατερίνα             | 14:00 Two and a Half Men           | 13:50 Ειδήσεις                                       | 14:00 Open Τώρα!              |
| 13:40 Πάμε Δανάη!                    | 13:50 Ant1 News - Δελτίο στη Νοηματική | 13:00 Το σόι σου (Ε)             | 15:00 Star News                    | 16:20 Happy Traveller (Ε)                            | 16:15 Θυρίδα Τηλεπώλησης      |
| 15:40 Mega Stories (Ε)               | 14:00 Κων/νου και Ελένης               | 14:00 Δελτίο Ειδήσεων            | 15:45 Ειδήσεις στη Νοηματική       | 17:20 Η Μαμά μου μαγειρεύει καλύτερα από τη δική σου | 16:30 Open News στη Νοηματική |
| 18:00 Δελτίο Νοηματικής              | 15:00 Rouk Zouk                        | 15:00 Το σόι σου (Ε)             | 16:50 Cash Or Trash                | 18:40 Still Standing                                 | 16:50 Open Kitchen            |
| 18:30 The chase                      | 16:15 Κων/νου και Ελένης               | 15:50 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε) | 18:30 Τροχός της Τύχης             | 19:45 Βραδινό Δελτίο Ειδήσεων                        | 17:45 Εικόνες (Ε)             |
| 19:45 Mega γεγονότα                  | 17:30 5X5                              | 17:45 Deal                       | 19:45 Star News                    | 21:00 Ο Παπατρέχας                                   | 18:45 Open News               |
| 21:00 Έχω Παιδιά                     | 18:45 Ant1 News                        | 18:50 Κεντρικό Δελτίο Ειδήσεων   | 21:00 Master Chef                  | 23:00 I Love Karditsa                                | 20:00 Μπέρδεμα από κούνια     |
| 22:00 Η Γη της Ελιάς                 | 20:00 Οι Boomers                       | 20:00 Το σόι σου (Ε)             | 00:00 Νόμος και Τάξη: Ειδική Ομάδα | 02:00 Dr. House                                      | 21:00 Σέρλοκ Χολμς            |
| 00:10 Πέμπτη & 12                    | 21:00 Grand Hotel                      | 21:00 Άγιος Έρωτας               | 02:00 Άμεση Δράση                  |                                                      | 23:30 Status Quo              |
|                                      | 22:30 Παιχνίδια Εκδίκησης              | 22:30 Ο Τιμωρός                  |                                    |                                                      | 01:00 Mafia Wars              |
|                                      | 00:00 The 2Night Show                  | 00:00 Το Παίζω και πολύ Άντρας   |                                    |                                                      |                               |

## Αστρολογικές προβλέψεις της ημέρας



### ΚΡΙΟΣ

Αξιοποιήστε σωστά το χρόνο σας και περάστε γρήγορα στην οργανωμένη δράση. Συνάψτε χρήσιμες συμμαχίες.



### ΛΕΩΝ

Προετοιμάστε το έδαφος σε ότι αφορά οικογενειακά θέματα που θέλετε να θίξετε.



### ΤΟΞΟΤΗΣ

Πρέπει να πάρετε απόφαση ότι τα καλά αποτελέσματα δε θα έρθουν αν δεν προσπαθήσετε και οι ίδιοι.



### ΤΑΥΡΟΣ

Δε θα είναι δύσκολο να δρομολογήσετε καινοτομίες, επεκτάσεις και ξεκινήματα.



### ΠΑΡΘΕΝΟΣ

Θα υποχρεωθείτε να αναπροσαρμόσετε τη συμπεριφορά, τον τρόπο σκέψης και δράσης σας.



### ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Αποφύγετε να προβείτε σε ανοίγματα που είναι πέρα από τις δυνατότητές σας.



### ΔΙΑΥΜΟΙ

Η μέρα διαφαίνεται πιο βαθιά και εύκολα αντιμετωπίσιμη σε όλες της τις εκφάνσεις.



### ΖΥΓΟΣ

Είτε από δική σας απόφαση, είτε από τη φορά των πραγμάτων, προετοιμαστείτε για μια αλλαγή.



### ΥΔΡΟΧΟΟΣ

Σεβαστείτε τους νόμους και τους κανονισμούς των άλλων και όλα θα πάνε καλά.



### ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Μάθετε να προσεγγίζετε, να εργάζεστε και να συνυπάρχετε με τους συνεργάτες σας.



### ΣΚΟΡΠΙΟΣ

Φανείτε ψυχραιμοι και περιορίστε λίγο την ονειροπόληση και τη φαντασία σας.



### ΙΧΘΕΙΣ

Προτιμήστε να αφήσετε αναπάντητα τα σχόλια που θα περιπλέξουν τις συνεργασίες ή τις σχέσεις σας.



# 24 Μάρτη: Παγκόσμια Ημέρα κατά της Φυματίωσης

Τι προτείνει η συμβατική και τι η παραδοσιακή ιατρική Του Σωκράτη Βασιλάκου\*

## Α' ΜΕΡΟΣ

Η Παγκόσμια Ημέρα κατά της Φυματίωσης καθιερώθηκε σε ανάμνηση της ανακάλυψης του μυκοβακτηριδίου της φυματίωσης από τον Γερμανό γιατρό Ρόμπερτ Κωχ. Έγινε στις 24 Μαρτίου 1882, ανοίγοντας έτσι το δρόμο για τη διάγνωση και τη θεραπεία της νόσου.

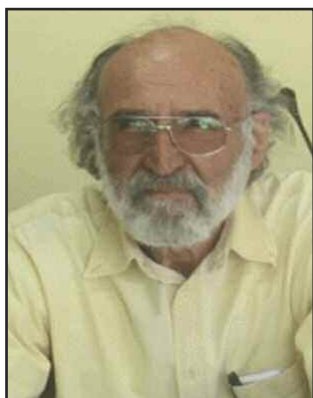
Αποτελεί την πρώτη, κατ' άλλους τη δεύτερη, αιτία θανάτου παγκοσμίως από λοιμώδη νοσήματα,

Σε παγκόσμια επίπεδο: 79 εκατομμύρια ζώες σώθηκαν από το 2000 χάρη στις παγκόσμιες προσπάθειες για την εξάλειψη της φυματίωσης, 10,8 εκατομμύρια άνθρωποι νόσησαν από φυματίωση το 2023, 1,25 εκατομμύρια άνθρωποι πέθαναν από φυματίωση το 2023.

## Α' Η ΑΠΟΨΗ ΤΗΣ ΣΥΜΒΑΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Ο ΟΗΕ, που απηχεί την άποψη της συμβατικής ιατρικής, για την αντιμετώπιση και εξάλειψη της φυματίωσης προτείνει προληπτικά τη χρήση νέων εμβολίων ενώ για τη «θεραπεία» προτείνει τη χρήση αντιβιοτικών με τα οποία ο πάσχων οφείλει να κάνει σχολαστική θεραπεία από 6 ως 12 μήνες ανελλιπώς, μέχρι να καταστραφεί ο βάκιλος (σ.σ. μαζί και ο οργανισμός κάποιες φορές).

Ο ΟΗΕ επίσης αναφέρει: α) Όταν το ανοσοποιητικό σύστημα ενός απόμου είναι εξα-



σθηνμένο, οι πιθανότητες του να νοσήσει είναι μεγαλύτερες (σ.σ. παραλείπει όμως να πει πως θα το ενισχύσουμε). β) Συνολικά, αυτή τη στιγμή, έχει μολυνθεί το ένα τρίτο του παγκόσμιου πληθυσμού με το βάκιλο της φυματίωσης.

## Β' Η ΑΠΟΨΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ:

Από το βιβλίο ΠΟΙΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΓΙΑΤΡΕΥΕΙ, του γιατρού Αντώνη Λαγκουράνη

ΠΑΣΤΕΡ ΚΑΙ ΜΠΕΡΝΑΡ

«Ο Πρωτοπόρος της επαναστατικής ανακάλυψης των μικροβίων Λουδοβίκος Παστέρ (Γάλλος ερευνητής, 1822-1895) σκόρπισε ελπίδες στην παγκόσμια κοινότητα. Όταν πολύ αργότερα παρασκευάστηκαν στο εργαστήριο τα αντιβιοτικά όλοι πίστεψαν ότι επί τέλους βρέθηκε το θαυματουργό φάρμακο εναντίον κάθε μικροοργανισμού, άρα και της αντιμετώπισης κάθε λοιμώδους ασθένειας.

Ο Κλωντ Μπερνάρ (Γάλλος ιατροφιλόσοφος και θεμελιωτής της Πειραματικής Φυσιολογίας,

1813 - 1878 σύγχρονος του Παστέρ) ευθύς εξ αρχής αμφισβήτησε τη μικροβιακή θεωρία και υποστήριξε ότι, εάν το «πεδίο» (σ.σ. οργανισμός) δεν είναι ευνοϊκό, τα μικρόβια είναι τελείως ανίσχυρα να δημιουργήσουν νόσο.

Ο Παστέρ, ο οποίος εκτός από μεγάλος επιστήμων ήταν και ένας πολύ έντιμος άνθρωπος, στο τέλος του βίου του παραδέχθηκε ότι είχε κάνει λάθος, δηλώνοντας, ενώπιον φίλων και συνάδελφων του, ότι: ο Μπερνάρ είχε δίκιο, τα μικρόβια είναι ένα τίποτα, το «Τεραίν» (πεδίο-οργανισμός) είναι το «παν».

Από το βιβλίο ANTI ΒΟΡΟΝΩΦ του γιατρού Πήτερ Λέβις

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ

«Κατά την θεωρίαν της όρθοδοξου ιατρικής, τὰ μικρόβια προπορεύονται τῆς ἀσθενείας. Αὐτὰ προκαλοῦν τὴν ἀρρώστεια. Μεγάλο λάθος. Τὰ μικρόβια ἀκολουθοῦν τὴν νάρρῳστεια, ἀντὶ τὴν προπορεύονται. Δέ νείνε οδηγοί, ἀλλὰ οὐ ραγοί. Τὰ μικρόβια ἐμφανίζονται ὅπου εὐρίσκεται ἀρρωστο περιβάλλον, σαπίλα, διὰ τὴν τροφοῦν, ὅπως ἀπαράλλακτα ὄρνεα πετοῦν ὅπου μυρίζουν φοφῆμια, ὅπως ἀναπτύσσονται οἱ βᾶτραχοι ὅπου ὑπάρχουν στάσιμα νερά»

Ο Σωκράτης Βασιλάκος είναι διαιτολόγος-διατροφολόγος τ.ε., γεωπόνος και υγιεινιστής

Αύριο το Β' ΜΕΡΟΣ

## Το Εργατικό Κέντρο Καρδίτσας και το Νομαρχιακό τμήμα της ΑΔΕΔΥ συγκαλούν σύσκεψη για την απεργία της 9ης Απριλίου



Το Εργατικό Κέντρο Καρδίτσας και το Νομαρχιακό τμήμα της ΑΔΕΔΥ καλούν όλα τα πρωτοβάθμια σωματεία και συλλόγους εργαζομένων στον ιδιωτικό και δημόσιο τομέα, τους συνταξιούχους και φορείς της Καρδίτσας σε κοινή σύσκεψη στην αίθουσα του Εργατικού Κέντρου την Τετάρτη 26-3-2025 και ώρα 19:00 μ.μ. για να συναποφασίσουμε και να οργανώσουμε την απεργιακή κινητοποίηση και συγκέντρωση στις 9 Απρίλη.



## ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗΣ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΡΕΥΜΑΤΟΣ

Γνωστοποιείται ότι στο νομό Καρδίτσας για τεχνικούς λόγους θα γίνουν οι εξής διακοπές ηλεκτρικού ρεύματος:

**ΠΕΜΠΤΗ 27/3/2025**

**ΑΠΟ 08:00 ΕΩΣ 10:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στα αναχώματα προς Μικρό Βουνό της τκ Ηλιά (Ιτέας) σε αρδευτικά, φ/β, επιχειρήσεις κ.τ.λ..

**ΑΠΟ 10:00 ΕΩΣ 12:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στην περιοχή της τκ Συκεώνα σε αρδευτικά, φ/β, επιχειρήσεις κ.τ.λ..

**ΑΠΟ 12:00 ΕΩΣ 15:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στην περιοχή της τκ Φύλλου σε αρδευτικά, φ/β, ποιμνιοστάσια κ.τ.λ..

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28/3/2025**

**ΑΠΟ 14:00 ΕΩΣ 15:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στην περιοχή της τκ Μαυραχάδες σε αρδευτικά, φ/β, επιχειρήσεις κ.τ.λ..

**ΑΠΟ 7:30 ΕΩΣ 15:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στην περιοχή της τκ Φίλια σε αρδευτικά, φ/β, επιχειρήσεις κ.τ.λ..

**ΣΑΒΒΑΤΟ 29/3/2025**

**ΑΠΟ 08:00 ΕΩΣ 15:00**

Διακοπή ηλεκτροδότησης στην πόλη της Καρδίτσας στην οδό Γρ. Λαμπράκη με αρ. 23.

**ΔΕΔΔΗΕ Α.Ε. /ΠΕΡΙΟΧΗ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ**  
Ν. ΤΕΜΠΟΝΕΡΑ 32 ΚΑΡΔΙΤΣΑ  
ΤΗΛ.: 24410 28524

\* Ο ΔΕΔΔΗΕ είναι 51% θυγατρική εταιρεία της ΔΕΗ Α.Ε. που διαχειρίζεται το Ελληνικό Δίκτυο Διανομής Ηλεκτρικής Ενέργειας

## Μνήμη: Το σώμα θυμάται!



Σύμφωνα με έρευνα που δημοσιεύτηκε το 2024 στο επιστημονικό περιοδικό Nature Communication, η μνήμη

δεν περιορίζεται μόνο στον εγκέφαλο. Τα μη-νευρικά κύτταρα μπορούν επίσης να αναγνωρίζουν χημικά μοτίβα και να δημιουργούν αναμνήσεις, παρόμοιες με αυτές των νευρικών κυττάρων.

Οι ερευνητές διαπίστωσαν, μάλιστα, ότι τα μη-νευρικά κύτταρα έχουν καλύτερη δυνατότητα διατήρησης των πληροφοριών που λαμβάνουν, μέσω μιας μεθόδου που λέγεται «μάθηση σε διαστήματα», η οποία είναι πιο αποτελεσματική για την αποθήκευση της μνήμης από το λεγόμενο «διάβασμα της τελευταίας στιγμής».

Αποτελεί θεμελιώδη πτυχή του ανθρώπινου μυαλού, μαζί με τις σκέψεις, τις πεποιθήσεις, τις αντιλήψεις και τις επιθυμίες.

Εννοείται πως ο εγκέφαλος παίζει πρωταρχικό ρόλο στην ολοκλήρωση πληροφοριών από το σώμα και το περιβάλλον για τη δημιουργία της μνήμης και της σκέψης, αλλά με βάση τα αποτελέσματα της συγκεκριμένης έρευνας, η επιρροή και άλλων μερών του σώματος στις ψυχικές διαδικασίες δεν είναι διόλου ευκαταφρόνητη.

# ...Τελευταία σελίδα

## Ένας σκύλος, ένας καφές και λίγο γέλιο... τον γιατρό τον κάνουν πέρα!

Γνωρίζετε ότι η συντροφιά ενός σκύλου μπορεί να προστατεύσει την καρδιά σας;

Ειδικά ως προς την κατοχή σκύλου, η σύνδεση μεταξύ της φροντίδας του και της αυξημένης σωματικής δραστηριότητας είναι δεδομένη, μιας και οι περισσότεροι ιδιοκτήτες σκύλων περπατούν περισσότερο.

Η κατανάλωση καφέ συμβάλλει στην ανακούφιση της θλίψης

Αισθάνεστε ελαφρώς πεσμένοι; Μελέτη αποκάλυψε ότι ένα φλιτζάνι καφέ μπορεί να τονώσει τη διάθεση. Ίσως, τελικά δεν είναι τυχαία το αγαπημένο ρόφημα σχεδόν όλων μας. Μας «καλημερίζει» το πρωί, μας κρατά παρά το απόγευμα. Μαζευόμαστε γύρω του, μαλώνουμε πάνω από αυτόν, μοιραζόμαστε χα-



μόγελα και αγκαλιές. Δημιουργούμε χρόνο και χώρο για να τον πιούμε και μερικές φορές θέλουμε απλώς μια ήσυχη στιγμή για να τον απολαύσουμε. Περπάτημα, το απόλυτο ηρεμιστικό!

Ωφελεί την καρδιά, ενισχύει την υγεία των οστών, δυναμώνει τους μύς και τις αρθρώσεις, συμβάλλει στη ρύθμιση της ινσουλίνης, επιβραδύνει τη γήρανση, «καίει» θερμίδες, υποστηρίζει την πρόσληψη βιταμίνης D, ενισχύει το ανοσοποιητικό, βελτιώνει την ποιότητα του ύπνου – η άσκηση νωρίς μέσα στην ημέρα

είναι πιθανό να αυξήσει το χρόνο που περνά κανείς στο στάδιο του βαθύ ύπνου τη νύχτα (ύπνος REM)–, διατηρεί την εύρυθμη λειτουργία του εντέρου και, βέβαια, ανακουφίζει από το στρες και την ένταση. Για να μην αναφέρουμε ότι δεν απαιτεί γνώσεις ή εξοπλισμό και είναι δωρεάν για όλους.

Το γέλιο ανακουφίζει τον πόνο

Όταν γελάμε, το σώμα μας απελευθερώνει ενδορφίνες, γνωστές και ως «ορμόνες της ευτυχίας», οι οποίες ενισχύουν την ψυχική υγεία, γεγονός που μπορεί επίσης να οδηγήσει σε λιγότερο πόνο. Ταυτόχρονα, το γέλιο αυξάνει τον αναπνευστικό μας ρυθμό, βοηθώντας μας να μπούμε σε μια κατάσταση χαλάρωσης.

## Ύπνος: Όχι στη μεσημεριανή σιέστα πάνω από 30 λεπτά!

Γύρω στο απογευματάκι, μετά από το μεσημεριανό φαγητό μπορεί να μας έρθει υπνηλία, ίσως τα βλέφαρά μας να κλείνουν και να χάνουμε τη δυνατότητά μας να συγκεντρωθούμε σε ό,τι κάνουμε. Αν είμαστε σε περιβάλλον που μας το επιτρέπει, όπως για παράδειγμα στο σπίτι μας, τότε μπορούμε να πάρουμε έναν υπνάκο! Αυτός ο ύπνος, όμως, μας κάνει πράγματι καλό; Ένας μισάωρος μεσημεριανός ύπνος συνήθως μας ξεκουράζει. Ξυπνάμε ανανεωμένοι και έτοιμοι να συνεχίσουμε τη μέρα μας, με περισσότερη ενέργεια. Όμως,

το βράδυ της ίδιας μέρας είναι πιθανόν να μην καταφέρουμε να κοιμηθούμε, αλλά να στριφογυρίζουμε γεμάτοι υπερένταση στο κρεβάτι μας.

Αν δεν έχουμε πει αργά καφέ, μπορεί να αναρωτιόμαστε γιατί να συμβαίνει αυτό. Και όμως ο λόγος μπορεί να είναι η μεσημεριανή αυτή ξεκούραση που μας είχε φανεί τόσο αναζωογονητική τη στιγμή που τη χρειαζόμασταν.

Οι μεσημεριανές σιέστες έχει αποδειχθεί ότι βελτιώνουν τη διάθεση, ενισχύουν την εγρήγορση, τη μνήμη και την παραγωγικότητα, ωστόσο ενδέχε-



ται να έχουν και μερικά αρνητικά αποτελέσματα. Βέβαια, το πώς επιδρούν στον οργανισμό έχει σχέση και με τη διάρκειά τους.

Τι λένε οι έρευνες για τον μεσημεριανό ύπνο; Σύμφωνα με έρευνα που δημοσιεύτηκε το 2015 στο επιστημονικό περιοδικό PLOS One, μία σύντομη μεσημεριανή σιέστα, ιδανικά ακολουθούμενη από έκθεση σε έντονο φως, μπορεί να βοηθήσει στην καταπολέμηση της κού-

ρασης και να βελτιώσει τις γνωστικές λειτουργίες, χωρίς να επηρεάσει τον βραδινό ύπνο.

Όταν παίρνουμε έναν γρήγορο υπνάκο, επιτρέπουμε στον εγκέφαλό μας να ξεκουραστεί χωρίς να μπει σε βαθύ ύπνο, διευκολύνοντας έτσι το ξύπνημα που συνοδεύεται από αίσθημα ανανέωσης. Αντίθετα, μια υπερβολικά μεγάλη μεσημεριανή σιέστα, μπορεί να οδηγήσει σε ένα κακό ξύπνημα.

Ενδέχεται, δηλαδή, αν κοιμηθούμε για περισσότερη ώρα, να ξυπνήσουμε ακόμη πιο κουρασμένοι από πριν, να είμαστε απο-

προσανατολισμένοι ή να δυσκολευτούμε πολύ για να αποκοιμηθούμε αργότερα το βράδυ.

Όταν ένας μεσημεριανός ύπνος ξεπερνά τα 30 λεπτά, ο εγκέφαλος περνά σε ένα βαθύτερο στάδιο ύπνου, στον λεγόμενο «ύπνο αργών κυμάτων», καθιστώντας πολύ πιο δύσκολο το ξύπνημα. Σύμφωνα με σχετική έρευνα του 2016, που δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό Sleep Medicine Reviews, όταν ξυπνάμε μετά από έναν πολύ βαθύ ύπνο, είναι πιθανό να μην καταφέρουμε να επανέλθουμε γρήγορα στην πραγματικότητα.