



Ορεσιτιάδα: Παραιτήσεις συμβούλων της Αυτόνομης Κίνησης Πολιτών "Είναι στο χέρι μας"

«Από τις παράνομες και αντισυνταγματικές πλέον
επιτροπές Θεοδωρικάκου»

► 7



Έβρος: Σταδιακή βελτίωση της κατάστασης με τις ελλείψεις φαρμάκων «βλέπουν» οι φαρμακοποιοί

- Ψυχραιμία και όχι πανικό, συνιστά στους πολίτες ο πρόεδρος του Φαρμακευτικού Συλλόγου Έβρου, μιλώντας για ορισμένους που θέλουν να δημιουργήσουν «στοκ» φαρμάκων στα σπίτια τους
- Ποια φάρμακα είναι σήμερα δυσεύρετα στον νομό μας
- Έκτακτο: Λίστα με τις εναλλακτικές σε φάρμακα που είναι σε έλλειψη, έδωσε στη δημοσιότητα ο Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων

► 5, 11

ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ: Περιήγηση στα παραδεισένια τοπία των Πρεσπών



Ένας μαγικός τόπος που οι Εβρίτες, ως μακρινοί «συγκάτοικοι» μίας άλλης συνοριογραμμής, θα βρουν συγκινητικά οικείο. Στάση και στη Φλώρινα, την πόλη που ενέπνευσε τον Θεόδωρο Αγγελόπουλο

► 8,9

Έπεσαν τα πρώτα χιόνια στα χιονοδρομικά κέντρα της βόρειας Ελλάδας

Σε Καϊμακτσαλάν, Σέλι, 3-5 Πηγάδια, Βασιλίτσα, Φαλακρό, Λαϊλιά και Μέτσοβο. Το 2022 ήταν το δεύτερο πιο ζεστό έτος που έχει καταγραφεί ποτέ στην Ευρώπη

► 4

Πεζοπορική διαδρομή στον Άβαντα (Καταρράκτης-αρχαίο Ληνό) την Κυριακή

Την πρώτη του πεζοπορία για τη νέα χρονιά διοργανώνει ο Δρομέας Θράκης. Μια διαδρομή στη φύση κατάλληλη για όλους μικρούς και μεγάλους

► 16



Ανέλαβε καθήκοντα και επίσημα ο νέος Πρύτανης του ΔΠΘ Φώτης Μάρης

Στον χαιρετισμό του υποσχέθηκε ένα πανεπιστήμιο πιο ισχυρό και μάλλον για άλλη μια φορά εξέφρασε δημόσια την βούλησή του, το ΔΠΘ να είναι το πανεπιστήμιο όλης της Περιφέρειας ΑΜΘ

► 6

Η ΓΝΩΜΗ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΘΡΑΚΗΣ
www.gnomionline.gr

ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ
ΗΜΕΡΗΣΙΩΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΩΝ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΩΝ (ΣΗΠΕ)

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ

Ε. Λασκαράκης και ΣΙΑ Ε.Ε.
Εκδότης-Διευθυντής
Μάνος Λασκαράκης
Υπεύθυνος Έλξης
Γ. Πανταζίδης
Σύμβουλος Έκδοσης
Γιάννης Λασκαράκης
Υπεύθυνος Τυπογραφείου
Δ. Μπένδρελης

**Υπεύθυνη Διαφημίσεων
και Λογιστηρίου**
Χρύσα Γρηγοριάδου

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
Πλησίον στρατοπέδου «Ιωάννου»
Τηλέφωνα
2551024222, 2551029888
Fax
2551080606

Κωδικός 1793
email
gnomi@gnomionline.gr
efimerida-gnomi@hotmail.com
ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ
Ετήσια ιδιωτών €100
Δήμων-Δημοτικών διαμ/των €200
Τραπεζών-Οργανισμών €200
Ανώνυμες Εταιρίες €200

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ
1. Τελικοί μειοδότες δημοπρασιών:
€0,50/χιλιοστό
2. Ν.Π.Δ.Δ., ΟΤΑ: €0,20/χιλιοστό
3. Ν.Π.Ι.Δ. (Α.Ε.): €0,26/χιλιοστό
Χειρόγραφα δημοσιευόμενα ή όχι
δεν επιστρέφονται. Ενυπόγραφα κεί-
μενα δεν εκφράζουν υποχρεωτικά τη
θέση της Εφημερίδας.

Τακτικοί συνεργάτες:
Θεόδωρος Ορδουμποζάνης, Δημή-
τρης Μακροδημόπουλος, Γιώργος
Αναγνωστόπουλος, Αγγελική, Δελ-
γιάννη, Λευτέρης Χαβιάρης, Ανδρέ-
ας Καφετζής, Σμαρώ Τσοκαταρίδου,
Νικόλαος Παπανικολόπουλος, Λεω-
νίδας Σκερλετόπουλος, Πώτα Αγαπη-
τού, Μενέλαος Μαλτέζος

Σαν Σήμερα

ΓΕΓΟΝΟΤΑ

532
Ξεπά στην Κωνσταντινούπολη
η Στάση του Νίκα. Ο αυτοκρά-
τορας Ιουστινιανός θα την πνί-
ξει στο αίμα, με 30.000 νεκρούς.

1828
Ο Ιωάννης Καποδίστριας μετα-
φέρει την πρωτεύουσα της ελεύ-
θερης Ελλάδας στην Αίγινα.

1916
Ο μοναδικός βουλευτής του
γερμανικού Ράιχσταγκ που
προσπαθεί να καταγγείλει την
εξόντωση των Αρμενίων είναι
ο Καρλ Λίμπκνεχτ της σοσιαλ-
δημοκρατικής παράταξης, αρ-
γότερα ιδρυτής του γερμανικού
Κομμουνιστικού Κόμματος. Ζητά
να ενημερωθεί το Σώμα για την
εξόντωση εκατοντάδων χιλιά-
δων Αρμενίων από τους Τούρ-
κους, ερώτηση που προκαλεί
την άμεση διακοπή της συνε-
δρίασης.

1979
Ο Γιάγκος Πεσμαζόγλου αποχω-
ρεί από την ΕΔΗΚ και ιδρύει το
Κόμμα του Δημοκρατικού Σοσι-
αλισμού (ΚΟΔΗΣΟ).

1989
Ο Κωνσταντίνος Καραμανλής
κάνει την ιστορική δήλωση,
σύμφωνα με την οποία «η χώ-
ρα έχει μεταβληθεί σε απέραντο
φρενοκομείο».

2007
Η Διαρκής Ιερά Σύνοδος της Εκ-
κλησίας της Ελλάδος απαγορεύ-
ει την τέλεση γάμων και βαπτί-
σεων σε ιδιωτικά παρεκκλήσια
και υπαίθριους χώρους, με την
αιτιολογία ότι το μυστήριο κά-
νει την ιερότητά του, καθώς «οι
προσκεκλημένοι μιλούν στα κι-
νητά τους, γελούν, καπνίζουν
και μασούν μαστίχα».

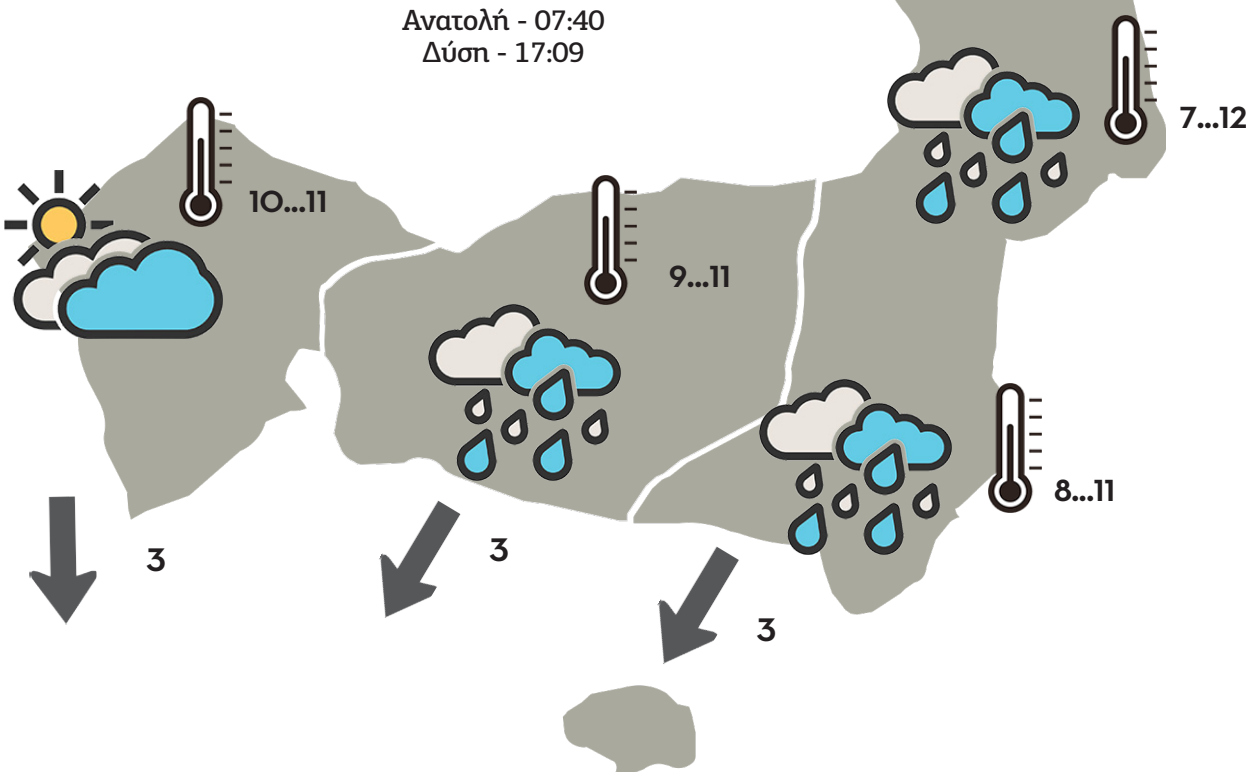
ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

347
Θεοδόσιος ο Μέγας, ο τελευταίος
αυτοκράτορας της ενιαίας Ρωμαί-
κής Αυτοκρατορίας. (Θαν. 17/1/395)

ΘΑΝΑΤΟΙ

2015
Μπάμπης Γκολές, τραγουδιστής,
από τους κυριότερους εκπροσώ-
πους της αναβίωσης του ρεμπέτι-
κου. (Γεν. 1947)

Ο καιρός σήμερα



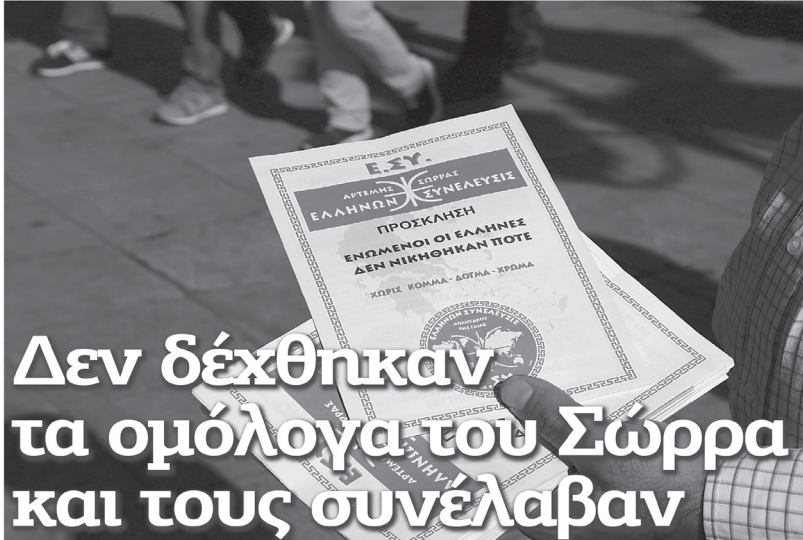
Ταξίδι στην ιστορία με "όχημα" τη ΓΝΩΜΗ



Δεν δέχθηκαν τα ομόλογα του Σώρρα στο
Διδυμότειχο και τους συνέλαβαν

Η ΓΝΩΜΗ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΘΡΑΚΗΣ
www.gnomionline.gr
Τετάρτη 11 Ιανουαρίου 2017
αρ. φύλλου 8034
€0,60



Δεν δέχθηκαν
τα ομόλογα του Σώρρα
και τους συνέλαβαν

**ΚΩΜΙΚΟ-
ΤΡΑΓΙΚΗ
ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΣΤΟ
ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟ
ΚΑΙ ΣΤΗΝ
ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ-
ΠΟΛΗ ΜΕ
ΘΥΜΑΤΑ
ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ-
ΓΡΑΦΟΥΣ**

Παρέμβαση
εισαγγελέα και
εντολή για εντοπισμό
ποινικών ευθυνών

Την παρέμβαση της εισαγγελίας
Εφετών Θράκης προκάλεσε η κρά-
τηση δύο συμβολαιογράφων στην
Ελευθερούπολη Καβάλας και στο
Διδυμότειχο. Η σύλληψη έγινε δι-
ότι οι δύο συμβολαιογράφοι δεν
δέχθηκαν τα εξώδικα δύο οφει-
λετών με τα οποία απαιτούσαν
να διαγραφούν τα χρέη τους στις
τράπεζες, επειδή, όπως υποστήρι-
ζαν, αυτά είχαν εξοφληθεί από τα
...600 δις που διέθεσε στο κράτος
ο κ. Σώρρας.
Το κωμικοτραγικό γεγονός έγινε
γνωστό από αναφορά του Συμβο-
λαιογραφικού Συλλόγου Εφετείου
Θράκης προς τον Εισαγγελέα Εφε-
τών Θράκης.

Την παρέμβαση της ει-
σαγγελίας Εφετών Θρά-
κης προκάλεσε η κράτ-
ση δυο συμβολαιογράφων
στην Ελευθερούπολη Καβά-
λας και στο Διδυμότειχο. Η
σύλληψη έγινε διότι οι δύο
συμβολαιογράφοι δεν δέ-
χθηκαν τα εξώδικα δύο οφει-
λετών με τα οποία απαιτού-
σαν να διαγραφούν τα χρέη
τους στις τράπεζες, επειδή,
όπως υποστήριζαν, αυτά εί-
χαν εξοφληθεί από τα ...600
δις που διέθεσε στο κράτος
ο κ. Σώρρας. Το κωμικοτρα-
γικό γεγονός έγινε γνωστό
από αναφορά του Συμβολαι-
ογραφικού Συλλόγου Εφε-
τείου Θράκης προς τον Ει-
σαγγελέα Εφετών Θράκης

Μικρογνωμικά

Η είδηση της χιονιάς: Χιόνισε

Μπορεί να φαινόταν ότι δεν θα χειμώναζε φέτος, αλλά τελικά, χθες, σε κάποιες περιοχές, μύρισε έντονα χειμώνας. Μάλιστα, δεν έλειψαν και τα χιόνια, πάνω που λέγαμε ότι δεν θα έπεφτε νιφάδα φέτος. Οι πρώτες εικόνες που δημοσιεύονται στο Forecast Weather Greece αλλά και στο snowreport δείχνουν να το έχει στρώσει για τα καλά σε Καλά-



βρυτα, Παρνασσό, Μαίναλο, Βασιλίτσα, Πισοδέρι, Καϊμακτσαλάν.

Κ.Η.

Ψυχραιμία

Κύριοι συνάδελφοι των τηλεοπτικών - κατά βάση - μέσων ενημέρωσης... Το ότι ξέσπασε έντονη βροχόπτωση, στις 10 Ιανουαρίου, με 12-14 βαθμούς κελσίου, δεν συνιστώ σφοδρό κύμα κακοκαιρίας Χειμώνας λέγεται. Ψυχραιμία λοιπόν

Γ.Π.

τος στην Ευρώπη, ενώ η τιμή του αερίου διεθνώς υποχωρεί».

«Οι ευθύνες της κυβέρνησης είναι εγκληματικές», επισημαίνει ο Σωκράτης Φάμελλος, λέγοντας ότι «οι πολίτες πλέον γνωρίζουν ότι πληρώνουν πολύ ακριβά την αισχροκέρδεια Μητσοτάκη».

Γ.Π.

Στην ακριβότερη τιμή ρεύματος η Ελλάδα για 20 σερί μέρες

«Το 2022 έκλεισε με 3,2 δισ. ευρώ υπερκέρδη στο ηλεκτρικό ρεύμα και 2,5 δισ. ευρώ υπερκέρδη για τα διυλιστήρια στις πλάτες νοικοκυριών και επιχειρήσεων», τονίζει ο τομεάρχης Περιβάλλοντος και Ενέργειας και βουλευτής Β' Θεσσαλονίκης του ΣΥΡΙΖΑ-Προοδευτική Συμμαχία, Σωκράτης Φάμελλος, σε δήλωσή του.

Προσθέτει δε ότι «το 2023 βρήκε την Ελλάδα με 20 συνεχόμενες μέρες στην ακριβότερη χονδρεμπορική τιμή ρεύμα-

Επιστρέφει το «KOMon Party»

Επιστρέφει μετά από δύο χρόνια απουσίας, λόγω της πανδημίας του κορωνοϊού, το «KOMon Party» το αποκριάτικο διήμερο που ακολουθεί της Τσικνοπέμπτης και το οποίος κατάφερε να γίνει θεσμός στην περιοχή μας. Μάλιστα στην τελευταία του διοργάνωση, ένεκα κορωνοϊού, το 2020 όπως υπενθύμισε ο πρόεδρος του Συλλόγου Trelacademy κ.Σταύρος Πάττας ήταν η τελευταία καρναβαλική παρέλαση στην χώρα πριν την έναρξη των περιορισμών

και όπως φαίνεται θα είναι και η πρώτη μετά την πανδημία του κορωνοϊού καθώς θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο 18 Φεβρουαρίου. Πριν την μεγάλη καρναβαλική παρέλαση όπως έκανε γνωστό ο κ. Πάττας θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή 17 Φεβρουαρίου το παραδοσιακό αποκριάτικο σκέλος του «KOMon Party» σε «επιμέλεια» του Συλλόγου Εβριτών απ' όπου δεν θα λείπει η σάτιρα αλλά και η παράδοση, ενώ και φέτος η διοργάνωση θα γίνει

με την συνδρομή της ΔΚΕΠΠΑΚ και του Δήμου Κομοτηνής. Οι σκέψεις σε σχέση με την φετινή διοργάνωση είναι πολλές και βασίζονται στην λογική της εξέλιξης της στον χρόνο, ωστόσο οι προετοιμασίες αναμένεται να ξεκινήσουν το αμέσως επόμενο διάστημα αφού προηγηθούν οι σχετικές συζητήσεις με το σύνολο των εμπλεκομένων.

paratiritis-news.gr

Τίμησε τη μνήμη του Αλέξανδρου

Μία πολύ δυνατή στιγμή που δείχνει τι πραγματικά οφείλει να είναι ο Αθλητισμός. Ο Κορεάτης Ολυμπιονίκης, Μουν Ντάε Σουνγκ βρέθηκε στα κοιμητήρια Φιλήρου Θεσσαλονίκης για να τιμήσει την μνήμη του μεγάλου του αντιπάλου Αλέξανδρου Νικολαΐδη, ο οποίος κατάφερε ακόμη και με το φευγικό του να προσφέρει.

«Είχαμε μια δυνατή σχέση μεταξύ μας για αρκετό καιρό. Αγαπούσε την Κορέα και εγώ αγαπώ την Ελλάδα. Για μένα η Ελλάδα είναι σαν δεύτερη χώρα μου. Λυπάμαι πολύ που άργησα να έρθω», δήλωσε ο Ολυμπιονίκης του

2004. τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας το 2004, οι δυο τους είχαν διδάξει ήθος μετά τον αγώνα τους, αφού η αγκαλιά τους έμελλε να μείνει στην ιστορία και να επισφραγίσει μια όμορφη φιλία.

Μετά την ήττα του Νικολαΐδη, ο Μουν θέλησε να τον κρίσει νικητή σπκώνοντας τα χέρια του. Ο Νικολαΐδης όμως δεν το δέχθηκε κι έπειτα, οι δύο αντίπαλοι αγκαλιάστηκαν, σε μία από τις πιο όμορφες στιγμές των Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας. (rosa.gr)

Κ.Η.



«Είπαν



Αυτές τις μέρες ένα παιδί 6 χρονών έχασε τη ζωή του, γιατί ξεκίνησε από τα Γρεβενά και, για να βρει διαθέσιμη ΜΕΘ, έπρεπε να φτάσει στο Ρίο επειδή σε όλη τη Βόρεια Ελλάδα δεν υπήρχε μία ΜΕΘ για ένα παιδί και έπρεπε να κάνει 300 χιλιόμετρα με ένα ασθενοφόρο, το οποίο έπαθε βλάβη στο δρόμο.

Α. ΤΣΙΠΡΑΣ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΣΥΡΙΖΑ

Βρισκόμαστε στην κορύφωση της έξαρσης των ιώσεων. Μέχρι τέλη Ιανουαρίου, λογικά θα συνεχιστεί στην ίδια ένταση. Από τέλη Ιανουαρίου και μετά μπορούμε να περιμένουμε κάποια βελτίωση.

Γ. ΜΑΓΙΟΡΚΙΝΗΣ
ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΟΣ



Photo Shoot



Ζωή στον 14χρονο Άγγελο ο οποίος αναγκαζόταν να υποβάλλεται διαρκώς σε αιμοκαθάρσεις έδωσε ο 18χρονος Γρηγόρης που έχασε τη ζωή του σε τροχαίο στο Αγρίνιο, καθώς οι γονείς του αδικοχαμένου νεαρού αποφάσισαν να δωρίσουν τα όργανα του παιδιού τους και ο ένας λήπτης ήταν ο μαθητής που είχε διαγνωστεί με νεφρική ανεπάρκεια στα 4 του χρόνια. Ο νεαρός λήπτης του νεφρού μπορεί και χαμογελά ξανά και σε βίντεο λέει «ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γονείς του Γρηγόρη που μου έκαναν δώρο το νεφρό».

Έπεσαν τα πρώτα χιόνια στα χιονοδρομικά κέντρα της βόρειας Ελλάδας

ΣΕ ΚΑΪΜΑΚΤΣΑΛΑΝ, ΣΕΛΙ, 3-5 ΠΗΓΑΔΙΑ, ΒΑΣΙΛΙΤΣΑ, ΦΑΛΑΚΡΟ, ΛΑΪΛΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΣΟΒΟ

Το 2022 ήταν το δεύτερο πιο ζεστό έτος που έχει καταγραφεί ποτέ στην Ευρώπη

Άσπρισε το τοπίο στα χιονοδρομικά κέντρα της Βόρειας Ελλάδας με την πρόσκαιρη επιδείνωση των καιρικών συνθηκών. Αυτό είναι το πρώτο χιόνι που πέφτει στις κορυφές των βουνών, το οποίο μπορεί να μην είναι αρκετό για να το «απολαύσουν» οι χιονοδρόμοι, ωστόσο κάνει τους ανθρώπους των χειμερινών σπορ να χαμογελούν και να αισιοδοξούν πως η περίοδος τώρα αρχίζει.

Τα πρώτα χιόνια έπεσαν τις τελευταίες ώρες σε Καϊμακτσαλάν, Σέλι, 3-5 Πηγάδια, Βασιλίτσα, Φαλακρό, Λαϊλία και Μέτσοβο, σε υψόμετρο από τα 1500 μέτρα και πάνω.

Οι έως τώρα υψηλές για την εποχή θερμοκρασίες κράτησαν τους λάτρεις του σκι και του σνόουμπορντ μακριά από τις πίστες, όμως εάν τα φαινόμενα συνεχιστούν και βελτιωθεί η χιονοκάλυψη, τότε κάποια χιονοδρομικά θα ξε-

κινήσουν άμεσα τη λειτουργία τους. «Πέφτουν τα πρώτα χιόνια και άσπρισε επιτέλους το τοπίο. Δεν είναι αρκετά για να ανοίξουν τα χιονοδρομικά, όμως εάν συνεχιστούν τα φαινόμενα και βελτιωθεί η χιονοκάλυψη τότε σίγουρα κάποιες πίστες θα μπορέσουν να λειτουργήσουν», δήλωσε στο ΑΠΕ-ΜΠΕ το μέλος της Ένωσης Χιονοδρομικών Κέντρων Ελλάδας και στέλεχος της εταιρείας «Ορεινός Τουρισμός ΙΚΕ Υπηρεσίες Χιονοδρομικού Κέντρου» για τα 3-5 Πηγάδια Αλέξανδρος Νουλίκας. Όπως είπε ο κ. Νουλίκας, φέτος σε όλα τα Βαλκάνια δεν υπήρξαν φαινόμενα για χιονοπτώσεις, ενώ οι υψηλές θερμοκρασίες δεν επέτρεπαν ούτε την παραγωγή τεχνητού χιονιού. Αυτή τη στιγμή, το περισσότερο χιόνι υπάρχει στο Καϊμακτσαλάν, με τη θερμοκρασία να είναι στους -2,2 βαθμούς Κελσίου και να απαιτούνται αλυσίδες ή



χιονολάστικα στον δρόμο, ενώ στη Βασιλίτσα ο υδράργυρος είναι στους -1,3 βαθμούς.

Το 2022 ήταν το δεύτερο πιο ζεστό έτος που έχει καταγραφεί ποτέ στην Ευρώπη

Το 2022 ήταν το δεύτερο πιο ζεστό έτος που έχει καταγραφεί ποτέ στην Ευρώπη, δήλωσαν σήμερα επιστήμονες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, καθώς η κλιματική αλλαγή προκάλεσε ακραίες

θερμοκρασίες-ρεκόρ που είχαν αποτέλεσμα τη μείωση της σοδειάς, το στέρεμα ποταμών και χιλιάδες θανάτους.

Σύμφωνα με την ευρωπαϊκή υπηρεσία Copernicus για την κλιματική αλλαγή (C3S), το 2022 ήταν επίσης το πέμπτο πιο ζεστό έτος στον κόσμο με μικρή διαφορά. Το C3S τηρεί αρχεία από το 1950, όμως άλλες, μεγαλύτερες βάσεις δεδομένων επιβεβαιώνουν πως το 2022 ήταν το πέμπτο πιο ζεστό έτος στον

κόσμο τουλάχιστον από το 1850.

Τα οκτώ τελευταία έτη ήταν τα πιο ζεστά στον κόσμο, ανέφερε το C3S.

Η θερμοκρασία του πλανήτη είναι τώρα 1,2 βαθμό Κελσίου πιο πάνω σε σχέση με την προβιομηχανική εποχή, ως αποτέλεσμα της προκαλούμενης από τον άνθρωπο κλιματικής αλλαγής, ανέφερε το C3S. Σύμφωνα με την Copernicus, οι θερμοκρασίες στην Ευρώπη έχουν αυξηθεί

περισσότερο από το διπλάσιο του παγκόσμιου μέσου όρου των τελευταίων τριών δεκαετιών.

"Ζούμε ήδη τις καταστροφικές συνέπειες του θερμαινόμενου κόσμου μας", δήλωσε η αναπληρώτρια διευθύντρια του C3S Σαμάνθα Μπέρτζες, που έκανε έκκληση για επείγουσα δράση για μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα (CO2) και προσαρμογή στις μεταβαλλόμενες κλιματικές συνθήκες.

Δεν έγινε χθες το δρομολόγιο για Σαμοθράκη λόγω ανέμων

Πως διαμορφώνεται το νέο πρόγραμμα του Πρωτεύς



Η Zante Ferries ενημερώνει ότι χθες Τρίτη 10/01/2023 λόγω της απαγόρευσης απόπλου τα δρομολόγια του πλοίου της εταιρείας μας Ε/Γ - Ο/Γ ΠΡΩΤΕΥΣ από τον λιμένα της Αλεξανδρούπολης στις 09:00 και από το λιμάνι της Σαμοθράκης στις 16:00 δεν εκτελεστική Με την λήξη της απαγόρευσης απόπλου το πλοίο θα εκτελέσει αύριο Τετάρτη 11/01/2023 δρομολόγια σύμφωνα με τον πίνακα που ακολουθεί. Όσοι επιβάτες έχουν εκδώσει εισιτήρια θα ενημερωθούν με μέριμνα της εταιρείας.

ΤΕΤΑΡΤΗ 11/01/2023		
ΛΙΜΑΝΙ	ΩΡΑ	
	ΑΦΙΞΗ	ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ
ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ		08:30
ΣΑΜΟΘΡΑΚΗ	10:40	11:30
ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ	13:40	15:00
ΣΑΜΟΘΡΑΚΗ	17:10	

Πέπλος: 80χρονος έπεσε σε πηγάδι και ο σκύλος του «ειδοποίησε» τους διασώστες

Συγκινεί η αφοσίωση ενός σκύλου που δεν έφυγε λεπτό δίπλα από τον ηλικιωμένο που τον φρόντιζε

Ο άτυχος ηλικιωμένος είχε βγάλει για βόλτα στην περιοχή τον τετράποδο φίλο του και εκτιμάται ότι θέλησε να πάρει νερό από ένα παλιό πηγάδι στην περιοχή Αμπελάκια.

Συγκινεί η αφοσίωση ενός σκύλου που δεν έφυγε λεπτό δίπλα από τον ηλικιωμένο που τον φρόντιζε, όταν εκείνος έπεσε μέσα σε ένα πηγάδι στο χωριό Πέπλος του Έβρου, το βράδυ του Σαββάτου και μάλιστα καθοδήγησε γαβγίζοντας τους διασώστες. Δυστυχώς, όμως, ήταν ήδη αργά...

Ο άτυχος 80χρονος είχε βγάλει για βόλτα στην περιοχή τον τετράποδο φίλο του και εκτιμάται ότι θέλησε να πάρει νερό από ένα παλιό πηγάδι στην περιοχή Αμπελάκια που χρησιμοποιούσαν παλιότερα οι κάτοικοι για να ποτίζουν τα αμπέλια τους, καθώς είχε βγάλει και το

σακάκι του. Όμως, εικάζεται ότι ζαλίστηκε ή έχασε την ισορροπία του και έπεσε μέσα, χωρίς να καταφέρει να βγει.

Οι δικοί του ανησύχησαν από την πολύωρη απουσία του και ειδοποίησαν τις αρχές που ξεκίνησαν αναζητήσεις. Τα γα-

βγίσματα του πιστού φύλακα οδήγησαν τους διασώστες στο πηγάδι, μέσα στο οποίο κειόταν νεκρός ο άτυχος ηλικιωμένος. Για την ανάσωση της σορού του χρειάστηκε επιχείρηση επτά ανδρών της Πυροσβεστικής που έφτασαν με δυο οχήματα και η βοήθεια εθελοντών. Η νεκροτομή θα εξηγήσει αν ο θάνατος του 80χρονου προκλήθηκε από την πτώση του ή από πνιγμό.

Πηγή: protothema.gr



Έβρος: Σταδιακή βελτίωση της κατάστασης με τις ελλείψεις φαρμάκων «βλέπουν» οι φαρμακοποιοί

ΨΥΧΡΑΙΜΙΑ ΚΑΙ ΟΧΙ ΠΑΝΙΚΟ, ΣΥΝΙΣΤΑ ΣΤΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΕΒΡΟΥ, ΜΙΛΩΝΤΑΣ ΓΙΑ ΟΡΙΣΜΕΝΟΥΣ ΠΟΥ ΘΕΛΟΥΝ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΟΥΝ «ΣΤΟΚ» ΦΑΡΜΑΚΩΝ ΣΤΑ ΣΠΙΤΙΑ ΤΟΥΣ

Ποια φάρμακα είναι σήμερα δυσεύρετα στον νομό μας



Είπαν



Δεν χρειάζεται πανικός, ούτε να δημιουργούμε 'στοκ' στο σπίτι μας, με φάρμακα που δεν έχουμε ανάγκη. Η τακτική αυτή δημιουργεί πρόβλημα σε κάποιον συνάνθρωπό μας, που έχει ανάγκη το συγκεκριμένο φάρμακο, αλλά δεν μπορεί να το βρει.

Θ. ΜΑΛΑΚΗΣ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΕΒΡΟΥ

ΤΗΣ ΚΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΩΤΟΥ

Πάνω από 160 φάρμακα είναι σε έλλειψη στην ελληνική αγορά, με την κατάσταση να παραμένει δύσκολη και στον Έβρο και να επιβαρύνεται ακόμη περισσότερο από την προσπάθεια ορισμένων να δημιουργήσουν... «στοκ» δυσεύρετων φαρμάκων στα σπίτια τους, δίχως καν να τα χρειάζονται!

Ωστόσο, οι φαρμακοποιοί φαίνεται πως διακρίνουν ένα «φως στο τούνελ» των ελλείψεων. Όπως λέει στη ΓΝΩΜΗ ο πρόεδρος του Φαρμακευτικού Συλλόγου Έβρου Θανάσης Μαλάκης, υπάρχουν πληροφορίες ότι τις επόμενες ημέρες θα υπάρξει ένα νέο κύμα εφοδια-

σμού των φαρμακείων με σκευάσματα που σήμερα είναι σε έλλειψη. Ωστόσο, όπως τονίζει, δεν μπορεί κανείς να μιλήσει με ασφάλεια για πλήρη ομαλοποίηση της αγοράς, αφού αυτό εξαρτάται από έναν συνδυασμό παραγόντων και τα δεδομένα, μέρα με τη μέρα και βδομάδα με τη βδομάδα αλλάζουν.

Επιπλέον, μιλώντας στην ΕΡΤ, ο πρόεδρος του ΕΟΦ Δημήτρης Φιλίππου, ανέφερε πως η κατάσταση με τις ελλείψεις στα φάρμακα θα ομαλοποιηθεί -άνευ απροόπτου- μέσα στο επόμενο δεκαήμερο.

«Τα πράγματα δεν είναι τόσο τραγικά. Έλλειψη σημαίνει ότι όπου και να πάω δεν θα το βρω. Αυτό συνέβη γιατί υπήρ-

χε μια πολύ μεγάλη αύξηση της ζήτησης λόγω των ιώσεων και υπήρχε και ένας περιορισμός της αγοράς, όπως γίνεται πάντα τις τελευταίες ημέρες του χρόνου. Από τη Δευτέρα, λοιπόν, που έχουν επανέλθει όλη στην εφοδιαστική αλυσίδα και ειδικά για τα εισπνεόμενα για τα οποία έχει γίνει πολύς λόγος, έχουν αποδεσμευτεί πολύ μεγάλες ποσότητες» είπε χαρακτηριστικά ο πρόεδρος του ΕΟΦ, ενώ ο Υπουργός Υγείας Θάνος Πλεύρης δήλωσε επίσης ότι εντός της εβδομάδας θα εισαχθούν στη χώρα 90.000 εισπνεόμενα φάρμακα.

Οι ελλείψεις και το ... στοκ

Στην παρούσα φάση, σύμφωνα με τον κ. Μαλάκη, στα φαρμακεία του Έβρου είναι δύσκολο να βρει κανείς, πέρα από φάρμακα για χρόνιες παθήσεις, αντιπυρετικά και αντιβιοτικά σιρόπια, αλλά και εισπνεόμενα, κυρίως για παιδιά. Η κατάσταση είναι ιδιαίτερα δύσκολη στις εφημερίες των φαρμακείων, όπου πολλές φορές, λόγω της κατάστασης, δημιουργούνται ουρές από τον κόσμο, ενώ συχνά εκδηλώνεται και εκνευρισμός.

«Ο κόσμος είναι καλό να γνωρίζει ότι τα φαρμακεία εφοδιάζονται βάσει κάποιου συγκεκριμένου πλαφόν. Δεν προμηθευόμαστε τεράστιες ποσότητες, οπότε δεν μπορούμε και να δίνουμε ανεξέλεγκτα πάνω από ένα-δύο τεμάχια, ανά περίπτωση. Δυστυχώς, επει-

δή υπάρχει ένα κλίμα πανικού, που σε καμία περίπτωση δεν χρειάζεται να υπάρχει, κάποιοι πολίτες είτε κολλάνε στο όνομα ενός φαρμάκου και αρνούνται να πάρουν το ίδιο ακριβώς φάρμακο, που απλώς έχει άλλο όνομα, είτε, παρατηρούμε ότι ορισμένοι θέλουν να δημιουργήσουν μία 'αποθήκη', δηλαδή ένα 'στοκ' φαρμάκων στα σπίτια τους, που στην παρούσα φάση δεν χρειάζονται, μόνο και μόνο για να μην τους λείψουν, όταν και αν τα χρειαστούν», αναφέρει ο πρόεδρος των φαρμακοποίων.

Όπως υπογραμμίζει, στην πλειονότητα των περιπτώσεων, οι φαρμακοποιοί έχουν να προτείνουν εναλλακτικά σκευάσματα, που θα έχουν ακριβώς το ίδιο αποτέλεσμα με το φάρμακο σε έλλειψη.

«Δεν χρειάζεται πανικός, ούτε να δημιουργούμε 'στοκ' στο σπίτι μας, με φάρμακα που δεν έχουμε ανάγκη. Η τακτική αυτή δημιουργεί πρόβλημα σε κάποιον συνάνθρωπό μας, που έχει ανάγκη το συγκεκριμένο φάρμακο, αλλά δεν μπορεί να το βρει. Σιγά - σιγά η αγορά θα εφοδιαστεί και θα καλυφθούν πολλές από τις ελλείψεις τις επόμενες μέρες. Περαιτέρω εκτιμήσεις δεν μπορούμε να κάνουμε στην παρούσα φάση, αφού η κατάσταση που αντιμετωπίζουμε διαμορφώνεται και αλλάζει μέρα με τη μέρα», σημειώνει ο κ. Μαλάκης.

Λουράντος: Για τις ελλείψεις φαρμάκων

φταίει και η κακή τιμολογιακή πολιτική της κυβέρνησης

Στο μείζον πρόβλημα της έλλειψης φαρμάκων αναφέρθηκε ο Πρόεδρος του Φαρμακευτικού Συλλόγου Αττικής, Κώστας Λουράντος λέγοντας πως η έλλειψη φαρμάκων οφείλεται, μεταξύ άλλων και στην κακή τιμολογιακή πολιτική της Κυβέρνησης

Ο Πρόεδρος του Φαρμακευτικού Συλλόγου Αττικής, Κώστας Λουράντος, μιλώντας στην τηλεόραση του ΑΝΤ1 αναφέρθηκε στο πολυσυζητημένο πρόβλημα που έχει ανακύψει με την έλλειψη ορισμένων φαρμάκων από την αγορά.

«Σε κάποια φάρμακα υπάρχει έλλειψη πρώτης ύλης σε παγκόσμια επίπεδο κι εκεί οφείλεται η έλλειψη, για κάποια άλλα όμως η έλλειψη οφείλεται στην κακή τιμολογιακή πολιτική της Κυβέρνησης» τόνισε ο κ. Λουράντος, προσθέτοντας πως «κάποια φάρμακα που στην Ελλάδα κοστίζουν 2-3 ευρώ, στη Γερμανία κοστίζουν 12 ευρώ».

Στην συνέχεια ο ίδιος αναφέρθηκε και στον Υπουργό Υγείας λέγοντας χαρακτηριστικά πως «πριν από λίγες ημέρες, ο κ. Πλεύρης εξήγγειλε εξορθολογισμό των τιμών. Το αποτέλεσμα ήταν τα μη συνταγογραφούμενα φάρμακα να έχουν αυξηθεί έως και 200%, τα συνταγογραφούμενα και μάλιστα τα φτηνότερα από αυτά, να δουν και νέα μείωση τιμών, που εντείνει την έλλειψη».



Σε κάποια φάρμακα υπάρχει έλλειψη πρώτης ύλης σε παγκόσμια επίπεδο κι εκεί οφείλεται η έλλειψη, για κάποια άλλα όμως η έλλειψη οφείλεται στην κακή τιμολογιακή πολιτική της Κυβέρνησης. Κάποια φάρμακα που στην Ελλάδα κοστίζουν 2-3 ευρώ, στη Γερμανία κοστίζουν 12

ΚΩΣΤΑΣ ΛΟΥΡΑΝΤΟΣ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΑΤΤΙΚΗΣ



Ανέλαβε καθήκοντα και επίσημα ο νέος Πρύτανης του ΔΠΘ Φώτης Μάρης

ΤΕΛΕΤΗ ΠΑΡΑΛΑΒΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΗΚΕ ΣΤΗΝ ΚΟΜΟΤΗΝΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΦΟΡΕΩΝ ΑΠΟ ΟΛΗ ΤΗ ΘΡΑΚΗ

Στον χαιρετισμό του υποσχέθηκε ένα πανεπιστήμιο πιο ισχυρό και μάλιστα για άλλη μια φορά εξέφρασε δημόσια την βούλησή του, το ΔΠΘ να είναι το πανεπιστήμιο όλης της Περιφέρειας

Με κάθε επισημότητα ο Φώτης Μάρης καθηγητής του Τμήματος Πολιτικών Μηχανικών, είναι ο νέος πρύτανης του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης. Ο κος Μάρης σε μια ειδική τελετή που έλαβε χώρα πριν από λίγο σήμερα 10 Ιανουαρίου στην αίθουσα συνεδριάσεων της Συγκλήτου (κτήριο Διοίκησης Πανεπιστημιούπολη Κομοτηνής) ανέλαβε καθήκοντα, αφού πρώτα του παρέδωσε την πρυτανική αρχή ο μέχρι πρότινος πρύτανης Αλέξανδρος Πολυχρονίδης.

Στη τελετή παραβρέθηκαν οι Μητροπολίτες Μαρωνείας και Κομοτηνής, Ξάνθης και Περιθεωρίου, βουλευτές, ο περιφερειάρχης ΑΜΘ Χρήστος Μέτιος, ο αντιπεριφερειάρχης Ροδόπης Νίκος Τσαλικάκης, ο δήμαρχος Κομοτηνής Γιάννης Γκάρανης, ο δήμαρχος Μαρωνείας-Σαίων Ντίνος Χαριτόπουλος, ο δήμαρχος Ιάσμου Οντέρ Μουμίν, ο δήμαρχος

Ξάνθης Μανώλης Τσέπελης, ο δήμαρχος Αλεξανδρούπολης Γιάννης Ζαμπούκης, εκπρόσωποι των σωμάτων ασφαλείας και φυσικά πρόεδροι των Τμημάτων του ΔΠΘ και προσωπικό του Πανεπιστημιακού Ιδρύματος.

Ο κος Μάρης παίρνοντας τον λόγο, υποσχέθηκε ένα πανεπιστήμιο πιο ισχυρό και μάλιστα για άλλη μια φορά εξέφρασε δημόσια την βούλησή του, το ΔΠΘ να είναι το πανεπιστήμιο όλης της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης. Αυτή είναι μια άποψη που την έχει εκφράσει στα Περιφερειακά Συμβούλια και ο κος Μέτιος λέγοντας πως μια τέτοια εξέλιξη θα τον ικανοποιούσε. Ο κος Πολυχρονίδης ευχαρίστησε τους αντιπρυτάνεις και το διοικητικό προσωπικό του ΔΠΘ για την συνεργασία που είχαν όλα αυτά τα χρόνια και ευχήθηκε στον κο Μάρη καλό και παραγωγικό έργο, παραδίδοντας του με



Ο κ. Φώτης Μάρης, νέος Πρύτανης του ΔΠΘ και ο απερχόμενος κ. Πολυχρονίδης

αυτόν τον τρόπο την πρυτανική αρχή. Παρόντες φυσικά ήταν και οι νέοι αντιπρυτάνεις που επίσης αναλαμβάνουν καθήκοντα. Πρόκειται για τους:

- Μαρία Γρηγορίου, καθηγήτρια του Τμήματος Μοριακής Βιολογίας και Γενετικής

- Κωνσταντίνος Χαλιορής, καθηγητής του Τμήματος Πολιτικών Μηχανικών

- Γεώργιος Μπρούφας, καθηγητής του Τμήματος Αγροτικής Ανάπτυξης
- Βασίλειος Γούργουλης, καθηγητής του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής

Αγωγής και Αθλητισμού

Η θητεία του πρύτανη και των τεσσάρων αντιπρυτάνεων του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης λήγει την 31η Αυγούστου 2026.

Ανδρ. Αγελαρίδης «Χρόνος»

ΔΡΑΜΑ

Εντεκα άτομα κατάφερε να εξαπατήσει επιτήδειος, ο οποίος έπειθε πολίτες να του προκαταβάλουν χρηματικά ποσά προκειμένου να τους προμηθεύσει με πέλετ, χωρίς ουδέποτε να τους παραδώσει την προσυμφωνηθείσα καύσιμη ύλη. Κατάφερε να αποσπάσει συνολικά το χρηματικό ποσό των 7000 ευρώ προτού συλληφθεί.

ΚΑΒΑΛΑ

Σφαγή στο δήμο Καβάλας με φόντο το παλαιό νοσοκομείο, για το οποίο ανατίθεται σε εταιρεία real estate να βρει επενδυτή και να ορίσει τους όρους της σύμβασης. Η παράταξη της αντιπολίτευσης «Ο τόπος της ζωής μας» υπό τον Μάκη Παπαδόπουλο κατηγορεί τον Δήμαρχο για «ύποπτη διαδικασία» αναφορικά με το νοσοκομείο, ενώ καλούν τον δήμαρχο να ακολουθήσει τέσσερα συγκεκριμένα και «διαφανή» μέτρα για την αξιοποίησή του.



Σύντομες Ειδήσεις

ΞΑΝΘΗ

Σε ρυθμούς καρναβαλιού έχει μπει πλέον η Ξάνθη, με τους πολιτιστικούς συλλόγους να ανακοινώνουν σταδιακά τις «εμφανίσεις» τους για τη μεγάλη καρναβαλική παρέλαση, ενώ παράλληλα προετοιμάζονται και τα άρματα. Ο Βασιλιάς του Ξανθιώτικου Καρναβαλιού βρέθηκε στον χώρο όπου προετοιμάζονται τα άρματα κι απηύθυνε κάλεσμα σε όλους για τις φετινές εκδηλώσεις.

ΝΕΥΡΟΚΟΠΙ

Με μία πολύ καλή και ενδιαφέρουσα είδηση ανοίγει η νέα χρονιά για τους πατατοπαραγωγούς του λεκανοπεδίου Κ. Νευροκοπίου, καθώς έγινε δεκτή, η πρόταση που είχε κάνει η ΕΑΣ Δράμας ώστε το συσκευαστήριο για την επεξεργασία πατάτας στο Νευροκόπι, να ενταχθεί στο Ταμείο Ανάκαμψης. (proinos-typos.gr)



ΚΟΜΟΤΗΝΗ

Κλείδωσε γι' αυτή την Παρασκευή 13 Ιανουαρίου η επίσκεψη του πρωθυπουργού Κυριάκου Μητσοτάκη στη Ροδόπη. Σύμφωνα με όσα έκανε γνωστά μέσα από τη συχνότητα του ράδιο Χρόνος 87.5fm ο πρόεδρος της ΔΕΕΠ ΝΔ Ροδόπης Γιάννης Τζαμπάκης το απόγευμα, περί των 19:00, θα πραγματοποιηθεί η κεντρική ομιλία στο Μέγαρο Μουσικής Κομοτηνής.



ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟ

ΜΕ Αφορμή τις χειμερινές εκπτώσεις ο Εμπορικός Σύλλογος Διδυμοτείχου προχωρά σε μία νέα δράση με σκοπό να αυξήσει την εμπορική κίνηση των τοπικών καταστημάτων. Όσοι καταναλωτές επιλέξουν τα τοπικά καταστήματα της πόλης του Διδυμοτείχου θα μπαίνουν αυτόματα και σε μία κλήρωση που θα μοιράσει πλούσια δώρα στους τυχερούς. (radioevros.gr)



Ορεστιάδα: Παραιτήσεις συμβούλων «από τις παράνομες και αντισυνταγματικές πλέον επιτροπές Θεοδωρικάκου»

ΔΗΜΟΤΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΝΟΜΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΩΝ “ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ ΜΑΣ” ΥΠΕΒΑΛΛΑΝ ΤΗΝ ΠΑΡΑΙΤΗΣΗ ΤΟΥΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ

«Η απλή αναλογική δεν είναι πρόβλημα. Πρόβλημα είναι η αλαζονεία, ο αυταρχισμός, η αδιαφάνεια και η υπερσυγκέντρωση εξουσιών»

Οι δημοτικοί σύμβουλοι της Αυτόνομης Κίνησης Πολιτών «Εί- ναι στο Χέρι μας», Αθανάσιος Παπανδρέου, Αθανάσιος Κυρ- γιάννης, Ηλίας Αγγελικούδης και Χαντζής Φώτης, υπέβαλλαν χθες την παραίτησή τους από τις Επιτροπές Οικονομικών και Ποι- ότητας Ζωής του Δήμου Ορεστιά- δας. Αναλυτικά, ακολουθεί η επιστολή που απέστειλαν στον Δήμο Ορεστιάδας αιτιολογώ- ντας αυτή τους την ενέργεια:

«Ορεστιάδα 10/01/2023

Με την παρούσα επιστολή, σας ανακοινώνουμε την παραι- τησή μας από τακτικά και ανα- πληρωματικά μέλη των επιτρο- πών Οικονομικής & Ποιότητα Ζωής. Από την πρώτη μέρα της ψήφισης του νόμου Θεοδωρικά-

κου είχαμε εκφράσει την έντονη διαφωνία μας για την καταστρα- τήγηση της λαϊκής βούλησης και του αντιδημοκρατικού χαρακτή- ρα του. Ήμασταν η μόνη παρά- ταξη του δήμου, που τόσο εντός, όσο και εκτός δημοτικού συμ- βουλίου μιλήσαμε ανοικτά για την αντισυνταγματικότητά του και τα προβλήματα που θα δη- μιουργούσε.

Με την απόφαση 2377/2022 της Ολομέλειας του Συμβουλί- ου της Επικρατείας κρίθηκε ότι οι διατάξεις των ν. 4623/2019 και 4625/2019 με τις οποίες θε- σπίσθηκαν αλλαγές στον τρόπο συγκροτήσεως της οικονομικής επιτροπής και της επιτροπής ποι- ότητας ζωής των δήμων (...) έρ- χονται σε αντίθεση με τις διατά-



ξεις των άρθρων 5 παρ. 1, 52 και 102 παρ. 2 του Συντάγματος.

Η Κυβέρνηση της ΝΔ στο όνομα της κυβερνησιμότητας των δήμων και χωρίς ποτέ να δοκιμαστεί στην πράξη η απλή αναλογική, δε δίστασε να τσου- βαλιάσει το σύνταγμα και να αφήσει τους δήμους στο έλεος της ανευθυνότητάς της. Αλλοί- ωσαν το εκλογικό αποτέλεσμα και έδωσαν στη δημοτική αρχή τεχνητή πλειοψηφία 3/5 μέσω των επιτροπών. Δε δίστασαν να μεταφέρουν όλες τις σημαντι-

κές αρμοδιότητες των δημοτικών συμβουλίων στις ελεγχόμενες επιτροπές από τον δήμαρχο, κα- θιστώντας το δημοτικό συμβού- λιο διακοσμητικό όργανο χωρίς αποφασιστικό ρόλο.

Τρία χρόνια μετά και αφού επέτρεψε τους δημάρχους να ασκήσουν διοίκηση, χωρίς ουσια- στικά να υπάρχει δημόσια κριτική και διαφάνεια των αποφάσεών τους, μας δείχνουν πως άριστοι είναι μόνο στις υποκλοπές και στα σκάνδαλα.

Δεν έχουμε καμία εμπιστο-

σύνη στο υπουργείο Εσωτερι- κών για τις νομοθετικές πρωτο- βουλίες που προτίθεται να πάρει, καθώς ήδη έχει δείξει τις προ- θέσεις του. Οι αποφάσεις των επιτροπών είναι νομικά έωλες, μπορούν να προσβληθούν και να ακυρωθούν για λόγους μη νόμιμης σύνθεσής τους.

Η αυτόνομη κίνηση πολιτών “ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ ΜΑΣ” (όπως είχε τοποθετηθεί σε πρόσφατη συνεδρίαση ο επικεφαλής μας Σάκης Παπανδρέου που ζήτησε την άμεση εφαρμογή του Κλει-

σθένη) αποσύρει όλα τα μέλη της από τις παράνομες και αντι- συνταγματικές πλέον επιτροπές Θεοδωρικάκου.

Ο δήμος και η δημοκρατία χρειάζονται διάλογο, συνεργα- σίες και πολιτικό πολιτισμό για να αντιμετωπίσουν τις προκλή- σεις της εποχής μας.

Η απλή αναλογική δεν εί- ναι πρόβλημα. Πρόβλημα είναι η αλαζονεία, ο αυταρχισμός, η αδιαφάνεια και η υπερ συγκέ- ντρωση εξουσιών.»

«Θετικό πρόσημο» της τουριστικής κίνησης στη διάρκεια του 2022

Σύμφωνα με τον εντεταλμένο σύμβουλο Τουρισμού της Περιφέρειας ΑΜΘ Αθ. Τσώνη

Ικανοποίηση από το «θε- τικό πρόσημο» της τουριστι- κής κίνησης στη διάρκεια του 2022 εξέφρασε σε δηλώσεις του στην ΕΡΤ Ορεστιάδας ο εντεταλμένος σύμβουλος Τουρισμού της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης, Αθανάσιος Τσώνης. Ο ίδιος επεσήμανε ότι παρα- μένει ο στόχος της διεύρυν- σης της τουριστικής δραστη- ριότητας και τους 12 μήνες του χρόνου, ενώ «θετικά» χα- ρακτήρισε και τα πρώτα δείγ- ματα του νέου έτους.

Τόνισε επίσης ότι «στόχος είναι το αποτύπωμα του του- ρισμού να το δει και ο τε- λευταίος πολίτης της ΑΜΘ και αυτό θα επιτευχθεί μόνο όταν συνδυαστούν όλοι οι παράγοντες», όπως χαρακτη- ριστικά σχολίασε. Υποστήριξε

ακόμα ότι η Αλεξανδρούπο- λη έχει καταστεί City break προορισμός, με έντονη κινη- τικότητα από Βαλκάνιους επι- σκέπτες, κυρίως Βούλγαρους



και Τούρκους, ενώ κατέληξε σημειώνοντας πως η ΠΑΜΘ στοχεύει και σε νέες αγορές, και για τον λόγο αυτό συμμε- τέχει σε κάθε έκθεση του ΕΟΤ και υλοποιεί το πρόγραμμα τουριστικής προβολής, τόσο στο εξωτερικό όσο και στο εσωτερικό.

Αλεξανδρούπολη: Ανανέωση καρτών στάθμευσης μόνιμου κατοίκου για το έτος 2023

Από πότε πρέπει να προσέρχονται στις υπηρεσίες για ανανέωση οι κάτοικοι του κέντρου

προς αποφυγήν συνωστισμού και αναμονής στις υπηρεσίες του Δήμου
Περισσότερες πληροφορίες:
a.tsiakiri@alexpoli

Ο Δήμος Αλεξανδρούπολης ενη- μερώνει τους κατοίκους, οι οποίοι είναι κάτοχοι της κάρτας μόνιμου κατοίκου του κέντρου και επιθυμούν την ανανέωσή της για το έτος 2023 να προσέρχονται από την Δευτέ- ρα 23 Ιανουαρίου 2023 στο γρα- φείο της Κοινότητας Αλεξανδρούπο- λης (Πλατεία Κύπρου), καθημερινά (Δευτέρα-Παρασκευή), ώρες (08:00- 14:00) προσκομίζοντας τα παρα- κάτω:

- Φωτοτυπία της ταυτότητας
- Ε1 τελευταίου έτους (έντυπο φορολογικής δήλωσης) ή μισθω- τήριο μέσω taxis

Όσοι κάτοικοι επιθυμούν τη χο- ρήγηση κάρτας στάθμευσης μόνιμου κατοίκου για πρώτη φορά μπορούν να καταθέσουν τις αιτήσεις τους ηλεκτρονικά μέσω της ιστοσελίδας



ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ: Περιήγηση στα παραδεισένια τοπία των Πρεσπών

ΕΝΑΣ ΜΑΓΙΚΟΣ ΤΟΠΟΣ ΠΟΥ ΟΙ ΕΒΡΙΤΕΣ, ΩΣ ΜΑΚΡΙΝΟΙ «ΣΥΓΚΑΤΟΙΚΟΙ» ΜΙΑΣ ΑΛΛΗΣ ΣΥΝΟΡΙΟΓΡΑΜΜΗΣ, ΘΑ ΒΡΟΥΝ ΣΥΓΚΙΝΗΤΙΚΑ ΟΙΚΕΙΟ

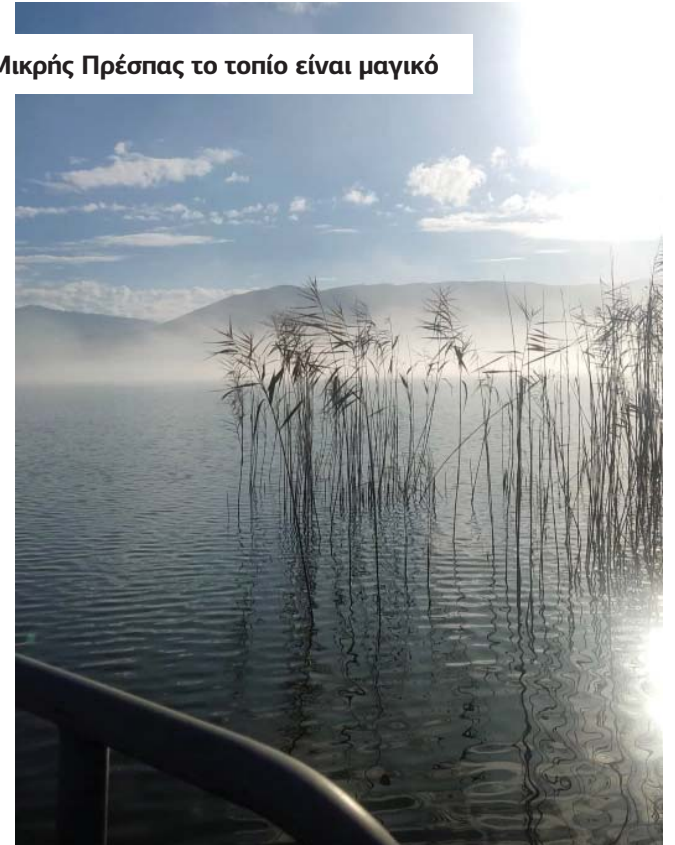
Στάση και στη Φλώρινα, την πόλη που ενέπνευσε τον Θεόδωρο Αγγελόπουλο

ΤΗΣ ΚΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΩΤΟΥ

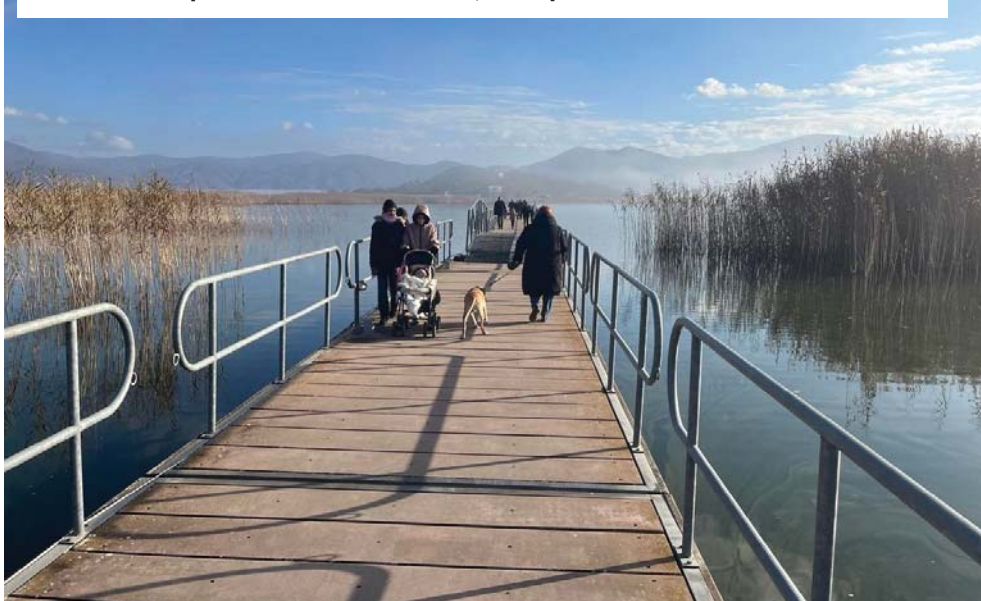
Στα 1.050 μέτρα υψόμετρο, στον Άγιο Γερμανό, το "μπαλκόνι" της Μεγάλης Πρέσπας, οι κάτοικοι δεν θυμούνται πότε ήταν η τελευταία φορά που έκαναν Χριστούγεννα χωρίς χιόνια. Φέτος, η θερμοκρασία πέφτει σπάνια κάτω από το μηδέν, αλλά οι καμινάδες των πέτρινων σπιτιών καπνίζουν ασταμάτητα. Στο χωριό, τα βράδια λειτουργεί μόνο μία ταβέρνα, που σερβίρει ψητή

φλωρινέλα και τηγανιτές πατάτες να ξεχνάς το όνομά σου και μια καντίνα, στολισμένη με πολύχρωμα φωτάκια. Αποτελεί σημείο συνάντησης για κατοίκους και επισκέπτες, αφού πέρα από τα κλασικά "βρώμικα" προσφέρει και ζεστό κρασί! "Τι γίνεται με τους μετανάστες στον Έβρο; Περνάνε ακόμα; ... Τι να σου κάνει κι ο φράχτης, άμα ο άνθρωπος θέλει να φύγει από έναν τόπο, θα βρει τον τρόπο και θα φύγει",

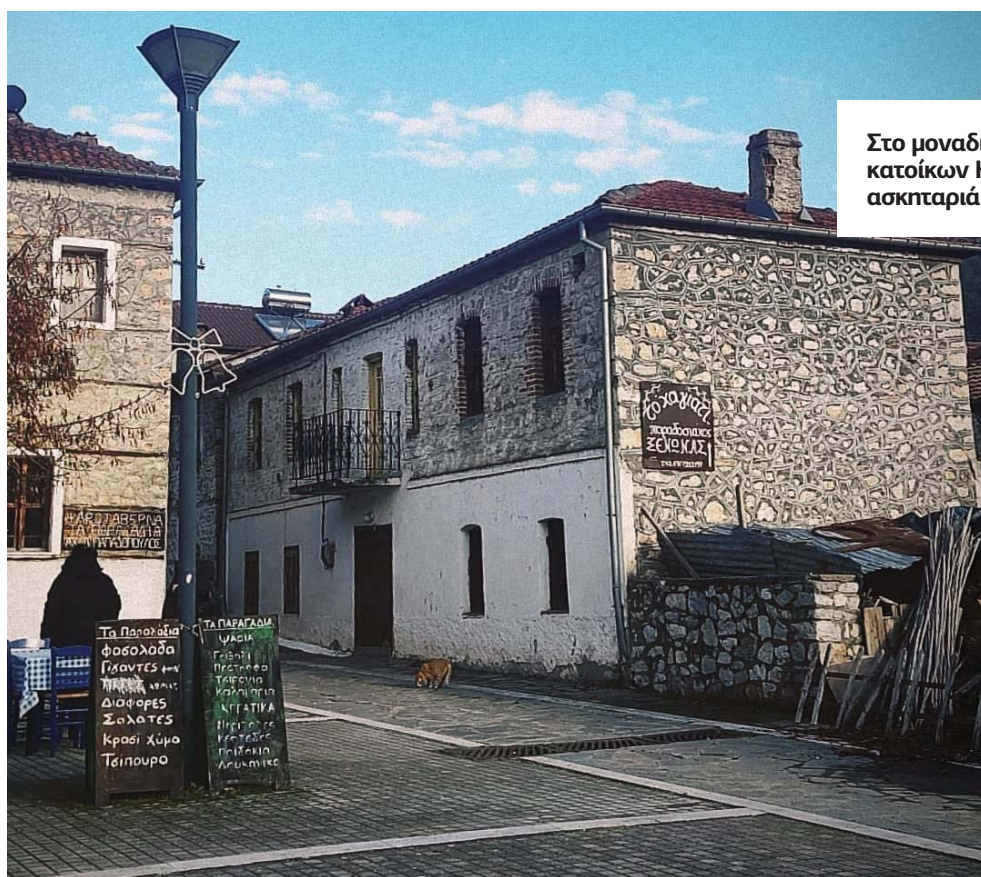
Στον Άγιο Αχίλλειο, στην καρδιά της Μικρής Πρέσπας το τοπίο είναι μαγικό



Η πεζογέφυρα των 650 μέτρων συνδέει την κοντινότερη όχθη της λίμνης με το νησάκι του Αγίου Αχιλλείου, στο οποίο ζουν περίπου 20 κάτοικοι



Στο μοναδικό ελληνικό χωριό της Μεγάλης Πρέσπας, τους Ψαράδες των 60 κατοίκων Η μεγαλύτερη περιπέτεια είναι η βαρκάδα, με ξενάγηση στα διάσημα ασκητάρια της Παναγίας της Ελεούσας, της Μεταμόρφωσης και της Ανάληψης



μας λέει ο κύριος Δημήτρης και θυμάται τους μήνες και τα χιλιόμετρα που έκανε ως φαντάρος στην Αλεξανδρούπολη τη δεκαετία του '70.

Στο μοναδικό ελληνικό χωριό της Μεγάλης Πρέσπας, τους Ψαράδες των 60 κατοίκων, υπογράφηκε το 2019 η Συμφωνία των Πρεσπών. Στα νερά της συναντώνται τα σύνορα τριών χωρών (Ελλάδας, Αλβανίας και Βόρειας Μακεδονίας) αλλά και αλιείς, που αλληλοκαλημερίζονται από μακριά, ο καθένας στη γλώσσα του. Εδώ, βλέπεις αγελάδες μέχρι εκεί που φτάνει το μάτι. Κάποιες από αυτές, ανήκουν στη σπάνια ράτσα της βραχυκερατικής φυλής. Οι ντόπιοι ασχολούνται με την αλιεία και τις ξεναγήσεις με βάρκες στα ξακουστά ασκηταριά της λίμνης. Τα ταβερνάκια σερβίρουν γίγαντες Πρεσπών, που λιώνουν στο στόμα και τηγανητό γριβάδι, ένα ποταμίσιο ψάρι εξαιρετικής νοστιμιάς.

Στον Άγιο Αχίλλειο, στην καρδιά της Μικρής Πρέσπας, με την ξακουστή πεζογέφυρα, το τοπίο είναι τόσο εξωπραγματικό, που σε κάνει να αμφισβητείς αρχικά την ίδια σου την όραση και στη συνέχεια το πού αληθινά βρίσκεσαι. Μήπως στον παράδεισο; Σε κάποιο όνειρο; Ή στο ψεύτικο σκηνικό κάποιας ταινίας; Ένα πέπλο αχνιστής ομίχλης καλύπτει την επιφάνεια της λίμνης, ενώ πίσω από τις διάσπαρτες καλαμιές θαρρείς πως κρύβονται νεράιδες. Γιατί, αν υπάρχουν νεράιδες, δεν μπορεί να ζουν οπουδήποτε αλλού στον κόσμο, μόνο εδώ.

Ξεκινάμε για Φλώρινα, με το ψυχρό κλίμα και το "σινιάκι", όπως λένε οι ντόπιοι την πυκνή ομίχλη που εμφανίζεται τέτοια εποχή. (Όσοι πήγαιναν δημοτικό τη δεκαετία του '80 είναι δύσκολο να μη θυμούνται τα τετράγωνα κουτάκια των χυμών Φλώρινα, που συνόδευαν τα διαλείμματα στο σχολείο, τις εκδρομές ή το απογευματινό μας κολατσιό. Δυστυχώς, ο συγκεκριμένος χυμός, δεν υπάρχει πια)

Παντού κυκλοφορεί κόσμος



Ο ποταμός Σακουλέβας διασχίζει την ανατολική πλευρά της Φλώρινας. Τα φαντάσματα των παλιών αρχοντικών εντυπωσιάζουν τον επισκέπτη



βιαστικός, έχει ήλιο, η υγρασία όμως τρυπάει τα κόκκαλα και οι δρόμοι είναι υγροί και παγωμένοι. Έχει 5 βαθμούς κελσίου, στις 11 το πρωί. Άνοιξη, για τα δεδομένα της περιοχής. Κατηφορίζουμε από το κέντρο προς τον ποταμό Σακουλέβα που διασχίζει την ανατολική πλευρά της πόλης. Τα φαντάσματα των παλιών αρχοντικών πάνω από τα κεφάλια μας σαν να ψιθυρίζουν τον μονόλογο κάποιας αρχαίας τραγωδίας. Με συγκινούν τα κτίρια που κάποτε έζησαν μεγάλες δόξες και σήμερα μοιάζουν να θρηνούν το παρόν τους, στάζοντας δάκρυα και αναμνήσεις από τις σακατεμένες στέγες και τις σκουριασμένες πόρτες τους.

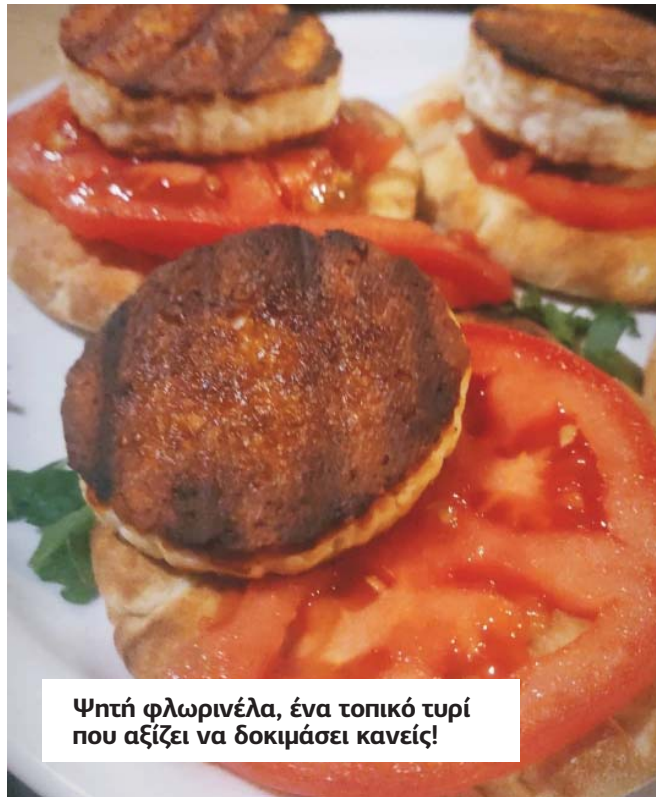
Σε ένα από αυτά, στην οικία Σαπουντζή, είχαν γυριστεί σκηνές από τον Μελισσοκόμο του Αγγελόπουλου. Σήμερα, η καγκελόπορτα είναι ασφαλισμένη με λουκέτο. Μόνο μια γάτα κυκλοφορεί στην αυλή και νιαουρίζει επίμονα. Σαν να βλέπω απέναντί μου τον Μαστρογιάννη να κατεβαίνει για τελευταία



φορά τα σκαλιά, προτού ρίξει μαύρη πέτρα πίσω του.

Σε ένα μαγαζάκι στο κέντρο, η κυρία Ματίνα φτιά-

χνει γλυκά του κουταλιού και μαρμελάδες. "Εγώ γεννήθηκα στη Φλώρινα και με στεναχωρεί πολύ αυτή η εικόνα



Ψητή φλωρινέλα, ένα τοπικό τυρί που αξίζει να δοκιμάσει κανείς!

με τα ερειπωμένα σπίτια... Τα περισσότερα δεν μπορούν να διασωθούν πια και θα γίνουν πολυκατοικίες. Η αντιπαροχή

είναι η κατάρρα αυτής της χώρας" λέει με πίκρα.

Ίσως ο Αγγελόπουλος αγάπησε τόσο πολύ αυτή την πόλη για την αλήθεια της. Για την υγρή και γκρίζα μοναξιά της. Και ίσως την επέλεξε (αν και σε συνεντεύξεις του συνήθιζε να λέει πως ο τόπος σε επιλέγει) ως σκηνικό για πολλές από τις ταινίες του, για να μας θυμίσει ότι Ελλάδα δεν είναι μόνο τόποι λουσμένοι στο φως κι ένας λαός που αναπαύεται, ισόβια προνομιούχος, στις δάφνες ενός ένδοξου παρελθόντος. Έτσι και η ζωή, δεν είναι μόνο ένα κολάζ από ηλιόλουστες στιγμές και ανέμελα όνειρα για το μέλλον. Η ζωή ενίοτε έχει αβάσταχτα γκρίζες αποχρώσεις κι έχει και παρελθόν που κάποιες φορές, σαν τα παλιά αρχοντικά, σε κάνει να το νοσταλγείς, κάποιες άλλες, όμως, σε πονάει βαθιά.

Στο δρόμο της επιστροφής, νιώθω απόλυτα σίγουρη ότι μια μέρα θα επιστρέψω. Μέρη όπως αυτά είναι μόνο για να επιστρέφεις. Για να χάνεσαι μέσα στην ομίχλη και την αλήθεια τους και να σε ξαναβρίσκεις.

Στην οικία Σαπουντζή, είχαν γυριστεί σκηνές από τον Μελισσοκόμο του Αγγελόπουλου. Σήμερα, η καγκελόπορτα είναι ασφαλισμένη με λουκέτο. Μόνο μια γάτα κυκλοφορεί στην αυλή και νιαουρίζει επίμονα.



«Κακό ποδαρικό» στο 2023 με νέο πονοκέφαλο αυξήσεων

ΣΕ ΓΑΛΑΤΑ, ΠΑΝΕΣ, ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΑ ΣΤΑ ΣΟΥΠΕΡ ΜΑΡΚΕΤ

«Ανατιμήσεις σε 500 προϊόντα» εκτιμά
η Ένωση Εργαζομένων Καταναλωτών

Συνεχίζουν την ανοδική τους πορεία οι ανατιμήσεις των προϊόντων στα σούπερ μάρκετ. Οι τιμές στις παιδικές πάνες, στα γάλατα, στα τυριά και στα απορρυπαντικά έχουν αυξήσει το νέο έτος κατά 10 με 20 λεπτά, ενώ σε ορισμένα από αυτά παρατηρείται αύξηση στο κόστος και μείωση στην ποσότητα των προϊόντων. Παράλληλα, αναμένονται νέες αυξήσεις ως 30% σε εκατοντάδες προϊόντα στα σούπερ μάρκετ.

Τα Dnews πραγματοποιήσαν σημερινό ρεπορτάζ συγκρίνοντας το με αντίστοιχα του Οκτωβρίου και Νοεμβρίου του 2022.

Όπως φαίνεται και στις φωτογραφίες πάνες των 34 τε-

μαχίων (No6 15+ kg) ευρώ και οι μικρότερες σε μέγεθος (N 4 9-14/8-14K) στοίχιζαν 24,40 ευρώ. Σήμερα φτάνουν τα 24,95 και 27,88 ευρώ αντίστοιχα.

Τα γάλατα από 2,28 ευρώ κάνουν 2,78 ευρώ. Τα τυριά και συγκεκριμένα οι φέτα από διάφορες εταιρίες έχει αυξηθεί 0,10 λεπτά. Σε σύγκριση με τις τιμές τους Οκτωβρίου οι τρεις ετικέτες από 5,86 ευρώ, 2,88 ευρώ και 2,82 ευρώ, τώρα κοστίζουν 5,96 ευρώ 2,98 ευρώ και 2,94 ευρώ αντίστοιχα. Στα απορρυπαντικά ρούχων και πιάτων οι αυξήσεις είναι της τάξεως του 10 με 15 λεπτά. Για παράδειγμα γνωστή ετικέτα απορρυπαντικού ρούχων από 10,78 είναι



στα 10,98.

Σημειώνεται ότι στα προϊόντα που αναφέρονται υπάρχουν διάφορες προσφορές οι οποίες διαφοροποιούνται κάθε εβδομάδα.

«Κάθε μήνα πληρώνουμε περισσότερα για λιγότερα πράγματα»

Αγανακτισμένοι δηλώνουν οι καταναλωτές οι οποίοι έπει-

τα από κάθε επίσκεψη τους στα σούπερ μάρκετ αντικρίζουν όλο και πιο ακριβά προϊόντα. «Η κατάσταση έχει ξεφύγει. Δεν αντέχουμε άλλο. Κάθε μήνα πληρώνουμε περισσότερα ενώ αγοράζουμε λιγότερα. Μας κοροϊδεύουν. Πήρα σήμερα απορρυπαντικό είναι πιο ακριβό και φυσικά η ποσότητα του έχει μειωθεί κι άλλο. Θα έπρεπε να ντρέπο-

νται. Βγαίνουν χαρούμενοι και ανακοινώνουν τα καλάθια της κοροϊδίας νομίζοντας ότι έτσι θα τους πούμε και ευχαριστώ, είναι ντροπή», αναφέρει η κα. Αναστασία στα Dnews.

«Ανατιμήσεις σε 500 προϊόντα»

Σύμφωνα με την Ένωση Εργαζομένων Καταναλωτών από την Δευτέρα (9/1), «έρχονται»

αυξήσεις φτάνουν το 30% σε απορρυπαντικά σαμπουάν και στις βρεφικές πάνες, το 20% σε δημητριακά και το 18% θα στα τυριά.

Τέλος εκτιμάται ότι οι σε τουλάχιστον 500 προϊόντα σούπερ μάρκετ από την ερχόμενη Πέμπτη 12/1, οι ανατιμήσεις πρόκειται να φτάσουν ακόμα και σε διψήφιο ποσοστό:

Ενδεικτικά:

- * Παιδικές πάνες έως 30%
- * Απορρυπαντικά έως 30%
- * Σαμπουάν έως 30%
- * Ξυραφάκια έως 30%
- * Σοκολατοειδή έως 30%
- * μπισκότα έως 30%
- * ζυμαρικά και σάλτσες έως 29%.
- * λουκούμια έως 27%.
- * λιαστές ντομάτες έως 20%.
- * μπάρες δημητριακών και κονσέρβες λαχανικών έως 19%.
- * καθαριστικά σπιτιού έως 18%.
- * τυριά, μπισκότα και φρυγανιές έως 16%.
- * ζωοτροφές έως 15%.
- * ελαιόλαδο έως 14%
- * ρύζι 13%.

Dikaiologitika.gr

Market Pass: Ανακοινώθηκε η ημερομηνία για αίτηση στο gov.gr

Τα 3 στοιχεία που
χρειάζεστε για
αίτηση

Έτοιμοι για να κάνουν τις αιτήσεις τους είναι οι δικαιούχοι του Market Pass, με τον υπουργό Ανάπτυξης να δίνει και την επίσημη ημερομηνία που θα ανοίξει η ηλεκτρονική πλατφόρμα του gov.gr.

Υπενθυμίζεται ότι του vouchers.gov.gr θα «σπάσει» ανάλογα με τον λήγοντα αριθμό του ΑΦΜ των δικαιούχων. Έτσι, πρώτοι θα κάνουν όσοι έχουν ΑΦΜ που λήγει σε 0 και 1, θα ακολουθήσουν οι υπόλοιποι, ενώ στο τέλος θα μπορούν να κάνουν όλοι αίτηση, όπως έγινε και με το Fuel Pass.

Σήμερα, ο κ. Γεωργιάδης, μιλώντας στο «Πρώτο Πρόγραμμα», αναφέρθηκε συγκεκριμένα στην έναρξη των αιτήσεων και είπε ότι «από την 1η Φεβρουαρίου θα είναι έτοιμη η πλατφόρμα του market pass για να ξεκινήσουν οι δικαιούχοι να υποβάλλουν τις αιτήσεις.

Σημείωσε δε ότι μέσα στον Φεβρουάριο θα γίνουν και οι πρώτες πληρωμές, όχι όμως σε όλους που πιθανότατα θα αφορούν όσους επιλέξουν την ψηφιακή κάρτα και όχι τα μετρητά σε τραπεζικό λογαριασμό.

Market Pass: Τα 3 στοιχεία που χρειάζεστε για αίτηση

Ο δικαιούχος φυσικό πρόσωπο (ο υπόχρεος σε υποβολή της δήλωσης φορολογίας εισοδήματος ή ένας εκ των δύο συζύγων/μελών σε περίπτωση υποβολής χωριστής δήλωσης) εισέρχεται στην πλατφόρμα με τους κωδικούς taxisnet, όπου πιστοποιείται η επιλεξιμότητα και πληροφρείται το μηνιαίο ύψος της ενίσχυσης.

Θα πρέπει να συμπληρώσετε και να επικαιροποιήσετε τα παρακάτω στοιχεία:

- Διεύθυνση email
- Αριθμό κινητού τηλεφώνου
- Αριθμό προσωπικού τραπεζικού λογαριασμού

Οι δικαιούχοι του Market Pass

Δικαιούχοι της ενίσχυσης είναι φυσικά πρόσωπα άγαμα ή έγγαμα ή σε κατάσταση χηρείας ή πρόσωπα που έχουν συνάψει σύμφωνο συμβίωσης ή εν διαστάσει ή διαζευγμένα. Ειδικά, για τους έγγαμους ή τα πρόσωπα που έχουν συνάψει σύμφωνο συμβίωσης, δικαιούχος είναι ο υπόχρεος σε υποβολή της δήλωσης φορολογίας εισοδήματος κατά το άρθρο 67 του ν. 4172/2013 ή ένας εκ των δύο σε περίπτωση



υποβολής χωριστής δήλωσης. Τα φυσικά πρόσωπα δικαιούνται της ενίσχυσης, εφόσον πληρούν τα ακόλουθα κριτήρια:

- Το ετήσιο συνολικό οικογενειακό εισόδημά τους, ανεξάρτητα από την πηγή προέλευσής του, πραγματικό και τεκμαρτό, ανέρχεται έως 16.000 ευρώ για άγαμο υπόχρεο ή υπόχρεο σε κατάσταση χηρείας ή εν διαστάσει
- Στα 24.000 ευρώ για έγγαμο υπόχρεο ή τους έγγαμους ή τα μέρη του συμφώνου

συμβίωσης που υποβάλλουν ξεχωριστή φορολογική δήλωση βάσει της υποπερ. ββ' της περ. στ' της παρ. 4 του άρθρου 67 του ν.4172/2013 (δικαστική συμπάρσταση ή πτώχευση), ή τους έγγαμους που υποβάλλουν φορολογική δήλωση βάσει της περ. β της παρ. 4 του άρθρου 67 του ν.4172/2013 ή τα φυσικά πρόσωπα που έχουν συνάψει σύμφωνο συμβίωσης και έχουν υποβάλει κοινή φορολογική δήλωση χωρίς τέκνα, το οποίο προσαυξάνεται κατά 5.000 ευρώ για κάθε εξαρτώ-

μενο τέκνο, άλλο εξαρτώμενο μέλος και φιλοξενούμενο μέλος του νοικοκυριού

• Για τη μονογονεϊκή οικογένεια το ως άνω εισόδημα ανέρχεται έως 24.000 ευρώ, το οποίο προσαυξάνεται κατά 5.000 ευρώ για κάθε εξαρτώμενο τέκνο, άλλο εξαρτώμενο μέλος και φιλοξενούμενο μέλος μετά το πρώτο. Στο ετήσιο συνολικό οικογενειακό εισόδημα δεν περιλαμβάνεται εκείνο το οποίο αθροιστικά απαλλάσσεται από το φόρο εισοδήματος.

• Για τον προσδιορισμό της οικογενειακής κατάστασης, του αριθμού των εξαρτώμενων τέκνων, άλλων εξαρτώμενων μελών και φιλοξενούμενων μελών, καθώς και των εισοδηματικών κριτηρίων, χρησιμοποιούνται τα δεδομένα της Δήλωσης Φορολογίας Εισοδήματος Φυσικών Προσώπων, του φορολογικού έτους 2021, όπως έχει διαμορφωθεί κατά την 31η Δεκεμβρίου 2022. Αν οι σύζυγοι ή τα μέρη συμφώνου συμβίωσης υποβάλλουν χωριστή δήλωση λαμβάνεται ο μεγαλύτερος εκ του αριθμού τέκνων που έχει δηλωθεί σε μια εκ των δύο (2) δηλώσεων.

Η συνολική αξία της ακίνητης περιουσίας, όπως αυτή προκύπτει από την πράξη διοικητικού προσδιορισμού ΕΝ.Φ.Ι.Α. του έτους 2022, υπόχρεου, συζύγου ή μέλους συμφώνου συμβίωσης και εξαρτώμενων, κατά τον ν. 4172/2013, τέκνων, που αναγράφονται στη δήλωση φορολογίας εισοδήματος του φορολογικού έτους 2021, να μην υπερβαίνει το ποσό των 250.000 ευρώ για τους άγαμους, τους υπόχρεους σε κατάσταση χηρείας ή εν διαστάσει και το ποσό των 400.000 ευρώ για τους έγγαμους ή μέρη συμφώνου συμβίωσης και τις μονογονεϊκές οικογένειες

ΕΟΦ: Η λίστα με τις εναλλακτικές σε φάρμακα που είναι σε έλλειψη

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΣ ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΡΑΣΤΙΚΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΚΑΙ ΕΜΠΟΡΙΚΩΝ ΟΝΟΜΑΣΙΩΝ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΘΝΙΚΟ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Συνιστά στους πολίτες ότι σε περίπτωση που δεν υπάρχει το σκεύασμα που γνωρίζουν και αναζητούν, να απευθύνονται στον γιατρό ή τον φαρμακοποιό τους, ώστε να προμηθευτούν το αντίστοιχο σκεύασμα που θα καλύψει τις ανάγκες των ασθενών.

Εν μέσω σοβαρών ελλείψεων σε εκατοντάδες φάρμακα, κυρίως αντιβιοτικά αλλά και αρκετά κοινά αναλγητικά και αντιπυρετικά, ο Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων (ΕΟΦ) έδωσε χθες στη δημοσιότητα τη λίστα με τα εναλλάξιμα ανά θεραπευτική κατηγορία φάρμακα που μπορούν οι πολίτες να προμηθευτεί από τα ιδιωτικά φαρμακεία, σύμφωνα με τον εγκεκριμένο από τον ΕΟΦ τρόπο διάθεσής τους. Ο ΕΟΦ συνιστά στους πολίτες ότι σε περίπτωση που δεν υπάρχει το σκεύασμα που γνωρίζουν και αναζητούν, να απευθύνονται στον γιατρό ή τον φαρμακοποιό τους, ώστε να προμηθευτούν το αντίστοιχο σκεύασμα (ουσία, μορφή, περιεκτικότητα) που θα καλύψει τις ανάγκες των ασθενών. Ενδεικτικός κατάλογος δραστικών ουσιών και εμπορικών ονομασιών από τον ΕΟΦ για τα εναλλακτικά σκευάσματα μετά τις ελλείψεις στα φάρμακα

- Α) Παισιόπινα και Αντιπυρετικά**
- 1. Παρακεταμόλη: Deron, Apotel, Panadol, Condalair
 - 2. Παρακεταμόλη και καφεΐνη: Deron Plus, Apotel Extra, Panadol Extra, Algine
 - 3. Ιβουπροφαίνη: Brufen, Nurofen, Algofren, Advil, Buscofem
 - 4. Μεφαιναμικό οξύ: Ponstan, Ralreda
 - 5. Ακετυλοσαλικυλικό οξύ: Aspirin, Salospir
 - 6. Παρακεταμόλη και Ιβουπροφαίνη: Unitek, Gopain
 - 7. Παρακεταμόλη και Ακετυλοσαλικυλικό οξύ και καφεΐνη: Algon, Splentir
 - 8. Τολφαιναμικό οξύ: Gantil

- Β) Παισιόπινα και Αντιπυρετικά μαζί με Αποσυμφορητικά/Αντιισταμινικά**
- 1. Παρακεταμόλη και Φαινυλεφρίνη: Panadol Cold and Flu and Cough (περιέχει επίσης γουαφενεσίνη), Tantogrip
 - 2. Παρακεταμόλη και Χλωρφαιναμίνη: Deron Cold and Flu
 - 3. Παρακεταμόλη και Ψευδοεφεδρίνη: Panadol Cold and Flu
 - 4. Παρακεταμόλη και Ψευδοεφεδρίνη και Χλωρφαιναμίνη: Comtrex Cold, TrebonGrippe Day & Night (περιέχει και Ακετυλοκυστεΐνη)
 - 5. Ακετυλοσαλικυλικό οξύ και Ψευδοεφεδρίνη: Aspirin Complex Cold & Flu
 - 6. Ιβουπροφαίνη και Ψευδοεφεδρίνη: Gripomed, Nurofen

Cold & Flu
Γ) Αποσυμφορητικά (Spray)
Στα ρινικά SPRAY, είναι μεταξύ τους εναλλάξιμα μόνο τα σκευάσματα μέσα σε κάθε κατηγορία από αυτές που αναφέρονται παρακάτω εφόσον έχουν την ίδια μορφή και ίδια/αντίστοιχη περιεκτικότητα:

- 1) ΑΠΟΣΥΜΦΟΡΗΤΙΚΑ (ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ.):**
- Ξυλομεταζολίνη: Otrivin, Hexarhinal, Nasasyn
 - Οξυμεταζολίνη: Ezixin, Vicks Sinex, Ronal

- 2) ΓΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΚΗ ΡΙΝΙΤΙΔΑ κτλ (Συνταγογραφούμενα) που περιέχουν κορτικοστεροειδές**
- Δεξαμεθαζόνη: Dexas Rhinaspray, Dexaris
 - Μομεταζόνη: Nasonex, Mometasone/TARGET NASPR. SUS 50MCG/DOSE
 - Τριαμσινολόνη: Nasatrim
 - Φλουτικαζόνη: Flutazrole NASPR. SUS 50MC/DOSE, Flutinasal NASPR. SUS 50MCG/DOSE
 - Βουδεσονίδη: Abelan, Aurid, Biosonide NASPR. SUS 100MCG/DOSE, Budesonide Norma, Budesonide Target NASPR. SUS 100MCG/DOSE, Esonide, Obecirrol NASPR. SUS 100MCG/DOSE, Olfosonide, Resata, Serbo, Talgan NASPR. SUS 100MCG/DOSE (σταθ.δοσ), VERICORT NASPR. SUS 100MCG/DOSE, Vinacort NASPR. SUS 100MC/DOSE, Zefecort NASPR. SUS 100MCG/DOSE (σταθ.δοσ.), Zylolaf, Ixwor NASPR. SUS 100MCG/DOSE

- 3) ΓΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΚΗ ΡΙΝΙΤΙΔΑ κτλ (ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ.) που περιέχουν αντιισταμινικό**
- Ντιμετινδέν και Φαινυλεφρίνη: Vibrocil (περιέχει επιπλέον και την αποσυμφορητική δραστική ουσία Φαινυλεφρίνη)

- 4)) ΓΙΑ ΑΛΛΕΡΓΙΚΗ ΡΙΝΙΤΙΔΑ κτλ (Συνταγογραφούμενα) που περιέχουν συνδυασμό κορτικοστεροειδούς και αντιισταμινικού**
- Αζελαστίνη και Φλουτικαζόνη: Dymista
 - Αποσυμφορητικά (από του στόματος)
 - 1. Χλωρφαιναμίνη: Istamex (σιρόπι)
 - 2. Ψευδοεφεδρίνη: Aerinaze δισκία (περιέχει και δεσλοραταδίνη), Claritype-D δισκία (περιέχει και λοραταδίνη)



- Δ) Αντιβηχικά και Αποχρεμπικά**
- Για ξηρό βήχα
- 1. Βουταμιράτη: Sinecod, Safarol-Medichrom, Buvastin, Devix, Zetapron, Verocod, Minatuss, Physiocod, Devix
 - 2. Λεβοδροπροζίνη: Levotuss, Cetirol-Raldex
 - 3. Κωδεΐνη και Εφεδρίνη: Sival-B (συνταγή ναρκωτικών). Για παραγωγικό βήχα
 - 4. Αμβροξόλη: Mucosolvan, Strubelin, Aprinol, Fluibrox, Abrobion, Celibron, Broncolyn
 - 5. Βρωμεξίνη: Bisolvon, Bronchotussine
 - 6. Γουαϊφενεσίνη: Hexacough warm honey and lemon
 - 7. Ακετυλκυστεΐνη: Fluimucil, Trebon-N
 - 8. Φυτικά προϊόντα: Prospan, Alpenkraft, Bronchodual
 - 9. Θεοφυλλινική χολίνη: Cholelodyl
 - 10. Καρβοκυστεΐνη: Mucothiol

- Ε) Αντιαλλεργικά / Αντιϊσταμινικά**
- 1. Σετιριζίνη: Zirtek, Telarix, Zeda, Habitek, Cetirgen,
 - 2. Λεβοσετιριζίνη: Xozal, Contrahist, Levocet
 - 3. Δεσλοραταδίνη: Aerius
 - 4. Μιζολαστίνη: Oriens
 - 5. Φαιξοφεναδίνη: Allegra
 - 6. Ρουπαταδίνη: Rupafin
 - 7. Χλωρφαιναμίνη: Istamex
 - 8. Βιλαστίνη: Bilaz, Bilargen

- ΣΤ) Εισπνεόμενα ΒΡΟΓΧΟΔΙΑΣΤΑΛΤΙΚΑ:**
- 1. Σαλβουταμόλη (β2 διεγερτής βραχείας δράσης):**
- Aerolin AER.MD.INH 100MCG/DOSE,
 - Aerolin AER.MD.INH 200MCG/DOSE [σε άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα και εμφύσημα]
 - Aerolin NEBULES INH.SOL.N* 2.5mg/2.5ML AMP (SD),
 - Aerolin NEBULES INH.SOL.N* 5mg/2.5ML AMP (SD) [σε άσθμα, ΧΑΠ και οξύ σοβαρό άσθμα (Status asthmaticus)]

- 2. Φορμοτερόλη (β2 διεγερτής μακράς δράσης):**
- Forair INH.SOL.P 12MCG/Dose(ex-valve) [σε άσθμα+ΧΑΠ],
 - Broncoteril INHPD.CAP 12MC/CAP [σε άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα και εμφύσημα],
 - Edufil INHPD.CAP 12 MCG/CAP [Για βρογχόσπασμο προκαλούμενο από άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα και εμφύσημα+αλλεργιογόνα/αέρα/άσκηση + ΧΑΠ],
 - Formopen INH.PD.DOS

- 12MCG/DOSE (BLISTER) [για βρογχόσπασμο προκαλούμενο από άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα και εμφύσημα+ αλλεργιογόνα/αέρα/άσκηση + ΧΑΠ],
- Formotil /GENEPHARM INHPD.CAP 12MCG/CAP [για βρογχόσπασμο προκαλούμενο από άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα και εμφύσημα+ αλλεργιογόνα/αέρα/άσκηση + ΧΑΠ],
 - Imotec INHPD.CAP 12MC/CAP

- 3. Σαλμετερόλη (β2 διεγερτής μακράς δράσης):**
- Salment INH.SUS.P 25MCG/DOSE (σταθερών δόσεων),
 - Serevent PD.INH.MD 50MCG/DOSE,
 - Serevent INH.SOL.P 25 MCG/DOSE [σε άσθμα μόνο μαζί με κορτικοστεροειδή]

- 4. Βρωμιούχο ιπρατρόπιο (αντιχολινεργικό):**
- Atrovent INH.SOL.P 20MCG/DOSE [βρογχοδιασταλτικό για συμπτώματα από βρογχικό άσθμα, ΧΑΠ, χρόνια βρογχίτιδα με ή χωρίς εμφύσημα],
 - Atrovent INH.SOL.N* 500mcg/2ml DOSE,
 - Atrovent INH.NE.SOL* 250MCG/2ML(DOSE) [βρογχοδιασταλτική θεραπεία ΧΑΠ, χρόνιας βρογχίτιδας, εμφύσηματος+ οξείων επεισοδίων άσθματος με β2 διεγέρτες]
 - Broncovent INH.SOL.P 20MCG/DOSE [βρογχοδιασταλτικό για συμπτώματα χρόνιων αποφρακτικών διαταραχών των αεροφόρων οδών με αναστρέψιμο βρογχόσπασμο, όπως βρογχικό άσθμα, χρόνια βρογχίτιδα με ή χωρίς εμφύσημα]

- 5. Βρωμιούχο τιωτρόπιο (αντιχολινεργικό):**
- Spiriva INHPD.CAP 18MC/CAP [ΧΑΠ],
 - Spiriva RESPIMAT SOL.INH 2,5MCG/PUFF [ΧΑΠ+άσθμα] ΕΙΣΠΝΕΟΜΕΝΑ ΚΟΡΤΙΚΟΣΤΕΡΟΕΙΔΗ

- 6. Βεκλομεθαζόνη:**
- Becloneb INH.SUS.N 400MCG/1ML VIAL*,
 - Becloneb INH.SUS.N 800MCG/1ML VIAL [σε άσθμα, όταν δεν κρίνεται ικανοποιητική ή κατάλληλη, η χρήση φαρμάκου στη μορφή εισπνεόμενου αερολύματος υπό πίεση ή ξηρής σκόνης για εισπνοή σε ενήλικες και παιδιά + θεραπεία υποτροπιάζοντος συριγμού σε παιδιά

- έως 5 ετών]
- 7. Βουδεσονίδη:**
- Budair INH.SOL.P 200MCG/DOSE (ex-valve) [άσθμα],
 - Miflonide BREEZHALER INHPD.CAP 200MCG/CAP,
 - Miflonide BREEZHALER INHPD.CAP 400MCG/CAP [άσθμα]
 - Pulmihal INH.SUS.P 200MCG/DOSE
 - Biosonide INH.SUS.N* 0,5MG/2ML,
 - Biosonide INH.SUS.N* 1MG/2ML [άσθμα+ΧΑΠ+οξεία λαρυγγοτραχειοβρογχίτιδα]
 - Nebulin INH.SUS.N* 1MG/2ML [άσθμα+ΧΑΠ+οξεία λαρυγγοτραχειοβρογχίτιδα]
 - Pulmicort TURBUHALER INH. PD.DOS 200μg/dose
 - Pulmicort INH.SUS.N* 0,25MG/ML,
 - Pulmicort INH.SUS.N* 0,5MG/ML [άσθμα+ΧΑΠ+οξεία λαρυγγοτραχειοβρογχίτιδα]
 - Talgan INH.SUS.N* 0,25MG/ML(0.50MG/2ML ανά δόση),
 - Talgan INH.SUS.N* 0,5MG/ML(1MG/2ML ανά δόση) [άσθμα+ΧΑΠ+οξεία λαρυγγοτραχειοβρογχίτιδα]
 - Vernoral INH.PD.DOS 200MCG/DOSE,
 - Vernoral INH.PD.DOS 200MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]

- 8. Σισλεσονίδη:**
- Alvesco INH.SOL.P 160MCG/DOSE [άσθμα]

- 9. Φλουτικαζόνη:**
- Bocacort-S INH.SUS.P 250MCG/DOSE (σταθερών δόσεων) [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Flihaler INH.SUS.P 250MCG/DOSE (σταθερών δόσεων) [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Flixocort INH.SUS.P 250MC/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Flixotide AER.MD.INH 50MCG/DOSE,
 - Flixotide AER.MD.INH 125MCG/DOSE
 - Flixotide AER.MD.INH 250MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Flixotide PD.INH.MD 250MCG/DOSE,
 - Flixotide PD.INH.MD 500MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Fluticape INH.PD.DOS 250MCG/DOSE (BLISTER),
 - Fluticape INH.PD.DOS 500MCG/DOSE (BLISTER) [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Salenga INH.SUS.P 250MCG/DOSE (σταθερών δόσεων)
 - Flixocort INH.SUS.P 250MC/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Flusonide INH.SUS.N* 0.5MG/2ML,
 - Flusonide INH.SUS.N* 2MG/2ML [άσθμα]
 - ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ ΒΡΟΓΧΟΔΙΑΣΤΑΛΤΙΚΟΥ ΜΕ ΕΙΣΠΝΕΟΜΕΝΟ ΚΟΡΤΙΚΟΣΤΕΡΟΕΙΔΕΣ

- 10. Βεκλομεθαζόνη και Φορμοτερόλη:**
- Foster INH.SOL.P (100+6) MCG/DOSE(ex-valve),
 - Foster NEXTHALER PD.INH. MD (100+6)MCG/ΕΙΣΠΝΟΗ,
 - Foster NEXTHALER PD.INH. MD (200+6)MCG/ΕΙΣΠΝΟΗ,
 - Inuvair INH.SOL.P (100+6) MCG/DOSE(ex-valve),

- 11. Βεκλομεθαζόνη & φορμοτερόλη & βρωμιούχο γλυ-**

- κοπυρρόνιο**
- Trimbrow INH.SOL.P (87+5+9) MCG/DOSE,

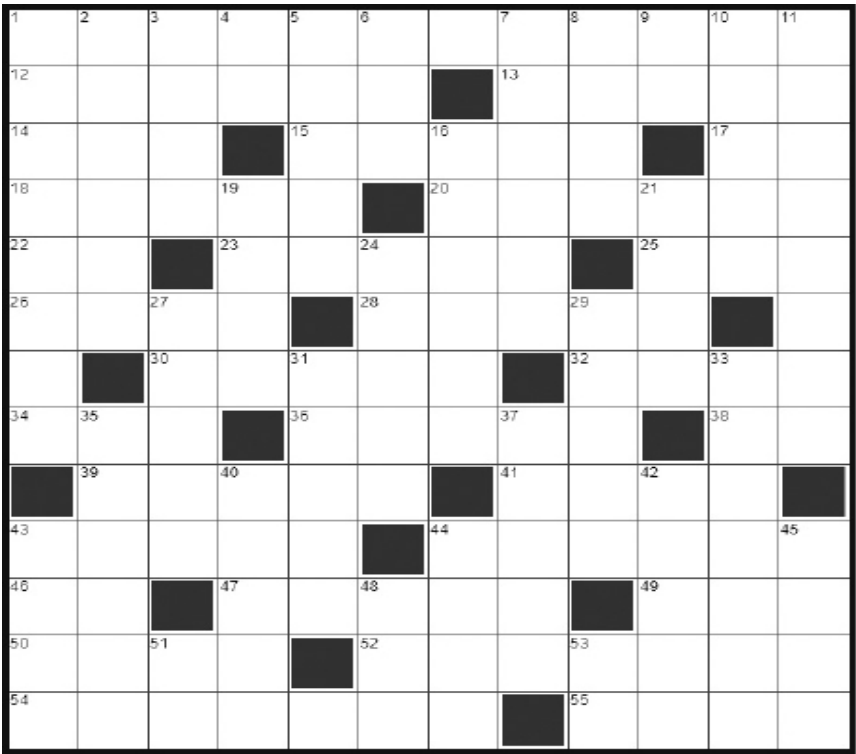
- 12. Βουδεσονίδη και Φορμοτερόλη:**
- Pulmoton INH.PD.DOS (200+6)MCG/DOSE,
 - Pulmoton INH.PD.DOS (400+12)MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Symbicort INH.SUS.P (80+2.25)MCG/ΨΕΚΑΣΜΟ,
 - Symbicort INH.SUS.P (160+4.5)MCG/ΨΕΚΑΣΜΟ [άσθμα]
 - Symbicort TURBUHALER PD.INH.MD (80+4,5)MCG/DOSE,
 - Symbicort TURBUHALER PD.INH.MD (160+4,5)MCG/DOSE,
 - Symbicort TURBUHALER PD.INH.MD (320+9)MCG/DOSE [άσθμα]

- 13. Βουδεσονίδη και Σαλμετερόλη:**
- Desoterol INHPD.CAP 300mcg+25mcg/CAP (240mcg/+20mcg/DOSE) [άσθμα]

- 14. Φλουτικαζόνη και Βιλαντερόλη:**
- Relvar Ellipta INH.PD.DOS (92+22)mcg/DOSE,
 - Relvar Ellipta INH.PD.DOS (184+22)mcg/DOSE
 - Revinty Ellipta INH.PD.DOS (92+22)mcg/DOSE,
 - Revinty Ellipta INH.PD.DOS (184+22)mcg/DOSE

- 15. Σαλμετερόλη και Φλουτικαζόνη:**
- Airflusal Forspiro INH.PD.DOS (50+250)MCG/DOSE,
 - Airflusal Forspiro INH. PD.DOS (50+500)MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Azodal INH.SUS.P (25+125) MCG/DOSE,
 - Azodal INH.SUS.P (25+250) MCG/DOSE
 - Duobreathe INH.SUS.P (25+50)MCG/DOSE,
 - Duobreathe INH.SUS.P (25+125)MCG/DOSE,
 - Duobreathe INH.SUS.P (25+250)MCG/DOSE,
 - Rolenium INH.PD.DOS (100+50)MCG/DOSE,
 - Rolenium INH.PD.DOS (250+50)MCG/DOSE,
 - Rolenium INH.PD.DOS (500+50)MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Seretide (INHALER) INH. SUS.P (25+50)MCG/DOSE,
 - Seretide (INHALER) INH. SUS.P (25+125)MCG/DOSE,
 - Seretide (INHALER) INH. SUS.P (25+250)MCG/DOSE [άσθμα]
 - Seretide DISKUS INH.PD.DOS (50+100)MCG/DOSE,
 - Seretide DISKUS INH.PD.DOS (50+250)MCG/DOSE,
 - Seretide DISKUS INH. PD.DOS (50+500)MCG/DOSE [άσθμα+ΧΑΠ]
 - Serker INH.SUS.P (25+125) MCG/DOSE,
 - Serker INH.SUS.P (25+250) MCG/DOSE [άσθμα]
 - *ΓΙΑ ΝΕΦΕΛΟΠΟΙΗΤΗ
 - **Η λίστα θα ενημερώνεται εφόσον προκύπτουν νεότερα δεδομένα

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



Οριζόντια

1. Περίοδος εκατό ετών.
12. Κι έτσι ο ημίωρφος.
13. Θήκη για τη φύλαξη πραγμάτων.
14. ... Σουμάκ: Περουβιανή τραγουδίστρια.
15. Κομμάτι ξύλου που χρησιμεύει για υποστήριγμα.
17. Δύο από το... νωπό.
18. Με τις άρες... κουταμάρες.
20. Περιοχή της Μ. Βρετανίας.
22. Σύμβολο μονάδας ισχύος.
23. Από τα φύλλα τους γίνονται τα τσιγάρα.
25. Νησί των Κυκλάδων που λέγεται και Νιο.
26. Τοπ...: μουσείο της Κωνσταντινούπολης.
28. Βουνό της Κεφαλλονιάς.
30. Μαλακά στην αφή.
32. Ελέγχουν τα αυτοκίνητα (αρχικά).
34. Έγραψε το "Σφυρί χωρίς αφέντη".
36. Ίδρυμα πρόνοιας για παιδιά (αρχικά).
38. Σχηματίζουν το "Ψ".
39. Κι έτσι το αντίγραφο.
41. Η ένωση των Π.Α.Ε. (αρχικά).
43. Αυτονομιστές αντάρτες της Ν. Καληδονίας.
44. Ιδιορρυθμο νεαρό άτομο.
46. Αρχικά κώδικα.
47. Χαμηλός καναπές.
49. Ασφαλιστικός οργανισμός (αρχικά).
50. Ιταλικό αντρικό όνομα.
52. Δεν πήρε... το βάπτισμα του πυρός.
54. Ισπανικό κρασί με φρούτα.
55. Περιστροφική κίνηση του νερού στη θάλασσα.

Κάθετα

1. Μακρόστενος.
2. Τοξοειδής κατασκευή.
3. Θεότητα της ζωροαστρικής θρησκείας.
4. Ο αριθμός 301.
5. Ναυτικό πρόσταγμα.
6. Κοπέλα από... χωριό.
7. Μεγάλο φράγμα του Νείλου ποταμού.
8. Μετονομάστηκε σε Τ.Ε.Φ.Α.Α. (αρχικά).
9. Ταχυδρομικός Κώδικας.
10. Ένα πέλαιος.
11. Εγκάρδιος χαιρετισμός.
16. Οινόπνευματώδες ποτό.
19. Μια απ' τις εγκυρότερες ευρωπαϊκές αθλητικές εφημερίδες.
21. Φραντς... Ούγγρος συνθέτης και πιανίστας.
24. Καινούργια την αντικαθιστά.
27. Αυτό βρίσκεται εδώ.
29. Θηλαστικό των τροπικών δασών του Κογκό.
31. Θέση... ετοιμότητας.
33. Μήνυμα... που βιάζεται.
35. Πυκνόφυλλο δέντρο.
37. Χαϊδευτικά η Περσεφόνη.
40. Πράσινος ο... ήλιος του (αρχικά).
42. Πέτρα για... στομαχικά.
43. Είδος άγριας πάλης.
44. Παγίδα για τρωτικά.
45. Τραγουδιμένη... της Σίβα.
48. Καθημερινός... πονοκέφαλος νοικοκυράς.
51. Ανοίγω... αθόρυβα.
53. Ήσυχο... παιδί.

ΣΥΝΤΑΓΗ

Το πιο νόστιμο κοτόπουλο α λα Jorse

-- Συστατικά --

- Κοτόπουλο, κομμένο σε κύβους
- 3 σκ. σκόρδο
- 150 γρ. τυρί φέτα
- 2 κρεμμύδια, κομμένα σε ροδέλες
- 1 πράσινη πιπεριά, κομμένη σε φέτες
- 1 κόκκινη πιπεριά, κομμένη σε φέτες
- 1 κίτρινη πιπεριά, κομμένη σε φέτες
- Μερικές ελιές, κομμένες σε φέτες
- 2 ντομάτες
- Πάπρικα
- Ελαιόλαδο
- Μισό ποτ. λευκό κρασί
- Αλάτι
- Πιπέρι

--Μέθοδος Εκτέλεσης--

- Αρχικά, τσιγαρίζουμε το κοτόπουλο μαζί με το κρεμμύδι και τις πιπεριές.
- Στη συνέχεια, ρίχνουμε τον χυμό από τις ντομάτες και τα υπόλοιπα υλικά εκτός από το τυρί.
- Μόλις πάρει βράση το φαγητό μας, προσθέτουμε 1 ποτήρι νερό και τις ελιές.
- Όταν το κοτόπουλο είναι έτοιμο προσθέτουμε την



- φέτα, την αφήνουμε να λιώσει, τέλος σβήνουμε με κρασί και σερβίρουμε.
- Το κοτόπουλο α λα Jorse είναι έτοιμο.
 - Καλή όρεξη!

--Συμβουλές--

- Μπορούμε να συνοδέψουμε το κοτόπουλο με ρύζι ή πατάτες.

ΑΝΕΚΔΟΤΑ

ΤΗ Τούλα και ο Αντρέας ζευγάρι. Η Τουλα έχει την υποψία ότι είναι έγκυος.

- Αντρέα μου μου μάλλον είμαι έγκυος
- Είσαι σίγουρη Τούλα μου, γιατί δεν είναι εποχές για παιδιά, έχουμε οικονομικές δυσκολίες.
- Έτσι αισθάνομαι, θα πάω και στο γιατρό για να σιγουρευτώ
- Τούλα δεν είσαι έγκυος, το μωρό δεν είναι μωρό αλλά αέρας.
- Δηλαδή γιατρέ μου είναι ανεμογκάστρι;
- Ναι Τούλα μου κάτι τέτοιο είναι...

Μετά από λίγο η Τούλα τηλεφωνεί χαρούμενη στη δουλειά του άντρα της. Εργαζόταν σε συνεργείο αυτοκινήτου. Τον ζητάει από έναν συνάδελφο του και ο Αντρέας εκείνη την ώρα έλειπε.

Η Τούλα χαρούμενη λέει στο συνάδελφο του άντρα της:

- Όταν έρθει ο Αντρέας να του πείτε ότι το μωρό δεν είναι μωρό, αλλά αέρας.

Το μεσημέρι ο Αντρέας στεναχωρημένος λέει στη γυναίκα του:

- Τι είναι αυτά που είπες στο συνάδελφό μου;
- Δεν χάρηκες Αντρέα μου που δεν είμαι έγκυος;
- Χάρηκα, αλλά μετά από αυτά που είπες στον συνάδελφο μου όλοι μου φωνάζουν:
- Ρε Αντρίκο δεν έρχεσαι να φουσκώσεις κανένα λάστιχο...

Μια εταιρεία προσλαμβάνει έναν σύμβουλο παραγωγής ώστε να αυξηθεί η αποδοτικότητα των υπαλλήλων. Ο σύμβουλος, με μεγάλη ιδέα για τον εαυτό του και περιέργες τακτικές (ξέρετε τώρα στις σχολές διοίκησης και συναφών ειδικοτήτων, πρώτα πρέπει να προωθείς τον εαυτό σου κτλ) αποφασίζει να κάνει δυναμική είσοδο!

Πηγαίνει στον τόπο παραγωγής του εργοστασίου και βλέπει έναν να κάθεται χωρίς να δουλεύει! Πάει και του λέει:

- Ε, εσύ, πόσα βγάζεις τον μήνα;
- 800 ευρώ.
- Να, πάρε 800 ευρώ και χάσου από τα μάτια μου τεμπέλη.

Ευτυχισμένος με την πρώτη του απόλυση γυρνά στους υπόλοιπους εργάτες και ρωτάει:

- Τι δουλειά έκανε αυτός ο ηλίθιος εδώ;
- Έφερνε τις πίτσες...

SUDOKU

1. ΔΥΣΚΟΛΟ

	6	2	5			1	4	
9							2	
3				8		5		
		3		1	9			6
	8			6			7	
4			7	5		3		
		4		2				7
	2							1
	3	9			1	2	8	

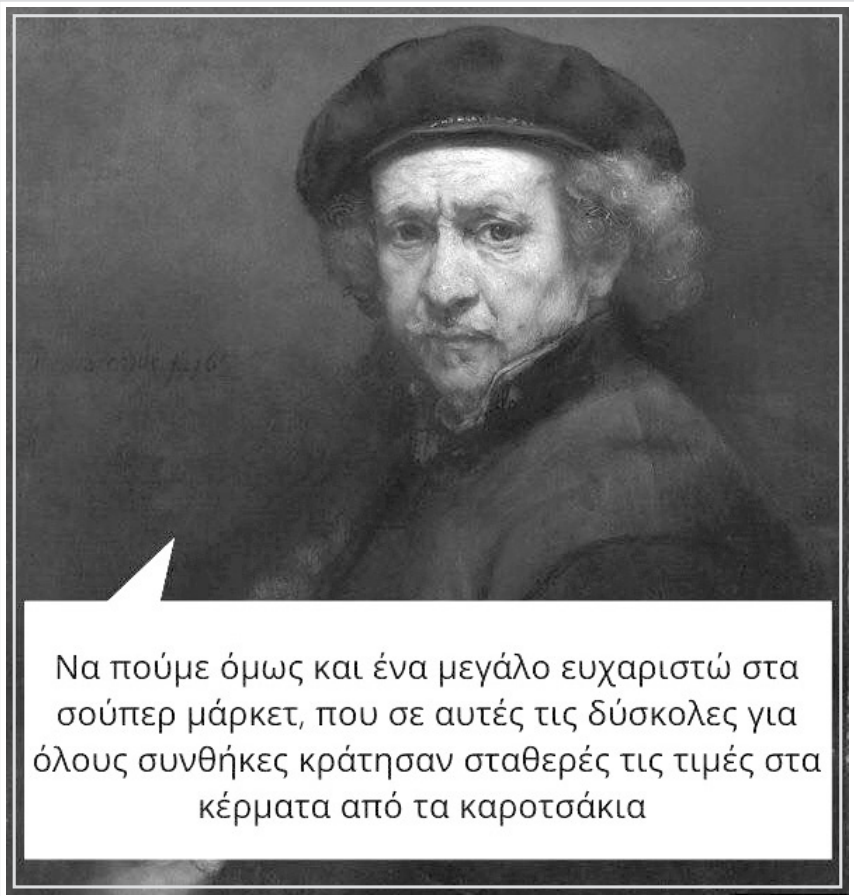
2. ΜΕΤΡΙΟ

2	1				5			
		4			9	5	2	
		3						
9		2	7	6				3
1	7			9			5	6
3				5	2	9		7
						7		
	3	7	9			8		
			3				4	2

ΛΥΣΗ ΧΘΕΣΙΝΟΥ (1)

2	9	6	8	4	3	7	1	5
1	8	3	7	9	5	4	6	2
5	4	7	2	6	1	8	3	9
8	1	4	6	5	2	3	9	7
9	6	5	3	7	8	1	2	4
3	7	2	4	1	9	5	8	6
4	2	9	1	8	7	6	5	3
7	5	1	9	3	6	2	4	8
6	3	8	5	2	4	9	7	1

MEMES



«Είχαμε μία δυνατή σχέση μεταξύ μας για αρκετό καιρό. Αγαπούσε την Κορέα και εγώ αγαπώ την Ελλάδα. Για μένα η Ελλάδα είναι σαν δεύτερη χώρα μου. Λιπάμαι πολύ που άργησα να έρθω. Ήμασταν δεμένοι, είχαμε πολύ δυνατή σχέση.»
Μουν Ντάε Σουνγκ, Κορεάτης Ολυμπιονίκης



Life

Ένας Ορεστιάδης κατακτάει το... σύμπαν

Η μουσική του ταξιδεύει από την Ιαπωνία και την Αυστραλία, έως τις ΗΠΑ και διάφορες χώρες της Ευρώπης. Λαμβάνει μεγάλη αποδοχή και ανταπόκριση, τόσο από το κοινό όσο και από πολύ σημαντικά διεθνή ειδησεογραφικά πρακτορεία. Ο λόγος για τον maestroKrisTo, ή αλλιώς Χρίστο Παραπαγκίδη, ένα παιδί, γέννημα-θρέμμα της Ορεστιάδας, που είναι ώρα να το γνωρίσει – και να αναγνωρίσει – και ο τόπος του.

Η δουλειά του έχει παρουσιαστεί στο Κρατικό Ωδείο Τσαϊκόφσκι της Μόσχας, στην Όπερα του Γκέτεμποργκ, στο Φεστιβάλ Τεχνών του Χονκ Κονγκ, στο Εθνικό Θέατρο του Μανχάιμ, στην Εθνική Λυρική Σκηνή, στο Φεστιβάλ Αθηνών & Επιδαύρου, στο Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας και έχει συνεργαστεί με σημαντικούς Έλληνες

και διεθνείς καλλιτέχνες σε σπουδαίες και επιτυχημένες δισκογραφικές παραγωγές, αλλά και στο θέατρο, το χορό, τον κινηματογράφο.

Με την ευκαιρία της παρουσίασης του album του "Departures" στις 20 & 21 Ιανουαρίου σε δύο ιδιαίτερες βραδιές, στο μαγικό χώρο του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών και συγκεκριμένα μέσα στο Παρατηρητήριο στο λόφο των Νυμφών, ο Χρίστος Παραπαγκίδης κλήθηκε στο Ράδιο Έβρος, στην εκπομπή Εβροσκόπιο, να μιλήσει για την καλλιτεχνική διαδρομή του αλλά και για τις εμπνευσμένες από τη νύχτα μουσικές συνθέσεις του που συναντούν την Αστρονομία και την ξενάγηση στο νυχτερινό ουρανό. Παρασκευή 20 και Σάββατο 21/1 λοιπόν, ο maestroKrisTo – Χρίστος Παραπαγκίδης – αξιοποιώντας

τη βιωματική επίδραση της συνύπαρξης Τέχνης και Επιστήμης στο θεατή, μας προσκαλεί, με τη συνοδεία δύο καταξιωμένων μουσικών, στην ιδιαίτερη και μυσταγωγική παρουσίαση του δεύτερου προσωπικού του μουσικού έργου, Departures στο Κέντρο επισκεπτών του Εθνικού Αστεροσκοπείου, στο Θησείο.

πληροφορίες: – Για περιορισμένες θέσεις. – Παρασκευή 20 & Σάββατο 21 Ιανουαρίου – Κέντρο Επισκεπτών Εθνικού Αστεροσκοπείου – Λόφος Νυμφών, Θησείο – Ώρα Έναρξης: 21.00 (Ώρα προ-σέλευσης 20:30 μμ) – Διάρκεια: 2 ώρες 30 λεπτά – Κρατήσεις στο τηλέφωνο: 2105316751 (09:00 π.μ. – 15:00 μμ) – Τιμή εισιτηρίου: 13€

radioevros.gr



Στο Αστεροσκοπείο Αθηνών ο Χ. Παραπαγκίδης για ένα διήμερο μουσικών "Αναχωρήσεων"



Το 2022 70 συνάνθρωποί μας έγιναν δότες οργάνων

«Ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γονείς του Γρηγόρη που μου έκαναν δώρο το νεφρό του»

Ο 14χρονος Άγγελος θα ζει πλέον ως ένας υγιής έφηβος. Του χάρισε την ελπίδα ο Γρηγόρης, το 18χρονο αγόρι από το Αγρίνιο που έφυγε από τη ζωή σε τροχαίο δυστύχημα χαρίζοντας ζωή σε 4 συνανθρώπους μας. Από το κρεβάτι της ανάρρωσης ο Άγγελος μπορεί και χαμογελά ξανά. «Καταλαβαίνετε ένα παιδί 14 ετών θα άπρεπε να ασχολείται με τα μαθήματά του. Έκανε αιμοκάθαρση 3 φορές την εβδομάδα. Τώρα θα αλλάξει η ζωή του» δήλωσε στο ΜΕΓΑ ο διευθυντής της κλινικής μεταμοσχεύσεων ΑΠΘ, Γεώργιος Τσουλφάς.

Φίλοι και συγγενείς είπαν το πρωί το τελευταίο αντίο στον 18χρονο Γρηγόρη.

«Ήταν ιδιαίτερα φορτισμένη η κατάσταση και για το προσωπικό της μονάδας και για μένα προσωπικά. Τέσσερις άνθρωποι βελτίωσαν τουλάχιστον το επίπεδο της ζωής τους και ένας τουλάχιστον σώθηκε» δήλωσε ο διευθυντής της ΜΕΘ, Χριστόδουλος Ναθαναήλ.

Λήπτης του ενός νεφρού ένας 14χρονος μαθητής από τη Θεσσαλονίκη που είχε διαγνωστεί με νεφρική ανεπάρκεια στα 4 του χρόνια. «Ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γο-

νείς του Γρηγόρη που μου έκαναν δώρο το νεφρό του» ακούγεται να λέει στο βίντεο που δημοσίευσε το Mega. Ανάμεσα στους λήπτες των οργάνων του μικρού Θωμά, που κατέληξε από καρδιακή ανακοπή, τρία παιδιά από την Ιταλία. Η καρδιά δόθηκε σε παιδάκι 6 ετών στο Τορίνο που ζούσε με μηχανική υποστήριξη, οι πνεύμονες σε παιδί 11 ετών στο Μπέργκαμο και τμήμα του ήπατος δόθηκε σε βρέφος μόλις 5 μηνών.

rosa.gr

Σε ρυθμούς καρναβαλιού κινείται ήδη η Ξάνθη

Σε ρυθμούς καρναβαλιού έχει μπει πλέον η Ξάνθη, με τους πολιτιστικούς συλλόγους να ανακοινώνουν σταδιακά τις «εμφανίσεις» τους για τη μεγάλη καρναβαλική παρέλαση, ενώ παράλληλα προετοιμάζονται και τα άρματα του φετινού Καρναβαλιού.

Ο Βασιλιάς του Ξανθιώτικου Καρναβαλιού βρέθη-

κε στον χώρο όπου προετοιμάζονται τα άρματα και δεν παρέλειψε να ανεβάσει βίντεο στα social media, απευθύνοντας κάλεσμα σε όλους για τις φετινές εκδηλώσεις. Πρόκειται άλλωστε για έναν άνθρωπο που δεν χάνει ευκαιρία να προβάλει τον θεσμό και να προωθήσει το Ξανθιώτικο Καρναβάλι όλα αυτά τα χρόνια.

Οι προετοιμασίες είναι πυρετώδεις, και αναμένεται η επίσημη ανακοίνωση του προγράμματος με τις εκδηλώσεις που θα πραγματοποιηθούν φέτος. Ωστόσο μια πρώτη και άκρως εντυπωσιακή γεύση από το φετινό Ξανθιώτικο Καρναβάλι μας δίνει ο Βασιλιάς από την επίσκεψή του



Ο Βασιλιάς του Καρναβαλιού βρέθηκε στο χώρο που ετοιμάζονται τα άρματα της φετινής παρέλασης

Καβάλα: Εντυπωσιακό βίντεο από την μεγάλη επένδυση «The Hamptons Greece»

Στην Καβάλα θα γίνουν τα νέα πολυτελή ελληνικά... The Hamptons καθώς ο επενδυτής τους παρουσίασε μέσα από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης τη μεγάλη τουριστική επένδυση που θα γίνει στο πρώην ακίνητο του ΤΑΙΠΕΔ. Όπως αναφέρει το bizniss.gr, το γνωστό και ως ακίνητο στη Νέα Ηρακλείτσα πέρασε στην επόμενη

φάση ανάπτυξης καθώς τον περασμένο Νοέμβριο ολοκληρώθηκε η πώλησή του στον Ιρανο-Καναδό επιχειρηματία Alex Haditagh.

Πλέον η επένδυση μας συστήνεται ως The Hamptons Greece και υποσχεται να φέρει την πολυτέλεια και τις συνθήκες ζωής των Hamptons της Νέας Υόρκης στην Ελλάδα. Απο-

τελεί μια μεγάλη τουριστική και οικιστική επένδυση, που θα αναπτυχθεί σε έκταση 149 στρεμμάτων και θα περιλαμβάνει μεταξύ άλλων ένα κορυφαίο ξενοδοχείο 5 αστέρων και μια συλλογή πολυτελών βιλλών, σε μια καταπράσινη περιοχή που "αγκαλιάζεται" από ελαιώνες από τη μια μεριά και το Αιγαίο Πέλαγος από την άλλη.

Σε μια ενθουσιώδη ανάρτησή του στο Facebook, ο επενδυτής Alex Haditagh, παρουσίασε την επένδυση στο κοινό του αναφέροντας μεταξύ άλλων στα ελληνικά Hamptons θα γίνουν μόνο 280 πολυτελείς βίλες που θα σχεδιαστούν από δύο από τους κορυφαίους αρχιτέκτονες στον κόσμο.

Μάλιστα, προωθεί την επένδυση σε μια από τις βίλες ως μια μοναδική ευκαιρία απόκτησης όχι μόνο μιας μοναδικής πολυτέλειας και επιπέδου ζωής κατοικίας αλλά και Χρυσής Βίζα για έως 8 άτομα που θα τους ανοίξει την πόρτα στην Ε.Ε.. Η επένδυση υπολογίζεται ότι θα ανέλθει σε περίπου 500 εκατομμύρια ευρώ ενώ όπως επίσης είχε ανακοινώσει στο Facebook στην επένδυση θα συμπεράσουν και οι γνωστοί Έλληνες επιχειρηματίες Δημήτρης και Γεώργιος Μελισσανίδης.



Αναμένεται να προκύψουν εκατοντάδες νέες θέσεις εργασίας

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΕΣ ΤΗΣ ΓΝΩΜΗΣ Η ΚΑΤΑΧΩΡΗΣΗ
ΘΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΑΥΤΟΜΑΤΑ ΚΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Οι καταχωρήσεις θα δημοσιεύονται ανά κατηγορίες σε διαφορετικές ημέρες της εβδομάδας

Δικηγόροι

ΚΑΡΑΛΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • Δικηγόρος
Βενιζέλου 41 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551020539

ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΖΩΗ • Δικηγόρος
Μπότσαρη & Δικαστηρίων • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551081787

ΑΓΓΛΙΑΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ • Δικηγόρος
Ειρήνης 39 • Αλεξανδρούπολη
Τηλέφωνο : 2551024142

ΦΩΤΙΑΔΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ • Δικηγόρος
Λ. Δημοκρατίας 288 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510-24020

ΓΚΟΥΓΚΟΥΣΚΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ • Δικηγόρος
Βασ. Κων/νου 116 • Ορεσιάδα
Τηλέφωνο : 25520-27871

Λογιστές

ΛΑΣΚΑΡΑΚΗ ΓΑΛΑΤΕΙΑ • Λογιστικό Γραφείο
Φιλιππουπόλεως 7 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510-80173

ΜΑΛΤΕΖΟΣ ΜΕΝΕΛΑΟΣ • Λογιστικό Γραφείο
Ηροδότου 104 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510-31505

ΜΑΝΤΙΚΙΔΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
Λογιστικό Γραφείο
Σωτηρίου Τσερκεζι 12 • Ορεσιάδα
Τηλέφωνο : 2252027923

ΤΣΙΚΑΛΑ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ & ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ
Φοροτεχνικός – Σύμβουλος Επιχειρήσεων
Κρήνης 8 • Αλεξ/πολη
Τηλ.:2551025496 Κιν. 6979007987

Ψυκτικοί

FREEZELAND • ΒΑΞΕΒΑΝΗΣ ΜΙΧΑΗΛΣ •
Ψυκτικός • Μαυροκορδάτου 12
Αλεξ/πολη • Τηλέφωνο : 2551025855

Συμβολαιογράφοι

ΣΜΑΡΩ ΚΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣ ΚΑΡΥΩΤΑΚΗ
Εταιρεία Συμβολαιογράφων
Βενιζέλου 20 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551024200

ΜΑΓΔΑ ΖΑΜΠΟΥΚΗ
Συμβολαιογράφος
Λ. Δημοκρατίας 344 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 21281

Δικαστικοί
Επιμελητές

ΤΣΟΝΙΔΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ • Δικ. Επιμελητής
Ειρήνης 32 Α • Αλεξ/πολη
τηλ: 25510 34048

Οπτικά

ΓΙΑΡΙΜΑΓΑΣ ΠΑΣΧΑΛΗΣ
Λ. Δημοκρατίας 331 • Αλεξ/πολη
τηλ: 25510 20586

Συνεταιρισμοί

ΤΟΕΒ ΦΕΡΩΝ - ΠΕΠΛΟΥ
Αγροτικός Συνεταιρισμός
Αγ. Παρασκευής 2 • ΦΕΡΕΣ
Τηλέφωνο : 2555022170

Κτηνίατροι

ΓΡΑΜΜΑΝΙΔΟΥ ΤΖΟΥΛΙΑ • Κτηνίατρος
Εθν. Αντίστασης 12 • Αλεξ/πολη
τηλ: 25510 24040

Φαρμακεία

ΑΝΤΩΝΑΡΟΥ ΖΑΦΕΙΡΩ
28ης Οκτωβρίου 16 Α • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 29082

ΑΧΤΣΗ Α. - ΑΧΤΣΗΣ Σ
Λ. Δημοκρατίας 152 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551029523

ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΧΡΥΣΑΝΘΗ
Δήμητρας 52 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 29987

ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ & ΣΙΑ ΕΕ
14ης Μαΐου 53 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551026478

ΤΣΩΝΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
Μαζαράκη 11 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551038473

ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΑΝΤΩΝΙΟΣ
Λ. Δημοκρατίας 173 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 26442

ΤΕΡΖΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Λ. Δημοκρατίας 46 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 27127

ΓΟΥΤΚΙΔΗΣ ΠΑΣΧΑΛΗΣ & ΣΙΑ ΟΕ
ΔΙΚΑΙΑ
Τηλέφωνο : 2556031371

Ασφάλειες

ΓΙΟΦΤΣΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ
Αγροτική Ασφαλιστική
Βενιζέλου 39 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο: 25510 37837

ΚΑΡΑΒΕΛΑΚΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ
Ασφαλιστικό Γραφείο
Λ. Δημοκρατίας 239 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο: 25510 80477

ΠΟΡΤΟΚΑΛΛΙΔΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
Αρκαδιουπόλεως 16 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο: 25510 37771

Ιατροί



ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • Οφθαλμίατρος
Μιαούλη 11 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 24689

ΒΛΥΣΙΔΗΣ ΜΑΚΗΣ • Οδοντίατρος
Βενιζέλου 46 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551032982

ΜΑΛΑΚΟΖΗΣ ΜΠΑΛΑΣΗΣ • Οδοντίατρος
Λ.Δημοκρατίας 282 • Αλεξ/πολη
τηλ 25510 26871

ΜΠΑΜΠΑΣΙΔΗΣ ΗΛΙΑΣ • Οδοντίατρος
Βενιζέλου 44 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 25335

ΜΠΟΖΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
Ειδικός Παθολόγος - Ομοιοπαθητικός
Αίνου 49β • Αλεξανδρούπολη
Τηλέφωνο : 2551022327

ΣΤΑΚΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
Καρδιολόγος, Επίκουρος Καθηγητής
ΑΙΝΟΥ 56 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551301713

Dr ΜΑΡΙΑ ΣΧΟΙΝΑ PhD • Παιδιάτρος
Διδάκτωρ Ιατρικής ΕΚΠ Αθηνών
Ανατ. Θράκης 23 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510-37097

ΣΩΠΑΣΗ - ΡΩΜΑΝΙΔΟΥ ΦΩΤΕΙΝΗ
Μικροβιολόγος
Κων. Παλαιολόγου 30 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2552023462

ΤΑΡΤΑΝΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
Χειρουργός Ορθοπαιδικός
Ιωακ. Καβύρνη 5 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 25510 37654

ΤΑΤΑΡΙΔΟΥ ΕΛΒΙΡΑ • Παιδοψυχολόγος
Έλλης 1 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 6932610600

ΤΕΡΖΟΥΔΗ ΣΟΦΙΑ • Δερματολόγος
14ης Μαΐου 61 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 6972997487

ΧΑΤΖΗΠΑΠΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ • Ορθοπαιδικός
Βενιζέλου 35-39 • Αλεξ/πολη
Τηλέφωνο : 2551036550

Δες εδώ την
επιχείρησή σου

Τηλεφώνησε στο 25510
24222 και γίνε συνδρομητής
της ΓΝΩΜΗΣ

Δρομολόγια



ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ
ΑΛΕΞ/ΛΗ - ΘΕΣ/ΝΙΚΗ: 06:30 ,08:00, 11:00 , 14.00, 16.30, 18:45, 22:00 ΘΕΣ/ΝΙΚΗ - ΑΛΕΞ/ΛΗ 08:00, 11:00 , 13.00, 15.30, 17:30, 19:00 , 23:59 ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ - ΞΑΝΘΗ - ΚΑΒΑΛΑ: 08.00, 11:30 , 16.00, 18:45, 22:00 ΚΑΒΑΛΑ - ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ 02:15 , 10:15, 14:30 ,18:30 ΞΑΝΘΗ -ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ 02.45, 10:45 , 15:10, 19:10 ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ - ΦΕΡΕΣ - ΣΟΥΦΛΙ - ΔΙΔ/ΧΟ -ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ 04:45, 06:30, 08:30, 11:15, 12:30, 14.30, 15.30, 17:00, 19:30, 21.30 ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ- ΔΙΔ/ΧΟ- ΣΟΥΦΛΙ -ΦΕΡΕΣ- ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ 05:45, 07:30, 09:00, 11:30, 13:30 14:40, 16:30, 18:00, 19:45 ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ -ΣΑΠΕΣ- ΚΟΜΟΤΗΝΗ 07:45, 09:00, 11:15, 13:00, 16:00, 18:30, 20:10 ΚΟΜΟΤΗΝΗ -ΣΑΠΕΣ-ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ 07:20, 09:00, 11:00, 12:30, 14:40, 19:00, 20:10 ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ-ΣΕΡΡΕΣ 15:00 - 19:30 ΣΕΡΡΕΣ-ΑΛΕΞ/ΠΟΛΗ 15:00 - 19:30	ΠΡΟΣ ΣΑΜΟΘΡΑΚΗ ΠΛΟΙΟ ΑΔΑΜΑΝΤΙΟΣ ΚΟΡΑΗΣ Δευτέρα 09:00 Τρίτη 09:00 Τετάρτη 15:00 Πέμπτη 15:00 Παρασκευή 15:00 Σάββατο 09:00 Κυριακή 15:00 ΣΑΜΟΘΡΑΚΗ ΠΡΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ ΠΛΟΙΟ ΑΔΑΜΑΝΤΙΟΣ ΚΟΡΑΗΣ Δευτέρα 16:00 Τρίτη 16:00 Τεταρτη - Πέμπτη 17:30 Παρασκευή 17:30 Σάββατο 12:00 Κυριακή 17:30 ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΛΙΜΕΝΑΡΧΕΙΩΝ Αλεξανδρούπολης: 2551356200 Σαμοθράκης:25510-41305 και 41385 Τηλ.Πρακ.:25510 38503,2551024694, 2551083911



ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ: 06:15 -09:50 - 19:15 ΚΥΡΙΑΚΗ: 09:50 - 19:15
Σε ό,τι αφορά τις πτήσεις από το αεροδρόμιο της Αλεξανδρούπολης, μπορείτε να καλείτε στα τηλέφωνα: Αεροδρόμιο: 25510 89300, 25510 89305, ΑΕΓΕΑΝ: 25510 89150, ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ: 25510 45198, SKY EXPRESS: 801-11-28288, 2810-223800	
ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ - ΑΕΓΕΑΝ	
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ – ΑΘΗΝΑ: ΔΕΥΤΕΡΑ: 08:05 - 11:30 - 20:50 ΤΡΙΤΗ: 08:05 - 11:30 - 20:50 ΤΕΤΑΡΤΗ: 11:30 - 20:50 ΠΕΜΠΤΗ: 08:50 - 21:35 ΠΑΡΑΚΕΥΗ: 11:30 - 20:50 ΣΑΒΒΑΤΟ: 08:05 -11:30 - 20:50 ΚΥΡΙΑΚΗ: 11:30 - 20:50 ΑΘΗΝΑ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ: ΔΕΥΤΕΡΑ:06:15-09:50- 19:15 ΤΡΙΤΗ: 06:15 - 09:50 - 19:15 ΤΕΤΑΡΤΗ: 09:50 - 19:15 ΠΕΜΠΤΗ: 06:15 - 09:50 - 19:15 ΠΑΡΑΚΕΥΗ: 09:50 - 19:15	SKY EXPRESS ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ – ΑΘΗΝΑ: ΔΕΥΤΕΡΑ: 08:45 - 15:05 - 21:40 ΤΡΙΤΗ: 08:45 - 20:15 ΤΕΤΑΡΤΗ: 08:45 - 16:05 - 21:40 ΠΕΜΠΤΗ: 08:45 - 16:35 - 21:40 ΠΑΡΑΚΕΥΗ:08:45-15:05- 21:40 ΣΑΒΒΑΤΟ: 08:45 - 20:15 ΚΥΡΙΑΚΗ: 08:45 - 15:05 - 21:40 ΑΘΗΝΑ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ: ΔΕΥΤΕΡΑ:07:05 - 13:30 - 20:05 ΤΡΙΤΗ: 07:05 - 10:30 ΤΕΤΑΡΤΗ: 07:05 - 14:30 - 20:05 ΠΕΜΠΤΗ: 07:05 - 15:00 - 20:05 ΠΑΡΑΚΕΥΗ:07:05-13:30- 20:05 ΣΑΒΒΑΤΟ: 07:05 - 10:30 ΚΥΡΙΑΚΗ: 07:05 - 13:30 - 20:05 ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ - ΣΗΤΕΙΑ ΤΡΙΤΗ 12:00- ΠΕΜΠΤΗ 18:05 ΣΗΤΕΙΑ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ ΤΡΙΤΗ 12:00 -ΠΕΜΠΤΗ 18:05



ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ	ΘΕΣ/ΚΗ - ΑΛΕΞ/ΛΗ INTERCITY 16:05 ΑΛΕΞ/ΛΗ-ΑΘΗΝΑ INTERCITY 06:00 ΑΛΕΞ/ΛΗ-ΘΕΣ/ΚΗ INTERCITY 06:00
----------------	--

Χρηστικά

ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΥΝ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ	ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΝ Θεοδόσιος, Θεοδοσία
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ 14:00-22:00 Αλγιαννάκης Εθνικής αντιστά- σεως 130 ☎2551081381 18:00-08:00 Χατζησωτηρίου Ανατολικής Θράκης 47 (έναντι ΙΚΑ) ☎25510 27333	ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ Αστυνομία 100 ΕΚΑΒ 166 Πυροσβεστική 199 Βλάβες(ΔΕΔΔΗΕ): 8004004000 Βλάβες(ΔΕΥΑΑ): 25510-26046 Βλάβες ΟΤΕ: 13888 Κ.Ε.Π. Αλεξ/πολης: 25513-50010 Κ.Ε.Π. Φερών: 25553-50101 Αστ.Τμ. Αλεξ/λης 25510 66300 Γραφείο Ταυτοτήτων: 2551066262 Τροχ. Αλ/λης 25510 66395 Δημ. Αλεξ/πολης 25510 64100 Δημ.Εν.Φερων 25555-50070 Γραμμή Δημότη: 25510-22222 Τμήμα Καθ/τπτας: 25513-50040 Τμήμα Πρασίνου: 25513-50042 Τμήμα Αποκομιδής Απορριμάτων: 25513-50068 , 25513-50069 Περ/κή Εν/τα Έβρου 25513-50405 ΠΟΛΥΚΟΙΝΩΝΙΚΟ: 25510-26298 ΤΙΕΔΑ: 25510-28735 ΔΟΥ Αλεξ/πλης : 25510-89622 Δασαρ. Αλεξ/λης 25510 80643 Πυρ/κή Αλεξ/λης 25510 26222 Νοσ/μείο Αλ/λης 25513-51000 Περ. Εν. Έβρου 25510 36500 Λιμεναρχείο 25513-56200 Ο.Λ.Αλεξ/λης 25510-26251 Αεροδρόμιο 25510 89300 ΕΛΤΑ Αλεξ/λης 25510-41640 ΚΤΕΛ Αλεξ/λης 25510 26479 ΑΣΤΙΚΑ 25510-28844 ΟΑΕΔ Αλεξ/λης 25510 25646 ΟΣΕ Αλεξ/πολης 25510 26395 ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ: 25510-45198 ΑΕΓΕΑΝ: 25510-89150 Αεροδρόμιο: 25510-89300 ΡΑΔΙΟ ΤΑΞΙ 25510 33500 Ι.Κ.Α. 25510-84611 ΕΚΑΒ 25510-89370 ΔΕΗ 800-900-1000 ΟΤΕ 25510-56160 ΔΕΥΑΑ 25510-24018
ΦΕΡΕΣ Ηλιάκη Πλαστήρα 3 ☎25550 22229	
ΣΟΥΦΛΙ Κυριακούδη Βασ. Γεωργίου 157 ☎2554022033	
ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟ Τιάκας Κύρος 25ης Μαΐου 139 (έναντι Νο- σοκομείου) ☎2553024010	
ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ Παπανδρέου Αθανάσιος Βασ. Κων/νου 142 ☎2552023701	
ΑΓΓΕΛΙΕΣ	
ΠΩΛΗΣΗ ΣΤΗΝ ΧΩΡΑ ΣΑΜΟΘΡΑΚΗΣ Χρυσή ευκαιρία!! Πωλείται Μονοκατοικία (Ισόγειο και 1ος όρο- φος)στην χώρα Σαμοθράκης με υπέροχη θέα το θαρικό πέλαγος 100 μέτρα από την κε- ντρική πλατεία.Έχει ανακαινιστεί το 2010 , κα- τάλληλη για παραθεριστική κατοικία ή και για εκμετάλλευση. Αποτελείται από δύο υπνο- δωμάτια , σαλόνι, κουζίνα και 2 μπάνια. Το συνολικό του εμβαδόν είναι 74 τ.μ. Πλήρως τακτοποιημένο και με ταυτότητα κτιρίου. Για περισσότερες πληροφορίες: Τηλέφωνα:6978021200& 6909172502 Τιμή πώλησης 57.000€	
Η ΑΚΜΩΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΑΤΕ ζητά να προσλάβει πολιτικό ή τοπογράφο μη- χανικό με εμπειρία στα δημόσια έργα Βιογραφικά: hiring@akmonate.gr	
Η ΑΚΜΩΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΑΤΕ ζητά να προσλάβει εργατοτεχνίτες για να απα- σχοληθούν στα έργα της εταιρίας Βιογραφικά: hiring@akmonate.gr	
ΜΙΑ...ΕΞΥΠΝΗ ΓΝΩΜΗ	η αφλατοξίνη, μπορεί να έχει ακόμη και καρκινογόνο δράση. Πρέπει να εντοπίζουμε τη μούχλα μόνο από την όψη των τροφίμων, προειδοποιεί η Κιρκπάτρικ, και ποτέ μυρίζοντας τα τρόφι- μα, καθώς με την εισπνοή μπορεί να εισχω- ρήσουν στον οργανισμό σπόρια μούχλας.
Το ήξερες; Τι θα συμβεί αν φάτε κάτι που έχει πιάσει μούχλα	Είναι ελάχιστες οι περιπτώσεις που μπο- ρούμε να καταναλώσουμε με ασφάλεια ένα τρόφιμο που έχει αλλοιωθεί λόγω μούχλας. Σύμφωνα με την Κριστίν Κιρ- κπάτρικ, διαιτολόγο από την Κλινική του Κλίβελαντ, όταν υπάρχει στην επιφάνεια ενός τροφίμου μούχλα, κατά πάσα πιθα- νότητα η αλλοίωση έχει προχωρήσει βα- θιά, ακόμη και σε μέρη του τροφίμου που μοιάζουν να είναι εντάξει. Η ειδικός επισημαίνει ότι οι κίνδυνοι για την υγεία από τέτοιου είδους έκθεση είναι αρκετοί. Η μούχλα παράγει ουσίες που ονομάζονται μυκοτοξίνες, οι οποίες μπορεί να προκαλέσουν αναπνευστικά προβλή- ματα, γαστρεντερικές επιπλοκές, αποδυ- νάμωση του ανοσοποιητικού ή αλλεργική αντίδραση. Μία από αυτές τις μυκοτοξίνες,
Εξαιρέσεις Σκληρά τυριά όπως η παρμεζάνα, το τσένταρ και το ελβετικό κίτρινο τυρί είναι ασφαλή προς κατανάλωση ακόμη κι αν στην επιφάνειά τους έχουν εμφανιστεί τα πρώτα σημάδια μούχλας, δηλώνει η Κιρ- κπάτρικ. Στην περίπτωση αυτή, η μούχλα συνήθως δεν εισχωρεί βαθιά στο προϊόν. Δεν πρέπει όμως να ξύσετε τη μούχλα πριν φάτε το τυρί, καθώς η πρακτική αυ- τή μπορεί να οδηγήσει να εξαπλωθούν σπόρια στον αέρα, στις επιφάνειες της κουζίνας ή σε άλλα τρόφιμα Θα πρέπει να πετάξετε τα αλλοιωμένα μέρη κατευθείαν στα σκουπίδια και όχι στο νεροχύτη, ώστε να αποφύγετε την εξάπλωση των σπορίων.	

Ωροσκόπιο

ΚΡΙΟΣ
Αγαπιτέ μου Κριέ, για σήμερα Τετάρ-
τη με την Σελήνη να κινείται στο ζώδιο
της Παρθένου, η μέρα σου είναι αρκετά
απαιτητική, με στρες και φορτωμένη κα-
θημερινότητα! Οι εκκρεμότητες, οι υπο-
χρεώσεις και οι ευθύνες σου, θα απαιτή-
σουν την άμεση δράση σου, προκειμένου
να τακτοποιηθούν και να διευθετηθούν!

ΤΑΥΡΟΣ
Φίλε μου Ταύρε, αυτή η Τετάρτη είναι
γεμάτη από αισιοδοξία, ελπίδα και χα-
ρούμενα νέα αφού η Σελήνη κινείται
στο ζώδιο της Παρθένου και σχηματίζει
το βράδυ τρίγωνο με τον ουρανό από
το ζώδιο σου!

ΔΙΔΥΜΟΣ
Αγαπιτέ μου Δίδυμε, η μέρα είναι κάπως
εύθικτη και νευρική αφού η Σελήνη κι-
νείται στο ζώδιο της Παρθένου σχημα-
τίζοντας δυσαρμονική γωνία με τον Άρη
που είναι ανάδρομος στο ζώδιο σου! !

ΚΑΡΚΙΝΟΣ
Φίλε Καρκίνε, για σήμερα Τετάρτη με
την Σελήνη (κυβερνήτη σου) να κινείται
στο ζώδιο της Παρθένου καταφέρνεις
και εκφράξεις με τον καλύτερο δυνατό
τρόπο τις σκέψεις, τις ιδέες σου και επι-
κοινωνείς με κάθε τρόπο!

ΛΕΩΝ
Σήμερα αγαπιτό Λιοντάρι, με την Σε-
λήνη να κινείται στο ζώδιο της Παρθέ-
νου θα επικεντρωθείς πολύ περισσότε-
ρο στα κεκτημένα σου, στα οικονομικά
σου, αλλά και σε ότι έχει για σένα αξία
και σπουδαιότητα!

ΠΑΡΘΕΝΟΣ
Αγαπιτέ Παρθένε, για σήμερα Τετάρτη
με την Σελήνη στο δικό σου ζώδιο, οι
διαπροσωπικές σου σχέσεις και συνα-
ναστροφές θα ενισχυθούν ιδιαίτερα! Οι
πρωινές ώρες θα είναι αρκετά απαιτη-
τικές και νευρικές, ιδιαίτερα για θέματα
εργασίας, προσπάθησε να αποφύγεις
την ένταση και τον καβγά!

ΖΥΓΟΣ
Σήμερα Τετάρτη αγαπιτέ Ζυγέ, η Σελήνη
από την Παρθένο σε προτρέπει για λίγο
να απομακρυνθείς από την κοινωνική
ζωή και με τον τρόπο αυτό, να καταφέ-
ρεις να ξεπεράσεις αυτά τα δυσάρεστα
συναισθήματα, άγχος και φοβίες!

ΣΚΟΡΠΙΟΣ
Σήμερα Τετάρτη αγαπιτέ Σκορπιέ, το εν-
διαφέρον σου θα είναι επικεντρωμέ-
νο στους φίλους σου και στις κοινωνικές
ομάδες στις οποίες ανήκεις. Ο φιλικός
σου περίγυρος θα παίξει πολύ σημα-
ντικό ρόλο στην καθημερινότητα και
στην πορεία των σχεδίων σου, αφού
μία συμβουλή ενός καλού σου φίλου,
θα σε οδηγήσει στην επίτευξη ενός ση-
μαντικού στόχου!

ΤΟΞΟΤΗΣ
Για σήμερα Τετάρτη φίλε Τοξότη, το εν-
διαφέρον σου θα είναι επικεντρωθεί στην κα-
ριέρα σου, στην προβολή σου, στην ανά-
δειξη της εργασίας σου και στην επίτευξη
των στόχων σου! Έχεις αρκετές απαιτή-
σεις τόσο από τον εαυτό σου όσο και
από τους άλλους!

ΑΙΓΟΚΕΡΟΣ
Μία άκρως τυχερή και ευδιάθετη ημέ-
ρα είναι εδώ για εσένα φίλε μου Αιγό-
κερε! Αυτή την Τετάρτη με την Σελήνη
από την Παρθένο θα έχεις την ευκαιρία
να ξεφύγεις από τα κακώς κείμενα, με
ποικίλους τρόπους

ΥΔΡΟΧΟΟΣ
Για σήμερα Τετάρτη αγαπιτέ μου Υδρο-
χόε, η Σελήνη από την Παρθένο σου
υπόσχεται αλλαγές και προσωπική με-
ταμόρφωση! Τώρα είναι η κατάλληλη
στιγμή, από κάθε τι που σε φορτίζει δυ-
σάρεστα ψυχολογικά, να αφήσεις πίσω
σου το παρελθόν, ή ακόμα και τις αδιέ-
ξοδες σχέσεις!

ΙΧΘΥΕΣ
Για σήμερα Τετάρτη φίλε Ιχθύ, η Σελήνη
κινείται στο απέναντι ζώδιο από το δικό
σου, δίνοντας μεγαλύτερη έμφαση σε
θέματα σχέσεων και συνεργασιών! Το
πρωινό είναι αρκετά νευρικό και συμβαί-
νουν γεγονότα που σε αποσυντονίζουν
ή και σε θυμώνουν!

Πεζοπορική διαδρομή στον Άβαντα (Καταρράκτης-αρχαίο Ληνό) την Κυριακή

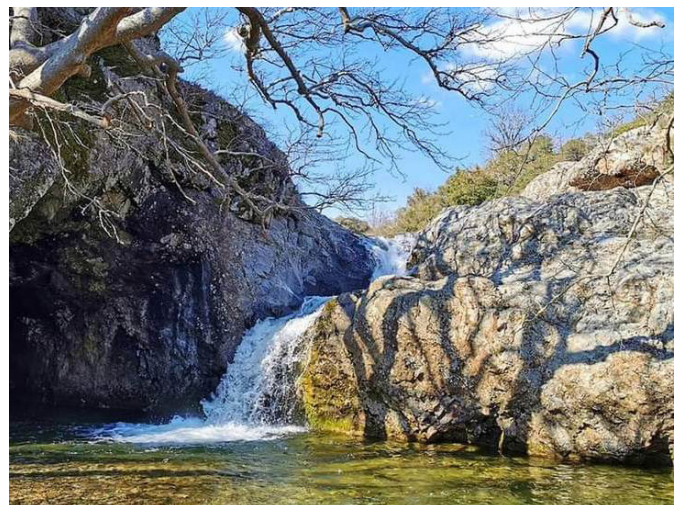
ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΤΟΥ ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΧΡΟΝΙΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ Ο ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ

Μια διαδρομή στη φύση κατάλληλη για όλους μικρούς και μεγάλους

Την πρώτη πεζοπορική διαδρομή για τη νέα χρονιά διοργανώνει ο Δρομέας Θράκης.

Θα ξεκινήσουμε την διαδρομή μας ακολουθώντας το μονοπάτι προς το μαγευτικό καταρράκτη του Άβαντα από τη θερινή δια-

δρομή περνώντας μέσα από ρυάκια (αν το επιτρέπει ο καιρός) αλλιώς θα ακολουθήσουμε τη χειμερινή διαδρομή που και αυτή έχει τη δική της ξεχωριστή ομορφιά..... Καταλήγοντας στον Καταρράκτη μετά από 1.2 χιλιόμε-



τρα περίπου και γύρω στα 30-40 λεπτά θα κάνουμε το μεγάλο μας διάλειμμα όπου και θα κόψουμε την βασιλόπιτα μας για τη νέα Πεζοπορική χρονία...

Στη συνέχεια θα ακολουθήσουμε την ίδια διαδρομή μέχρι ένα σημείο όπου και θα συναντήσουμε τη διασταύρωση με το μονοπάτι που οδηγεί στο Αρχαίο Ληνό και θα συνεχίσουμε μέχρι να συναντήσουμε το "παλιό πατιέρι" μετά από 2,5 Χιλ. όπου θα κάνουμε και το διάλειμμα μας.

Μετά θα ακολουθήσουμε μια κυκλική διαδρομή περπατώντας στους πρόποδες του "Ψωμάτος του Μυτερού" έως ότου φθάσουμε στο σημείο εκκίνησης της πεζοπορίας στο πάρκινγκ μετά από 3 χιλ. περίπου! Συνολικά θα διανύσουμε γύρω στα 6,5 χιλιόμετρα με υψομετρική διαφορά μόλις στα 120 μ. Διαδρομή κατάλληλη για όλους μικρούς και μεγάλους φίλους μας...

Μετά το τέλος της πεζοπορίας μας θα ακολουθήσει προαιρετικό γεύμα σε τοπική ταβέρνα της περιοχής

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ Πεζοπορικής Διαδρομής στον Άβαντα:

9.30 Αναχώρηση με Ι.Χ. μπροστά από στάδιο Φώτης Κοσμάς (για όσους θέλουν μαζική μετακίνηση)

10:00 Συνάντηση πεζοπόρων στην πλατεία Άβαντα Μετακίνηση στο πάρκινγκ του καταρράκτη για τη εκκίνηση της πεζοπορίας

10:15 Έναρξη πεζοπορίας Μπορούν να συμμετέχουν και παιδιά από 8 ετών, με αθλητικό επίπεδο και συνοδεία γονέα.

Η μετακίνηση θα γίνει μόνο με ΙΧ τηρώντας το υγειονομικό πρωτόκολλο

Το κόστος συμμετοχής ορίζεται : Η συμμετοχή είναι 6 ευρώ το άτομο και 5 ευρώ το παιδί (10 ευρώ το ζευγάρι ή γονέας και παιδί) (15 ευρώ ζευγάρι με παιδί) (20 ευρώ ζευγάρι με δύο παιδιά)

Δηλώσεις συμμετοχής γίνονται στην φόρμα: <https://docs.google.com/.../1FAIpQLSfs5FYkEKu.../viewform...>

Τα χρήματα θα κατατίθενται στον λογαριασμό του ΔΡΟΜΕΑ ΘΡΑΚΗΣ, στην τράπεζα Πειραιώς: 01711830006183148954801.

Εάν η κατάθεση γίνει από άλλη τράπεζα πρέπει να καταβληθεί και το αντίστοιχο πέναλτι.

Μπορείτε να κάνετε την εγγραφή σας, δια ζώσης και στο γραφείο του ΔΡΟΜΕΑ, στο στάδιο Φώτης Κοσμάς, καθημερινές 5-8μμ.

Αρχηγός αποστολής-Δημήτρης Κωστόπουλος-τηλ.6937318054 και οδηγός ο Μιχάλης Ζεχερλής

Την πεζοπορία υποστηρίζει η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης (ΕΟΔ) Παράρτημα Νομού Έβρου Απαραίτητος εξοπλισμός: Πεζοπορικά παπούτσια, πεζοπορικό ζευγάρι μπαστούνια, ισοθερμικό t-shirt/μακρυμάνικο, μια στεγνή

POWERED BY

N-N διαφημιστική

for your business and your business success

TRAZERAS

ΔΡΟΜΕΑΣ ΘΡΑΚΗΣ

Αθλητικός Σύλλογος Αλεξανδρούπολης

ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ

ΚΑΤΑΡΑΚΤΗΣ - ΛΗΝΟ(ΑΒΑΝΤΑΣ)

ΚΥΡΙΑΚΗ 15 ΙΑΝ. 2023

Υπεύθυνος αποστολής: Κωστόπουλος Δημήτρης

Δρομέας Θράκης

dromeasthrace

Tηλ. 6907605015

e-mail: dromeasthrace@gmail.com

www.dromeasthrace.eu

αλλαξιά ρούχα για την επιστροφή, fleece, ελαφρύ αντανεμικό/jacket, ζεστό καπέλο, γυαλιά, νερό 1,5 λίτρο, σνακ, γάντια για όσους έχουν ευαισθησία, προσωπικό φαρμακείο, ατομικό σακίδιο πλάτης ...και μην ξεχάσετε την κα-

λή σας διάθεση!
Επικοινωνία: web: www.dromeasthrace.eu
FB: Δρομέας Θράκης –
INSTA: dromeasthrace Τηλ. 6937318054 – 6907605015

Τα αποτελέσματα της Β' Φάσης του Κυπέλλου ΕΠΣ Εβρου

Ποιοι προκρίνονται

Με τα παιχνίδια της Β' Φάσης συνεχίστηκε το Κύπελλο το Σαββατοκύριακο στην Ένωση Ποδοσφαιρικών Σωματείων Έβρου και το ThrakiSportS το πρωί Δευτέρας θα σας παρουσιάσει σε μια ανάρτηση την σύνοψη με όλα τα αποτελέσματα.

Στον επόμενο γύρο άνευ αγώνα βρίσκεται ήδη ο ΑΟ Καππαδο-

κών και αναμένεται να συμμετάσχει και η Αλεξανδρούπολη FC (ομάδα Γ' Εθνικής). Οι υπόλοιπες συνολικά 11 ομάδες που κέρδισαν το εισιτήριο της πρόκρισης είναι οι εξής: ΑΕ Διδυμοτείχου, Ορφέας Σοφικού, Άρδας Καστανεών, Ένωση Οινόης, ΑΟ Νεοχωρίου και Ορέστης Ορεσιτιάδας από τον Βόρειο Όμιλο. Νίκη Απαλού, Ποντιακός Αλεξανδρούπολης, Θράκη Φερών, Ιπποκράτης Αλεξανδρούπολης και Εθνικός Αλεξανδρούπο-

λης από το Νότιο Όμιλο.

Αναλυτικά τα αποτελέσματα των δύο ομίλων:

ΒΟΡΕΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ – 2η ΦΑΣΗ
ΑΜΟ Ρούσσας – ΑΕ Διδυμοτείχου 5-6

Αετός Λεπτής – Ορφέας Σοφικού 2-3

Ακρίτας Ορμενίου – Άρδας Καστανεών 1-2

Ένωση Οινόης – Έβρος Σουφλίου 2-2 κ.δ. 4-3 πεν.

Αθλητική Ένωση Λαβάρων – ΑΟ Νεοχωρίου 1-3

ΠΑΕ Ριζίων – Ορέστης Ορεσιτιάδας 0-3

ΚΥΠΕΛΛΟ ΕΠΣ ΕΒΡΟΥ

ΝΟΤΙΟΣ ΟΜΙΛΟΣ – 2η ΦΑΣΗ
ΑΕ Νέας Χηλής – Νίκη Απαλού 1-3

Ποντιακός Αλεξανδρούπολης – ΑΟ Μαΐστρου 6-0

Αθλητικός Όμιλος Τυχερού – Θράκη Φερών 1-3

Κύκλωπες Μάρκης – Ιπποκράτης Αλεξανδρούπολης 1-5

Ατρόμητος Άβαντα – Εθνικός Αλεξανδρούπολης 2-5

Άνευ αγώνα: ΑΟ Καππαδοκών

Τα πρώτα παιχνίδια για τις δύο κατηγορίες του πρωταθλήματος στο Νομό θα διεξαχθούν το αμέσως επόμενο Σαββατοκύριακο (14-15/1).

ΣΕΓΑΣ: Τρίτη στην Ελλάδα για το 2022 στις γυναίκες K18 η Νικολέτα Αντωνιάδη!

Η Εβρίτισσα πρωταθλήτρια διακρίθηκε και την χρονιά που έφυγε

Τρίτη καλύτερη αθλήτρια στίβου στην κατηγορία Γυναίκες K18 πήρε η Νικολέτα Αντωνιάδη από το Διδυμότειχο στην σχετική ψηφοφορία του ΣΕΓΑΣ, στην οποία ψήφισε το κοινό.

Η Νικολέτα είχε καταλάβει την ίδια θέση στην ίδια κατηγορία και το 2021.

Η πρωταθλήτρια Ευρώπης K18 στο επί κοντώ, Ηλιάνα Τριανταφύλλου, συγκέντρωσε 4.602 ψήφους και αναδείχθηκε νικήτρια

στην ηλικιακή κατηγορία, ενώ δεύτερη ήταν η 9η στην ίδια διοργάνωση στο επί κοντώ και χρυσή στις Ολυμπιακές ημέρες νεότητας, Εβίνα Παναγιώτου με 4.379 β. Η τριάδα της κατηγορίας συμπληρώθηκε από την Νικολέττα Αντωνιάδη με 2.458 βαθμούς.