

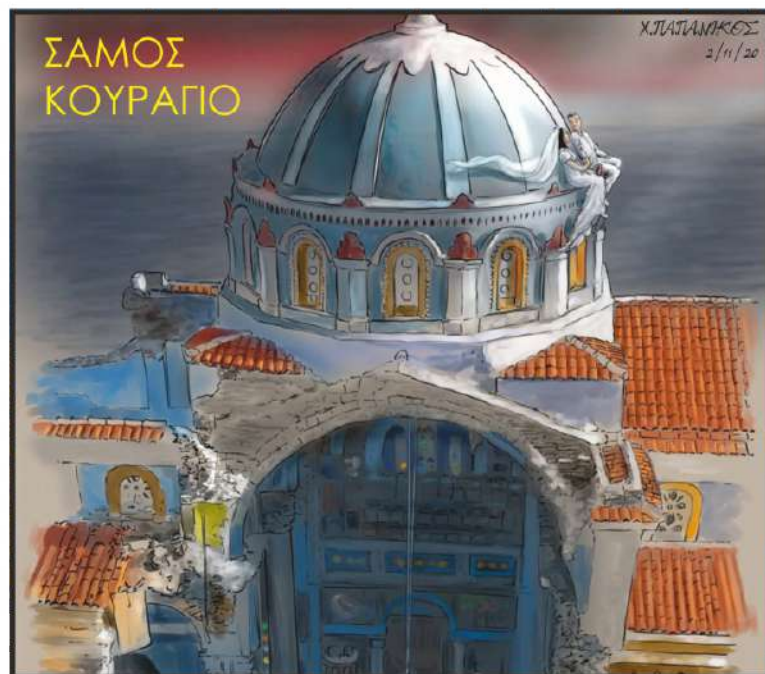
ΤΑ ΦΤΕΡΑ ΤΟΥ ΙΚΑΡΟΥ



blog: ameamou.blogspot.com

ΤΕΥΧΟΣ 10 - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2020

ΠΑΝΣΑΜΙΑΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑμεΑ & ΦΙΛΩΝ ΝΙΚΟΣ ΜΕΝΕΓΑΣ - Ο ΙΚΑΡΟΣ
Μέλος: Π.Ο.Β.Α.μεΑ (ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ Β. ΑΙΓΑΙΟΥ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ),
& ΕΣΑμεΑ (ΕΘΝΙΚΗ ΣΥΝΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ)



- 1 Προς τους Αναπήρους του Νομού μας
- 2 Ενημέρωση ΕΣΑμεΑ - ΠΟΒΑμεΑ
- 3 Προσβασιμότητα ΑμεΑ στη Σάμο
- 4 ΣΒΑΚ - Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας
- 5 Δραστηριότητες Σωματείου
- 6 Ιατρικά θέματα
- 7 30/10/20, Μεγάλος σεισμός Σάμος - Σμύρνη



ΤΑ ΦΤΕΡΑ ΤΟΥ ΙΚΑΡΟΥ

ΠΑΝΣΑΜΙΑΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ Α.Μ.Ε.Α & ΦΙΛΩΝ ΝΙΚΟΣ ΜΕΝΕΓΑΣ Ο ΙΚΑΡΟΣ

Διοικητικό Συμβούλιο του ΙΚΑΡΟΥ 2020

Τακτικά μέλη

- 1) Αναγνώστου Μιχάλης - ΠΡΟΕΔΡΟΣ
- 2) Τσαγκλιώτης Μιχάλης - ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
- 3) Θράβαλος Μάριος - ΓΕΝ.ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
- 4) Βελακούλης Σταμάτης - ΤΑΜΙΑΣ
- 5) Ξενάκης Δημήτρης - ΜΕΛΟΣ

Αναπληρωματικά μέλη

- 6) Μένεγας Δημήτρης

Για αντιπρόσωπο

στο Συνέδριο της ΕΣΑμεΑ

Θράβαλος Μάριος
με αναπληρωματικό μέλος
Αναγνώστου Μιχάλης

ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΔΕΙΞΗ ΕΚΠΡΟΣΩΠΩΝ (Π.Ο.Β.Α.με.Α - Ε.Σ.Α.με.Α)

Από τις εκλογές προέκυψαν για την
**ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ Α.με.Α
ΒΟΡΕΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ**

- Αγγελής Ιωάννης
- Βελακούλης Σταμάτης
- Ξενάκης Δημήτρης
- Τσαγκλιώτης Μιχάλης
με αναπληρωματικό
Ταμβακλής Εμμανουήλ

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Μιχάλης Αναγνώστου
Μάριος Θράβαλος
Σταμάτης Βελακούλης
Μιχάλης Τσαγκλιώτης

**(Η εφημερίδα αυτή βγήκε σε 1000 αντίτυπα
και διανέμεται δωρεάν).**

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΤΟΥΣ :

ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΧΟΡΗΓΟΥΣ ΜΑΣ
ΤΗΝ ΑΝΤΙΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΣΑΜΟΥ
ΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ
ΤΗΝ ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΣΑΜΟΥ
ΤΟΥΣ ΕΝΕΡΓΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ ΣΑΜΟΥ
ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΠΟΛΥΤΕΚΝΩΝ ΣΑΜΟΥ
ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΜΕΛΙΣΣΑ
ΚΑΙ ΟΛΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΜΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΕΚΔΟΣΗ
ΤΗΣ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΜΑΣ ΜΕ ΑΡΘΡΑ, ΣΧΟΛΙΑ,
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Πρόεδρος
(Μ. Αναγνώστου) 6979463126
Γενικός Γραμματέας
(Μ. Θράβαλος) 6979072628

(Σ.Βελακούλης) 6946332769

email:ameasamou@gmail.com

Προς τους ανάπηρους του Νομού μας

Το Σωματείο μας προσπαθεί να έρθει σε επαφή με τα άτομα που παρουσιάζουν μια μορφή αναπηρίας στη Σάμο, Ικαρία και Φούρνους και θα αποσταλεί η εφημερίδα μας σε όλους τους Δήμους και Δημοτικές Ενότητες του Νομού μας

Λέμε όχι στον οίκτο και τη περιθωριακή αντιμετώπιση της κοινωνίας απέναντι στην αναπηρία γιατί η αναπηρία δεν αποτελεί προσωπική μας επιλογή την οποία θα μπορούσαμε να αρνηθούμε.

Κανείς δεν έχει κάνει συμβόλαιο με την αρτιμέλεια, όλοι μας ανεξαιρέτως μπορεί να βιώσουμε καταστάσεις αναπηρίας, παραμένουμε δηλαδή διαχρονικά εν δυνάμει ανάπηροι.

Αγαπητοί συντοπίτες μας, κάνουμε έκκληση στους ανάπηρους του Νομού μας και τους φίλους του Σωματείου μας να επικοινωνήσουν μαζί μας, να εγγραφούν στο Σωματείο και όλοι μαζί να διεκδικήσουμε τα αναφαίρετα δικαιώματά μας για μια ευαισθητοποιημένη κοινωνία σε θέματα αναπηρίας, χωρίς ρατσισμό, για μια κοινωνία πιο ανθρώπινη και πιο δημιουργική.

Οι δραστηριότητες του Σωματείου μας τους τελευταίους 12 μήνες.

1. Στείλαμε έγγραφα προς τους Δημάρχους Ανατολικής και Δυτικής Σάμου και τα Δημοτικά Συμβούλια για θέματα προσβασιμότητας στις πόλεις και τα χωριά μας και κάναμε σημαντικές παρεμβάσεις για αυτά τα θέματα.

2. Εκδώσαμε το τεύχος 10 Περιοδικό του Σωματείου μας για το έτος 2020.

3. Το Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών μας έστειλε έγγραφο με θετική απάντηση στη πρότασή μας για το χρονίζον πρόβλημα της έλλειψης πεζοδρομίου σε τμήμα της οδού Γοργύρα στο Καρλόβασι και αναμένουμε την υλοποίηση της πρότασής μας από τη νέα Δημοτική Αρχή της Δυτικής Σάμου.

4. Συμμετείχαμε στην δημόσια διαβούλευση του Σ.Β.Α.Κ <Σχέδιο Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας>, στους Δήμους Ανατολικής και Δυτικής Σάμου.

5. Συμμετείχαμε στις δραστηριότητες της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας των Δήμων Ανατολικής & Δυτικής Σάμου.

6. Στείλαμε έγγραφο στους δύο Δήμους μας για

δημιουργία νέων θέσεων στάθμευσης Α.με.Α.

7. Μετά από 6 χρόνια προσπαθειών του σωματείου μας, πετύχαμε την υλοποίηση των προτάσεών μας. Τοποθετήθηκαν και λειτούργησαν (5) Seatrac στο νησί της Σάμου (Βαθύ, Καρλόβασι, Πυθαγόρειο, Κοκκάρι, Μαραθόκαμπος). Στα επόμενα σχέδιά μας είναι η τοποθέτηση Seatrac στο νησί της Ικαρίας και Φούρνων.

8. Έγινε συνάντηση του Σωματείου μας στις 27-7-2019 με τους Ενεργούς Πολίτες Δυτικής Σάμου και το Σύλλογο Πολυτέκνων Νομού Σάμου για προβλήματα προσβασιμότητας και άλλα θέματα.

9. Εστάλησαν έγγραφα στους νεοσύστατους Δήμους Ανατολικής και Δυτικής Σάμου με θέμα: ορισμός Υπευθύνου Προσβασιμότητας στον κάθε Δήμο.

10. Ο αντιπρόσωπος του Σωματείου μας στην Ε.Σ.Α.με.Α συμμετείχε στις συνεδριάσεις του Γενικού Συμβουλίου σε Αθήνα.

11. Ο αντιπρόσωπός μας στην Π.Ο.Β.Α.με.Α συμμετείχε στις δραστηριότητές της στα νησιά Λήμνο, Λέσβο, Χίο και Σάμο.

12. Επίσης βοηθάμε με πολλούς τρόπους την Εθελοντική Ομάδα Κοινωνικής Αλληλεγγύης Σάμου με έδρα το Καρλόβασι στην οποία είμαστε ένα από τα ιδρυτικά μέλη από το 2012.

Η καθιερωμένη τα τελευταία χρόνια εκδήλωση του καλοκαιριού σε ανοιχτό χώρο δεν έγινε για λόγους ανεξάρτητους από τη θέλησή μας. Θα θέλαμε να επισκέπτεστε την ιστοσελίδα μας ameasamou.blogspot.com για τις δραστηριότητές μας και για να διαβάσετε την εφημερίδα μας σε αρχείο pdf.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΜΕΛΟΥΣ ΣΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΜΑΣ.

1. Φωτοτυπία των δύο όψεων της αστυνομικής ταυτότητας. 2. Γνωμάτευση από ΚΕΠΑ για ποσοστό αναπηρίας. 3 Δυο μικρές φωτογραφίες, για την αιτήσή σας και για την ταυτότητά του σωματείου μας. 4. Αριθμός φορολογικού μητρώου (Α.Φ.Μ). 5. Φωτοτυπία λογαριασμού από ΔΕΗ ή ΟΤΕ ή Υδρευσης για να φαίνεται η μόνιμη κατοικία του μέλους ή της οικογενειάς του.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΝΟΜΟΥ ΣΑΜΟΥ

Ανταπεριφέρεια Ν. Σάμου 22733 50401-3
Τηλεφωνικό κέντρο Δήμου Δ.Σάμου 22733 50801
Τηλεφωνικό κέντρο Δήμου Α.Σάμου 22733 50100
Τηλεφωνικό κέντρο Δήμου Ικαρίας 22753 50400
Τηλεφωνικό κέντρο Δήμου Φούρνων 22753 50600
Ελληνική Αστυνομία Σάμου 22730 22100
Ελληνική Αστυνομία Καρλοβασίου 22730 33333
Ελληνική Αστυνομία Πυθαγορείου 22730 61333
Ελληνική Αστυνομία Ικαρίας 22750 22222
Ελληνική Αστυνομία Φούρνων 22750 51222
Ελληνική Αστυνομία Αεροδρομίου 22730 61343
Πυροσβεστική Σάμου 199, 22730 89110
Νοσοκομεία: Σάμου 22730 83100
Κ.Υ. Καρλοβάσου 22730 32222
Ν. Αγ. Κηρύκου 22750 22336
Κ.Υ. Ευδήλου 2275032922
ΚΕΠΑ 22730 87604-89879
Κοινωνική Πρόνοια 22733 53455-53452
Επικοινωνία ΟΤΕ 13888
ΔΕΗ Σάμου 22730 28191 (βλάβες)

Αγ. Κήρυκος 22750 22189
Φούρνοι 22750 51266
Αεροδρόμιο Σάμου 22730 62666
Αεροδρόμιο Ικαρίας 22750 32216
Λιμεναρχείο Σάμου 22730 27890
Λιμεναρχείο Καρλοβάσου 22730 30888
Λιμεναρχείο Αγ. Κηρύκου 22750 22207
Παιδεία Α' Βάθμια Σάμου 22730 21339
Παιδεία Β' Βάθμια Σάμου 22730 21342 - 344
Μητρόπολη Ν. Σάμου Ικαρίας και Φούρνων
22730 87640 - 22730 87650
ΧΑΜΟΓΕΛΟ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ 1056
ΣΤΗΡΙΞΗ ΓΙΑ ΕΦΗΒΟΥΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΑ 116111
ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ 1107
ΜΑΖΙ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ 11525
ΔΙΚΤΥΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ 1037

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ε.Σ.Α.μεΑ.:

Ιστορική η ημέρα της έναρξης της δημόσιας διαβούλευσης για το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία

Αθήνα: 22.09.2020 / Αρ. Πρωτ.: 1155

Σε δημόσια διαβούλευση έδωσε ο υπουργός Επικρατείας κ. Γ. Γεραπετρίτης το Σχέδιο Δράσης για τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία χθες Δευτέρα 21 Σεπτεμβρίου, όπως είχε δημοσίως δεσμευτεί. Η διαβούλευση γίνεται μέσω του [oregon.gr](http://oregon.gov) και ολοκληρώνεται στις 5 Οκτωβρίου. Η ΕΣΑμεΑ χαιρετίζει τη δημοσιοποίηση για πρώτη φορά στην ιστορία της χώρας πρότασης σχεδίου δράσης για τα άτομα με αναπηρία από την κυβέρνηση.

Σημειώνουμε για ιστορικούς λόγους ότι η ΕΣΑμεΑ και σύσσωμο το αναπηρικό κίνημα έθεσε για πρώτη φορά αυτό το θέμα στο δημόσιο διάλογο και ως αίτημα στο Κοινοβούλιο και στην κυβέρνηση, στο δεύτερο μισό της δεκαετίας του 1990. Για την ΕΣΑμεΑ το Σχέδιο Δράσης για την αναπηρία σημαίνει απλοποίηση της νομοθεσίας και οριζόντια ενσωμάτωση της αναπηρίας σε όλους τους τομείς του κράτους. Συστηματικά, οργανωμένα και αποφασισμένα διεκδικήσαμε να υπάρξει στη χώρα μια οργανωμένη και συντονισμένη προσπάθεια ανάπτυξης και εφαρμογής δημόσιων πολιτικών για τα άτομα με αναπηρία, χρόνιες παθήσεις και τις οικογένειές τους, από το σύνολο του Κράτους.

Αξίζει να σημειωθεί ότι τόσο το Σχέδιο Δράσης όσο και η Εθνική Αρχή Προσβασιμότητας είχαν προταθεί από τον πρόεδρο της ΕΣΑμεΑ Ιωάννη Βαρδακαστάνη στον πρωθυπουργό Κυριάκο Μητσοτάκη και στον υπουργό Επικρατείας, στη συνάντηση που είχαν στις 21 Αυγούστου 2019, όπου και οι δύο προτάσεις έγιναν δεκτές.

Η ΕΣΑμεΑ καλωσορίζει λοιπόν αυτό το σχέδιο Δράσης, το μελετά σε συνεργασία με τις οργανώσεις μέλη της και θα παρέμβει οργανωμένα και συγκροτημένα. Ανεξάρτητα από την ανάγκη τροποποίησης/ συμπλήρωσης των επιμέρους θεμάτων που πραγματεύεται, το παρόν σχέδιο αποτελεί μια πολύ σημαντική εξέλιξη την οποία πρέπει να αξιοποιήσει το αναπηρικό κίνημα θεσμικά, τολμηρά και εμπροσθοβαρώς.

Καλούμε όλες τις οργανώσεις του αναπηρικού κινήματος, αλλά και κάθε άτομο με αναπηρία, χρόνια πάθηση, μέλη των οικογενειών τους, όλους τους πολίτες να καταθέσουν τη γνώμη τους σε αυτή τη διαβούλευση.

Ο σύνδεσμος για τη δημόσια διαβούλευση
<http://www.opengov.gr/ypgp/?p=699>

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Αθήνα: 10.07.2020 / Αρ. Πρωτ.: 922

Ε.Σ.Α.μεΑ.:

Υπουργική Απόφαση για προσβασιμότητα κτιρίων. Αυθαίρετα όσα δεν προσαρμοστούν

Μετά από αρκετές καθυστερήσεις, εκδόθηκε από το υπουργείο Περιβάλλοντος η υπουργική απόφαση με τις τεχνικές Οδηγίες προσαρμογής υφιστάμενων κτιρίων και υποδομών για την προσβασιμότητα αυτών σε άτομα με αναπηρία και εμποδιζόμενα άτομα. Η υπουργική απόφαση είναι αποτέλεσμα της ενεργής συνεργασίας της ΕΣΑμεΑ με το υπουργείο και την Επιτροπή Προσβασιμότητας, καθώς η ΕΣΑμεΑ -ανελλιπώς από τη σύσταση αυτής- εκπροσωπείται στην Επιτροπή Προσβασιμότητας του υπουργείου που επεξεργάστηκε τη συγκεκριμένη υπουργική απόφαση.

Με την υπουργική απόφαση καθορίζονται αναλυτικά οι Τεχνικές Οδηγίες για την υλοποίηση εύλογων προσαρμογών στα κτίρια και στον περιβάλλοντα χώρο αυτών, δηλαδή κάθε απαραίτητη τροποποίηση των κτιρίων με στόχο την διασφάλιση της προσβασιμότητας των ατόμων με αναπηρία, όπως ορίζουν τα άρθρα 26 και 27 του Νέου Οικοδομικού Κανονισμού (Ν.4067/2012). Με την απόφαση θεσμοθετούνται οι προδιαγραφές σύνταξης της μελέτης προσβασιμότητας για υφιστάμενα κτίρια, ενώ αξιοποιούνται αφενός η «Μεθοδολογία Ελέγχου Προσβασιμότητας Δημοσίων Υπηρεσιών και Υποδομών» (2009, Διυπουργική Επιτροπή

της Γενικής Γραμματείας Δημόσιας Διοίκησης και Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης του Υπουργείου Εσωτερικών) και αφετέρου το πρότυπο ΕΛΟΤ 1439:2012 «Οργανισμός φιλικός σε πολίτες με αναπηρία - Απαιτήσεις και συστάσεις», προϊόντα επίσης και τα δύο στενής συνεργασίας της ΕΣΑμεΑ με τους παραπάνω αρμόδιους φορείς.

Σημειώνεται ότι οι προσαρμογές των κτιρίων, και ιδίως των δημοσίων, είναι απαραίτητο να έχουν ολοκληρωθεί έως τις 31.12.2020, σε άλλη περίπτωση θα είναι αυθαίρετα.

Για τη συγκεκριμένη εξέλιξη, ο πρόεδρος της ΕΣΑμεΑ Ι. Βαρδακαστάνης δήλωσε: «Πρόκειται για μια υπουργική απόφαση - σταθμό και αποτέλεσμα πολυετούς συστηματικής δουλειάς, επαφών και πιέσεων της ΕΣΑμεΑ και των οργανώσεων μελών της, σχετικά με τα θέματα της προσβασιμότητας, τα οποία είναι πολύ ψηλά στην ατζέντα του αναπηρικού κινήματος, τόσο στην Ελλάδα όσο και διεθνώς. Η ΕΣΑμεΑ θα παρακολουθεί ανελλιπώς την εφαρμογή της υπουργικής απόφασης αυτής και θα παρεμβαίνει όπου χρειάζεται. Το ίδιο θα πράττουν και οι Οργανώσεις μέλη μας σε όλη τη χώρα».

ΜΕΛΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΜΑΣ ΠΟΥ ΕΦΥΓΑΝ ΑΠΟ ΚΟΝΤΑ ΜΑΣ

ΓΙΑΝΝΗΣ ΔΡΑΓΑΝΙΩΤΗΣ



ΟΥΡΑΝΙΑ ΧΡΙΣΤΙΔΟΥ



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΙΟΥΡΕΛΗΣ



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΣΟΥΠΑΝΑΚΗΣ



ΚΥΡΑΝΝΙΩ ΣΕΒΑΣΤΑΚΗ



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΖΑΦΕΙΡΗΣ



ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

ΜΙΑ ΗΛΙΑΧΤΙΔΑ

Σε μια κοινωνία με κρίμα κι απάτη, ζεις, αναπνέεις, πονάς και προσμένεις μια ηλιαχτίδα να μπει, να φωτίσει και τη ζωή με χρώμα να γεμίσει.

Βλέπεις τριγύρω, το χάος, το πλήθος, όλοι ακούν μα δεν αντιδρούν, δεν προσπαθούν, απλά υπομένουν και προσδοκούν.

Είσαι ο νέος της τώρα Ελλάδας. Έχεις στα χέρια σου δώρο ακριβό, έχεις τη γνώση, έχεις ελπίδες, κράτα τα όνειρα σαν φυλαχτό.

Μ αυτά πορεύσου και μη διστάσεις ό,τι κακό να το αλλάξεις.

Αγωνίσου να πας μπροστά με την αγάπη συντροφιά και μ οδηγό στο καλτασμό σου το φως του ήλιου και τ όνειρό σου.

Ελισάβετ Θραβάλου, 2008



Έκδοση Κάρτας Στάθμευσης ΑμεΑ (αναλυτικές οδηγίες)

Δικαιολογητικά για την έκδοση κάρτας στάθμευσης ΑμεΑ

Είστε δικαιούχος θέσης στάθμευσης ΑμεΑ και επιθυμείτε να εκδώσετε το ειδικό δελτίο στάθμευσης ΑμεΑ;

Δικαιούχοι κάρτας στάθμευσης ΑμεΑ Ν. 490/1976 Άρθρο 1 (ΦΕΚ 331 Α')

Ανάπηροι Έλληνες μετανάστες και εργάτες εξωτερικού που λόγω της φύσης της αναπηρίας τους παρακωλύεται η βάδιση Ν. 1798/1988 Άρθρο 16 (ΦΕΚ 166 Α')

Ανάπηροι Έλληνες και Ευρωπαίοι πολίτες που έχουν:

1. Πλήρη παράλυση των κάτω ή άνω άκρων ή αμφοτερόπλευρο ακρωτηριασμό αυτών.

2. Σοβαρή κινητική αναπηρία του ενός ή και των δύο κάτω άκρων με ποσοστό αναπηρίας συνολικά όχι μικρότερο του 67%.

3. Σοβαρή κινητική αναπηρία του ενός ή και των δύο άκρων με συμμετοχή κινητικής αναπηρίας του ενός ή και των δύο άνω άκρων, με ποσοστό αναπηρίας συνολικά όχι μικρότερο του 67% από τα οποία τα 40% τουλάχιστον από το ένα κάτω άκρο.

4. Ολική τύφλωση και στα δύο μάτια με ποσοστό αναπηρίας 100%.

Ν. 1882/1990 Άρθρο 23 (ΦΕΚ 43 Α')

Ανάπηροι Έλληνες και Ευρωπαίοι πολίτες:

1. Νοητικά καθυστερημένοι με δείκτη νοημοσύνης κάτω του 40% πάσχοντες από αυτισμό συνοδευόμενο από επιληπτικές κρίσεις.

2. Έχοντες πνευματική καθυστέρηση ή οργανικό ψυχοσύνδρομο με συνολικό ποσοστό αναπηρίας από 67% και άνω και είναι ανίκανοι για εργασία.

3. Πάσχοντες από μεσογειακή αναιμία ή συγγενής αιμοραγική διάθεση (αιμοροφιλία).

4. Πάσχοντες από νεφρική ανεπάρκεια τελικού σταδίου, ή μεταμόσχευση νεφρού.

5. Πάσχοντες από δρεπανοκυτταρική ή μικροδρεπανοκυτταρική αναιμία.

ΠΔ 241/2005 - (ΦΕΚ 290 Α')

Οι κάτοχοι Ι.Χ. οχημάτων που έχουν αποκτηθεί χωρίς τις διαδικασίες που προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία περί απαλλαγής τελών ταξινόμησης για Ι.Χ. επιβατικά αυτοκίνητα, οι οποίοι έχουν ενταχθεί σε προγράμματα αναδοχής ή υιοθεσίας Ατόμων με Αναπηρίες.

Εγκύκλιος 515/2015 - (7-1-2015)

Πολίτες οι οποίοι κατέστησαν ΑμεΑ μετά την απόκτηση του Ι.Χ. αναπηρικού αυτοκινήτου.

Γονείς ανηλίκων τέκνων Αμεα και δικαστικοί συμπαραστάτες ανηλίκων-ενηλίκων Αμεα.

Δικαιολογητικά για την έκδοση κάρτας στάθμευσης ΑμεΑ:

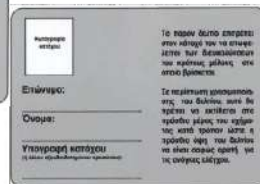
1. Φωτοαντίγραφο της Αστυνομικής Ταυτότητας ή του Διαβατηρίου του δικαιούχου αθεώρητο*

2. Φωτοαντίγραφο άδειας κυκλοφορίας του οχήματος αθεώρητο*

3. Φωτοαντίγραφο άδειας οδήγησης δικαιούχου αθεώρητο*

4. Υπεύθυνη δήλωση στην οποία ρητά θα αναφέρεται ότι «η χρήση του Δελτίου Στάθμευσης θα γίνεται στο συγκεκριμένο όχημα και μόνο για την εξυπηρέτηση των αναγκών του Αμεα και όταν το Αμεα επιβαίνει του οχήματος» (στην περίπτωση που ο δικαιούχος δεν διαθέτει άδεια οδήγησης.

5. Δύο (2) έγχρωμες φωτογραφίες (τύπου ταυτότητας)



τας)

6. Το ειδικό σήμα στάθμευσης για αναπηρικά οχήματα, το οποίο προβλέπεται από την Γ4Α/Φ/3012/1984 Απόφαση Υπουργού Υγείας και Πρόνοιας (εφόσον αυτό έχει χορηγηθεί)

7. Έγγραφο Πιστοποίησης Αναπηρίας, καθώς και βεβαίωση από την Γραμματεία των ΚΕΠΑ, με τα οποία να επιβεβαιώνεται ότι η πάθηση ανήκει στις δικαιούχες παθήσεις των διατάξεων του άρθρου 16 του Ν.1798/1988, όπως αυτές τροποποιήθηκαν με το άρθρο 23 του Ν.1882/1990 και έχουν στην πλήρη κυριότητά τους Ι.Χ. αυτοκίνητο (στην περίπτωση που το όχημα δεν είναι αναπηρικό).

Οποιαδήποτε διοικητική ή δικαστική πράξη ή απόφαση σχετική με την υιοθεσία ή την αναδοχή Ατόμων με Αναπηρίες (σε περίπτωση γονέων ή δικαστικών συμπαραστατών ανήλικων ή ενηλίκων ΑμεΑ)

Αρμόδια υπηρεσία είναι η Δ/ση Μεταφορών & Επικοινωνιών της Περιφερειακής ενότητας ή του Περιφερειακού διαμερίσματος της Περιφέρειας του τόπου κατοικίας του ενδιαφερόμενου. Τηλέφωνο 1889 (νέα υπηρεσία του Υπουργείου Μεταφορών για ΑμεΑ).

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΓΡΑΜΜΙΣΗ ΝΕΩΝ ΘΕΣΕΩΝ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ Α.Μ.Ε.Α ΣΤΟΥΣ ΔΥΟ ΔΗΜΟΥΣ ΤΗΣ ΣΑΜΟΥ



Το σωματείο μας προς τον Δήμο Δυτικής Σάμου εκφράζει την ικανοποίησή του για την άμεση και θετική ανταπόκρισή του στο αίτημά μας (το οποίο αναφερόταν στη σελίδα 8 της εφημερίδας μας "ΤΑ ΦΤΕΡΑ ΤΟΥ ΙΚΑΡΟΥ" τεύχος 9") και αφορούσε την κοπή-χαμηλώμα των φυτών της πράσινης πρασιάς στο διαχωριστικό της οδού Γοργύρας στο Καρλόβασι. Με την ενέργεια αυτή η ορατότητα στην παραπάνω οδό για πεζούς και οδηγούς είναι πολύ καλή και θα βοηθήσει να υπάρξει μεγαλύτερη ασφάλεια για όλους μας. Επίσης για την έγχρωμη διαγράμμιση των θέσεων στάθμευσης ΑμεΑ στο Καρλόβασι.

Ευχόμεσθε και διεκδικούμε την θετική του ανταπόκριση και στα άλλα ζωτικής σημασίας προβλήματα, τα οποία προβάλλουμε επί σειρά ετών, όπως η πεζοδρόμηση της οδού Γοργύρα στα προβληματικά της μέρη, μια θέση στάθμευσης ΑμεΑ έξω από το Δημαρχείο Καρλοβασιού και θέσεις στάθμευσης ΑμεΑ στο Μαραθόκαμπο και τα γύρω χωριά. Επίσης να δρομολογηθεί η ολοκλήρωση της συγκοινωνιακής μελέτης βάσει του ολοκληρωμένου προγράμματος του ΣΒΑΚ.

Για το Δήμο Ανατολικής Σάμου θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το Δημοτικό Συμβούλιο για τις θέσεις στάθμευσης ΑμεΑ που έγιναν στο νέο πάρκινγκ απέναντι από το ΞΕΝΙΑ και παρακαλούμε να γίνουν άμεσα θέσεις ΑμεΑ στο Πυθαγόρειο και τα γύρω χωριά.

Το πρώτο δρομολόγιο ηλεκτρικού λεωφορείου με επιβάτες

Αλεξάνδρα Κουσιούλη, 21/10/20

Σε δοκιμαστική τροχιά μπήκε σήμερα από την Ο.Σ.Υ., ένα ακόμη ηλεκτροκίνητο όχημα και, αυτή τη φορά, σε πραγματικές συνθήκες με την μεταφορά επιβατών. Πρόκειται για όχημα της κινεζικής αυτοκινητοβιομηχανίας YUTONG η οποία, ανταποκρινόμενη στην ανοιχτή πρόσκληση του υπουργείου Υποδομών για πιλοτική δοκιμή οχημάτων αυτού του τύπου, διαθέτει το λεωφορείο για χρήση στις Οδικές Συγκοινωνίες για διάρκεια δύο μηνών.

Το εν λόγω demo bus έχει μήκος 12 μέτρα, 3 διπλές πόρτες, είναι μοντέλο χαμηλού δαπέδου χωρίς σκαλοπάτια εισόδου και διαθέτει ράμπα για ΑμεΑ. Παράλληλα διαθέτει κινητήρα ισχύος 350kw και ροπής 1200 Nm, σύστημα υποβοήθησης εκκίνησης σε ανηφόρα HSA (HillStart Assist), εμπρόςθεις κάμερες για αποφυγή σύγκρουσης και σύστημα προειδοποίησης αλλαγής λωρίδας ενώ διαθέτει ράμπα για άτομα με ειδικές ανάγκες.

Είναι εξοπλισμένο με γυάλινα παράθυρα ανθεκτικά στην υπεριώδη ακτινοβολία, με ισχυρό κλιματισμό και με το ευφυές σύστημα τηλεματικής της Yutong που ενημερώνει για τις συνθήκες του λεωφορείου σε πραγματικό χρόνο βοηθώντας στην καλύτερη διαχείριση του, στη μείωση του κόστους συντήρησης και στην βελτίωση της ασφάλειας.

Η χωρητικότητα του οχήματος σε επιβάτες είναι 27 καθήμενοι, 46 όρθιοι, 1 ΑμεΑ. Η μπαταρία του είναι χωρητικότητας 350 kWh, ενώ διαθέτει θύρες φόρτισης USB για τους επιβάτες.

Επιπλέον, το όχημα είναι εξοπλισμένο με το σύστημα τηλεματικής Yutong V+, που ενημερώνει ανά πάσα στιγμή για τις συνθήκες του λεωφορείου και βοηθά στην αύξηση της απόδοσης διαχείρι-



σης, στη μείωση του κόστους συντήρησης και στην βελτίωση της ασφάλειας.

Το ηλεκτρικό λεωφορείο είναι το πρώτο που εκτελεί δρομολόγιο με επιβάτες και συγκεκριμένα θα πραγματοποιεί την εξής διαδρομή σε καθημερινή βάση: Ομόνοια, Κλαυθμώνος, Σύνταγμα, Φιλελλήνων, Συγγρού, Αγ. Φωτεινή, Κολυμβητήριο, Άγαλμα Λόρ-δου Βύρωνα, Σύνταγμα, Ακαδημία, Rex, Ομόνοια.

Η Yutong έχει προμηθεύσει ηλεκτρικά λεωφορεία σε περισσότερες από 322 πόλεις παγκοσμίως με τον όγκο πωλήσεων να ανέρχεται σε πάνω από 120.000 μονάδες ηλεκτρικών λεωφορείων. Το 2019, η Yutong παρέδωσε σε πελάτες της 21.113 ηλεκτρικά λεωφορεία και κατέλαβε ξανά την 1η θέση την οποία διατηρεί επί πολλά συνεχόμενα έτη στη βιομηχανία κατασκευής λεωφορείων της Κίνας αλλά και παγκοσμίως.

Στο επόμενο διάστημα, αναμένεται η δοκιμαστική κυκλοφορία ενός ακόμη ηλεκτρικού λεωφορείου ευρωπαϊκής τεχνολογίας.



Πρόληψη και φροντίδα των κατακλίσεων

Ο κ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΑΛΕΜΙΚΕΡΑΚΗΣ, ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΣΤΟ ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΤΟΥ ΑΝΩΤΑΤΟΥ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ (ΤΕΙ) ΑΘΗΝΑΣ, ΑΝΑΛΥΕΙ ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΙΣ ΚΑΤΑΚΛΙΣΕΙΣ, ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥΣ.

Τί είναι οι κατακλίσεις και πόσο συχνά εμφανίζονται; Κατακλίσεις, ή αλλιώς έλκη πίεσης, ονομάζονται οι βλάβες του δέρματος και των βαθύτερων ιστών που προκαλούνται από πίεση, συχνά σε συνδυασμό με άλλους παράγοντες, όπως η τριβή και η τοπική υγρασία που μπορεί να οφείλεται σε ακράτεια ούρων ή κοπράνων ή ακόμα και στη χρήση πάνας ακράτειας. Σημαντικές βλάβες στο δέρμα που ενδέχεται να οδηγήσουν σε κατακλίσεις μπορεί επίσης να προκληθούν και από δυνάμεις διάτμησης. Η διατμητική δύναμη προκαλείται από την αντίρροπη μετατόπιση του δέρματος έναντι των βαθύτερων ιστών. Αυτό συμβαίνει όταν το σώμα γλιστράει ή κινείται πάνω στην επιφάνεια στήριξης (π.χ. στρώμα κρεβατιού, κάθισμα τροχήλατου αμαξιδίου κ.λπ.) χωρίς να ανυψώνεται. Στις περιπτώσεις αυτές, το δέρμα παραμένει στο ίδιο σημείο ενώ το σώμα γλιστράει σε άλλη κατεύθυνση, κάτι που μπορεί να προκαλέσει τραυματισμό και να αποτελέσει την αιτία δημιουργίας κατάκλισης.

Τα έλκη πίεσης είναι συχνό πρόβλημα, περίπου στο 8-10%, για άτομα κλινική ή με κινητικά προβλήματα. Τόσο από ερευνητικά δεδομένα όσο και από την κλινική εμπειρία θα μπορούσε να υποστηριχθεί ότι όλα σχεδόν τα άτομα με Κάκωση Νωτιαίου Μυελού (ΚΝΜ) θα αναπτύξουν ένα έλκος που θα σχετίζεται με πίεση και θα αποδίδεται στις συνέπειες της ΚΝΜ.

Σε ποια σημεία εμφανίζονται;

Εμφανίζονται συχνότερα στην περιοχή του κόκκυγα, πάνω και γύρω από τις αρθρώσεις των ισχίων, στις πτέρνες, στους γλουτούς, πάνω και γύρω από τις αρθρώσεις των αστραγάλων (σφυρά) και γενικά όπου προβάλλουν οστικές προεξοχές. Μπορούν όμως να εμφανιστούν και σε οποιοδήποτε άλλο σημείο του σώματος, όταν ασκούνται πιέσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα ή ακόμα και να εμφανιστούν ταχέως όταν ασκούνται υψηλές πιέσεις.

Πώς θα καταλάβω ότι θα αναπτύξω κατάκλιση; Το πρώτο σημάδι της κατάκλισης είναι η μόνιμη ερυθρότητα πάνω από οστική προεξοχή. Αν πιέσουμε την ερυθρότητα με το δάκτυλο και το σημείο ασπρίσει, αυτό σημαίνει ότι έχουμε προσωρινή μείωση της αιμάτωσης της περιοχής. Στην περίπτωση αυτή, η συχνή αλλαγή θέσεων, για αποφόρτιση του σημείου από την πίεση και η προστασία του δέρματος με κατάλληλη κρέμα θα βοηθήσουν στην αντιμετώπιση του προβλήματος και δεν θα αναπτυχθεί έλκος πίεσης.

Αν, αντίθετα, πιέσουμε με το δάκτυλο την ερυθρότητα και δεν ασπρίσει, τότε το έλκος από πίεση έχει ξεκινήσει και αυτό θεωρείται το πρώτο στάδιο. Θα λάβουμε τα ίδια μέτρα με την προηγούμενη περίπτωση και θα απευθυνθούμε στον ιατρό και τον ειδικό νοσηλεύτη.

Αν δεν αντιμετωπιστεί κατάλληλα και εγκαίρως, τότε μπορεί σύντομα να εμφανιστούν δερματικές βλάβες, όπως φουσκάλες στο δέρμα που σκάνε και δημιουργείται εξέλκωση ή απευθείας εμφάνιση ελκών ή νέκρωση του δέρματος και εμφάνιση μαύρων νεκρωτικών εσχαρών.

Ποια μέτρα πρόληψης πρέπει να παίρνω;

Η πρόληψη των κατακλίσεων είναι προτιμότερη από

τη θεραπεία τους. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει να ελέγχεται καθημερινά η κατάσταση του δέρματος είτε από το ίδιο το άτομο με τη χρήση καθρέπτη είτε από τον φροντιστή. Οι παρεμβάσεις για την πρόληψη στοχεύουν στη μείωση της έντασης και της διάρκειας της πίεσης που δέχεται το άτομο σε σημεία του σώματος, ιδιαίτερα όταν στην περιοχή προβάλλει κάποιο οστό, και στην κατάλληλη φροντίδα του δέρματος. Η ανακούφιση των σημείων που δέχονται πίεση μπορεί να επιτευχθεί με τη μετατόπιση του κέντρου βάρους σε τακτά χρονικά διαστήματα ή, σε περίπτωση αδυναμίας, με την τοποθέτηση κατάλληλων μαξιλαριών, ώστε να αποφορτιστεί η πίεση και να αποκατασταθεί η αιμάτωση.

Όταν χρησιμοποιούμε αμαξίδιο, για πρόσθια μετατόπιση του κέντρου βάρους, γέρνουμε μπροστά από την κάθετη γραμμή του σώματος, το κεφάλι βρίσκεται παράλληλα με τους μηρούς και ακουμπάει στα γόνατα. Για πλάγια μετατόπιση, αφαιρείται το πλαινό προστατευτικό του αμαξιδίου και γέρνουμε στο πλάι. Για την κάθετη ανακατανομή του σωματικού βάρους, τοποθετούμε τα χέρια στα πλαινά προστατευτικά του αμαξιδίου, τα τεντώνουμε και ανασηκώνουμε τον κορμό, ώστε να μην ακουμπά στο κάθισμα και επανατοποθετούμαστε (Εικόνα 1).

Η φροντίδα του δέρματος αποτελεί προτεραιότητα για την πρόληψη των κατακλίσεων. Είναι σημαντικό το δέρμα να διατηρείται καθαρό και στεγνό, αλλά όχι ξηρό και να μην έρχεται σε επαφή με ούρα και κόπρανα. Ο καθαρισμός προτείνεται να γίνεται με μη ερεθιστικά καθαριστικά. Πολλοί ειδικοί προτείνουν τη χρήση ειδικής καθαριστικής λοσιόν με ουδέτερο pH, η οποία προσφέρει ήπια αντισηπτική δράση προστατεύοντας το δέρμα από ερεθισμούς και φλεγμονές που οφείλονται σε μικροοργανισμούς. Εξίσου σημαντικό είναι η σωστή ενυδάτωση του δέρματος με ενυδατικές κρέμες οι οποίες το διατηρούν ελαστικό και ανθεκτικό.

Τί κάνω αν διακρίνω ερεθισμό ή κατάκλιση;

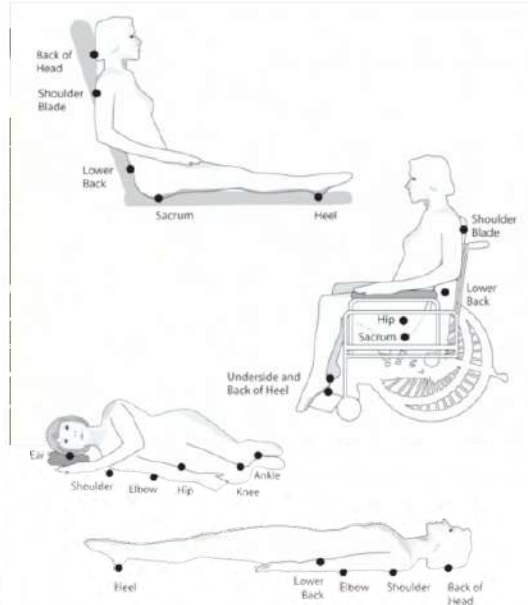
Είναι πολύ σημαντικό να λάβετε ιατρική εκτίμηση, σε περίπτωση που παρατηρήσετε κάποιο ερεθισμό ή βλάβη στο δέρμα σας, προκειμένου να ακολουθήσετε την κατάλληλη θεραπεία. Αντιμετωπίστε έγκαιρα ένα έλκος όσο μικρό ή επιφανειακό και αν σας φαίνεται. Η προσεκτική παρακολούθηση της πορείας ενός έλκους από έναν επαγγελματία υγείας, σε συνδυασμό με τη χρήση των κατάλληλων επιθεμάτων, αποτρέπει την περαιτέρω επιδείνωσή του, καθώς επιτυγχάνεται ασφαλέστερη και ταχύτερη επουλώση.

Ποιες λύσεις υπάρχουν σε περίπτωση που αναπτύξω κατάκλιση;

Ο θεράπων ιατρός και ο ειδικός νοσηλεύτης θα σας προτείνουν τις σωστές διαδικασίες φροντίδας του έλκους και θα σας προτείνουν το κατάλληλο επίθεμα για την περίπτωση σας.

Τα σύγχρονα επιθέματα θεωρούνται ως η καταλληλότερη μέθοδος για τη συντηρητική αντιμετώπιση των κατακλίσεων ιδιαίτερα στην κατ' οίκον φροντίδα. Προτείνονται από τους διεθνείς επιστημονικούς οργανισμούς φροντίδας κατακλίσεων ως ασφαλής και αποτελεσματική λύση και βοηθούν στην επουλώση του έλκους στον ταχύτερο δυνατό χρόνο, ενώ παράλληλα βελτιώνουν την ποιότητα της αλλαγής. Με τη χρήση τους, επιτυγχάνεται η προσωρινή υποκατάσταση του κατεστραμμένου δέρματος, δημιουργούνται κατάλληλες συνθήκες που βοηθούν στον καθαρισμό του έλκους από τις νεκρώσεις και προάγονται οι μηχανισμοί της επουλώσης.

Τα σύγχρονα επιθέματα προσφέρουν πολλαπλά οφέλη, όπως ταχύτερη επουλώση σε σχέση με τη γάζα, λιγότερες λοιμώξεις, μειωμένο πόνο, άριστη διαχείριση των υγρών του έλκους (εξίδρωμα) και βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών.



Σκλήρυνση κατά Πλάκας

Η πολλαπλή σκλήρυνση (ΠΣ) ή σκλήρυνση κατά πλάκας είναι μια χρόνια νευρολογική νόσος, που επηρεάζει το κεντρικό νευρικό σύστημα, δηλαδή τον εγκέφαλο και το νωτιαίο μυελό.

Τα αίτια. Η αιτιολογία της ασθένειας δεν είναι σαφής και θεωρείται πως μια γενετική προδιάθεση σε συνδυασμό με περιβαλλοντικούς παράγοντες, ιογενείς λοιμώξεις και χαμηλά επίπεδα βιταμίνης D πυροδοτεί τον αυτοάνοσο μηχανισμό που επιτίθεται στο κεντρικό νευρικό σύστημα.

Ποιους προτιμά. Η νόσος Ευρώπη και Αμερική έχουν τη μεγαλύτερη συχνότητα εμφάνισης, ενώ κατά πλειοψηφία διαγιγνώσκεται σε νέους ενήλικες (15-45 ετών) και είναι πιο συχνή στις γυναίκες.

Τι συμπτώματα έχει. Στις περισσότερες περιπτώσεις οι ασθενείς ακολουθούν μια πορεία υποτροπών (νευρολογικά συμπτώματα τα οποία μπορεί ή όχι να υποχωρούν τελείως) και ανάμεσα σ' αυτές υπάρχει ύφεση της νόσου, δηλαδή χρονικά διαστήματα χωρίς υποτροπές.

Λιγότεροι ασθενείς παρουσιάζουν μια προοδευτικά επιδεινούμενη πορεία. Τα συμπτώματα με τα οποία εκδηλώνεται η ΠΣ είναι αποτέλεσμα της φλεγμονής του κεντρικού νευρικού συστήματος. Τι μπορεί να περιλαμβάνουν: Απώλεια της μυϊκής δύναμης σε ένα ή περισσότερα άκρα, διαταραχή της αίσθησης σε τμήμα του σώματος και παραισθησίες (μούδιασμα, μυρμήγκιασμα, αίσθημα ηλεκτρικής εκκένωσης), θάμβος στην όραση και διπλωπία (διπλή όραση), διαταραχή της ούρησης (επιτακτική ούρηση), διαταραχή της ισορροπίας στη βάδιση και στο συντονισμό των κινήσεων των άκρων. Οι πιο σοβαρές εκδηλώσεις είναι οι κινητικές.

Πώς γίνεται διάγνωση. Η ΠΣ έχει χαρακτηριστικές βλάβες στη μαγνητική τομογραφία εγκέφαλου και νωτιαίου μυελού, η οποία επιτρέπει πλέον τη διάγνωση σε πρώιμο στάδιο και χρησιμεύει ως δείκτης παρακολούθησης, σε συνδυασμό πάντα με την κλινική εικόνα.

Υπάρχει θεραπεία; Αν και ριζική θεραπεία για την ΠΣ δεν υπάρχει, τις τελευταίες δεκαετίες γνωρίζουν αλματώδη εξέλιξη φάρμακα που καθυστερούν σημαντικά την επιδείνωση. Τα φάρμακα αυτά επιδρούν στα κύτταρα του ανοσοακού συστήματος και πλέον υπάρχουν πολλές εγκεκριμένες θεραπείες για τη νόσο, σχεδόν αποκλειστικά για την υποτροπιάζουσα μορφή.

Οι θεραπείες έχουν τη μορφή ενέσεων, χαπιών ή ενδοφλέβια χορηγούμενων νοσοκομειακών φαρμάκων. Σημαντικός αριθμός νέων θεραπειών είναι στο στάδιο της εξέλιξης και πρόκειται να είναι διαθέσιμες την επόμενη πενταετία.

Εκτός από τα φάρμακα, σημαντικό ρόλο στην ποιότητα ζωής παίζουν η φυσικοθεραπεία, η άσκηση, η μείωση βάρους, η διακοπή καπνίσματος και η διαχείριση του στρες.

Εικόνα 1





Τι είναι η βιώσιμη κινητικότητα

«Αν σχεδιάζετε πόλεις για αυτοκίνητα και κυκλοφορία, θα έχετε αυτοκίνητα και κυκλοφορία. Αν σχεδιάζετε για ανθρώπους και χώρους, θα έχετε ανθρώπους και χώρους»

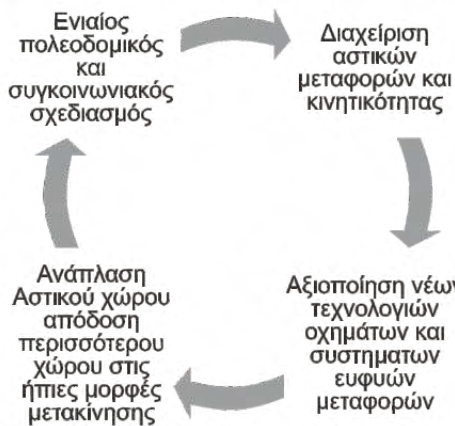
Τι είναι η βιώσιμη κινητικότητα?

Νοείται ένα σύστημα μεταφορών και πρότυπο μετακινήσεων που παρέχει τα μέσα και τις δυνατότητες ικανοποίησης των αναγκών των τριών βασικών πυλώνων της βιώσιμης ανάπτυξης (οικονομία, περιβάλλον, κοινωνία) αποτελεσματικά και δίκαια, ενώ ταυτόχρονα ελαχιστοποιεί αποφευκτές ή επουσιώδεις αρνητικές συνέπειες και το αντίστοιχο κόστος τους, στις διάφορες χωροχρονικές κλίμακες.

Τι προϋποθέτει?

Προϋποθέτει πόλεις συμπαγείς και συνεκτικές, διαμορφωμένες κατά τέτοιο τρόπο που να μπορούν να λειτουργούν άριστα μέσα από ένα οργανωμένο σύστημα δημοσίων συγκοινωνιών, να υπάρχει ασφαλές και ολοκληρω-

Κατευθύνσεις βιώσιμης αστικής κινητικότητας



μένο δίκτυο ποδηλατοδρόμων και ταυτόχρονα να προωθείται η πεζή μετακίνηση με την ανάπτυξη πεζοδρομών και πλατειών.

- περιβαλλοντική βιωσιμότητα: αναφέρεται στην πρόκληση ρύπανσης από τις μεταφορικές δραστηριότητες σε ρυθμούς βιώσιμους, καθώς και στην χρήση ανανεώσιμων και μη φυσικών πηγών σε ρυθμούς βιώσιμους δηλαδή ρυθμούς που αφήνουν ανέπαφο το φυσικό κεφάλαιο για τις επόμενες γενιές

- κοινωνική βιωσιμότητα: αναφέρεται στην κοινωνική δικαιοσύνη σε αυτή τη γενιά στον τομέα των μεταφορών, δηλαδή στο «δικαίωμα στην κινητικότητα» των ανθρώπων. Αφορά όμως και μία ισοκατανομή του κόστους και των ωφελειών της κινητικότητας (όσο και της ίδιας της κινητικότητας) ανάμεσα στα αναπτυσσόμενα και τα αναπτυσσόμενα κράτη καθώς και ανάμεσα στα διάφορα κοινωνικά στρώματα.
- οικονομική βιωσιμότητα: αναφέρεται στην αναπροσαρμογή των έως σήμερα οικονομικών θεωρήσεων των μεταφορών ώστε να λαμβάνεται υπόψη το κριτήριο της ρύπανσης του περιβάλλοντος και της εξάντλησης των φυσικών πηγών. Όσον αφορά την τιμολόγηση του συστήματος των μεταφορών, το ζήτημα είναι αν ο κάθε χρήστης πληρώνει ή όχι το οριακό κοινωνικό κόστος της επιλογής του, ώστε να υπάρξει μια διαφοροποίηση στις τιμές των διάφορων μεταφορικών επιλογών που να αντικατοπτρίζει τις διαφορετικές σοβαρότητες περιβαλλοντικές επιπτώσεις κάθε μεταφορικού μέσου.

Συνιστώσες της βιώσιμης αστικής κινητικότητας Πρόκληση των βιώσιμων μεταφορών



Ποια τα κριτήρια για να χαρακτηριστεί μια πολιτική μεταφορών ως βιώσιμη?



Το Σύστημα ελέγχει, διαπιστώνει, πληροφορεί, αν το όχημα που σταθμεύει σε θέση προοριζόμενη για ΑμεΑ, είναι όντως όχημα που ανήκει σε άτομο με αναπηρία. Αυτό γίνεται μέσω δύο απλών συσκευών: ενός αισθητήρα και μίας κάρτας. Ο αισθητήρας τοποθετείται στο μέσον της θέσης στάθμευσης και «διαβάζει» το σήμα που εκπέμπει το μαγνητικό πεδίο του οχήματος, διαπιστώνοντας αν το όχημα που έχει σταθμεύσει, διαθέτει σήμα οχήματος ΑμεΑ. Η κάρτα βρίσκεται μέσα στο όχημα και εκπέμπει το σήμα οχήματος ΑμεΑ. Έτσι, μέσα σε 30 δευτερόλεπτα, ο χειριστής του συστήματος γνωρίζει, τι είδους όχημα (ποδήλατο, μηχανάκι, αυτοκίνητο, φορτηγό κ.α.) έχει σταθμεύσει σε θέση ΑμεΑ και εάν αυτό το όχημα διαθέτει σχετικό σήμα. Άμεση αναφορά στη Δημοτική Αστυνομία.

Αισθητήρας και κάρτα ταυτοχρόνως «ειδοποιούν» τον κεντρικό υπολογιστή της Δημοτικής Αστυνομίας— με πράσινο χρώμα, εάν είναι κενή η θέση— με μπλε χρώμα αν είναι κατειλημμένη από όχημα ΑμεΑ και— με κόκκινο χρώμα εάν η θέση έχει καταληφθεί παρανόμως.

Ο υπολογιστής με τη σειρά του «ειδοποιεί» τα κινητά τηλέφωνα με τα οποία ο Δήμος προμηθεύει το προσωπικό της υπηρεσίας. Σε ελάχιστα λεπτά βεβαιώνεται κλήση για παράνομη στάθμευση. Με τον τρόπο αυτόν μειώνεται ο χρόνος περιπολίας σε θέσεις στάθμευσης, αυξάνεται η αποτελεσματικότητα της υπηρεσίας και σαφώς βελτιώνονται οι παραβάτες. Όλο το σύστημα αυτό θα αφορά σε πρώτη φάση τις 39 θέσεις στάθμευσης ΑμεΑ που έχει χαράξει ο Δήμος Τρικκαίων στα Τρίκαλα. Η προμήθεια των καρτών θα γίνει στα άτομα που έχουν τη «μπλε κάρτα» ΑμεΑ, με διαδικασία που θα ανακοινωθεί. Η επέκταση του συστήματος σε όλη τη χώρα θα είναι μια ουσιαστική διαδι-

Ποιοι είναι οι στόχοι ενός ΣΒΑΚ

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Πλατφόρμα της Αστικής Κινητικότητας (ELTIS, n.d.), κύριος στόχος ενός ΣΒΑΚ είναι η βελτίωση της προσβασιμότητας των αστικών περιοχών και η παροχή υψηλής ποιότητας μεταφορών με έμφαση στο περπάτημα, το ποδήλατο και τη δημόσια συγκοινωνία, διαμέσου και εντός της αστικής περιοχής. Εστιάζει περισσότερο στις ανάγκες της "λειτουργικής πόλης" και της ενδοχώρας της, αντί της δημοτικής διοικητικής περιφέρειας.

Ένα ΣΒΑΚ ευνοεί την ισορροπημένη ανάπτυξη όλων των σχετικών μορφών μεταφοράς, ενθαρρύνοντας τη μετάβαση προς πιο βιώσιμες μορφές.

Το σχέδιο αποτυπώνει μια ολοκληρωμένη σειρά τεχνικών μέτρων, μέτρων υποδομής, μέτρων πολιτικής και ήπιων μέτρων για τη βελτίωση της απόδοσης και της σχέσης κόστους-αποτελεσματικότητας ως προς τον δεδηλωμένο στόχο και τις επιμέρους επιδιώξεις. Συνήθως, αφορά στα εξής θέματα:

- Δημόσια συγκοινωνία
- Βάδισμα και ποδηλασία
- Διαλειτουργικότητα
- Ασφάλεια αστικών οδών
- Οδικές μεταφορές (ρέουσες και αδρανείς)
- Αστική εφοδιαστική
- Διαχείριση κινητικότητας
- Ευφυή Συστήματα Μεταφορών.

Στόχο έχει να δημιουργήσει ένα βιώσιμο σύστημα μετακινήσεων λαμβάνοντας υπόψη τις παραπάνω θεματικές κατηγορίες ενώ παράλληλα θα εξασφαλίζει τα παρακάτω:

- θα βεβαιώνει ότι το σύστημα μεταφορών είναι προσπτό σε όλους,
- θα βελτιώνει την οδική ασφάλεια και την προστασία από εγκληματικές ενέργειες,
- θα μειώνει το θόρυβο και την ατμοσφαιρική ρύπανση, τις εκπομπές των αερίων του θερμοκηπίου και την κατανάλωση ενέργειας,
- θα βελτιώνει την αποτελεσματικότητα και τη σχέση κόστους-αποτελεσματικότητας της μεταφοράς προσώπων και αγαθών και θα βελτιώνει την ελκυστικότητα και την ποιότητα του αστικού περιβάλλοντος

Σύμφωνα με το πρόγραμμα Poly-SUMP (2012), προκειμένου να αναγνωριστεί ως ΣΒΑΚ ένα σχέδιο πρέπει να λάβει υπόψη τις ακόλουθες προϋποθέσεις:

- Συμμετοχική προσέγγιση - με τη συμμετοχή πολιτών και ενδιαφερόμενων φορέων από την αρχή και σε όλη τη διαδικασία λήψης αποφάσεων, στην εφαρμογή και την αξιολόγηση, στη δημιουργία τοπικών δράσεων για την αντιμετώπιση πολύπλοκων ζητημάτων σχεδιασμού και στη διασφάλιση της ισότητας των φύλων,
- Δέσμευση για βιωσιμότητα: εξισορροπώντας την κοινωνική δικαιοσύνη, την ποιότητα του περιβάλλοντος και την οικονομική ανάπτυξη,
- Ολοκληρωμένη προσέγγιση των πρακτικών και των πολιτικών μεταξύ των διαφόρων τομέων πολιτικής, μεταξύ των επιπέδων εξουσίας και μεταξύ των γειτονικών αρχών,
- Εστίαση στην επίτευξη μετρήσιμων στόχων, που προέρχονται από βραχυπρόθεσμους στόχους, ενυθγραμμένους με ένα όραμα για τις μεταφορές και ενσωματωμένων σε μια συνολική στρατηγική για την αειφόρο ανάπτυξη,
- Ανασκόπηση του κόστους μεταφοράς και των οφελών, λαμβάνοντας υπόψη ευρύτερες κοινωνικές δαπάνες και οφέλη σε όλους τους τομείς της πολιτικής,
- Να εφαρμόζει Μέθοδο, η οποία να περιλαμβάνει: 1) την ανάλυση της κατάστασης και το βασικό σενάριο, 2) τον καθορισμό του οράματος και των στόχων, 3) την επιλογή των πολιτικών και των μέτρων, 4) την ανάθεση των αρμοδιοτήτων και των πόρων, 5) τις ρυθμίσεις παρακολούθησης και αξιολόγησης.

κασία. Μέχρι τότε, εάν πολίτης ΑμεΑ από άλλη περιοχή της χώρας σταθμεύσει σε θέση στα Τρίκαλα, απλώς θα πρέπει να κάνει ό,τι και πριν: να τοποθετεί την μπλε κάρτα στο παρμπρίζ του οχήματος.

www.newsonline.gr/paraxena/trikala-telos-i-paranomi-stathmefsi-se-thesis-amea-afomato-systima-idopii-tin-astynomia-se-kathe-paravasi/

Τρίκαλα: Τέλος η παράνομη στάθμευση σε θέσεις ΑΜΕΑ – Αυτόματο σύστημα ειδοποιεί την Αστυνομία σε κάθε παράβαση



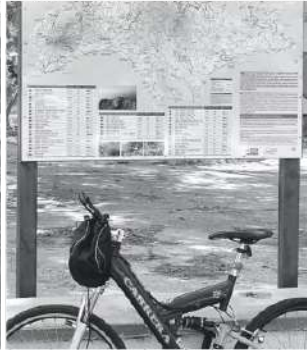
Ακόμα ένας λόγος που όλοι μιλάνε για το πόσο μπροστά είναι αυτή η πόλη Τρίκαλα: Πρόκειται για ένα καινοτόμο σύστημα. Ο Δήμος Τρικκαίων στοχεύει στην αποτροπή της παράνομης στάθμευσης. Συγκεκριμένα, σε θέσεις, οι οποίες παραχωρούνται μόνο σε οχήματα για ΑμεΑ. Το Σύστημα Αποτρεπτικής Στάθμευσης ελέγχει και διασφαλίζει τη διατήρηση των θέσεων για ΑμεΑ μόνο για τους συγκεκριμένους πολίτες. Περισσότερες πληροφορίες για το Σύστημα Αποτρεπτικής Στάθμευσης.

Με τη χρήση ειδικού εξοπλισμού, το σύστημα «διαβάζει» το όχημα απότομο με αναπηρία και στέλνει άμεση ειδοποίηση στη Δημοτική Αστυνομία, που σε ελάχιστο χρόνο βεβαιώνει πιθανή παράβαση. Η αυτοματοποίηση θα επεκταθεί και σε θέσεις φορτοεκφόρτωσης εμπορευμάτων, διαβάσεις πεζών και ράμπες σε πεζοδρόμια για ΑμεΑ, γονείς με καρτσάκια. Η παρουσίαση, έγινε σήμερα στο πλαίσιο των εκδηλώσεων του Δήμου Τρικκαίων για την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας 2020.

Δήμος Δυτικής Σάμου Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ
ΕΒΔΟΜΑΔΑ
ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

Πρόγραμμα Δράσεων



Τετάρτη 16/9/2020
Απόγευμα, 6:00π.μ.
Ενημέρωση εβδομάδας κινητικότητας.
Ομιλία σχετικά με την σημασία της παραγωγής βιώσιμων προτύπων κινητικότητας (Πορφυριάδα σχολή Καρλοβάσιων).

Απόγευμα, 6:30π.μ.
Αποφυγή οδικών ατυχημάτων.
Διαδραστικό παιχνίδι με θέμα την οδική ασφάλεια των νέων σε συνεργασία με το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού. (Πορφυριάδα σχολή Καρλοβάσιων)

Πέμπτη 17/9/2020
Πρωί
Ενημέρωση των μαθητών Δημοτικών σχολείων Μεσαίου Καρλοβάσου, 1ου Δημοτικού Νέου Καρλοβάσου και Υδρούσας με θέμα: «ΑΣΦΑΛΕΣ ΠΕΡΙΠΑΤΗΜΑ & ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ» σε συνεργασία με το Αστυνομικό Τμήμα Καρλοβάσου.

Απόγευμα, 6:00π.μ.
Γυμναζόμαστε και παίζουμε στη πόλη μας.
1. Δίνουμε μια άλλη όψη στο κέντρο της πόλης μας μετατρέποντας την οδό Βλιάμου Βαλασκατζή και Ιππ. Ζαΐμη σε χώρους οθλήσης και γυμναστικής. Πόδοσφαιρο, Μπάσκετ, Πινγκ Πονγκ, Σακαί, Μίν Βολει για παιδιά, σε συνεργασία με την Αθλητική Ένωση Καρλοβάσιων, το σύλλογο Π.Ε.Φ.Α.Σ. «Η ΡΙΒΑ» και τον Εμπορικό Σύλλογο Καρλοβάσιων.
2. Ζωγραφική παιδιών. «Πώς φαντάζομαι τη πόλη μου χωρίς αυτοκίνητο»
Εργαστήρι παιδιών στη πλατεία Βαλασκατζή και έκθεση των δημιουργιών τους. Προσφορά χειροποίητων αναμνηστικών δώρων με θέμα το ποδήλατο από τον Σύλλογο Δημιουργικής Χειροτεχνίας «Ο Ιδιέεσας».

Παρασκευή 18/9/2020
Πρωί
Ενημέρωση των μαθητών Γυμνασίου & Λυκείου Καρλοβάσου με θέμα: «ΑΣΦΑΛΕΣ ΠΕΡΙΠΑΤΗΜΑ ΚΑΙ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ» σε συνεργασία με το Αστυνομικό Τμήμα Καρλοβάσιων.
Απόγευμα, 6:45π.μ.
Ανακαλύπτω την ιστορία του τόπου μου. Περίπατος στη Ρίβα Καρλοβάσου σε συνεργασία με τον Κ. Ριζάκη. Σημείο συγκέντρωσης το πάρκινγκ στο Κέντρο Υγείας Καρλοβάσιων.

Σάββατο 19/9/2020
Πρωί 10:00π.μ.
Περίπατος από λιμάνι Καρλοβάσου έως την Αγία Τριάδα Παλαιού Καρλοβάσου. Σημείο συνάντησης Λιμάνι Καρλοβάσου.
Προώθηση χρήσης εναλλακτικών μέσων μεταφοράς σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Εξωραϊστικό Σύλλογο Παλαιού Καρλοβάσου.
Απόγευμα, 6:00π.μ.

1. Απογευματινή Ποδηλατοβόλτα στην πόλη με εκκίνηση από τη Κεντρική Πλατεία Καρλοβάσιων, σε συνεργασία με τον «Προαστικό Καρλοβάσου»
2. Δημιουργία δανειακής βιβλιοθήκης στο περιπτερό της πλατείας Μεσαίου Καρλοβάσου, στα πλαίσια του "WORD CLEAN UP EUROPE", σε συνεργασία με το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού.
Ελάτε να ανταλλάξουμε γνώση... φέρουμε το βιβλίο μας και το ανταλλάσσουμε με κάποιον άλλο (περιοδικά, εφημερίδες, όλων των ειδών βιβλία).

Κυριακή 20/9/2020
Πρωί, 11:00 π.μ.
Πεζοπορία και καθαρισμός της περιοχής Κατα-

ράκης έως και Ποτάμι Καρλοβάσου στα πλαίσια του "WORD CLEAN UP EUROPE". Σημείο συγκέντρωσης Ποτάμι, δρόμος προς Καταφράκτες.
Απόγευμα, 6:00π.μ.
Περίπατος και ξενάγηση στην Κοινότητα Μαραθοκάμπου. Σημείο συνάντησης, στοφρή Κονδύλη, 7:30π.μ.
Προβολή ταινίας με θέμα το ποδήλατο στην πλατεία Λαούγκα Μαραθοκάμπου. (ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΘΕΣΕΙΣ)
Σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Μαραθοκάμπου.

Δευτέρα 21/9/2020

Πρωί
Ενημέρωση των μαθητών Δημοτικού, Γυμνασίου, Λυκείου Μαραθοκάμπου με θέμα: «ΑΣΦΑΛΕΣ ΠΕΡΙΠΑΤΗΜΑ ΚΑΙ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ», σε συνεργασία με το Αστυνομικό Τμήμα Μαραθοκάμπου.
Απόγευμα, 6:00π.μ.
Μαθαίνω για το ιστορικό κέντρο της πόλης μου περπατώντας, σε συνεργασία με την Κυρία Μαρία Μαρρούκη «Ακολουθώντας την ιστορία» αμηνεύουμε και καταγράφουμε τα προβλήματα προσβασιμότητας στα κέντρα, παρὰ με το Πανομοιακό Σωματείο ΑμΣΑ «Νίκος Μένεγας - Ο Ίκαρος»
7:30π.μ.
Προβολή ταινίας με θέμα το ποδήλατο στην οδό Αγίου Νικολάου, πλήσιον εκκλησίας Αγίου Νικολάου, σε συνεργασία με την Κινηματογραφική Λέσχη Καρλοβάσιων «ΡΙ-ΔΑ» (ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΘΕΣΕΙΣ)

Λήζει εβδομάδας κινητικότητας.



Δήμος Ανατολικής Σάμου Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε για ακόμη μια χρονιά η φετινή εκστρατεία της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας, (16-22 Σεπτεμβρίου 2020) από το **Δήμο Ανατολικής Σάμου**, με θέμα «Πράσινη μετακίνηση χωρίς ρύπους για όλους» (Zero - emission mobility for all) και το σύνθημα «Μετακινήσου Υπεύθυνα».



Ο Δήμος Ανατολικής Σάμου με το σχεδιασμό των δράσεων του, διαδραστικές αλλά και διαδικτυακές, προώθησε το μήνυμα της βιώσιμης κινητικότητας, της εναλλακτικής μετακίνησης καθώς και της αναβάθμισης της ποιότητας του περιβάλλοντος. Συμφώνα με το έγγραφο του Υπουργείου Περιβάλλοντος & Ενέργειας με θέμα: «Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας 2020» - ασφαλείς εκδηλώσεις εν μέσω πανδημίας, καθώς και με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ, ο Δήμος μας προχώρησε στην εκπόνηση του χάρτη δράσεων που περιελάμβανε δραστηριότητες στο Βαθύ Σάμου καθώς και στις Κοινότητες Πυθαγορείου, Κοκκαρίου και Βαθέος.

Ευχαριστούμε όλους τους Φορείς, Συλλόγους και εθελοντές που έλαβαν μέρος στη διοργάνωση και στην υλοποίηση των δράσεων και πιο συγκεκριμένα ευχαριστούμε: Τον Παγκόσμιο Πρωταθλητή Ποδηλάσις κ. Χρήστο Βολικάκη και τη Χάλκινη Ολυμπιονίκη κα Σοφία Παπαδοπούλου που συμμετείχαν ενεργά στις δράσεις μας και προώθησαν το μήνυμα της εναλλακτικής μετακίνησης, τις Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Σάμου, τους Διευ-

θυντές των Σχολείων, το Λιμεναρχείο Σάμου, την Αστυνομική Διεύθυνση Σάμου, το Διαδημοτικό Λιμενικό Ταμείο Σάμου, την Ποδηλατική Λέσχη Σάμου, το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού Τ.Τ. Βαθέος, το Παράρτημα Σάμου του Ερυθρού Σταυρού, το Ναυτικό Όμιλο Σάμου, το Σύλλογο Εστίασης και Ψυχαγωγίας Σάμου, τον Πολιτιστικό Σύλλογο Πυθαγορείου «Ο Λυκούργος», τον Πολιτιστικό Σύλλογο Βαθέος «Καπετάν Λαχανάς», τον Αθλητικό Όμιλο Πυθαγορείου «Πολυκράτης», το Εθελοντικό Πυροσβεστικό Κλιμάκιο Πυθαγορείου, το Σύλλογο Γονέων, φίλων και Κηδεμόνων με αναπτυξιακή υστέρηση «Η Μέλισσα», τους καλλιτέχνες, κα Άννα Λουκαδάκη, κα Ειρήνη Καπέλλου, κα Σταματία Καρύδα, κ. Στέλιο Δεμερτζή, και κ. Ιωάννη Χατζηνικόλαου, για την παραχώρηση των έργων τους, προκειμένου να πραγματοποιηθεί η έκθεση στην Παραλιακή Οδό Θεμιστοκλή Σοφούλη. Επίσης, ευχαριστούμε τον κ. Χρήστο Λημιό, συγκοινωνιολόγο του έργου του Σχεδίου Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας, για την παρουσίαση του παραδοτέου του έργου, τον κ. Δημήτριο Μπανούση, τεχνικό Σύμβουλο του Πράσινου Ταμείου, για την παρουσίαση του προγράμματος Life. Ευχαριστούμε τους επιχειρηματίες κ. Γεώργιο Κονταζή, στο Πυθαγόρειο (wind & water sports) και κ. Γεώργιο Σακαντάρη στο Κοκκάρι, (Samos wind surfing) για την παραχώρηση των εγκαταστάσεων και του εξοπλισμού τους προκειμένου να πραγματοποιηθούν οι δράσεις στη θάλασσα, τον κ. Εμμανουήλ Βαλή για τη φιλοξενία του κ. Βολικάκη, την Ιατρά κ. Renske Σταυρίδου - Mask για την παρουσία της στις δράσεις που πραγματοποιήθηκαν



στο Πυθαγόρειο, την εταιρεία Σκλαβενίτης για την χορηγία τους (νερό, χυμούς, μπανάνες), στο ΚΤΕΛ Σάμου για την παροχή έκπτωσης στην τιμή των εισιτηρίων, στην εταιρεία ΚΤΕΟ Σάμου Ε.Π.Ε. για την παροχή έκπτωσης στην έκδοση κάρτας καυσαερίων, την εταιρεία Brain box για την χορηγία τους (100 αντανάκλαστικά γιλέκα) τον κ. Αντώνη Μιχαήλ για τη χορηγία του (χρώματα). Τέλος ευχαριστούμε για το όμορφο φωτογραφικό υλικό τον κ. Μιχάλη Κατινά, κ. Στέλιο Δεμερτζή, κ. Σωπύρη Φραγκουλάκη, κ. Άρη Κωνσταντάρα και κ. Ανδρέα Αξιώτη καθώς και όλα τα τοπικά Μ.Μ.Ε. για την προώθηση των δράσεων μας που πραγματοποιήθηκαν εντός της εβδομάδας.

#Μετακινούμαστε υπεύθυνα Μένουμε Ασφαλείς και Ενωμένοι!

Εβδομάδα κινητικότητας 2020
Δήμος Ανατολικής Σάμου





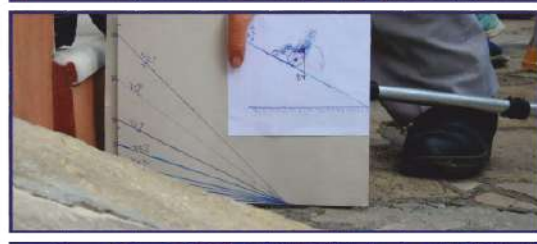
ΠΟΡΕΙΑ ΣΤΟ ΚΑΡΛΟΒΑΣΙ ΑΠΟ ΤΑ ΑΜΕΑ ΣΤΗΝ ΟΔΟ ΓΟΡΓΥΡΑΣ

Δευτέρα, 4 Νοεμβρίου 2019

Σήμερα αντιπροσωπία του Δ.Σ ΠΟΒΑ.μεΑ. παρουσία της Προέδρου της κυρίας Μιχάλας Σοφία μαζί με μέλη του Δ.Σ και φίλους του Πανσαμιακού Σωματείου Α.μεΑ. και φίλων ΝΙΚΟΣ ΜΕΝΕΓΑΣ Ο ΙΚΑΡΟΣ καθώς και μαθητές του 1^{ου} Δημοτικού σχολείου Καρλοβασιών Πορφυριάδα έκαναν πορεία κατά μήκος της οδού Γοργύρας.

Στην πορεία μαζί με τα Α.μεΑ. ήταν ο Αντιδήμαρχος Γεώργιος Διακοσταμάτης ο πρόεδρος της Δημοτικής κοινότητας Καρλοβασιών κ. Μανώλης Νικολού οι σύμβουλοι της κοινότητας (κ. Σακκελλαρης, Ελευθερίου) και απο το Δήμο Δυτικής Σάμου (κ. Γαλανού, Καλβίνου, Λεων Σταμούλου, Βασίλ Κοσμάς) καθώς και η Τεχνική Υπηρεσία του Δήμου και πλήθος κόσμου, όπου είδαν από κοντά τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι με Αναπηρία στις μετακινήσεις τους!!

ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ ΑΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ ΝΑ ΔΟΘΟΥΝ ΛΥΣΕΙΣ ΣΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΣΥΝΕΧΙΖΟΥΝ ΝΑ ΤΑΛΑΙΠΩΡΟΥΝ ΤΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ ΟΠΩΣ ΘΕΣΕΙΣ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ ΑμεΑ, ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟΤΗΤΑ ΣΤΑ ΔΗΜΟΣΙΑ ΚΤΙΡΙΑ, ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ, ΠΕΖΟΔΡΟΜΙΑ, ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ.



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Δ.Τ. Επίσκεψη ΠοΑμεΑΒΑ σε Ικαρία και Σάμο

Χίος: 8.11.2019 / Αρ. Πρωτ.: 56

Παρασκευή, 8 Νοεμβρίου 2019

Η Πρόεδρος και μέλη του Δ.Σ. της Π.Ο.Α.μεΑ.Β.Α. επισκέφθηκαν την Ικαρία και τη Σάμο με στόχο την προώθηση των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία και την στήριξη των συλλόγων-μελών της, που προσπαθούν να βελτιώσουν την καθημερινότητα των Α.μεΑ. και των οικογενειών τους και να ενσωματωθούν ισότιμα στην κοινωνία στην οποία ζουν.

Την Ικαρία επισκεφθήκαμε για πρώτη φορά και συναντήσαμε γονείς παιδιών με αναπηρία και άτομα με αναπηρία με σκοπό να ιδρυθεί σύλλογος, ο οποίος θα αναλάβει να υπερασπίσει τα δικαιώματα των παιδιών με αναπηρία και των ενηλίκων Α.μεΑ. σε τοπικό επίπεδο.

Διαπιστώσαμε δυστυχώς ότι οι δομές πρόνοιας είναι ανύπαρκτες, η προσβασιμότητα λέξη σχεδόν άγνωστη, όπως άγνωστος είναι και ο αριθμός των Α.μεΑ. και των παιδιών με αναπηρία. Λειτουργεί ένα Δημοτικό Σχολείο Ειδικής Αγωγής με 2 παιδιά και ένα στο νεοσύστατο νη-πιγαγέλι. Στο ΕΕΕΕΚ που συστεγάζεται με το ΕΠΑΛ Ικαρίας φοιτούν 9 παιδιά. Η μεταφορά των παιδιών γίνεται κυρίως από τους γονείς, οι οποίοι όμως αδυνατούν να μεταφέρουν καθημερινά τα παιδιά τους στο σχολείο. Στο προσωπικό, που σε κάθε περίπτωση είναι ελλιπές, οφείλονται πολλά συγχαρητήρια για την προσπάθεια τους να ανταποκριθούν στις ανάγκες των μαθητών με αναπηρία και τη στήριξη των γονέων. Συναντήσαμε τον Αντιδήμαρχο κ. Βογιατζή, ο οποίος πρόθυμος μεν, αδύναμος όμως να βοηθήσει ουσιαστικά στη δημιουργία δομών, παρέλαβε τις προτάσεις μας με την υπόσχεση να τις μεταφέρει προς συζήτηση στο Δημοτικό Συμβούλιο του Δήμου Ικαρίας. Στις επισκέψεις μας συμμετείχε η Πρόεδρος του ΣΕΠΕ Ικαρίας και Φούρνων κ. Ανθή Μηλιάδη. Στην Ικαρία λειτουργεί Νοσοκομείο, σαν παράρτημα του Νοσοκομείου Σάμου. Συναντηθήκαμε με τον υποδιοικητή, ο οποίος μας ενημέρωσε για την κατάσταση. Παρόλο που δεν είχε εικόνα του αριθμού των ατόμων με αναπηρία που βρίσκονται στο νησί, ήταν πολύ θετικός στο να μας βοηθήσει στην καταγραφή. Μας ενημέρωσε ότι προχωράει η κατασκευή πτέρυγας νεφροπαθών, για να μπορούν να κάνουν τις αιμοκαθάρσεις.

Κατά τα άλλα, αυτό που έχουμε να παρατηρήσουμε είναι ότι υπάρχουν μεγάλες ελλείψεις σε ειδικότητες ιατρών. Στη Σάμο επισκεφθήκαμε τους Δήμους Ανατολικής Σάμου (Βαθύ) και το νεοσύστατο Δήμο Δυτικής Σάμου (Καρλόβασι) και μαζί με τα μέλη του Πανσαμιακού Συλλόγου «Ν. Μένεγας, ο Ίκαρος» και το σύλλογο γονέων «Η Μέλισσα» διαπιστώσαμε το απροσπέλαστο του δο-

μημένου περιβάλλοντος, το οποίο σε πολλά σημεία είναι όχι μόνο μη προσβάσιμο, αλλά και επικίνδυνο. Οι Δήμαρχοι και οι αντιδήμαρχοι που μας συνόδευαν στην πορεία που πραγματοποιήσαμε με αναπηρικά αμαξίδια, λευκά μπαστούνια και μία ομάδα παιδιών από το 1^ο Δημοτικό Σχολείο Καρλοβασιού, στα οποία και ελπίζουμε για την αλλαγή της νοοτροπίας και την κατακρήμνιση των κοινωνικών στεγανών, διαπίστωσαν ίδιους όμματα την κατάσταση και ελπίζουμε ότι θα την βελτιώσουν, σύμφωνα με τις προδιαγραφές που ο νόμος ορίζει. Στο Βαθύ παρακολουθήσαμε τις αθλητικές δράσεις που διοργάνωσαν τα σωματεία Α.μεΑ., τις οποίες πλαισίωσαν άλλα αθλητικά σωματεία, τα οποία και συγχαίρουμε. Στη συνέχεια επισκεφθήκαμε το Ειδικό Δημοτικό Σχολείο, το ΕΕΕΕΚ και το ΚεΦΙΑΠ Σάμου, τα οποία συστεγάζονται στο κτίριο του πρώην ΚΕΚΥΚΑμεΑ. Τα σχολεία δεν έχουν ελλείψεις σε προσωπικό και το επίπεδο εκπαίδευσης είναι πολύ υψηλό. Εν αντιθέσει με το ΚεΦΙΑΠ, που λειτουργεί με μόνο τρία άτομα προσωπικό και στην τελευταία ανακοίνωση για προσλήψεις και στελέχωση των ΚεΦΙΑΠ της χώρας δεν περιελήφθη αυτό της Σάμου. Οι εργαζόμενοι, ο σύλλογος εργαζομένων και οι ωφελούμενοι των υπηρεσιών του κέντρου κάνουν έκκληση αφενός να επιστρέψουν οι εργαζόμενοι που έχουν αποσπαστεί στο Γ.Ν. Σάμου (1 παιδίατρος, 1 Διοικητική υπάλληλος) και αφετέρου να συμπληρωθούν τα κενά, όπως του φυσιάτρου, του εργοθεραπευτή, του νοσηλευτή, του ψυχολόγου, του οδηγού, που είναι ειδικότητες βασικές για τη λειτουργία του ΚεΦΙΑΠ. Το μεγάλο πρόβλημα όμως για τις δομές αυτές είναι το κτιριακό το οποίο λειτουργεί χωρίς άδεια και όπως και στην προηγούμενη επίσκεψή μας είχαμε πληροφορηθεί, έχει πρόβλημα στατικότητας, πράγμα το οποίο θέτει σε κίνδυνο όλους όσους στεγάζονται σε αυτό.

Παραμένει δε το ερώτημα για το ποιος θα αναλάβει την ευθύνη σε περίπτωση που καταρρεύσει μετά από μια φυσική καταστροφή; (π.χ. σεισμός) και βρίσκονται μέσα παιδιά και εργαζόμενοι!! Τέλος επισκεφθήκαμε το Γ.Ν. Σάμου, όπου συναντήσαμε τον Διοικητικό Διευθυντή, απόντος του Διοικητή, με τον οποίο συζητήσαμε τα κενά σε ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό που σε κάποιες ειδικότητες όπως του παιδίατρου, δεν υπάρχει ενδιαφέρον πλήρωσης. Το σωματείο εργαζομένων του Γ.Ν. Σάμου εξάλλου μας παρέδωσε έγγραφο στο οποίο αναφέρονται τα κενά και το οποίο θα αποστείλουμε στο Υπουργείο Υγείας. Η επίσκεψή μας απέδειξε δυστυχώς

ΜΙΑ ΠΑΡΑΚΛΗΣΗ

Την εβδομάδα που πέρασε έγιναν πολλά. Συναντήσεις στην Ικαρία, εκδήλωση ευαισθητοποίησης, συναντήσεις και δράσεις στη Σάμο με ένα και μοναδικό θέμα, την αναπηρία. Ωστόσο αυτή η φωτογραφία ίσως είναι η πιο αντιπροσωπευτική και περιέχει συμβολισμό. Η Κατερίνα από τον σύλλογο Μέλισσα και εγώ από τον σύλλογο Νίκος Μένεγας ο Ίκαρος, προσπαθούμε να ξεκολλήσουμε το αναπηρικό αμαξίδιο. Δύο σύλλογοι που τραβούν από κοινού το όχημα της αναπηρίας εδώ και χρόνια. Το κακοτράχαλο έδαφος είναι οι δυσκολίες που συναντάμε και με πολύ προσπάθεια υπερβαινουμε. Δεν είναι εύκολο, πολλές φορές μας εξουθενώνει σωματικά και ψυχικά. Μια παράκληση λοιπόν που απευθύνω σε κάθε πολίτη –κάτοικο στη Σάμο.

Μην μας γυρνάτε την πλάτη. Ο καθένας μας μπορεί να προσφέρει. Κάποιοι να τραβήξουν το όχημα της αναπηρίας μαζί μας και κάποιοι άλλοι να κάνουν το δρόμο πιο βατό. Οι σύλλογοι υπάρχουν, πλαισιώστε τους για να πετύχουμε περισσότερα.



για άλλη μια φορά, ότι η εφαρμογή των Δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία παραβιάζεται κατάφορα και ότι ο μόνος δρόμος για την υλοποίησή τους είναι ο συνεχής αγώνας των ατόμων με αναπηρία και των οικογενειών τους, είναι η ενότητα των σωματείων τα οποία θα ασκήσουν πίεση για ουσιαστικά αποτελέσματα. Απέδειξε ακόμα για άλλη μία φορά την δυσκολία της επικοινωνίας μεταξύ των νησιών μας, η οποία τους χειμερινούς μήνες περιορίζεται στα δύο δρομολόγια την εβδομάδα, με αποτέλεσμα τον εγκλωβισμό στα νησιά μέχρι και πέντε μέρες!! Η ΠΟΑμε ΑΒΑ ευχαριστεί όλους όσους συνέβαλαν στην πραγματοποίηση της επίσκεψης στην Ικαρία και τη Σάμο, τους φορείς-μέλη μας, τη φιλόξενη υποδοχή στην Ικαρία και βεβαίως την εταιρεία BLUE STAR FERRIES, που κάλυψε το μεγαλύτερο μέρος των εξόδων του ταξιδιού μας.

Για την Π.Ο.Α.μεΑ.Β.Α.
Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ

SEATRAC ΣΤΗ ΣΑΜΟ

Περίπου δέκα χρόνια πίσω, ο πρόεδρος του συλλόγου μας, Μιχάλης Αναγνωστόπου, με ενημέρωσε για την ύπαρξη ράμπας ΑμεΑ για αυτόνομη πρόσβαση στη θάλασσα. Από τότε, μαζί με τον Μάριο Θράβαλο, ξεκίνησαν τις ενέργειες για να αποκτήσει η Σάμος τουλάχιστον ένα. Έμοιαζε με όνειρο, τα κολλήματα πολλά, αλλά δεν το έβαλαν κάτω. Φτάνοντας στο 2017, επί ενιαίου Δήμου, το Νησί μας "κλειδώνει" την απόκτηση 5 seatrac, με την πολύτιμη συνδρομή της κυρίας Αγγέλας Καζάκου.

Φέτος λοιπόν, επί Δήμου Ανατολικής Σάμου, εν μέσω πολλών δυσκολιών, τελικά τα 5 seatrac πιάζουν να είναι ένα όνειρο, αποτελώντας μια όμορφη πραγματικότητα! Φέτος η Σάμος βγαίνει μπροστά, φωτεινό παράδειγμα! Σήμερα δείχνουμε τον δρόμο της θέλησης, της προσπάθειας, της καλής συνεργασίας του συλλόγου μας με την τοπική αυτοδιοίκηση και την βούληση της τοπικής αυτοδιοίκησης να ασχοληθεί σοβαρά με τα χρόνια αιτήματα των ανθρώπων με αναπηρία!

Όλα τα παραπάνω λοιπόν, προσωπικά με κάνουν να ονειρεύομαι. Ονειρεύομαι τις παραλίες μας να γίνονται πόλοι έλξης ΑμεΑ, ανεξαρτήτως πάθησης, ηλικίας, εθνικότητας, απαλλαγμένοι από ταμπου, στίγμα και σπιδήποτε άλλο μας κρατάει πίσω. Ονειρεύομαι οι παραλίες γύρω από τα seatrac, να αποτελούν σημείο συνάντησης, όπου άνθρωποι με αναπηρία θα μιλούν ανοιχτά μεταξύ τους για την αναπηρία τους, με χαμόγελο, απολαμβάνοντας την παρέα και το μπάνιο τους με αυτονομία, αξιοπρέπεια και ασφάλεια. Ονειρεύομαι να γεμίζουν με ανθρώπους που τολμούν να ζήσουν τη ζωή, με θάρρος και δύναμη και σιγά σιγά να βρισκόμαστε παντού στο νησί, όχι ως εξαίρεση, αλλά ως αναπόσπαστο κομμάτι της κοινωνίας μας! Μακάρι αυτά τα πέντε σημεία να γίνουν οι σύγχρονες κοιτίδες πολιτισμού που τόσο έχουμε ανάγκη.

Έγινε ένα τεράστιο βήμα, μένει όμως να κερδίσουμε και το στοίχημα σε πολλά επίπεδα και αυτο δεν είναι εύκολο και απαιτεί συνέπεια και σεβασμό. Ας περιφρουρήσουμε όλοι μαζί αυτές τις εγκαταστάσεις και το δικαίωμα των ΑμεΑ στη θάλασσα, απέναντι σε όσους άθελα ή ηθελημένα θα προσπαθήσουν να τις βλάψουν. Ας διατηρήσουμε τις θέσεις πάρκινγκ ΑμεΑ ελεύθερες για όσους πραγματικά τις έχουν ανάγκη, λόγω μειωμένης κινητικότητας.

Από εμένα ένα ευχαριστώ από καρδιάς σε όλους όσους δούλεψαν ώστε το όνειρο να γίνει πραγματικότητα και αυτή η όμορφη πραγματικότητα, βάση για νέα όνειρα και νέες επιδιώξεις!

Βελακούλης Σταμάτης



Διαδρομές στο Καρλόβασι με το καρότσι!!!



Τον τελευταίο χρόνο έχοντας μπει και γω στο «κλαμπ των μαμάδων» κάνω πολλές διαδρομές στο Καρλόβασι με το καρότσι!!! Και μετά λύπης μου διαπιστώνω πόσα απλά πράγματα κάνουν την ζωή μας ιδιαίτερος δύσκολη.

Σε αυτό το πόστ δεν έχω πρόθεση να καταγράψω τα κακώς κείμενα των οδών και των πεζών (αυτοκίνητα διπλοπαρκαρισμένα, πάνω σε ράμπα, πάνω σε πεζοδρόμια, πεζή που θεωρούν ότι ένας άνθρωπος με το καρότσι μπορεί να κατέβει από το πεζοδρόμιο για να περάσουν αυτοί και τόσα, μα τόσα άλλα) και δεν θέλω να ασχοληθώ με αυτά γιατί πολύ απλά είναι θέμα από την μια παιδείας και σεβασμού, από την άλλη που να παρκάρει και ο άλλος αφού οι χώροι στάθμευσης είναι ελάχιστοι έως ανύπαρκτοι... τα οποία αποτελούν άλλες θλιβερές ιστορίες του τόπου μας.

Σε αυτό το πόστ η πρόθεσή μου είναι να καταγράψω κάποιες «κακοτεχνίες» των δρόμων και των πεζοδρομίων, μικρές απλές λεπτομέρειες που όταν κάνεις την βόλτα σου πεζός χωρίς καρότσι, χωρίς κινητικά προβλήματα ή με το αυτοκίνητο απλά δε τα προσέχεις και φυσικά δεν ενοχλούν και κανέναν.



Έτσι λοιπόν αναρωτιέμαι πόσο εξυπηρετεί στο στενό πεζοδρόμιο λίγο πάνω από την Παναγία, αλλά και σε άλλα σημεία, να υπάρχει στη μέση μια κολώνα της ΔΕΗ... στο στενό δρόμο λίγο πριν την πλατεία που δεν υπάρχει πεζοδρόμιο να μην υπάρχει ένας καθρέφτης έτσι ώστε ο πεζός να μπορεί να βλέπει τι του έρχεται αλλά και τα αυτοκίνητα το ίδιο.... Στην γέφυρα στο μεσαίο να έχει υψηλά σκαλοπάτια, στο νέο λιμάνι από την μια έχει ράμπα και ανεβαίνεις στο πεζοδρόμιο και μετά πρέπει απλά να κατέβεις ένα αρκετά ψηλό σκαλοπάτι.... Γιατί χρειάζεται να είμαστε συνέχεια μέσα στην μέση του δρόμου με τα αυτοκίνητα να τρέχουν δίπλα μας σαν να κάνουν αγώνα δρόμου;..

Πόσο δύσκολο άραγε είναι να γίνουν 2-3 επεμβάσεις για να αλλάξει προς το καλύτερο το Καρλόβασι, να γίνει λίγο πιο φιλικό προς τους πεζούς;..

Ενδεικτικά παραθέτω κάποιες φωτογραφίες από μια απλή διαδρομή, φαντάζομαι ότι αν το ψάξουμε όλοι θα βρούμε πολλά ακόμα μικρά τέτοια παραδείγματα...

SophiaDimoliani
(ΣΟΦΙΑ ΔΗΜΟΛΙΑΝΗ ΚΑΤΟΙΚΟΣ ΔΗΜΟΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΣΑΜΟΥ)



Γεια σας... είμαι το συκώτι σας!

Θα σας πω πόσο πολύ σας αγαπώ με 9 τρόπους.

1. Αποθηκεύω το σίδηρο και τον διατηρώ για όσο τον χρειάζεστε, το ίδιο και πολλές βιταμίνες και ιχνοστοιχεία. Χωρίς εμένα δε θα είχατε τη δύναμη να ζείτε.

2. Βοηθώ τη χολή να αφομοιώσει την τροφή. Χωρίς εμένα δε θα υπήρχατε.

3. Αποτοξινώνω τις δηλητηριώδεις χημικές ουσίες που μου δίνετε, δηλαδή το αλκοόλ, την μπύρα, το κρασί και τα ναρκωτικά (και αυτά που δίνονται με συνταγή και αυτά χωρίς), όπως και τις παράνομες ουσίες. Χωρίς εμένα οι <<κακές>> σας συνήθειες θα σας σκότωναν.

4. Αποθηκεύω ενέργεια, όπως μία μπαταρία, από τη συσσώρευση της ζάχαρης (υδατάνθρακες, γλυκόζη και λίπος) ώσπου να τη χρειαστείτε. Χωρίς εμένα τα επίπεδα της ζάχαρης στο αίμα σας θα έπεφταν δραματικά, με αποτέλεσμα να πέφτατε σε κώμα.

Το πρωί δε θα μπορούσατε να σηκωθείτε από το κρεβάτι αν δε λειτουργούσα!

5. Δημιουργώ το αίμα που υπάρχει στον οργανισμό σας πριν ακόμα γεννηθείτε! Χωρίς εμένα δε θα υπήρχατε!

6. Κατασκευάζω νέες πρωτεΐνες, τις οποίες χρειάζεται το σώμα σας για να είναι υγιές και να αναπτύσσεται. Χωρίς εμένα δε θα αναπτυσσόσασταν φυσιολογικά!

7. Αφαιρώ τα δηλητήρια από τον αέρα, τον καπνό εξάτμισης και τα διάφορα χημικά που αναπνέετε. Χωρίς εμένα θα δηλητηριάζόσασταν από τους ρύπους!

8. Δημιουργώ συμπαιγείς κόκκους που σταματούν την αιμορραγία όταν τραυματίζεστε. Χωρίς εμένα θα αιμορραγούσατε μέχρι θανάτου!

9. Σας βοηθώ να υπερασπίσετε τον εαυτό σας ενάντια στα μικρόβια που εισχωρούν στον οργανισμό σας όλη την ώρα. Παίρνω τα μικρόβια που προκαλούν κρουσολόγημα, τον ιό της γρίπης και τα υπόλοιπα μικρόβια που αντιμετωπίζετε και τα σκοτώνω ή τουλάχιστον τα αποδυναμώνω. Χωρίς εμένα θα ήσασταν καταδικασμένοι να πεθάνετε από οποιαδήποτε μόλυνση που είναι γνωστή στον άνθρωπο.

Τόσο πολύ σας αγαπώ! Εσείς, όμως, με αγαπάτε καθόλου;

Θα σας πω μερικούς εύκολους τρόπους για να μάθετε να αγαπάτε το Συκώτι σας..

- Μη με πνίγετε στην μπύρα, στο αλκοόλ ή το κρασί!

Ακόμα και ένα ποτό είναι πάρα πολύ για κάποιους ανθρώπους και θα μπορούσε να με σημαδέψει για μια ζωή!

- Προσέξτε εκείνα τα φάρμακα! Όλα τα ναρκωτικά είναι χημικά και όταν τα αναμειγνύετε χωρίς τη συμβουλή του γιατρού, μπορεί να δημιουργήσετε κάτι τόσο δηλητηριώδες που θα με βλάψει άσχημα. Προσέξτε! Σημαδεύομαι εύκολα!

Και εκείνα τα σημάδια που ονομάζονται <<Κίρρωση>> είναι μόνιμα! Τα φάρμακα είμαι μερικές φορές απαραίτητα. Αλλά το να παίρνετε φάρμακα χωρίς να χρειάζεται είναι κακή συνήθεια. Όλες αυτές οι χημικές ουσίες μπορούν να βλάψουν το Συκώτι.

- Προσέξτε με τα σπρέι αεροζόλης! Θυμηθείτε, πρέπει να αποτοξινώνω και ό,τι αναπνέετε! Γι' αυτό, όταν καθαρίζετε με τα σπρέι αεροζόλης, σιγουρευτείτε ότι ο χώρος αερίζετε ή φοράτε μάσκα. Επιπλέον, προσέξτε τα σπρέι για ζωύφια, τα σπρέι για μύκητες, τα σπρέι χρωμάτων και όλα εκείνα τα άλλα χημικά σπρέι που χρησιμοποιείτε. Να προσέχετε τι αναπνέετε!

- Προσέξτε με τι έρχεται σε επαφή το δέρμα σας! Εκείνα τα εντομοκτόνα που βάζετε στα δέντρα και τα φυτά όχι μόνο σκοτώνουν τα ζωύφια, αλλά μπορούν να φτάσουν κατευθείαν σε μένα μέσω του δέρματος και να καταστρέψουν τα κύτταρά μου. Θυμηθείτε... είναι όλα χημικά. Καλύψτε το δέρμα σας με γάντια, μακριά μανίκια, ένα καπέλο και μία μάσκα κάθε φορά που ψεκάζετε με αυτά στον αέρα ή τα χειρίζεστε.

ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΚΟΣΜΟΠΟΥΛΟΣ

15/10/20

Η 15 Οκτωβρίου έχει παγκοσμίως καθιερωθεί ως η ημέρα εορτασμού του «Λευκού Μπαστουνιού», με στόχο τη διάδοση της μεγάλης σημασίας της χρήσης του και την ευαισθητοποίηση του κοινού στην προσπάθεια των συμπολιτών μας με προβλήματα όρασης για μια πιο ανεξάρτητη διαβίωση, αλλά και για την αντιμετώπιση των προβλημάτων που συναντούν στην καθημερινή μετακίνησή τους.



- Μην τρώτε τόσες πολλές λιπαρές τροφές!

Δημιουργώ τη χοληστερόλη που χρειάζεται το σώμα σας και προσπαθώ να κρατώ το σωστό ποσοστό. Χαρίστε μου ένα διάλειμμα. Να έχετε μια σωστή, καλά ισορροπημένη διατροφή. Αν τρώτε τις σωστές ουσίες για εμένα, πραγματικά με διευκολύνετε στη λειτουργία μου και μου ενισχύετε τις δυνάμεις μου!

- Μην καταναλώνετε παγωμένα ή καυτά προϊόντα! Με δυσκολεύετε να τα φέρω στην θερμοκρασία του σώματός!

Το σημαντικότερο Μήνυμά μου είναι ότι δε διαθέτω Μηχανισμό Αποστολής Μηνυμάτων Προειδοποίησης της Φθοράς μου!

Δεν μπορώ και δε θα σας πω ότι αντιμετωπίζω Πρόβλημα, δε θα αισθανθείτε το Παραμικρό και όμως μπορεί να έχω φτάσει πολύ κοντά στο... τέλος μου και φυσικά και στο... δικό σας!

Θυμηθείτε: Δεν είμαι καθόλου παραπονιάρης! Η υπερφόρτωσή μου με ναρκωτικές ουσίες, συμπεριλαμβανομένης και της μαριχουάνας, το αλκοόλ και άλλες τροφές-σκουπίδια μπορεί να με καταστρέψει!

Αυτές οι επιστημονικές είναι και η μοναδική μου προειδοποίηση που έχετε.

Δεν παράγω Συμπτώματα που θα σας έδιναν χρόνο να σταματήσετε τις καταχρήσεις και να θεραπευτείτε!

Να θυμάστε όλοι σχεδόν πίνουν ένα, το πολύ δύο ποτηράκια κρασί, όμως όλοι όσοι πίνουν κάθε μέρα μεγάλες ποσότητες κρασιού ή μπύρας με οδηγούν στο θάνατο με μαθηματική ακρίβεια και φυσικά δε γλιτώνει κανένας! Το ίδιο ισχύει με τις ναρκωτικές ουσίες. Όλα είναι τοξικά! Όλα απαιτούν φιλτράρισμα από εμένα, όσο αθώα και αν πιστεύετε ότι είναι!

Κρατήστε τη συμβουλή μου, σας παρακαλώ!

- Να με ελέγχετε στο γιατρό σας.

- Οι διαγνωστικές εξετάσεις αίματος μπορούν να εντοπίσουν κάποια προβλήματα.

- Αν είμαι μαλακός και ομαλός, είναι καλό. Αν είμαι σκληρός και ανώμαλος, αυτό μπορεί να σημαίνει πρόβλημα.

- Αν ο γιατρός σας υποψιάζεται πρόβλημα, ο υπέρηχος και το CT μπορούν να το εξετάσουν εξονυχιστικά.

- Η ζωή μου και η δική σας εξαρτάται από το πώς μου συμπεριφέρεστε.

Τώρα γνωρίζετε πόσο νοιάζομαι για σας. Σας παρακαλώ να μου συμπεριφέρεστε με τρυφερότητα και προσοχή.

Ο σιωπηλός σου σύντροφος και ο για πάντα αγαπημένος σου... Το Συκώτι σου!

Πηγή: <https://oiko-iasis.blogspot.com/?m=1>

Πανδημία COVID-19

Ο COVID-19 προσβάλλει διαφορετικά άτομα με διαφορετικούς τρόπους. Τα περισσότερα μολυσμένα άτομα εμφανίζουν ήπια έως μέτρια συμπτώματα και αναρρώνουν χωρίς να χρειάζεται να νοσηλευτούν.

Πιο συχνά συμπτώματα:

- πυρετός
- ξηρός βήχας
- κούραση

Πιο σπάνια συμπτώματα:

- πόνος
- πονόλαιμος
- διάρροια
- επιπεφυκίτιδα
- πονοκέφαλος
- απώλεια γεύσης ή όσφρησης
- δερματικό εξάνθημα ή αποχρωματισμός στα δάχτυλα των χεριών ή των ποδιών

Σοβαρά συμπτώματα:

- δυσκολία στην αναπνοή ή δύσπνοια
- πόνος ή πίεση στο στήθος
- απώλεια ομιλίας ή κίνησης

Αν έχετε σοβαρά συμπτώματα, ζητήστε άμεση ιατρική βοήθεια. Καλέστε από πριν προτού επισκεφτείτε τον γιατρό σας ή κάποιον χώρο παροχής υπηρεσιών υγείας.

Άτομα με ήπια συμπτώματα που κατά τ' άλλα είναι υγιή θα πρέπει να διαχειριστούν τα συμπτώματά τους στο σπίτι.

Κατά μέσο όρο, χρειάζονται 5-6 ημέρες από τη στιγμή που κάποιος θα μολυνθεί με τον ιό μέχρι να εμφανίσει τα συμπτώματα, ωστόσο μπορεί να χρειαστούν έως και 14 ημέρες.

Κορονοϊός, Νέος - MERS - CoV - Εθνικός Οργανισμός ...eody.gov.gr > disease > koronoioid-neos-mers-cov

Σημειώνεται ότι τα παραπάνω συμπτώματα και σημεία της νόσου, βασίζονται στη μελέτη περιορισμένου αριθμού κρουσμάτων και ενδέχεται να αλλάξουν



Δημήτρης Αντωνίου: "10 χρόνια μετά το ατύχημά μου, ακόμη περιμένω οδική ασφάλεια να μπει στα σχολεία"

"Πριν δέκα χρόνια, "φρέσκος" ακόμη μετά το τροχαίο ατύχημα μου, άκουσα σε εκπομπή στην τηλεόραση πολιτικούς και δημοσιογράφους να συμφωνούν ότι πρέπει η οδική ασφάλεια να μπει σαν μάθημα στα σχολεία, γιατί το πρόβλημα των τροχαίων ατυχημάτων οφείλεται κυρίως στην κακή μας παιδεία. Αυτά άκουσα και αναθάρρησα. Επιτέλους σκέφτηκα, επιτέλους ελπίδα..."

Ο Δημήτρης Αντωνίου που σήμερα είναι 29 ετών, στα 16 του χρόνια είχε ένα τροχαίο ατύχημα που τον καθήλωσε σε αναπηρικό αμαξίδιο και έκτοτε έβαλε ως στόχο ζωής την ενημέρωση όλων για τα τροχαία ατυχήματα και εν γένει για την κυκλοφοριακή αγωγή. Σπούδασε στο Τμήμα Φυσικής του ΑΠΘ και πραγματοποίησε μεταπτυχιακές σπουδές στην οικονομική επιστήμη στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Αντικείμενο της μεταπτυχιακής του διατριβής αποτέλεσαν τα τροχαία ατυχήματα στον Δήμο Θεσσαλονίκης την περίοδο 2010-2015.

Εδώ και αρκετά χρόνια, παράλληλα με όλες τις άλλες δράσεις που πραγματοποιεί, βρίσκεται συνεχώς στα σχολεία μιλώντας σε μαθητές για θέματα οδικής ασφάλειας και συμπεριφοράς, προσθέτοντας, κατά κάποιον τρόπο, το μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής που απουσιάζει από τις διδακτικές ώρες και ο ίδιος τονίζει το πόσο σημαντικό είναι να υπάρχει. Αυτό που πιστεύει βαθιά και λέει με κάθε ευκαιρία είναι, ότι τα νέα παιδιά είναι η ελπίδα για να μειωθούν τα τροχαία και να σταματήσουν να χάνονται ζωές στην άσφαλτο.

Μάταια περίμενα να εκπληρωθούν οι υποσχέσεις.

"Κάθε χρόνο ρωτούσα γνωστούς μου στην εκπαίδευση

αν άκουσαν κάτι νεότερο για το μάθημα της κυκλοφοριακής αγωγής. "Όχι, δεν ακούσαμε κάτι" μου έλεγαν ξανά και ξανά. Τα χρόνια όμως περνούσαν και ένιωθα όλο και πιο άσχημα για την αδικαιολόγητη καθυστέρηση στο πολύ σοβαρό αυτό ζήτημα. Γι' αυτό και αποφάσισα να "παρακάμψω" τη δημόσια απραξία και να κάνω ότι μπορώ για να έχουν όσα περισσότερα παιδιά γίνεται αυτό που μοιάζει η μοναδική ελπίδα για ασφαλέστερους δρόμους στον τόπο μας.

Κάθισα λοιπόν στο αμαξίδιο μου, μπήκα στο αμάξι παρέα με συνοδοιπόρους, πήρα το κόμικ για σύμμαχο μου και άρχισα να γυρνάω τα σχολεία της Θεσσαλονίκης μιλώντας στα παιδιά για τα βιώματά μου και τον αγώνα που δίνω εδώ και χρόνια, ένας αγώνας που θα κερδηθεί μονάχα με την βοήθεια τους. Μακάρι μια μέρα ο αγώνας αυτός να φτάσει στα σχολεία όλης της Ελλάδος, για την ώρα όμως γίνεται μια πολύ σημαντική αρχή."

Και ενώ εξακολουθεί να απουσιάζει από τα σχολεία το μάθημα της κυκλοφοριακής αγωγής, ο Δημήτρης ανέλαβε δράση μόνος του. Μάλλον, όχι μόνος του, αλλά με τη βοήθεια ενός κόμικ, μαζί με το οποίο προσπαθεί να επισκέπτεται όσα περισσότερα σχολεία. Τίτλος του το «Λέμε STOP στην οδική ανασφάλεια – ένα κόμικ για την κυκλοφοριακή αγωγή» και σίγουρα έδωσε διέξοδο στα όσα ο ίδιος ήθελε να πει στα παιδιά με τρόπο έξυπνο και ευρηματικό για να βοηθήσει να δουν σοβαρά και υπεύθυνα το θέμα της οδικής σφάλειας.

Όπως αναφέρει στο GRTimes.gr, «από την πρώτη στιγμή το κόμικ τραβάει την προσοχή των παιδιών, τα καθήλω-



νει και στο τέλος υπάρχει μια ανατροπή που τους συγκλονίζει, με τέτοιον τρόπο, ώστε να θέλουν να κάνουν ότι καλύτερο μπορούν για να γίνουν οι δρόμοι ασφαλέστεροι και να μειωθούν τα τροχαία ατυχήματα», συμπληρώνει. Έτσι, με απλό, διασκεδαστικό και μοντέρνο τρόπο, τα παιδιά μπορούν να καταλάβουν τις αιτίες και τις συνέπειες των τροχαίων ατυχημάτων, να πάρουν συμβουλές για τη σωστή συμπεριφορά τόσο των πεζών, όσο και των οδηγών στους δρόμους, να τις χρησιμοποιήσουν όταν «πιάσουν τιμόνι», ακόμα και να συμβουλευτούν τους γονείς τους που οδηγούν.

Αξίζει να σημειωθεί, ότι πρόκειται για τη δεύτερη επανέκδοση του συγκεκριμένου κόμικ, το οποίο μοιράζει ο ίδιος πάντα δωρεάν στα σχολεία που επισκέπτεται και αφορά το όραμα του που είναι να γυρίσει όσα περισσότερα σχολεία μπορεί και να φτάσει παντού αυτή η προσπάθεια. Η πρώτη εκτύπωση – 20.000 αντίτυπα – παραχωρήθηκε στην Ελληνική Αστυνομία και τα μοιράζει η τροχαία.

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΕΡΓΟΥ ΤΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΣΑΜΟΥ ΜΕ ΕΔΡΑ ΤΟ ΚΑΡΛΟΒΑΣΙ ΓΙΑ ΤΟ ΔΕΥΤΕΡΟ ΕΞΑΜΗΝΟ 2019 ΚΑΙ ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΕΞΑΜΗΝΟ ΤΟΥ 2020



Από τα τηρούμενα βιβλία εισερχομένων και εξερχομένων ειδών ιματισμού προκύπτει:

Κατά το ΔΕΥΤΕΡΟ ΕΞΑΜΗΝΟ του 2019, 89 συμπολίτες μας πρόσφεραν 3.035 τεμάχια σε πολύ καλή ή και άριστη κατάσταση ενώ 289 άτομα/οικογένειες έλαβαν 3969 τεμάχια.

Κατά μέσο όρο, κάθε μήνα 48 άτομα/οικογένειες επισκέπτονταν τις εγκαταστάσεις μας λαμβάνοντας συνολικά 661 είδη με τον κάθε εξυπηρετούμενο να λαμβάνει περίπου 14 τεμάχια.

Κατά το ΠΡΩΤΟ ΕΞΑΜΗΝΟ του 2020 (λειτούργησε από 14/1/2020 μέχρι 3/3/2020 λόγω των προβλημάτων που δημιουργήθηκαν από τον covid 19), αλλά και για το υπόλοιπο χρονικό διάστημα του εξαμήνου, εξυπηρετήθηκαν πολλά άτομα-οικογένειες που είχαν ανάγκη κατόπιν τηλεφωνικής επικοινωνίας μαζί μας.

14 συμπολίτες μας πρόσφεραν 295 τεμάχια σε πολύ καλή ή και άριστη κατάσταση ενώ 94 άτομα /οικογένειες έλαβαν 1190 τεμάχια.

Από τα παραπάνω καταλαβαίνετε πόσο χρήσιμο και αναγκαίο για το τόπο μας είναι η ύπαρξη και η λειτουργία της Εθελοντικής Ομάδας.

Μας προβληματίζει το γεγονός ότι μετά από λίγους μήνες στο κτίριο θα εγκατασταθεί εργολάβος για εργασίες οικοδομικής φύσης και ότι πρέπει να βρεθεί χώρος για μεταστέγαση της Ομάδας γι αυτό **σας παρακαλούμε να μην αφήνετε ρουχα έξω από τα γραφεία μας**.

Ελπίζουμε με τη βοήθεια του Δήμου να βρεθεί μία αίθουσα για να συνεχίσει η Ομάδα να λειτουργεί.

Ευχαριστούμε τους φίλους της Ομάδας για τη συμπαράστασή τους.

Σας ενημερώνουμε ότι η Ομάδα δε λειτουργεί όπως πριν λόγω covid 19, εξυπηρετεί όμως τους συμπολίτες μας μετά από επικοινωνία μαζί μας.

Τα τηλέφωνα μας είναι: 6949 105293, 6984 503943 και 6979 072628.

Αναβαθμίζεται η πρόσβαση στην Ακρόπολη: Νέο αναβατόριο, διαδρομές ΑμεΑ, φωτισμός



Την πορεία των έργων αναβάθμισης του αρχαιολογικού χώρου της Ακρόπολης εξέτασε, σε τηλεδιάσκεψη υπηρεσιακών παραγόντων, παρουσία του γ.γ. Πολιτισμού κ. Γιώργου Διδασκάλου, η Υπουργός Πολιτισμού και Αθλητισμού κα Λίνα Μενδώνη.

Αλλάζει όψη η Ακρόπολη – Οι πυρετώδεις εργασίες «Είναι προτεραιότητά μας, ανέφερε η Υπουργός, να προχωρήσουν απρόσκοπτα και τα οκτώ έργα που έχουμε δρομολογήσει στην Ακρόπολη, για την αναβάθμιση της εικόνας του αρχαιολογικού χώρου και των παρεχομένων υπηρεσιών, ώστε με την ολοκλήρωσή τους ο χώρος να μπορεί να ανταποκριθεί στις προσδοκίες των επισκεπτών του. Με την επαναλειτουργία των αρχαιολογικών χώρων, τις αμέσως επόμενες εβδομάδες, θα πρέπει να είναι ορατή η εξέλιξη των έργων».

Ήδη έχει αποξηλωθεί το παλαιό αναβατόριο και προχωρούν οι αναγκαίες εργασίες αντιστήριξης στον βράχο. Έχουν τοποθετηθεί τα αγκύρια αντιστήριξης κατά 50%, ενώ εκτιμάται ότι οι εργασίες θα ολοκληρωθούν μέχρι το τέλος Μαΐου. Αμέσως μετά, θα πραγματοποιηθεί η απαραίτητη ανακατασκευή στην βάση του τείχους, προκειμένου να ολοκληρωθεί η διαμόρφωση του χώρου για την εγκατάσταση του μηχανισμού του ανελκυστήρα. Με μικρή χρονική απόκλιση, λόγω των μέτρων προστασίας από την πανδημία, η τοποθέτηση του ανελκυστήρα αναμένεται να ολοκληρωθεί στα τέλη Ιουλίου.

Η κα Μενδώνη ζήτησε από τις υπηρεσίες του ΥΠΠΟΑ «τη στενή και συστηματική συνεργασία με τους μελετητές του έργου της βελτίωσης των διαδρομών για ΑμεΑ επί του Βράχου, ώστε ταυτόχρονα με τα έργα λειτουργίας του ανελκυστήρα να έχει ολοκληρωθεί και το έργο αυτό». Λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες του χώρου, προγραμματίζεται η διεύρυνση του υφιστάμενου δικτύου πρόσβασης με την προσθήκη δύο νέων κλάδων, στην υπάρχουσα διαδρομή: **Ο ένας θα οδηγεί στον χώρο της σημαίας και ο άλλος στο παλαιό Μουσείο της Ακρόπολης. Η μελέτη για τις διαδρομές των ΑμεΑ προγραμματίζεται να εισηγηθεί στο ΚΑΣ το δεύτερο δεκαπενθήμερο του Μαΐου**

Πού πας, ΑμεΑ;

«Κανείς ανάπηρος δεν μεταφέρθηκε στα χέρια το φετινό καλοκαίρι. Διότι ήταν τέτοιο καλοκαίρι που οι άνθρωποι οι οποίοι είχαν προβλήματα δεν ήρθαν στην Ακρόπολη... ήταν η μισαναπηρική δήλωση της υπουργού Πολιτισμού Λίνας Μενδώνη προ ημερών στη Βουλή, απαντώντας σε επίκαιρη ερώτηση του βουλευτή του ΣΥΡΙΖΑ Πάνου Σκουρολιάκου για το αναβατόριο της Ακρόπολης, που δεν λειτουργεί, αποκλείοντας τα άτομα με κινητικά και άλλα προβλήματα από το κορυφαίο μνημείο. Έτσι, ανερυθρίαστα η υπουργός έδειξε τον πολιτισμό της απέναντι στα ΑμεΑ, χωρίς να ζητήσει μια συν-νώμη...

Πού πας, ΑμεΑ; Πού να σηκώσεις το βαρύ, ταλαιπωρημένο σώμα σου από το κρεβάτι. Πού να μεταφέρεις το καροτσάκι σου στο αυτοκίνητο, να το ανοίξεις, να το κλείσεις, να το ανεβάσεις, να το κατεβάσεις, με χίλια ζόρια, με τη βοήθεια συνοδών. Πού να βρεις θέση με το σήμα για ΑμεΑ κοντά στον Ιερό Βράχο για να παρκάρεις. Πού να διασχίσεις πεζοδρόμια στενά, με σπασμένες πλάκες, γεμάτα τραπεζοκαθίσματα καφενείων, ψυγεία από περίπτερα. Πού να περάσεις διαβάσεις που τις κλείνουν παράνομα παρκαρισμένα αυτοκίνητα. Πού να βρεις λεωφορείο με ειδική ράμπα. Πού να ξέρεις αν ο ανελκυστήρας του μετρό θα λειτουργεί, αν καταφέρεις να μην πέσεις στο «διάκενο» μεταξύ συρμού και αποβάθρας...

Πού πας, ΑμεΑ; Ο φόβος του κορονοϊού ή του κοινωνικού αποκλεισμού είναι μεγαλύτερος; Καλύτερα κάπσε στίπι σου και κάνε μια εικονική ξενάγηση στην Ακρόπολη από το ίντερνετ ή δεξ κάποιον ντοκιμαντέρ. Και του χρόνου το καλοκαίρι... ξαναδοκιμάζεις να πας στην Ακρόπολη. Γιατί δεν ζεις στην Αθήνα του Περικλή, στην Αθήνα της Μενδώνης ζεις...

Πηγή: Η ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΣΥΝΤΑΚΤΩΝ, Πάρη Σπίνου



ΑΘΛΗΤΙΚΑ



Το Πανελλήνιο πρωτάθλημα στίβου ΟΠΑΚ 2020, η πρώτη εγχώρια διοργάνωση των ΑμεΑ στην μετακαραντίνα εποχή, ανοίγει αύριο (Παρασκευή) αυλαία στο Κεντρικό Στάδιο του ΟΑΚΑ. Θα συμμετέχουν 450 αθλητές και αθλήτριες από την πλειοψηφία των σωματείων που ανήκουν στη δύναμη της Εθνικής Αθλητικής Ομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρίες. Και το εφετινό πρωτάθλημα, στηρίζει ο Μέγας Χορηγός της Ελληνικής Παραολυμπιακής Επιτροπής, ΟΠΑΚ Α.Ε.

Το Πανελλήνιο πρωτάθλημα, που αποτελεί τη «ναυαρχίδα» των διοργανώσεων που γίνονται υπό τη σκέπη της ΕΑΟΜ-ΑμεΑ, αποτελεί μια πρώτης τάξεως ευκαιρία για τα κορυφαία ονόματα του ελληνικού στίβου να δουν την αγωνιστική κατάσταση στην οποία βρίσκονται μετά την καραντίνα. Για κάποιους από αυτούς, αποτελεί και ευκαιρία να πιάσουν όρια που θα τους εξασφαλίσουν κατά μεγάλο ποσοστό, την παρουσία τους στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο το 2021.

Παγκόσμιο ρεκόρ ο Μαλακόπουλος στο Ίνσμπρουκ με 6.93μ.



Σε ένα εντυπωσιακό σκηνικό, που στήθηκε στην κεντρική πλατεία του Ίνσμπρουκ για να διεξαχθούν τα αγωνίσματα του μήκους και του επί κοντώ στο πλαίσιο του 16th International Golden Roof Challenge, ο Στέλιος Μαλακόπουλος δεν έχασε την ευκαιρία για να βελτιώσει το δικό του παγκόσμιο ρεκόρ και να βρίσκεται πλέον μια ανάσα από τα επτά μέτρα!

Ο Έλληνας πρωταθλητής, στην πρώτη κιόλας προσπάθεια στο μήκος κατηγορίας T62, κατέρριψε το ρεκόρ κόσμου, με άλμα στα 6 μέτρα 93 εκατοστά (+1,04). Το προηγούμενο ρεκόρ κατείχε ο ίδιος από τον Ιούλιο στο Βερολίνο με 6 μέτρα 87 εκατοστά.

Ολοκληρώθηκε με μεγάλη διοργανωτική και αγωνιστική επιτυχία το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Στίβου ΟΠΑΚ 2020 για Άτομα με Αναπηρίες, που διεξήχθη το τριήμερο 31/7-2/8, στο ΟΑΚΑ, κάτω από πρωτόγνωρες συνθήκες για τα αθλητικά δεδομένα, λόγω του covid-19, με τη συμμετοχή του Α.Σ. ΑμεΑ «ΚΟΤΙΝΟΣ».

Η αθλήτρια και οι αθλητές του Συλλόγου μας, πραγματοποίησαν πολύ σπουδαίες εμφανίσεις, κατακτώντας συνολικά οχτώ (8) χρυσά μετάλλια, ένα (1) αργυρό μετάλλιο, καταρρίπτοντας ταυτόχρονα, ένα (1) πανελλήνιο ρεκόρ και ένδεκα (11) ατομικά ρεκόρ.

Συγκεκριμένα, η «πρωτοεμφανιζόμενη» και μοναδική αθλήτρια της αποστολής, Μερσίνα Σαρρίδου (κατηγορία T11), κατέκτησε δύο χρυσά μετάλλια, με νέες ατομικές επιδόσεις στο Ακόντιο με 10,62 μ. και στη Σφαίρα με 4,72 μ.

Ο Ευάγγελος Λυμβαίος (κατηγορία 32 u20), κατέκτησε δύο χρυσά μετάλλια, με νέο πανελλήνιο ρεκόρ στην Κορίνα με 7,03μ. και στη Σφαίρα με νέα ατομική επίδοση, 1,85 μ.

Ο Φώτης Ντεφιδής (κατηγορία 35), κατέκτησε δύο χρυσά μετάλλια, με νέες ατομικές επιδόσεις στη Σφαίρα με 5,88 μ. και στα 1500 μ. με χρόνο 9' 20» 30.

Ο Νικόλαος Παπαδόπουλος (κατηγορία 36), κατέκτησε ένα χρυσό μετάλλιο, με νέα ατομική επίδοση στα 1500μ. με χρόνο 9' 12» 47 και ένα αργυρό μετάλλιο, με νέα ατομική επίδοση στο Ακόντιο με 14,35μ.

Ο «αειθαλής» Πρόεδρος μας, Γιάννης Τοππής (κατηγορία T11), κατέκτησε ένα χρυσό μετάλλιο, με νέα ατομική επίδοση στο Μήκος με 2,10μ. και πέτυχε νέο ατομικό ρεκόρ στο Ακόντιο με 8,96 μ. κατακτώντας την 5' θέση.

Τέλος, ο «πρωτοεμφανιζόμενος» Σταμάτης Παπαζογλου (κατηγορία 20), ήταν 5ος στο μήκος με 4,19μ. και 6ος στα 100μ. με χρόνο 15» 36, με νέες



ατομικές επιδόσεις.

Αξίζει να σημειωθεί ότι οι αγώνες έγιναν κάτω από πρωτόγνωρες συνθήκες για τα αθλητικά δεδομένα, λόγω του covid-19 και σύμφωνα με το πρωτόκολλο ασφαλείας που τηρήθηκε, δεν έγιναν επίσημες απονομές μεταλλίων. Παρά τις δυσχέρειες όμως, η Εθνική Αθλητική Ομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρίες (Ε.Α.ΟΜ. ΑμεΑ), έκανε μια άψογη διοργάνωση και δικαιούται συγχαρητηρίων.

ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ βέβαια αξίζουν σε όλα τα «παιδιά μας», μεγάλα και μικρά, που συμμετείχαν στη διοργάνωση!

Στη μοναδική αθλήτριά μας Σαρρίδου Μερσίνα Στους αθλητές μας, Λυμβαίο Ευάγγελο, Παπαδόπουλο Νικόλαο, Ντεφιδή Φώτη, Παπαζογλου Σταμάτιο και Τοππή Ιωάννη.

Στους προπονητές μας, Αγιαννιτόπουλο Αλέξη και Δεληγιάννη Δάφνη.

Στους συνοδούς της ομάδας μας, Κατσίδα Εριφύλη και Λυμβαίο Γιάννη.

Στους γονείς των αθλητών και τα μέλη του Συλλόγου, για τη διαχρονική τους στήριξη.

Στον Δήμο Αλεξανδρούπολης, που μας βοηθά σε κάθε μας προσπάθεια ποικιλοτρόπως.

Σας χρειαζόμαστε όλες και όλους κοντά μας, Μαζί, για τις καινούριες επιτυχίες που έρχονται!!!
Α.Σ. ΑμεΑ «ΚΟΤΙΝΟΣ»

Το χρονικό του άθλου στον Όλυμπο Αθλητής μετέφερε στην κορυφή 22χρονη με κινητικά προβλήματα

Ένα προσωπικό επίτευγμα θέλησης και ανθρωπιάς κατάφερε να φέρει εις πέρας ο αθλητής υπεραποστάσεων Μάριος Γιαννάκου. Ο Δραμινός αθλητής κατέκτησε την κορυφή του Ολύμπου, κουβαλώντας στην πλάτη του, σε ειδικά τροποποιημένο σακίδιο την 22χρονη Ελευθερία, η οποία αντιμετωπίζει κινητικά προβλήματα.

Πρόκειται για τον σπουδαιότερο και ωραιότερο αγώνα της ζωής του, όπως ο ίδιος τον χαρακτήρισε με ανάρτησή στον προσωπικό του λογαριασμό στο facebook.

«9:02π.μ. Φτάσαμε στην κορυφή της Ελλάδας μαζί με την Ελευθερία και την ομάδα μας. Δεν υπάρχει τίποτα πιο αληθινό από το όνειρο», γράφει ο Δραμινός αθλητής συνοδεύοντας την ανάρτησή του με μια φωτογραφία του ίδιου με τη νεαρή φοιτήτρια βιολογίας στην πλάτη του, την ελληνική σημαία ανά χείρας κι ένα πλατύ χαμόγελο ικανοποίησης στα πρόσωπα και των δύο.

Λίγες μέρες προτού ανέβει στην κορυφή του Ολύμπου -για 51η φορά, η οποία είχε ωστόσο έναν ιδιαίτερο συμβολισμό- ο Μάριος Γιαννάκου, ο οποίος έχει δώσει με επιτυχία αγώνες υπεραποστάσεων στην έρημο, τη ζούγκλα αλλά και την



Ανταρκτική, είχε δηλώσει στο Αθηναϊκό-Μακεδονικό Πρακτορείο Ειδήσεων ότι «όλοι οι αγώνες του κόσμου, τα μετάλλια αλλά και οι μέχρι τώρα διακρίσεις είναι λίγα μπροστά σε αυτόν τον σκοπό».

Η Ελευθερία Τότσιου είναι 22 ετών και όταν γνώρισε τον Μάριο, μέσω μιας κοινής φίλης τους, τού εκμυστηρεύτηκε πως θέλει ν' ανέβει στον Όλυμπο. Χωρίς δεύτερη σκέψη, ο Δραμινός αθλητής τσέκαρε το ημερολόγιο, μελέτησε τις μετεωρολογικές προβλέψεις, οργάνωσε την κατάλληλη ομάδα υποστήριξης και έκανε το όνειρο της νεαρής φίλης του πραγματικότητα.



Στήβεν Γουίλιαμ Χόκινγκ

Ο Στήβεν Γουίλιαμ Χόκινγκ (αγγλικά: *Stephen William Hawking*, 8 Ιανουαρίου 1942 – 14 Μαρτίου 2018) ήταν Βρετανός θεωρητικός φυσικός, κοσμολόγος, συγγραφέας και Διευθυντής Ερευνών στο Κέντρο Θεωρητικής Κοσμολογίας στο Πανεπιστήμιο του Κέιμπριτζ. Μεταξύ των σημαντικών επιστημονικών εργασιών του ήταν μια συνεργασία με τον Ρότζερ Πένροουζ επάνω σε θεωρήματα βαρυτικής μοναδικότητας στα πλαίσια της γενικής σχετικότητας και η θεωρητική πρόβλεψη ότι οι μαύρες τρύπες εκπέμπουν ακτινοβολία, που συχνά καλείται ακτινοβολία Χόκινγκ.

Ο Χόκινγκ ήταν ο πρώτος που εξέθεσε μια κοσμολογία που εξηγήθηκε από μια ένωση της γενικής θεωρίας της σχετικότητας και της κβαντικής μηχανικής. Ήταν φανατικός υποστηρικτής της ερμηνείας πολλών κόσμων της κβαντικής

μηχανικής.

Ήταν επίτιμος συνεργάτης της Βασιλικής Εταιρείας των Τεχνών, ισόβιο μέλος στην Επισκοπική Ακαδημία Επιστημών, και αποδέκτης του Προεδρικού Μεταλλίου της Ελευθερίας, το υψηλότερο πολιτικό βραβείο στις Ηνωμένες Πολιτείες.

Ο Χόκινγκ ήταν καθηγητής Μαθηματικών στο Πανεπιστήμιο του Κέιμπριτζ μεταξύ 1979 και 2009.

Ο Χόκινγκ είχε συντάξει εργασίες εκλαϊκευμένης επιστήμης, στις οποίες συζητά τις θεωρίες και την κοσμολογία του γενικά. Το βιβλίο του *Το Χρονικό του Χρόνου* έμεινε στη λίστα με τα best-seller της Βρετανικής *Sunday Times* για 237 εβδομάδες σπάζοντας ρεκόρ. Ο Χόκινγκ έπασχε από τη νόσο του κινητικού νευρώνα (αμυοτροφική πλευρική σκλήρυνση), κατάστα-



ση που είχε εξελιχθεί κατά τη διάρκεια των ετών. Ήταν σχεδόν εξ ολοκλήρου παράλυτος και επικοινωνούσε μέσω συσκευής παραγωγής ομιλίας. Παντρεύτηκε δύο φορές και είχε τρία παιδιά.

Το 2014 κυκλοφόρησε το αυτοβιογραφικό βιβλίο του *Το χρονικό της ζωής μου*.

Από τη Βικιπαίδεια, την ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια

Αργύρης Κουμπζής: Ο τυφλός φοιτητής του ΑΠΘ που πήρε πτυχίο με 9,3



Στιγμές συγκίνησης έζησαν σήμερα όσοι παρευρέθηκαν στην ορκωμοσία του Φυσικού Τμήματος του ΑΠΘ, καθώς ανάμεσα στους νέους που αποφοίτησαν βρισκόταν ο Αργύρης Κουμπζής, που όχι μόνο άριστευσε αλλά απέδειξε πως όταν έχει θέληση μπορείς να πετύχεις τα πάντα.

Ο Αργύρης που κατάφερε να πάρει το πτυχίο του με 9,3 είναι τυφλός και χρειάστηκε να ξεπεράσει πολλά εμπόδια για να υλοποιήσει το όνειρό του, καθώς λόγω της δυσκολίας του Τμήματος Φυσικής ως προς τα μαθήματα και τα εργαστήρια, τυφλοί φοιτητές δεν μπορούσαν να φοιτήσουν στη Σχολή. Ο νεαρός όμως δεν το έβαλε κάτω και όχι μόνο κατάφερε να μπει στο τμήμα αλλά αποτέλεσε και υπόδειγμα φοιτητή.

«Είχα κάνει πολλές ορκωμοσίες ως Κοσμητορίσσα στο παρελθόν, σήμερα όμως συγκινήθηκα πολύ. Είναι η ορκωμοσία του *Argiris Koumpzīs*. Δόθηκε αγώνας για να γίνει δεκτός με αίσιο τέλος. Ο Κοσμητορας είπε για τη δύναμη της «θέλησης». Άνοιξε δρόμο ο Αργυρής. Το γεγονός ότι είναι τυφλός δεν «στάθηκε τελικά εμπόδιο». 9,39, πρώτος, διάβασε και τον όρκο στο τμήμα Φυσικής. Συγχαρητήρια», έγραψε σε ανάρτησή της στον προσωπικό της λογαριασμό στο Facebook, η καθηγήτρια Ψυχολογίας του ΑΠΘ, Δήμητρα Κογκίδου.

Σημειώνεται ότι ο Αργύρης Κουμπζής είχε απορριφθεί το 2014 από το τμήμα Φυσικής του ΑΠΘ επειδή ήταν τυφλός, καθώς ο κανονισμός του τμήματος δεν επέτρεπε την εισαγωγή σε υπο-

φήφιους με αναπηρία στα άνω άκρα ή απώλεια όρασης. Ωστόσο, με παρέμβαση του τότε υπουργού Παιδείας, Ανδρέα Λοβέρδου άνοιξε ο δρόμος προκειμένου να φοιτήσει στο Φυσικό του ΑΠΘ.

Στην κατάσταση παρενέβη μάλιστα και ο δήμαρχος Νεάπολης-Συκεών Σίμος Δανιηλίδης, ο οποίος με διαδοχικές επιστολές και παρεμβάσεις στην ηγεσία του υπ. Παιδείας, και προσωπικά στον υπουργό Ανδρέα Λοβέρδο, διεκδίκησε το πανεπιστήμιο να δημιουργήσει τις υποδομές για τις σπουδές παιδιών με αναπηρία.

«Είμαστε σίγουροι ότι η πίστη και η αφοσίωση του Αργύρη στην επιστήμη θα τον οδηγήσει πολύ ψηλά στην επιστήμη του και θα τον καμαρώνουμε ως Έλληνα και ως συνδημότη μας. Πρόκειται για ένα λαμπρό επιστημονικό μυαλό που ξεκίνησε από τα σχολεία μας και άνοιξε το δρόμο για όλους τους φοιτητές με αναπηρία», δηλώνει ο δήμαρχος Σίμος Δανιηλίδης.

Ο Αργύρης, ήδη εκπνεύει το διδακτορικό του με υποτροφία τεσσάρων ετών στο *Max Planck*, διεθνές σχολείο ηλιακής και διαστημικής φυσικής του πανεπιστημίου *Gottingen* στη Γερμανία.



Ευχαριστήριο σε όσους βοήθησαν στις δύσκολες στιγμές του νησιού μας



Το Σωματείο μας ευχαριστεί την Πυροσβεστική Υπηρεσία (ΔΙΠΥΝ Σάμου), την 1^η ΕΜΑΚ Αττικής, την Ελληνική Ομάδα Διάσωσης παράρτημα Σάμου, τους εθελοντές πυροσβέστες την Ελληνική Αστυνομία, το Λιμενικό Σώμα Ελληνική Ακτοφυλακή, τους απλούς πολίτες εθελοντές, την Ελληνική Κυβέρνηση, τον Βουλευτή, Περιφερειάρχη και Αντιπεριφερειάρχη, τους Δημάρχους & τη Πολιτική Προστασία των δύο Δήμων και τέλος όλους τους πολίτες από άλλα μέρη της Ελλάδος και από όλα τα μέρη της γης, κυρίως Σαμιώτες που ενδιαφέρθηκαν και βοήθησαν από τη πρώτη στιγμή που έγινε αυτός ο μεγάλος σεισμός στη Σάμο μας.



30/10/20, ΜΕΓΑΛΟΣ ΣΕΙΣΜΟΣ ΣΑΜΟΣ - ΣΜΥΡΝΗ

Σεισμός στη Σάμο: Ξύπνησε το ρήγμα που ισοπέδωσε το νησί και το 1904

Από το 200 π.Χ. έχουν καταγραφεί μεγάλοι σεισμοί στο συγκεκριμένο ρήγμα.

Χρειάστηκε να περάσουν 116 χρόνια για να χτυπήσει με μανία ο σεισμός στο ρήγμα που βρίσκεται βόρεια της Σάμου με σεισμό 6,7 Ρίχτερ. Στις 11 Αυγούστου 1904 το νησί είχε βιώσει έναν σεισμό ανάλογο μεγέθους. Τότε ο κύριος σεισμός είχε εκτιμηθεί 6,8 Ρίχτερ και μέγιστη ένταση Μερκάλι Χ (Ακραιά). Τέσσερις άνθρωποι είχαν χάσει τη ζωή τους.

Μεταξύ του κύριου σεισμού και ενός μετασεισμού που έγινε στις 14 Αυγούστου 1904 καταστράφηκαν 540 σπίτια στη Σάμο.

Χαρδαλιάς: Κηρύσσονται σε κατάσταση Έκτακτης Ανάγκης οι Δήμοι Ανατολικής και Δυτικής Σάμου **31/10/2020**
Σεισμός της Σάμου (2020), Ημερομηνία 30-10-2020
Ωρα 13:51 (ώρα Ελλάδος)

Μέγεθος 6,7 ρίχτερ
Επίκεντρο Κόλπος Εφέσου, ανάμεσα σε Σάμο και ακτές Τουρκίας περιοχή Σμύρνη.

Τύπος: Επιφανειακός,
Πληγείς περιοχές: Ελλάδα, Τουρκία
Συνολική ζημιά: Σοβαρές ζημιές σε Σάμο και παράλια της Τουρκίας
Τσουνάμι: Τουλάχιστον 3

Απώλειες: 104 θάνατοι (2 στην Ελλάδα, 102 στην Τουρκία)

Σεισμός στη Σάμο σημειώθηκε στις 30 Οκτωβρίου 2020 στις 13:51 ώρα Ελλάδος και προκάλεσε καταστροφές στη Σάμο και στην επαρχία Σμύρνης. Μέχρι στιγμής έχουν καταγραφεί 102 θάνατοι εξαιτίας του σεισμού στην Τουρκία και δύο στην Ελλάδα. Το επίκεντρο του σεισμού ήταν 19 χιλιόμετρα βορειότερα της Σάμου, στον κόλπο της Εφέσου. Το μέγεθος του σεισμού ήταν 6,7 βαθμών της κλίμακας Ρίχτερ σύμφωνα με το Εθνικό.

Απώλειες και τραυματίες

Στη Σάμο οι τραυματίες ήταν 8, ενώ δύο παιδιά, ο ένας δεκαεπτά χρονών και η άλλη δεκαπέντε, έχασαν τη ζωή τους ενώ γύριζαν από το σχολείο τους σε ένα στενό δρομάκι στο Βαθύ της Σάμου, όταν λίγο μετά τον σεισμό κασπαλιώθηκαν από έναν τοίχο που κατέρρευσε από τον πρώτο όροφο ενός ακατοίκητου επί 30 χρόνια σπιτιού. Οι θάνατοι στην Τουρκία έχουν φτάσει τους 102 και οι τραυματίες έχουν έως τώρα ξεπεράσει τους 1.000, εν μέσω συνεχιζόμενων ερευνών διάσωσης. Ένας από τους θανάτους στη χώρα αυτή, έχει αποδοθεί σε πνιγμό λόγω του τσουνάμι. Παράλληλα, 100 άτομα ανασύρθηκαν από τα συντρίμια.

Καταστροφές

Στη Σάμο προκλήθηκαν ζημιές σε παλιά κτίρια καθώς και σε υποδομές όπως δρόμοι και λιμάνια. Στο Καρλόβασι κατέρρευσε τμήμα του ναού της Θηοτόκου και τα παλιά βυρσοδεψία υπέστησαν μεγάλες ζημιές. Το λιμάνι του Καρλόβασι υπέστη ρηγματώσεις και καθιζήσεις. Στο Βαθύ Σάμου καταστράφηκαν πολλά πετρόκτιστα κτίρια. Ζημιές παρατηρήθηκαν και στο Πυθαγόρειο, και αρχαία αγγεία έσπασαν στο Αρχαιολογικό Μουσείο Πυθαγορείου. Τμήμα των τειχών του κάστρου του Λυκούργου Λογοθέτη κατέρρευσε και στο πόδι του μεγάλου κούρου της Σάμου δημιουργήθηκε ρωγμή.

Στη Σμύρνη κατέρρευσαν 17 κτίρια, 4 από τα οποία ολοκληρώως, κυρίως σημειώθηκαν στις περιοχές Μπουρνόβα, Μπαϊρακλί και Κορδελιό. Ο αριθμός των κατεστραμμένων και με πολλές ζημιές κτίρια ανήλθε στα 58. Το τσουνάμι προ-



κάλεσε πλημμύρες σε Σεφερίχισαρ, Τσεσμέ και Σμύρνη. Μάλιστα στο Σεφερίχισαρ το τσουνάμι παρέσυρε πολλές βάρκες στη μαρίνα και το ύψος του νερού έφτασε το 1,5 μέτρο προκαλώντας ζημιές σε μαγαζιά.

Από το σεισμό επλήγη και η Χίος, όπου εμφανίστηκε μεγάλη ρωγμή στον λιμένα της. Επίσης, ζημιές σημειώθηκαν σε παλιά σπίτια και στον ναό της Ευαγγελιστρίας στην πόλη της Χίου. Στην Ικαρία σημειώθηκαν ζημιές και κατολισθήσεις στο οδικό δίκτυο του νησιού. Στο αρχαιολογικό μουσείο Αγίου Κηρύκου ένα μικρό αγγείο έπεσε.



Ανύψωση της Σάμου κατά 18-25 εκατοστά παρατηρήθηκε ύστερα από την ισχυρή σεισμική δόνηση των 6,7 βαθμών της κλίμακας Ρίχτερ που σημειώθηκε την Παρασκευή 30 Οκτωβρίου στις 13:51 με επίκεντρο τη θαλάσσια περιοχή 16 χλμ βόρεια βορειοδυτικά του νησιού.

Σύμφωνα με ανακοίνωση της ερευνητικής ομάδας του Τμήματος Γεωλογίας και Γεωπεριβάλλοντος του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, αποτελούμενη από τους καθηγητή Δρ. Ευθύμη Λέκκα, υποψ. Δρ. Σπυρίδωνα Μαυρούλη, υποψ. Δρ. Μαριλία Γώγου, υποψ. Δρ.



Ιωάννα Τριαναταφύλλου, με τη συμμετοχή και του σεισμολόγου Δρος Γεράσιμου Παπαδόπουλου, από τα σημαντικότερα ευρήματα είναι η τεκτονική ανύψωση, που παρατηρήθηκε τόσο στο βόρειο όσο και στο νότιο τμήμα, δηλαδή στο ανερχόμενο τέμαχος του ρήγματος, που ενεργοποιήθηκε στο θαλάσσιο χώρο βόρεια του νησιού. Η ερευνητική ομάδα πραγματοποίησε εκτεταμένη έρευνα πεδίου για το σεισμό της Σάμου, τις επιπτώσεις του στα κτήρια, τα συνοδά γεωδυναμικά φαινόμενα, το τσουνάμι και τις σημαντικές εδαφικές παραμορφώσεις. Όπως σημειώνεται στο βόρειο μέρος η τεκτονική ανύψωση πιστοποιήθηκε σε παράκτιες θέσεις στο Καρλόβασι, ενώ στο νότιο μέρος σε παράκτιες θέσεις στο Ποτακάκι, στο Πυθαγόρειο και στην Ψιλή Άμμο και έσπασε.

**Ιστοσελίδες - Blogs**

Αρχικά, σας παραθέτω τις μεγαλύτερες και γνωστότερες ελληνικές ιστοσελίδες για την αναπηρία και την ειδική αγωγή γενικότερα.

- esamea.gr** (Εθνική Συνομοσπονδία ατόμων με αναπηρία)
- psamea.gr** (Περιφερειακή ομοσπονδία Β. Αιγαίου ατόμων με αναπηρία)
- eaom-ameas.gr** (Εθνική Αθλητική Ομοσπονδία με Αναπηρίες)
- Special Education.gr**
- Νόηση.gr**
- Disabled.gr**
- Newseatamea.gr**
- esaea.gr/multimedia/must-see/41-publications/others/2802-touristikos-odhgos-twn-**
- poamskp.gr**
- disapled.gr**
- msassociationhellas.org**
- msassociationhellas.org**

Μερικά από τα πολλά και ενδιαφέροντα ελληνικά blogs είναι:

Disability Myths, Ειδική Αγωγή, Μίλα μου, ήλιε μου Με ειδική ματιά, Η ειδική αγωγή με απλά λόγια Περί μαθησιακών δυσκολιών, Κουφός είσαι ρε; Παιδεία, Εκπαίδευση, Ειδική Αγωγή δυσλεξία at home

Ακόμη, υπάρχει η επίσημη ιστοσελίδα των Συλλόγων Αποφοίτων Τμημάτων Ειδικής Αγωγής, το satba.gr, καθώς και η σελίδα του Τμήματος Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, pi-schools.gr.

Ταινίες. Κάποιες από τις πιο γνωστές ταινίες παγκοσμίως είναι και οι εξής:

- α). Μεγάλου μήκους
-Forrest Gump (1994), Σκηνοθεσία: Robert Zemeckis
-I Am Sam (1998), Σκηνοθεσία: Jessie Nelson
-Rainman (1988), Σκηνοθεσία: Barry Levinson
-The Boy who could fly (1986), Σκηνοθεσία: Nick Castle
-My Left Foot (1989), Σκηνοθεσία: Jim Sheridan
-Η θάλασσα μέσα μου (Mar adentro) (2004), Σκηνοθεσία: Alejandro Amenabar
-Ζωή σαν τριαντάφυλλο (2010), Σκηνοθεσία: Mick Jackson

(δείτε και εδώ παλαιότερη ανάρτηση με περισσότερες ταινίες)

β). Μικρού μήκους - video
Υπάρχουν, επίσης, και κάποιες πολύ ενδιαφέρουσες ταινίες μικρού μήκους, όπως:
"Sara's Adventure" - μικρού μήκους ταινία του 2009 για τη Σάρα, ένα κορίτσι με κινητικά προβλήματα που ονειρό της είναι να γίνει χορεύτρια.

Autism commercial - εδώ ένα πολύ μικρό βίντεο από την Ασία για τον αυτισμό.

"Ο κόσμος έχει ανάγκη όλων των ειδών τα μυαλά" - ένα 20λεπτο απόσπασμα μιας ομιλίας της Temple Grandin, ενήλικης αυτιστικής γυναίκας.

"Το κατάστημα ζώων" - μια ελληνική ταινία μικρού μήκους

"Τι χρώμα έχει το σκοτάδι" - από την εκπομπή του Σ. Θεοδωράκη

"Η Φάκα" - μικρού μήκους ταινία της Μαρίας Δανεζη, μια ταινία "τεκμηρίωσης για την αποκατάσταση των αναπήρων"

γ.) Animation
- "Animation - Inclusion" - ένα μονόλεπτο βίντεο animation για την ένταξη.

"Ο μικρός μου αδερφός από το φεγγάρι" - ένα σύντομο animated βίντεο για το πώς αντιλαμβάνεται ένα μικρό παιδί τον αυτισμό του αδελφού του.

"Mary and Max" - μια ταινία για την παράξενη σχέση ενός κοριτσιού κι ενός ενήλικα αυτιστικού άνδρα (εδώ το trailer της ταινίας, υπάρχει όμως και ολόκληρη σε μέρη στο youtube)

Μουσική. Το μοναδικό στην Ελλάδα συγκρότημα "ΑΕΡΙΚΑ", με το γνωστό τραγούδι τους "Διαφορετικοί". Για τους "ΑΕΡΙΚΑ" σας έχω μιλήσει σε παλαιότερη ανάρτηση, εδώ.

Ακόμη, το "Don't laugh at me" του Wills Mark είναι ένα τραγούδι για τη διαφορετικότητα.

Τέλος, το τραγούδι "We are People with Learning Difficulties" (The Gang), μιλά για τις μαθησιακές δυσκολίες (learning difficulties).





GENERALI HELLAS

Ανώνυμος Ασφαλιστική Εταιρία



ΤΑΞΙ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ-ΑΜΕΑ/DTTS DISABILITY TRANSPORT

Σας εξασφαλίζουμε με ασφάλεια και αξιοπιστία την μετακίνησή σας σε όλη την ΣΑΜΟ έχοντας την άνεση του δικού σας αναπηρικού αμαξιδίου, διαθέτει ηλεκτρική ράμπα. Για την άμεση εξυπηρέτησή σας καλέστε μας στο τηλ. 6909677900 **ΚΙΑΣΣΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ**



ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ
ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΕΙΣ ΣΑΜΟΥ

ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΣΑΜΟΥ-ΙΚΑΡΙΑΣ

Σμύρνης 13 - 831 00 - Σάμος

ΤΗΛ. 2273 023030 / 2275 022005



ΚΡΥΣΤΑΛΛΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΑΡΓΑΡΩΝΗ Α.Ε.Β.Ε.

Κατεργασία / Εμπόριο Κρυστάλλων
Διπλά ενεργειακά / Αλεξισφαιρα
Τρίπλαξ / Κάγκελα
Αυτόματες - Πτυσσόμενες Πόρτες

Καρλόβασι Σάμου 83200

Τηλ.: 22730 30007 - Fax.: 22730 30885

Κιν.: 694 5640821 - 695 1815101

e-mail.: kristaltmarga@gmail.com

ELECTRO NET

ΧΑΤΖΗΑΝΤΩΝΙΑΔΗΣ

ΟΔΟΣ ΓΟΡΓΥΡΑΣ, ΚΑΡΛΟΒΑΣΙ, Τ.Κ. 832 00, ΣΑΜΟΣ

Τηλ.: 22730 89410, FAX: 22730 89419

e-mail: xatziantoniadis@electronet.gr

www.electronet.gr



Δ. ΤΣΑΚΟΥΜΑΓΚΟΣ Α.Ε.

ΛΑΤΟΜΕΙΟ ΜΠΕΤΟΝ ΑΣΦΑΛΤΙΚΑ

ΤΗΛ 22730 30171 & 22730 32879

ΥΙΟΙΚ. ΚΕΝΤΟΥΡΗ Α.Ε.Β.Ε.

