

Τα νέα του Δήμου μας

Καλές γιορτές!



Για τον καινούργιο
χρόνο εύχομαι
προσωπική
και οικογενειακή
ευτυχία!

Νικόλαος Ι. Μελετίου,
Δήμαρχος Ασπροπύργου

Το 2019 ας σημάνει την
αφετηρία μιας δημιουργικής
εποχής με περισσότερες
φωτεινές εικόνες &
Υγεία για όλους!

Καλά Χριστούγεννα!

Χρόνια Πολλά!



Αντώνιος Καραμπούλας
Πρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου Ασπροπύργου

«Η ΠΡΟΟΔΟΣ»

Μηνιαία Έκδοση
Δήμου Ασπροπύργου

Έδρα: Σωτήρη Πέτρουλα & Ειρήνης
Ασπροπύργος, Τ.Κ. 19300

ΤΗΛ. 2105579470-2105577862

Εκδότης: Οργανισμός Άθλησης
και Φροντίδας, Νεολαίας
και 3ης Ηλικίας

Επιμέλεια Σύνταξης : Ααμπρινή
Κώτσου – Ειδική Συνεργάτιδα

Email: infopressasp@gmail.com
τηλ: 2132006529
fax: 2105572276

Δωρεάν Μαθήματα Σκάκι στο Δήμο Ασπροπύργου

Το Τμήμα Αθλητικών Δραστηριοτήτων του Οργανισμού Άθλησης και Φροντίδας, Νεολαίας και Τρίτης Ηλικίας του Δήμου Ασπροπύργου, σε συνεργασία με τον σκακιστικό όμιλο «ΦΛΟΓΑ», καλούν τους μικρούς φίλους της πόλης, από 6 έως 12 ετών να παρακολουθήσουν εντελώς δωρεάν μαθήματα σκάκι υπό την καθοδήγηση εξειδικευμένου προσωπικού, τις απογευματινές ώρες σε Σχολεία του Δήμου.

Το σκάκι, ένα από τα αρχαιότερα παιχνίδια του κόσμου, συμβάλλει στην ανάπτυξη της νοημοσύνης, της δημιουργικότητας, της ικανότητας για σχεδιασμό και λήψη αποφάσεων, βελτιώνει τη μνήμη, την ικανότητα μελέτης, την συγκέντρωση, βοηθά στην κοινωνικοποίηση των παιδιών και προλαμβάνει τη νόσο του Αλτσχάϊμερ.

Για πληροφορίες μπορείτε να απευθύνεστε καθημερινά από τις 08:00-16:00 στο γραφείο του Τμήματος Αθλητικών Δραστηριοτήτων του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η, στο κτήριο του Α' ΚΑΠΗ, στον 2° όροφο.



Τα νέα του Δήμου μας

Ένας ακόμα Βρεφονηπιακός Σταθμός στον Ασπρόπυργο

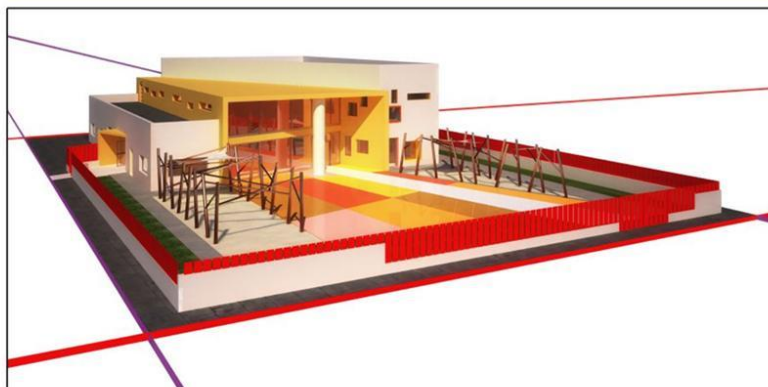
Ο Δήμαρχος Ασπρόπυργου, κ. Νικόλαος Μελετιού ανακοίνωσε τη χρηματοδότηση της κατασκευής του Γ' Βρεφονηπιακού Σταθμού στο Ρουπάκι από το Π.Ε.Π. Αττικής 2014-2010. Συγκεκριμένα, εγκρίθηκε (Α.Δ.Α. 7Σ277Λ7-ΣΒΥ) από την Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης Επιχειρησιακού Προγράμματος Περιφέρειας Αττικής η ένταξη της Πράξης «Κατασκευή Βρεφονηπιακού Σταθμού Ολοκληρωμένης Φροντίδας στο Ο.Τ. Ρ17 του Δήμου Ασπρόπυργου» με Κωδικό ΟΠΣ 5030302 στο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «Αττική 2014-2020». Ο προϋπολογισμός του έργου είναι 1.550.000€ και ο χρόνος κατασκευής του 12 μήνες.

Ο Δήμος Ασπρόπυργου ήταν ένας από τους 5 Δήμους της Αττικής που κατέθεσαν ολοκληρωμένη μελέτη και χρηματοδοτήθηκαν από το πρόγραμμα. Με αφορμή την ανωτέρω επιτυχία ο Δήμαρχος Ασπρόπυργου θέλει να συγχαίρει τη Δ/ση Πολεοδομίας και Τεχνικών Υπηρεσιών του Δήμου για τη μελέτη που εκπόνησε και την ταχεία διεκπεραίωση της. Με την ευκαιρία ο Δήμαρχος Ασπρόπυργου θέλει να πληροφορήσει τους νέους γονείς του Ασπρόπυργου, πως μετά την επίλυση των γραφειοκρατικών χρηματοδοτικών προβλημάτων που παρουσιάστηκαν στην περιφέρεια Αττικής, συνεχίζονται κανονικά οι εργασίες κατασκευής του Β' Βρεφονηπιακού Σταθμού στην Κάτω Φούσα.

Γ' ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ



Β' ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ



Επίσκεψη στον Αρχαιολογικό Χώρο της Ελευσίνας

Μια διαφορετική δράση διοργάνωσε η Επιτροπή Εκδρομών Περιπάτων & Θεάτρου του Οργανισμού Άθλησης και Φροντίδας, Νεολαίας και Τρίτης Ηλικίας του Δήμου Ασπρόπυργου, η οποία περιλάμβανε επίσκεψη στον Αρχαιολογικό Χώρο της Ελευσίνας και καφεδάκι στον πεζόδρομο της πόλης.

Πενήντα μέλη του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η. συνοδευόμενα από τον Πρόεδρο της Επιτροπής - Εντεταλμένο Δημοτικό Σύμβουλο, κ. Αντώνιο Κοναξή περιηγήθηκαν στα Μνημεία και στο Αρχαιολογικό Μουσείο της περιοχής. Οι συμμετέχοντες, είχαν την ευκαιρία να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους για τα Ελευσίνια Μυστήρια με τη βοήθεια έμπειρης ξεναγού, την οποία η Διοίκηση του Οργανισμού είχε μεριμνήσει να βρίσκεται μαζί τους.

Σίγουρα πολλοί έχουν επισκεφθεί το χώρο αυτό αλλά η παρουσία ξεναγού & η εμπειριστατωμένη εξιστόρησή έδωσε ένα διαφορετικό τόνο και ικανοποίησε τους συμμετέχοντες. Η συγκεκριμένη δράση εντάσσεται στην απόφαση της Επιτροπής να επισκεφθούν τα μέλη του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η. όλους τους Αρχαιολογικούς Χώρους στην αρχή του μήνα, όπου είναι ελεύθερη η είσοδος, συνοδευόμενοι πάντα από έμπειρο πιστοποιημένο ξεναγό.



Τα νέα του Δήμου μας

Τοποθετήθηκαν οι υπόγειοι κάδοι απορριμμάτων επί της Λεωφόρου Δημοκρατίας στο Κέντρο του Ασπρόπυργου

Ολοκληρώθηκαν οι εργασίες για την υπογειοποίηση των τεσσάρων κάδων απορριμμάτων και ανακυκλώσιμων υλικών επί της Λεωφόρου Δημοκρατίας και συγκεκριμένα επί των τεμνόμενων οδών, Αθανασίου Τσίγκου και 28^{ης} Οκτωβρίου καθώς και επί της πλατείας Μπακογιάννη.

Σημειώνεται ότι, η λειτουργία του εν λόγω συστήματος αποθήκευσης των απορριμμάτων συμβάλλει στην αναβάθμιση της εικόνας της πόλης, αφού αποτρέπεται ριζικά, η έκθεση των απορριμμάτων σε κοινή θέα. Επιπλέον, ελέγχεται με βέλτιστο τρόπο το πρόβλημα δυσσομιών, χάρη στην στεγνότητα του συστήματος.

Η αποκομιδή των απορριμμάτων θα πραγματοποιείται από τον ήδη υφιστάμενο στόλο απορριμματοφόρων του Δήμου και οι απαιτήσεις συντήρησής του θα είναι ελάχιστες. Σημειωτέον ότι το σύστημα βύθισης των κάδων είναι πιστοποιημένο, στιβαρής και ανθεκτικής κατασκευής με αποτέλεσμα να διασφαλίζεται η μακρόχρονη χρήση χωρίς προβλήματα.



Γραφείο Απασχόλησης Δήμου Ασπρόπυργου

ΖΗΤΟΥΝΤΑΙ

• ΟΔΗΓΟΙ Ε' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΜΕ ΠΕΙ

Επιθυμητά Προσόντα:

Ηλικία: έως 47 ετών

Εκπαιδευτικό επίπεδο: Ανεξάρτητο

Προϋπηρεσία: Απαραίτητη Διεθνών Μεταφορών

Επιθυμητό: Κάτοχοι Ι.Χ. αυτοκινήτου

• 5 ΕΡΓΑΤΕΣ ΑΠΟΘΗΚΗΣ

Επιθυμητά Προσόντα:

Ηλικία: έως 40 ετών

Εκπαιδευτικό επίπεδο: Απόφοιτοι Γυμνασίου – Λυκείου

Προϋπηρεσία: Απαραίτητη σε αποθήκη κατάψυξης

Επιθυμητό: Κάτοχοι Ι.Χ. αυτοκινήτου

• ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ

Επιθυμητά Προσόντα:

Εκπαιδευτικό επίπεδο: Πτυχιούχος ΤΕΙ

Προϋπηρεσία: Επιθυμητή

Πρόσθετα Προσόντα: Πιστοποιητικό Ελεγκτή Οχημάτων από ΥΜΕ

Ξένες Γλώσσες: Αγγλικά

Επιθυμητό: Κάτοχος Ι.Χ. αυτοκινήτου

• 10 ΕΡΓΑΤΕΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ – Άνδρες

Επιθυμητά Προσόντα:

Ηλικία: έως 25 ετών

Εκπαιδευτικό επίπεδο: Ανεξάρτητο

Προϋπηρεσία: Επιθυμητή

Επιθυμητό: Κάτοχος Ι.Χ. αυτοκινήτου

Σολαμίνος 20, Ασπρόπυργος, ΤΚ: 19300 (Όπισθεν Δημαρχείου)

Τηλ.: 210 5576704, 213 2006489, Fax: 210 5576704

e-mail: info@apasxolisiasp.gr, aspropyrgos@apasxolisiasp.gr

www.apasxolisiasp.gr

Τα νέα του Δήμου μας

Μεγάλο Πρόγραμμα Ασφαλτοστρώσεων στο Δήμο Ασπροπύργου

Όπως ανακοίνωσε ο Δήμαρχος Ασπροπύργου κ. Νικόλαος Μελετίου, προχωρούν με αμείωτο ρυθμό οι εργασίες ασφαλτόστρωσης σ' όλη την πόλη του Ασπροπύργου. Έπειτα, από την ολοκλήρωση των έργων αποχέτευσης στην περιοχή Παραλία Ασπροπύργου, το τμήμα οδοποιίας της Τεχνικής Υπηρεσίας του Δήμου ξεκίνησε την αποκατάσταση των ζημιών που είχαν προκληθεί στο οδόστρωμα.

Συγκεκριμένα, ασφαλτοστρώθηκαν από την αρχή οι κεντρικοί οδοί: Αρκαδίας, Σόλωνος, Βαλτετσίου, Θεμιστοκλέους, Θουκυδίδου, Λαγγαδίων, Κ. Καβάφη, Σοφοκλέους καθώς και μικρότεροι οδοί όπως Δελφών, Σωκράτους, Ιπποκράτους, Βυζαντίου, Πραξιτέλους, Κομνηνών, Αισχύλου, Μυκηνών και Ζαλόγγου.

Σημειώνεται ότι, μόλις ολοκληρωθούν και οι υπόλοιπες συνδέσεις αποχέτευσης στην εν λόγω περιοχή, θα ακολουθήσει νέα φάση ασφαλτόστρωσης. Επίσης, εργασίες απομάκρυνσης του παλιού ασφαλτοτάπητα και επίστρωση νέου πραγματοποιούνται και στην ευρύτερη περιοχή του Ασπροπύργου και συγκεκριμένα στις οδούς Στρατηγού Μακρυγιάννη, Κίλικς, Ποσειδώνος καθώς και στη θέση Θερμοκήπια.



ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ "KIDS' ATHLETICS" ΤΗΣ ΙΑΑΦ

Οι μαθητές του Ασπρόπυργου διέπρεψαν στα αγωνίσματα του Κλασσικού Αθλητισμού



Στο Δημοτικό Στάδιο Ασπρόπυργου φιλοξενήθηκαν πάνω από 150 μαθητές της Δ', Ε' και Στ' τάξης των Δημοτικών Σχολείων του Δήμου Ασπρόπυργου για να συμμετάσχουν στο Πρόγραμμα "Kids' Athletics" της International Association of Athletics Federation (IAAF). Την εκδήλωση διοργάνωσε ο Οργανισμός Άθλησης και Φροντίδας, Νεολαίας και Τρίτης Ηλικίας του Δήμου Ασπρόπυργου και ο Α.Ο. ΘΡΙΑ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ σε συνεργασία με το Σύνδεσμο Ελληνικών Γυμναστικών Αθλητικών Σωματείων (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.).

Τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν τα αγωνίσματα των εμποδίων, του ακοντισμού, της σφαιροβολίας και των δρόμων ταχύτητας. Χωρισμένα σε ομάδες, με συναγωνιστικό χαρακτήρα και δουλεύοντας κυκλικά σε σταθμούς, μυήθηκαν στα παραπάνω αγωνίσματα υπό την καθοδήγηση του Τεχνικού Συμβούλου του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., κ. Στέφανου Ματάκη. Στην εύρυθμη διεξα-

γωγή της Εκδήλωσης συνέβαλαν το προσωπικό του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η., το Δ.Σ. του Α.Ο. ΘΡΙΑ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ και οι Ομοσπονδιακοί Προπονητές, κ.κ. Μιχάλης Γονιωτάκης και Παναγιώτης Χαραμής.

Κοντά στους μαθητές, βρέθηκε ο Πρόεδρος του Οργανισμού Άθλησης και Φροντίδας, Νεολαίας και Τρίτης Ηλικίας του Δήμου, κ. Ιωάννης Κατσαρός. Ο πρόεδρος του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η. ευχαρίστησε τους μαθητές για τη συμμετοχή τους αλλά και τους γονείς για την εμπιστοσύνη που δείχνουν στις αθλητικές δομές του Δήμου Ασπρόπυργου καθώς και όλους όσους συνέβαλαν στην Εκδήλωση. Τόνισε ότι, το εν λόγω πρόγραμμα της ΙΑΑΦ είχε σκοπό να καταστήσει όσο πιο δημοφιλή γίνεται τα αγωνίσματα του Κλασσικού Αθλητισμού στους Μαθητές αλλά και να αναδείξει την εκπαιδευτική αξία του Αθλητισμού στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους. Μετά την ολοκλήρωση των αθλητικών δραστη-

ριοτήτων απονεμήθηκαν σ' όλους τους συμμετέχοντες αναμνηστικά διπλώματα και μετάλλια από τον Πρόεδρο του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η., κ. Ιωάννη Κατσαρό, από τον εκπρόσωπο του Σ.Ε.Γ.Α.Σ., κ. Θεόδωρο Βόσσο, από την Πρόεδρο της Κοινωνικής Επιχείρησης του Δήμου Ασπρόπυργου, κ. Σοφία Μαυριδίδη, από τα μέλη του Δ.Σ. του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η., κ.κ. Μαρία Γκούμα, Νίκο Τερζόγλου και Αλεξάνδρα Τσίγκου, από τον Πρόεδρο και τα μέλη του Δ.Σ. του Α.Ο. ΘΡΙΑ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ, κ.κ. Ιωάννη Πίνη, Δημήτρη Μίχα, Φαίη Χατζηπολυχρόνη και Αμαλία Πηλιχού. Επίσης, παραβρέθηκαν εκπρόσωποι των Δημοτικών Σχολείων του Ασπρόπυργου, και συγκεκριμένα η Διευθύντρια του 7^{ου} Δημοτικού Σχολείου, κ. Σταματίνα Βαβούλη, η Αντιπρόεδρος του Συλλόγου Γονέων του 11^{ου} Δημοτικού, κ. Άννα Παπαδοπούλου και η Πρόεδρος του Συλλόγου Γονέων του 4ου Δημοτικού, κ. Μαρία Γκούμα.



ΣΤΟ ΚΑΠΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΛΙΑΣ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ

Τα μέλη του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η. Ασπροπύργου μαγείρεψαν, πήραν τα βραβεία τους και διασκέδασαν με τη ψυχή τους

Πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία, ο 3ος Διαγωνισμός Μαγειρικής Φαγητού και Γλυκού, στο Β' ΚΑΠΗ στην Παραλία Ασπροπύργου. Η εκδήλωση έγινε υπό την αιγίδα του Δήμου Ασπροπύργου και του Οργανισμού Άθλησης και Φροντίδας, Νεολαίας και Τρίτης Ηλικίας με μέριμνα του Εντεταλμένου Δημοτικού Συμβούλου - Μέλους του Δ.Σ. του Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η., κ. Αντώνιου Κοναξή. Δεκάδες μέλη, κάθε ηλικίας μαγείρεψαν τα φαγητά και τα γλυκά τους, διαγωνίστηκαν και έπειτα προσέφεραν τα εδέσματα, που είχαν προετοιμάσει σ' όλους τους παραβρισκόμενους. Κοντά στα μέλη βρέθηκαν ο Δήμαρχος Ασπροπύργου, κ. Νικόλαος Μελετιίου και ο Αντιδήμαρχος Καθαριότητας, Ανακύκλωσης και Πρασίνου, κ. Αβραάμ Κωνσταντινίδης, οι οποίοι συνεχάρησαν τους διοργανωτές για την άσογη βραδιά καθώς και τα μέλη για την συνεχόμενη συμμετοχή τους σ' όλες τις δράσεις.

Ο Δήμαρχος Ασπροπύργου, αναφέρθηκε λεπτομερώς στις υπηρεσίες και στις δράσεις που παρέχει στους Δημότες ο Οργανισμός και τους παρότρυνε, να συνεχίσουν να συμμετέχουν στις δράσεις που διοργανώνει το Νομικό Πρόσωπο. Ο Εντεταλμένος Δημοτικός Σύμβουλος, κ. Κοναξής ευχαρίστησε όλους τους παραβρισκόμενους για τη συμμετοχή τους, και στο τέλος, μοίρασε αναμνηστικά δώρα και επαίνους στους συμμετέχοντες.



Έναρξη για τη νέα περίοδο του θεσμού «Ανοιχτό Πανεπιστήμιο» του Δήμου Ασπροπύργου

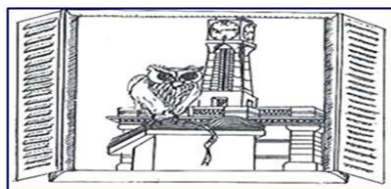
Στην πρώτη διάλεξη της νέας περιόδου του δωδεκά-χρονου θεσμού «Ανοιχτό Πανεπιστήμιο» του Δήμου Ασπροπύργου, φιλοξενήθηκε ο Επίτιμος Αρχηγός του ΓΕΣ, Στρατηγός ε.α., κ. Φραγκούλης Φράγκος. Το θέμα της ομιλίας ήταν: «Δημογραφικό - Εθνική Άμυνα - Μακεδονικό».

Τον ομιλητή και τους παραβρισκόμενους, που είχαν γεμίσει την αίθουσα του Πνευματικού Κέντρου, καλωσόρισε ο Δήμαρχος Ασπροπύργου, κ. Νικόλαος Μελετίου. Στην τοποθέτηση του, ο Δήμαρχος αναφέρθηκε στην κοινωνική και αναπτυξιακή σπουδαιότητα του 12 χρόνου πλέον θεσμού «Ανοιχτό Πανεπιστήμιο». Μεταξύ άλλων, ο κύριος δήμαρχος τόνισε την σημασία των θεμάτων που παρουσιάζονται, ενώ ανέφερε ότι, ο εν λόγω θεσμός είναι σε απόλυτη ταύτιση με το θεσμό της Αυτοδιοίκησης που είναι ανοιχτή προς όλους τους πολίτες.

Στη συνέχεια, ο λόγος δόθηκε στον ομιλητή, κ. Φραγκούλη Φράγκο, ο οποίος αναφέρθηκε αναλυτικά σε όλα τα ζητήματα δίνοντας ιδιαίτερη σημασία, στο μείζον θέμα της υπογεννητικότητας που ταλανίζει τη χώρα μας. Ο ομιλητής υπογράμμισε ότι, η ύπαρξη ενός Έθνους βασίζεται κατά κύριο λόγο στην αντικατάσταση των γενεών ενώ δεν παρέλειψε να αναφερθεί, στη συμφωνία των Πρεσπών, τονίζοντας ότι οι Έλληνες πρέπει κάποια στιγμή να ορθώσουμε το ανάστημά μας.



Πρόγραμμα Διαλέξεων του θεσμού «Ανοιχτό Πανεπιστήμιο» Δήμου Ασπροπύργου για το μήνα Ιανουάριο



... από το 2007

Σημειώνεται ότι, οι Διαλέξεις του θεσμού «Ανοιχτό Πανεπιστήμιο» πραγματοποιούνται στην Αίθουσα Εκδηλώσεων «Δημήτριος Καλλιέρης» του Πνευματικού Κέντρου του Δήμου Ασπροπύργου.

Δευτέρα, 7 Ιανουαρίου 2019 και ώρα 19:30

Θέμα: «Προληπτική κολονοσκόπηση: Αποτελεσματική μέθοδος πρόληψης διάγνωσης καρκίνου του παχέος εντέρου»

Ομιλητής: Η Γαστρεντερολόγος – Ηπατολόγος επεμβατικός ενδοσκόπος, κ. Χρυσούλα Ανυφαντή

Δευτέρα, 14 Ιανουαρίου 2019 και ώρα 19:30

Θέμα: «Η Ελληνική κοινωνία και το Μεταναστευτικό ρεύμα»

Ομιλητής: Ο πρώην Βουλευτής, Υπουργός και Δήμαρχος Πειραιά, κ. Ανδρέας Ανδριανόπουλος

Δευτέρα, 21 Ιανουαρίου 2019 και ώρα 19:30

Θέμα: «Οι συχνότερες παθήσεις του άνω άκρου - αίπα και ανημετώπιση»

Ομιλητής: Ο Ορθοπαιδικός Χειρουργός MD, κ. Ευάγγελος Πουλακίδας

Τα νέα της Εκπαίδευσης

Γονείς και Παιδιά ενημερώθηκαν για την ορθή χρήση της ΛΕΑ

Μεγάλη επιτυχία σημείωσε η εκπαιδευτική δράση «Ασφαλής Θρία», που πραγματοποίησε η Κοινωφελής Επιχείρηση του Δήμου Ασπροπύργου σε συνεργασία με την ΜΚΟ «My Grand Road», την Τετάρτη 31 Οκτωβρίου στην αίθουσα πολλοπλών χρήσεων του 1^{ου} Δημοτικού Σχολείου Ασπροπύργου, η οποία αφορούσε την οδική ασφάλεια.



Μικροί και μεγάλοι μέσω του βιβλίου του Συγγραφέα Σωτήρη Γιαννόπουλου «**Λέα Λεοπούλου**» ενημερώθηκαν για την **ορθή χρήση της Λωρίδας Έκτακτης Ανάγκης** και τον **Ευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης 112**.

Ο Σωτήρης Γιαννόπουλος είναι αστυνομικός της Τροχαίας Δυτικής Αττικής, μέλος της ΜΚΟ «My Grand Road» και ασχολείται με την οδική ασφάλεια από το 2011. Οργανώνει και συμμετέχει σε δράσεις για την ενημέρωση σχετικά με την οδική ασφάλεια που αφορούν όλες τις ηλικιακές ομάδες. Συντονιστής της εκδήλωσης ήταν ο κ. Βασίλειος Δέδες, Υπεύθυνος Επικοινωνίας της My Grand Road.

Μετά την ενημέρωση, τα παιδιά των Κέντρων Δημιουργικής Απασχόλησης, Γονείς



και όσοι παρευρέθηκαν στην εκδήλωση, με ενθουσιασμό πήραν τα δώρα και τα μπάλονια που μοίρασαν οι καθηγητές των Κ.Δ.Α.Π. και επισκεφτηκαν την πλατεία Ηρώων στην οποία υπήρχε έκθεση με αγωνιστικά οχήματα, τα οποία μπορούσαν να επισκεφθούν και να θαυμάσουν από κοντά, όλοι οι παρευρισκόμενοι.

Η Πρόεδρος της ΚΕΔΑ, κ. Σοφία Μαυρίδη κατά την ομιλία της ανέφερε ότι, η Κοινωφελής Επιχείρηση του Δήμου Ασπροπύργου πέραν όλων των άλλων δράσεων που υλοποιεί έχει ξεκινήσει μία νέα προσπάθεια ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των δημοτών του Ασπροπύργου, μικρών και μεγάλων.

Παράλληλα τόνισε πως: «**Αν ΕΜΕΙΣ γίνουμε καλύτεροι, και τα ΠΑΙΔΙΑ μας θα γίνουν καλύτερα. Σωστός πολίτης είναι ο ενημερωμένος πολίτης και εμείς προσπαθούμε να το κάνουμε αυτό πράξη από τη μικρή ηλικία. Δίνουμε λοιπόν έμφαση στα παιδιά. Βρίσκονται σε μία μικρή, τρυφερή ηλικία που κατακτούν τη γνώση μέσα από ερεθίσματα και βιώματα.**»

Τέλος, ευχαρίστησε τον Δήμαρχο Ασπροπύργου, κ. Νικόλαο Μελετίου, ο οποίος είναι αρωγός των δράσεων που υλοποιεί η



ΚΕΔΑ, την ΜΚΟ «My Grand Road» για την συνδιοργάνωση της εκδήλωσης, τον χορηγό την εταιρία DIMI GROUP, ενώ δεν έλειψε να ενημερώσει πως σε λίγες μέρες ξεκινά τη λειτουργία του, το 4^ο ΚΔΑΠ Ασπροπύργου το οποίο θα στεγάζεται στο 1^ο Δημοτικό Σχολείο Ασπροπύργου.

Στην εκδήλωση έδωσαν το παρών ο Δήμαρχος Ασπροπύργου κ. Νικόλαος Μελετίου, ο Πρόεδρος του Πνευματικού Κέντρου, κ. Μελέτης Μπουραντάς, ο Αντιπρόεδρος της ΚΕΔΑ, κ. Αντώνης Κοναξής, ο Πρόεδρος του Attica Tv, κ. Τσολερίδης Κωνσταντίνος, η Πρόεδρος της ΔΗΜ.ΤΟ. Ασπροπύργου, κ. Γεωργία Πηλιχού, ο Αντιστράτηγος εν αποστρατεία κ. Νικόλαος Λουλούδας, ο Δικηγόρος και Διδάκτωρ Νομικής Αθηνών κ. Γεώργιος Κώστηρας (συνεργάτης της My Grand Road), ο Εκπρόσωπος της Εταιρίας Shell Coral, κ. Πέτρος Σαραντάκης, ο Εκπρόσωπος της DIMI GROUP κ. Μιχάλης Δημητρόπουλος, η Διευθύντρια του 1^{ου} Δημοτικού Σχολείου κ. Θεοδώρα Γρομητσάρη καθώς και Εκπρόσωποι των Συλλόγων Γονέων και Κηδεμόνων των Σχολείων της πόλης.



Τα νέα της Εκπαίδευσης

ΠΑΙΔΙΑ....ΑΣ ΧΟΡΕΨΟΥΜΕ!!!

Χορός, ένα μαγικό ταξίδι, με απίστευτες και μοναδικές διαδρομές που με οδηγό το σώμα, τη ψυχή και το συναίσθημα, παρασύρει σε ξεχωριστά μονοπάτια όχι μόνο τους μεγάλους λάτρεις του αλλά και τους μικρούς. Ένα ταξίδι έκφρασης και επικοινωνίας για όλους τους μικρούς πρωταγωνιστές της καθημερινότητας, τα παιδιά.

Στην σημερινή εποχή όπου ο σύγχρονος τρόπος ζωής δημιουργεί πιεστικές καταστάσεις και απομακρύνει τον άνθρωπο από τη φυσική και πνευματική άσκηση η ενασχόληση των παιδιών με το χορό δεν θεωρείται πολυτέλεια αλλά αναγκαίο-

τητα. Ο χορός προσφέρει μια άρτια και ολοκληρωμένη σωματική άσκηση, βοηθώντας στη σωστή και αρμονική ανάπτυξη του σώματος. Καθώς τα παιδιά προσαρμόζονται στις κινήσεις που απαιτούνται στο χορό μαθαίνουν να έχουν μια πιο καλή αίσθηση του σώματός τους. Μέσα από το χορό τα παιδιά γυμνάζονται διασκεδάζοντας και παράλληλα αυτό βελτιώνει σε μεγάλο βαθμό το χαρακτήρα τους, τη συμπεριφορά τους αλλά τους ενισχύει και το αίσθημα της αυτοεκτίμησης. Εκτός όμως από τη σωματική δραστηριότητα, ο χορός είναι και ένα πολύ καλό μέσο κοινωνικοποίησης. Τα παιδιά μαθαί-



νουν να βελτιώνουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες και να δουλεύουν ομαδικά και αρμονικά διδασκόμενα παράλληλα το σεβασμό και την πειθαρχία. Με αυτό τον τρόπο κοινωνικοποιούνται και μαθαίνουν να ανήκουν και να εργάζονται ως ένα σύνολο και όχι ως μέρος. Επιπλέον, ένα από τα σημαντικότερα οφέλη του χορού στο παιδί είναι ότι αυξάνει και ενισχύει την εκφραστικότητά του. Μαθαίνει να εκφράζεται όχι μόνο μέσα από τις λέξεις αλλά και μέσα από τις κινήσεις που κάνει το σώμα του. Συνδυάζοντας και προσαρμόζοντας τις κινήσεις του, το κάθε παιδί πάνω στο ρυθμό της μουσικής φανερώνει με έναν τρόπο δια-

φορετικό και μοναδικό τα συναισθήματά του, τις σκέψεις του αλλά και τον ψυχισμό του. Κλείνοντας, ο χορός είναι πραγματική ευλογία για κάθε παιδί οποιασδήποτε ηλικίας. Ας βοηθήσουμε τα παιδιά να περιπλανηθούν σε μονοπάτια ξεχωριστά και μέσα από τη μουσική και το χορό να δημιουργήσουν μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα. Ας τα μάθουμε να αγαπούν το σώμα τους και τον εαυτό τους για να μπορούν εύκολα να αγαπήσουν και τους άλλους.

Φωτογραφίες από την καλοκαιρινή γιορτή των ΚΔΑΠ Ασpropύργου

Λαζάρου Σοφία Φιλόλογος





ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Χριστούγεννα 2018

Παρασκευή
14 Δεκεμβρίου,
Ώρα 21:00

ΠΛΑΤΕΙΑ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟΥ

Άναμμα Χριστουγεννιάτικου Δέντρου
από τους Vegas & Συναυλία!

Πέμπτη
20 Δεκεμβρίου,
Ώρα 19:30

ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ

«Λόγος & Ήχος Χριστουγέννων»

Ηλίας Λογοθέτης & Μαρία Ζαχαρή
Μουσική: Κώστας & Λουκία Κωσταντάτου
Ένα μυστικό τοπίο λόγου και μουσικής,
αφιερωμένο στη μεγαλύτερη γιορτή του
Χριστιανικού κόσμου!

Παρασκευή
21 Δεκεμβρίου,
Ώρα 20:30

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΙΝΗΜΑΤΟΘΕΑΤΡΟ «ΓΑΛΑΞΙΑΣ»

Τα Μουσικά Σύνολα του Πνευματικού Κέντρου,
σε συναυλία Ποπ Ροκ, με αγγλόφωνα τραγούδια!

Δευτέρα
17 Δεκεμβρίου,
έως Κυριακή
6 Ιανουαρίου

ΠΛΑΤΕΙΑ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟΥ

«ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΧΩΡΙΟ»

με Δωρεάν Τρενάκι σε ράγες, Μάγους, Κλόουν,
Face painting, Φουσκωτά, Χιονόμπαλα, Καραόκε
και πολλά Κεράσματα από τους Συλλόγους της πόλης!

Κυριακή βράδυ
23 Δεκεμβρίου

ΣΤΙΣ ΓΕΙΤΟΝΙΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ

Η Παιδική Νεανική και η Χορωδία Ενηλίκων
του Πνευματικού Κέντρου,
«λένε» τα κάλαντα!

Δευτέρα, 7
έως Τρίτη, 15
Ιανουαρίου 2019

3ο ΚΑΠΗ ΓΚΟΡΥΤΣΑΣ

Το «ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΧΩΡΙΟ»
αλλάζει γειτονιά !



10ο Χριστουγεννιάτικο Φιλανθρωπικό Παζάρι Δήμου Ασπροπύργου - Πρόγραμμα

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14/12

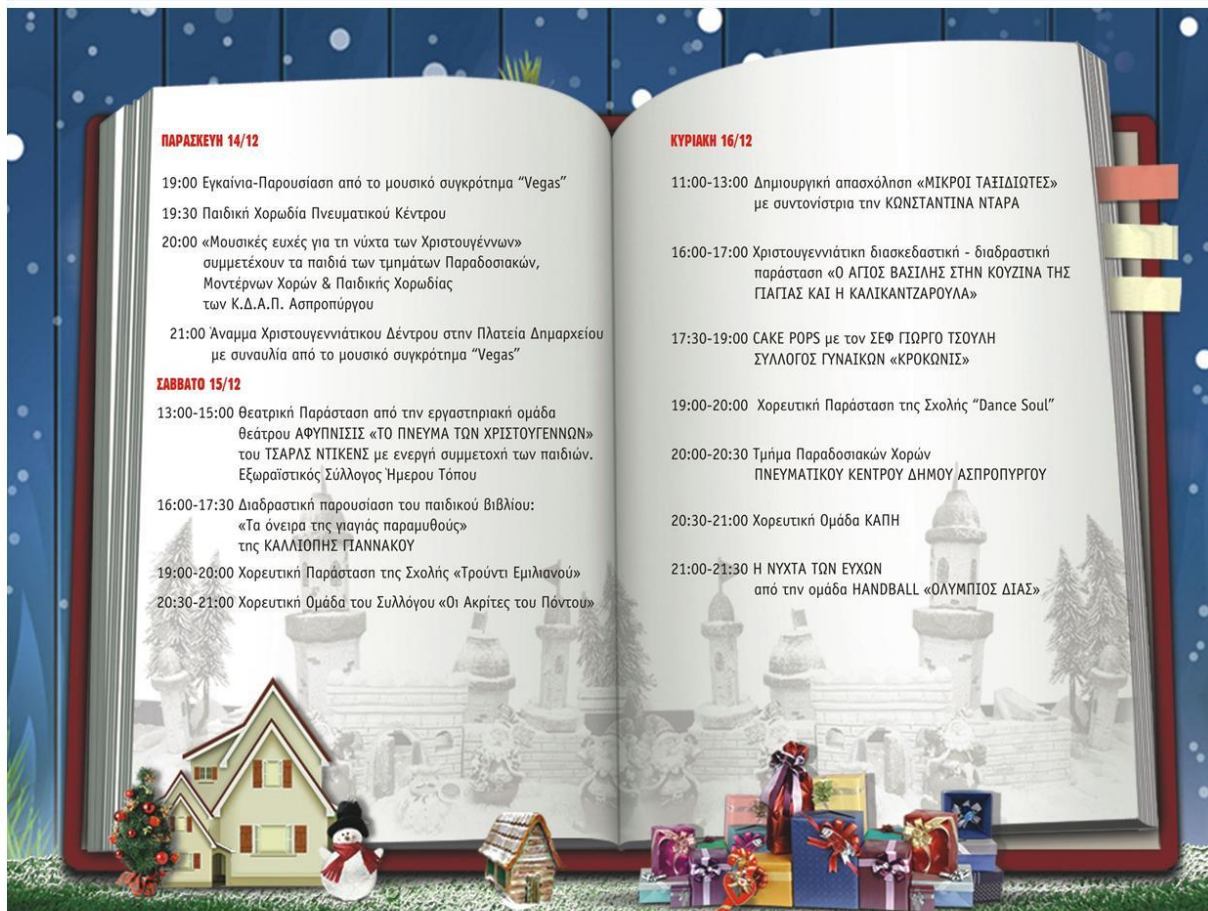
- 19:00 Εγκαίνια-Παρουσίαση από το μουσικό συγκρότημα "Vegas"
- 19:30 Παιδική Χορωδία Πνευματικού Κέντρου
- 20:00 «Μουσικές ευχές για τη νύχτα των Χριστουγέννων»
συμμετέχουν τα παιδιά των τμημάτων Παραδοσιακών,
Μοντέρνων Χορών & Παιδικής Χορωδίας
των Κ.Δ.Α.Π. Ασπροπύργου
- 21:00 Αναμμα Χριστουγεννιάτικου Δέντρου στην Πλατεία Δημαρχείου
με συναυλία από το μουσικό συγκρότημα "Vegas"

ΣΑΒΒΑΤΟ 15/12

- 13:00-15:00 Θεατρική Παράσταση από την εργαστηριακή ομάδα
θεάτρου ΑΦΥΠΝΙΣΙΣ «ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ ΤΩΝ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ»
του ΤΣΑΡΑΣ ΝΤΙΚΕΝΣ με ενεργή συμμετοχή των παιδιών.
Εξωραϊστικός Σύλλογος Ημερου Τόπου
- 16:00-17:30 Διαδραστική παρουσίαση του παιδικού βιβλίου:
«Τα όνειρα της νιγιάς παραμυθούς»
της ΚΑΛΛΙΟΠΗΣ ΓΙΑΝΝΑΚΟΥ
- 19:00-20:00 Χορευτική Παράσταση της Σχολής «Τρούντι Εμιλιανού»
- 20:30-21:00 Χορευτική Ομάδα του Συλλόγου «Οι Ακρίτες του Πόντου»

ΚΥΡΙΑΚΗ 16/12

- 11:00-13:00 Δημιουργική απασχόληση «ΜΙΚΡΟΙ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ»
με συντονίστρια την ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΝΤΑΡΑ
- 16:00-17:00 Χριστουγεννιάτικη διασκεδαστική - διαδραστική
παράσταση «Ο ΑΓΙΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ ΣΤΗΝ ΚΟΥζίΝΑ ΤΗΣ
ΓΑΓΙΑΣ ΚΑΙ Η ΚΑΛΙΚΑΝΤΖΑΡΟΥΛΑ»
- 17:30-19:00 CAKE POPS με τον ΣΕΦ ΓΙΩΡΓΟ ΤΣΟΥΛΗ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ «ΚΡΟΚΩΝΙΣ»
- 19:00-20:00 Χορευτική Παράσταση της Σχολής "Dance Soul"
- 20:00-20:30 Τμήμα Παραδοσιακών Χορών
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ
- 20:30-21:00 Χορευτική Ομάδα ΚΑΠΗ
- 21:00-21:30 Η ΝΥΧΤΑ ΤΩΝ ΕΥΧΩΝ
από την ομάδα HANDBALL «ΟΛΥΜΠΙΟΣ ΔΙΑΣ»



Περιβάλλον



ΑΛΕΞΑΝΔΡΙΝΟ Η ΠΟΪΝΣΕΤΙΑ

Το Αλεξανδρινό ή Ποϊνσέτια, (λατινικό όνομα *Euphorbia pulcherrima*), είναι το δημοφιλέστερο και το ομορφότερο φυτό των Χριστουγέννων, με προέλευση το Μεξικό. Η ομορφιά του οφείλεται στα έντονα κόκκινα φύλλα του, που λέγονται βράκτεια φύλλα, δεν είναι δηλαδή άνθη. Τα άνθη του είναι μικρά κίτρινα και βρίσκονται στο κέντρο της ροζέτας των φύλλων. Υπάρχουν μάλιστα και ποικιλίες χρώματος λευκού, υποκίτρινου, ρόζ. Το Αλεξανδρινό είναι θάμνος πολυετής, μέτριας γενικά ανάπτυξης, με ύψος 0,15-1 m, που δεν αντέχει σε χαμηλές θερμοκρασίες, γι' αυτό και χρησιμοποιείται ως φυτό εσωτερικού χώρου.

Φωτισμός – Θερμοκρασία

Μέσα στο σπίτι τοποθετούμε το Αλεξανδρινό σε φωτεινό σημείο, με θερμοκρασία 15-16 °C, μακριά από πηγές θερμότητας όπως καλοριφέρ ή τζάκι, για να διατηρήσουμε για πολλές μέρες τα κόκκινα φύλλα του. Χρειάζεται συχνό πότισμα κατά την εποχή της ανάπτυξης και της ανθοφορίας. Γενικά πρέπει να διατηρείται το χώμα σχετικά υγρό, χωρίς υπερβολές, ιδιαίτερα μετά την ανθοφορία.. Η αύξηση του ποτίσματος πραγματοποιείται πάλι όταν αρχίζουν να αυξάνουν οι θερμοκρασίες του καλοκαιριού.

Κλάδεμα ποϊνσέτας

Το κλάδεμα γίνεται πάντα μετά το τέλος της ανθοφορίας, γύρω στο Μάρτιο-Απρίλιο, όταν τα λουλούδια και τα βράκτεια φύλλα μαραίνονται και πέφτουν, ώστε να δυναμώσει η νέα βλάστηση. Πρέπει να είμαστε προσεκτικοί κατά την εργασία αυτή και να φοράμε γάντια, γιατί οι βλαστοί περιέχουν ένα γαλακτώδη χυμό που προκαλεί φαγούρα. Κλαδεύουμε αφήνοντας 2-3 οφθαλμούς σε κάθε κλαδί.

Φροντίδα στον εξωτερικό χώρο

Αν θέλουμε να βγάλουμε το Αλεξανδρινό στο μπαλκόνι ή στον κήπο, θα πρέπει να του αλλάξουμε πρώτα θέση μέσα στο σπίτι, ώστε σταδιακά να προλάβει να προσαρμοστεί. Το τοποθετούμε πρώτα για δύο εβδομάδες σε χώρο προστατευμένο χωρίς θέρμανση πριν το βγάλουμε έξω. Μία μέση θερμοκρασία 13-15 °C στον εξωτερικό χώρο είναι ιδανική, επειδή η υγρασία της ατμόσφαιρας του Χειμώνα είναι αυξημένη, φροντίζουμε να περιορίσουμε αρκετά το πότισμα.

Μεταφύτευση - Λίπανση - Πότισμα

Κάνουμε μεταφύτευση στις αρχές του καλοκαιριού και μόνο όταν το φυτό είναι μεγάλο για την γλάστρα του, στη συνέχεια αρχίζουμε να ποτίζουμε το ίδιο με τα υπόλοιπα φυτά μας και χρησιμοποιούμε ένα υγρό λίπασμα κάθε 15-20 ημέρες περίπου. Κρατάμε τη γλάστρα στο μπαλκόνι μας, σε φωτεινό σημείο, μακριά όμως από τις ακτίνες του ήλιου.

“Φορτσάρισμα” στο Αλεξανδρινό σας για άνθηση τα επόμενα Χριστούγεννα

Δεν είναι μια εύκολη εργασία το “φορτσάρισμα”. Το Αλεξανδρινό θα πρέπει να συμπληρώσει κάποιες ώρες στο σκοτάδι για να μπορέσει να φτιάξει άνθη και μαζί τους τα κόκκινα βράκτεια φύλλα. Η διάρκεια της ημέρας το Φθινόπωρο είναι αρκετά μεγάλη και έτσι το Αλεξανδρινό ανθίζει αργότερα, δηλαδή στο τέλος του Χειμώνα. Για να επιτύχουμε κατακόκκινο αλεξανδρινό τα Χριστούγεννα, πρέπει να μειώνουμε σταδιακά τις ώρες έκθεσης του φυτού στο φως από τον Οκτώβριο μέχρι και το Νοέμβριο. Αυτό το πετυχαίνουμε σκεπάζοντας με ένα μαύρο πανί το φυτό, 12 -14 περίπου ώρες καθη-



μερινά, για 2 περίπου μήνες.

Εχθροί και Ασθένειες

Κυρίως προσβάλετε από μύκητες εδαφούς του γένους *Pythium*, *Rhizoctonia*, *Phytophthora*. Η χαρακτηριστική προσβολή φαίνεται στη ρίζα, οι οποίες σε αντίθεση με τις υγιείς ρίζες που είναι λευκές, έχουν πιο σκούρο χρωματισμό. Σε περίπτωση προσβολής, ψεκάζουμε ή ριζοποτίζουμε, ανάλογα με την περίπτωση με το κατάλληλο μυκητοκτόνο. Από τα έντομα ο κύριος εχθρός που προσβάλλει το Αλεξανδρινό είναι ο αλευρώδης. Μπορεί να αντιμετωπιστεί με τη χρήση κατάλληλων φυτοφαρμάκων ή βιολογικών σκευασμάτων, πάντα σύμφωνα με συμβουλή Γεωπόνου.

Τμήμα Πρασίνου - Δασκαλοπούλου Ακριβή - ΤΕ Γεωπόνων





Εφημερεύοντα φαρμακεία Δεκεμβρίου

Ενδέχεται να υπάρξουν αλλαγές

1/12 - ΑΝΤΩΝΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ - 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
49 - 210-5571663
2/12 - ΧΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ - ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ 47 -
210-5575956
3/12 - ΚΑΜΠΟΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ - ΠΛΑΤΩΝΟΣ 1 -
210-5572588
4/12 - ΛΙΟΣΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ - ΕΙΡΗΝΗΣ 1 -
210-5580218
5/12 - ΠΥΡΟΓΙΑΝΝΗΣ Κ. - Α. ΔΗΜ. & ΑΛ. ΠΑΝ. -
210-5575614
6/12 - ΠΑΠΑΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΠΡΟΚΟΠΙΟΣ - ΑΧΑΡΝΩΝ 7 -
2105576029
7/12 - ΣΑΒΒΙΝΙΔΟΥ ΚΥΡΑ - ΓΚΟΥΡΥΤΣΑ - 210-5598618
8/12 - ΝΕΖΗ ΣΟΦΙΑ - Α. ΔΗΜΟΚΡ. 50 - 210-5580394
9/12 - ΚΑΠΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΑΓ. ΔΗΜ. 9 & ΑΧΑΡΝ. -
210-5578420
10/12 - ΣΥΜΕΩΝΙΔΟΥ ΝΙΝΑ - ΘΡΑΣΥΒ. & ΑΓ. ΣΠΥΡΙΔ. -
2155453833
11/12 - ΜΑΣΣΟΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ - ΘΕΡΜΟΠΥΛΩΝ -
ΜΑΚΡΥΓΙΑΝΝΗ 2 - 210-5580002
12/12 - ΚΟΛΙΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ - 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡ. 17
& ΘΡΑΣΥΒΟΥΛΟΥ - 210-5577744
13/12 - ΓΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ - ΡΟΔΟΥ 6
& ΘΡΙΑΣΙΟΥ - 210-5576086
14/12 - ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΦΡΟΔΙΤΗ -
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΟΥ 27 - 2105570007
15/12 - ΓΚΙΟΚΑ ΑΝΝΑ - Α. ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 20 -
2105573243
16/12 - ΜΑΓΓΙΝΑ ΠΗΓΗ - ΜΑΡΚΟΥ ΜΠΟΤΣΑΡΗ 2 -
210-5573484
17/12 - ΒΛΑΖΑΚΗ ΣΜΑΡΑΓΔΗ - ΔΙΑΣΤΑΥΡΩΣΗ -
210-5575911
18/12 - ΓΑΒΑΘΑ ΑΡΓΥΡΩ - ΑΧΑΡΝΩΝ 7 - 210-5576029
19/12 - ΠΑΠΑΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΙΣΤΟΣ - ΠΕΡΙΚΛΕΟΥΣ
1 - 210-5575600
20/12 - ΚΑΜΠΟΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ - ΕΙΡΗΝΗΣ 30 -
210-5574683
21/12 - ΛΙΟΣΗ ΙΩΑΝΝΑ - ΣΑΛΑΜΙΝΟΣ 17 -
210-5576927
22/12 - ΓΚΙΟΚΑΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ - Α. ΔΗΜΟΚΡ. 20 -
210-5573243
23/12 - ΑΝΤΩΝΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ - 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
49 - 210-5571663
24/12 - ΧΑΤΖΗ ΜΑΡΙΑ - ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ 47 -
210-5575956
25/12 - ΚΑΜΠΟΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ - ΠΛΑΤΩΝΟΣ 1 -
210-5572588
26/12 - ΛΙΟΣΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ - ΕΙΡΗΝΗΣ 1 -
210-5580218
27/12 - ΠΥΡΟΓΙΑΝΝΗΣ Κ. - Α. ΔΗΜ. & ΑΛ. ΠΑΝ. -
210-5575614
28/12 - ΠΑΠΑΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΠΡΟΚΟΠΙΟΣ - ΑΧΑΡΝΩΝ 7 -
2105576029
29/12 - ΣΑΒΒΙΝΙΔΟΥ ΚΥΡΑ - ΓΚΟΥΡΥΤΣΑ -
210-5598618
30/12 - ΝΕΖΗ ΣΟΦΙΑ - Α. ΔΗΜΟΚΡ. 50 - 210-5580394
31/12 - ΚΑΠΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΑΓ. ΔΗΜ. 9
& ΑΧΑΡΝ. - 210-5578420

Χρήσιμα τηλέφωνα

Δήμος Ασπροπύργου
Τηλεφωνικό Κέντρο: 2132006400-401
Γραφείο Δημάρχου: 2132006409-410
Πρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου: 2132006406
Γραφείο Αντιδημάρχου Τεχνικών Υπηρεσιών: 2132006402-432
Γραφείο Αντιδημάρχου Καθαριότητας Πράσινου και Ανακύκλωσης: 2132006727
Γραφείο Αντιδημάρχου Διοικητικών Υπηρεσιών: 2132006408-438
Γραφείο Αντιδημάρχου Ν.Π.Δ.Δ.: 2132006742
Εργοτάξιο: 2132006701
Ταμείο: 2132006745-784
Δημοτολόγιο: 2132006443-444
Πρωτόκολλο: 2132006445
Ληξιαρχείο: 2132006441-520
Ταμείο: 2132006466-469
Έσοδα: 2132006460-465-461-6464
Οικονομική Υπηρεσία: 2132006429-479
Γραφείο Τεχνικών Υπηρεσιών & Πολεοδομίας: 2132006428-518
Γραφείο Περιβάλλοντος: 2105580863-2105570813
Γραφείο Καθαριότητας / Πράσινου/Ανακύκλωσης: 2132006707-782
Κέντρο Εξυπηρέτησης Πολιτών: 2132006490-539
Κ.Ε.Δ.Α.: 2168002441-442
Δημοτική Επιτροπή Παιδείας: 2132006745 - 784
Πνευματικό Κέντρο: 2105577191
Πολιτιστικό Κέντρο: 2105575596-210558274-2105573978
Τηλεοπτικό Κανάλι «Attica tv»: 2105582303-2132006787
Γραφείο Απασχόλησης: 2132006489
Ο.Α.Φ.Ν.Τ.Η.: 2105577862
Α' Κ.Α.Π.Η.: 2105579341
Β' Κ.Α.Π.Η.: 2105573549
Γ' Κ.Α.Π.Η.: 2130312946-2105598125
Γήπεδο: 2105571802
Νεκροταφείο: 2105574720
Λαογραφικό Μουσείο: 2105576762
Δημόσιες Υπηρεσίες
Περιφέρεια Δυτικής Αττικής: 2132047002 - 2132047027
Αστυνομικό Τμήμα Ασπροπύργου: 2105572819 2105581070-072
Τμήμα Ασφάλειας: 2105581085
ΕΛΤΑ : 2105579613
2105575640
ΙΚΑ Τοπική Ομάδα Υγείας Α-ασπροπύργου: 2105577550-2105572811
ΔΕΗ Ελευσίνας: 2105546227 - Βλάβες: 10507
ΕΥΔΑΠ Ελευσίνας: 1022-2102144444 - 2105547731
ΙΚΑ Ελευσίνας: 2105514745-46-43 (Μητρώο)
Κέντρο Υγείας Ελευσίνας: 2132006900
Τηλέφωνα Έκτακτης Ανάγκης
Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης: 112
Κέντρο Άμεσης Δράσης: 100
Πυροσβεστική: 199
ΕΚΑΒ: 166
Ιεροί Ναοί:
Άγιος Δημήτριος: 2105572774
Ευαγγελισμός της Θεοτόκου: 2105574816
Άγιοι Ανάργυροι: 2105575205
Άγιος Χαράλαμπος: 2105591433

Παγκόσμιες Ημέρες

Δεκέμβριος

1/12 - Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS
3/12 - Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία
7/12 - Διεθνής Ημέρα Πολιτικής Αεροπορίας
10/12 - Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων
14/12 - Παγκόσμια Ημέρα Αγάπης
20/12 - Διεθνής Ημέρα Ανθρώπινης Αλληλεγγύης



Δημήτριος Α. Ρόδης

Ειδικός Ιατρός Γενικής - Οικογενειακής Ιατρικής

Έρπητας Ζωστήρας: Μια επώδυνη νόσος

Ο έρπητας ζωστήρας είναι μια ιογενής νόσος. Ο υπεύθυνος ιός για τη λοίμωξη του έρπητα ζωστήρα είναι ο *varicella zoster virus* (VZV). Η αρχική λοίμωξη από τον ιό VZV προκαλεί την οξεία νόσο της ανεμοβλογιάς που προσβάλλει συνήθως παιδιά και εφήβους. Μετά το πέρας της νόσου της ανεμοβλογιάς ο ιός παραμένει στον οργανισμό σε λανθάνουσα μορφή και μπορεί όταν ενεργοποιηθεί (συνήθως σε καταστάσεις ανοσοκαταστολής) να προκαλέσει μελλοντικά τη νόσο του έρπητα ζωστήρα.

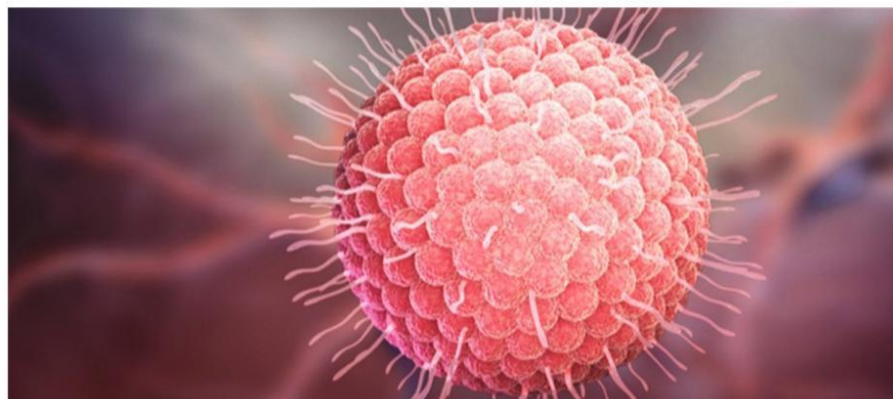
Το 95% των ενηλίκων άνω των 60 ετών έχουν περάσει ανεμοβλογιά. Συνεπώς, έχουν τον ιό που προκαλεί τον έρπητα ζωστήρα μέσα στον οργανισμό τους και μπορεί να αναπτύξουν τη νόσο.

ΜΕΤΑΔΟΣΗ

Για άτομα που ήδη παρουσίασαν ανεμοβλογιά, ο έρπητας ζωστήρας δεν είναι μεταδοτικός. Ωστόσο, για τα άτομα που δεν έχουν νοσήσει από ανεμοβλογιά, μπορεί η επαφή με ασθενή να τους προκαλέσει ανεμοβλογιά (κυρίως κατά την διάρκεια του φυσαλιδώδους εξανθήματος).

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Τυπικά, υπάρχει ένα εξάνθημα στη μία πλευρά του σώματος, συχνά στο άνω μέρος του σώματος, το θώρακα, το λαιμό ή γύρω από τον οφθαλμό. Το εξάνθημα μετατρέπεται σε επώδυνες, γεμάτες υγρό φυσαλίδες, οι οποίες σπάνε, σχηματίζουν κρούστα και επούλωνονται μέσα σε λίγες εβδομάδες. Ο πόνος είναι συνήθως το πρώτο σύμπτωμα του έρπητα ζωστήρα. Οι περισσότεροι άνθρωποι υποφέρουν από καυστικό, διαπεραστικό πόνο στην περιοχή του εξανθήματος που



μπορεί να είναι σταθερός ή διαλείπων. Μερικοί άνθρωποι βιώνουν τον πόνο του έρπητα ζωστήρα, χωρίς ποτέ να αναπτύξουν εξάνθημα.

Ο πόνος κατά την οξεία φάση του έρπητα ζωστήρα (κατά την ύπαρξη του εξανθήματος) διαρκεί κατά μέσο όρο 2-4 εβδομάδες.

ΕΠΙΠΛΟΚΕΣ

Μια σημαντική επιπλοκή που επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την καθημερινότητα και την ποιότητα ζωής του ασθενούς είναι η μεθερπητική νευραλγία (πόνος που μπορεί να διαρκέσει μήνες έως και χρόνια) και εμφανίζεται συχνότερα στους ηλικιωμένους. Το 15 - 20% των ατόμων με έρπητα ζωστήρα εμφανίζει μεθερπητική νευραλγία ενώ το ποσοστό αυτό ανεβαίνει περίπου στο 50% για άτομα ηλικίας πάνω από 70 ετών.

Άλλη επιπλοκή είναι ο οφθαλμικός έρπητας ζωστήρας, κάτι που συμβαίνει όταν προσβληθεί οφθαλμικός κλάδος του τριδύμου νεύρου. Απαιτείται άμεση προσφυγή σε οφθαλμίατρο γιατί η προκαλούμενη φλεγμονή στον οφθαλμό (κερατίτιδα, ραγοειδίτιδα) είναι δυνατόν να προκαλέσει μόνιμη βλάβη στην όραση.

Μια τρίτη επιπλοκή είναι το σύνδρομο Ramsay Hunt.



Πρόκειται για μονόπλευρο εξάνθημα στο πρόσωπο και το εσωτερικό του αυτιού, με παράλυση ορισμένων νεύρων του προσώπου. Μπορεί να συνυπάρχει απώλεια της ακοής, ίλιγγος και εμβοές.

Τέλος, η μεθερπητική παράλυση άνω ή κάτω άκρου, όταν προσβάλλονται συγκεκριμένα κινητικά νεύρα, δεν είναι συνηθισμένη αλλά και ούτε μόνιμη όταν συμβαίνει.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η αντιική θεραπεία είναι ο ακρογωνιαίος λίθος της αντιμετώπισης του έρπητα ζωστήρα. Τα φάρμακα αυτά μειώνουν τη χρονική διάρκεια των συμπτωμάτων και την πιθανότητα εμφάνισης επιπλοκών. Η θεραπεία πρέπει να ξεκινήσει εντός 72

ωρών από την εμφάνιση του εξανθήματος για μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα.

Τα αναλγητικά βοηθούν στην ανακούφιση του πόνου. Αντιβιοτικές κρέμες σε περίπτωση δευτερογενούς βακτηριακής μόλυνσης. Αντισταμινικά για τον κνησμό.

ΠΡΟΛΗΨΗ

Το εμβόλιο κατά του ιού αποτελεί τον πιο αποτελεσματικό τρόπο να μειωθούν τα περιστατικά του έρπητα ζωστήρα καθώς και της μεθερπητικής νευραλγίας όπως επίσης και να μειωθεί η σοβαρότητα των συμπτωμάτων σε περίπτωση έξαρσης. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον εμβολιασμό επικοινωνήστε με τον θεράποντα ιατρό σας.



10ο Χριστουγεννιάτικο
Ειδανόφυτικό Παζάρι
ΔΗΜΟΥ ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΥ

14-15-16
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
“ΓΕΩΡΓΙΟΣ Θ. ΤΣΟΚΑΣ”

14 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ
ΕΓΚΑΙΝΙΑ

ONE NATION

ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΟΙ
ΛΟΥΚΟΥΜΑΔΕΣ
ΟΙΝΟΜΕΛΟ - ΡΑΚΟΜΕΛΟ
ΤΛΥΚΙΣΜΑΤΑ - ΚΑΦΕΣ
POP CORN
STREET FOOD

ΕΚΘΕΣΗ
ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΩΝ ΕΙΔΩΝ
ΡΟΥΧΑ - ΑΞΕΣΟΥΑΡ - ΒΙΒΛΙΑ

Κοινωνικό Κατάστημα
Δήμου Ασπροπύργου
“Ο Πλησίον”