

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
Χειμώνας 2021-22

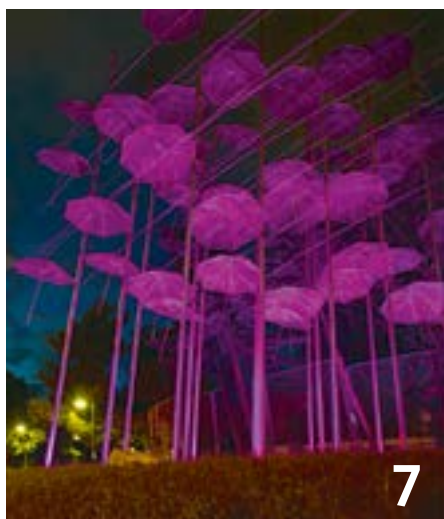
παράθυρο

3.14159265358979323846264338327950288419716939967510582097494459
 π

ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ!



Περιεχόμενα



- 3 **EDITORIAL:** Ο ΔΗΜΟΣ ΠΑΝΤΑ ΣΕ ΔΡΑΣΗ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΤΟΙΚΟΥΣ ΜΑΣ
- 4 Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΙ ΟΙ ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΙ ΑΠΕΥΘΥΝΟΝΤΑΙ ΣΤΟΥΣ ΔΗΜΟΤΕΣ ΜΑΣ
- 6 ΞΥΛΙΝΕΣ ΚΑΛΑΙΣΘΗΤΕΣ ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ
- 7 ΡΟΖ ΦΩΤΙΣΤΗΚΑΝ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ ΟΙ "ΟΜΠΡΕΛΕΣ" ΤΟΥ ΓΙΩΡΓΟΥ ΖΟΓΓΟΛΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ & ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ.
- 8 ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΚΡΑΙΩΝ ΚΑΙΡΙΚΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΩΝ
- 9 ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
- 10 «Η ΜΕΛΩΔΙΑ ΤΗΣ ΕΥΤΥΧΙΑΣ» ΜΕ ΤΗΝ ΟΡΧΗΣΤΡΑ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΡΤ
- 11 ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΑΛΕΙΨΗ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
- 12 ΦΩΤΕΙΝΑ ΣΧΟΛΕΙΑ
- 14 ΛΑΜΠΕΡΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ
- 16 ΠΟΡΤΡΕΤΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ: ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΤΗΣ ΛΕΝΑΣ ΑΡΩΝΗ
- 18 ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΤΗΣ ΕΦΗΣ ΠΡΟΚΟΠΑΚΗ
- 19 ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ ΣΤΟΝ ΚΗΠΟ ΤΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ ΜΕ ΤΙΤΛΟ «ΑΓΑΠΩ ΚΑΙ ΠΑΙΖΩ ΜΕ ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ»
- 20 Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΠΟΧΗ
- 21 ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΠΡΟΣΧΕΔΙΩΝ ΜΕ ΑΠΟΝΟΜΗ ΒΡΑΒΕΙΩΝ: ΑΝΑΔΕΙΞΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ
- 22 ΔΗΜΟΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΑΞΕΙΣ
- 23 ΛΩΡΑ ΒΕΡΡΟΙΟΠΟΥΛΟΥ

παράθυρο

Το περιοδικό του Δήμου
Φιλοθέης-Ψυχικού ΔΗΜΟΤΙΚΗ
ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ
ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
(ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ.)

Τηλ.: 210-6822217
Fax: 210-6816761
email: info@dikefips.gr

Αρχισυνταξία:
Νικόλ Δημητρακοπούλου
Ηθοποιός-Σκηνοθέτις
Υπεύθυνη Πολιτιστικών
Δράσεων Δήμου
Φιλοθέης-Ψυχικού

Σύμβουλος έκδοσης:
Ειρήνη Νικολοπούλου

Το τεύχος διατίθεται δωρεάν.
Τα ενυπόγραφα άρθρα
δεν εκφράζουν
κατ' ανάγκη την άποψη
της Δημοτικής Αρχής.

Εάν επιθυμείτε να λαμβάνετε
ηλεκτρονικά τα έντυπα του
Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού,
παρακαλώ ενημερώστε μας στο
email: info@dikefips.gr

ISSN:2241-1062



CREATIVE CONCEPT
MCVICTOR & HAMILTON AE

Αγρινίου 3, Χαλάνδρι,
Αθήνα, 15232
τηλ. 210-6898492
email: contact@mcvictor.gr

Editorial



Αγαπητοί μου συνδημότες,
Έφθασαν και οι γιορτές! Η Κηπούπολη είναι στολισμένη από άκρη σε άκρη. Τρία υπέροχα Δέντρα στολίζουν την κάθε Κοινότητα. Φέτος είναι η σειρά του Π. Ψυχικού να φιλοξενήσει το μεγάλο Δέντρο. Στην Α' Πλατεία (BLUEBELL) έγινε το επίσημο άναμμά του.

Υπό τους ήχους της Φιλαρμονικής του Δήμου και του μεικτού συγκροτήματος BIG BAND THEORY από μαθητές του Δήμου μας, έγινε η ετήσια γιορτή με παρόντες τα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου.

Επίσης, η Πλατεία Ελευθερίας έχει για πρώτη φορά φέτος το δικό της Δέντρο, για να χαρούν οι περίοικοι και τα παιδιά που παίζουν καθημερινά εκεί.

Το ίδιο ισχύει και για τη Φιλοθέη. Ένα νέο Δέντρο στολίζει την Πλατεία Σιαδήμα πίσω από το Πέτρινο Περίπτερο. Οι πλατείες Αγ. Γεωργίου, Αγ. Σοφίας, Πίνδου, η Β' Πλατεία Ψυχικού, η Πλατεία Καμάρας, η Πλατεία Σιαδήμα, η Πλατεία Δροσοπούλου και πλήθος από μικρές γωνίες μαζί με τους Κεντρικούς Δρόμους δίνουν τη νότα των γιορτών.

Εύχομαι το 2022
να φέρει σε σας και τις οικογένειες σας
Υγεία, Ευτυχία και Δημιουργία.

Με αγάπη
Δημήτρης Γαλάνης
Δήμαρχος Φιλοθέης - Ψυχικού

Η Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου και οι Αντιδήμαρχοι απευθύνονται στους δημότες μας



Κληίρη Σινανιώτου
Πρόεδρος
Δημοτικού Συμβουλίου

τη χώρα και το Δήμο και κυρίως τους τελευταίους μήνες απειλεί ακόμα περισσότερο ολόκληρο τον πλανήτη.

Όπως πέρσι, έτσι και φέτος η δημοτική αρχή κατέβαλε τεράστιες προσπάθειες να τρέξει τα θέματα της καθημερινότητας, να αναβαθμίσει την ποιότητα ζωής των κατοίκων του προαστίου μας και να ολοκληρώσει τα έργα τα οποία έχει ξεκινήσει.

Εμείς ως Δημοτικό Συμβούλιο με τη μέθοδο της τηλεδιάσκεψης εργαστήκαμε και συνεδριάσαμε. Δεν χάσαμε κανένα συμβούλιο και έτσι πήραμε πολλές και σημαντικές αποφάσεις για το Δήμο.

Θέλω να πιστεύω ότι παρότι οι μέρες που περνάμε συνεχίζουν να είναι δύσκολες και απαιτούν προσοχή και επαγρύπνηση, θα

καταφέρουμε να βρούμε υγιείς και δυνατοί από αυτή τη δυσχερή κατάσταση ώστε να ξαναβρούμε τα βήματά μας και να επιστρέψουμε στην κανονικότητα.

Θέλω να ευχηθώ τις μέρες των Χριστουγέννων να τις περάσουν όλοι με τις οικογένειές τους με ζεστασιά και αγάπη, ξεχνώντας για λίγο τις δυσκολίες της καθημερινότητας.

Εύχομαι προσωπικά σε όλους υγεία, χαρά, αγάπη και ελπίδα για καλύτερες μέρες.

Ας είναι το ξεκίνημα της νέας χρονιάς αφητηρία για μια νέα εποχή με άφθονες στιγμές χαράς, αισιοδοξίας και δημιουργικότητας.

Καλά Χριστούγεννα και καλή χρονιά σε όλους εσάς και στις οικογένειές σας.

Αγαπητοί συνδημότες, το 2021 συνεχίστηκε η πανδημία που δοκίμασε



Αλίκη Γκιζελή
Αντιδήμαρχος Θεμάτων
Προστασίας και Προαγωγής
της Δημόσιας Υγείας, Παιδείας
και Δια Βίου Μάθησης

ριστώ θερμά τον Δήμαρχο μας Δημήτρη Γαλάνη για την τιμή και την εμπιστοσύνη προς το πρόσωπό μου και δεσμεύομαι να εργαστώ με τους ίδιους ρυθμούς και στα νέα μου καθήκοντα στον τομέα της «Προστασίας και Προαγωγής της Δημόσιας Υγείας, Παιδείας και Δια Βίου Μάθησης».

Τα τελευταία δύο χρόνια εργαστήκαμε σκληρά, υπάλληλοι, κάτοικοι, εθελοντές, γίναμε όλοι μια γροθιά για να αντιμετωπίσουμε τις ανάγκες και τις νέες συνθήκες.

Στον τομέα της υγείας με το νέο έτος ξεκινάει το ΚΕΠ Υγείας. Στόχος είναι η ενημέρωση, ο προσυμπτωματικός έλεγχος, συνεργασίες με την Ελληνική Αντικαρκινική Εταιρεία για την παροχή δωρεάν ιατρικών εξετάσεων στους δημότες μας, με την Ελληνική Εταιρεία Ανα-

λυτικής Ομαδικής και Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας για ψυχολογική υποστήριξη σε οικογένειες και ζευγάρια, ενώ ξεκινάει και το πρόγραμμα για την πρόληψη και αντιμετώπιση του Alzheimer και προγραμματίζονται και δράσεις της νεοσυσταθείσας Επιτροπής Ισότητας Φύλων.

Στον τομέα της παιδείας, τα έργα και οι αναβαθμίσεις που έχουν γίνει στα σχολεία μας τα τελευταία δύο χρόνια είναι πολλά και συνεχίζουμε! Με τη νέα χρονιά αναμένουμε τη λειτουργία του Κέντρου Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών (ΚΔΑΠ) στο Νέο Ψυχικό και ξεκινάμε μια σειρά ενημερωτικών ημερίδων, δράσεων και συνεργασιών για τα παιδιά και τους γονείς του Δήμου μας. Σας εύχομαι Καλά Χριστούγεννα, Ευτυχισμένο το Νέο Έτος, γεμάτο Υγεία, Αγάπη και Ευτυχία!



Δημήτρης Φωτιάδης
Αντιδήμαρχος Πρασίνου και
Περιβαλλοντικών Θεμάτων

Αγαπητοί συνδημότες, ας ευχηθούμε η Νέα Χρονιά 2022 να είναι μια ευλογημένη χρονιά, με υγεία, ειρήνη για την Ελλάδα, το Δήμο μας και τις οικογένειές σας. Κάθε τεχνικό πρόγραμμα αποτελεί την καρδιά λειτουργίας της Δημοτικής Αρχής γιατί καταγράφει και αποτυπώνει το όραμά της για ανάπτυξη. Το 2021 έκλεισε με παρεμβάσεις μας σε παιδικούς σταθμούς, σε νέα νηπιαγωγεία, ανακαινίσεις σε δημοτικά, γυμνάσια και λύκεια, εξελίξεις στον αθλητισμό, με την αδειοδότηση ύστερα από πολλά χρόνια για πρώτη φορά του κολυμβητηρίου στο Αθλητικό Κέντρο και όλων των αθλητικών χώρων που χρησιμοποιεί ο ΟΚΑΠΑ. Άλλες παρεμβάσεις ήταν η ανακατασκευή του γηπέδου 5Χ5 στο 1ο Γυμνάσιο Ν. Ψυχικού-ΠΟΨ, η κοινωνική πρόνοια με την ανακαίνιση του παιδικού σταθμού

«ΕΥΡΩΤΑ» στο Ν. Ψυχικό και εξελίξεις στον πολιτισμό όπως το κτίριο Μπενετάτου. Ολοκληρώθηκε η δημιουργία της παιδικής χαράς Μακεδονίας και έγινε υποβολή όλων των μελετών και εγκρίσεων για την εμβληματική παιδική χαρά Πικιώνη στη Φιλοθέη. Έγινε βελτιστοποίηση και αδειοδότηση των άλλων παιδικών χαρών, μεταφορές ανθρώπων και αγαθών με τις εκτεταμένες ασφαλτοστρώσεις οδών και στις τρεις κοινότητες (Ψυχικού, Φιλοθέης, Νέου Ψυχικού), προχώρησε η υλοποίηση του σχεδίου ΣΒΑΚ με την παράδοση της μελέτης στο Δ.Σ. για την κινητικότητα π.χ. κυκλοφορία, θέσεις σταθμεύσεις, πεζοδρομήσεις, δημοτική συγκοινωνία, πεζοδρόμια, ποδηλατοδρόμοι κτλ. Προσφέραμε στους συνδημότες ένα καλύτερο τρόπο αντιμετώπισης των προβλημάτων της καθημερινότητας.



Νικόλαος Ζερβός
Αντιδήμαρχος Καθαριότητας
και Ανακύκλωσης

Τα τρία προάστια του σημερινού Δήμου υπήρξαν πρωτοπόρα στην υιοθέτηση και ανάπτυξη της ανακύκλωσης απορριμμάτων ήδη από τις αρχές της δεκαετίας του '90. Υπενθυμίζουμε πως στο Δήμο λειτουργούν τα εξής είδη ανακύκλωσης:
α) συσκευασιών, στους μπλε κάδους (Νέο Ψυχικό & Φιλοθέη) και σε κίτρινες σακούλες (Ψυχικό),
β) γυαλιού στους μπλε κώδωνες,
γ) χαρτιού στα σχολεία, στις δημοτικές υπηρεσίες κτλ., καθώς και σε επιλεγμένα σημεία των προαστίων (κάδοι με κίτρινο καπάκι),
δ) μπαταριών & λαμπτήρων φωτισμού: Για τα παραπάνω έχουν τοποθετηθεί ξεχωριστοί κάδοι με ειδική σήμανση σε κεντρικά σημεία των προαστίων (αγορές, δημοτικά κτίρια κτλ.),
ε) ηλεκτρικών συσκευών (κατόπιν συνεννοήσεως

με την Υπηρεσία Καθαριότητας).

Τους προσεχείς μήνες θα ξεκινήσει πιλοτικά η ανακύκλωση βιοαποβλήτων (π.χ. υπολείμματα τροφών) σε καφέ κάδους, ενώ σχεδιάζεται και προγραμματίζεται η δημιουργία και άλλων ειδών ανακύκλωσης για συγκεκριμένα υλικά. Ο Δεκέμβριος και ο Ιανουάριος είναι μήνες δώρων. Μην ξεχάσετε να ανακυκλώσετε τη συσκευασία τους. Όταν χρειάζεται να πετάξουμε ογκώδη αντικείμενα (έπιπλα, στρώματα, μεγάλες ηλεκτρικές συσκευές κτλ.), επικοινωνούμε πρώτα με την Υπηρεσία Καθαριότητας, με την οποία θα κανονιστεί ημέρα και ώρα αποκομιδής. Καλά Χριστούγεννα! Το νέο έτος να σας φέρει υγεία, αγάπη, τύχη και ό,τι άλλο επιθυμείτε!



Χαραλάμπιος Μπονάτσος
Αντιδήμαρχος Θεμάτων
Κοινωνικής Πολιτικής,
Πολιτισμού και Αθλητισμού

Με στόχο τον ΑΝΘΡΩΠΟ

Αυτά τα Χριστούγεννα καμία οικογένεια χωρίς τα απαραίτητα! Κανένα παιδί χωρίς δώρο! Σε αυτές τις λίγες ημέρες, μέχρι και σήμερα που γράφω αυτή την ενημερωτική επιστολή προς όλους εσάς, ασχολήθηκα σχεδόν αποκλειστικά με την Πρόνοια. Πρώτος στόχος μας το γιορτινό τραπέζι! Κανένα τραπέζι άδειο στις γιορτές! Για αυτό το λόγο θα δοθούν στους 195 ωφελούμενους του Κοινωνικού Παντοπωλείου γιορτινά γεύματα, ατομικά για να εξασφαλίσουμε ότι δεν θα υπάρχει συντοπίτης μας που θα νιώσει πεινασμένος αλλά και μόνος. Παράλληλα, θα μοιραστούν πλούσια πακέτα με τρόφιμα και είδη πρώτης ανάγκης, δωροεπιταγές κ.ά. Από την Τετάρτη 8 Δεκεμβρίου το κίосκι μπροστά στον

Σκλαβενίτη είναι η γέφυρα ανάμεσα στην κοινωνία και στην πρόνοια για να προσφέρετε ένα πακέτο από τα ψώνια σας. Και σε αυτό είμαστε όλοι μαζί: διοίκηση και σύλλογοι και όσοι θέλουν εθελοντικά να προσφέρουν. Και στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού ευτυχώς περισσεύει η προσφορά! Ανάμεσα στους 195 ωφελούμενους είναι και 35 παιδιά. Διοργανώσαμε με το ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ τη δράση «Κανένα παιδί χωρίς δώρο τα Χριστούγεννα!» στις 18 Δεκεμβρίου στην πλατεία Χρυσοχόου στο Νέο Ψυχικό για την κάλυψη των πρωτογενών αναγκών διαβίωσης των οικονομικά ευπαθών ομάδων. Σας ευχαριστούμε θερμά όλους! Επικοινωνήστε μαζί μας στο τηλέφωνο: 213 2014601



Ελένη Ζέπου
Αντιδήμαρχος Δημοτικής
Διακυβέρνησης και
Προγραμματισμού

Αγαπητοί συμπολίτες, μαζί με τις ευχές μου για υγεία και ευτυχία, αφήνοντας πίσω το 2021 και έχοντας ολοκληρώσει τον κύκλο μου ως Αντιδήμαρχος Θεμάτων Φυσικού Περιβάλλοντος, δεδομένου ότι τον Νοέμβριο 2021 ο Δήμαρχος μου έκανε την τιμή να μου εμπιστευτεί την Αντιδημαρχία Δημοτικής Διακυβέρνησης και Προγραμματισμού, απολογούμαι: Παρά το γεγονός της πανδημίας ο Δήμος μας συνέχισε να εργάζεται στον τομέα του πρασίνου. Κλαδεύτηκαν και καθαρίστηκαν όλες οι πλατείες μας, όλα τα άλση του Νέου Ψυχικού, όλα του Ψυχικού και τα άλση Πουλάκη και Εθνικής Τραπέζης της Φιλοθέης. Το 2020 έγιναν 82 έκτακτες παρεμβάσεις και κλαδεύτηκαν συνολικά 2.000 δέντρα. Τον Φεβρουάριο η κακοκαιρία «Μήδεια» προξένησε μεγάλες απώλειες στην πρά-

σινή προίκα του Δήμου μας. Ολοκληρώσαμε την κοπή και αποκομιδή των πεσμένων δέντρων και έχουμε μικρές εκκρεμότητες σπασμένων κλαδιών. Το 2020 φυτεύτηκαν 35 δέντρα στο Νέο Ψυχικό, 36 στη Φιλοθέη και 32 στο Ψυχικό. Το 2021, 12 δέντρα στη Φιλοθέη, 13 στο Ψυχικό και 12 στο Νέο Ψυχικό. Συνολικά 140 δέντρα ενώ είχαν φυτευτεί άλλα 50 το 2019. Σύνολο 190 δέντρα και χιλιάδες θάμνοι. Ψεκάσαμε στις αρχές Νοεμβρίου 2020 και 2021 τα πεύκα για την πιτυοκάμψη. Αδειάσαμε 9 πισίνες στο Ψυχικό και 3 πισίνες στη Φιλοθέη που αποτελούσαν μεγάλες εστίες αναπαραγωγής κουκουπιών. Εφεξής είμαι υπεύθυνη για το προσωπικό του Δήμου, το Τμήμα Πολιτικών Οργάνων, τη λειτουργία των Κ.Ε.Π. και των Ληξιαρχείων και την ηλεκτρονική διακυβέρνηση.



Μίνα Μεταξίδη Μελισσοργού
Αντιδήμαρχος Οικονομικών

Αγαπητοί συνδημότες, φίλες και φίλοι, η χρονιά που φεύγει ήταν άλλη μια δύσκολη χρονιά για όλους μας. Αυτές οι μέρες προσφέρουν σε όλους μας μια καλή ευκαιρία για περισυλλογή και απολογισμό μιας δύσκολης χρονιάς που αποχωρεί, δίνοντας την ευκαιρία στο καινούργιο έτος να φέρει ξανά την ελπίδα στο κατώφλι μας.

Ο Δήμος μας κατέβαλε πολλές προσπάθειες όχι μόνο για να τρέξουμε τα θέματα της καθημερινότητας, αλλά και για να αναβαθμίσουμε τον τρόπο και την ποιότητα ζωής των δημοτών μας. Χρειάζεται, όμως, όλοι να συμμετέχουμε και γι' αυτό πρέπει να συμβάλουμε μαζί

σε αυτή την προσπάθεια. Είναι ιδιαίτερη τιμή και χαρά για μένα η ευκαιρία που μου δόθηκε να συνεχίσω το έργο μου από την ίδια θέση, αυτή της Αντιδημάρχου Οικονομικών.

Ας είναι η Νέα Χρονιά που ξημερώνει μια καλύτερη χρονιά για όλους μας, μια Νέα Αρχή για τις ζωές και την καθημερινότητά μας, απαλλαγμένη από τις περιπέτειες και την πανδημία, τις οποίες εύχομαι να αφήσουμε οριστικά πίσω μας.

Καλά Χριστούγεννα
και Καλή Χρονιά σε όλους!

Ξύλινες καλαίσθητες επιγραφές



12 ξύλινες καλαίσθητες επιγραφές τοποθετήθηκαν στις εισόδους του Δήμου μας (4 σε κάθε κοινότητα) προειδοποιώντας και ευαισθητοποιώντας τους οδηγούς να ελαττώσουν την ταχύτητα των οχημάτων τους.

Επίσης, τοποθετήθηκαν και σε οδούς που γίνονται συχνά τρακαρίσματα με σκοπό την αύξηση της οδικής ασφάλειας των οδηγών και την προστασία των πεζών.

Ένα καλύτερο μέλλον για κάθε παιδί Ο Δήμος μας στηρίζει τα δικαιώματα του παιδιού.

Με αφορμή την επέτειο της υπογραφής της Διεθνούς Σύμβασης του ΟΗΕ για τα Δικαιώματα του Παιδιού από 193 κράτη παγκοσμίως, μεταξύ των οποίων και η χώρα μας, ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού γιόρτασε την Παγκόσμια Ημέρα των Δικαιωμάτων του Παιδιού.

Σε μια κοινή δράση του Δήμου μας με το γραφείο της UNICEF στην Ελλάδα και με το Ίδρυμα Γεωργίου Ζογγολόπουλου έγινε η φωταγώγηση σε κυανό χρώμα του εμβληματικού γλυπτού «Ομπρέλες» του Γιώργου Ζογγολόπουλου στην είσοδο του Ψυχικού.

Κύριο μήνυμα του Δημάρχου Δημήτρη Γαλάνη ήταν ότι: «Στηρίζουμε το ζωτικής σημασίας έργο της UNICEF για την προστασία των δικαιωμάτων όλων των παιδιών! Στέλνουμε ένα ηχηρό μήνυμα ευαισθητοποίησης προς την κοινωνία, απέναντι στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα παιδιά κατά των νέων απειλών όπως η κλιματική αλλαγή, η ηλεκτρονική κακοποίηση και ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός (μπούλινγκ) και φυσικά δεσμευόμαστε για τη δημιουργία ακόμη πιο φιλικών πόλεων προς τα παιδιά μας».



Ροζ φωτίστηκαν ταυτόχρονα οι "Ομπρέλες" του Γιώργου Ζογγολόπουλου στους Δήμους Φιλοθέης-Ψυχικού & Θεσσαλονίκης



Η φωταγώγηση είναι μια κοινή δράση με επίκεντρο το εμβληματικό γλυπτό που βρίσκεται στην είσοδο του Παλαιού Ψυχικού & στη Νέα Παραλία της Θεσσαλονίκης αντίστοιχα, στο πλαίσιο της εκστρατείας ευαισθητοποίησης για τον καρκίνο του μαστού τον μήνα Οκτώβριο.

Ο Δήμαρχος Φιλοθέης-Ψυχικού Δημήτρης Γαλάνης κατά τη φωταγώγηση του γλυπτού επεσήμανε:

«Ο μήνας Οκτώβριος από το 1985 είναι αφιερωμένος στην πρόληψη και ενημέρωση κατά του καρκίνου του μαστού. Η συμβολική ροζ φωταγώγηση υπενθυμίζει στις γυναίκες τη σημασία των προληπτικών εξετάσεων και της έγκαιρης διάγνωσης. Χαιρόμαστε που η συμπρωτεύουσα συνδέθηκε τόσο στενά με το ίδιο έργο της εισόδου στο δικό μας προάστιο και από κοινού στέλνουμε το ίδιο ηχηρό μήνυμα για όλες τις γυναίκες». «Ο Οκτώβριος έχει θεσμοθετηθεί ως μήνας πρόληψης και ενημέρωσης για τον καρκίνο του μαστού. Σε αυτό το πλαίσιο στο δήμο Θεσσαλονίκης οργανώνουμε δωρεάν προληπτικές εξετάσεις, δημιουργώντας μια ασπίδα προστασίας για την υγεία των ανασφάλιστων γυναικών. Την ίδια ώρα σε συνεργασία με

το Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού οργανώνουμε μια δράση με ισχυρό συμβολισμό. Φωτίζουμε τις "Ομπρέλες" με χαρακτηριστικό ροζ χρώμα, για να ευαισθητοποιήσουμε αλλά και για να καταδείξουμε τη σημασία της πρόληψης», υπογράμμισε ο Δήμαρχος Θεσσαλονίκης Κωνσταντίνος Ζέρβας.

Ο πρόεδρος του Ιδρύματος Γεωργίου Ζογγολόπουλου, Νίκος Θεοδωρίδης, τόνισε σχετικά με τη φωταγώγηση του γλυπτού «Ομπρέλες»:

«Με μεγάλη χαρά το Ίδρυμα Γεωργίου Ζογγολόπουλου υποδέχεται φέτος την ταυτόχρονη φωταγώγηση του γλυπτού του ιδρυτή του, Ομπρέλες, από το Δήμο Θεσσαλονίκης και το Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού και από καρδιάς θέλω να ευχαριστήσω τους Δημάρχους κ. Δ. Γαλάνη και κ. Κ. Ζέρβα για την αποδοχή μιας αυθόρμητης πρότασης που ως ιδέα συνέλαβα κατά την εγκατάσταση ενός όμοιου γλυπτού στην Αίγυπτο το 2018. Είναι θαυμάσιο ένα έργο δημόσιας γλυπτικής σαν ζωντανός οργανισμός να συμμετέχει στα δρώμενα και στην καθημερινή ζωή μιας πόλης, να αναβαθμίζει την ποιότητα ζωής μας και να μας ενώνει σε αγώνες για κοινούς στόχους».

Δωρεάν εξέταση μαστού

Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού διοργάνωσε σε συνεργασία με το γυναικείο φιλανθρωπικό σωματείο «Νέα Ελπίδα Θεσσαλονίκης» δωρεάν μαστολογικό έλεγχο για τις άπορες γυναίκες του προαστίου μας. Η δράση πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 19 Νοεμβρίου 2021 στα Δημοτικά Ιατρεία Νέου Ψυχικού (Τερτσέτη 51) από τις 11:00 μέχρι και τις 15:00.

Η «Νέα Ελπίδα Θεσσαλονίκης» είναι ένα φιλανθρωπικό σωματείο που γεννήθηκε από μια ομάδα γυναικών γιατρών εθελοντών με πολλή αγάπη και αισιοδοξία, παρέχοντας βοήθεια μέσα από προγράμματα ανθρωπιστικής δράσης και κοινωνικής παρεμβατικότητας. Είναι ένα σωματείο που ανταποκρίνεται σε κάθε κάλεσμα «ανάγκης».

Αυτή τη φορά η δράση του Σωματείου «Νέα Ελπίδα Θεσ-

σαλονίκης» γίνεται σε συνεργασία με το Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού. Πραγματοποιείται δωρεάν μαστολογικός έλεγχος με προγραμματισμένο ραντεβού.

Ευχαριστούμε την πρόεδρο του γυναικείου φιλανθρωπικού σωματείου «Νέα Ελπίδα Θεσσαλονίκης» κα Γιώτα Σασσοπούλου και τους συνεργάτες της για την προσφορά τους.

Γιατί η πρόληψη σώζει ζωές!



Διαχείριση ακραίων καιρικών φαινομένων



Στο Δήμο μας μόνο έπεσε μέσα σε 5 ώρες, σύμφωνα με τα στοιχεία της ΕΜΥ, διπλάσια ποσότητα νερού απ' αυτή που πέφτει όλο το μήνα Οκτώβριο! Από την πρώτη στιγμή στο γραφείο Δημάρχου συγκροτήθηκε ομάδα λήψης και διαχείρισης παραπόνων, αιτημάτων και περιστατικών σε 24ωρη βάση. Και μάλιστα, σύμφωνα πάλι με τα επίσημα στοιχεία της ΕΜΥ, στη μεγάλη αυτή νεροποντή βρεθήκαμε στις περιοχές της Αθήνας όπου έπεσε ο μεγαλύτερος όγκος νερού. Επίσης, η Διεύθυνση Καθαριότητας δεχόταν αντίστοιχες ειδοποιήσεις και επενέβαινε άμεσα όπου υπήρχε ανάγκη.

Προτεραιότητα ήταν κανένας δρόμος να μην πλημμυρίσει από τον τεράστιο όγκο νερού. Και τα καταφέραμε από το πρώτο λεπτό! Την Παρασκευή το πρωί τίποτα δεν θύμιζε την τεράστια αυτή καταιγίδα που ευτυχώς δεν άφησε κανένα πρόβλημα στο προάστιό μας.

Όσον αφορά στα φρεάτια, είχαν καθαριστεί όλα και ελάχιστα χρειάζονταν άμεση επέμβαση. Δύο ιδιωτικά συνεργεία βρίσκονταν έξω κατά τη νεροποντή και σε συνεργασία με το τμήμα καθαριότητας μέχρι το βράδυ ήταν όλοι οι δρόμοι σε πλήρη λειτουργία. Αναλογικά με την έκταση του Δήμου, ήμασταν στις πρώτες θέσεις με τις περιοχές όπου έβρεξε περισσότερο στην Αττική.

Οι σκούπες του Δήμου κατά τη διάρκεια της νεροποντής ήταν στους δρόμους και καθάριζαν τις σχάρες των φρεατίων ώστε να μπορεί να γίνεται απορροή των νερών. Όπου τυχόν εκδηλώθηκε πρόβλημα τα συνεργεία έτρεξαν και το έλυσαν.



Εορτασμός 28ης Οκτωβρίου



Εορτασμοί και Παρέλαση στον Δήμο Φιλοθέης Ψυχικού - Δ. Γαλάνης: Τιμάμε όσους με ανδρεία πολέμησαν για την Ελευθερία - Δήμος Φιλοθέης - Ψυχικού. Με ιδιαίτερη λαμπρότητα έγιναν οι εορτασμοί της Εθνικής Επετείου της 28ης Οκτωβρίου στον Δήμο Φιλοθέης Ψυχικού και κορυφώθηκαν με μαθητική παρέλαση στη Λεωφόρο Ελευθερίου Βενιζέλου Φιλοθέης.

Το εορταστικό πρόγραμμα ξεκίνησε με Θεία Λειτουργία και Πανηγυρική Δοξολογία στον Ιερό Ναό Αγίου Δημητρίου Ψυχικού ενώ ακολούθησε εκφώνηση του Πανηγυρικού της ημέρας και στους τρεις Ιερούς Ναούς Αγίας Σοφίας, Αγίας Φιλοθέης Αγίου Δημητρίου και ολοκληρώθηκε με τρισάγιο στα Ηρώα Νέου Ψυχικού, Ψυχικού και Φιλοθέης και κατάθεση στεφάνων.

Προηγήθηκαν από την προπαραμονή γενικός σημαιοστολισμός και φωταγώγηση όλων των δημοσίων, δημοτικών, ιδιωτικών καταστημάτων και οικιών ενώ πραγματοποιήθηκαν ομιλίες για το νόημα της Εθνικής Εορτής της 28ης Οκτωβρίου 1940 στα

δημόσια και ιδιωτικά σχολεία, σε ειδικές συγκεντρώσεις των μαθητών και μαθητριών τους.

Ο Δήμαρχος Φιλοθέης Ψυχικού Δημήτρης Γαλάνης ευχήθηκε Χρόνια Πολλά σε όλους τους πολίτες του προαστίου, τονίζοντας: τιμάμε τους ανθρώπους, που με την ανδρεία τους έγραψαν το ηρωικό ΕΠΟΣ του '40. Σε αυτούς που με σθένος πολέμησαν και θυσιάστηκαν, για την ελευθερία. ΟΧΙ σε όσους επιβουλεύονται την πατρίδα μας. Ψηλά οι σημαίες! Ζήτω η Ελλάδα».

Την παρέλαση όλων των Δημόσιων και Ιδιωτικών σχολείων, των Προσκόπων και Αεροπροσκόπων παρακολούθησαν πολλοί κάτοικοι του Δήμου μας, εκπρόσωποι των πολιτικών κομμάτων, οι Δημοτικοί Σύμβουλοι και τα Τοπικά Συμβούλια των Κοινοτήτων, εκπρόσωποι της αστυνομίας, οι καθηγητές, δάσκαλοι, νηπιαγωγοί των σχολείων και των Δημοτικών Παιδικών σταθμών, οι Πρόεδροι και τα Μέλη των Διοικητικών Συμβουλίων των Συλλόγων, Σωματείων, Ομίλων και Ενώσεων του Δήμου Φιλοθέης - Ψυχικού.

«Η Μελωδία της Ευτυχίας» με την Ορχήστρα Σύγχρονης Μουσικής ΕΡΤ

Μια θαυμάσια συναυλία του πασίγνωστου μιούζικαλ «Η Μελωδία της ευτυχίας» των Ρότζερς και Χάμερσταϊν έγινε στο θέατρο της Ελληνογαλλικής Σχολής Ουρσουλινών από την Ορχήστρα Σύγχρονης Μουσικής της ΕΡΤ υπό τον μαέστρο Γιώργο Αραβίδη σε συνεργασία με το Δήμο μας.

Τραγούδησε η σοπράνο Βάσια Ζαχαροπούλου, αφηγητής ήταν ο Κωνσταντίνος Παπαλέξης, ενώ συμμετείχαν μαθητές του Δημοτικού Ωδείου Φιλοθέης-Ψυχικού, του Λυκείου Φιλοθέης αλλά και της Ελληνογαλλικής Σχολής Ουρσουλινών.

Ο Δήμαρχος Δημήτρης Γαλάνης προλόγισε και παρακολούθησε την αξιόλογη αυτή μουσική εκδήλωση τονίζοντας ότι: «Πρόκειται για το δημοφιλέστερο μιούζικαλ όλων των εποχών!»



Η «Μελωδία της Ευτυχίας» και μόνο από τον τίτλο της δίνει ένα διαχρονικό μήνυμα αισιοδοξίας ακόμα και στη σύγχρονη εποχή.

38ος Μαραθώνιος Αθήνας: Ο Αυθεντικός

Ένα κλαδί ελιάς προσέφερε ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού στους Μαραθωνοδρόμους, καθώς περνούν μέσα από τα όρια του προαστίου μας. Ο Έλληνας δρομέας Κώστας Γκελαούζος είναι ο νικητής του φετινού Αυθεντικού Μαραθωνίου της Αθήνας, καθώς κάλυψε την ιστορική διαδρομή σε 2:16:49, καταρρίπτοντας ρεκόρ 17 ετών, και πήρε τον κότινο που του προσέφερε η μαθήτριά μας στο 36ο χλμ!



Παγκόσμια ημέρα για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών

Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού συμμετείχε στην παγκόσμια καμπάνια του ΟΗΕ «16 Days of Activism – Orange the World» με δύο σημαντικές δράσεις



Φωτογράφος: Πάτροκλος Σκαφίδας



Το γλυπτό «Χορός του Ζαλόγγου» του Γεώργιου Ζογγολόπουλου στην Υπαίθρια Γλυπτοθήκη φωτίστηκε πορτοκαλί.

Το μοναδικό αυτό μνημείο επέλεξε φέτος να φωτίσει στα χρώματα της καμπάνιας του ΟΗΕ ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού καθότι το μνημείο αυτό αποτελεί σύμβολο για την αυτοδιάθεση των γυναικών και ιστορικά. Η επέτειος των 200 χρόνων από την Ελληνική Επανάσταση του 1821 συμπίπτει με τη συμπλήρωση 60 χρόνων από τα αποκαλυπτήρια του Μνημείου Ζαλόγγου στις 10 Ιουνίου 1961. Με αφορμή αυτή τη διπλή συμβολική επέτειο, το Μνημείο κηρύχθηκε φέτος ως Μνημείο Νεότερης Πολιτιστικής Κληρονομιάς δημιουργημένο σε έναν τόπο ιδιαίτερης ιστορικής αξίας για την Ελλάδα.

Η ποιητική performance «Μάγισσες»

Η Υπαίθρια Γλυπτοθήκη Ψυχικού με φόντο τα εμβληματικά γλυπτά του Γιώργου Ζογγολόπουλου, και ειδικά το γλυπτό «Ποσειδώνας», μεταμορφώθηκε σε σκηνικό χώρο σε μια μοναδική βραδιά, που αποτέλεσε εμπειρία για τους θεατές, οι οποίοι ακολούθησαν τους performers στο χώρο και στο χρόνο της κακοποίησης της γυναίκας.

Μια ποιητική σύνθεση που μας αφύπνισε με όλα τα παραστατικά μέσα, με θέατρο και μουσική απόλυτα εναρμονισμένη με τον φυσικό χώρο. Η κακοποίηση της γυναίκας παρουσιάστηκε με μια σύγχρονη ματιά ευαισθησίας και ποιητικές εικόνες της γυναίκας

κόρης-νύφης-μητέρας, αντικείμενο εκμετάλλευσης.

Η performance «Μάγισσες» βασίστηκε στο ομώνυμο έργο της βραβευμένης με το βραβείο πρωτοεμφανιζόμενης πεζογράφου του «Αναγνώστη» Νατάσας Σιδέρη.

Η σκηνοθεσία αλλά και η ερμηνεία της Νικόλ Δημητρακοπούλου εντυπωσίασαν το κοινό με το λυρισμό τους και η μεσόφωνος Αναστασία Κότσαλη μαζί με τον ακορντεονίστα Κώστα Ζιγκερίδη συμπλήρωσαν το υπαίθριο δρώμενο με ήχους που συγκλόνισαν.

Οι τρεις καλλιτέχνες αφηγήθηκαν την ιστορία της βίας πάνω στο σώμα και στο πνεύμα της γυναικείας ύπαρξης.

Θραύσματα απώλειας, μνήμης και απουσίας γυναικών που δεν πρέπει να ξεχαστούν αλλά και ζητήματα έμφυλης βίας, πλημμύρισαν το χώρο.

Φυσικά, ξεχωριστό ρόλο έπαιξε το κοινό που παρευρέθηκε, ώστε με την παρουσία του να δηλώσει την εναντίωσή του στη βία κατά των γυναικών.

Τέλος, η εκδήλωση περιλάμβανε την υποδοχή και την περιήγηση στην Υπαίθρια Γλυπτοθήκη Ψυχικού μέσα από μια σύντομη ξεναγήση στην πορεία και στο έργο του Γιώργου Ζογγολόπουλου.

Φωτεινά σχολεία



Η Δευτεροβάθμια Σχολική Επιτροπή, με τη σύμφωνη γνώμη των μελών της και του Δημάρχου μας Δημήτρη Γαλάνη, προχώρησε στην υλοποίηση «Φωτεινά σχολεία» που περιλαμβάνει επισκευή, αποκατάσταση και συμπλήρωση του εξωτερικού φωτισμού των σχολικών μας μονάδων. Αφού ολοκληρώσαμε μεγάλο μέρος των εξωτερικών και εσωτερικών χρωματισμών, ανανέωση και επισκευή κάθε σχολικής μονάδας, ήρθε η στιγμή το έργο να συμπληρωθεί και με τον εξωτερικό φωτισμό.

Οι σχολικές μας μονάδες, 1ο και 2ο Γυμνάσιο Νέου Ψυχικού, ΓΕΛ Νέου Ψυχικού, Γυμνάσιο-Λύκειο Ψυχικού και

Γυμνάσιο & Λύκειο Φιλοθέης, φωτίστηκαν!

Προσπαθήσαμε με το φωτισμό να αναβαθμίσουμε τόσο το κτιριακό συγκρότημα κάθε σχολικής μονάδας όσο και τον περιβάλλοντα χώρο όπου ανήκει, προσδίδοντας συγχρόνως και έναν αέρα ασφάλειας.

Παράλληλα, επιθυμητό από εμάς ήταν να αναδείξουμε στοιχεία των σχολικών μας μονάδων όπως οι προαύλιοι χώροι, τα γήπεδα και η φυσική τους ομορφιά.

Ευελπιστούμε ότι το πετύχαμε!



2ο Γυμνάσιο Νέου Ψυχικού



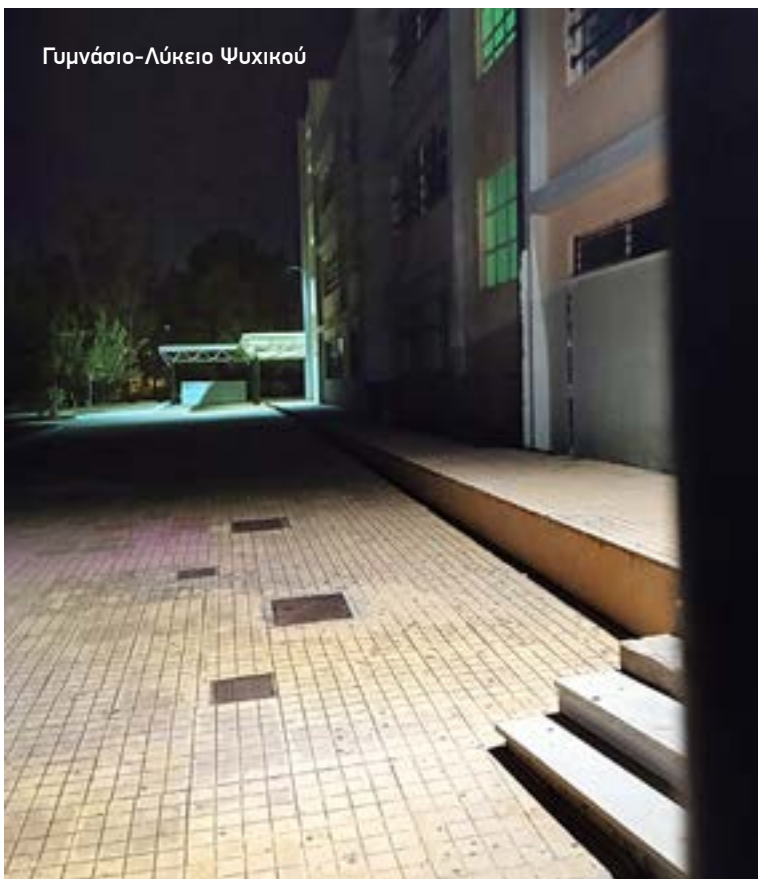
ΓΕΛ Νέου Ψυχικού



2ο Γυμνάσιο Νέου Ψυχικού



Λύκειο Φιλοθέης



Γυμνάσιο-Λύκειο Ψυχικού



ΓΕΛ Νέου Ψυχικού

Λαμπερά Χριστούγεννα

Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού στολίστηκε από άκρη σε άκρη



Πλατεία Αγ. Γεωργίου, Νέο Ψυχικό

Φωτογραφίες: Γιάννης Βασταρδής

Το κεντρικό δέντρο του Δήμου μας φέτος φωταγωγήθηκε από τον Δήμαρχο Δημήτρη Γαλάνη στην Α' Πλατεία Ψυχικού (Blue Bell) παρουσία λιγοστών παρευρισκομένων λόγω των ιδιαίτερων συνθηκών. Ανάμεσά τους ήταν οι Αντιδήμαρχοι, οι Δημοτικοί Σύμβουλοι, η Φιλαρμονική του Δήμου και η μαθητική μπάντα The Big Band Theory.

Επιπλέον, για πρώτη φορά στις φετινές γιορτές όλες οι πλατείες του Νέου Ψυχικού είχαν φωτισμένα δέντρα και χριστουγεννιάτικο στολισμό. Έτσι, δώσαμε για πρώτη φορά ένα γιορτινό χρώμα και σε αυτές τις όμορφες γειτονιές.

Η πλατεία Αγίας Σοφίας, η πλατεία Ελευθερίας με το κεντρικό Χριστουγεννιάτικο δέντρο της, η πλατεία Αγίου

Γεωργίου, η πλατεία Χρυσοχόου και η πλατεία Πίνδου στολίστηκαν και οι κάτοικοι του προαστίου μας τις απόλαυσαν φωτισμένες, καθαρές και περιποιημένες κατά τις βραδινές εορταστικές τους βόλτες.

Στολισμένη Χριστουγεννιάτικα με το φωτισμένο καινούργιο δέντρο της και περίτεχνους φωτισμούς και η πλατεία Σιαδήμα στη Φιλοθέη με την επιβλητική προτομή του Κωστή Παλαμά και το περίτεχνο Πέτρινο Περίπτερο.

Έτσι, πλατείες, δρόμοι και κεντρικές οδοί στο Ψυχικό, στη Φιλοθέη και στο Νέο Ψυχικό, με τον ιδιαίτερα ξεχωριστό φωτισμό τους, μας έβαλαν στο Χριστουγεννιάτικο πνεύμα των ημερών που όλοι έχουμε τόσο ανάγκη.



Πλάτανος Πέτρινο, Φιλοθέη



Λεωφόρος Διαμαντίδη, Π. Ψυχικό



Πλατεία Σιαδήμα, Φιλοθέη



Πλατεία Ελευθερίας, Νέο Ψυχικό



Α' Πλατεία Π.Ψυχικό



Οδός Αγίας Φιλοθέης



Δημητρίου Βασιλείου, Νέο Ψυχικό



Πλατεία Χρυσοχού, Νέο Ψυχικό

Πορτρέτα του Δήμου

Γνωρίστε τους ανθρώπους που δίνουν ζωή και χρώμα στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού

της Νικόλ Δημητρακοπούλου

Ηθοποιός, Υπεύθυνη Πολιτιστικών Δράσεων Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού

Η στήλη συνεντεύξεων συνομιλεί με πρόσωπα που γνωρίσαμε και αγαπήσαμε μέσα από τη δουλειά τους και έχουμε τη χαρά να ζουν δίπλα μας αλλά και με ανθρώπους που με το έργο τους μας εξελίσσουν συνεχώς. Στόχος μου είναι να γνωρίσουμε τον πολιτισμό του Δήμου μας μέσα από τους ανθρώπους των γραμμάτων και των τεχνών, καθώς και μέσα από τους φορείς που δραστηριοποιούνται σε αυτόν. Γιατί ο πολιτισμός αποτελεί μια συνολική στάση απέναντι στην καθημερινότητα, στη ζωή και στον άνθρωπο.



Λένα Αρώνη

Φωτογράφος: Γιάννης Βασταρδής

Πόσα χρόνια ζεις στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού και γιατί επέλεξες αυτή τη μικρή κηπούπολη;

Ήρθα το 1997, δηλαδή έχω 23 χρόνια, πάω στα 24. Ήταν καθαρά συγκυριακό το θέμα. Έτσι κι αλλιώς μου άρεσε πολύ η περιοχή αυτή. Ήρθα εδώ να συζήσω στην αρχή σε ένα σπίτι που είχε ο άντρας μου και μετά, έμεινα. Έχω στενές σχέσεις με την περιοχή. Πήγαινα και σχολείο εδώ στο Νέο Ψυχικό στις Ουρσουλίνες. Οπότε Γυμνάσιο και Λύκειο έκανα εδώ γύρω-γύρω στο τετράγωνο. Ήταν ένα κομμάτι της Αθήνας που αγαπούσα παρά πολύ. Το είχα συνδυάσει με τα εφηβικά μου χρόνια και τώρα με την ενήλικη ζωή μου.

Τι κάνει το Δήμο Νέου Ψυχικού ξεχωριστό;

Συνδυάζει πολλά πράγματα. Είναι σε ένα κεντρικό σημείο της Αθήνας και έχει την αίσθηση της γειτονιάς. Οι πρώτες ανάγκες σου καλύπτονται με μια βόλτα γύρω από το σπίτι. Δεν χρειάζεσαι προ-

σπάθεια για να έχεις πρόσβαση στην αγορά. Από τη μία, μπορεί να μείνεις σε ένα τετράγωνο πολύ απομονωμένο και σε δύο λεπτά να βρεθείς στο κέντρο μιας αγοράς όπου όλοι όσοι έχουν τα μαγαζιά είναι πια φίλοι σου. Έχει πολύ ωραίους ανθρώπους. Κυρίως αυτούς που εργάζονται εδώ. Εγώ αυτούς αγαπώ περισσότερο. Πάντοτε είχα μια τάση να αναπτύσσω σχέσεις με τη γειτονιά και τους ανθρώπους στην εργασία τους. Οι κάτοικοι είμαστε λίγο απομονωμένοι και δεν είμαι οργανωμένη κάπου. Δεν έχω αρκετό χρόνο.

Το να μεγαλώνεις παιδιά εδώ πώς είναι;

Είναι φανταστικό. Έχει τον συνδυασμό της εξοχής, του φυσικού περιβάλλοντος σε πλήρη ανάπτυξη και είσαι κοντά σε όλα. Θυμάμαι πολλές φορές που δεν είχα πολύ χρόνο, άρπαζα ένα καρότσι και περπατούσα στο πράσινο μέσα στην ηρεμία και έφτανα στην παιδική χαρά. Έχω περάσει πολλές ώρες στην παιδική χαρά.

Ως κάτοικος τι προσδοκίες έχεις για τον τόπο όπου μένεις;

Με ενδιαφέρει όσο περνά ο καιρός να γίνεται ένας Δήμος όλο και πιο φιλόξενος. Δηλαδή ένας περαστικός να λέει πόσο τυχεροί άνθρωποι είναι αυτοί που ζουν εδώ. Έχει μια ομορφιά, μια αρχοντιά η περιοχή που προσφέρει μια ποιότητα ζωής. Έχει, όμως, και ένα κομμάτι το οποίο με δυσκολεύει. Όπως πού θα παρκάρω... Έχω παράπονο από εμάς τους κατοίκους που πολλές φορές θεωρούμε ότι όλο αυτό το κομμάτι μας ανήκει. Είμαστε απότομοι, αγενείς. Θέλω ένα Δήμο πιο καθαρό. Δεν περιμένω από το Δήμο. Από εμάς τους κατοίκους το περιμένω. Πρέπει να παρατηρήσουμε τις κινήσεις μας. Σε εμπνέει ο περιβάλλον χώρος; Αφού έχει κάποια εχέγγυα γιατί δεν το τιμάς αυτό και δεν το πολλαπλασιάζεις;

Έχεις πάρει συνεντεύξεις από τους σημαντικότερους καλλιτέχνες της Ελλάδας και όχι μόνο. Έχεις βρει κάποιο κοινό χαρακτηριστικό που θα έλεγες πως ισχύει στους περισσότερους;

Η αλήθεια είναι πως τα κοινά που έχουν με οδηγούν να τους παίρνω συνεντεύξεις. Αρχικά, είναι πολύ σημαντικοί καλλιτέχνες. Έτσι ξεκίνησε η εκπομπή να συναντώ καλλιτέχνες με πολύ μεγάλη διαδρομή πίσω τους. Με έχουν τιμήσει όλοι με την παρουσία τους. Αν κάποιος πιστεύει ότι υπάρχει μια υπέρτατη δύναμη, τότε σίγουρα βρίσκεται μέσα σε αυτούς τους ανθρώπους. Έχουν μια καταπληκτική οπτική στα πράγματα. Η συναστροφή μου μαζί τους, για τις ανάγκες της συνέντευξης, με κάνει πάντα να γυρίζω σπίτι πολύ γεμάτη με καινούργιες σκέψεις. Είναι άνθρωποι που σε εξελίσσουν.

Άρα δεν είναι τυχαίο ότι είναι τόσο σημαντικοί;

Δεν είναι καθόλου τυχαίο. Έχουν πάθος για αυτό που κάνουν. Δεν εγκαταλείπουν ποτέ ακόμα και μέσα στον κορωνοϊό. Εμείς δεν σταματήσαμε παρότι ήταν όλα κλειστά. Ήρθαν να μας συναντήσουν. Έκαναν την υπέρβαση. Γιατί είναι το αντικείμενο που υπηρετούν. Παρότι ήταν όλοι σε δύσκολη και δυσχερή κατάσταση, έχουν πάθος για τη ζωή. Είναι άλλης στόφας άνθρωποι. Ζουν σε μια άλλη διάσταση έξω από το καθημερινό και το πεζό.

Και εσύ το έχεις αυτό.

Αν δεν είχα γίνει αυτό που είμαι, θα ήμουν καλλιτέχνης. Αν είχα κάποιο ταλέντο και ήμουν ξεχωριστή, ίσως αυτό να ήμουν. Αν ξαναζούσα, θα γινόμουν μουσικός.

Πώς νιώθεις που σήμερα ο πολιτισμός περνά μια κρίση; Μπορεί ένας δήμος ουσιαστικά να βοηθήσει; Να παράγει ουσιαστικό έργο;

Οποιαδήποτε κίνηση βοηθά, όχι με την έννοια του αμέσου αντίκτυπου. Χρειάζεται υπομονή. Όταν είσαι σε ένα Δήμο, όλα βοηθούν: να οργανώνεις βραδιές, να φέρνεις παραστάσεις, να κάνεις ανοικτές βιβλιοθήκες το καλοκαίρι, συζητήσεις για θεματικές που κάποιος που δεν έχει χρόνο δεν θα πήγαινε να τις ακούσει. Όπως πάω εγώ για τα ψώνια της καθημερινότητάς μου εδώ γύρω και λέω ότι δεν πειράζει και δεν χρειάζεται να πάω στην Ερμού. Έτσι και με τον πολιτισμό, πιο εύκολα θα δεις κάτι που έρχεται στη γειτονιά σου. Πιο εύκολα μπορείς να παρασύρεις το παιδί σου να ακούσει μια ομιλία όταν γίνεται δίπλα σου. Ακόμα και οι πιο μικρές δράσεις μπορεί να φέρουν αλλαγή. Έρχομαι στη θέση σου καμιά φορά και η αλήθεια είναι ότι έτσι αλλάζουν τα πράγματα. Με το να κάνεις μια νέα πολιτιστική πρόταση δημιουργείται ένας πυρήνας. Ζούμε σε μια πολύ άχαρη φάση και θεωρώ ότι το να καθιερωθούν κάποιες δράσεις που θα γίνουν συνήθεια έχει σημασία.

Η δουλειά σου είναι πολύ απαιτητική. Για να φτιαχτεί μια εκπομπή απαιτείται μια μακρά διαδικασία που ίσως ο περισσότερος κόσμος να μην τη γνωρίζει. Ποια είναι αυτή; Ποια είναι η στιγμή της όλης διαδικασίας που σου δίνει τη μεγαλύτερη απόλαυση;

Η διαδικασία είναι ότι δεν είναι δουλειά αλλά τρόπος ζωής. Δεν είναι δουλειά. Δεν έχει ωράριο. Πареισφρέει σε όλα τα κομμάτια της υπολοίπης ζωής μου. Και έχει και ένα αυτόνομο πολύωρο πρόγραμμα. Σαφέστατα είναι πολύ απαιτητική. Λέμε συχνά ότι όλες οι δουλειές



είναι πιεστικές. Αυτή όμως η δουλειά έχει σαφέστατα μια παραπάνω πίεση, με την έννοια ότι εκτίθεσαι και καθημερινά βαθμολογείσαι. Δεν σου δίνεται η δυνατότητα να μην είσαι σε καλή μέρα. Είναι ίσως κάτι που κάποιος δεν μπορεί να καταλάβει. Να έχει πεθάνει η μητέρα σου το πρωί και το βράδυ να κάνεις εκπομπή. Να είναι το παιδί σου άρρωστο και να μη μπορείς να ματαιώσεις την εκπομπή. Από τότε που ξεκίνησα αυτή τη δουλειά είμαι πάνω στο βαγόνι. Δεν έχω ακυρώσει ποτέ γύρισμα. Κλείνω 25 χρόνια στην EPT και 30 χρόνια στη δουλειά. Εντάξει... Νιώθω πολύ γεμάτη.

Η πιο ευχάριστη στιγμή της εκπομπής ποια είναι;

Όταν προβάλλεται το επεισόδιο και με παίρνουν τηλέφωνο ή δέχομαι μηνύματα για την εκπομπή. Ή έξω όταν πάω στο σχολείο των κοριτσιών ή στο σουπερμάρκετ και μου μιλούν για την εκπομπή. Με την έννοια ότι ο κόσμος γίνεται κοινωνός, μοιράζεται αυτό που φτιάξαμε.

Είσαι πολύ ανοιχτή να ακούσεις κάποιον που θέλει να σου μιλήσει για τη δουλειά σου.

Έχει αλλάξει πολύ ο κόσμος, δηλαδή δεν θα σε πλησιάσει ποτέ για να σε κολακέψει. Και κυρίως ανθρώπους της δικής μου κατηγορίας. Δεν ανήκω στη σύμπυξη. Οπότε ένας άνθρωπος που θα μπει στον κόπο, θα θέλει κάτι να πει. Και αυτό το κάτι με αφορά απόλυτα. Πρώτον, καταλαβαίνω ότι είναι μια δουλειά που άξιζε τον κόπο. Όπως και σε εσάς τους ηθοποιούς, τίποτα δεν σου εγγυάται ότι θα πάνε όλα ρολόι. Πάντα έχω την αγωνία αν αυτό το επεισόδιο θα βγει καλό και αν το επόμενο θα είναι καλύτερο.

Έχεις πάρει πολλές συνεντεύξεις. Υπάρχει κάποια που να είναι ξεχωριστή;

Αναγκαστικά ξεχωριστή είναι με αυτούς που δεν είναι πια στη ζωή. Είναι σε άλλο βήθρο πια για μένα. Δεν μπορώ να τους ξανασυναντήσω. Με τους ανθρώπους που παίρνω συνεντεύξεις έρχομαι πολύ κοντά. Ως παράδειγμα φέρνω τον Δημήτρη Μητροπάνο γιατί είναι ένας καλλιτέχνης συγκλονιστικός και είναι ένας υπέροχος άνθρωπος. Ήταν σαν να τον είχα στον σκληρό πυρήνα των ανθρώπων μου. Μου έμαθε πράγματα, μου άλλαξε την οπτική. Οι συνεντεύξεις έχουν μια προετοιμασία, έχουν τριβή, συζήτηση, έχουν μυρωδιές. Είναι ένα μοίρασμα. Και μετά, δεν εξαφανίζεσαι, αλλά κρατάς επαφή. Και οι συναντήσεις είναι επαναλαμβανόμενες. Έχω κάνει εκπομπή με τον Μητροπάνο 20 φορές. Έμεινε και εδώ. Έχω δει τα παιδιά του από μωρά να γίνονται γυναίκες. Συνδέσαι και προσωπικά. Μετά, θα πήγαινα σε μια άλλη κατηγορία που είναι οι ξένοι καλλιτέχνες με την έννοια και της δημοσιογραφικής επιτυχίας και της σπανιότητας. Είναι πολύ πιο απλοί. Με ενδιαφέρει πολύ ο χαρακτήρας τους. Είναι υπέροχοι. Η συνέντευξή μου με τη Μονσεράτ Καμπαγιέ ήταν ξεχωριστή.

Πώς ονειρεύεσαι το μέλλον της δουλειάς σου;

Ονειρεύομαι να συνεχίσει μέσα στα χρόνια να υπάρχει όμορφη ανθρώπινη συμπεριφορά στους καλλιτέχνες που συναντώ.

Έφη Προκοπάκη

Πρόεδρος της ΕΣΤΙΑΣ του κέντρου φροντίδας ατόμων με νοητική υστέρηση που από το 1982 βρίσκεται στην καρδιά του Νέου Ψυχικού

της Νικόλ Δημητρακοπούλου

Ηθοποιός, Υπεύθυνη Πολιτιστικών Δράσεων Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού

Φωτογράφος: Γιάννης Βασταρδής

Πόσα χρόνια ζείτε στο Ψυχικό και πώς θα περιγράφατε τη γειτονιά σας;

Εδώ και 20 χρόνια ζω στο Ν. Ψυχικό σε έναν ήσυχο δρόμο. Γείτονες καλοσυνάτοι, ευγενικοί και παιδιά που παίζουν στις πυλωτές και οι φωνούλες τους ζωντανεύουν τη γειτονιά. Είμαι πολύ κοντά στην ΕΣΤΙΑ και αυτό μου κάνει πιο εύκολη την καθημερινή μου παρουσία εκεί. Χαίρομαι που τελικά είμαι μέρος αυτής της γειτονιάς.

Πίσω από την ίδρυση της ΕΣΤΙΑΣ υπάρχει μια πολύ όμορφη ιστορία. Θα θέλατε να τη μοιραστείτε μαζί μας;

Το 1981 όταν η κόρη μου Μαρία έφτασε σε ηλικία που έπρεπε να είναι ενταγμένη σ' ένα πλαίσιο για να μπορέσει να πάρει ειδική εκπαίδευση, ο προβληματισμός μου ήταν τεράστιος, καθώς δεν υπήρχαν κατάλληλες δομές τότε. Ο προβληματισμός αυτός έδωσε και τη λύση. Πέντε γονείς συναντηθήκαμε, καταθέσαμε τις σκέψεις και τις αγωνίες μας και άμεσα ιδρύσαμε την ΕΣΤΙΑ. Αυτό ήταν! Ξεκινήσαμε! Η μικρή ομάδα άνοιξε τον κύκλο και παράγοντες του Δήμου μας, δημότες, εθελοντές, φίλοι, συνεργάτες στην Ελλάδα και στο εξωτερικό, καλλιτέχνες, χορηγοί, συνεχώς προστίθεντο, ώσπου ο κύκλος έγινε μια τεράστια αγκαλιά κι έκλεισε μέσα της τη μεγάλη προσπάθεια. Η επιλογή του χώρου που στέγασε το όραμα των γονιών για ένα σχολείο διαφορετικό από τα άλλα (γιατί το πρώτο συστατικό ήταν η αγάπη) είναι μια άλλη ιστορία που κάποτε μπορούμε να την πούμε. Για όσους πιστεύουν στην τύχη, η επιλογή ήταν τυχαία. Για όσους πιστεύουν στην ευλογία αυτών των έργων, ήταν θεόσταλη μέσω του Αγίου Νεκταρίου. Κάποια στιγμή θα μιλήσουμε και για αυτή την ιστορία.

Μέσα στα χρόνια πόσο έχει προχωρήσει η υποστήριξη των ατόμων με αναπηρία και πόσο έχει συμβάλει η ΕΣΤΙΑ σε αυτό;

Από το ξεκίνημά της η ΕΣΤΙΑ έπαιξε σημαντικό ρόλο, δεδομένου ότι είχε μια ολιστική προσέγγιση να υποστηρίξει το άτομο και την οικογένειά του σε κάθε φάση της ζωής του αλλά και σε όλα τα επίπεδα. Υποστήριξε την οικογένεια σε μια δύσκολη περίοδο να αποδεχτεί και να κατανοήσει τις ιδιαιτερότητες του παιδιού της, να αποβάλει τις ενοχές και την απόρριψη της τότε κοινωνίας, υποστήριξε το άτομο στην εκπαίδευση με εξατομικευμένη δουλειά στις κοινωνικές δεξιότητες μέσα από ταξίδια σε όλες τις περιοχές της Ελλάδας και της Ευρώπης, με προγράμματα αυτονομίας, εκπαίδευσης και υποστήριξης στην εργασία. Ήδη κάποια άτομα είναι λίγο πριν από τη συνταξιοδότηση. Οι Στέγες Υποστηριζόμενης Διαβίωσης είναι σπίτια όμορφα, μέσα στα οποία ζουν μικρές ομάδες σαν μια μεγάλη οικογένεια, με δικό του προσωπικό χώρο ο καθένας, σεβόμενοι πάντα τις ιδιαιτερότητες του κάθε ατόμου. Με αυτό τον τρόπο, καλύπτουμε και την αγωνία των γονιών για το τι θα γίνει το παιδί τους όταν αυτοί δεν θα μπορούν να το φροντίζουν.

Παίζει σημαντικό ρόλο η στήριξη της γειτονιάς και της τοπικής κοινωνίας για τις δράσεις σας;

Σίγουρα παίζει σημαντικό ρόλο η υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας και της γειτονιάς. Είναι σημαντικό να συμμετέχουν σε δράσεις που οργανώνει η τοπική κοινωνία και ο Δήμος γενικότερα. Επίσης, σημαντικό είναι οι δημότες και οι γείτονες να συμμετέχουν σε εκ-



δηλώσεις που διοργανώνει η ΕΣΤΙΑ.

Έχοντας έρθει σε πολύ στενή επαφή με τους μαθητές σας και η ίδια ως σκηνοθέτις έχω διαπιστώσει πως η τέχνη παίζει σημαντικό ρόλο στην εκπαίδευση και στην καθημερινότητά τους. Με ποιους τρόπους την έχετε ενσωματώσει στα εκπαιδευτικά σας προγράμματα;

Για τον κάθε άνθρωπο, η δυνατότητα έκφρασης και δημιουργίας αποτελεί θεμελιώδες δικαίωμα ζωτικής σημασίας. Από το 1985 και για πολλά χρόνια η ΕΣΤΙΑ, λειτουργούσε απογευματινή λέσχη με προγράμματα έκφρασης και δημιουργίας και συμμετείχαν άτομα από όλη την Αττική. Υπήρχαν διάφορες χορωδίες και θεατρικές ομάδες. Μάλιστα το 1998 είχαμε προσκληθεί στην Στοκχόλμη που ήταν η πολιτιστική πρωτεύουσα της Ευρώπης και η ομάδα της ΕΣΤΙΑΣ παρουσίασε θεατρική παράσταση και θυμάμαι ότι είχε γράψει ο Τύπος πολύ καλά σχόλια. Η έλλειψη χώρου μας υποχρέωσε τα προγράμματα που αφορούν στην τέχνη γενικά να τα εντάξουμε στο καθημερινό ημερήσιο πρόγραμμα της εκπαίδευσης.

Η εκπαίδευση που παίρνουν οι μαθητές σας και η ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους τους καθιστούν ισότιμα μέλη και του Δήμου μας. Πόσο σημαντική είναι η συνεργασία με τους τοπικούς φορείς ώστε να στηριχθούν οι δράσεις σας;

Παίζει καθοριστικό ρόλο θα έλεγα γιατί με αυτό τον τρόπο ο Δήμος βοηθά στην κοινωνική ένταξη των ατόμων αλλά ταυτόχρονα και στην συμπερίληψη. Η συμπερίληψη που είναι ένα βασικό ζητούμενο σήμερα επιτυγχάνεται με τη συμμετοχή των μαθητών μας στις δράσεις που οργανώνονται από σχολεία της περιοχής και από φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης αλλά και αντιστρόφως με τη συμμετοχή τους στις δράσεις που οργανώνει η ΕΣΤΙΑ.

Παιδική λέσχη ανάγνωσης στον κήπο της Δημοτικής Βιβλιοθήκης με τίτλο «Αγαπώ και Παίζω με τα Βιβλία»

Μια πρωτότυπη δράση εργαστηρίων φιλιαναγνωσίας για παιδιά



Ένα διαδραστικό βιωματικό πρόγραμμα, ειδικά διαμορφωμένο για παιδιά, εγκαινιάζει φέτος η βιβλιοθήκη του ΟΚΑΠΑ Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού. Το πρόγραμμα οργάνωσε με πολλή φροντίδα ο Δήμαρχος Δημήτρης Γαλάνης και η πρόεδρος του ΟΚΑΠΑ κα Σοφία Βυθούλκα. Σκοπός των συναντήσεων είναι η καλλιέργεια της φιλιαναγνωσίας, μέσα από την ενεργό εμπλοκή των παιδιών σε αναγνώσεις, διαλογικές δραστηριότητες και συμμετοχικές δράσεις προσέγγισης των βιβλίων.

Στόχος του προγράμματος είναι να ξεδιπλώσουμε με τα παιδιά τον μαγικό κόσμο των βιβλίων. Θα τα ξεφυλλίσουμε, θα τα σχολιάσουμε, θα τα μυρίσουμε, θα τα ζωγραφίσουμε, θα τα παίξουμε, θα τα τραγουδήσουμε. Θα τα συναντήσουμε στα θεατρικά μας παιχνίδια, στις εικαστικές μας δημιουργίες, στις επιστημονικές μας παρατηρήσεις, στις οικολογικές μας αναζητήσεις.

Ακολουθώντας το μοντέλο του game-based learning, το πρόγραμμα θα χωρίζεται σε δύο ενότητες:

1. Επεξεργασία βιβλίου με αναγνώσεις, αφηγηματικές τεχνικές, διαφοροποιημένες οπτικές και διαμεσολαβημένες συζητήσεις,

2. Δημιουργική έκφραση με εργαστήρια ζωγραφικής, εικαστικών, παιχνιδιού ρόλων, δημιουργικής γραφής και θεατρικού παιχνιδιού.

Οι συναντήσεις πραγματοποιούνται 2 φορές το μήνα (κάθε δεύτερο Σάββατο) στον κήπο της Δημοτικής Βιβλιοθήκης και απευθύνονται σε ομάδες παιδιών των παρακάτω ηλικιών:

Α' Ομάδα: παιδιά Νηπιαγωγείου, Α' και Β' Δημοτικού

Β' Ομάδα: παιδιά Γ' και Δ' Δημοτικού

Γ' Ομάδα: παιδιά Ε', Στ' Δημοτικού και Α' Γυμνασίου

Τα βιβλία μας «κλείνουν το μάτι», μας καλούν να τα ανακαλύψουμε και να τα αγαπήσουμε από την αρχή!

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ 

«μαθαίνω μέσα από το παιχνίδι», μαθαίνω με αγάπη & ευχαρέ

Παίζω στο ΠΡΟΑΣΤΙΟ μου!

«Τέχνες και Συναισθήματα», κάθε Σάββατο πρωί
 10:00 - 11:00 2,5 - 4 ετών • 11:00 - 12:00 5 - 8 ετών • 12:00 - 13:00 9 - 12 ετών
 Το βιωματικό εκπαιδευτικό εργαστήριο είναι το παιδί κάθε εβδομάδα πραγματοποιείται με τη βοήθεια μουσικής και κινήσεων και δημιουργείται ένα παιχνίδι με σκοπό την προσωπική έκφραση. Ο μικρός καλλιτέχνης με ελεύθερα υλικά όπως, α πηλός, α γυαλί, τα γενικά υλικά κομμάτια, πολλά εργαλεία όπως υλικά και συνδυάζοντας τον τρόπο με τον οποίο οι Τέχνες συνδέονται με τα συναισθήματα.

«Απόψε tonight Σχεδιάζουμε», κάθε Σάββατο απόγευμα
 17:00 - 18:00 2,5 - 4 ετών • 18:00 - 19:00 5 - 8 ετών • 19:00 - 20:00 9 - 12 ετών
 Διαδραστικό θεατρικό εργαστήριο στο οποίο τα παιδιά επιλέγουν και παίζουν «απορρήτσο» παραμένοντας πίσω από τις σκηνές σκηνικά υλικά και με κρημνά πρόσωπα και κατασκευάζουν τον καθημερινό τους χαρακτήρα, όπως και κρημνά με παραφρενικές, δυναμικές ήρωες. Ο μικρός παραστάτης αυτοσχεδιάζει σκηνικούς και εκφράζονται απόγονος όπως τους κρημνά με όλα και φέρουν έκταση και κρημνά.

«Τα κότμ. πόνω», κάθε Κυριακή πρωί
 10:30 - 11:30 2,5 - 4 ετών • 11:30 - 12:30 5 - 8 ετών • 12:30 - 13:30 9 - 12 ετών
 Το βιωματικό εκπαιδευτικό εργαστήριο είναι το παιδί εβδομαδιαίως, τριήμερο βιωματική εκδρομή, αντιλαμβάνεται και συμμετέχει στις βασικές δραστηριότητες με παρωπίδα όλα τα φυσικά που κρημνά από τις δραστηριότητες με σκοπό την βίωση με σκοπό το, η ώρα του παιχνιδιού, η σημασία των όρων κρημνά και τον πιο συμπεριφορές. Τα παιδιά κατανοούν τον κόσμο και τη συνήθεια αντίστοιχα στην ανθρώπινη ζωή και τη φυσική ζωή του Σαββατικού αναλαμβάνοντας δράση με κρημνά τους στήματα, στο πιο θεατρική έκταση.

Χάρης Ανδρονίκη Αλέξανδρος Κέντρο Η Ψυχικού, Ρόνα Βυθούλκα Β Η Ψυχικού
 Ηλεκτρονική Διεύθυνση Συμμετοχής: www.okapa.gr • www.milithoi-ψυχικου.gr

Η Σημασία της Ψυχικής υγείας και ευεξίας στη σύγχρονη εποχή



Μια επίκαιρη και πολύ ενδιαφέρουσα εκδήλωση της μη κερδοσκοπικής οργάνωσης Wellbeingr έλαβε χώρα στο Λύκειο Φιλοθέης υπό την αιγίδα του Δήμου μας με θέμα: «Η ψυχική υγεία και ευεξία ως πηγή ζωής στη σύγχρονη εποχή». Ο Δήμαρχος Δημήτρης Γαλάνης προλόγισε την εκδήλωση και στη συνέχεια, η κα Ζωή Ράπτη, υφυπουργός Υγείας, αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας, ως βασική ομιλήτρια ανέλυσε τη στρατηγική της κυβέρνησης πάνω σε αυτό τον τομέα, αλλά και τη σημασία που δίνει η διεθνής κοινότητα.

Ομιλητές ήταν επίσης οι παρακάτω: κος Πάυλος Σακκάς (ομότιμος καθηγητής Ψυχιατρικής, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Αθηνών), κος Βασίλειος Τσέλιος (αναπλη-

ρωτής καθηγητής Περιφερειακής Ανάλυσης και Πολιτικής, Τμήμα Οικονομικής και Περιφερειακής Ανάπτυξης, Πάντειο Πανεπιστήμιο), κος Κωνσταντίνος Χαραντινιώτης (Well-being Coach & Mentor, Ayurvedic Lifestyle Consultant, NLP Master Coach). Συντονιστής της συζήτησης ήταν ο Νίκος Ψαρράς, ηθοποιός. Η ψυχική ευεξία προτείνεται ως επιλογή του σύγχρονου τρόπου ζωής και συμβάλλει στην αντιμετώπιση των σύγχρονων ασθενειών αλλά και στην ανάπτυξη του ανθρώπου και της κοινωνίας. Γιατί οι σύγχρονες προκλήσεις, μπορούν να αντιμετωπιστούν ανθρωποκεντρικά με μικρές αλλαγές-μεγάλες νίκες και πρακτικούς τρόπους επιβίωσης στην καθημερινότητα. Καθ' όλη τη διάρκεια, υπήρχε διερμηνεία στην ελληνική νοηματική γλώσσα.

Προγράμματα Κίνησης και Ευεξίας για τους δημότες μας

Τα προγράμματα κίνησης και ευεξίας της Δημοτικής Κοινωνοφελούς Επιχείρησης Φιλοθέης-Ψυχικού (ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ) ξεκίνησαν και πραγματοποιούνται στο ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΤΗΤΑΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ(Καλλιγιά 74, Φιλοθέη, τηλ. 210 6839882) ενώ θα έχουν διάρκεια έως τον Ιούνιο. Μπορείτε ακόμα να δηλώσετε συμμετοχή μέσω της ιστοσελίδας <https://www.dikefips.gr/αθλητισμός/> ή να καλέσετε απευθείας στη ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ στον τηλεφωνικό αριθμό 210 6822217.

Το πρόγραμμα διαμορφώνεται ως εξής:

Pilates

Το μάθημα αποτελείται από ασκήσεις που πραγματοποιούνται σε στρώματα (mat) και συνδυάζονται με μικρά όργανα pilates (ring, small ball, foam roller, λάστιχα κ.ά.). Οι ασκήσεις εκτελούνται με την καθοδήγηση δασκάλου εφαρμόζοντας τις βασικές αρχές pilates (αυτοσυγκέντρωση, powerhouse, αναπνοή, ακρίβεια, έλεγχος, ροή). Κάθε Τρίτη, Πέμπτη και Παρασκευή, ώρα: 10:00-11:00

Χορευτική γυμναστική

Το μάθημα περιλαμβάνει μια ελαφρά προθέρμανση με μοντέρνο χορό και στη συνέχεια, ασκήσεις στο πάτωμα και στη μπάρα που δανείζονται τεχνικές από τον κλασικό και σύγχρονο χορό (barre à terre, release), καθώς και άλλες μεθόδους άσκησης (pilates, stretching, yoga). Κάθε Τρίτη, Πέμπτη και Παρασκευή, ώρα: 11:00-12:00

Μοντέρνος χορός για παιδιά και ενήλικες

Το συγκεκριμένο μάθημα συνδυάζει στοιχεία από διάφορα είδη χορού όπως σύγχρονος χορός, jazz, μπαλέτο, commercial και χαρα-



κτηρίζεται από εναλλαγές διαφορετικών ποιτήτων.

Οι μαθητές με την καθοδήγηση της καθηγήτριας διασκεδάζουν, εκτονώνονται, εκφράζονται, αναπτύσσουν την αυτοπεποίθηση και τη μουσικότητά τους και φυσικά, γυμνάζονται. Το μάθημα περιλαμβάνει προθέρμανση, ασκήσεις τεχνικής ενδυνάμωσης και ευλυγισίας, χορογραφία, παιχνίδια αυτοσχεδιασμού και αποθεραπεία.

Τα μαθήματα πραγματοποιούνται τις ακόλουθες μέρες και ώρες:

Κάθε Τρίτη και Πέμπτη
Α' τμήμα / 5-8 ετών - 17:00-17:55
Β' τμήμα / 8-12 ετών - 18:00-18:55
Γ' τμήμα / ενήλικες - 19:00-19:55

Όλα τα τμήματα λειτουργούν με περιορισμένο αριθμό ατόμων και με τήρηση των μέτρων ασφαλείας για την αποτροπή εξάπλωσης του Covid-19.

Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας για τις συμμετοχές ανάλογα με την υποβολή των αιτήσεων.

Αρχιτεκτονικός Διαγωνισμός Προσχεδίων με Απονομή Βραβείων Ανάδειξη Ταυτότητας Νέου Ψυχικού

Ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού προκηρύσσει αρχιτεκτονικό διαγωνισμό για το λειτουργικό επανασχεδιασμό του βορειοανατολικού άξονα του Νέου Ψυχικού που συνδέει τις λεωφόρους Κηφισίας και Μεσογείων, συναντώντας τοπίο όπως το Αθλητικό Κέντρο και το κτίριο Βαλιάδη. Αφορά στην αναβάθμιση του κοινόχρηστου χώρου με την ανάπτυξη των πλατειών Γρηγορίου Λαμπράκη, Ελευθερίας και Ηρώων 1821, στην αξιοποίηση του rocket park στις οδούς Σοφούλη και Σπετσών, στη βελτίωση της προσβασιμότητας στο πεζοδρόμιο της λεωφόρου Μεσογείων και στις κάθετες οδούς και στη λειτουργική αναβάθμιση των οδών Κωστή Παλαμά, Θεμιστοκλέους, Θ. Σοφούλη, Ρήγα Φεραίου, Πατριάρχου Γρηγορίου Ε', Μπουμπουλίνας και Ξάνθου. Η πρόταση περιλαμβάνει και την αναβάθμιση υφιστάμενων οδών ήπιας κυκλοφορίας σε συνδυασμό με σχεδιασμό νέων που μπορούν να αποτελέσουν επαναλαμβανόμενο πρότυπο για τα τρία προάστια.

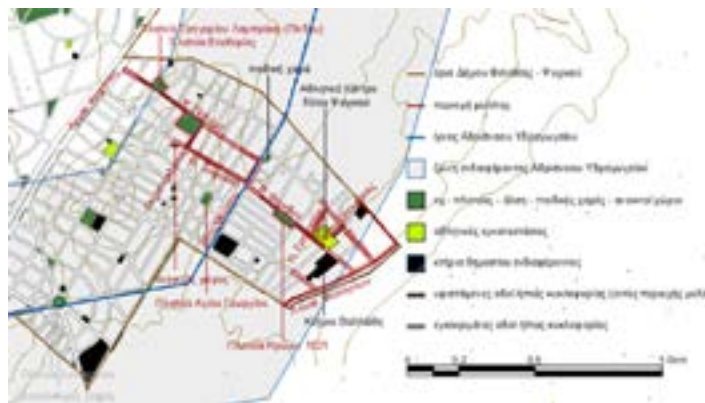
Η προθεσμία υποβολής προτάσεων λήγει στις 30 Μαρτίου 2022 και σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, η βράβευση θα γίνει χωρίς να γνωρίζει η κριτική επιτροπή τα στοιχεία των συμμετεχόντων. Τα κριτήρια για την απονομή βραβείων έχουν εγκριθεί από το Δημοτικό Συμβούλιο.

Ο διαγωνισμός χρηματοδοτείται από το Πράσινο Ταμείο που έχει ανακοινώσει ότι τα έργα που αποτελούν προϊόν αρχιτεκτονικού διαγωνισμού θα έχουν προβάδισμα σε επόμενες χρηματοδοτήσεις.

Πληροφορίες:

<https://philothei-psycho.gov.gr/architectural-competition/>
d.stavrou@0177.syzefxis.gov.gr. 213-2014629 (Δήμητρα Σταύρου)

Η προϊσταμένη Τμήματος Μελετών
Δ/σης Τεχνικών Υπηρεσιών
Δήμητρα Σταύρου
Αρχιτέκτων Μηχανικός ΑΠΘ
MArch, MEnv
2132014629



Βήμα Δημοτών

Μοιραστείτε μαζί μας τις δημιουργικές σας σκέψεις.
Στείλτε την επιστολή σας στο psychiko@otenet.gr

**Αποχαιρετισμός
Άθανάσιος Βαρλάμης
"Αυτοί πού φεύγουν".**

"Άθανάσιον και θανόντα ζήν λέγω". "Οι γάρ δίκαιοι, ζώσι και τεθνηκότες".

Άθανάσιος Βαρλάμης, ένας υπέροχος, θαυμαστός και διακεκριμένος νομικός, με αυθεντία και γνώση. Φιλάνθρωπος και ελεήμων, κάτοικος Ψυχικού, κατέλιπε σήμερα, την 30ην Σεπτεμβρίου ενεστώτος έτους, τόν παρόντα κόσμο, διά τήν αιωνιότητα. Φιλέορτος, εκλεκτόν τέκνον τής Εκκλησίας μας, ηθικών αρχών, λίαν ευυπόληπτον άτομον, μάς αποχαιρέτησε σήμερα. Ουδείς εφαντάζετο, ότι τόσο σύντομα θα μας αποχαιρετούσε. Στόν Νομικό κόσμο υπήρξε μεγάλη φυσιογνωμία και κατέλιπε μεγάλο κενό. Πολλοί εζήτουν τήν νομικήν του ευρυμάθειαν. Υπήρξε πνευματικόν άτομον και εγνώριζε πολύ

καλά ότι ενταύθα είμεθα παρεπίδημοι επισκέπτες, όπως τονίζει και ο Απ. Παύλος. Ούκ έχωμεν ώδε μένουσαν πόλιν, αλλά τήν μέλλουσαν επιζητούμεν. Διό και είχε ετοιμάσει τά πάντα και κατά τάξιν, αφήνοντας ιεράν παρακαταθήκην στους συνεργάτες του τήν απονομήν δικαιοσύνης, ορθοτομούντες τόν λόγον τής αληθείας. Τα θερμά μας συλλυπητήρια στήν εκλεκτή σύζυγό του και στους λοιπούς οικείους του. Αγαπητέ μου Άθανάσιε, πορεύου και αναπαύου έν ειρήνη. Ο Θεός τής αγάπης σε περιμένει. Καλή αντάμωση.



Παντελής Ευριδάκης
Επικεφαλής Δημοτικής Παράταξης
Συμμαχία Πολιτών
π. Δήμαρχος Φιλοθέης-Ψυχικού
Τηλέφωνο: 211-4170095,
email: symtaxiapoliton2019@gmail.com

Στη Νένα Πασσά

Οι πιο δύσκολες στιγμές είναι πάντα εκείνες που καλούμαστε να αποχαιρετήσουμε τους δικούς μας ανθρώπους, τους φίλους, τους συνεργάτες, τους ανθρώπους που αγαπάμε. Μια τέτοια δύσκολη στιγμή ζούμε και σήμερα αποχαιρετώντας την αξιαγάπητη και πολύτιμη φίλη και συνεργάτιδα Νένα.

Όταν πριν 10 χρόνια είχα το καθήκον

αλλά και την τιμή να αποχαιρετήσω τον αείμνηστο Δήμαρχο Πάρι Πασσά, δεν φανταζόμουν ότι και πάλι θα έπρεπε να σταθώ μπροστά σας και να αποχαιρετήσω την αγαπημένη του σύντροφο, συνοδοιπόρο για μια ζωή, αλλά και τη γυναίκα που συνέχισε το μεγάλο του έργο, τη γλυκιά Νένα. Γιατί η Νένα Πασσά ήταν και αξιαγάπητη και πολύτιμη και γλυκιά.

Πάντα χαμογελαστή, ευγενική και καλοσυνάτη και πάντα πρόθυμη να προσφέρει στον τόπο της και στους συμπολίτες της. Επί χρόνια στο πλευρό του συζύγου της Πάρι Πασσά, έφτιαξαν μια υπέροχη οικογένεια, αλλά και ένα θύλακα προσφοράς μέσα από την ενασχόλησή τους είτε με τα κοινά του τότε δήμου Νέου Ψυχικού, είτε βοηθώντας με κάθε τρόπο την ενορία του Ι. Ν. Αγίου Γεωργίου, είτε συντελώντας στη διαμόρφωση και εξέλιξη του προαστίου που με πάθος αγαπούσαν και υπηρέτησαν. Εξαιρετική σύζυγος, γνωστή και επιτυχημένη συμβολαιογράφος, άριστη και στοργική μητέρα και γιαγιά, έτοιμη να βοηθήσει όποιον είχε ανάγκη. Και πάνω από όλα, πρόθυμη να ακούσει τους συνδημότες μας.

Είχα τη χαρά να τη γνωρίσω και να δεχθώ την τιμή που μου έκανε να συνεργαστεί μαζί μου για αρκετά χρόνια. Εκτίμησα βαθύτατα τη διάθεσή της για προσφορά όταν συμμετείχε στο ψηφοδέλιό μας αλλά και την εργατικότητα, την αφοσίωση και την αγάπη της για το Δήμο μας και τους συμπολίτες της όταν διετέλεσε πρόεδρος του Κοινοτικού Συμβουλίου

του Νέου Ψυχικού.

Υπήρξε άξια εκπρόσωπος μιας άξιας κοινότητας του μεγάλου μας Δήμου. Το πάθος της αλλά πάνω από όλα, η σοβαρότητα και η δοτικότητα της θα μείνουν για πάντα στη μνήμη μου αλλά και στη μνήμη των συμπολιτών μας.

Η Νένα Πασσά ήταν αξιοπρεπής, σοβαρή και πάνω από όλα, ένας άνθρωπος εμπιστοσύνης. Τόσο κρίμα και τόσο άδικο να στερηθεί η πόλη σου την παρουσία σου. Πόσο κρίμα και άδικο να στερηθούμε όλοι τη βοήθεια και την αγάπη σου. Θα λείψεις σε όλους μας τόσο πολύ.

Συλλυπητήρια στα παιδιά της, Ιωάννα και Βαγγέλη, και στα εγγόνια της, αλλά και σε όλους εμάς που τη γνωρίζαμε και την αγαπούσαμε, αλλά και μας αγαπούσε.

Καλό ταξίδι, καλή μας Νένα. Θα έχεις την καλύτερη παρέα εκεί που θα πας.



Νίκος Κανελλάκης
Επικεφαλής Δημοτικής Παράταξης
Ενωμένη Δημαρχία Πολιτών
Τηλέφωνο: 6936-724560
email: endipol2019@gmail.com

Φίλες και φίλοι, καθώς η πανδημία συνεχίζεται, γίνεται αντιληπτό για μια ακόμη φορά το γεγονός ότι η αυτοδιοίκηση είναι ο φορέας εκείνος που πρέπει να σταθεί πιο κοντά στον πολίτη.

Βασικό μέλημα του Δήμου πρέπει να είναι η αντιμετώπιση της καθημερι-

νότητας και των κοινωνικών προβλημάτων που έχουν προκύψει λόγω των επιδράσεων της πανδημίας.

Στις αρχές Δεκεμβρίου ήρθε προς ψήφιση το τεχνικό πρόγραμμα του Δήμου. Η παράταξή μας καταψήφισε την πρόταση της Δημοτικής Διοίκησης, καθώς έχουμε διαφορετική άποψη στην ιεράρχηση των προτεραιοτήτων. Θεωρούμε σαν πρώτη προτεραιότητα την καθημερινότητα και την υλοποίηση ενός τουλάχιστον μεγάλου έργου (π.χ. Κοινωνικό Πολιτιστικό Κέντρο στο Βαλιάδη). Επίσης, θέλαμε ένα περισσότερο διεκδικητικό τεχνικό πρόγραμμα (π.χ. δεν υπάρχει χρηματοδότηση από την Περιφέρεια).

Σε ό,τι αφορά στο προπονητικό κέντρο που θα δοθεί στην ιστορική ομάδα του ΠΟΨ, λάβαμε τη διαβεβαίωση ότι, με τη δημοσίευση της ΚΥΑ που αναμένεται, θα κινηθούν τάχιστα οι διαδικασίες για την υλοποίησή του, κάτι που θεωρούμε βασική προτεραιότητα. Με την ελπίδα ότι η εξέλιξη των πραγμάτων θα είναι καλύτερη θα ήθελα να ευχηθώ σε όλους χρόνια πολλά, υγεία, οικογενειακή

και προσωπική ευτυχία και αγάπη. Το 2022 να ξεπεράσουμε την υγειονομική κρίση και να επανέλθουμε σε μια κανονικότητα.

Καινούργια χρονιά, καινούργιες ελπίδες σε νέους δρόμους, ενωμένοι να χτίσουμε το μέλλον που ονειρευόμαστε.



Λώρα Βερροιοπούλου

«Με λύπη αποχαιρετούμε τη Λώρα Βερροιοπούλου, γνωστή σε όλους μας για τη δράση της και την προσφορά της στην προστασία των αδέσποτων ζώων του Δήμου μας. Αφιέρωσε τη ζωή της στη φροντίδα τους, ήταν ακούραστη, ασταμάτητη, αποτελεσματική και πάντα ενεργούσε με ενθουσιασμό και αποφασιστικότητα. Το έργο της θα συνεχιστεί με τις προσπάθειες και τη στήριξη όλων μας».

Δημήτρης Γαλάνης
Δήμαρχος Φιλοθέης-Ψυχικού

Στη διάρκεια της πολυετούς ασχολίας μου με τα κοινά συνάντησα αξέχαστους συμπολίτες. Ανάμεσά τους η Λώρα Βερροιοπούλου, μια κορυφαία γυναίκα με δυναμισμό, ανεξάντλητη ενέργεια και τεράστιο ενδιαφέρον για την πόλη και τα αδέσποτα ζώα. Η Λώρα Βερροιοπούλου, μια Μεγάλη Κυρία από εξαιρετική οικογένεια ακαδημαϊκών, πολιτικών, αγωνιστών, υπήρξε άνθρωπος της προσφοράς και της δράσης που κάθε μέρα έδινε προσωπικό αγώνα για τη φροντίδα των αδέσποτων του Ψυχικού. Με πείσμα, αφοσίωση και βαθιά γνώση στα ζητήματα που αφορούσαν τα ζώα, μου έκανε την τιμή να μου εμπιστευτεί το όραμά της. Ιδρύσαμε τη ΖΩΦΙΨΥ και πέτυχαμε το «θαύμα του Ψυχικού» και στη συνέχεια, εφαρμόσαμε το ίδιο πρόγραμμα στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού. Με οδηγό τη θεωρία του Μαχάτμα Γκάντι «Ο πολιτισμός κρίνεται από το πώς οι άνθρωποι συμπεριφέρονται στα ζώα». Χάρη στη Λώρα Βερροιοπούλου γίναμε καλύτεροι άνθρωποι. Της το χρωστάμε!!!

Παντελής Ξυριδάκης, τέως Δήμαρχος Φιλοθέης-Ψυχικού

Γνώρισα τη Λώρα Βερροιοπούλου πριν 30 χρόνια και υπήρξε αδιάλειπτα μια πολύτιμη συνεργάτης. Το 1994 ως νέα Δημοτική Αρχή, θεσμοθετήσαμε Δημοτικές Επιτροπές και καλέσαμε τους κατοίκους να τις στελεχώσουν. Ανάμεσά τους η Επιτροπή Φροντίδας Αδέσποτων Ζώων που με επικεφαλής τη Λώρα Βερροιοπούλου υπήρξε η μακροβιότερη και αποτελεσματικότερη. Η Λώρα κατόρθωσε να κινητοποιήσει ικανότητες κυρίες που βρήκαν πόρους και λύσεις ώστε τα περιφερόμενα ζώα να έχουν τροφή και περίθαλψη. Δέκα χρόνια αργότερα το 2004, παραμονές των Ολυμπιακών Αγώνων, κοινοποιείται προς τους Δήμους οδηγία της Οργανωτικής Επιτροπής «...να εξαφανισθούν τα αδέσποτα...» Η Λώρα σκέφθηκε τα αδέσποτα του Ψυχικού να σταλούν στη Γερμανία. Έτσι κι έγινε! Η Λώρα Βερροιοπούλου υπήρξε εκλεκτή και ανιδιοτελής συνεργάτης με πραγματική προσφορά στα κοινά.

Κρίτος Νεόφυτος, πρώην Δήμαρχος-Ψυχικού

Δεν μπορώ να πιστέψω ότι η Λώρα Βερροιοπούλου δεν είναι πια ανάμεσά μας. Τη συναντούσα πάντα κάθε πρωί με το αυτοκίνητο στο καθημερινό τελετουργικό της, το τάϊσμα των ζώων. Είχε τόση αστείρευτη αγάπη για τα αδέσποτα ζώα και εκείνα με ανυπομονησία την περίμεναν, ξέροντας μέχρι και την ώρα που θα ερχόταν η πιστή τους φίλη. Είχε επιμονή, υπομονή και ποτέ δεν τα παρατούσε. Το μέλημά της ήταν να μη μείνει κανένα αδέσποτο ζώο νηστικό ή χωρίς σπίτι. Και τα κατάφερνε αξιοθαύμαστα. Θα τη θυμάμαι πάντα με αγάπη!

Ηλίας Κουλουμέντας, επόπτης καθαριότητας Δήμου Ψυχικού-Φιλοθέης

Η Λώρα ήταν ο πρώτος πολίτης που με επισκέφθηκε όταν ανέλαβα τη θέση του Διοικητή του Αστυνομικού Τμήματος του Ψυχικού. Παρότι αρχικά ήμουν επιφυλακτικός, πολύ σύντομα διαπίστωσα πόσο ξεχωριστός άνθρωπος ήταν. Η



Λώρα είχε πάντα αστείρευτη αγάπη για την πατρίδα μας, την πόλη μας και αντιμετώπιζε με περίσσια μεγαλοψυχία τους συνανθρώπους της. Το ειλικρινές και αμέριστο ενδιαφέρον της για το περιβάλλον και τα ταλαιπωρημένα και απροστάτευτα ζώα την έκανε να αφιερώνει το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου και της ενέργειάς της στην προστασία τους, ένα έργο στο οποίο έβαζε όλη της την ψυχή. Χαίρομαι που είχα την τύχη και την τιμή να γνωρίσω τη Λώρα, καθώς κοντά της έγινα κι εγώ καλύτερος άνθρωπος.

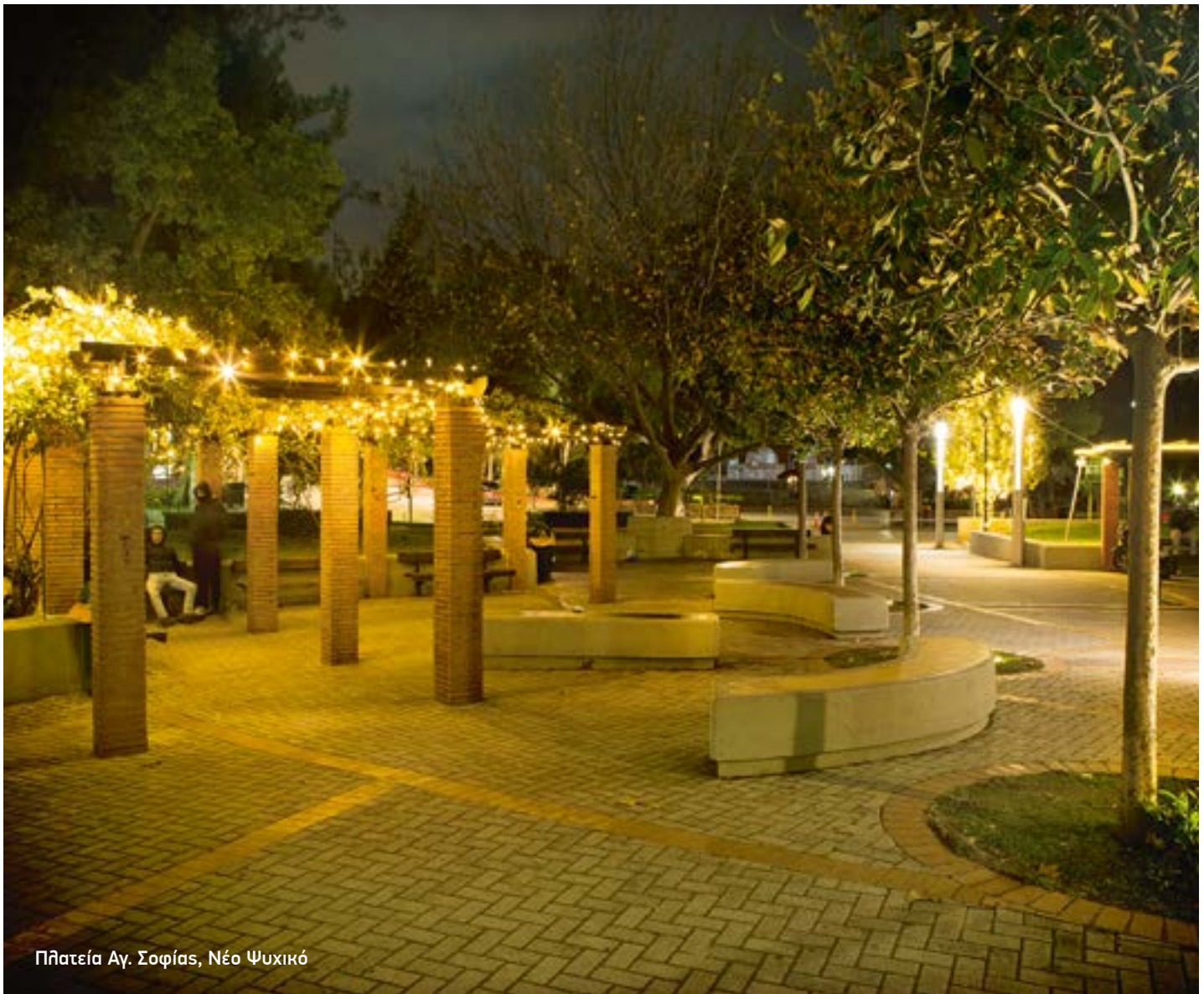
Κώστας Κοκορόσκος, πρώην Διοικητής Αστυνομικού Τμήματος Ψυχικού

Δεν θα πούμε πολλά για τη Λώρα. Άλλωστε η ίδια ήταν άνθρωπος των έργων και όχι των λόγων. Για τη Λώρα δεν υπήρχε η φράση: όχι δεν γίνεται. Θα ξεσήκωνε τον κόσμο, θα τον έφερνε ανάποδα, μέχρι να γίνει αυτό που έπρεπε. Και δεν προσέφερε μόνο στα ζώα. Έκανε το παν για να φανεί χρήσιμη σε φίλους και γνωστούς με τον τρόπο που ήξερε: κάνοντας τον άνεμο κουβάρι. Η απουσία της θα είναι ηχηρή όσο και η παρουσία της.

Μαρία Τσελεκούνη για τη Ζω.Φι.Ψυ.

ΔΗΜΟΣ

ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ



Πλατεία Αγ. Σοφίας, Νέο Ψυχικό

Ευτυχισμένο το 2022