



**ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ
ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ
ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ**

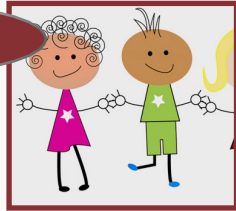
Ψιμολοφίτικα Νέα

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ
ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ
ΤΕΥΧΟΣ 24
ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2026

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΠΑΙΔΙΑ: Μια πράξη
αλληλεγγύης κι
ελπίδας!!

ΣΕΛ. 30



ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Άγιος Βασίλης

ΣΕΛ.26



ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

Γρηγόρης Ασιώτης

ΣΕΛ.16



Η ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ ΠΡΟΧΩΡΑ ΜΠΡΟΣΤΑ

Σημαντικά έργα σε εξέλιξη στην κοινότητα μας
Όπως σαν έχουμε αναφέρει ξανά οι εργασίες για την ανέγερση του νέου Δημοτικού Σχολείου Ψιμολόφου συνεχίζονται με γοργούς ρυθμούς. Πρόκειται για ένα πολύ σημαντικό έργο για την κοινότητα μας, το οποίο θα συμβάλει ουσιαστικά στην αναβάθμιση της εκπαίδευσης και των υποδομών του χωριού μας. Η πρώτη φάση αναμένεται να ολοκληρωθεί μέχρι το τέλος του 2026 και περιλαμβάνονται αίθουσες διδασκαλίας, καθώς και η αίθουσα πολλαπλής χρήσεως, η οποία θα μπορεί να αξιοποιηθεί τόσο για σχολικές όσο και για κοινοτικές δραστηριότητες. Το κόστος ανέγερσης του έργου έχει αναλάβει το Υπουργείο Παιδείας, γεγονός που καταδεικνύει τη σημασία που δίνεται στην ανάπτυξη της περιοχής μας.



Ο Πρόεδρος, τα μέλη και το προσωπικό του
Κοινοτικού Συμβουλίου Ψιμολόφου,
σας εύχονται:

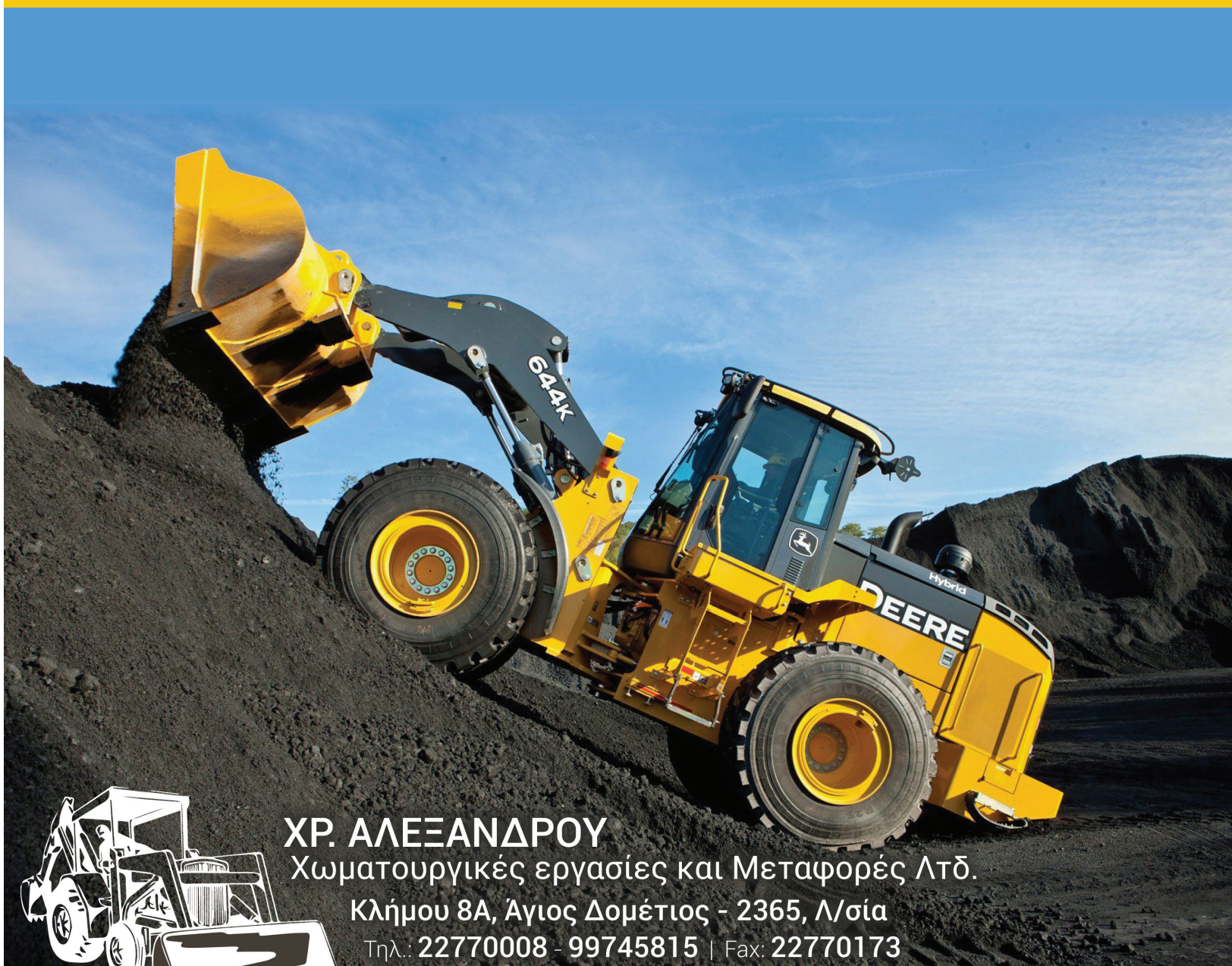
ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ ΚΑΙ ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ
Είστε τα Άγια Πιάδη του Χριστού μας, να φέρονε
Ειρήνη, Αγάπη, Γαλήνη και Ευημερία
σε όλο τον κόσμο.

ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ

ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ

Χρ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ
χωματουργικές εργασίες
και μεταφορές ΛΤΔ

ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ



ΧΡ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ

Χωματουργικές εργασίες και Μεταφορές Λτδ.

Κλήμου 8Α, Άγιος Δομέτιος - 2365, Λ/σία

Τηλ.: 22770008 - 99745815 | Fax: 22770173

Χωματουργικές εργασίες: • Συνδέσεις αποχετευτικών

• Εκσκαφές • Κατεδαφίσεις • Επιχωματώσεις • Ισοπεδώσεις

Μεταφορές: • Υλικών οικοδομής και οδοποιίας • Φυτοχωμάτων • Μηχανημάτων



PASCHALIS *baby line*



BOY'S & GIRL'S
CLOTHING
from 0month - 16yrs

Αρχιεπισκόπου Μακαρίου
Γ' 307ΒΓΔ, 2313,
Πάνω Λακατάμια
τηλ.22 387710



[paschalis.babyline.3](https://www.facebook.com/paschalis.babyline.3)



[paschalis_babyline](https://www.instagram.com/paschalis_babyline)



ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙΑΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Κοινοτικού Συμβουλίου:

Δευτέρα: 8:15 μ.μ. - 1:30 μ.μ. / 2:30 μ.μ. - 5:30 μ.μ.
Τρίτη: 8:15 μ.μ. - 1:15 μ.μ.
Τετάρτη: 8:00 π.μ. - 1:30 μ.μ. / 2:30 μ.μ. - 5:00 μ.μ.
Πέμπτη: 8:15 μ.μ. - 1:30 μ.μ. / 2:30 μ.μ. - 5:30 μ.μ.
Παρασκευή: 8:15 μ.μ. - 1:30 μ.μ. / 2:30 μ.μ. - 5:30 μ.μ.

Ωράριο Κοινοτάρχη:

Τετάρτη: 8:15π.μ. - 2:30 μ.μ.

Κοινοτικής Βιβλιοθήκης:

Δευτέρα, Τετάρτη, Παρασκευή: 4:00 μ.μ. - 5:00 μ.μ.

Χρήσιμα Τηλέφωνα

Κοινοτικό Συμβούλιο:

Τηλέφωνο: 22621248, Φαξ: 22624322
Διεύθυνση: Βασιλή Μιχαηλίδη 4, 2630 Ψιμολόφου,
Λευκωσία, Κύπρος
email: kspsimo@cytanet.com.cy
Μάριος Πέτρου(Πρόεδρος Κοινότητας)
Τηλέφωνο: 99583757

Δημοτικό Σχολείο:

Τηλέφωνο: 22621241, Φαξ: 22624693

Δημόσιο Νηπιαγωγείο:

Τηλέφωνο: 22622750, Φαξ: 22622751

Πρωτοπρεσβύτερος Πάτερ Ανδρέας Τουλούμης:
99324302

Ιερά Μητρόπολη Ταμασσού και Ορεινής: 22465465

Ψιμολοφίτικα νέα

Τριμηνιαία Έκδοση από την Κοινότητα Ψιμολόφου

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

Μάριος Πέτρου

Ελένη Χρυσάνθου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ:

Μαρίκα Σωτηρίου Χριστοδούλου

ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΥ (ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟ) ΛΤΔ

email: psimolophitikanea@gmail.com



ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟ

ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΛΤΔ

Τροοδίσισης 18B
2012 Στρόβολος, Λευκωσία
Τηλ. 22499993, 70007313
E-mail: 1lakist@cytanet.com.cy



Γιατί;

Με τον Μάριο Πέτρου

**Γιατί είναι σημαντικός ο
εθελοντισμός στην Κοινότητα;**
Γιατί βοηθά ανθρώπους που έχουν ανάγκη.
Γιατί ενισχύει την αλληλεγγύη.

Γιατί ενώνει την κοινότητα.

Γιατί βελτιώνει την ποιότητα ζωής.

Γιατί καλλιεργεί υπευθυνότητα.

Γιατί δίνει καλό παράδειγμα στους νέους.

Γιατί στηρίζει εκδηλώσεις και δράσεις.

Γιατί αναπτύσσει δεξιότητες.

Γιατί προωθεί την ανθρωπιά και τον σεβασμό.

Γιατί συμβάλλει στην πρόοδο της κοινότητας.

Καλό Πάσχα



Εφαρμογή και Συντήρηση:

Κεντρικής Θέρμανσης

Αποφράξεις Αποχετεύσεων

Υδραυλικών Συστημάτων

Κλιματιστικών Συστημάτων

**"Σας παρέχουμε υψηλής ποιότητας
υπηρεσίες σε πολύ προσιτές τιμές."**

Χάρης Χριστοφή

Υδραυλικός

99 457003

25ης Μαρτίου 24, Ψιμολόφου



Love in Focus,
Memories for a Lifetime



tel: 99 84 94 76

facebook: Art Magique

instagram: artmagique_





SHOWROOM

Αγίου Γεωργίου 39, 2310 Λακατάμεια
τηλ: 22383585 Φαξ: 22384270

Κατάστημα DIY

Αγίου Γεωργίου 98, 2304 Λακατάμεια
τηλ: 22382178 Φαξ: 22373854

www.kentistrading.com



ΟΤΑΝ Ο ΜΑΡΤΗΣ ΜΥΡΙΖΕΙ ΧΩΡΙΟ

Βραχιολάκια, Φωτιές και Αναγέννηση

Τελικά ο Μάρτιος στην Κύπρο και όχι μόνο δεν είναι απλώς ο πρώτος μήνας της Άνοιξης, είναι ένας μήνας γεμάτος μνήμες, σύμβολα και παραδόσεις. Από το κόκκινο-άσπρο βραχιολάκι του Μάρτη μέχρι τις φλόγες της Λαμπρατζιάς, τα έθιμα του τόπου μας και ειδικά στα χωριά της Κύπρου, που συνεχίζουν να ενώνουν γενιές και να θυμίζουν τη βαθιά μας σχέση με τη φύση και την κοινότητα. Σε μια εποχή που όλα αλλάζουν, ο Μάρτης επιμένει «να κλαίει και να γελά» κρατώντας ζωντανή την κυπριακή ταυτότητα. Βγήκαμε, μιλήσαμε με μεγαλύτερους μας και τα μοιραζόμαστε μαζί σας.

Βραχιολάκια (Μάρτης)

Ας ξεκινήσουμε με το γνωστό βραχιολάκι (Μάρτης), που τα περισσότερα παιδιά το φοράνε στο χέρι τους από την 1η Μαρτίου. Μιλώντας με ανθρώπους της τρίτης ηλικίας εδώ στο χωριό, ανέφεραν πως τότε, συνήθως το έφτιαχναν οι γιαγιάδες και οι μαμάδες για τα παιδιά και εγγόνια τους, πλέον όμως ακόμα και σε σχολεία, εκπαιδευτικοί φτιάχνουν με τα παιδιά με κόκκινο και άσπρο νήμα τα μαρτάκια και τα φοράνε. Μάλιστα η πιο σύγχρονη εκδοχή του βραχιολιού γίνεται και πιο διακοσμητική αφού πολλοί προσθέτουν πάνω στο νήμα διάφορες χάντρες ή ματάκια. Κάποιοι το φοράνε στον αστράγαλο. Ο λόγος των 2 χρωμάτων είναι επειδή το κόκκινο συμβολίζει τη ζωή και την προστασία από το κακό μάτι και το άσπρο συμβολίζει την αγνότητα και την υγεία. Μαζί δημιουργούν ένα προστατευτικό φυλακτό. Παλαιότερα μάλιστα, τα παιδιά δεν έβγαιναν έξω χωρίς αυτό και λέγεται πως ένας λόγος που το φορούσαν στα παιδιά ήταν για να μην μαυρίσουν τα πρόσωπα τους από τον ήλιο. Φοριέται μέχρι τα ξημερώματα της Κυριακής του Πάσχα και οι περισσότεροι το πετάνε στη φλόγα της Λαμπρατζιάς, καίγοντας έτσι όλες τις κακές ενέργειες. Σε κάποια χωριά το έβγαζαν μόλις έβλεπαν το πρώτο χελιδόνι και το έκαιγαν ή το πετούσαν στο νερό.

Τα Χελιδονίσματα

Παλαιότερα περίμεναν με ανυπομονησία να έρθουν και τα χελιδόνια, αφού ήταν προμήνυμα της Άνοιξης και φυσικά για τους γεωργούς προμήνυμα καλής σοδειάς. Ακόμα και σήμερα η τρίτη ηλικία εκδηλώνει περισσότερο τον ενθουσιασμό της όταν αντικρύσει αυτά τα όμορφα πουλιά που σηματοδοτούν τον ερχομό της Άνοιξης. Πρόσφατα μάλιστα ενώ βρισκόμουν με μια καλή γιαγιά από το χωριό, είδε χελιδόνι στο κλαδί ενός δέντρου και είπε «αααα θα αγοράσουμε νέα ρούχα και παπούτσια» κι εγώ απόρησα. «Τι εννοείς γιαγιά» ρώτησα και είπε «να ξέρεις πως όσα χελιδόνια αντικρύσεις την πρώτη φορά μαζί τόσα πράγματα θα αγοράσεις». Δηλαδή αν δεις την πρώτη φορά 3 χελιδόνια, τότε θα πάρεις ή 3 ζευγάρια παπούτσια ή 3 κομμάτια ρούχα! Αυτό ισχύει μόνο την πρώτη φορά όμως. Μάλιστα μάθαμε ακόμα ένα πράγμα!



Προετοιμασίες για τη Λαμπρατζιά

Ε αυτό κι αν αποτελεί έθιμο του Μάρτη, αν και νομίζω ξεκινά από πιο νωρίς αλλά σίγουρα το Μάρτιο γίνεται πιο έντονο. Όχι τόσο σε πόλεις, όσο στα χωριά, που οι νέοι της Κοινότητας από πολύ νωρίς αρχίζουν να μαζεύουν πυρετωδώς ξύλα, παλιά έπιπλα, κλαδιά, για τη Λαμπρατζιά. Να τα μαζεύουν και φυσικά να ανταλλάζουν και βάρδιες προσέχοντας τα, αφού υπάρχουν και τα ευτράπελα κάθε χρόνο, μέχρι τη μέρα που θα γίνει η Λαμπρατζιά.

Είδατε πως στην Κύπρο δεν είναι απλώς μια σελίδα στο ημερολόγιο; Είναι μια κόκκινη και άσπρη κλωστή που ενώνει το χθες με το σήμερα, τα χωριά με τις πόλεις, τους παππούδες με τα εγγόνια. Είναι οι φλόγες της Λαμπρατζιάς, οι παιδικές φωνές, η μυρωδιά της άνοιξης και η ελπίδα για μια νέα αρχή. Και ίσως το πιο σημαντικό να είναι ένα, να κρατάμε ζωντανή την παραδόση, όχι μόνο ως ανάμνηση αλλά ως κομμάτι της καθημερινότητας μας.

Πάντως κάνω τη σκέψη και λέω, τυχαία όλα αυτά που γίνονται τον Μάρτιο; Ας μη ξεχνάμε και τον Ευαγγελισμό της Θεοτόκου στις 25 Μαρτίου που συνδέεται με την άνοιξη και την ελπίδα. Όλα συνδέονται μεταξύ τους, κοινό στο χρόνο, κοινό στο συμβολισμό αφού αφορούν ζωή, προστασία, δύναμη, ε δεν μπορείτε να πείτε, μια μικρή σύνδεση, ένα μικρό δέσιμο υπάρχει!!!



Clean Me
PROFESSIONAL CLEANING SERVICES

ΕΙΔΕΣ ΤΑ ΧΑΛΙΑ ΣΟΥ;

**ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ
ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΧΑΛΙΩΝ**

Το συνεργείο μας
προσφέρει δωρεάν
παραλαβή, φύλαξη και
παράδοση των χαλιών
σας σε όλη την Επαρχία
Λευκωσίας.

Επικοινωνήστε μαζί μας



770 00 770

www.cleanme.cy

info@cleanme.cy

68A Αγ. Γεωργίου, Λακατάμια 2304



ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ



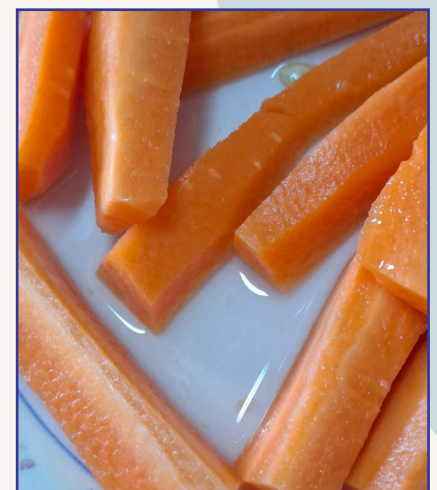
Ρωτήσαμε, θυμηθήκαμε, χαμογελάσαμε!!

Η Καθαρά Δευτέρα σηματοδοτεί την έναρξη της Σαρακοστής και αποτελεί ημέρα πνευματικής και σωματικής κάθαρσης. Μετά το γιορτινό κλίμα των Αποκριών, οι οικογένειες κάνουν τα ψώνια τους και στρώνουν τα νησίσιμα τραπέζια.

Φέτος στο χωριό δυστυχώς λόγω ανακαίνισης του εκδρομικού χώρου δεν μπορέσαμε να πραγματοποιήσουμε την καθιερωμένη εκδήλωση της Καθαρής Δευτέρας. Έτσι το εκμεταλλευτήκαμε, βγήκαμε έξω και κάναμε ένα μικρό ρεπορτάζ, ρωτώντας πως θα περνούσαν τη μέρα τους οι συγχωριανοί μας. Μάλιστα αρκετοί μας άφησαν να φωτογραφίσουμε και κάποια φαγητά που είχαν ετοιμάσει στο τραπέζι τους.

Η Υπεραγορά Κερύνεια ήταν ανοικτή από πολύ νωρίς το πρωί, για να εξυπηρετήσει όσους δεν πρόλαβαν να κάνουν τα απαραίτητα ψώνια για την Καθαρά Δευτέρα και η αλήθεια είναι πως δεν ήταν λίγοι. Μάλιστα τα περισσότερα είδη φθαρτών βρισκόνταν έξω από την Υπεραγορά κι αυτό διευκόλυνε περισσότερο τους πελάτες. Λαχανικά, λαγάνες, ταραμά, χαλβά, ταχίνι, ελιές και θαλασσινά, κρασί και άλλα πολλά, μερικά από τα είδη νησίσιμων φαγητών που θα αποτελούσαν το μενού για το Σαρακοστιανό τραπέζι. Όπως μας ανέφεραν αρκετοί, μικροί και μεγάλοι συνήθως εκείνη τη μέρα βγαίνουν στη φύση, πραγματοποιούν εξορμήσεις σε αγρούς της περιοχής (σημειώστε ακόμα και στο βουνό του χωριού μαζεύτηκαν), για να απολαύσουν καθαρό αέρα και φυσικά να πετάξουν το χαρταετό, ένα έθιμο που συμβολίζει την ελπίδα και την πνευματική ανάταση. Πιο παλιά συνηθιζόταν περισσότερο οι γυναίκες να παίρνουν και τραπεζομόντηλα και να τα στρώνουν κάτω στα χορτάρια, βάζοντας όλα τα φαγώσιμα πάνω. Σήμερα οι περισσότεροι παίρνουν τα τραπέζια τους, τις καρέκλες τους. «Αν και φέτος χλωμό το βλέπω γιατί όπως βλέπετε έρχεται καταιγίδα», μας είπαν.

Πράγματι μετά το μεσημέρι ξεκίνησε να βρέχει. Έτσι οι περισσότεροι περιορίστηκαν σε κλειστούς χώρους για το καθιερωμένο κόψιμο της μούπτης της Σαρακοστής.



Δεν ρωτήσαμε μόνο για το πως θα περνούσαν τη μέρα τους, ρωτήσαμε αν γνωρίζουν κάποια παραδοσιακά επαγγέλματα και φυσικά προσπάθησαν να μας πουν και γλωσσοδέτη. Το αποτέλεσμα μας έφερε γέλιο και χαρά και πραγματικά ευχαριστούμε πολύ όσους συμμετείχαν στο βιντεάκι μας που πάντα χαίρονται μαζί μας και είναι πρόθυμοι να μας απαντούν. Μάλιστα ένας γλυκύτατος κύριος γύρω στα 70, δεν παρέλειψε να μας ευχαριστήσει που κάνουμε τέτοια βιντεάκια και σκορπάμε χαμόγελα.

Το πρώτο επάγγελμα για το οποίο κλήθηκαν να απαντήσουν ήταν ο σιόκκος, όπου ήταν αυτός που έφτιαχνε καλάθια για κουμανταρία, κρασί. Ένα επάγγελμα που απαιτούσε τέχνη, υπομονή και δεξιοτεχνία. Το άλλο ήταν ο υαλοπούλης, ο πλανόδιος πωλητής που γύριζε τα χωριά και μετέφερε πιάτα, φλυτζάνια και διάφορα οικιακά σκεύη, προσφέροντας έτσι στις νοικοκυρές τα απαραίτητα για το σπίτι τους. Η Καθαρά Δευτέρα δεν είναι μόνο μια θρησκευτική γιορτή. Είναι μια ευκαιρία για οικογενειακές στιγμές, επαφή με τη φύση και διατήρηση των εθίμων που μας ενώνουν ως κοινότητα. Πέραν του χαρταετού και των νησίσιμων φαγητών πολλοί μας ανέφεραν ότι παίζουν παραδοσιακά παιχνίδια όπως αυτά που παίζουμε το Πάσχα, αυγοδρομίες και άλλα πολλά. Μεγαλύτερες ηλικίες μας ανέφεραν παλιό παιχνίδι που συνηθίζαν να παίζουν, τη δακκανούρα (ψημένο αυγό που το έδεναν από κάπου και το κουνούσαν δεξιά κι αριστερά κι αυτός που θα το έπαιρνε με το στόμα του, χωρίς να το αγγίξει, ήταν ο νικητής. Η παράδοση δεν είναι απλά η ιστορία του χθες. Είναι η ταυτότητα μας και ο τρόπος με τον οποίο συνεχίζουμε να τιμούμε τις ρίζες μας και έστω και από απλές συζητήσεις που είχαμε στην υπεραγορά του χωριού, το αντιληφθήκαμε και φέτος! Ευχόμαστε σε όλους Καλή Σαρακοστή με υγεία, δύναμη, όμορφες οικογενειακές στιγμές και καλό Πάσχα να φτάσουμε!!!

Η ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ ΠΡΟΧΩΡΑ ΜΠΡΟΣΤΑ

Σημαντικά έργα σε εξέλιξη στην κοινότητα μας

Όπως σαν έχουμε αναφέρει ξανά οι εργασίες για την ανέγερση του νέου Δημοτικού Σχολείου Ψιμολόφου συνεχίζονται με γοργούς ρυθμούς. Πρόκειται για ένα πολύ σημαντικό έργο για την κοινότητα μας, το οποίο θα συμβάλει ουσιαστικά στην αναβάθμιση της εκπαίδευσης και των υποδομών του χωριού μας. Η πρώτη φάση αναμένεται να ολοκληρωθεί μέχρι το τέλος του 2026 και περιλαμβάνονται αίθουσες διδασκαλίας, καθώς και η αίθουσα πολλαπλής χρήσεως, η οποία θα μπορεί να αξιοποιηθεί τόσο για σχολικές όσο και για κοινοτικές δραστηριότητες. Το κόστος ανέγερσης του έργου έχει αναλάβει το Υπουργείο Παιδείας, γεγονός που καταδεικνύει τη σημασία που δίνεται στην ανάπτυξη της περιοχής μας.

Παράλληλα έχουν ολοκληρωθεί και οι εργασίες ενεργειακής αναβάθμισης στα γραφεία του Κοινοτικού Συμβουλίου. Με τις παρεμβάσεις αυτές, τα γραφεία έγιναν πιο λειτουργικά και ενεργειακά αποδοτικά και λειτουργούν πλέον κανονικά για την εξυπηρέτηση των κατοίκων. Σύντομα ξεκινά η εσωτερική ανακαίνιση των γραφείων ούτως ώστε να καταστεί ένα υπερσύγχρονο κτίριο που θα φιλοξενεί τη βιβλιοθήκη και τα γραφεία του Κοινοτικού Συμβουλίου.

Επιπρόσθετα, τελειώνουν και οι εργασίες αναβάθμισης του εκδρομικού χώρου της κοινότητας. Ο χώρος θα μετατραπεί σε ένα σύγχρονο και φιλόξενο εκδρομικό χώρο, με νέους τραπεζόπαγκους, κιόσκια, περισσότερη δέντροφύτευση και βελτιωμένες υποδομές, ώστε να αποτελεί σημείο συνάντησης και αναψυχής για μικρούς και μεγάλους. Η πρώτη εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί τη Δευτέρα 13 Απριλίου και η επόμενη, 26 Απριλίου με το Παραδοσιακό Φεστιβάλ. Αξίζει να σημειωθεί ότι και για τα 2 αυτά έργα έχουν εξασφαλιστεί ευρωπαϊκά κονδύλια, τα οποία καλύπτουν πλήρως το κόστος υλοποίησής τους.

Επίσης σας ενημερώνουμε ότι έχουμε εξασφαλίσει την πολεοδομική άδεια και έχει υποβληθεί η αίτηση για άδεια οικοδομής για την κατασκευή δυο γηπέδων πάντελ, τα οποία θα χωροθετηθούν στην περιοχή μεταξύ του λόφου και του Δημοτικού Σχολείου. Μετά την εξασφάλιση της άδειας, θα υποβληθούν αιτήσεις σε αρμόδια τμήματα για εξασφάλιση επιχορήγησης, με στόχο την υλοποίηση και αυτού του σημαντικού έργου που θα ενισχύσει τις αθλητικές υποδομές της κοινότητας. Παράλληλα θα γίνει επιδιόρθωση αρκετών πεζοδρομίων σε διάφορους χώρους της κοινότητας μέσω της επαρχιακής διοίκησης.

Η ανάπτυξη και η πρόοδος της κοινότητας μας είναι αποτέλεσμα συλλογικής προσπάθειας. Όλοι μαζί μπορούμε!



Υπεραγορά 
ΚΟΛΙΑΣ
Ακόμα πιο φθηνά

Καλό
Πάσχα

www.kkolias.com

Λεωφ. Μακαρίου III 185, Λακατάμεια | Τηλ.: 22 381750



ΣΕ ΤΡΟΧΙΑ ΣΤΕΛΕΧΩΣΗΣ ΤΑ ΣΥΜΠΛΕΓΜΑΤΑ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ ΣΤΟΧΟΣ Η ΙΣΟΤΙΜΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

Σε φάση μετάβασης βρίσκονται οι κοινότητες μετά την εφαρμογή της μεταρρύθμισης της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, με το βάρος να πέφτει πλέον στη στελέχωση και στην ομαλή λειτουργία των συμπλεγμάτων υπηρεσιών.

Ο πρόεδρος της Ένωσης Κοινοτήτων Κύπρου, κ. Αντρέας Κιτρομιλίδης, ξεκαθαρίζει ότι ο στόχος είναι σαφής, να μπει τέλος στις ανισότητες που υπήρχαν ανάμεσα στις κοινότητες, όπου άλλες διέθεταν επαρκές προσωπικό και άλλες λειτουργούσαν με σοβαρές ελλείψεις. Όπως εξηγεί, οι διαδικασίες για τη στελέχωση των συμπλεγμάτων έχουν ολοκληρωθεί και οι θέσεις έχουν ήδη προκηρυχθεί. Η εκτίμηση είναι πως μέχρι τα τέλη Ιουνίου θα έχει προσληφθεί το απαραίτητο προσωπικό, ώστε το νέο σύστημα να τεθεί πλήρως σε εφαρμογή.

Η προετοιμασία πάντως μόνο απλή δεν ήταν. Χρειάστηκε να καθοριστούν νέα οργανογράμματα, να συμφωνηθούν σχέδια υπηρεσιών και να προηγηθούν διαβουλεύσεις με συντεχνίες και αρμόδια υπουργεία. «Μπαίνουμε πλέον στη νέα τάξη πραγμάτων» σημειώνει χαρακτηριστικά. Σε οικονομικό επίπεδο, τα δεδομένα διαφοροποιούνται αλλά όχι δραματικά. Το κόστος του υφιστάμενου προσωπικού πριν τη μεταρρύθμιση ανερχόταν περίπου στα 3,5 εκατομμύρια ευρώ. Με τα νέα οργανογράμματα, το προσοντούχο προσωπικό των συμπλεγμάτων εκτιμάται στα 3 εκατομμύρια ευρώ, ενώ για βοηθητικό γραμματειακό προσωπικό προβλέπεται επιπλέον δαπάνη 1 έως 1,5 εκατομμύριου ευρώ. Ξεκαθαρίζει, ωστόσο, πως η αυτονομία των κοινοτήτων παραμένει ανέπαφη. Κάθε κοινότητα διατηρεί το συμβούλιο της, τον προϋπολογισμό της και την ευθύνη για τα έργα που την αφορούν. Τα συμπλέγματα λειτουργούν υποστηρικτικά, με ισότιμη συμμετοχή όλων των κοινοταρχών στη διοίκηση τους. Όσο αφορά τις ανησυχίες για αυξήσεις στα τέλη, διευκρινίζει ότι το ζήτημα των σκυβάλων δεν απορρέει από τη μεταρρύθμιση, αλλά από το υψηλό κόστος μεταφοράς και τις χρεώσεις στους ΧΥΤΥ. Για το θέμα βρίσκονται σε εξέλιξη επαφές με τα αρμόδια υπουργεία, με στόχο την εξεύρεση λύσεων που θα περιορίσουν την επιβάρυνση.

Η επόμενη περίοδος θεωρείται κρίσιμη, καθώς η επιτυχία της μεταρρύθμισης θα κριθεί στην πράξη: από το κατά πόσο οι κοινότητες θα μπορέσουν να προσφέρουν πιο οργανωμένες και ποιοτικές υπηρεσίες στους κατοίκους τους.

Σε κρίσιμο στάδιο εφαρμογής εισέρχεται η μεταρρύθμιση της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, με το επίκεντρο να μεταφέρεται πλέον στη στελέχωση των συμπλεγμάτων υπηρεσιών και στην πρακτική λειτουργία του νέου μοντέλου.

Ο πρόεδρος Ένωσης Κοινοτήτων Κύπρου, κ. Αντρέας Κιτρομιλίδης, επισημαίνει ότι βασική επιδίωξη είναι να αρθεί η ανισοροπία που υπήρχε μέχρι σήμερα ανάμεσα στις κοινότητες, όπου άλλες διέθεταν επαρκή διοικητική υποστήριξη και άλλες λειτουργούσαν με σημαντικές ελλείψεις.

Σύμφωνα με τον ίδιο, οι διαδικασίες που αφορούν τη στελέχωση έχουν ολοκληρωθεί και οι θέσεις έχουν ήδη προκηρυχθεί. Η εκτίμηση είναι ότι μέχρι τα τέλη Ιουνίου θα έχει ολοκληρωθεί η πρόσληψη του αναγκαίου προσωπικού, ώστε τα συμπλέγματα να μπορούν να ανταποκριθούν πλήρως στις αυξημένες τους αρμοδιότητες. Η προετοιμασία του νέου σχήματος χαρακτηρίζεται σύνθετη, καθώς προηγήθηκε ο καθορισμός οργανογραμμάτων, η συμφωνία σε σχέδια υπηρεσιών και διαβουλεύσεις με συντεχνίες και αρμόδια υπουργεία. Σε ότι αφορά το οικονομικό σκέλος, πριν από τη μεταρρύθμιση το κόστος του υφιστάμενου προσωπικού ανερχόταν περίπου στα 3,5 εκατομμύρια ευρώ, ενώ προβλέπεται επιπλέον δαπάνη 1 έως 1,5 εκατομμύριου ευρώ για βοηθητικό γραμματειακό προσωπικό. Ο πρόεδρος της Ένωσης διευκρινίζει ότι η αυτονομία των κοινοτήτων παραμένει αδιαπραγμάτευτη. Κάθε κοινότητα διατηρεί το κοινοτικό της συμβούλιο και τον προϋπολογισμό της, καθώς και την αρμοδιότητα λήψης αποφάσεων για έργα που αφορούν την περιοχή της. Τα συμπλέγματα διοικούνται από συμβούλιο στο οποίο συμμετέχουν ισότιμα όλοι οι κοινοτάρχες, με μια εκπροσώπηση ανά κοινότητα. Αναφορικά με τις ανησυχίες πολιτών για ενδεχόμενες αυξήσεις στα τέλη, ξεκαθαρίζεται ότι το ζήτημα της διαχείρισης σκυβάλων δεν συνδέεται με τη μεταρρύθμιση, αλλά με το αυξημένο κόστος μεταφοράς απορριμμάτων και τις χρεώσεις στους ΧΥΤΥ. Για το θέμα βρίσκονται σε εξέλιξη επαφές με τα αρμόδια υπουργεία, με στόχο τη μείωση της οικονομικής επιβάρυνσης. Η επόμενη περίοδος θεωρείται καθοριστική, καθώς η επιτυχία της μεταρρύθμισης θα αποτιμηθεί στην πράξη, μέσα από την ποιότητα και την αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών που θα λαμβάνουν οι κάτοικοι των κοινοτήτων.



SKEVOS PARASKEVA

ΓΚΑΡΑΖ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ

ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΤΥΠΩΝ

99 420 514

ENEOS MOTOR OIL

PSALTIS
AUTO PARTS

Όταν ανθίζει η αμυγδαλιά, οι κουτάλες ζωντανεύουν

Γέμισε και η Ψιμολόφου μας με αμυγδαλιές. Αυτό το πανέμορφο δέντρο που εκτός του ότι είναι προμήνυμα της Άνοιξης, συμβολίζει την ελπίδα, την αναγέννηση, καθώς και την αγνότητα και την ευτυχία. Αν και ανθίζει νωρίς, πολλές φορές μέσα στο κρύο (προσωπικά ξεπάγιασα τη μέρα που πήγα να φωτογραφίσω,) θυμίζει ότι ακόμα και στις πιο δύσκολες συνθήκες μπορεί να γεννηθεί κάτι όμορφο. Φυσικά η αμυγδαλιά δεν φέρνει μόνο την Άνοιξη, φέρνει και δουλειά στις νοικοκυρές μας! Με τον ερχομό της, ήδη νοικοκυρές της κοινότητας, άρχισαν τα σχέδια για αμυγδαλωτά, γλυκό του αμυγδαλού και κάθε λογής παραδοσιακού γλυκού που μοσχοβολά τα σπίτια. Και αν πλησιάζει και κανέννας γάμος, τότε τα αμύγδαλα έχουν την τιμητική τους τα στα κουφέτα (αμύγδαλα τυλιγμένα με ζάχαρη), γιατί όπως λέμε, γάμος χωρίς αμύγδαλο δεν γίνεται! Έτσι, η ανθισμένη αμυγδαλιά δεν είναι μόνο σύμβολο ελπίδας, μάλλον πλέον είναι μια γλυκιά υπενθύμιση ότι η παράδοση συνεχίζεται και περνά από την κουζίνα μας!!! Θερμή παράκληση, μην μας ξεχάσετε, εσείς που φτιάξατε γλυκό αμυγδαλού, στείλτε λίγο και σε μας!!!



**TSIELEPAS
WATER PUMPS**

We bring water to people!

Διατρήσεις

Εγκατάσταση και επιδιόρθωση
τουρμπίνων και πιεστικών συστημάτων

☎ 99 43 34 72

✉ tsielepasc@gmail.com

📘 [waterpumpsbytsielepas](https://www.facebook.com/waterpumpsbytsielepas)



ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ

Περίοδος Πνευματικής προετοιμασίας

Η περίοδος της Μεγάλης Τεσσαρακοστής αποτελεί για την Ορθόδοξη Εκκλησία έναν ιδιαίτερα σημαντικό πνευματικό σταθμό, που προετοιμάζει τους πιστούς για τη μεγάλη εορτή της Ανάστασης του Χριστού. Κατά τη διάρκεια των πενήντα αυτών ημερών, οι πιστοί καλούνται να αφιερώσουν περισσότερο χρόνο στην προσευχή, στη νηστεία και στη συμμετοχή στις ιερές ακολουθίες. Η νηστεία, πέρα από τη διατροφική της διάσταση, έχει βαθύτερο πνευματικό νόημα, καθώς συνδέεται με την εγκράτεια, την ταπεινότητα και την προσπάθεια εσωτερικής ανανέωσης. Ιδιαίτερη θέση σε αυτή την περίοδο κατέχουν οι κατανυκτικές ακολουθίες που τελούνται στους ναούς, όπως οι Χαιρετισμοί της Παναγίας και οι Προηγιασμένες Θείες Λειτουργίες, οι οποίες δημιουργούν ένα ξεχωριστό κλίμα περισυλλογής και κατάνυξης. Η Μεγάλη Τεσσαρακοστή αποτελεί, επομένως, μια ευκαιρία για πνευματική ανασυγκρότηση και αυτογνωσία. Είναι μια πορεία που καλεί τον άνθρωπο να στραφεί προς την ουσία της πίστης, προετοιμάζοντας την καρδιά και την ψυχή για το χαρμόσυνο μήνυμα της Ανάστασης.



ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΗΣ ΟΡΘΟΔΟΞΙΑΣ

Με ιδιαίτερη κατάνυξη και λαμπρότητα τιμήθηκε και φέτος στην ενορία μας η Κυριακή της Ορθοδοξίας, η πρώτη Κυριακή των Νηστειών, αφιερωμένη στην αναστήλωση των Ιερών Εικόνων και στο θρίαμβο της Ορθόδοξης Πίστης απέναντι στην εικονομαχία. Η απόφαση αυτή που λήφθηκε από την Κωνσταντινούπολη με πρωτοβουλία της Αυτοκράτειρας Θεοδώρας και του Πατριάρχη Μεθόδιου Α, αποτελεί μέχρι σήμερα σημείο αναφοράς για την Εκκλησία μας και διακήρυξη της αλήθειας και πίστης.

Πέρα όμως από τη θεολογική της σημασία, η Κυριακή της Ορθοδοξίας συνδέεται και με ένα όμορφο και ζωντανό έθιμο που διατηρείται μέχρι σήμερα. Οι πιστοί φέρνουν από τα σπίτια τους ιερές εικόνες, τις οποίες τοποθετούν στο ναό, συμμετέχοντας με ευλάβεια στη λιτάνευσή τους. Ο Ιερέας την ώρα που οι πιστοί προσκυνούν την εικόνα του Χριστού, προσφέρει ευλογημένα λουλούδια (κρινάκια, σιερινιές, γαρυφαλάκια), ως σημείο χαράς, τιμής και πνευματικής ανανέωσης. Τα λουλούδια εκείνη τη μέρα είναι σύμβολο της άνθισης της πίστης. Το έθιμο αυτό ενισχύει το αίσθημα της κοινότητας κι υπενθυμίζει ότι η πίστη βιώνεται συλλογικά, μέσα στη ζωή της ενορίας και της οικογένειας.

Σε μια εποχή προκλήσεων και αμφισβητήσεων, το μήνυμα της μέρας παραμένει διαχρονικό: η Ορθοδοξία δεν είναι απλώς ιστορική μνήμη, αλλά ζωντανή μαρτυρία αλήθειας, ενότητας κι ελπίδας.

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ

Ξεκίνησαν και φέτος οι Χαιρετισμοί (Κοντάκια) της Παναγίας την Παρασκευή 27/2. Οι πιστοί συγκεντρώθηκαν στην Εκκλησία, προσφέροντας ευλάβεια και προσευχή, ανοίγοντας πνευματικά την πορεία προς το Πάσχα.

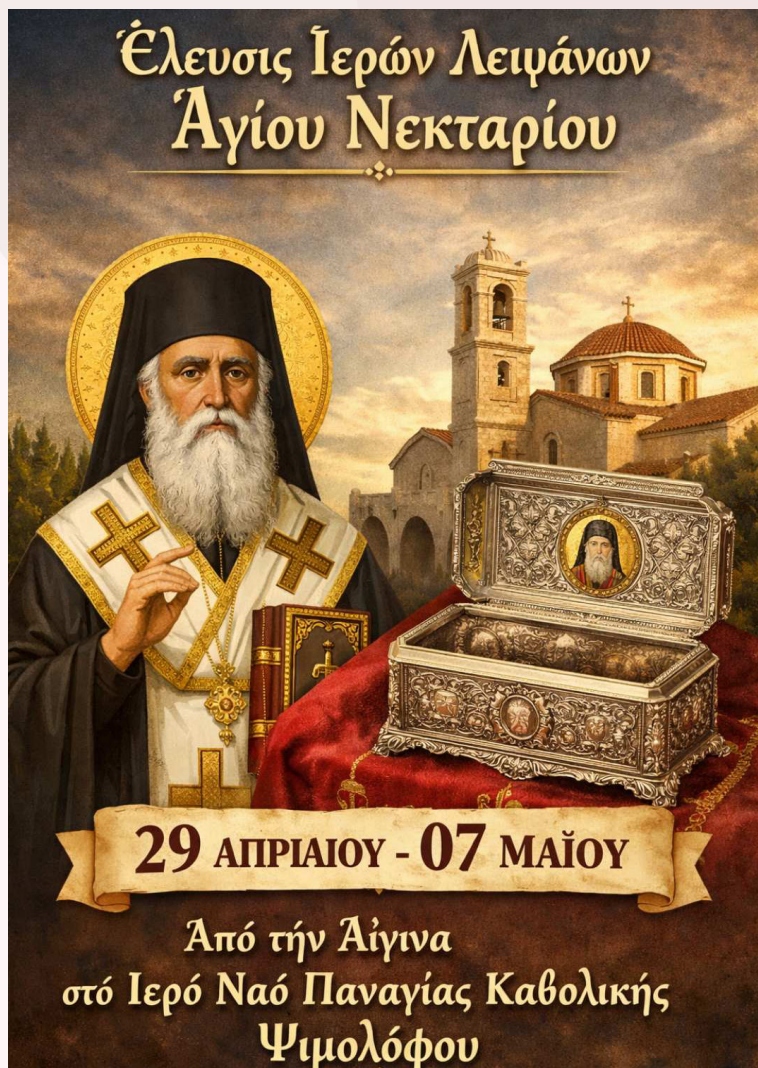
οι υπεραγορές για όλα τα πορτοφόλια

savemore
= όμιλος υπεραγορών

ΥΠΕΡΑΓΟΡΑ ΓΑΛΑΚΤΙΚΑ

Αρχιεπισκόπου Μακαρίου του 3ου 94 | 2460 | Πάνω Δευτερά | Τηλ: 22621806 | Fax: 22623539

Έλευσις Ιερών Λειψάνων
Άγιου Νεκταρίου



29 ΑΠΡΙΑΙΟΥ - 07 ΜΑΪΟΥ

Από την Αίγινα
στό Ιερό Ναό Παναγίας Καβολικής
Ψιμολόφου

Ιερός Ναός
Παναγίας Καβολικής Ψιμολόφου

Μουσικοχορευτική εκδήλωση
18/04, 17:00μ.μ
Στο προαυτιό της εκκλησίας



Peric
ΝΕΡΟ ΑΓΡΟΥ

ΝΕΡΟ PERIC
Η ΑΠΟΛΥΤΗ
ΦΥΣΙΚΗ
ΕΝΙΣΧΥΣΗ



Η ΑΚΟΗ ΜΑΣ ΜΕΤΡΑΕΙ

(3 Μαρτίου Παγκόσμια μέρα Ακοής)

Η 3η Μαρτίου έχει καθιερωθεί από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (WHO) ως η Παγκόσμια Μέρα Ακοής, με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση γύρω από την υγεία της ακοής και την πρόληψη της βαρηκοΐας. Παρά την αυξανόμενη τεχνολογία και τις δυνατότητες ιατρικής φροντίδας, η απώλεια ακοής παραμένει ένα σημαντικό παγκόσμιο πρόβλημα.

Σύμφωνα με στοιχεία της WHO, περίπου 430 εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως αντιμετωπίζουν σημαντική απώλεια ακοής, με τους περισσότερους να μην έχουν πρόσβαση σε ακουστικά βοηθήματα ή έγκαιρη ιατρική φροντίδα. Η πρόληψη και η έγκαιρη διάγνωση είναι κρίσιμες, ειδικά για τα παιδιά, καθώς η καθυστέρηση στη θεραπεία μπορεί να επηρεάσει την ανάπτυξη της ομιλίας και της μάθησης.

Η μέρα αυτή δεν είναι μόνο ενημέρωση. Στοχεύει επίσης στη συμπερίληψη και ένταξη των ατόμων με βαρηκοΐα στην κοινωνία, μειώνοντας το στίγμα γύρω από τη χρήση ακουστικών βοηθημάτων. Απλές καθημερινές πρακτικές μπορούν να κάνουν τη διαφορά: αποφυγή έντονων ήχων, περιορισμός χρόνου ακρόασης με ακουστικά και χρήση προστασίας σε θορυβώδη περιβάλλοντα. Η 3η Μαρτίου θυμίζει ότι η ακοή είναι πολύτιμη κι εύθραστη. Η πρόληψη, η ενημέρωση και η στήριξη των ανθρώπων με προβλήματα ακοής δεν είναι απλώς θέμα υγείας, αλλά θέμα κοινωνικής ευθύνης.



28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΜΕΡΑ ΣΠΑΝΙΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ

Η Παγκόσμια Ημέρα Σπάνιων Παθήσεων τιμάται κάθε χρόνο στο τέλος Φεβρουαρίου κι έχει στόχο την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας για τις σπάνιες παθήσεις και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι ασθενείς και οι οικογένειές τους. Παρόλο που κάθε πάθηση είναι σπάνια, συνολικά εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως ζουν με κάποια σπάνια νόσο, γεγονός που καθιστά ιδιαίτερα σημαντική την προώθηση της έρευνας, της έγκαιρης διάγνωσης και της κοινωνικής στήριξης. Με αφορμή τη μέρα αυτή, η Διευθύντρια του Τμήματος Βιοστατιστικής του Ινστιτούτου Νευρολογίας και Γενετικής Κύπρου, Δρ. Κυριακή Μιχαηλίδου, επισκέφτηκε τα Δημοτικά Σχολεία Ψιμολόφου και Δευτεράς. Μέσα από μια διαδραστική παρουσίαση, ενημερώθηκαν οι μαθητές για το τι είναι οι σπάνιες παθήσεις, πως επηρεάζουν τη ζωή χιλιάδων ανθρώπων και των οικογενειών τους, καθώς και για τη σημασία της έρευνας, της έγκαιρης διάγνωσης και της κοινωνικής αποδοχής. Με γνώση, κατανόηση και αποδοχή μπορούμε να χτίσουμε μια κοινωνία που δεν αφήνει κανένα στο περιθώριο. Μαζί δίνουμε φωνή στις σπάνιες παθήσεις.

L.L. SPORTS CARS LOUNIMAR LTD



Louis Loizou
General Manager

Τηλ. 22371167, 99652289

Φαξ: 22371726

Αρχ. Μακαρίου Γ' 327

2313 Λακατάμεια

E-mail: llsportcar@hotmail.com



Από τον σχεδιασμό στην πράξη: Η πρόκληση της ανθεκτικότητας στη Μεσόγειο



Η κλιματική κρίση δεν αποτελεί πλέον μελλοντικό σενάριο αλλά καθημερινή πραγματικότητα για τη Μεσόγειο. Στο διεθνές Συνέδριο για το Σύμπλεγμα Νερού- Ενέργειας- Τροφίμων-Οικοσυστημάτων(WEFE NEXUS), που πραγματοποιήθηκε στις 25/2/26 στο Ινστιτούτο Κύπρου, στο επίκεντρο βρέθηκε η ανάγκη μετάβασης από τη στρατηγική στη συγκεκριμένη δράση. Κατά τις τοποθετήσεις, επισημάνθηκε ότι η Μεσόγειος συγκαταλέγεται στις περιοχές που θερμαίνονται ταχύτερα, ενώ η ολιγομβρία και τα φαινόμενα λειψυδρίας επιδεινώνονται. Παράλληλα, τα οικοσυστήματα και τα συστήματα παραγωγής τροφίμων υφίστανται αυξανόμενες πιέσεις, γεγονός που καθιστά επιτακτική την υιοθέτηση ολοκληρωμένων και διατομεακών προσεγγίσεων.

Η Επίτροπος Περιβάλλοντος και Ευημερίας των Ζώων, κ. Αντωνία Θεοδοσίου, τόνισε ότι το ζητούμενο δεν είναι μόνο η χάραξη πολιτικών, αλλά η εφαρμογή τους μέσα από ένα αξιόπιστο και μετρήσιμο πλαίσιο, με συντονισμό σε εθνικό, περιφερειακό, και ευρωπαϊκό επίπεδο. Όπως υπογράμμισε, η Κύπρος παραμένει προσηλωμένη στην προώθηση επιστημονικά τεκμηριωμένων λύσεων που ενισχύουν την αειφόρο ανάπτυξη και την ανθεκτικότητα της περιοχής. Η συζήτηση ανέδειξε πως η πραγματική πρόκληση για τα κράτη της Μεσογείου είναι να μετατρέψουν τον στρατηγικό σχεδιασμό σε απτά αποτελέσματα, ικανά να διασφαλίσουν το μέλλον των επόμενων γενεών.



DEMETRIOU & NICOLAOU
Constructions & Developments Ltd

Γεώργιου Αναγνωστοπούλου 12Δ
2045 Στρόβολος, Λευκωσία

Τηλ.: 22320483, 99663575, 99663576, Fax: 22322038

Email: demetriouandnikolaou@cytanet.com.cy

Website: www.demetriouandnicolaou.com

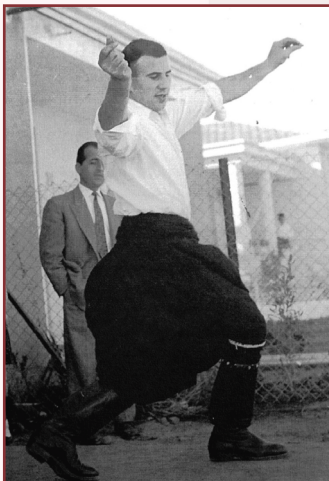
Η ΓΕΝΝΗΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Όταν η Κύπρος έμαθε να χορεύει

Η παράδοση δεν είναι απλώς αναμνήσεις του παρελθόντος. Είναι τα βήματα που άφησαν οι προηγούμενοι για να συνεχίσουμε εμείς. Κάνω τη σκέψη πολλές φορές όταν βλέπουμε διάφορα παραδοσιακά συγκροτήματα σε εκδηλώσεις, ποιος άραγε έφτιαξε τους χορούς αυτούς, από που πηγάζουν, όλο και κάποιος τους δημιούργησε και τους μετέδωσε. Και οι νέοι χοροδιδάσκαλοι; Μπαίνουν στη διαδικασία να φάξουν την ιστορία του χορού ή απλά μαθαίνουν τους χορούς για να τους διδάξουν.

Η ιστορία των κυπριακών παραδοσιακών χορών φτάνει μέχρι την αρχαιότητα και ήταν διαμορφωμένη από την κοινωνική ζωή, τους γάμους, τα πανηγύρια και την καθημερινότητα. Αποτελούσαν ζωντανό κομμάτι της πολιτιστικής κληρονομιάς του τόπου, έκφραση συναισθημάτων, χαράς, αλλά και ηρωισμού. Χαρακτηριστικό των περισσότερων χορών, ήταν ότι οι άντρες χόρευαν ξεχωριστά από τις γυναίκες κι αυτό ξεκάθαρα λόγω αυστηρών κοινωνικών ηθών και φυσικά ο αυτοσχεδιασμός, χωρίς συγκεκριμένη δομή ή σειρά βημάτων.

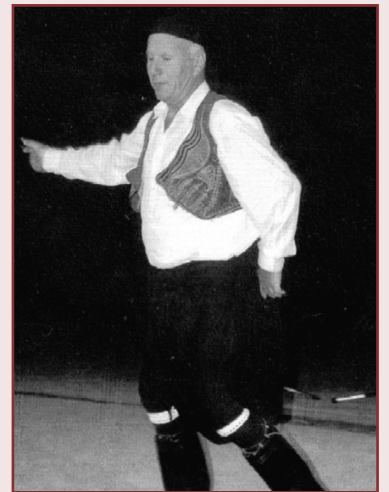
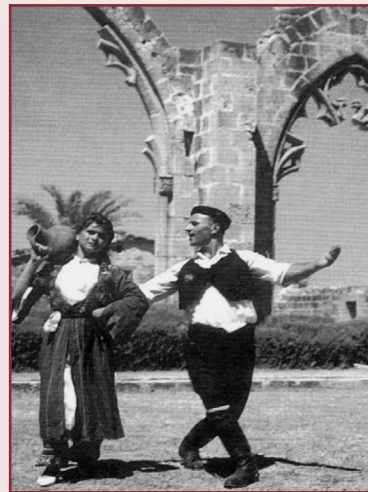
Γύρω στο 1948, αυτό άρχισε να αλλάζει, από τον άνθρωπο που τόλμησε να κάνει το πρώτο βήμα, να χορογραφήσει αλλά και να διδάξει για πρώτη φορά παραδοσιακούς χορούς στην Κύπρο. Ανάμεσα στα χωριά διδασκαλίας (Δευτερά, Τσέρι, Λακατάμια κ.α) ήταν και το δικό μας, η Ψιμολόφου μας, αφού κάποιιοι άνθρωποι τότε υπήρξαν μαθητές του χοροδιδάσκαλου αυτού. Χάρη σε εκείνον, ο χορός δεν έμεινε μόνο σε πανηγύρια και αυλές, αλλά έγινε μάθημα, βίωμα και κληρονομιά. Γιατί η παράδοση δεν γεννιέται τυχαία, χρειάζεται ανθρώπους με όραμα για να τηβάλουν σε κίνηση κι ένας από αυτούς ήταν ο Γρηγόρης Ασιώτης.



Ένα όνομα, μια ιστορία, αφού συνδέεται με τη διδασκαλία χορών, δημιουργία χορευτικών συγκροτημάτων και την έρευνα της κυπριακής μουσικής παράδοσης. Η αλήθεια είναι πως ρωτήσαμε 2 χοροδιδάσκαλους έτσι για να μας λυθεί η απορία. Ο κ. Αντρέας Κιτρομιλίδης (Πρόεδρος Ένωσης Κοινοτήτων), ο οποίος υπήρξε χοροδιδάσκαλος για αρκετά χρόνια, φυσικά και γνώριζε για την παράδοση των κυπριακών χορών στην Κύπρο και μάλιστα τόνισε πως ο Γρηγόρης Ασιώτης ήταν αυτός που έβαλε δομή και αριθμημένα βήματα σε χορούς, φιγούρες που δεν υπήρχαν πριν.

Ο κύριος Κύπριος Κυπριανός (Χοροδιδάσκαλος Λαογραφικού Ομίλου Ψιμολόφου), αναφέρει ότι οι παραδοσιακοί χοροί είναι μια ζωντανή κληρονομιά. Γεννήθηκαν στις αυλές των σπιτιών, στα πανηγύρια και γάμους. Ο Γρηγόρης Ασιώτης με τη συνεργασία λαογράφων και μουσικών, κατέγραψε, οργάνωσε σε σκηνική μορφή, τους διδάξε με δομημένο τρόπο και τους παρουσίασε σε φεστιβάλ και παραστάσεις.

Όπως πολλοί έλεγαν, ο Γρηγόρης το είχε από παιδί, πετούσε, έτσι έλεγαν. Είχε παράδοση στη μουσική και το χορό από μικρός, καθώς προερχόταν από μουσική οικογένεια. Η ακρίβεια στις κινήσεις και η κοινή γραμμή των χορευτών τον οδήγησαν στη σκέψη ότι μια παρόμοια οργάνωση θα μπορούσε να εφαρμοστεί και στους κυπριακούς χορούς. Μέχρι τότε, οι περισσότεροι χόρευαν βασισμένοι κυρίως στο προσωπικό τους ένστικτο, χωρίς προκαθορισμένη δομή ή συγκεκριμένες φιγούρες. Πατούσαν στο ρυθμό της μουσικής, όμως ο αυτοσχεδιασμός κυριαρχούσε. Δεν υπήρχαν σχολές, ούτε οργανωμένη διδασκαλία. Έτσι η παράδοση περνούσε από γενιά σε γενιά, μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του 1950, όταν έκλεισε ουσιαστικά ο κύκλος της τελευταίας γενιάς των μεγάλων λαϊκών χορευτών.



Κάπως έτσι του γεννήθηκε η ιδέα του Γρηγόρη να δοκιμάσει ο ίδιος να διδάξει. Στην αρχή υπήρξαν και οι αποτυχίες, οι οποίες δεν τον αποθάρρυναν, αντιθέτως τον πείσμωναν κι έτσι στρώθηκε στη δουλειά. Κατέγραψε τη σύνδεση των βημάτων με το ρυθμό της μουσικής. Με τη βοήθεια πάντα της μητέρας του (Αρτεμού Γρηγόρη, της οποίας ο πατέρας της ήταν σπουδαίος χορευτής) που ήξερε να τραγουδά όλους τους κυπριακούς χορούς και να αποδίδει τους ρυθμούς με παλαμάκια, κάθισαν, σκέφτηκαν και ξεκίνησαν δουλειά. Η μητέρα του έπιανε το ρυθμό με το στόμα και ο Γρηγόρης έκανε το βηματισμό. Όχι έτσι απλά όμως, βουτούσε πρώτα τα πόδια του σε ασβέστη και έτσι όταν χόρευε αποτυπώνονταν τα βήματα πάνω στο τσιμέντο. Έπειτα σημείωνε όλα τα βήματα σε χαρτί κι έτσι έκανε όλους τους χορούς. Το 1957 δημιούργησε το πρώτο χορευτικό συγκρότημα κυπριακών παραδοσιακών χορών στο νησί, σε συνεργασία με φίλους του, καθώς και με τις Λαϊκές Οργανώσεις της Ασίας. Η επιβράβευση δεν άργησε να έρθει, αφού ήταν το πρώτο οργανωμένο συγκρότημα που εκπροσώπησε την Κύπρο με παραδοσιακούς κυπριακούς χορούς σε Παγκόσμιο Φεστιβάλ Νεολαίας στη Μόσχα. Άφησαν τις καλύτερες εντυπώσεις.



ΣΤΕΛΙΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ
Semmelweis, Budapest

ΛΕΩΦ. ΑΡΧ. ΜΑΚΑΡΙΟΥ Γ΄ 44

ΚΑΤΩ ΔΕΥΤΕΡΑ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ

ΤΗΛ. 22 622738, ΜΟΒ.: 99 774147



ΠΡΟΤΥΠΟΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ
ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΛΗΔΡΑ

ΚΕΝΤΡΟ ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑΣ
ΚΑΙ ΕΞΩΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΓΟΝΙΜΟΠΟΙΗΣΗΣ
ΛΗΔΡΑ - ΕΜΒΡΥΟΓΕΝΕΣΙΣ

Δρ. Νίκος Ζωττής M.D.
Μαιευτήρας - Γυναικολόγος

- Θεραπεία Υπογονιμότητας
- Εξωσωματική Γονιμοποίηση • Λαπαροσκοπική
- Υπεροσκοπική Χειρουργική

Πινδάρου 19, Αγ. Αντώνιος, 1060 Λευκωσία

Τηλ.: +357 22816600, Κιν.: 99683855

Φαξ: 22816605

E-mail: nzottis@gmail.com

http://www.ledraclinic.com



Δρ. Κλεάνθη Νικηφόρου
Χειρουργός Οδοντίατρος

Ακαδημίας 103Α, Λακατάμια, 2321 Λευκωσία

97 892324 | 22 731035

kleadent@cytanet.com.cy

Ο Γρηγόρης συνέχισε να διδάσκει και μάλιστα πρωτοπόρησε και σε άλλο τομέα. Καθιέρωσε τους μικτούς χορούς στην Κύπρο, έβαλε άντρα και γυναίκα μαζί να χορεύουν(Σούστα, Χορός Αντρογύνου, Συρτός, Στάμνα), κάτι που μέχρι τότε ήταν άγνωστο στις κυπριακές παραδόσεις. Με λίγα λόγια δεν έκανε απλώς εκπαίδευση στα χορευτικά όπως σήμερα, διαμόρφωσε ουσιαστικά τη μορφή των κυπριακών παραδοσιακών χορών όπως τους ξέρουμε τη δεδομένη στιγμή. Έφτιαξε πλήρεις χορογραφίες από παραδοσιακές κινήσεις, βασισμένες σε θέματα (όπως έρωτας, αγώνας), δηλαδή οι χοροί του είχαν σκηνική, σχεδιασμένη μορφή, όχι απλά κοινωνική παράδοση, έβαλε σταθερά βήματα και φιγούρες(π.χ Στάμνα, Ανταρτοκλέφτικος). Επέτρεψε στους χορούς να παρουσιαστούν επιδεικτικά και οργανωμένα σε ομάδες. Θεωρείται πρωτοπόρος στη σύγχρονη διδασκαλία των κυπριακών παραδοσιακών χορών. Σύμφωνα με πηγές έγραψε πάνω από 17 χορογραφίες.



Μεγάλο πλήγμα γι' αυτόν ήταν η δίκη του 1964 με το Υπουργείο Παιδείας, όπου τον πρόσβαλε ψευδομαρτυρία για την πατρότητα των χορογραφιών του. Αυτό τον στεναχώρησε πολύ σε σημείο που θέλησε να καταστρέψει όλες του τις χορογραφίες και να φύγει οικογενειακώς για τον Καναδά. Η απογοήτευση και η λύπη του ήταν τόση που ούτε στα ίδια του τα παιδιά δεν επέτρεψε να μάθουν χορούς που είχε δημιουργήσει. Μετά από 50 χρόνια οι καθηγητές που ψευδομαρτύρησαν τότε το παραδέχτηκαν. Ξεκάθαρα μια νομική αντιδικία για το πνευματικό δικαίωμα και την αναγνώριση της δημιουργίας του. Ευτυχώς δεν χάθηκαν όμως όλα. Τα βασικά βήματα, αυτά που είχε πρωτοχαράξει με τον ασβέστη σώθηκαν κι έτσι μεταφέρθηκαν από γενιά σε γενιά.

Τι να πει κανείς για τον Γρηγόρη Ασιώτη, παράδοση από μόνος του. Ο άνθρωπος αυτός δίδαξε σε 10000 κόσμο αφιλοκερδώς, σε πολλά σχολεία, κολλέγια, γυμνάσια, δημοτικά, και σε πολλές κοινότητες και οργανώσεις σε όλη την Κύπρο, κυρίως στην επαρχία Λευκωσίας. Ο ίδιος έχει αποκαλεστεί από πολιτιστικούς φορείς κι εκπαιδευτικούς ως «ο πατέρας των κυπριακών παραδοσιακών χορών όπως τους ξέρουμε σήμερα». Μετά από εκείνον, πολλοί μαθητές του έγιναν επίσης δάσκαλοι χορού και συνέχισαν να διδάσκουν όλα όσα έμαθαν από το Γρηγόρη Ασιώτη.



Απόσπασμα από συνέντευξη του στη Σημερινή, στον Μάριο Δημητρίου: «Δεν είμαι ούτε κανένας άγιος, ούτε και χαμένος. Αισθάνομαι ότι έκανα ότι μπόρεσα και κάνω ακόμα ότι μπορώ. Δίδαξα χορό σε 10,000 άτομα δωρεάν, χωρίς να πάρω ούτε σεντ. Και σε νέους και σε μεγαλύτερους, σε δεξιούς κι αριστερούς! Θέλω να σας πω ότι κανόνισα, με τη διαχειριστική επιτροπή του συγκροτήματος του Πολιτιστικού Ομίλου Γρηγόρης Ασιώτης, τον τρόπο που θέλω να με θάψουν. Έχω στο νεκροταφείο Στροβόλου αγοράσει οικογενειακό τάφο που έθαψα τη γυναίκα μου Όλγα. Ο τάφος είναι διπλός και παρακαλώ να με βάλουν δίπλα της. Πριν με λουκώσουν, να με ντύσουν με βράκα, να πάρουν το φέρετρό μου στα χέρια μαθητές και μαθήτριες μου και να με πάρουν στο κοιμητήριο με βιολιά, λαούτα και τραγούδια και όχι κλάματα και ανακάλια».

Ο χορός δεν ήταν ποτέ για εκείνον επίδειξη, αλλά χαρά και προσφορά! Δεν ζήτησε δάκρυα, ζήτησε τραγούδια, δεν μέτρησε χρήματα, μέτρησε ανθρώπους!! Η προσφορά του δεν μετρείται σε αριθμούς, αλλά σε γενιές που συνεχίζουν τον κύκλο! Δίδαξε χωρίς αντάλλαγμα! Η πορεία του μπορεί να σημαδεύτηκε από δυσκολίες και πικρίες, το έργο του όμως συνεχίζει να ζει σε κάθε μικτό χορό, σε κάθε καρτζιλαμά, σε κάθε παράσταση κυπριακού συγκροτήματος! Κάποιοι άνθρωποι αφιερώνουν τη ζωή τους για να μη χαθεί η παράδοση και ο Γρηγόρης ήταν ένας από αυτούς!!!



Γ.Α. εργαλειοεπισκευαστική
ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ

ΕΠΙΔΙΟΡΘΩΣΕΙΣ - ΠΩΛΗΣΕΙΣ

- Ηλεκτρικών εργαλείων
- Κομπρεσόρων • Χορτοκοπτικών
- Δεντροκοπτικών • Ψεκαστήρων
- Γεννητριών
- Καρφωτικών αέρως
- Vibrators
- Καρφωτικές πιστόλες γκαζιού - καψουλίων
- Χειροκίνητα τρακτέρ
- Κόβονται καδένες δεντροκοπτικών

ΠΑΝΤΕΛΗ ΚΑΤΕΛΑΡΗ 3Α
2323 ΛΑΚΑΤΑΜΕΙΑ, ΛΕΥΚΩΣΙΑ
ΤΗΛ.: 22 253225, 99 671569
ΦΑΞ: 22 253225
E-mail: giorgiosa32@gmail.com

ΟΙ ΠΕΡΒΟΛΑΡΗΔΕΣ

- Φρουταρία
- Mini Market
- Κρεοπωλείο
- Delicatessen

Λεωφ. Δημοκρατίας 31
Μαλούντα, Λευκωσία 2612
Τηλ. 22 634410

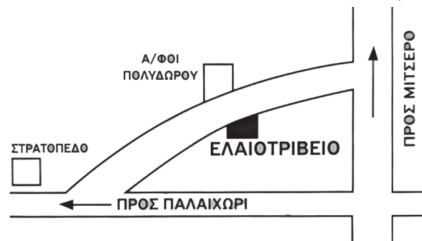


Υπερσύγχρονο Ελαιοτριβείο Κλήρου

(Δρόμος Παλαιχωρίου)

Λάμπρος Ανδρέου
(Παπούτσας)

Τηλ.: 99426680 - 99478679



Η ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΤΟΥ ΠΑΠΠΟΥ ΧΟΡΕΥΕΙ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

(Συνέντευξη με το χοροδιδάσκαλο Νεκτάριο Φορή Ασιιώτη)

Από τον παππού που έδωσε νέα πνοή και δίδαξε τους παραδοσιακούς χορούς στην Κύπρο, στον απόγονο του, που συνεχίζει το έργο του και χορεύει με το ίδιο πάθος όπως αυτό του παππού. Αναφέρομαι στο Νεκτάριο Φορή Ασιιώτη, έναν από τους καλύτερους χοροδιδασκαλούς στην Κύπρο. Δεν θα μπορούσα να φανταστώ κιόλας καταλληλότερο άνθρωπο να μας μιλήσει για τους παραδοσιακούς χορούς, για τον Γρηγόρη Ασιιώτη, αλλά και για τον ίδιο! Στο κάτω κάτω δεν είναι υπέροχο να ακούς και να μαθαίνεις την παράδοση του τόπου σου; Ένα Κυριακάτικο βραδάκι συναντηθήκαμε στην όμορφη ταβέρνα στο σουβλάκι του Μανώλη που είναι κοντά στη σχολή του. Παρά την κούραση, καθώς και το ότι θα πήγαινε πίσω στις πρόβες πάλι, βρήκε το χρόνο να μιλήσει μαζί μου σε ένα ζεστό και φιλικό κλίμα, επιμένοντας πως πρώτα έπρεπε να φάμε! Η κουβέντα ξεκίνησε χαλαρά και πολύ γρήγορα εξελίχθηκε σε μια ουσιαστική συζήτηση για το χορό και την αξία του. Από την πρώτη στιγμή έγινε φανερό πως πρόκειται για ένα άνθρωπο που αγαπά πραγματικά αυτό που κάνει και θέλει να το μοιράζεται με τους μαθητές του. Αν και δηλώνει αυστηρός εκεί που πρέπει στη δουλειά του, στη συνέντευξη και στην κανονική ζωή του ευτυχώς διακατέχεται από ευγένεια και χιούμορ. Ο Νεκτάριος είναι ο ιδιοκτήτης της σχολής χορού Dance Academy Cyprus και αν και στη σχολή έχουν απ' όλα τα είδη χορού, δηλώνει πως έχει αδυναμία στους παραδοσιακούς χορούς.

Ξεκινάμε με την πιο συνηθισμένη ερώτηση που δεν είναι άλλη από το να μας πεις λίγα λόγια για σένα!

Ονομάζομαι Νεκτάριος Φορή Ασιιώτης και ασχολούμαι επαγγελματικά με το χορό από τα 20. Ξεκίνησα να χορεύω από την ηλικία των 6 χρονών. Αν και σπούδασα Μηχανολογία στο Frederik δεν ασχολήθηκα ποτέ με τον τομέα αυτό, καθώς η αγάπη μου για το χορό υπερίσχυσε, έτσι ακολούθως πήγα στην Αγγλία και απέκτησα δίπλωμα στο χορό. Το 2014 δημιούργησα τη δική μου σχολή με την ονομασία Dance Academy Cyprus, η οποία λειτουργεί σε δύο χώρους, στη Βιομηχανική περιοχή Στροβόλου και στο χωριό Δευτερά.

Δεν θα σε ρωτήσω πως ξεκίνησες να ασχολείσαι με το χορό αφού σίγουρα οφείλεται στον παππού σου, τον Γρηγόρη Ασιιώτη! Πες μας γι' αυτόν τον άνθρωπο.

Ο παππούς μου πήγε μέχρι την Γ' Δημοτικού, όμως είχε τεράστια αγάπη για το χορό και σπάνια διορατικότητα στα καλλιτεχνικά. Με απλό μεράκι και αφοσίωση, ξεκίνησε το 1948 να δημιουργεί και να χορογραφεί τους κυπριακούς χορούς σε μια εποχή που κάτι τέτοιο θεωρείτο πρωτοποριακό (γυναικείοι, αντρικοί, αντρικοί σιρτό, σούστα, ζείμπέκικο κυπριακό). Ομαδοποίησε χορογραφίες και καθιέρωσε τη συμμετοχή άντρας και γυναίκας μαζί στον ίδιο χορό το 1957 (στάμνα, σιρτό μικτό, σούστα μικτή), δίνοντας νέα πνοή στους κυπριακούς παραδοσιακούς χορούς. Συνεργάστηκε μάλιστα με σημαντικούς μουσικούς της εποχής, όπως ήταν οι βρακάδες Μπρούτζος και Κουσιαππής από τη Δευτερά, Μιχάλης Γιασεμίδης από Κοιλάνι και Γεώργιος Αβέρωφ από Καίμακλι. Την περίοδο 1950-60, όταν άρχισε να εμφανίζεται έντονα η ξενομανία στην Κύπρο και να κυριαρχούν χοροί όπως το Rock&Roll και το Ταγκό, οι κυπριακοί χοροί άρχισαν να παραγκωνίζονται. Ο κόσμος προτιμούσε τους ευρωπαϊκούς χορούς, καθώς σε μια ορχήστρα μπορούσαν να χορεύουν πολλά ζευγάρια ταγκό, ενώ στους αντρικούς παραδοσιακούς συμμετείχε συνήθως μόνο ένα ζευγάρι. Ο παππούς μου, βλέποντας αυτή την αλλαγή, προχώρησε στην ομαδοποίηση αντρικών και γυναικείων χορών καθώς και για πρώτη φορά μικτούς χορούς με ζευγάρια και δίνοντας νέα δυναμική στην παράδοση. Με αυτό τον τρόπο συνέβαλε καθοριστικά στην αναβίωση και ανάπτυξη των κυπριακών χορών. Οφείλουμε πολλά σε αυτό τον άνθρωπο. Ήταν ο μοναδικός από τους λίγους που έλαβε κρατικό επίδομα για την προσφορά του στις τέχνες, ενώ σήμερα το 90% των σχολών και συλλόγων συνδέονται άμεσα ή έμμεσα με τον Γρηγόρη Ασιιώτη, είτε ως μαθητές του είτε ως μαθητές των μαθητών του.

Άρα ήταν ο πρώτος χοροδιδάσκαλος που δίδαξε τους παραδοσιακούς χορούς στην Κύπρο;

Ναι ήταν ο πρώτος που χορογράφησε με βήματα, αριθμημένα και ανέπτυξε συστηματικά τους κυπριακούς παραδοσιακούς χορούς. Έκανε μεγάλες έρευνες σε ολόκληρη την Κύπρο, αναζήτησε λαογράφους όπως τον Νέαρχο Κληρίδη, Θεόδουλο Καλλίνικο, συνεργάστηκε με μουσικούς και προσπάθησε να καταγράψει με ακρίβεια ότι μέχρι τότε μεταδιδόταν προφορικά. Με ασβέστη πάνω στο τσιμέντο του πατρικού του σπιτιού χάραξε τα βήματα των χορών, έχοντας δίπλα του τη μητέρα του (Άρτεμις), η οποία τα γνώριζε όλα να τα τραγουδά και να τα χορεύει.

Έτσι κατέγραψε και αποτύπωσε τους χορούς, πόσα μέτρα έχει ο καθένας, πόσα βήματα, ποια είναι η δομή τους. Μέχρι τότε στην Κύπρο υπήρχαν ουσιαστικά δυο κατηγορίες, αντρικοί και γυναικείοι χοροί, ενώ αρκετοί ήταν αυτοσχέδιοι, όπως ο σιρτός, ζείμπέκικο κυπριακό, τασιά, δρεπάνι. Εκείνος όμως είχε την ιδέα να τους ομαδοποιήσει και να βάλει άντρες και γυναίκες να χορεύουν μαζί, μια κίνηση που άλλαξε την πορεία της παράδοσης. Έτσι δημιουργεί το πρώτο παγκύπριο συγκρότημα της Κύπρου στο χωριό Άσσια το 1957. Σε ότι αφορά τους ελληνικούς χορούς, αρχικά δεν είχε ιδιαίτερη τριβή. Όμως το 1962 ταξίδεψε στην Αθήνα, όπου γνώρισε τη σπουδαία χορεύτρια και χορογράφο Δώρα Σιράτου. Εκεί παρουσίασε κυπριακό πρόγραμμα στην ΕΦΕΚ Πρωτοπορίας και μέσα σε εκείνο το τρίμηνο γνώρισε και ελληνικούς χορούς. Έτσι στο χορευτικό του ρεπερτόριο πρόσθεσε και βασικά στοιχεία από χασάπικο, ζείμπέκικο, τσάμικο, πεντοζάλι κ.α με απλά βήματα. Ήταν ο πρώτος που επιχειρήσει να παρουσιάσει οργανωμένες παραστάσεις με ελληνικό πρόγραμμα, ανοίγοντας το δρόμο και σε αυτό το κομμάτι.

Έχεις αναφερθεί παλαιότερα σε συνέντευξη σου, πως ο παππούς σου μάθαινε σε πολλούς χορό, αφιλοκεδώς.

Αν δεν κάνω λάθος έχει διδάξει σε 10000 κόσμο αφιλοκεδώς σε διάφορα λύκεια, γυμνάσια της Κύπρου. Το σύστημα ήταν ενημερωμένο κι εκείνος επισκεπτόταν σχολεία όπως το κολέγιο του Παλλαρή, γυμνάσιο της Λαπήθου, στο Γερόλακκο, στη Λευκωσία, Δασούπολη, English school, Τσέρι, Δευτερά, Ψιμολόφου, Άσσια, Βατυλή και άλλα διδάσκοντας δωρεάν την ιστορία των χορών και όλους τους κυπριακούς παραδοσιακούς χορούς. Από το 1957 μέχρι το 1962 η ομάδα του αποτέλεσε το πρώτο συγκρότημα της Άσσιας και παγκυπρίως με πολλές παραστάσεις στο εσωτερικό της Κύπρου αλλά και για πρώτη φορά στο εξωτερικό.

Σήμερα πόσους μαθητές μπορεί να έχει μια σχολή;

Εξαρτάται από τη σχολή, ένα συγκρότημα που ασχολείται με τα λαογραφικά μπορεί να έχει και 25 άτομα να κάνει τις παραστάσεις του. Μια σχολή μπορεί να κάνει μόνο μπαλέτο ή να έχει μόνο παιδιά, ή να καλύπτει όλες τις ηλικίες και πολλών ειδών χορούς. Δεν μπορείς να καθορίσεις πόσους μαθητές έχει μια σχολή, μπορεί κάποια να έχει και 2000 μαθητές και άλλη μόνο 200 άτομα.

Εσύ; Νιώθεις ότι έχεις κάποιο χρέος απέναντι στον παππού σου;

Νιώθω χρέος απέναντι στον παππού. Η σχολή του είχε κλείσει το 1974 με τον πόλεμο. Καταγόμαστε από την Άσσια. Ο Γρηγόρης Ασιιώτης ήταν ο αδερφός της γιαγιάς μου και ήταν ο μόνος παππούς που γνώρισα. Αισθάνομαι ναι χρέος γιατί έκανε σπουδαία πράγματα και αν κι εγώ ίδρυσα τη δική μου σχολή, υποστηρίζω διαρκώς το έργο που άφησε. Υπήρχαν άνθρωποι που διαφωνούσαν με όσα έκανε, ακόμα και αντίθετη παράταξη. Όπου βρισκόμουν τον υπερασπιζόμουν με επιχειρήματα, δείχνοντας πως είχαν λάθος. Ένα από τα πιο δύσκολα πλήγματα ήταν η απόφαση της μεγάλης δίκης του 1964 όπου ο Γρηγόρης Ασιιώτης πήρε το Υπουργείο Παιδείας δικαστήριο.

Δωρεάν Delivery

ΕΙΔΗ ΣΧΑΡΑΣ

Σουβλάκι Χοιρινό, Κοτόπουλο, Αρνίσιο
Σιεφταλιές
Κοτολέτα
Μπέικον Κρασατό
Spare Ribs
Διάφορα Σχάρας



Take Away
&
Delivery

Εκείνοι προσέλαβαν ψευδομαρτυρίες από καθηγητές φυσικής αγωγής, οι οποίοι παρουσίαζαν τις χορογραφίες του ως παραδοσιακές (ότι ήταν υφιστάμενες). Παρά τις μαρτυρίες όλων των χορευτών, λαογράφων ποιητών και των τραγουδιστών της εποχής, ο παππούς έχασε τη δίκη, γιατί όπως έλεγε ο ίδιος, οι δικαστές δεν γνώριζαν από πνευματικά δικαιώματα, αλλά μόνο από αδικήματα όπως φόνος και ληστείες. Από το 1964 ορκίστηκε να μην ξανά χορέψει και δεν διδάξε καν τα δικά του παιδιά, τόσο δυνατό ήταν το πλήγμα. Του έκλεψαν τις ιδέες του, ήταν πρωτοπόρος σ' αυτό. Μετά από 50 χρόνια, οι ψευδομαρτυρίες παραδέχτηκαν το ψέμα τους. Να σας αναφέρω ότι η πρώτη φουρνιά χορευτών πέραν από ταλέντα που ήταν διάδωσαν και συνέχισαν το έργο του στην Κύπρο σε όλες τις επαρχίες. Ο Φραγκόπουλος και Ππύριλλος από την Ασία, ο Μόλλος και ο Θεωρής που διδάξαν Τσέρι, Ψιμολόφου, Δευτερά, Λακατάμια, ο Λάτσιος στη Λάρνακα, ο Κωστάκης Παστελλάς στο κεντρικό συγκρότημα της ΕΔΟΝ και στη Βατυλή, Αριστόδημος Αυξεντίου σε κεντρικό συγκρότημα της ΕΔΟΝ και Λύση, ο Σιαηλής από Αθράινου, ο Χρυσούλης Χατζηευτυχίου στη Λάπηθο, Χρύσω Παστελλά Βατυλή, Λύση, η Ανθή Παρασκευά και Μαρούλα Καθητζιώτη και ο πρώτος του μαθητής Χρίστος Φορής που κράτησε το συγκρότημα της Ασίας από το 1964-1974.

Η δική σου σχολή πότε ιδρύθηκε και τι χορούς διδάσκετε πέραν των παραδοσιακών;

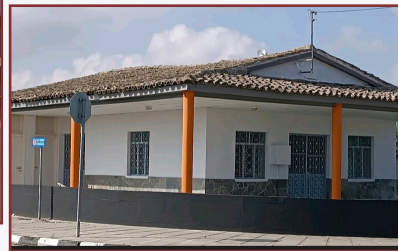
Ιδρύθηκε το 2014, στο Στρόβολο. Για να είμαι σωστός με τον κόσμο την ονόμασα Dance Academy Cyprus για να είναι ένα ευρύ όνομα και ειδικευόμαστε σε όλα τα είδη χορού, έχουμε αρκετούς δασκάλους που είναι πτυχιούχοι και όλοι ειδικεύονται κάπου. Έχουμε μικρά παιδιά, έχουμε ενήλικες. Στα μικρά παιδιά παίζουν όλα τα είδη χορού, hip hop, latin, ελληνικό, ο ενήλικας διαλέγει την κατεύθυνση που θέλει, έχουμε belly dance, σύγχρονο, ελληνικό, όλα τα είδη. Παραδοσιακούς δεν διδάσκουμε γιατί δεν έχει ζήτηση. Επίσης οι κοπέλες είναι περισσότερες κι έτσι οι μικτοί χοροί δεν μπορούν να προσφερθούν. Αλλά τιμή ένεκεν στον παππού, έχουμε το 20μελες συγκρότημα μας, που ονομάζεται Σχολή Κυπριακών Χορών Γρηγόρης Ασιώτης 1948, όπως ήταν η σχολή τότε που άνοιξε το 1948. Πέραν πήγαμε ταξίδι στο Ναύπλιο και παρουσιάσαμε παραδοσιακό πρόγραμμα.

Σαν χοροδιδάσκαλοι που είστε, δεν μπορείτε να στηρίξετε περισσότερο τους παραδοσιακούς χορούς;

Εμείς τους προωθούμε και τους στηρίζουμε τους παραδοσιακούς, όμως παρατηρούμε ότι ο κόσμος δεν τους ζητά ενεργά. Πολλοί σκέφτονται «που να τα χορέψουμε, εκτός από κάποιο φεστιβάλ ή γιορτή». Γι' αυτό μέσα από τα μαθήματα ελληνικού χορού, ενσωματώνουμε λίγο και από τους παραδοσιακούς. Προσθέτουμε συρτό, λίγη κυπριακή σούσα και στοιχεία παραδοσιακού, ώστε οι μαθητές να έρχονται σε επαφή με την παράδοση, χωρίς να χάνεται η ροή του μαθήματος.

Γιατί κάποιος να προτιμήσει τη δική σου σχολή;

Γιατί είναι ένα όμορφο και ήσυχο περιβάλλον, τα δίδακτρα είναι πολύ λογικά και κυρίως παίρνεις πολλές και σωστές γνώσεις από τους δασκάλους μας. Όλοι είναι προσεγμένοι κι έμπειροι και η σχολή μας είναι από τις λίγες που πληρεί όλα τα σωστά κριτήρια για να λειτουργήσει. Υπάρχουν πολλές που δεν τα έχουν. Εμείς διαθέτουμε σαλόνι, αποδυτήρια, ντουζ, ειδικό παρκέ και άλλα πολλά. Πέρα από τις λογικές τιμές και τις γνώσεις των δασκάλων, οι σωστές εγκαταστάσεις παίζουν επίσης σημαντικό ρόλο.



Έχετε διάφορες ηλικίες, ποιοι μαθαίνουν πιο εύκολα, ένα παιδί ή ένας ενήλικας;

Λένε ότι οι έφηβοι είναι όπως το σφουγγάρι, τα πιάνουν πιο εύκολα, αλλά στην πραγματικότητα εξαρτάται από την πρακτική αλλά και το πόσο καταλαβαίνεις και καλλιεργείς το ρυθμό. Από την πείρα μας έχουμε προσέξει πως το 90%, όταν δουλεύουν σωστά, ανεξαρτήτου ηλικίας μαθαίνουν χορό! Το 5% είναι αυτό που λέμε ταλέντα και 5% αυτοί που δεν το έχουν. Όπως συμβαίνει και με μια ποδοσφαιρική ομάδα που πάντα ξεχωρίζουν περισσότερο 2 ή 3 παίκτες. Όλοι μπορούν να βελτιωθούν, να καλλιεργήσουν το ρυθμό και τις κινήσεις τους κι αυτό εξαρτάται από το πόση πρακτική κάνεις. Υπάρχει και ένα 5% που δεν μαθαίνουν, που δεν μπορούν να συγχρονιστούν με τη μουσική, το ρυθμό, γιατί δεν είναι μόνο να μάθεις τα βήματα, είναι να μάθεις να πατάς στο ρυθμό. Ο χορός ανήκει στις 7 καλές τέχνες άρα πρέπει να μάθεις να δείχνεις και του άλλου τι νιώθεις και τι αισθάνεσαι.

Ο μεγαλύτερος σου μαθητής τι ηλικίας είναι σήμερα;

Είναι 63 χρονών και είναι και δάσκαλος βοηθός στη σχολή. Ξεκίνησε χορό στα 50 του.

Τελικά το ζεϊμπέκικο είναι κατάθεση ψυχής;

Να σου αναφέρω πως το φεστιβάλ της σχολής μας που το διοργανώνουμε από το 2019 ονομάζεται έτσι, κατάθεση ψυχής. Το ζεϊμπέκικο, όχι τη χορογραφία που θα δείξεις στην τηλεόραση, αλλά αυτό με το συναίσθημα, τον πόνο, τη χαρά, τα ζεϊμπέκικα της ταβέρνας είναι να κατάθεση ψυχής, γιατί εκείνο το τρίλεπτο που χορεύεις δείχνεις του άλλου τι αισθάνεσαι, που μπορεί να είναι και χαρά.



**nektarios
lanitis.**
INSURANCE CONSULTANT

Με συνεργασία σε 5 ασφαλιστικές εταιρείες, προσφέρω ολοκληρωμένες & εξειδικευμένες λύσεις.

Τηλ.: 96594081

Email: n.lanitis@unilife.com.cy

Για την οικονομία

Ασφάλιση Υγείας
Σπουδαστικό & Συνταξιοδοτικό
Ασφάλιση Κατοικίας & Αυτοκινήτου
Επενδυτικά Σχέδια με Φοροσπαλλαγή
Επενδυτικό πρόγραμμα €20.000+
με 6% εγγυημένη απόδοση

Για την ειδικότητα

Ομαδικά Σχέδια Υγείας
Ασφάλιση Περιουσίας
Επαγγελματικής Ευθύνης
Ταμεία Προνοίας
Κατά Παντός Κινδύνου
Εργολάβων (C.A.R.)

Adamos

M A R B L E &



Βιομηχανική περιοχή Εργατών



Τηλέφωνο: 99629923, 70009923



Fax: 22

Omiroú

G R A N I T E



621932



E-mail: adamosmiroult@yahoo.com



<http://www.aomirou.com>



Δεκτό, αλλά δεν είναι απόλυτο νομίζω, πολλοί απλά το χορεύουν απλά για να χορέψουν.

Ισχύει αλλά να ξέρεις πως και αυτοί που χορεύουν και δεν βλέπεις τη λύπη αλλά χαρά, τότε είναι ένα χαρούμενο ζεϊμπέκικο, εκείνο ένιωθε εκείνη τη στιγμή το άτομο που βλέπεις. Κάποιος άλλος μπορεί να είναι λυπημένος, να έχει πένθος και να δείξει τον πόνο του μέσα από το ζεϊμπέκικο.

Αρα παίζει και ρόλο το ότι είναι μοναχικός χορός, εννοώ το χασάπικο για παράδειγμα δεν μπορεί να είναι κατάθεση ψυχής.

Ακριβώς δεν μπορεί γιατί είναι ομαδικός χορός και θα παρουσιάσουν όλοι το ίδιο, δείχνουν το ίδιο συναίσθημα, ενώ το ζεϊμπέκικο είναι ο δικός σου χορός, εσύ το κάνεις.

Θέλω να μου εξηγήσεις λίγο μια απορία όσο αφορά το ζεϊμπέκικο. Τουλάχιστον εγώ παρατηρώ συχνά σε πολλούς χοροδιδασκάλους να βάζουν πολύ βήμα αντί φιγούρα. Θυμάμαι παλιά που μας μάθαιναν ζεϊμπέκικο και μας έλεγαν ότι αποτελείται από φιγούρες. Αρα τι ισχύει τελικά;

Το ζεϊμπέκικο ξεκίνησε από τη Μικρά Ασία, μετά τη Μικρασιατική καταστροφή με τους λεγόμενους ρεμπέτες. Όπως ήταν η Σωτηρία Μπέλλου, ο Βαμβακάρης, που έβγαζαν τραγούδια από τα βιώματα τους. Τότε δεν είχαν φιγούρες, έβραζαν τη μουσική και χόρευαν απλά, με αυτοσχέδια βήματα, στροφές, κάθισμα. Όταν ξεκίνησε ο παππούς κι έβαλε τους μικτούς χορούς, σταδιακά άρχισαν και έβραζαν φιγούρες και άλλοι χορευτές. Πρόσθεταν εννιαράκια, ασκήσεις κι έτσι έκτισαν το ζεϊμπέκικο σιγά σιγά.

Ναι αλλά ένας μαθητής που θα έρθει να μάθει ζεϊμπέκικο σήμερα; Πως ξεκινά;

Εννοείται θα ξεκινήσεις με φιγούρες, στην πορεία όμως όταν μπει καλά στο νόημα θα μπορεί να αυτοσχεδιάσει. Δίνουμε τα εφόδια, τις γνώσεις και στην πορεία ο μαθητής κάνει το δικό του ζεϊμπέκικο.

Ο παππούς σου ήταν αυστηρός. Εσύ;

Ναι ήταν γιατί τα δεδομένα τότε κιάλας ήταν διαφορετικά. Εγώ είμαι διαφορετικός. Γιατί έχει ζήτηση, έχει πολλές σχολές. Πρέπει να έχεις και υπομονή, δεν παραλείπονται τα αστεία αλλά σίγουρα υπάρχει και η στιγμή που είμαι αυστηρός γιατί θέλω να γίνεται σωστά η δουλειά μου. Συνήθως όταν έχουμε παραστάσεις εκεί είμαστε πιο σοβαροί γιατί θέλεις να πάνε όλα τέλεια.

Γιατί λένε συνήθως πως το ζεϊμπέκικο είναι αντρική υπόθεση; Αρα θα μπορούσαμε να πούμε ότι το τσιφτετέλι είναι γυναικεία υπόθεση; Σε ρωτώ γιατί σήμερα βλέπουμε πολλές γυναίκες που χορεύουν καλύτερα από μερικούς άντρες ζεϊμπέκικο.

Το λένε συχνά αλλά δεν ισχύει κι ευτυχώς γιατί να ξέρεις πως οι περισσότεροι μαθητές σε σχολή είναι κοπέλες. Ο λόγος που το λένε αυτό είναι ιστορικός, παλιά το ζεϊμπέκικο το χόρευαν μόνο άντρες, αφού οι γυναίκες ήταν στα σπίτια τους, νοικοκυρές. Οι άντρες κυκλοφορούσαν τότε, στα χωράφια, στους καφενέδες, ενώ οι γυναίκες σπίτι με τα παιδιά. Έτσι αφού μόνο οι άντρες χόρευαν έμεινε η φράση. Στην αρχαία Αίγυπτο για παράδειγμα, παλιά οι γυναίκες δεν κυκλοφορούσαν τίποτα και το belly dance γινόταν από άντρες. Όσο για το τσιφτετέλι, πόσες φορές βλέπουμε να συνοδεύεται η γυναίκα από άντρα σε ένα χορό τσιφτετελιού. Απλά όπως αρέσει σε μια γυναίκα να βλέπει ένα άντρα να χορεύει ζεϊμπέκικο, το ίδιο συμβαίνει και με ένα άντρα που σίγουρα είναι πιο όμορφο να βλέπει μια γυναίκα να χορεύει το τσιφτετέλι.

Τι είναι αυτό που θες να μεταδίδεις σε ένα μαθητή σου μέσα από το χορό πέραν του συναισθήματος;

Μέσα από το χορό να ξέρεις ότι βοηθάμε πολύ κόσμο που έχουν κατάθλιψη ή στεναχώρια. Ο χορός ενισχύει κοινωνικοποίηση, γιατί μαθαίνεις να δουλεύεις με άλλον, να συνεργάζεσαι, να είσαι ευγενικός, να έχεις θάρρος. Πόσοι λένε δεν μου βγαίνει να χορέψω, ντρέπομαι και τελικά αποκτούν τη δύναμη και το θάρρος, δουλεύουν την αυτοπεποίθησή τους. Μάλιστα πολλοί ψυχολόγοι μας στέλνουν παιδιά για χορό γιατί βλέπουν τα οφέλη του. Επιπλέον να σου πω πως ο χορός έδειξε σε έρευνα πως βοηθά πολύ τους μεγάλους που έχουν Αλτσχάιμερ γιατί δουλεύεις το μυαλό σου, τη μνήμη και το συντονισμό.

Γιατί το ζεϊμπέκικο ξεχωρίζει από άλλους χορούς;

Γιατί είναι ο μόνος χορός που δείχνεις τι νιώθεις, χορεύεις μόνος σου, εκφράζεις τα συναισθήματα σου, κάνεις την παραγγελιά σου, είναι όλο. Αυτόματα ξεχωρίζει.

Όλα αυτά τα χρόνια που διδάσκεις, έχει γίνει κάτι που σε έχει συγκινήσει;

Ναι, πάρα πολλά πράγματα που έχει να κάνει με την αγάπη του κόσμου, σε παίρνουν τηλέφωνο να σου ευχηθούν σε γιορτή, γενέθλια, σου φέρνουν δώρα τα μικρά παιδιά, ζωγραφιές, το ενδιαφέρον του κόσμου και το άλλο που το βρίσκω πολύ συγκινητικό είναι όταν είμαι σπίτι χαλαρός και ξαφνικά παίρνω βίντεο στο κινητό από γονείς που μου στέλνουν τα παιδιά τους που χορεύουν σε ταβέρνα. Πολύ όμορφο συναίσθημα.

Ατυχήματα σου έτυχαν στο χορό;

Τύπου να μαγκώσει το ρεύμα, ή η μουσική, να ξεχάσουμε τη βράκα μας, μια μπότα τέτοιου είδους ναί. Σε τέτοιες φάσεις αυτοσχεδιάζεις. Σωματικά όχι κάτι σοβαρό κι εύχομαι όχι, έκοψα μόνο ελάχιστο το χέρι με το δρεπάνι. Λένε ότι είναι καλό πριν τους κυπριακούς χορούς να κάνεις ένα ζέσταμα καλό.

Τι σημαίνει για σένα χορός και ποιος είναι ο αγαπημένος σου;

Αγαπημένοι μου είναι οι κυπριακοί, ιδίως η τασιά και το δρεπάνι και φυσικά το ζεϊμπέκικο γιατί εκφράζεις συναισθήματα. Μάλιστα μαζί με το αγαπημένο μου τραγουδί το Γυάλινος κόσμος του Καζαντζήδη, πήραμε και το πρώτο βραβείο πανελλήνια πριν 2 χρόνια. Πραγματοποιήθηκε πανελλήνιο φεστιβάλ στην Αθήνα υπό την αιγίδα της παγκόσμιας ομοσπονδίας καλλιτεχνικού χορού(WADF) και ανάμεσα σε διάφορα είδη χορών (hip hop, latin και άλλα), βγήκαμε 4 άντρες με αυτό το τραγουδί και πήραμε πρώτο βραβείο. Η αγάπη μου είναι το παραδοσιακό και το ελληνικό, η κουλτούρα μου.

Πως βλέπεις το μέλλον των παραδοσιακών χωρών στην Κύπρο;

Δύσκολο, γιατί αν κάνω σύγκριση πριν 25 χρόνια, τα συγκροτήματα είναι πιο λίγα, οι περισσότεροι είναι μεγάλοι. Σε 15 χρόνια δεν βλέπω και πολλά να συνεχίζουν τους παραδοσιακούς. Θα υπάρχουν λίγα κι αυτά μέσα από σχολές.

Έχετε εμπειρία διδασκαλίας μαθητών με μαθησιακές δυσκολίες; Πως προσαρμόζεις το μάθημα ώστε να ανταποκρίνεται σε μαθητές με διαφορετικές εκπαιδευτικές ανάγκες;

Ναι είχαμε αρκετά παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες και τα βοηθήσαμε όσο μπορούμε, μάλιστα έχουμε παιδί με σύνδρομο Down το οποίο πήρε μέρος στην τηλεόραση και χόρεψε με χαρά. Το πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι εξαρτάται από το βαθμό της κάθε μαθησιακής δυσκολίας. Για παράδειγμα είχαμε μαθητές με σοβαρό βαθμό Αυτισμού που δεν μπορούσαν να συμμετέχουν στο σύνολο όπως οι υπόλοιποι και τότε το πρόγραμμα προσαρμόζεται ειδικά για εκείνους, ώστε να έχουν την καλύτερη δυνατή εμπειρία και πρόοδο.

Φεύγοντας από αυτή τη συνάντηση θα πω ότι νιώθω τυχερή, γιατί τελικά μέσα από την εφημερίδα μας, συναντάμε ανθρώπους που κρύβουν ολόκληρες ιστορίες πίσω τους που αφορούν την παράδοση και γενικά το νησί μας!

Ένα τεράστιο ευχαριστώ στον Νεκτάριο, όχι μόνο για το φαγητό αλλά περισσότερο για την καλή του διάθεση και για όσα μοιράστηκε μαζί μας! Ένας χοροδιδάσκαλος που φάνηκε απ' την πρώτη στιγμή πόσο υπέρ αγαπάει αυτό που κάνει και συνεχίζει το έργο του παππού του. Του ευχόμαστε τα καλύτερα! Με τα όσα μας έχει πει, ο χορός δεν είναι μόνο βήματα και φιγούρες, είναι Ψυχή, συναίσθημα, συνεργασία και αγάπη που περνάει από γενιά σε γενιά. Αποτελεί μια μορφή έκφρασης και δημιουργικότητας που απευθύνεται σε όλους. Και φυσικά κλείνοντας, μένει και η υπόσχεση, μου χρωστάει ένα ζεϊμπέκικο!!



SAFI EMPORIO LTD
Υλικά Οικοδομής, DIY

Βάψε ό,τι θες...
μόνο με 

ΑΝΔΡΕΑΣ ΦΟΙΝΙΡΗΣ
Γενικός Διευθυντής

Αρχ. Μακαρίου Γ' 42
2640 Ανάγια - Λευκωσία
Τηλ. 22621147 / 99693683
Φαξ: 22621622

E-mail: finiris.sotiris@cytanet.com.cy
Earth Place: 35,074247N 33,249014E

ΜΕΛΟΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ ΠΩΛΗΣΗΣ VITEX



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
Δρ. Δημήτρης Βρακάς

ΑΡΧ. ΜΑΚΑΡΙΟΥ Γ' 265,
Τ.Τ. 2311 ΛΑΚΑΤΑΜΙΑ
ΤΗΛ. 22384900, ΦΑΞ 22384903
email: thepharmacy@cytanet.com.cy



EE AUTOMOTIVE TECHNICIANS LTD

MANAGER:
ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ

ΤΗΛ. 99 843096
ΕΛΛΑΔΟΣ 14
ΚΑΤΩ ΔΕΥΤΕΡΑ
2450, ΛΕΥΚΩΣΙΑ, ΚΥΠΡΟΣ
eleftheriou.l@yahoo.com

KEEP DRIVING WITH ENEOS.



ENEOS HYPER-FA. Formulated in Japan, ideal for every European car.

A fully-synthetic motor oil delivering protection, power and reliability in every season and road condition. From city traffic to long highway drives, your engine stays strong, mile after mile.

www.eneoseurope.com



DRIVEN BY PASSION.

ΕΝΑΣ ΟΝΕΚ ΠΙΟ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΝΕΑ ΓΕΝΙΑ

Συνέντευξη με την πρόεδρο του ΟΝΕΚ, κ. Κωνσταντίνη Αχιλλέως

Σε μια εποχή όπου οι προκλήσεις για τη νεολαία πολλαπλασιάζονται και η ανάγκη για ουσιαστική συμμετοχή στα κοινά γίνεται πιο επιτακτική από ποτέ, ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου συνεχίζει να βρίσκεται στην πρώτη γραμμή της στήριξης, της ενδυνάμωσης και της δημιουργικής έκφρασης των νέων. Με όραμα έναν οργανισμό ανοιχτό, σύγχρονο και πραγματικά κοντά στη νέα γενιά, η Πρόεδρος του ΟΝΕΚ, Κωνσταντίνη Αχιλλέως, μιλά για τις αξίες που τη διαμόρφωσαν, τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σήμερα οι νέοι και τις πρωτοβουλίες που αλλάζουν σταδιακά τον τρόπο που η νεολαία αλληλεπιδρά με την κοινωνία.

Ας κάνουμε την αρχή μιλώντας μας λίγο για σας. Ποια είναι η Κωνσταντίνη Αχιλλέως και πως αποφασίσατε να ασχοληθείτε με τα κοινά; Απ' όσο γνωρίζουμε υπήρξατε και Κοινοτάρχης σωστά;

- Ονομάζομαι Κωνσταντίνη Αχιλλέως και από πολύ νωρίς κατάλαβα ότι αυτό που με κινητοποιεί πραγματικά είναι η προσφορά προς τον τόπο μου και τους ανθρώπους του. Μεγάλωσα σε μια οικογένεια όπου η έννοια της συμμετοχής στα κοινά ήταν καθημερινότητα, κι έτσι φυσικά βρέθηκα κι εγώ να ενδιαφέρομαι για το πώς μπορούμε συλλογικά να βελτιώσουμε την ποιότητα ζωής μας.

Η απόφασή μου να ασχοληθώ ενεργά με τα κοινά προέκυψε μέσα από την ανάγκη να δω πράγματα να αλλάζουν, όχι θεωρητικά, αλλά στην πράξη. Μου αρέσει να δουλεύω με ανθρώπους, να ακούω τις ανάγκες τους και να βρίσκουμε λύσεις που έχουν αντίκτυπο. Μέσα από αυτή τη διαδικασία και τον διορισμό μου στη θέση του Κοινοτάρχη της Ενορίας Αγίου Νικολάου Λακατάμιας, ήρθα ακόμα πιο κοντά σ' αυτή την ανάγκη. Αργότερα, μέσα από την επαφή μου με τις διαδικασίες της νομοθετικής εξουσίας, ως εργαζόμενη συνεργάτις στο Γραφείο του Προέδρου της Βουλής, κατάλαβα πως υπάρχει ο τρόπος να επηρεάσεις είτε λίγο είτε πολύ τον κόσμο γύρω σου. Σήμερα συνεχίζω με την ίδια διάθεση: με αφοσίωση, διαφάνεια και πραγματικό ενδιαφέρον για τον άνθρωπο.

Ο ΟΝΕΚ αποτελεί τον κύριο φορέα πολιτικής για τους νέους. Ποιο θεωρείτε πως είναι το μεγαλύτερο στοίχημα του ΟΝΕΚ σήμερα;

- Η βασική πρόκληση που αντιμετωπίζουμε σήμερα είναι να διασφαλίσουμε ότι, η νεολαία συμμετέχει ενεργά στη διαμόρφωση των πολιτικών, οι οποίες επηρεάζουν την καθημερινότητά τους. Ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου έχει άλλωστε θεσμικό ρόλο στη «δημιουργική συμβολή στη διαμόρφωση πολιτικών σε θέματα νεολαίας» (Ν.33(Ι)/94) και για το λόγο αυτό εργάζεται ακριβώς προς αυτή την κατεύθυνση. Στη σύγχρονη εποχή, το στοίχημα είναι διπλό. Αφενός, η ενδυνάμωση των νέων ώστε να εξελιχθούν σε ενεργούς και υπεύθυνους πολίτες. Να μην μένουν θεατές, αλλά να συμμετέχουν, να δημιουργούν, να καινοτομούν και να ηγούνται. Αφετέρου, η διαμόρφωση των κατάλληλων συνθηκών, κοινωνικών και οικονομικών, που θα διασφαλίζουν ίσες ευκαιρίες για όλους τους νέους, ανεξάρτητα από το κοινωνικό ή γεωγραφικό τους υπόβαθρο. Με άλλα λόγια, το ζητούμενο δεν είναι απλώς να τρέχουμε προγράμματα και υπηρεσίες για τους νέους, αλλά να δημιουργούμε μαζί τους. Αυτή η μετάβαση, από το «νέοι ως πληθυσμός στόχος» στο «νέοι ως συμμετοχή», αποτελεί για τον ΟΝΕΚ τη σημαντικότερη και πιο ουσιαστική πρόκληση.

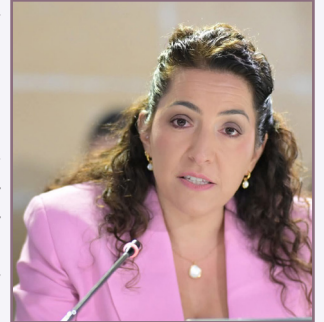
Τα τελευταία χρόνια βλέπουμε τους νέους να αναζητούν περισσότερες ευκαιρίες συμμετοχής. Πώς ο ΟΝΕΚ ενισχύει τη φωνή και τη δράση των νέων;

- Στο πλαίσιο του ρόλου του, ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου εφαρμόζει μια ολοκληρωμένη σειρά δράσεων και πολιτικών που ενισχύουν τη συμμετοχή των νέων, τόσο ως άτομα όσο και ως οργανωμένα σύνολα, στη διαδικασία σχεδιασμού και υλοποίησης πρωτοβουλιών. Μέσα από το πρόγραμμα «Πρωτοβουλίες Νέων», ο ΟΝΕΚ δίνει στους ίδιους τους νέους τη δυνατότητα να σχεδιάσουν και να υλοποιήσουν τις δικές τους δράσεις σε πολιτιστικά, αθλητικά, κοινωνικά και άλλα θέματα, καλλιεργώντας το αίσθημα της ενεργούς πολιτότητας και της δημιουργικότητας. Παράλληλα, μέσω συμβουλευτικών οργάνων όπως το Γενικό Συμβουλευτικό Σώμα του ΟΝΕΚ, στο οποίο συμμετέχουν οργανώσεις νέων, διασφαλίζεται ότι η φωνή της νέας γενιάς ακούγεται ουσιαστικά στα κέντρα λήψης αποφάσεων. Η διαδικτυακή πλατφόρμα "Έκφραση" αποτελεί ένα καινοτόμο εργαλείο ενίσχυσης της συμμετοχικής δημοκρατίας, μέσα από το οποίο οι νέοι εκφράζουν τις απόψεις τους σε σημαντικά κοινωνικά ζητήματα μέσω διαδικτυακών ερευνών. Μέσα από διαβουλευτικές και εμβληματικές διοργανώσεις, όπως η Εθνική Σύνοδος Νέων, ο ΟΝΕΚ συνδιαμορφώνει μαζί με τους νέους προτάσεις πολιτικές, μετατρέποντας τις ιδέες τους σε ουσιαστική συμβολή για το μέλλον της νεολαίας στην Κύπρο. Τέλος, η νέα Στρατηγική για τη Νεολαία θα αποτελέσει το όραμα, το πλάνο και παράλληλα τη δέσμευση της πολιτείας για μια σειρά ενεργειών και δράσεων που στόχο θα έχουν την προαγωγή και την ευημερία της νεολαίας, αναγνωρίζοντας ότι η νέα γενιά αποτελεί το πιο ζωντανό και δυναμικό κύτταρο της κοινωνίας μας.

Ο ΟΝΕΚ τρέχει πολλά προγράμματα, από τη νεανική επιχειρηματικότητα μέχρι τον εθελοντισμό. Μπορείτε να μας αναφέρετε λίγα από αυτά; Υπάρχει κάποιο πρόγραμμα ή πρωτοβουλία που θεωρείτε ιδιαίτερα πετυχημένο ή που σας κάνει περήφανη;

- Βεβαίως. Μερικά από τα πιο χαρακτηριστικά προγράμματα και υπηρεσίες του Οργανισμού Νεολαίας Κύπρου είναι: Το πρόγραμμα «The STEAMers Kidz», που καλλιεργεί δημιουργικές και τεχνολογικές δεξιότητες μέσα από τη μεθοδολογία STEAM, προετοιμάζοντας τα παιδιά και τους εφήβους για τις δεξιότητες του αύριο. Οι Ευκαιρίες Χρηματοδότησης για Νέους, όπως τα προγράμματα «Πρωτοβουλίες Νέων», «Πράσινος Εθελοντισμός» και «Νέοι και Κόσμος», μέσα από τα οποία ο ΟΝΕΚ ενδυναμώνει τους νέους να αναλάβουν δράση και να υλοποιήσουν τις δικές τους ιδέες σε πολιτιστικά, κοινωνικά και περιβαλλοντικά θέματα. Παράλληλα, οι Συμβουλευτικές Υπηρεσίες του ΟΝΕΚ, όπως η Υπηρεσία Καθοδήγησης Καριέρας, προσφέρουν στήριξη στους νέους και τις νέες σε ζητήματα επαγγελματικού προσανατολισμού, επιλογής σπουδών και ανάπτυξης επιχειρηματικών ιδεών.

Το Youth Makerspace στη Λάρνακα είναι ένας πρωτοποριακός χώρος δημιουργικότητας και καινοτομίας, όπου οι νέοι έχουν πρόσβαση σε προηγμένο τεχνολογικό εξοπλισμό και εργάζονται σε έργα που συνδυάζουν επιστήμη, τέχνη και τεχνολογία. Η επιτυχία του αποτυπώνεται στα χιλιάδες νέα άτομα που έχουν περάσει από τον χώρο αυτό, κάτι που αποδεικνύει πως όταν δίνουμε στους νέους τα εργαλεία, τον χώρο και την εμπιστοσύνη, μπορούν να δημιουργήσουν πραγματικά σπουδαία πράγματα.



Αν έπρεπε να ξεχωρίσω κάτι που με κάνει ιδιαίτερα περήφανη, αυτό θα ήταν τα Προγράμματα «Στεκόμαστε Μαζί», που επικεντρώνεται στην πρόληψη και αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού, καθώς και το «Ξέρω τι Ζητάω», το οποίο στοχεύει στην πρόληψη των εξαρτήσεων μέσα από την ενίσχυση δεξιοτήτων ζωής, όπως η αυτοπεποίθηση, η θετική επικοινωνία και η ομαδικότητα. Αυτά τα προγράμματα αποτελούν απ' τα παραδείγματα της προσπάθειάς μας να καλλιεργήσουμε μια κουλτούρα σεβασμού, ενσυναίσθησης και υπευθυνότητας ανάμεσα στους νέους. Μέσω των πιο πάνω προγραμμάτων, ο ΟΝΕΚ επενδύει στην ψυχική ευημερία και την κοινωνική ευαισθητοποίηση των νέων, δίνοντάς τους τα απαραίτητα εργαλεία για να σταθούν δυναμικά απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινότητας και να λειτουργούν ως θετικοί φορείς αλλαγής στην κοινωνία.

Ποιες είναι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει σήμερα η νεολαία της Κύπρου; Και πως ο ΟΝΕΚ προσπαθεί να τις αντιμετωπίσει μέσα από τις πολιτικές του;

- Η νεολαία της Κύπρου, όπως και οι νέοι παγκοσμίως, βρίσκεται αντιμέτωπη με μια σειρά από προκλήσεις που διαμορφώνουν το παρόν και καθορίζουν το μέλλον της. Μεταξύ αυτών είναι η ανεργία των νέων και η δυσκολία μετάβασης από την εκπαίδευση στην αγορά εργασίας, η ψηφιακή αποξένωση ή αντίθετα η υπερβολική χρήση της τεχνολογίας χωρίς επαρκείς δεξιότητες και κριτική σκέψη, η περιορισμένη συμμετοχή στα κοινά λόγω απόστασης από τα κέντρα λήψης αποφάσεων, καθώς και η ανάγκη ενίσχυσης της ψυχικής υγείας, της ισότητας και της συμπεριληψής.

Ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου ανταποκρίνεται σε αυτές τις προκλήσεις μέσα από ολοκληρωμένες πολιτικές και προγράμματα που στοχεύουν στην ενδυνάμωση και την ενεργό συμμετοχή των νέων:

Με προγράμματα καθοδήγησης καριέρας, κατάρτισης και επιχειρηματικότητας, ο ΟΝΕΚ στηρίζει τους νέους στην ομαλή τους ένταξη στην αγορά εργασίας και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων του μέλλοντος.

Μέσα από δράσεις ψηφιακής ενδυνάμωσης και καινοτομίας, ενισχύει τις ικανότητές τους να αξιοποιούν την τεχνολογία με δημιουργικό και υπεύθυνο τρόπο.

Με τη συμμετοχική του πολιτική, όπως τα συμβουλευτικά σώματα νέων, τις διαβουλευσεις και τις ανοικτές δράσεις εθελοντισμού, καλλιεργεί την κουλτούρα της ενεργούς πολιτότητας και φέρνει τους νέους πιο κοντά στα κέντρα λήψης αποφάσεων.

Για τον ΟΝΕΚ, η νεολαία αποτελεί έναν πολύτιμο σύμμαχο για την κοινωνική πρόοδο. Στόχος μας είναι οι νέοι να έχουν τα εργαλεία, τη φωνή και τον χώρο να συνδιαμορφώνουν το μέλλον που τους ανήκει.

Η ψηφιακή εποχή αλλάζει τον τρόπο που οι νέοι επικοινωνούν και δραστηριοποιούνται. Πρόσφατα κιάλας είχε γίνει και μια έρευνα πάνω σε αυτό το θέμα. Πως προσαρμόζεται ο ΟΝΕΚ σε αυτές τις ανάγκες;

- Η ψηφιακή εποχή έχει αλλάξει ριζικά τον τρόπο που οι νέοι επικοινωνούν, ενημερώνονται και συμμετέχουν στα κοινωνικά δρώμενα. Αναγνωρίζοντας αυτή τη νέα πραγματικότητα, ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου προσαρμόζει διαρκώς τις πολιτικές και τις δράσεις του, ώστε να ανταποκρίνονται στις ανάγκες της ψηφιακής γενιάς. Η πρόσφατη έρευνα του ΟΝΕΚ για τον τρόπο ενημέρωσης των νέων και την αντιμετώπιση των fake news ανέδειξε την ανάγκη για ενίσχυση της ψηφιακής παιδείας και της κριτικής σκέψης. Ανταποκρινόμενος σε αυτό, ο Οργανισμός αναπτύσσει δράσεις που προωθούν την ενημέρωση, την ασφάλεια και τη συμμετοχή στον ψηφιακό δημόσιο χώρο. Ο ΟΝΕΚ, λοιπόν, βλέπει την ψηφιακή εποχή όχι ως πρόκληση, αλλά ως ευκαιρία για περισσότερη συμμετοχή, διαφάνεια και ενδυνάμωση των νέων, μετατρέποντας την τεχνολογία σε εργαλείο δημοκρατίας και κοινωνικής προόδου.

Θα ήθελα να σας ρωτήσω κάτι όσον αφορά ένα μεγάλο πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε συχνά στην κοινωνία. Δεν είναι λίγες οι φορές που βλέπουμε συχνά νέους να προκαλούν ζημιές σε πάρκα, γήπεδα και άλλους δημόσιους χώρους, αλλά και περιστατικά βίας, bullying. Υπάρχουν δράσεις του Οργανισμού σας που να στοχεύουν στο να καλλιεργήσουν μεγαλύτερη ευαισθησία στους νέους απέναντι στους δημόσιους χώρους, στο περιβάλλον και γενικά στην κοινωνία;

Επιδιώκουμε όπως οι νέοι καλλιεργούν ένα βαθύ αίσθημα υπευθυνότητας, συλλογικότητας και σεβασμού προς το περιβάλλον και την κοινωνία ευρύτερα.

Ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου συνεργάζεται στενά με οργανώσεις που

δραστηριοποιούνται σε κοινωνικά ζητήματα, ενώ στηρίζει οικονομικά πρωτοβουλίες νέων που επιδιώκουν να προσφέρουν ουσιαστικό έργο στις τοπικές τους κοινωνίες. Μέσα από προγράμματα όπως το Young Cities, ενδυναμώνουμε τους νέους, ώστε να γίνουν φορείς θετικής αλλαγής, να αναλαμβάνουν δράση, να προτείνουν λύσεις και να συμβάλλουν ενεργά στη βελτίωση της καθημερινότητας γύρω τους. Στόχος μας είναι να δημιουργήσουμε τις συνθήκες για μια ενεργή και συμμετοχική νεολαία, που διαμορφώνει με ευθύνη και όραμα το μέλλον της κοινότητάς της.



Πως πιστεύετε εσείς ότι μπορούμε να φέρουμε τους νέους πιο κοντά στα κέντρα λήψης αποφάσεων;

- Πρώτα απ' όλα, μέσα από διαβουλεύσεις και σύγχρονες πλατφόρμες συμμετοχής όπως το Έκφραση, δίνουμε χώρο στους νέους να συμμετέχουν ενεργά, να εκφράζουν ιδέες, να συζητούν και να συνδιαμορφώνουν αποφάσεις. Ο ONEK ενθαρρύνει τη συμμετοχή των νέων σε επιτροπές και ομάδες διαβούλευσης, όπου η φωνή τους ακούγεται και μετρά. Δεύτερον, επενδύουμε στη στήριξη και ενδυνάμωση των νέων, ώστε να έχουν τις δεξιότητες και τη γνώση για να παρουσιάζουν προτάσεις, να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες και να κατανοούν καλύτερα τον τρόπο λήψης αποφάσεων. Τρίτον, θέλουμε να χτίσουμε εμπιστοσύνη μεταξύ των νέων και των θεσμών. Είναι σημαντικό οι αρμόδιοι φορείς να είναι ανοιχτοί, ειλικρινείς και πρόθυμοι να ακούσουν, δείχνοντας ότι οι απόψεις των νέων έχουν πραγματικό αντίκτυπο. Μέσα από συνέδρια και άλλες διοργανώσεις φέρνουμε τους νέους κοντά στους φορείς χάραξης πολιτικής. Έτσι, νιώθουν πως δεν αποφασίζουν άλλοι για αυτούς, αλλά οι ίδιοι συμμετέχουν ενεργά στη λήψη αποφάσεων που διαμορφώνουν το μέλλον τους.

Πώς συνεργάζεστε με άλλες οργανώσεις ή με τοπικές επιτροπές νεολαίας;

- Ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου λειτουργεί μέσα από ένα ευρύ και δυναμικό δίκτυο συνεργασιών, που αποτελεί θεμέλιο για την αποτελεσματική του δράση και την ενδυνάμωση της νεολαίας. Συνεργάζεται στενά με οργανώσεις νέων (NGOs), τοπικά και δημοτικά συμβούλια νεολαίας, σχολεία, φοιτητικές και σπουδαστικές οργανώσεις, καθώς και με τον Κυπριακό Οργανισμό Κέντρων Νεολαίας, αξιοποιώντας συμβουλευτικά όργανα, όπως η Πολιτική Επιτροπή, η Συνδικαλιστική Επιτροπή και η Σπουδαστική Επιτροπή, ενώ συνεργάζεται στενά και με το Συμβούλιο Νεολαίας Κύπρου, εξασφαλίζοντας ότι η φωνή των νέων ακούγεται ουσιαστικά στη διαμόρφωση πολιτικών και δράσεων σε όλα τα επίπεδα. Παράλληλα, ο ONEK υλοποιεί κοινές δράσεις με φορείς του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, όπως το φεστιβάλ «Up To YOU(th)», ενισχύοντας τη συμμετοχικότητα και τη συνεργασία με πολλούς εταίρους. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις τοπικές δράσεις, οι οποίες αναπτύσσονται σε στενή συνεργασία με τα Πολύκεντρα Νεολαίας και τις τοπικές κοινότητες, εξασφαλίζοντας ότι οι νέοι συμμετέχουν ενεργά. Μέσα από αυτό το πλέγμα συνεργασιών, ο ONEK ενισχύει τις συνέργειες και δημιουργεί ουσιαστικούς δεσμούς μεταξύ των νέων και της κοινότητάς τους, καθιστώντας τους ίδιους ενεργούς συμμετοχούς στη διαμόρφωση ενός πιο δυναμικού, δημιουργικού και βιώσιμου κοινωνικού ιστού.



Αν μπορούσατε να δώσετε ένα μήνυμα στους νέους της Κύπρου σήμερα, ποιο θα ήταν;

- Το μήνυμα που θα ήθελα να δώσω στους νέους της Κύπρου είναι να πιστέψουν πραγματικά στη δύναμή τους. Ζούμε σε μια εποχή γεμάτη προκλήσεις, αλλά και τεράστιες ευκαιρίες. Οι νέοι μας έχουν γνώσεις, ταλέντο, εξωστρέφεια και μια νέα ματιά που τη χρειάζεται ο τόπος μας περισσότερο από ποτέ. Να μην φοβηθούν να δοκιμάσουν, να αποτύχουν, να ξαναπροσπαθήσουν. Η Κύπρος έχει ανάγκη από ανθρώπους που τολμούν, σκέφτονται δημιουργικά και δεν συμβιβάζονται με το "έτσι τα βρήκαμε". Και το πιο σημαντικό: να συμμετέχουν. Να διεκδικούν ρόλο στις αποφάσεις που επηρεάζουν τη ζωή τους, είτε μέσα από την τοπική κοινωνία, είτε μέσα από τον εθελοντισμό, είτε μέσα από τη δουλειά τους. Η κοινωνία προχωρά μόνο όταν οι νέοι της έχουν φωνή και δεν φοβούνται να τη χρησιμοποιήσουν.

Το προσωπικό σας όραμα για τον ONEK ποιο είναι;

- Οραματίζομαι έναν ONEK σύγχρονο, ανοιχτό και πραγματικά κοντά στη νεολαία, που να ακούει, να στηρίζει και να δημιουργεί ευκαιρίες. Στόχος μου είναι ο Οργανισμός να γίνει σημείο αναφοράς για κάθε νέο άνθρωπο που θέλει να εξελιχθεί, να δημιουργήσει και να συμμετέχει ενεργά στην κοινωνία.

Πώς συνδυάζετε προσωπική ζωή, οικογένεια με την εργασία και όλες αυτές τις ευθύνες;

- Δεν είναι κάτι απλό και εύκολο, σίγουρα όταν υπάρχουν παιδιά, και τόσες υποχρεώσεις μέσα στη μέρα, αυτό που μένει πίσω είναι κυρίως η προσωπική ζωή. Με καλή οργάνωση όμως, στήριξη από την οικογένειά μου και καθαρές προτεραιότητες, μπορώ να πω ότι βρίσκεις την ισορροπία. Όταν αγαπάς αυτό που κάνεις, όλα τα πιο πάνω γίνονται κάπως πιο εύκολα.

Πως προτιμάτε να αξιοποιείτε τον ελεύθερο σας χρόνο όσο βρίσκετε δηλαδή;

- Ο ελεύθερος χρόνος είναι πολύτιμος για εμένα και σίγουρα, μεγαλύτερη προτεραιότητα έχουν τα παιδιά μου. Επιλέγουμε δραστηριότητες χαλάρωσης και κάποιες φορές να μείνουμε απλά όλοι μαζί στο σπίτι. Απολαμβάνω επίσης, τη μαγειρική και προσπαθώ να γυμνάζομαι.

Κλείνοντας, αν σας ζητούσαμε να ρθειτε μια μέρα στην Κοινότητά μας για μια συζήτηση με τους νέους μας, τι θέμα θα βάζατε εσείς προτεραιότητα;

- Θα επέλεγα ένα θέμα που τους ενδυναμώνει, όπως για παράδειγμα, το πώς μπορούν να αξιοποιήσουν τα ταλέντα τους και να δημιουργήσουν ευκαιρίες στην Κύπρο. Θέλω οι νέοι να νιώθουν ότι έχουν ρόλο, φωνή και μέλλον εδώ.

Μέσα από τη συνέντευξη της κ. Κ. Αχιλλέως, αναδεικνύεται όχι μόνο η προσωπική της πορεία στην προσφορά, αλλά και η πίστη της ότι οι νέοι της Κύπρου, έχουν τη δύναμη να διαμορφώσουν ενεργά το μέλλον, αρκεί να τους δοθεί ο χώρος, η εμπιστοσύνη και τα κατάλληλα εργαλεία. Κλείνοντας θα θέλαμε να την ευχαριστήσουμε θερμά για το χρόνο, τη διάθεση και την ουσιαστική συζήτηση. Οι τοποθετήσεις της αποδεικνύουν πως ο ONEK συνεχίζει να πορεύεται με όραμα και προσήλωση στους νέους. Με ανθρώπους όπως και η ίδια στο τιμόνι, το μέλλον της νεολαίας προδιαγράφεται ακόμα πιο φωτεινό.



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ 2025

Το Κοινοτικό Συμβούλιο Ψιμολόφου υποδέχτηκε τα Χριστούγεννα με τρεις χριστουγεννιάτικες εκδηλώσεις στην πλατεία της Κοινότητας μας!
ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΦΩΤΑΓΩΓΗΣΗ 2025!

Την Κυριακή 07/12 πραγματοποιήθηκε ακόμα μια μαγική φωταγωγή της Κοινότητας! Αν και πολύ επίφοβη μέρα, αφού ψιχάλιζε μέχρι τις 15:00μ.μ, εντελώς ξαφνικά όμως σταμάτησε η βροχή κι έτσι τελευταία στιγμή γέμισε η πλατεία μας με κόσμο!! Με παρέα το εκρηκτικό δίδυμο, πλέον και του ραδιοφώνου, Λούης Πατσαλίδης και Αστέρω Κυπριανού, που πάντα έρχονται με μεγάλη χαρά στην Κοινότητα μας, τον DJ Louis, τον ηχολήπτη μας Γιάννο Παπαϊωάννου, την ομάδα του House of Fairytale, το χριστουγεννιάτικο παζαράκι, τα νόστιμα burger από το Γλυτζίν, η μέρα γέμισε με γέλια, μουσική και γιορτινή διάθεση. Ευχαριστούμε τα παιδιά του Δημοτικού Σχολείου, του Δημόσιου και Κοινοτικού Νηπιαγωγείου, καθώς και τα παιδιά από το Εργαστήρι Παιδιών και Νέων Α.Ο.Ψ, για τα όμορφα τραγούδια που μας παρουσίασαν. Τη σχολή χορού Beyond Gravity Dance με τα υπέροχα χορευτικά, τους χορηγούς μας, την Υπεραγορά Κερύνεια και το Φυτώριο Αροκάρια και φυσικά όλους όσοι ήρθαν κι έκαναν τη στιγμή πιο φωτεινή.

ΡΕΜΠΕΤΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ

Το Σάββατο 13/12 απολαύσαμε τους τρεις καταπληκτικούς μουσικούς και τραγουδιστές, Γιώργο Κουρόγιωργα, Χαράλαμπο Καζαντζή και Γιώργο Αντωνίου. Με νότες ρεμπέτικες, τραγούδια ψυχής, ζεστό κρασί, σουπιά, ζιβανία και παρέα που έδεσε ομαδικά. Η αλήθεια είναι πως εκείνο το βράδυ ήταν πολύ το κρύο σε σημείο που και οι μουσικοί δυσκολεύονταν πολύ κι έτσι η προσέλευση του κόσμου ήταν λίγη. Μάλιστα την επόμενη μέρα, μετά την ανάρτηση βίντεο από τη ρεμπέτικη βραδιά μας έπαιρναν τηλέφωνο και μας έλεγαν γιατί κάναμε τέτοια νύκτα τη βραδιά, γιατί ήθελαν πολλοί να έρθουν αλλά δεν το ρίσκαραν λόγω του καιρού. Ευχαριστούμε όλους όσοι τόλμησαν και παρευρέθηκαν με αυτό το κρύο και συνέβαλαν σ' αυτή την ήσυχη και όμορφη βραδιά!! Υποσχόμαστε κι εμείς να είμαστε περισσότερο προσεκτικοί!

ΑΗ-ΒΑΣΙΛΗΣ ΕΦΤΑΣΕ!!!

Την Παρασκευή 26/12 το Κοινοτικό Συμβούλιο Ψιμολόφου χάρισε σε μικρούς και μεγάλους μια υπέροχη χριστουγεννιάτικη εμπειρία. Η πλατεία μας ακόμα μια φορά γέμισε χαμόγελα, μουσική και χαρά.

Η Χριστίνα Παπαγεωργίου μας ξεσήκωσε με φοβερό hip hop χορό! Το House of Fairytale εντυπωσίασε με το μαγευτικό bubble show, ενώ η μηχανή χιονιού έφερε άρωμα Βόρειου Πόλου. Και φυσικά η πιο ξεχωριστή στιγμή, ο Άγιος Βασίλης κατέφθασε με την άμαξα και τα ξωτικά του και μοίρασε δώρα σε όλα τα παιδιά! Ευχαριστούμε τους χορηγούς μας, τα Σπιτίσια Είδη Σταυρούλας, την ΕΚΟ Λακατάμιας, τη ΣΕΚΕΠ, τους φούρνους Ζορμπάς και την Υπεραγορά Κερύνεια, τον ηχολήπτη μας Γιάννο Παπαϊωάννου, τα χριστουγεννιάτικα περιπτεράκια και φυσικά όλους όσοι παρευρέθηκαν κι έκαναν τη μέρα μας τόσο ξεχωριστή!




SK STRAKKA PHARMACY


ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΣΟΦΙΑ ΚΟΛΙΑΝΤΡΗ

Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ375,
2313 Λακατάμια, Λευκωσία

sofiakoliantri21@gmail.com

  Pharmacy Sofia Koliantri

 22 380 022 22 380 002

ΕΚΔΡΟΜΗ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ



Το Σάββατο 15/02 πραγματοποιήθηκε η εκδρομή του Χριστιανικού Συνδέσμου Γυναικών της Ψιμολόφου, με διαδρομή που περιλάμβανε σημαντικούς σταθμούς πίστης και παράδοσης στην επαρχία Λάρνακας.

Πρώτος προορισμός ήταν η κοινότητα της Τόχνης, όπου τα μέλη επισκέφθηκαν την πανέμορφη Εκκλησία Αγίου Κωνσταντίνου και Ελένης, χτισμένη εντυπωσιακά πάνω από το παλιό γεφύρι του χωριού, σε ένα τοπίο ιδιαίτερης φυσικής ομορφιάς.

Ακολούθησε επίσκεψη στο Μοναστήρι Αγίου Μηνά, έναν από τους σημαντικούς τόπους προσκυνήματος της περιοχής, όπου τα μέλη είχαν την ευκαιρία για προσευχή και περισυλλογή.

Στη συνέχεια παρατέθηκε γεύμα στη Βαβατινιά, στο φιλόξενο κέντρο της Μαρούλας, μέσα σε ζεστή και ευχάριστη ατμόσφαιρα.

Η εκδρομή ολοκληρώθηκε με επίσκεψη στον Ιερό Ναό Τιμίου Σταυρού στα Λεύκαρα, έναν από τους σημαντικότερους και ιστορικότερους ναούς της Κύπρου.

Η ημερήσια αυτή εξόρμηση πρόσφερε στα μέλη του Συνδέσμου στιγμές πνευματικής ανάτασης, επικοινωνίας, επιβεβαιώνοντας τη σημασία τέτοιων δράσεων για τη διατήρηση της πίστης και της παράδοσης.

ΑΡ. ΑΔΕΙΑΣ: ΓΚ10

ΓΡΑΦΕΙΟ ΚΗΔΕΙΩΝ ΠΑΝΩ ΔΕΥΤΕΡΑ

22621979 ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ ΤΑΜΑÇΟΥ 99678700

Πάνω Δευτερά, 2460, Τ.Θ. 14800
Τηλ: 22621979, 99678700, 99797000
Φαξ: 22621999
E-mail: tamasoufunerals@gmail.com



Γραφείο Τελετών
FUNERAL TAMACOU

Αριθμός Αδείας ΓΚ 10
Τηλ. 99-678700



Κατασκευή τάφων (μνημάτων)
Επιδιορθώσεις & συντήρηση τάφων
Χάραξη ονομάτων & επιγραφών
Φωτογραφίες πορσελάνης υψηλής ποιότητας
Με συνέπεια, αξιοπρέπεια και επαγγελματισμό
συνεχίζουμε δίπλα σας σε κάθε ανάγκη.
Για πληροφορίες & εξυπηρέτηση:
Tel: 99 678700

Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΟΥ ΚΑΝΕΙ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΑ

(Γνωρίστε τον Στέφανο Μαλάη)

Υπάρχουν άνθρωποι που ασκούν απλώς το επάγγελμά τους, κι υπάρχουν κι εκείνοι που μετατρέπουν κάθε στιγμή της δουλειάς τους σε αποστολή. Ο Στέφανος Μαλάης ανήκει αδιαμφισβήτητα στη δεύτερη κατηγορία. Βοηθά ανθρώπους να εξαφανίσουν 8 με 10 κιλά σε 90 ή και λιγότερες μέρες χωρίς να θυσιάσουν την καριέρα ή την οικογένεια τους. Από τα 6 του στον αθλητισμό, ποδόσφαιρο, γυμναστήριο και άλλα.

Σήμερα είναι Personal Trainer/Strength&Conditioning Coach στην Exaskisi, δουλεύει και ως Online Fitness&Wellness Coach κι έχει εμπειρία ως βοηθός Strength Conditioning coach. Κατέχει B.Sc στην επιστήμη της Άσκησης και της Φυσικής Αγωγής, έχει M.Sc High Performance Sports με εξειδίκευση στο Strength&Conditioning κι έχει επίσης πιστοποιήσεις στην προπόνηση δύναμης από αποκατάσταση έως απόδοση. Σπουδαίες ατάκες του που είχε πει και προσωπικά τις κράτησα και για μένα είναι: «Γεννήθηκες για να πετύχεις σπουδαία πράγματα» και «αν δεν πιστεύεις εσύ στον εαυτό σου, ποιος θα το κάνει». Είναι ένας γυμναστής που δεν περιορίζεται στο να δείξει ασκήσεις ή να μετρήσει επαναλήψεις, είναι ένας άνθρωπος που εμπνέει, καθοδηγεί, υποστηρίζει κι επηρεάζει θετικά όποιον έχει την τύχη να δουλέψει μαζί του. Από την πρώτη στιγμή που τον γνωρίζεις, καταλαβαίνεις πως δεν πρόκειται για ένα τυπικό επαγγελματία του fitness. Ο Στέφανος εκπέμπει μια ζεστασιά και μια ειλικρινή φροντίδα που σε κάνουν να νιώθεις άνετα, ασφαλής κι έτοιμος να δώσεις τον καλύτερο σου εαυτό. Έχει αυτό το σπάνιο χάρισμα, να βλέπει μέσα σου τις δυνατότητες που ίσως εσύ δεν έχεις ανακαλύψει ακόμη. Και με υπομονή, χιούμορ, συνέπεια και πραγματική αγάπη για αυτό που κάνει, σε βοηθά να φτάσεις εκεί που δεν πίστευες ότι μπορείς. Η δική μου εμπειρία μαζί του ήταν ξεχωριστή. Απ' όσους με είχαν βοηθήσει στη ζωή μου, ο Στέφανος είναι εκείνος που κατάφερε να με στηρίξει με τρόπο βαθύ και ουσιαστικό. Δεν είναι υπερβολή να πω ότι με βοήθησε περισσότερο από οποιονδήποτε άλλο. Στιγμές που ένιωσα κουρασμένη κι έτοιμη να τα παρατήσω ήταν εκεί. Όχι μόνο σαν γυμναστής, αλλά και σαν άνθρωπος που σε ακουμπά με την καλοσύνη του. Κάθε προπόνηση μαζί του είναι κάτι παραπάνω από άσκηση, είναι ένα μικρό μάθημα ζωής. Μαθαίνεις να επιμένεις, να εμπιστεύεσαι και να πιστεύεις πάνω απ' όλα σε σένα, να αντιμετωπίζεις τις δυσκολίες με χαμόγελο. Σε ενθαρρύνει χωρίς να σε πιέζει, σε καθοδηγεί χωρίς να επιβάλλεται, σε ανεβάζει χωρίς να κάνει θόρυβο. Έχει τον τρόπο να σε κάνει να νιώθεις μοναδικός, σημαντικός και ικανός για περισσότερα. Όλα αυτά όχι με υπερβολές αλλά με γνήσια διάθεση και πραγματικό ενδιαφέρον. Αυτό ακριβώς τον κάνει να ξεχωρίζει. Ο Στέφανος δεν βλέπει τη γυμναστική σαν μια απλή δουλειά, αλλά σαν ένα δρόμο για να βοηθά ανθρώπους να αλλάξουν τη ζωή τους. Αν υπάρχει κάτι που πρέπει να μάθει ο κόσμος για το Στέφανο Μαλάη, είναι πως πρόκειται για ένα υπέροχο παιδί, ένα σπάνιο χαρακτήρα κι ένα γυμναστή που δίνει τη ψυχή του σε ότι κάνει. Και όσοι έχουν την ευκαιρία να τον γνωρίσουν, το καταλαβαίνουν από την πρώτη κιόλας μέρα. Στο χώρο του fitness υπάρχουν πολλοί επαγγελματίες, αλλά λίγοι έχουν αυτό το φως. Γι' αυτό αν θέλεις να ξεκινήσεις ή να συνεχίσεις τη γυμναστική με ένα άνθρωπο που θα σε κάνει να αγαπήσεις την προσπάθεια, να πιστέψεις στην πορεία και να χαιρέσαι κάθε βήμα, τότε εμπιστέψου το Στέφανο. Γιατί δεν είναι απλώς ένας γυμναστής, είναι άνθρωπος που κάνει τη διαφορά!!!

Ποια είναι η δική σου «Φιλοσοφία Προπόνησης»;

- Η φιλοσοφία μου είναι απλή: να τηράς τις υποσχέσεις που δίνεις στον εαυτό σου καθημερινά. Δεν κυνηγάμε την τελειότητα αλλά ο στόχος είναι να κτίσουμε συνέπεια. Εστιάζουμε σε βασικές ασκήσεις, προοδευτική επιβάρυνση, διατροφικό πλάνο που αγαπάς με επαρκή πρωτεΐνη και μικρές συνήθειες που μπορείς να κρατήσεις για πάντα. Στο Show up Academy δεν μας ενδιαφέρει απλώς να χάσεις κιλά, αλλά πως μπορείς να είσαι fit για πάντα.

Αν έπρεπε να περιγράψεις εσύ τον εαυτό σου ως προπονητή με 3 λέξεις, ποιες θα ήταν;

- Δομημένος, Ξεκάθαρος, Απαιτητικός με ενσυναίσθηση. Έχω σύστημα και πλάνο σε ότι κάνω. Δίνω απλές και πρακτικές οδηγίες που εφαρμόζονται εύκολα. Και σε πιέζω να ανέβεις επίπεδο, αλλά πάντα με σεβασμό και με βάση τη δική σου πραγματικότητα.

Πως ενθαρρύνεις κάποιον που νιώθει ότι δεν μπορεί;

- Πάντα προσπαθώ να δείχνω αποδείξεις. Να υπενθυμίζω τι έχουμε ήδη καταφέρει με μικρές και μεγάλες νίκες, σπάζουμε το στόχο σε πολύ πιο μικρούς και βάζουμε ξεκάθαρα βήματα για το πως να κερδίσει τη ημέρα. Η αυτοπεποίθηση δεν έρχεται από λόγια αλλά από επαναλαμβανόμενες μικρές νίκες, όταν εμφανιζόμαστε δηλαδή στις υποσχέσεις που δώσαμε στον εαυτό μας μπορούμε κάλλιστα να κτίσουμε και την εμπιστοσύνη με τον εαυτό μας.

Το πρώτο πράγμα που σκέφτεσαι όταν ξυπνάς το πρωί;

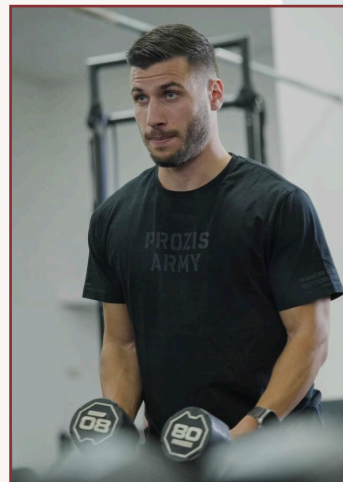
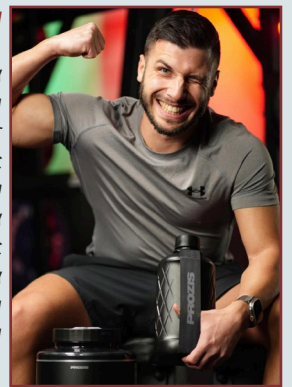
- I can, I will, I must. Είναι κάτι που το έμαθα από τον μεγάλο Eric Thomas. Μου υπενθυμίζει ότι μπορώ να πετύχω οτιδήποτε βάλω στο μυαλό μου σαν στόχο, επειδή μπορώ, έχω την ικανότητα να το κάνω, έχω τη θέληση να το κάνω γιατί κάποιος εξαρτάται από εμένα και θέλω να είναι πάντα έτοιμος να προσφέρω.

Τι λάθη βλέπεις συχνά να κάνει ο κόσμος στο γυμναστήριο;

- Αλλάζουν συνεχώς πρόγραμμα. Κυνηγούν τις υψηλές εντάσεις αντί για σταθερή πρόοδο. Τρώνε υπερβολικά λίγο και μετά έχουν ξεπάσματα με υπερφαγικά επεισόδια. Δεν μετράνε κιλά, επαναλήψεις, τεχνική. Θέλουν αποτέλεσμα 12 εβδομάδων σε 12 μέρες. Η έλλειψη δομής και υπομονής είναι το πιο συχνό λάθος.

Ποιο είναι το πιο ωραίο πράγμα που σου έχει πει ακούγοντας σου;

- «Υπάρχουν προπονητές που σε βοηθούν να αλλάξεις το σώμα σου...και υπάρχουν άνθρωποι που σε βοηθούν να αλλάξεις τη ζωή σου. Ο Στέφανος ανήκει ξεκάθαρα στη δεύτερη κατηγορία. Με έβαλε στον κόσμο της γυμναστικής σε μια περίοδο που δεν πίστευα στον εαυτό μου. Είδε σε μένα πράγματα που εγώ δεν μπορούσα να δω και με καθοδήγησε με απίστευτη υπομονή, επιμονή και αγάπη. Ήταν δίπλα μου σε κάθε βήμα, ειδικά στις στιγμές που λύγιζα και ήθελα να τα παρατήσω. Με σήκωσε, με ενθάρρυνε και με βοήθησε να συνεχίσω. Όμως αυτό που τον κάνει



ξεχωριστό είναι ότι δεν φροντίζει μόνο το σώμα. Φροντίζει και τη ψυχή. Έχει ένα μοναδικό τρόπο να βλέπει βαθιά μέσα μου. Έχω μοιραστεί μαζί του προσωπικές μου δυσκολίες και ποτέ δεν ένιωσα κριτική. Δεν δίνει απλά έτοιμες συμβουλές ή «όμορφα λόγια». Αγγίζει την ουσία, καταλαβαίνει τι υπάρχει μέσα σου και σε καθοδηγεί με ένα τρόπο που σε βοηθά να το ανακαλύψεις και να το ξεδιπλώσεις μόνος σου. Χάρη σε εκείνον έγινα πιο δυνατή, όχι μόνο σωματικά αλλά και ψυχικά. Με βοήθησε να πιστέψω στον εαυτό μου και βρω δύναμη που δεν ήξερα ότι έχω. Αυτή είναι η μαγεία του Στέφανου. Και νιώθω πραγματικά ευγνώμων που είναι μέρος της διαδρομής μου».

Τι σε συγκινεί περισσότερο στην πρόοδο κάποιου;

- Η αλλαγή που γίνεται μέσα από το coaching ξεκινώντας από μέσα προς τα έξω. Βλέπω ανθρώπους να αλλάζουν τη ζωή τους και τον τρόπο ζωής τους και τον τρόπο ζωής τους πριν καν πετύχουν το στόχο τους και ήδη νιώθουν καλύτερα, με πιο πολλή ενέργεια, θετική σκέψη και ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής.

Τι είναι το πιο σημαντικό, πειθαρχία ή κίνητρο;

- Η πειθαρχία. Το κίνητρο είναι συναίσθημα που έρχεται και φεύγει. Η πειθαρχία είναι απόφαση και κάτι που κτίζεται και όταν κτιστεί με ένα καλό σύστημα μπορεί να διαρκέσει μακροπρόθεσμα.



**ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΤΣΑΓΓΑΡΙΔΗΣ**

Αρχ. Μακαρίου 4, Πάνω Δευτερά
T.T. 2460 Λευκωσία
Τηλ. 22 465400, Φαξ: 22 465401



**ΑΛΕΚΟΣ ΛΤΔ
ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ**

Τηλ. 99443174 Γιώργος
99334751 Πάμπος

Γρηγόρη Αυξεντίου 46
2643 Εργάτες, Λευκωσία

Email: alekoscy@gmail.com



CONSTRUCTION & LAND
DEVELOPMENT LTD



CONSTRUCTION & LAND
DEVELOPMENT LTD

« Με πολυετή εμπειρία στον χώρο των κατασκευών, η SPI Construction & Land Development έχει δημιουργήσει μια σταθερή πορεία που βασίζεται στην ποιότητα, την αξιοπιστία και τη συνεχή εξέλιξη.

Από την ίδρυσή της μέχρι σήμερα, η εταιρεία συνεχίζει να εξελίσσεται υλοποιώντας έργα με τεχνογνωσία και σεβασμό στις ανάγκες του σύγχρονου ανθρώπου. Με αφοσίωση στις αξίες της και έμφαση στην καινοτομία και τη βιωσιμότητα, η SPI θέτει στο επίκεντρο τον άνθρωπο και το περιβάλλον, δημιουργώντας χώρους που συνδυάζουν άνεση, πρακτικότητα και υψηλή αισθητική. »



22721062 / 99646481/ 99788252



Αγίας Ελένης 26, Διαμ. 103, 2304 Λακατάμεια



Η Αξία του Εθελοντισμού

Ο εθελοντισμός αποτελεί μια από τις σημαντικότερες εκφράσεις κοινωνικής προσφοράς και αλληλεγγύης, καλλιεργώντας αξίες όπως η συνεργασία, η ανθρωπιά και η υπευθυνότητα.

Μέσα σε αυτό το πνεύμα, την Πέμπτη 26/02, πραγματοποιήθηκε στο Δημοτικό Σχολείο Ψιμολόφου μια ιδιαίτερα όμορφη και συγκινητική εκδήλωση, αφιερωμένη στον εθελοντισμό. Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν η κυρία Φωτεινή Παπαδοπούλου, πρόεδρος του Κυπριακού Ερυθρού Σταυρού, καθώς και η λειτουργός του Οργανισμού, κ. Άντρεα Λοΐζου. Με την παρουσία και τις τοποθετήσεις τους, μετέφεραν στους μαθητές σημαντικά μηνύματα σχετικά με την αξία της προσφοράς, της αλληλεγγύης και του εθελοντισμού. Η εκδήλωση ετοιμάστηκε από τους μαθητές της ΣΤ τάξης, μαζί με τη δασκάλα τους, οι οποίοι παρουσίασαν ένα πρόγραμμα γεμάτο μηνύματα ανθρωπιάς, ευαισθησίας και κοινωνικής προσφοράς. Αξίζουν θερμά συγχαρητήρια στα παιδιά και τη δασκάλα τους για την εξαιρετική προσπάθεια, καθώς και ειλικρινείς ευχαριστίες στην κυρία Φωτεινή Παπαδοπούλου και Άντρεα Λοΐζου για την παρουσία τους και τη συμβολή τους στην ενίσχυση των αξιών του εθελοντισμού στη νέα γενιά.



Να ζεις, να αγαπάς και να αγωνίζεσαι



Η συγχωριανή μας Νικόλ Ανδρέου, αθλήτρια αντοχής και wellness coach, έχει ως αποστολή της να βοηθά συνανθρώπους της να ανακαλύπτουν τη δύναμη που κρύβουν μέσα τους, είτε μέσω του αθλητισμού, της ευεξίας ή της προσωπικής τους ανάπτυξης.

Με υπομονή και αφοσίωση, η Νικόλ κατάφερε να ολοκληρώσει πέντε μαραθώνιους, ενώ το 2024 συμμετείχε και ολοκλήρωσε το IRONMAN Kalmar στη Σουηδία, μια εμπειρία που της άλλαξε τη ζωή και της έδειξε πόσο απέραντες είναι οι δυνατότητες της ανθρώπινης θέλησης.

Τον περασμένο Νοέμβριο, δοκιμάζοντας τα όρια της στο Double IRONMAN, που πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά στην Κύπρο και που ήταν αφιερωμένο σε φιλανθρωπικό σκοπό, η Νικόλ αντιμετώπισε τις πιο απαιτητικές προκλήσεις αντοχής, στη μνήμη της μικρής Ιωάννας, με σκοπό τη στήριξη του ιδρύματος Joanna Sophia Foundation (7.6 χιλιόμετρα κολύμπι, 360 χιλιόμετρα ποδήλατο, 84 χιλιόμετρα τρέξιμο).

Η Νικόλ επισκέφτηκε το Δημοτικό Σχολείο Ψιμολόφου την Παρασκευή 06/03/26 και μίλησε στα παιδιά για την αξία του εθελοντισμού και της ανιδιοτελούς προσφοράς στον συνάνθρωπο, καθώς και για τη δύναμη που κρύβει ο καθένας μέσα μας. Δύναμη με την οποία όταν το θελήσουμε πραγματικά, μπορούμε και πρέπει να παλέψουμε για την υλοποίηση των προσωπικών στόχων του καθενός μας, μικροί και μεγάλοι.

Την ευχαριστούμε θερμά και τις ευχόμαστε κάθε επιτυχία!



PERSONA
Barber Shop

Ανδρέας Παπανδρέου

Γρηγόρη Αυξεντίου 6,
Πάνω Δευτερά, Λευκωσία 2460

f Persona Barbershop

Τηλ. 22 623590

Email: bhcreation@hotmail.com


Persona
Hair Studio

Γρηγόρη Αυξεντίου 6,
Πάνω Δευτερά, Λευκωσία 2460

f Persona Hair Saloon

Τηλ. 22 515025



Hairdressing RZ Higher Diploma	Security Management BA Diploma	Secretarial & Office Administration Studies Diploma	 Business Administration MBA*
Aesthetics BA	Hospitality & Tourism Administration BA*	Business Administration Diploma*	
GTC Professional Studies ACCA	Automotive Technicians Diploma	Business Management BA*	
Creative Arts & Animation MA		MBA MA*	

* Προσφέρεται και εξ' αποστάσεως

Το **Global College** προσφέρει μαθήματα του ACCA (Association of Certified Accountants) όπως επίσης και **Αξιολογημένα-Πιστοποιημένα** Προγράμματα Σπουδών από τον Φορέα Διασφάλισης και Πιστοποίησης της Ποιότητας σε επίπεδο Μεταπτυχιακού, Πτυχίου, Ανώτερου Διπλώματος, Διπλώματος και τυγχάνουν **Κρατικής Χορηγίας**. Τα πτυχία του **Global College** έχουν εξασφαλίσει **Ισοτιμία Πανεπιστημιακού τίτλου** από το ΚΥΣΑΤΣ. Άξιο αναφοράς είναι το γεγονός ότι περισσότερο από το **90% των αποφοίτων** μας εργοδοτούνται σε οργανισμούς του τομέα του ενδιαφέροντός τους. Το **Global College** διαθέτει σύγχρονα εργαστήρια Ηλεκτρονικών Υπολογιστών, Αισθητικής, Κομμωτικής, Μηχανικής Οχημάτων καθώς και χώρους εκπαίδευσης στις Πολεμικές Τέχνες, στην Ασφάλεια και στην Εμφύχωση.

Το Global College προσφέρει **μονοετή μεταπτυχιακά** του University of Roehampton London. Οι φοιτητές λαμβάνουν την ίδια ακριβώς εκπαίδευση με αυτή που θα λάμβαναν εάν παρακολουθούσαν τα μαθήματα στο Ηνωμένο Βασίλειο, είναι εγγεγραμμένοι ως εσωτερικοί φοιτητές και μπορούν να παραλάβουν το πτυχίο τους στην τελετή αποφοίτησης του πανεπιστημίου στο **Ηνωμένο Βασίλειο**. Το Πανεπιστήμιο του **Roehampton** είναι υπεύθυνο για την παροχή του υλικού και για τον έλεγχο της ποιότητας διδασκαλίας. Άξιο αναφοράς είναι το γεγονός ότι το University of Roehampton διαπρέπει διαχρονικά στον τομέα της έρευνας κι έχει αναγνωριστεί ως το πιο σύγχρονο Πανεπιστήμιο στον τομέα αυτό (Research Excellence Framework). Όλα τα προγράμματα λαμβάνουν **Κρατική Χορηγία**.

Σπούδασε το Μέλλον στο Μεγαλύτερο Κολέγιο της Κύπρου



Λεωφόρος Ελαιώνων 245, 2048 Στρόβολος, Ταχ. Θυρίδα 24621, 1301 ΛΕΥΚΩΣΙΑ
 Τηλ: +357 22 814555, Φαξ: +357 22 814580
www.globalcollege.ac.cy info@globalcollege.com.cy



Σταγόνα – σταγόνα σώζουμε τον κόσμο

Οι μαθητές των Δ'1 και Δ'2 τάξεων, στα πλαίσια των μαθημάτων των Ελληνικών και της Περιβαλλοντικής Αγωγής, ασχολήθηκαν με το «Νερό». Κατανοώντας τη σημασία του, πρότειναν πρακτικές εξοικονόμησης του στην καθημερινή ζωή. Σε συνεργασία με τον Ερευνητικό Οργανισμό CARDET, στα πλαίσια του προγράμματος TINKER, δημιούργησαν αφίσσα με συνθήματα και συμβουλές για ενημέρωση των παιδιών του σχολείου και της κοινότητας.

Η πράξη αυτή αποδεικνύει πως η περιβαλλοντική συνείδηση καλλιεργείται από μικρή ηλικία. Το νερό είναι πολύτιμο, ας το προστατεύσουμε όλοι μαζί.

Σταγόνα σταγόνα, σώζουμε τον κόσμο!

Νερό Πηγή Ζωής

Ποταμός Πεδιαίος Ψιμολόφου

ΝΕΡΟ: Όλοι μαζί το προστατεύουμε:

- Κλείνετε τη βρύση όταν πλένετε τα χέρια, τα πιάτα, το πρόσωπο ή τα δόντια σας.
- Πλένετε τα φρούτα και τα λαχανικά σε μια λεκάνη, όχι με τη βρύση να τρέχει.
- Βεβαιώνεται ότι πάντα κλείνετε καλά τις βρύσες.
- Χρησιμοποιείτε τα πλυντήρια ρούχων και πιάτων μόνο όταν είναι εντελώς γεμάτα. Επλέγετε το πιο οικονομικό πρόγραμμα.
- Προτιμάτε ένα γρήγορο ντους το οποίο καταναλώνει πολύ λιγότερο νερό από ένα γεμάτο μπάνιο.
- Ποτίζετε τα φυτά σας νωρίς το πρωί ή αργά το απόγευμα, που η εξάτμιση είναι λιγότερη.
- Χρησιμοποιείτε τη σκούπα και το σφουγγάρισμα για να καθαρίζετε αουλές, μπαλκόνια ή πεζοδρόμια, αντί για λάστιχο.
- Πλένετε το αυτοκίνητο με ένα κουβά και σφουγγάρι αντί με λάστιχο.
- Ελέγχετε τις βρύσες και τις σωλήνες για τυχόν διαρροές.

Το νερό είναι πολύτιμο, μην το σπαταλάτε!

Δημοτικό Σχολείο Ψιμολόφου - τάξεις Δ1, Δ2
2025 - 2026

Σε συνεργασία με τον Ερευνητικό Οργανισμό CARDET (Πρόγραμμα TINKER)

ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΡΑΔΙΟΦΩΝΟ ΤΗΣ Γ'1
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ

ΣΠΛΑΤΣ FM

ΑΚΟΥ ΜΙΑ ΣΤΙΓΜΗ, ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ, ΤΟ ΝΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΖΩΗ!

ΕΚΠΟΜΗ ΔΡΟΣΟΣΤΑΙΔΑΣ, Η ΕΚΠΟΜΗ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ!

- Τραγουδία
- Ειδήσεις
- Παροιμίες
- Παραμύθια
- Συμβουλές
- Μικρά και ενδιαφέροντα

ΓΙΑΤΙ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΤΟ ΝΕΡΟ ΜΑΣ ΑΦΟΡΟΥΝ ΟΛΟΥΣ!

Η Γ'1 ΣΑΣ ΚΑΛΟΣΩΡΙΖΕΙ

Τα τελευταία χρόνια η Κύπρος μαστίζεται από ανομβρία. Για να μην πούμε το νερό νεράκι και για να μην υποφέρουμε από την έλλειψη του νερού, φτιάξαμε μια ραδιοφωνική εκπομπή με θέμα το νερό. Σκοπός μας είναι να ευαισθητοποιήσουμε τον κόσμο γύρω μας. Θέλουμε να εξοικονομήσουμε το νερό που είναι δώρο αληθινό!!!

Φιλική συμμετοχή τα παιδιά της Γ'2!!!!
ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΑΚΟΥΣΤΕ
ΤΗΝ ΕΚΠΟΜΗ ΤΩΝ ΜΑΪΟ 2026:
WWW.DIM-PSIMOLOFOY-LEF.SCHOOLS.AC.CY

ΑΚΟΥ ΜΙΑ ΣΤΙΓΜΗ, ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ, ΤΟ ΝΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΖΩΗ!

ΑΚΟΥ ΜΙΑ ΣΤΙΓΜΗ, ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ, ΤΟ ΝΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΖΩΗ!

ΓΙΝΕ ΕΣΥ Η ΑΛΛΑΓΗ!!!

ΚΑΘΕ ΣΤΑΓΟΝΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥΤΙΜΗ! ΜΗΝ ΤΟ ΣΚΟΡΠΑΣ, ΑΚΟΥ ΚΙ ΕΜΑΣ! ΚΑΘΕ ΣΤΑΓΟΝΑ ΜΕΤΡΑ!

Γ'1 ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ
www.dim-psimolofou-lef.ac.cy

ΟΥΤΕ ΣΤΑΓΟΝΑ ΧΑΜΕΝΗ!

Γ'2 2025-26

Άστε πια το κινητό!

Άστε πια το κινητό! όχι πως είναι κακό! Έχει και τα θετικά του μα και τα αρνητικά του!

Βάλτε όριο μία ώρα από σήμερα, από τώρα! Και αρπάξτε ένα βιβλίο και με ζέστη και με κρύο!

Φτιάξτε ρόφημα που αχνίζει ή φραπέ που σας δροσίζει, και αράξτε σε γωνίτσα, με βιβλίο αγκαλίτσα!

Ποίημα γραμμένο από τα παιδιά της Ε' τάξης, με αφορμή τη Γιορτή των Γραμμάτων. Δημοτικό Σχολείο Ψιμολόφου, Γενάρης 2026

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ

Ε' τάξη

ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΣ ΜΑΣ ΚΩΔΙΚΑΣ 2025 -2026

Ε' τάξη

Το περιβάλλον μας παιδιά, φύση δέντρα και νερά. Άμα εμείς δεν το αγαπάμε, άμα εμείς δεν το πονάμε, ποιος θε να το προστατέψει; Ποιος γι' αυτό θα πει μία λέξη;

Γ'1 τάξη

Αλλάξτε συνήθειες στο λεπτό. Εξοικονομείστε όλοι το νερό. Νερό το φυλάμε για να μην διψάμε. Τα δόντια σαν βουρτσίζεις, τη βρύση να σφραγίζεις. Τον κήπο να ραντίζεις. Με κουβά να τον ποτίζεις. Την μπλε αστραπή να καθαρίζεις. Μόνο με σφουγγάρι και κουβά να τη γυαλίζεις.

Γ'2 τάξη

Όταν διάλειμμα βγαίνω εγώ φύττα και προβολέα σβήνω στο λεπτό. Ενέργεια εξοικονομώ το περιβάλλον αγαπώ!

Στ' τάξη

Το πλακόστρωτο, το γήπεδο κι όλες οι τάξεις, μένου καθαρά με τις δικές μας πράξεις. Στους κάδους τα σκουπίδια καταλήγουν κάθε μέρα κι έχουμε υγεία, ομορφιά και καθαρό αέρα.

Δ'1 τάξη

Δίνουμε στο περιβάλλον φροντίδα και ζωή!

Α' τάξη

Ανακυκλώστε τώρα όσο υπάρχει ύψος! Χαρτί, αλουμίνιο και πλαστικό, βάλετε τα στον κάδο τον σωστό.

Β' τάξη

Ότι περισσεύει μην το ξεχνάτε. Πρέπει στον κάδο κομποστοποίησης το πετάτε. Λίπασμα για τη γη.

Γ' τάξη

Ότι περισσεύει μην το ξεχνάτε. Πρέπει στον κάδο κομποστοποίησης το πετάτε. Λίπασμα για τη γη.

Δ'2 τάξη

Κε το δάσος τα δέντρακια δίπνεν στη λακίδα κι η βροχούλα πολύ αργεί. Γι' αυτό φουτεύω δέντρα στη στιγμή, να γίνει πράσινη η γη. Δέντρα που αντέχουν στη ζέστη την πολλή!

Ε' τάξη

Για αυτό τρέξτε, ανακυκλώστε τα τρία R ευθύς διαδώστε. Τηγανόκινηση και υποστηρίξτε το περιβάλλον μας στηρίζτε!

Τη ζωή σεβόμαστε σε γη, αέρα και νερό. Ζώα, πουλιά και ψάρια έχουν ρόλο νερό. Αγάπη, προστασία φαί και μια αγκαλιά, αυτά μόνο ζητάνε κι ας μην έχουν μιλά.

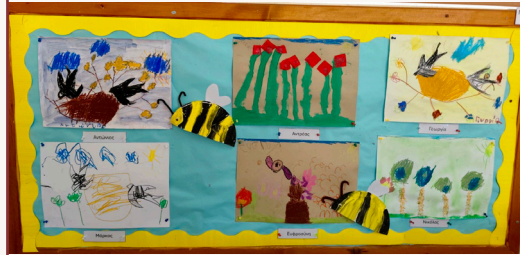
Στ' τάξη

Για τηγανόκινηση μιλάμε. Το λάδι δεν πετάμε. Δεν χύνουμε τηγανέλαια στη γη. Πετρέλαιο τα κάνουν οι ειδικοί.

Καλώς Ήρθες Άνοιξη !!

Τα παιδιά του Δημόσιου και Κοινοτικού Νηπιαγωγείου Ψημολόφου καλωσόρισαν την Άνοιξη μέσα από τις δημιουργίες τους. Λουλούδια, πεταλούδες και ήλιοι ζωντανεύουν στα έργα τους, αποτυπώνοντας τη χαρά, την αθωότητα και την ομορφιά της εποχής. Γνώρισαν γνωστούς ζωγράφους όπως ο Βινσεντ Βαν Γκογκ, παρατήρησαν τη φύση γύρω τους καθώς και τα διάφορα φυσικά φαινόμενα της εποχής και εμπνεύστηκαν από αυτά.

Μέσα από την απλότητα και την αυθόρμητη έκφρασή τους, οι μικροί δημιουργοί, μας θυμίζουν πως η ομορφιά της άνοιξης κρύβεται στα μικρά και αληθινά. Ένα τρυφερό μήνυμα αισιοδοξίας από τα πιο μικρά μέλη της κοινότητας.



Πασχαλινά Παιχνίδια & Φεστιβάλ Πολιτισμού
Διασκέδαση για όλη την οικογένεια και γεύση
παράδοσης. Έρχονται σύντομα στην Κοινότητα μας!

ΠΑΣΧΑ
 ΣΤΗ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ
 Εκδρομικός χώρος, ώρα 3:30π.μ
 Αναβίωση του εθίμου - κάψιμο του Ιούδα
 Παραδοσιακά και νέα παιχνίδια(ζίζηρος, σχοινί, αυγουλοδρομίες,κτλ)
 Διαγωνισμός της καλύτερης φλαούννας! Φέρτε μαζί σας τη φλαούνα σας!
 Τσουγκρισμα αυγών, Δωρεάν φλαούνες
 Μουσική και τραγούδι 17:00 - 19:00
 Αντρέας Αντρέου, Μιχάλης Καττιρτζής, Παναγιώτης Καρατζιάς
 Πασχαλινή Τόμπολα 19:00μ.μ
 Θα διατίθενται προς πώληση εδέσματα και ποτά

ΤΡΙΤΗ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ
 Τουρνουά ποδοσφαίρου 5 κάθε ομάδα. Όλοι οι κάτοικοι μπορούν να κάνουν την ομάδα τους(άντρες, γυναίκες, παιδιά)
 Ώρα έναρξης 10:30π.μ στο μίνι γήπεδο ποδοσφαίρου(Futsal) δίπλα από το Νηπιαγωγείο.
 Δηλώστε έγκαιρα τη συμμετοχή σας στο 22621248
 Θα διατίθενται προς πώληση εδέσματα και ποτά

Και τις δύο μέρες θα δοθούν μετάλλια και κύπελλα στους νικητές και συμμετέχοντες!!

HAPPY Easter

ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ

2ο Δειφόρο Φεστιβάλ 'Οψιμο
Πεδιαιού Ποταμού

Παραδοσιακών Γεύσεων, Πολιτισμού και Περιβάλλοντος

Πρόγραμμα

Έναρξη προγράμματος 11:00π.μ με πρόγευμα
 Καλλιτεχνικό πρόγραμμα από Δημόσιο και Κοινοτικό Νηπιαγωγείο Ψιμολόφου 11:20π.μ.
 Καλλιτεχνικό πρόγραμμα από το Δημοτικό Σχολείο Ψιμολόφου 11:40π.μ.
 Χαιρετισμός από τον Έντιμο Υπουργό Εσωτερικών κ. Κωνσταντίνου Ιωάννου 12:10π.μ.
 Σάτιρα από τον Θεατρικό Όμιλο Ψιμολόφου 1:00μ.μ.
 Κυπριακοί χοροί από το Χορευτικό συγκρότημα Καπέδων 1:30μ.μ.
 Μουσική και τραγούδι από Κρητικό συγκρότημα Μινωίτες 2:30μ.μ.
 Κρητικοί Χοροί από το συγκρότημα Πέρκαλος 3:30μ.μ.
 Μουσική και τραγούδι από Κρητικό συγκρότημα Μινωίτες 4:00μ.μ.
 Χοροί από Λαογραφικό Όμιλο 5:00μ.μ.
 Μουσική και τραγούδι από Κρητικό συγκρότημα Μινωίτες 6:30μ.μ.

Παράλληλες Δράσεις

Παλούζες - Σιουσίουκας 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Καλαθοπλεκτική 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Χαλούμι 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Καρεκλάς 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Ραβιδίες 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Κολέτζια 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Λουκούμαδες 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Ταπατζιά 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Χαλουβιάς 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Χειρόμυλοι 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Πίτες με μέλι 2:30π.μ. - 3:30μ.μ. Κέντημα 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Ψωμί 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Έκθεση φωτογραφίας 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Λουσάνικα 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Έκθεση παλιών αντικειμένων 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.
 Γλυκό του κουταλιού 11:30π.μ. - 6:30μ.μ. Δράση περιουσιολογίας τηγανέλων 11:30π.μ. - 6:30μ.μ.

Δράσεις για παιδιά

Φουσκωτό 11:30π.μ. - 5:30μ.μ.
 Αργειοπλαστική 11:30π.μ. - 5:30μ.μ.
 Εργαστήρι μέλισσας 11:30π.μ. - 2:30μ.μ.
 Κατασκευές από ανακυκλώσιμα υλικά 11:30π.μ. - 2:30μ.μ.
 Φύτευση λουλουδιών και βοτάνων 11:30π.μ. - 2:30μ.μ.
 Παιχνίδια με ανακυκλώσιμα υλικά 11:30π.μ. - 2:30μ.μ.

Εκδρομικός χώρος Ψιμολόφου

Υπό την αιγίδα του Έντιμου Υπουργού Εσωτερικών κ. Κωνσταντίνου Ιωάννου

Άλλα λοάρκαζεν ο κάμηλος...

Εσκέφτηκεν η Χριστινού την κόρην να παντρέψει,
 με άρκονταν μες το χωρκόν πέρκι συμπεθερέψει.

Ναν άνενιας η κόρη της πως έθθεν να πεινάσει,
 τζιαι τους γυρούς τζιαι τον ππαράν μάγκου μου να χορτάσει.

Εν που τους πρώτους του χωρκού, στον νουν της έβαλέν το,
 να βάλει προξενιόν ομπρός αμέσως έθελέν το.

Μονομερού εσκέφτηκεν να πείπει τον μουχτάρη
 στου άρκοντα το σπιτικόν προξένια για να πάρει.

Μιαν εφτομάαν καρτερά να' ρτουν καλά χαπάρκα
 να φύουσιν που πάνω της η λύπη τζιαι τα δάρκα.

Που την πολλήν σικκίρησην τον νουν της έχασέν τον,
 μήτε φαϊν, μήτε νερόν, ύπνον εξιάσέν τον.

Της Χριστινούς στον κόρφον της ψύλλοι εσυναχτήκαν
 πως η δουλειά έθθα γενεί, εμπόδια βρεθήκαν.

Μες το χωρκόν ακούστηκεν χαρτώσσια θα γινούσιν
 τζιαι έφραεν που πάνω της ποιοι λον εν που διούσιν.

Φάκκα ποτζιεί, φάκκα ποδά ξηρύπωσεν τα νέα,
 στην εκκλησιάν εσσιάστηκεν τον νέον με την νέα.

Μες την καρκιάν της ένωσεν μιαν μασσαιρκάν να μπαίννει

γιατι ο γαμπρός που πόθησεν με άλλην γυροφέρνει.

Εστράφηκεν τζι εσκέφτετου πολλά μαραζωμένη
 κάλιον φτωχόν η κόρη της τζιαι ναν αγαπημένοι.

Η αγνή ψυχή

Κάποια παιδούλα ροδαλή καθόταν στο παγκάκι
 Και σκόρπιζε τα ψίχουλα με τ' όνα της χεράκι

Για να χορτάσει τα πουλιά που ήταν πεινασμένα,
 Χαιρότανε που τρέχανε κοντά της ένα ένα.

Πως θα' θέλε μ' αυτά τα δυό τ' αγνά της τα χεράκια
 Να' δινε να χορταίνανε τόσα φτωχά παιδάκια!

Μακάρι πείνα, πόλεμοι, σεισμοί να σταματήσουν
 Κι όλου του κόσμου τα παιδιά χαρούμενα να ζήσουν.

Πώς γίνεται στον τόπο τους να τα μαστίζ' η ορφάνεια,
 Να ζούνε δίχως τη χαρά, δίχως την περηφάνεια!

Κάνε Θεέ μου στη ζωή να μην υπάρχουν μίσση,
 Να λείψουν όλα τα δεινά, η Αγάπη να νικήσει,

Κι έτσι κι εσύ, κορούλα μου, να ζεις παραμυθένια
 Σε μια ζωή ανέμελη με δίχως καμμιάν έγνοια!

Βάσω Χριστοδούλου
 16/1/2024

Η ΚΥΠΡΟΣ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Το βιβλίο Διατροσέφ-NutriChef κατέκτησε την πρώτη θέση στο διεθνή διαγωνισμό Gourmand World Cookbook Awards, κάνοντας γνωστή την Κύπρο στον παγκόσμιο γαστρονομικό χώρο!! Πρόσφατα μέσα στο διαδίκτυο σκόνταψα πάνω σε ένα άρθρο που αφορούσε τον σεφ Γιώργο Κυπριανού. Και λέω «πωπω, γνωρίζει καλύτερα πιάτα κι από τις μαμάδες μας» (αστειεύομαι φυσικά), αφού γνωρίζω τον Γιώργο από μικρό παιδί, καθώς υπήρξε γειτονάκι μου. Η αδυναμία του για τη μαγειρική υπήρχε από τότε που ήταν μικρός. Όταν είδα το άρθρο, ένιωσα περηφάνεια αφού ένας δικός μας άνθρωπος αναγνωρίζεται παγκοσμίως για την τέχνη του και την εμπειρία του στη γαστρονομία. Ο Γιώργος Κυπριανού λοιπόν, είναι ένας καταξιωμένος Κύπριος σεφ, εκπαιδευτής και συγγραφέας στο χώρο της γαστρονομίας! Πολλοί από την κοινότητα μας τον γνωρίζουμε προσωπικά, αφού έζησε και μεγάλωσε εδώ. Κατάγεται από το κατεχόμενο χωριό Κατωκοπιάς. Σπούδασε στο Ανώτερο Ξενοδοχειακό Ινστιτούτο Κύπρου, ενώ συνέχισε τις σπουδές του στον τομέα της φιλοξενίας και της εκπαίδευσης στο εξωτερικό. Έχει πολυετή εμπειρία στο χώρο της γαστρονομίας και της εκπαίδευσης και εργάζεται ως καθηγητής ξενοδοχειακών σπουδών στο Υπουργείο Παιδείας. Είναι Βοηθός Διευθυντή στην Τεχνική Επαγγελματική Σχολή Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Λάρνακας (ΤΕΣΕΚ), καθώς και εμπνευστής, δημιουργός του Προγράμματος Επισιτιστικών Τεχνών στο Intercollege Λευκωσίας. Παράλληλα αρθρογράφει συχνά σε εφημερίδες και περιοδικά και συμμετέχει ενεργά στην προώθηση της κυπριακής γαστρονομίας. Έχει εμφανιστεί σε τηλεοπτικές εκπομπές και παρουσιάσεις ως προσκεκλημένος σεφ. Επίσης να σας αναφέρω πως είναι ένας από τους ανθρώπους πίσω από το cychefs.com, μια από τις πιο γνωστές ιστοσελίδες γαστρονομίας στην Κύπρο, που προωθεί γαστρονομικές ιδέες, συνταγές και εκδηλώσεις. Πρόσφατα προσκλήθηκε ως μέλος της επιτροπής κριτών στο διεθνή διαγωνισμό Southern Europe Culinary Challenge, ένα μεγάλο διεθνές μαγειρικό πρωτάθλημα που πραγματοποιήθηκε στη Θεσσαλονίκη. Αυτή η τιμητική θέση αναδεικνύει τη διεθνή αναγνώριση της εμπειρίας και της γαστρονομικής του τεχνογνωσίας. Αυτό όμως που αξίζει να μην παραλείψουμε, είναι πως το 2016, γνώρισε μεγάλη διεθνή επιτυχία όταν το βιβλίο του Διατροσέφ-NutriChef, κατέκτησε την πρώτη θέση στο διεθνή διαγωνισμό Gourmand World Cookbook Awards στην Κίνα, στην κατηγορία βιβλίων υγιεινής διατροφής. Η σημαντική αυτή διάκριση έγινε ανάμεσα σε περισσότερα από 3000 βιβλία από όλο τον κόσμο. Ο σεφ Γιώργος Κυπριανού ταξίδεψε στην πόλη Yantai της Κίνας, όπου πραγματοποιήθηκε ο τελικός διεθνούς διαγωνισμός Gourmand World Cookbook Awards στις 26 Μαΐου 2016. Οι εκδηλώσεις διήρκαν 5 μέρες και περιλάμβαναν σεμινάρια, συνέδρια αλλά και εκπαιδευτικές δραστηριότητες για τους συμμετέχοντες. Στις 28 Μαΐου διεξήχθη ο τελικός για τα βιβλία που αφορούσαν το κρασί και την κουλτούρα του οίνου, ενώ την επόμενη μέρα, 29 Μαΐου, πραγματοποιήθηκε ο τελικός στην κατηγορία βιβλίων που σχετίζονται με την κουλτούρα του φαγητού, τη διατροφή και την υγιεινή. Το κυπριακό βιβλίο Διατροσέφ-NutriChef κατάφερε να φτάσει στο μεγάλο τελικό μαζί με συμμετοχές από τη Δανία και τη Φινλανδία. Στο τέλος, ο Κύπριος σεφ κατέκτησε την πρώτη παγκόσμια θέση, κάνοντας την Κύπρο να ακουστεί δυνατά σε ένα διεθνές κοινό. Στις εκδηλώσεις συμμετείχαν δημοσιογράφοι, εκδοτικοί οίκοι από διάφορες χώρες, πρέσβεις, διευθυντές πανεπιστημίων και σχολών, καθώς και χιλιάδες επισκέπτες.



Αξίζει να σημειωθεί ότι η Κύπρος, αν και μικρή χώρα, βρέθηκε να διαγωνίζεται αρχικά με συμμετοχές από 202 χώρες και τελικά να προκρίνεται μαζί με 77 χώρες στο μεγάλο τελικό που πραγματοποιήθηκε στην Κίνα. Η σημαντική αυτή διάκριση έγινε ανάμεσα σε περισσότερα από 3000 βιβλία από όλο τον κόσμο.

Η επιτυχία αυτή προβάλλει την Κύπρο διεθνώς, όσο και τον αγαπημένο μας σεφ Γιώργο Κυπριανού, τόσο για την ποιότητα των εκδόσεων της όσο και για το υψηλό επίπεδο γνώσης γύρω από τη γαστρονομία και τη διατροφή, συμβάλλοντας παράλληλα στην ενίσχυση του γαστρονομικού τουρισμού του τόπου μας!

Εμείς πάντως νιώθουμε περήφανοι και αν και μια τέλεια μερίδα μουσακά από τα χέρια του θα μας άφηνε ευχαριστημένους, για τον κόσμο είναι ένας καταξιωμένος σεφ και μάλιστα σε διεθνές επίπεδο!! Γιώργο μας συγχαρητήρια, σου ευχόμαστε τα καλύτερα και φυσικά δεν θα μας γλυτώσεις ούτε κι εσύ, αφού θα είσαι ένα από τα επόμενα μας θύματα για συνέντευξη!!!



Staroil γιατί

- 🔥 Προσφέρουμε **ζεστασιά** που συνδυάζει υψηλή απόδοση, καθαρότητα καυσίμων και εξοικονόμηση.
- 🌿 Τα σύγχρονα πρόσθετα ευρωπαϊκών προδιαγραφών του πετρελαίου θέρμανσης της Staroil, σας **προσφέρουν καθαρή και οικονομική καύση που διαρκεί περισσότερο!**
- 📍 Προσφέρουμε **ΔΩΡΕΑΝ** παράδοση στο χώρο σας!
- 💡 Αγοράζοντας 200 λίτρα πετρελαίου θέρμανσης παίρνετε **δώρο έναν λαμπτήρα LED για οικονομικό φωτισμό!**

Staroil, γιατί η ποιότητα κάνει τη διαφορά στη θέρμανση σας!
Staroil, γιατί ζεσταίνουμε τις καρδιές σας!



ΠΕΡΑ ΟΡΕΙΝΗΣ
Γρηγόρη Αυξεντίου 29 Τ.Κ 2650
+357 22621264

ΚΥΠΡΟΣ
+357 99613332

Δωρεάν Παράδοση
staroilcyprus.com

ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΨΙΜΟΛΟΦΟΥ

Η κυπριακή παράδοση ταξίδεψε μέχρι τη μακρινή Σρι Λάνκα, όπου ο Λαογραφικός Όμιλος Ψιμολόφου συμμετείχε στις εντυπωσιακές εκδηλώσεις της Περαχέρα, που πραγματοποιήθηκαν από τα τέλη Ιανουαρίου έως τις αρχές Φεβρουαρίου, μεταφέροντας χρώματα, ρυθμούς και αυθεντικά στοιχεία της πολιτιστικής μας κληρονομιάς σε ένα διεθνές κοινό. Τα μέλη του Ομίλου παρουσίασαν παραδοσιακούς χορούς, με παραδοσιακές φορεσιές, ζωντανά κι ενέργεια που ενθουσίασαν τους θεατές, αποσπώντας θερμό χειροκρότημα και ιδιαίτερα θετικά σχόλια από διοργανωτές και κοινό. Στο πλαίσιο της συμμετοχής, ο όμιλος χόρευε επίσης για το τηλεοπτικό κανάλι Haritha TV, προβάλλοντας την κυπριακή παράδοση στο τηλεοπτικό κοινό της χώρας, ενώ η χορεύτρια του ομίλου Στέλλα Αντρέου παραχώρησε συνέντευξη στα αγγλικά μεταφέροντας μηνύματα πολιτιστικής συνεργασίας και φιλίας. Η Περαχέρα αποτελεί μια από τις σημαντικότερες και εντυπωσιακότερες παραδοσιακές πολιτιστικές εκδηλώσεις της χώρας, με βαθιές ιστορικές και θρησκευτικές ρίζες. Οι λαμπρές νυχτερινές πομπές με στολισμένους ελέφαντες, παραδοσιακούς χορευτές, τυμπανιστές, ακροβάτες, πυροτεχνή-



ματα και πολύχρωμες φορεσιές, δημιουργούν ένα μοναδικό θέαμα γεμάτο ρυθμό, φως και μυσταγωγική ατμόσφαιρα.

Παράλληλα, τα μέλη της αποστολής είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν τις φυσικές ομορφιές της χώρας, την αυθεντική φιλοξενία των ανθρώπων

της και την ιδιαίτερη τοπική κουζίνα, στοιχεία που συνέβαλαν στο να γίνει το ταξίδι ακόμα πιο αξέχαστο και πλούσιο σε εμπειρίες. Η συμμετοχή αυτή αποτέλεσε μοναδική εμπειρία για όλους, γεμάτη στιγμές περηφάνειας για την Κύπρο και άφησε τις καλύτερες εντυπώσεις, δημιουργώντας προοπτικές για μελλοντικές διεθνείς πολιτιστικές συνεργασίες.



S.A. At Home Support & Care Services

Φροντίδα και Νοσηλεία σε άτομα που το χρειάζονται

- Φροντίδα/νοσηλεία στο χώρο σας
- Ημερήσια φιλοξενία και φροντίδα στη στέγη μας
- Διαμονή στη στέγη μας

Μερικές από τις Υπηρεσίες μας

- Νοσηλευτική Στήριξη
- Καθαριότητα και Υγιεινή
- Κίνηση και Γυμναστική
- Μεταφορά και Συνοδεία



✉ info@frontizw.com

☎ 700 88 400, 96 758 599
22 255 670

Βοσπόρου 10, Λακατάμια 2325, Λευκωσία

www.frontizw.com



arokaria
- garden center -



Με την χρόνια εμπειρία μας μπορούμε να σας παρέχουμε συμβουλές για ένα όμορφο αποτέλεσμα.

Άμεση εξυπηρέτηση από το καλά καταρτισμένο προσωπικό μας.

Ολόχρονα χαμηλές τιμές στην δική μας παραγωγή.

Δικέ μας εισαγωγές φυτών.



☎ 22 621 913 / 22 623 551

✉ fitorio-arokaria@hotmail.com

📍 Λεωφ. Μακαρίου Γ', Κάτω Δευτερά, Λευκωσία

ΣΠΙΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΜΑΣ

Τελικά στην Κοινότητα μας κρύβονται αληθινά γαστρονομικά διαμάντια! Οι νοικοκυρές μας, με μεράκι κι εμπειρία, μοιράζονται τα αγαπημένα τους πιάτα που έχουν στο τραπέζι τους εδώ και χρόνια. Από παραδοσιακές συνταγές μέχρι και μικρές οικογενειακές λιχουδιές, κάθε πιάτο, κάθε συνταγή, κρύβει πολύ αγάπη.

Αυτή τη φορά μοιράστηκαν μαζί μας συνταγές με αμύγδαλα αφού είναι η εποχή τους, καθώς και μια εύκολη συνταγή για κανταΐφι που κάνει και για αρχάριους (γιατί με κοιτάζει απορώ).

Γλυκό αμυγδάλου με Μέλι και Κανέλα:

Υλικά: (για 12 κομμάτια)
200 γρ. αμύγδαλα ασπρισμένα
100 γρ. ζάχαρη
2 κ.σ μέλι
1 κ.γ κανέλα
1 ασπράδι αυγού
¼ κ.γ αλάτι (και πιο λίγο ακόμα)



Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180ο C και στρώνουμε λαδόκολλα σε ένα ταψί. Ανακατεύουμε τα αμύγδαλα με τη ζάχαρη, το μέλι, την κανέλα και το αλάτι. Κτυπάμε ελαφρά το ασπράδι και το ανακατεύουμε με τα αμύγδαλα ώστε να κολλήσουν τα υλικά. Στρώνουμε το μείγμα σε μικρά κομμάτια πάνω στη λαδόκολλα. Ψήνουμε για 12-15 λεπτά ή μέχρι να ροδίσουν ελαφρά. Αφήνουμε να κρυώσουν και σερβίρουμε.

Μπορείς αν θες να προσθέσεις λίγες σταγόνες βανίλιας για πιο αρωματική γεύση ή λίγα ψιλοκομμένα φιστίκια για τραγανή υφή.

Αμυγδαλόπιτα:

Υλικά: (για 8-10 κομμάτια)
200 γρ. αμύγδαλα ασπρισμένα
150 γρ. ζάχαρη
3 αυγά
100 γρ. βούτυρο λιωμένο
1 κ.γ Β.Ρ
50 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
1 κ.γ εκχύλισμα βανίλιας
Πολύ λίγο αλάτι

Ζάχαρη άχνη για το σερβίρισμα (προαιρετικά)

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180ο C και βουτυρώνουμε ένα ταψάκι 20X20 εκ. Θρυμματίζουμε τα αμύγδαλα στο μούλτι μέχρι να γίνουν μικρά κομμάτια. Κτυπάμε τα αυγά με τη ζάχαρη μέχρι να αφρατέψουν. Προσθέτουμε το λιωμένο βούτυρο και τη βανίλια. Ανακατεύουμε το αλεύρι, το Β.Ρ και το αλάτι. Σιγά σιγά τα ενσωματώνουμε στο μείγμα των αυγών, μαζί με τα αμύγδαλα. Ρίχνουμε το μείγμα στο ταψί και ψήνουμε για 25-30 λεπτά ή μέχρι να ροδίσει ελαφρά και να βγαίνει καθαρή η οδοντογλυφίδα από τη μέση. Αφήνουμε να κρυώσει, κόβουμε σε τετράγωνα και πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη αν θέλουμε.

Για πιο αρωματική γεύση, πρόσθεσε λίγη κανέλα ή ξύσμα πορτοκαλιού στο μείγμα(έτσι λέει η γιαγιά εδώ).



Κανταΐφι για αρχάριους:

Υλικά (για 1 μικρό ταψάκι)
50γρ.κανταΐφι (έτοιμο από υπεραγορά)
30 γρ. βούτυρο λιωμένο
1 κ.σ μέλι
1-2 κ.σ ψιλοκομμένα αμύγδαλα ή καρύδια
λίγη κανέλα(προαιρετικά)

Προθέρμανε το φούρνο στους 180ο C (ή χρησιμοποίησε μικρό ταψάκι). Άνοιξε το κανταΐφι με τα χέρια σου και ξέμπλεξε τα νήματα όσο πιο εύκολα γίνεται. Ρίξε το λιωμένο βούτυρο και ανακάτεψε απαλά να πάει παντού. Βάλε το μείγμα σε βαζάκι ή μικρό ταψάκι και σπάσε τα λίγο με τα χέρια, ώστε να μην είναι πολύ σφικτό. Ρίξε από πάνω τα αμύγδαλα/καρύδια και λίγη κανέλα. Ψήσε για 10-12 λεπτά ή μέχρι να ροδίσει ελαφρά. Αφού κρυώσει, μπορείς να προσθέσεις 1 κ.σ μέλι από πάνω για έξτρα γλυκάδα.



Αν δοκιμάσετε σας ευχόμαστε καλή επιτυχία και καλή όρεξη!!!

ΕΙΜΑΣΤΕ ΕΔΩ ΓΙΑ ΝΑ
ΒΕΒΑΙΩΘΟΥΜΕ ΟΤΙ
ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ

ΠΑΝΤΑ ΚΑΘΑΡΟ!

Η ομάδα μας αναλαμβάνει κάθε είδους καθαρισμό και διαθέτει το κατάλληλο προσωπικό και εμπειρία με όλα τα απαραίτητα μηχανήματα για να εξασφαλίσει την καλύτερη καθαριότητα των χώρων σας, προσφέροντας αξιόπιστες και ποιοτικές υπηρεσίες.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ



770 00 770
www.cleanme.cy
info@cleanme.cy
Αγίου Γεωργίου, 68Α Λακατάμια, 2304

Clean Me
PROFESSIONAL CLEANING SERVICES

TOP PRO

στον no1 Πάροχο
Υπηρεσιών για το Σπίτι

Douleutaras

Μας προτιμούν για την
αξιοπιστία, την συνέπεια και τα
άψογα αποτελέσματα!

**ΚΑΘΑΡΕΣ
ΔΟΥΛΕΙΕΣ!**

**ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ
77000770**



Τακτικός καθαρισμός καταστημάτων, γραφείων και επαγγελματικών στεγών

Βιολογικός καθαρισμός σαλονιών αυτοκινήτων



Εξειδικευμένες υπηρεσίες καθαρισμού σε εμπορικούς χώρους και εργοστάσια

Καθαρισμός εκκλησιών και εικονοστασίων



Καθαρισμός δαπέδων με μηχανή λείανσης

Καθαρισμός φωτοβολταϊκών με μηχανή απιονισμένου νερού



Καθαρισμός κουρτινών, τεντών, καλοριφέρ θέρμανσης και blinds

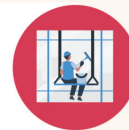


Καθαρισμός επίπλων, καναπέδων, καρεκλών και παιδικών καθισμάτων



Καθαρισμός στρωμάτων και ντιβανιών

Καθαρισμός παραθύρων και τζαμιών μέχρι και 20m με υπερσύγχρονο τηλεσκοπικό μηχάνημα καθαρισμού τζαμιών, και καθαρισμός παραθύρων σε ύψος με χρήση σχοινιών



Καθαρισμός νεόδμητων οικιών, διαμερισμάτων και κτιρίων

Καθαρισμός ταράτσας και κεραμιδιών



Εξωτερικός καθαρισμός τοιχοποιίας οικιών με μηχανή αφρισμού

Προσφέρουμε ολοκληρωμένες υπηρεσίες επαγγελματικού καθαρισμού σκαφών, εσωτερικά και εξωτερικά.



Καθαριότητα με επαγγελματικά προϊόντα!
Διαθέτουμε προς πώληση υγρά καθαρισμού υψηλής ποιότητας.

ΠΕΡΙΠΤΕΡΟ ΡΟΔΟΝ



Happy
Easter

Ρόδου 2 , Ψιμολόφου ,2630 Λευκωσία Τηλ: 22624643