

# ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΗΡΥΞ Σάββατο 14 - Κυριακή 15 Ιανουαρίου 2012



**Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους**





**Παραδοσιακό φύλλο**  
δουλεμένο με μεράκι από τους ειδικούς της ζύμης

**krinos**

Krinos Foods, LLC., 47-00 Northern Blvd. LIC, NY 11101 • www.krinos.com

**το βιβλίο** είναι φίλος  
(718) 784-5255

## Ενας «Καλός Σαμαρείτης» στην ομογένεια Αμερικής

Ο Στέλιος Ματθαίος, το «Πρόσωπο» αυτής της εβδομάδας, είναι ο «Καλός Σαμαρείτης» που αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους. Η αγάπη του για τα παιδιά, η περιπέτεια υγείας της κόρης του, Κατερίνας και η γνωριμία του με έναν 11χρονο ασθενή που μια Μεγάλη Παρασκευή ενώ βρισκόταν ξαπλωμένος στο κρεβάτι του με πυρετό, του ζήτησε να μην εγκαταλείψει τα άρρωστα παιδιά, τον οδήγησαν στην ίδρυση του Greek Children's Fund.

Για όλα αυτά και άλλα, μιλάει ο κ. Ματθαίος, αναλυτικά, στον Σταύρο Μαρμαρινό

Παρακάτω θα γνωρίσουμε περισσότερες λεπτομέρειες για το δημιουργό της Μύρτιδος, θα περιηγηθούμε και στο Νομό Σερρών που κρύβει σπάνιες ομορφιές και θα μάθουμε για τις βυζαντινές εικόνες ιδιαίτερης αξίας που προέρχονται από τις ακτές του Εύξεινου Πόντου. Στην ψυχολογία θα αναζητήσουμε τρόπους για να χαλιναγωγήσουμε τα πάθη μας και να κάνουμε τη ζωή μας πιο εύκολη.

Τέλος, στις συμβουλές υγείας, θα δούμε πώς θα συνδυάσουμε τα σνακ και τη διασκέδαση στην τηλεόραση και τον κινηματογράφο.

Αντώνης Κράτσος  
periodiko@ekirikas.com

## Π Ε Ρ Ι Ε Χ Ο Μ Ε Ν Α

### ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΟΣ

*Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους*

Σελίδα 3

### ΠΡΟΣΩΠΟ

*Ο καθηγητής που μας γνώρισε τη Μύρτιδα*

Σελίδα 20

### ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

*Αρνί φούρνου σε διάφορες εκδοχές*

Σελίδα 21

### ΤΑΞΙΔΙΑ

*Η γοητεία του νομού Σερρών*

Σελίδα 22

### ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

*Βυζαντινές εικόνες από τις θρακικές ακτές του Εύξεινου Πόντου*

Σελίδα 24

### ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

*Μπορούμε να επιβληθούμε στα πάθη μας;*

Σελίδα 26

### ΥΓΕΙΑ

*Σνακ και διασκέδαση: το μη χειρόν βέλτιστον*

Σελίδα 29

### ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

*Τα επόμενα κινηματογραφικά βήματα του Clooney*

*Ευχές διασώμων για τη... μαμά Μπιγιονσέ*

Σελίδα 30



## Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους

### Του Σταύρου Μαρμαρινού

Ήταν Μεγάλη Παρασκευή, πριν αρκετά χρόνια, όταν ο Στέλιος Ματθαίος (Στάνλει Μάθιους), πονεμένος πατέρας από την κόρη του, Κατερίνα, που νίκησε όμως τη λευχαιμία, είχε πάει, όπως συνήθιζε, στο νοσοκομείο «Μεμόριαλ» του Μανχάταν. Πήγαινε συνεχώς εκεί και πρόσφερε δώρα και αγάπη στα άρρωστα παιδιά, αλλά και οικονομική βοήθεια, ελπίδα και παρηγοριά στους γονείς τους. Εκείνη την Μεγάλη Παρασκευή, είδε πάλι τον 11χρονο Αντωνάκη Σαριγιάννη, που τον είχε γνωρίσει δύο χρόνια πριν στο ίδιο νοσοκομείο και του έδειχνε την αγάπη του. Ήταν ξαπλωμένος στο κρεβάτι του με πυρετό.

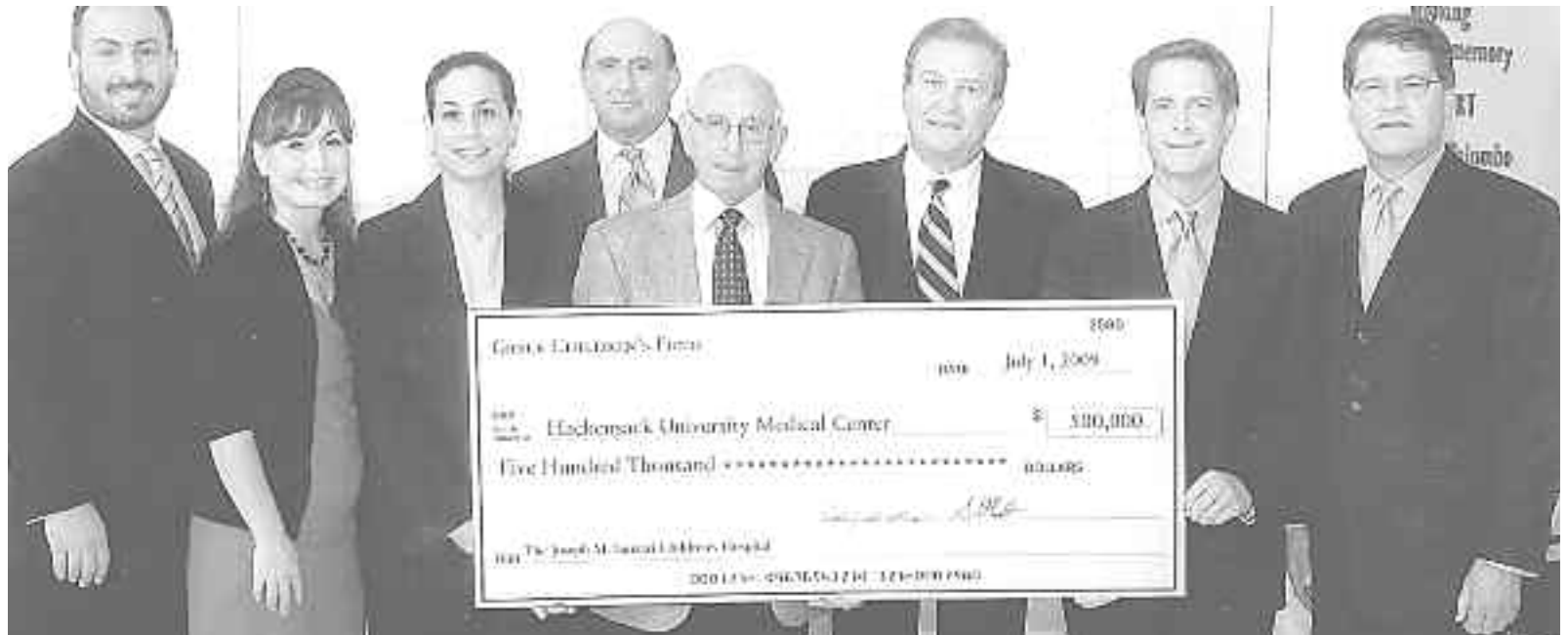
«Κύριε Ματθαίε, αν ζήσω θα είμαι μαζί σας για να βοηθήσω αρρώστους. Αν, όμως, πεθάνω, θα είμαι στον ουρανό μαζί με το Θεό, αλλά θέλω να μου υποσχεθείτε ότι ποτέ δεν θα μας εγκαταλείψετε», τον παρακάλεσε μόλις τον είδε ο μικρός.

Με ραγισμένη την καρδιά ο κ. Ματθαίος του απάντησε αμέσως: «Στο υπόσχομαι, Αντωνάκη, ότι ποτέ δεν θα σας εγκαταλείψω». Και πράγματι, ο κ. Ματθαίος κράτησε και συνεχίζει να κρατά την υπόσχεσή του. Αγωνίζεται μέρα και νύχτα, με κάθε τρόπο που μπορεί, για να φροντίζει τα άρρωστα παιδιά. Το 1983 ίδρυσε τον οργανισμό «Greek Children's Fund» (Ταμείο Ελληνοπαιδών) ο οποίος μέχρι σήμερα έχει βοηθήσει, όπως ο ίδιος είπε, περισσότερους από 7.000 ασθενείς και έχει διαθέσει επτά περίπου εκατομμύρια δολάρια.

Για την αξέχαστη εκείνη Μεγάλη Παρασκευή στο νοσοκομείο με τον Αντωνάκη, ο κ. Ματθαίος θυμάται: «Ο μικρός βασανιζόταν από υψηλό πυρετό. Οι γονείς του έμεναν στην Αστόρια, αλλά πάντα ήταν κοντά του, είτε ο πατέρας του, είτε η μητέρα του. Εκείνη τη βραδιά, ο πατέρας του είχε πάει στην εκκλησία. Ο μικρός Αντωνάκης, επειδή είχε γεννηθεί εδώ στην Αμερική και ήξερε τα Αγγλικά, έκανε τον διερμηνέα για να βοηθήσει τα άλλα παιδιά και ήταν πάντα πρόθυμος με όλους».

Ο κ. Ματθαίος γνώρισε τον μικρό, την πρώτη κιόλας μέρα που είχε πάει την κόρη του στο νοσοκομείο. «Ήταν ένα γλυκό παιδάκι, κίτρινο στο πρόσωπο από την ασθένεια, που είχε χάσει τα μαλλιά του από τη θεραπεία που συνέχιζε να κάνει για να σωθεί από την επάρατη ασθένεια. «Παρά τη σοβαρότητα της κατάστασής του, είχε ένα όμορφο χαμόγελο», πρόσθεσε ο κ. Ματθαίος.

Συνέχεια στη σελίδα 4



Ο Στέλιος Ματθαίος (πέμπτος από αριστερά) τη στιγμή που προσφέρει επιταγή 500.000 δολαρίων για το ταμείο του Greek Children's

Fund στο Hackensack University Medical Center της Νέας Ιερσέης. Παρόμοιες προσφορές έγιναν πολλές όλα αυτά τα χρόνια.



Ο Στέλιος Ματθαίος με τη σύζυγό του, Νίκη, για την οποία μιλά με αγάπη και ευγνωμοσύνη. Του συμπαραστέκεται πάντα.

Ο κ. Ματθαίος αγωνίζεται μέρα και νύχτα, με κάθε τρόπο που μπορεί, για να φροντίζει τα άρρωστα παιδιά. Το 1983 ίδρυσε τον οργανισμό Greek Children's Fund (Ταμείο Ελληνοπαιδών) ο οποίος μέχρι σήμερα έχει βοηθήσει, όπως ο ίδιος είπε, περισσότερους από 7.000 ασθενείς και έχει διαθέσει 7 περίπου εκατομμύρια δολάρια.



Εκδήλωση για τη συγκέντρωση χρημάτων. Ο κ. Ματθαίος (στη μέση) με τους συνεργάτες του, Πίτερ Νάνο και Ισμήνη Μιχαηλίδου.



**Patera, Papou,  
our Rock, our Inspiration**  
Through your eyes, we're the next Generation

You're oh so Sweet, forever Kind  
Keeping your Family & Friends, continuously in Mind

Named after Agios Stylianos  
meaning "Pillar" & strength,  
For a sick child you will go great lengths

You've always said:  
"We cannot save the World, but if we can help  
Save one Child, Our journey here on earth  
is SO worthwhile"...

The Greek Children's Fund, clearly Your Mission  
You've lead through example with Great Intuition

We are So Proud, So Proud of You  
And Most importantly, all the work you do

And of course, with Mytera (the neck that moves  
the head) right by your side, you've Both Blessed  
our family with so much Pride!

**30 years for the GCF and still counting,  
Life's work....eternally Surmounting.**

**WE LOVE YOU DAD & MOM!**  
Your children & grandchildren

**Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος  
της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών  
παιδιών και των οικογενειών τους**

Συνέχεια από τη σελίδα 3

«Μου έδωσε πολύ δύναμη, όταν μου είπε να μη στενοχωριέμαι για την κόρη μου. 'Θα αγωνιστούμε και θα το παλέψουμε', ήταν τα λόγια του».

Για τις ανάγκες των παιδιών και των οικογενειών τους, ο κ. Ματθαίος πρόσφερε στην αρχή χρήματα που έδιναν ο ίδιος, τα αδέρφια του και φίλοι του. «Πιστεύω ότι όλοι μας έχουμε κάποιο κάλεσμα», είπε στο «Περιοδικό» του «Εθνικού Κήρυκα». «Για τον εαυτό μου, πιστεύω ότι ήμουν σταλμένος να πηγαίνω κοντά στα παιδιά. Γιατί δεν ήμουν άνθρωπος που τρέχει συνεχώς στα νοσοκομεία. Ευχαριστώ το Θεό, που με έφερε κοντά στους ανθρώπους αυτούς και ένιωσα τον πόνο τους και την ανάγκη τους για βοήθεια. Δεν θα ξεχάσω ποτέ την περίπτωση μιας μάνας που είχε την κορούλα της, τεσσάρων περίπου χρονών, στο νοσοκομείο. Την είχε φέρει από την Ελλάδα για θεραπεία στο νοσοκομείο Μεμόριαλ του Μανχάταν. Η μικρούλα ήθελε παγωτό. Και η μάνα της με πόνο της ψιθύριζε με λυγμό: 'Δεν έχω λεφτά να σου πάρω...'. Υπάρχει ανθρώπινη καρδιά που θα μπορούσε να μη συγκλονιστεί ακού-

γοντας τα λόγια εκείνης της μάνας; Έκανα το καθήκον μου. Θυμάμαι επίσης μια άλλη πονεμένη μάνα στο νοσοκομείο, που μοιραζόταν κάθε μέρα το φαγητό του παιδιού της για να φαι κι αυτή λίγο, γιατί δεν είχε λεφτά να αγοράσει κάτι.

**Ο κ. Ματθαίος  
γεννήθηκε  
στη Βαρβίτσα  
της Σπάρτης το 1930**

Μια μέρα ο γιατρός σταμάτησε το φαγητό του παιδιού, επειδή την επόμενη μέρα έπρεπε να κάνει κάποιες εξετάσεις. Και άκουσα τη μάνα, που σκύβοντας το κεφάλι, μονολόγησε 'Δεν θα έχω ούτε κι εγώ να φάω...'. Τέτοιες στιγμές, θα πρέπει να έχεις καρδιά από κρύο σίδερο για να μη συγκινηθείς, να μη συγκλονιστείς. Λυπάμαι, γιατί πριν κάνομε τον δικό μας οργανισμό, δεν υπήρχε τίποτε για να βοηθήσει τέτοιες οικογένειες».

Ο κ. Ματθαίος γεννήθηκε στη

Συνέχεια στη σελίδα 8



Ο Στέλιος Ματθαίος γνώρισε τη σύζυγό του, Νίκη, σε διακοπές του στη Σπάρτη και στις 25 Μαρτίου, 1965, έγινε ο γάμος τους.

**Θα ήταν το όνειρο και η επιθυμία κάθε παιδιού  
να έχει για πατέρα έναν άνθρωπο του επιπέδου, της αγάπης, της φιλανθρωπίας  
και του ηθικού αναστήματος του αγαπημένου μας πατέρα**

## **Stanley Matthews**

*Εμαθε στη ζωή του να περνά από τα λόγια και τις καλές προθέσεις, στην πράξη,  
γι' αυτό μια ολόκληρη ζωή δεν μας διδάσκει απλά με τα λόγια του,  
αλλά με το παράδειγμά του, το βίωμά του.*

*Οι πολύχρονες ενέργειες και προσφορές του  
έχουν αγγίξει τις ζωές εκατοντάδων παιδιών και των οικογενειών τους,  
μέσα στις καρδιές των οποίων το όνομα του αγαπημένου μας πατέρα  
αντηχεί σαν διαρκής ύμνος ευχαριστίας για μια ολόκληρη ζωή.*

*Τον αγαπούμε πολύ, τον σεβόμαστε, τον συγχαίρουμε για το έργο του  
και για την τωρινή αναγνώριση που του γίνεται από τον «Εθνικό Κήρυκα»  
και του υποσχόμαστε  
πως θα βαδίσουμε στον δικό του αγαπητικό και φιλάνθρωπο βηματισμό.*

*Τα παιδιά σου  
και τα εγγόνια σου*





**Το Ταμείο Καρκινοπαθών Ελληνοπαίδων  
GREEK CHILDREN'S FUND**

με ξεχωριστή χαρά και υπερηφάνεια πληροφορήθηκε την απόφαση του «Εθνικού Κήρυκα» να τιμήσει και να αναγνωρίσει τη μεγάλη ανθρωπιστική και κοινωνική προσφορά του οραματιστή και ιδρυτή του ταμείου μας *Stanley Matthews*.

Ο *Stanley Matthews* τόλμησε να οραματιστεί και να περάσει από τα λόγια στην πράξη δίνοντας σάρκα και οστά σε ένα όνειρο. Τη φροντίδα των Ελληνοπαίδων που έρχονται, από την Ελλάδα και την Κύπρο, στη Νέα Υόρκη, με την Ελπίδα να αποκαταστήσουν το πιο πολύτιμο αγαθό της ζωής, την Υγεία.

Καθήκον και υποχρέωση όλων μας, που πιστέψαμε στο εθελοντικό τόλμημά του, είναι να συνεχίσουμε στο βηματισμό του με την ίδια αγάπη και αφοσίωση.

Τον θαυμάζουμε, τον συγχαίρουμε  
και τον ευχαριστούμε

**GREEK CHILDREN'S FUND  
EXECUTIVE BOARD**





## Ο ΑΔΕΛΦΟΣ ΜΟΥ Ο ΣΤΕΛΙΟΣ

Κύριε διευθυντά,

Είμαι ο Πέτρος Ματθαίος, αδελφός του Στέλιου, και ήθελα να σας ευχαριστήσω θερμά για την τιμή που κάνατε να βάλετε στην πρώτη σελίδα του «Περιοδικού» τον αδερφό μου και να τον τιμήσετε για τους αγώνες και τις υπηρεσίες που πρόσφερε σε τόσες χιλιάδες παιδάκια, που ήρθαν άρρωστα από την Ελλάδα.

Θέλω κι εγώ με τη σειρά μου να τον συγχαρώ και να τον ευχαριστήσω γιατί έκανε εμένα και όλη την οικογένειά μου γνωστή και περήφανη σε όλη την Ομογένεια.

Και μια μικρή παρένθεση. Να γράψω δυο λόγια για την οικογένειά μας.

Είμασταν έξι αδέρφια και δύο αδερφές. Πριν από λίγα χρόνια χάσαμε τον Ηλία, τον τέταρτο κατά σειρά αδερφό μας, ο οποίος υπηρέτησε σαν γραμματέας 40 ολόκληρα χρόνια στον σύλλογό μας, Σκούρα-Βαρβίτσα. Και λίγο αργότερα έφυγε από τη ζωή και ο Στράτης, ο μεγαλύτερος αδερφός, αρχηγός της οικογένειάς μας για όλη του τη ζωή. Για το τι προσέφεραν και οι δυο τους στο ίδρυμα δεν θα πω λέξη. Δεν θέλω να ταράξω την ψυχία τους, τη μετριοφροσύνη τους. Ας είναι η μνήμη τους αιωνία. Κάποτε ο κύριος Μακριάς μας είχε τα έξι αδέρφια πρωτοσέλιδο στο Estiator και μας επαινούσε τόσο πολύ που νομίζω ήταν αρκετά υπερβολικός. Εγώ είμαι περήφανος για την οικογένειά μου γιατί ζήσαμε όλοι μαζί και πάρα πολύ αγαπημένοι.

Ο Θεός μας βοήθησε να αποκτήσουμε 19 παιδιά και 40 εγγόνια. Ο Στέλιος είναι ο πέμπτος κατά σειρά αδερφός μας. Τύπος ευαίσθητος, ανήσυχος και πολύ ενεργητικός. Η μοίρα τον χτύπησε άσχημα όταν η κορούλα του Κατερίνα αρρώστησε από λευχαιμία. Σήμερα είναι πολύ καλά, παντρεμένη με δυο χαριτωμένα παιδάκια. Στο Memorial ο Στέλιος είδε πόσο υποφέρουν και ταλαιπωρούνται οι γονείς που φέρνουν τα παιδιά τους για θεραπεία και αποφάσισε να ιδρύσει το GREEK CHILDREN'S FUND.

Ενα ίδρυμα που βρήκε μεγάλη απήχηση από όλη την Ομογένεια. Αν και άλλη μια φορά θέλω να ευχαριστήσω τον αδερφό μου που διέθεσε 25 ολόκληρα χρόνια για τα παιδάκια εκείνα που η μοίρα χτύπησε τόσο άσχημα τις ευαίσθητες και τρυφερές καρδούλες τους, εδώ θέλω να ευχαριστήσω εσάς. Εσάς, που με αγάπη και σεβασμό υποκλινόμαι μπροστά σας για τον αυθορμητισμό σας, για τον ενθουσιασμό σας, την ευαισθησία σας, τη γενναιοδωρία σας, φίλοι συμπατριώτες.

Χάρη σε σας κατορθώσαμε να βοηθήσουμε τόσες χιλιάδες παιδιά. Και το σπουδαίο είναι όχι από το περίσσευμά μας αλλά από το υστέρημά μας. Θέλω να ευχαριστήσω την εφημερίδα σας, το Estiator και όλους τους φίλους μας από όλα τα PANGREGORIANS για την αγάπη τους και συμπαράστασή τους.

Τελειώνοντας με ένα ποιηματάκι της εποχής μου:

Ω δώτε υιοί των πλουσίων.

Ω δώτε τις άρτον και πυρ αρκεί εν σας μόνον ψυχίον και εις του πυρός σας σπινθήρ.

Με εκτίμηση,  
Πέτρος Ματθαίος

Εγώ, ο Στέλιος και όλη η οικογένειά μου  
ευχόμαστε σε όλους σας ο Καινούργιος Χρόνος να σας χαρίζει χαρά και ευτυχία.

## Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους

Συνέχεια από τη σελίδα 4

Βαρβίτσα της Σπάρτης το 1930. Οι γονείς του είχαν οκτώ παιδιά, έξι αγόρια και δύο κορίτσια, από τα οποία ο ίδιος ήταν το πέμπτο παιδί. Σε ηλικία έξι χρονών πέθανε ο πατέρας του, ενώ η μητέρα του ετοιμαζόταν να γεννήσει το μικρότερο παιδί της. «Ευτυχώς που η γιαγιά μου ήταν σπουδαία γυναίκα και βοήθησε τη μητέρα μου να μας μεγαλώσει», είπε με ευγνωμοσύνη ο κ. Ματθαίος. «Η γιαγιά μου και η μητέρα μου ήταν παραδείγματα ανθρώπων στο χωριό μας. Ήταν όχι

μόνο καλές και εργατικές, αλλά ήθελαν και να δώσουν καλή ανατροφή σ' εμάς και να είμαστε κι εμείς παραδείγματα για την ηλικία μας».

Με την ευκαιρία αυτή, ο κ. Ματθαίος έκανε λυπημένους σύγκριση με πολλούς από τους σημερινούς γονείς. «Έχουμε περιπτώσεις που με απογοητεύουν», είπε. «Με τα χρόνια που πέρασαν, έχουν αλλάξει πολλά πράγματα. Σπανίζει πια η δεμένη και αγνή οικογένεια που ξέραμε παλαιότερα». Συνεχίζοντας να μιλά για τα παιδικά του χρόνια,

Συνέχεια στη σελίδα 10



Ο κ. Ματθαίος (στη μέση), πρόεδρος του Τμήματος Breast Center του Pascal Valley στη Νέα Ιερσέη, με τα δύο κορυφαία στελέχη του Κέντρου, τον Δρ. Τζαν Τζενάρο και τον Λούις Γιέρε Τζούνιορ. Πάντα, προσπαθούσε με οποιοδήποτε τρόπο, να φανεί χρήσιμος σε συνανθρώπους του με ανάγκες. Ο ίδιος υποστηρίζει ότι η φιλανθρωπία, τελικά επιστρέφει σε εκείνον που την κάνει.

### ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΔΕΛΦΟ ΜΟΥ ΣΤΕΛΙΟ

Θέλω κι εγώ, ο Σταύρος, να γράψω λίγα λόγια για τον αδελφό μου, Στέλιο.

Ο Στέλιος είναι ο πέμπτος κατά σειρά αδελφός από τα οκτώ αδέρφια μας. Σε ηλικία 21 ετών έφυγε από την Ελλάδα για την Αμερική. Όλα τα χρόνια που ζούσε στην Ελλάδα ασχολήθηκε με γεωργικές εργασίες και ήταν εργατικό, τίμιο και καλό παιδί. Όμως, η δύσκολη ζωή στην Ελλάδα μετά τον εμφύλιο, που επέφερε δεινά και καταστροφές, ανάγκασαν πολλούς νέους να μεταναστεύσουν. Μαζί με αυτούς, το 1951, έφυγε ο Στέλιος και τον ίδιο χρόνο δύο ακόμη αδέρφια μας, ο Στράτης και ο Σπύρος, για την Αμερική. Εκεί τους περίμεναν τρία αγαπημένα αδέρφια του πατέρα μας.

Ο ένας θείος μας, ο θείος Γιώργης, μαζί με την εξαιρετη σύζυγό του, τη θεία Ελένη, τους φιλοξένησαν στο σπίτι τους και τους έδωσαν εργασία στο μαγαζί τους. Στην Αμερική δούλεψαν σκληρά, με σύνεση, υπακοή και τιμιότητα. Λίγα χρόνια αργότερα το 1955, φύγαμε δύο ακόμα αδέρφια για Αμερική. Ο Πέτρος κι εγώ. Δουλέψαμε όλα τ' αδέρφια μαζί, με αγάπη και ομόνοια. Μετά από αρκετά χρόνια σκληρής δουλειάς, παντρευτήκαμε, κάναμε καλές κι ευλογημένες οικογένειες.

Ο Στέλιος με τη σύζυγό του, Νίκη, απέκτησαν τρία παιδιά, τον Σαράντο, την Αικατερίνη και την Αθανασία. Δυστυχώς, όμως, όταν η Αικατερίνη έγινε 12 ετών, αρρώστησε σοβαρά και νοσηλεύτηκε στο Memorial Hospital. Εκεί ο Στέλιος γνώρισε πολλά άρρωστα παιδάκια που είχαν έλθει για θεραπεία με τους γονείς τους από την Ελλάδα, τα οποία δεν γνώριζαν τη γλώσσα και είχαν οικονομικές δυσχέρειες. Τότε ο Στέλιος με την ευαισθησία του και την αγάπη του για τα παιδιά αποφάσισε να δημιουργήσει ένα ταμείο για τα καρκινοπαθή Ελληνόπουλα. Έκανε τρομερές προσπάθειες. Μερώνυχτα πάλευε για να συγκεντρώσει χρήματα και να σώζει ζωές. Ευτυχώς ανταποκρίθηκαν πολλοί ιδιώτες και οργανώσεις, όπως το PANGREGORIAN, οι Φιλόπρωχοι και άλλοι σύλλογοι που προσέφεραν με χοροεσπερίδες και με διάφορους άλλους τρόπους χρήματα για τον σκοπό αυτό. Ακόμη και σήμερα με άοκνες προσπάθειες, με ζήλο και πίστη, προσπαθεί το καλύτερο για τα άρρωστα παιδιά. Στην προσπάθειά του αυτή βοηθήσαμε όλα τ' αδέρφια και ιδιαίτερα ο αείμνηστος Ηλίας, που εκτός από υλική βοήθεια, τούς έδινε ελπίδα και παρηγοριά μιλώντας για τον Σωτήρα μας Χριστό.

Στέλιο, με το έργο σου αυτό μας έκανες υπερήφανους και καλύτερους ανθρώπους.

Είθε ο καλός μας Θεός να σ' έχει καλά και να ευλογεί την οικογένεια σου.

Με πολλή αγάπη,  
τα αδέρφια σου  
Σταύρος - Γιάννα

Πολλά συγχαρητήρια  
στον αγαπητό μας φίλο και εκλεκτό συνάδελφο

#### Stanley Matthews

για τη δημόσια αναγνώριση του πολυσχιδούς έργου του.

Η αγάπη του για τον συνάνθρωπο είναι μεγάλη γι' αυτό και έσκυψε στην ανάγκη των παιδιών που έρχονται από την Ελλάδα και την Κύπρο και έκανε τον πόνο τους, πόνο δικό του τη χαρά τους, χαρά δική του και το χαμόγελο τους, χαμόγελο του.

**Stanley, είμαστε υπερήφανοι για σένα  
και το έργο σου.**

Με αγάπη  
Γιώργος Αγγελής, Μίλτος Πορφύρης  
και οικογένειες

Westwood Diner, Westwood, NJ • (201) 664-3636

### Congratulations

for your accomplishments  
at the GREEK CHILDREN'S FUND  
and in general  
in the Greek American community.

You have set an ideal example  
for the young generation to follow.

Keep up the good work.  
Wishing you health and continued success.

Your nephews  
George and Teddy Matthews  
and their families



Ἡ ἔκφρασις,  
«θερμά συγχαρητήρια»  
προφανῶς δὲν εἶναι ἀρκετή.

Γιώργος Παπαδημητρίου  
Βουτιάνοι Σπάρτης

## Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους

Συνέχεια από τη σελίδα 8

ο κ. Ματθαίος, πρόσθεσε: «Τη θέση του πατέρα μας, όταν πέθανε, πήρε ο μεγαλύτερος αδελφός μας, ο Στράτης. Σταμάτησε από τη δεύτερη τάξη του Γυμνασίου για να εργαστεί και να μας βοηθήσει, σαν πατέρας μας. Είχε γίνει ο προστάτης της οικογένειάς μας. Δυστυχώς, πέθανε πριν από τρία χρόνια εδώ στην Αμερική. Την ίδια μεγάλη βοήθεια είχαμε και από τον δεύτερο αδελφό μας, τον Πέτρο, που κι αυτός άφησε το σχολείο, ήλθε στο χωριό και δούλεψε για να βοηθήσει τη μάνα μας

για να μεγαλώσουμε εμείς οι μικρότεροι».

Από τα παιδικά του χρόνια ο κ. Ματθαίος έχει δυσάρεστες αναμνήσεις. «Μεγάλωσα στην Κατοχή και οι χειρότερες μέρες της ζωής μου, ήταν στα χρόνια του Εμφυλίου Πολέμου», είπε. «Επειδή τα ορεινά χωριά, όπως ήταν το δικό μας, ήταν δύσκολο να έχουν προστασία από το κράτος, περάσαμε πολλά από τους αντιμαχόμενους. Δύο αδέρφια μου, ο Σταύρος και ο Ηλίας, τα επιστράτευσαν οι αντάρτες. Και οι

Συνέχεια στη σελίδα 11



Ο κ. Ματθαίος (δεξιά) έχει αναγνωριστεί και τιμηθεί από πολλές οργανώσεις, το Κογκρέσο, πολιτειακές Αρχές κ.ά. Η φωτογραφία είναι από την απονομή του Βραβείου Ellis Island. Μαζί του είναι ο κυβερνήτης Νέας Ιερσέης και ο Τάσος Μάνεσπς, που επίσης τιμήθηκαν για την προσφορά τους. Το μεγαλύτερο βραβείο γι' αυτόν είναι όταν βλέπει να υποστηρίζεται το φιλανθρωπικό του έργο.

Με τον Stanley Matthews  
μας συνδέουν δεσμοί φιλίας και κοινής πορείας.

Μας συνδέει το όραμα της προσφοράς, χαρές και λύπες,  
η κοινή προσπάθεια.

Από την πρώτη στιγμή, εγώ και ο αείμνηστος σύζυγός μου,  
κάναμε την ελπίδα του  
και την προσφορά του και δικές μας.  
Μας ενέπνευσε και όλοι μαζί βαδίσαμε  
σε δρόμους αγάπης και αλληλεγγύης.

Σε δρόμους, όπως αυτός της μικρής κυπριοτοπούλας,  
της υγιέστατης σήμερα 30χρονης μπτέρας που χαίρεται τη ζωή.

Stanley σ'ευχαριστώ

Ισμήνη Μιχαϊλίδου  
και οικογένεια  
Flushing, NY

**Συγχαρητήρια**  
**στον αγαπητό Stanley Matthews**  
για την προσφορά του στο  
**GREEK CHILDREN'S FUND**

Αλεξάνδρα Αλιπράντη, Δικηγόρος

Στέλιο,  
ο Κύριος να σου χαρίζει  
Σοφία, Υγεία και Δύναμη  
να συνεχίζεις το έργο  
που σου έχει εμπιστευτεί.

Η νύφη σου,  
Αγγελική Μάθιους  
και η οικογένειά της

Σαράντος και Γιώργος Μάθιους  
με τις οικογένειές τους





Το μεγάλο και θεάρεστο φιλανθρωπικό έργο του οργανισμού που ίδρυσε ο Στέλιος Ματθαίος, συνεχίζεται και στη Φλόριδα. Στη φωτογραφία, ο κ. Ματθαίος και στελέχη του All Children's Fund στο Σεντ Πίτερσμπουργκ, ενώ περπατούν στη Λεωφόρο Δωδεκανήσου κατά την ελληνική παρέλαση που πραγματοποιείται κάθε χρόνο στο φημισμένο <Ελληνικό Χωριό>, Τάριπον Σπρινγκς.

δύο είχαν τραυματιστεί, αλλά, ευτυχώς όχι σοβαρά. Θυμάμαι, επίσης, ότι στα χρόνια του πολέμου, οι Γερμανοί είχαν κάψει ένα διπλανό χωριό».

Όταν τελείωσε ο Εμφύλιος Πόλεμος, ο κ. Ματθαίος πήγε για λίγο καιρό στην Αθήνα. Αρχικά εργάστηκε σερβιτόρος στο Κεφαλάρι, έξω από την Αθήνα και στη συνέχεια κοντά στην Ομόνοια. Όμως ασθένησε, οπότε προτίμησε να επιστρέψει στο χωριό του. Εκεί, σε ηλικία 20 χρονών, άνοιξε μαζί με ένα θείο του, το πρώτο του μαγαζί, που ήταν καφενείο-ουζερί.

Το 1951 έγινε ένας νόμος ο οποίος επέτρεπε σε χιλιάδες Έλληνες να έλθουν με προσκλήσεις στην Αμερική. Τότε ο θείος Γεώργιος που ζούσε στο Σπρίνγκφιλντ της Πενσυλβάνια, τους έκανε προσκλήσεις και έφερε στις ΗΠΑ τρεις από τους ανιψιούς του, τον Στέλιο, τον Στράτη και τον Σπύρο. Πρώτος ήλθε ο Στέλιος που ήταν τότε 21 χρονών. «Ο θείος Γιώργος ήταν ο δάσκαλός μου, αυτός που μετά τη μητέρα και τη

γιαγιά μου, μου δίδαξε την αγάπη και το καθήκον να βοηθάμε τους συνανθρώπους μας», είπε. «Συχνά, μου έλεγε ότι αν δεν μπορεί κανείς να κάνει καλό, να μην κάνει κακό. Με παρότρυνε να κάνω κάθε μέρα μια καλή πράξη».

Τα δύο πρώτα χρόνια στην Αμερική, ο κ. Ματθαίος δούλεψε στο εστιατόριο του θείου του στην Πενσυλβάνια. Μετά πήγε κοντά στον άλλο του θείο, τον Νέστωρα, στο Νιούαρκ της Νέας Ιερσέης. Τρεις μήνες αργότερα, αγόρασε με τα άλλα δύο του αδέρφια το μαγαζί του θείου του.

Το 1955 ήλθαν στην Αμερική και τα δύο άλλα αδέρφια του, ο Πέτρος και ο Σταύρος, που τους έκαναν την ίδια μέρα συνεταιρούς στο εστιατόριο. «Είχαμε μάθε από το χωριό μας να είμαστε ενωμένοι και αγαπημένοι», είπε. «Μείναμε όλα αυτά τα χρόνια αγαπημένοι και συνεταίροι, χωρίς ποτέ να μαλώσουμε. Σήμερα, η οικογένειά μας απ' όλα τα αδέρφια μας, είναι 90 περίπου άτομα, μαζί με τα εγγόνια, τους ανιψιούς

και τους άλλους».

Στα χρόνια που πέρασαν οι αδελφοί Ματθαίου άνοιξαν πολλά εστια-

τόρια.

«Ήμασταν πολύ συντηρητικοί στις επιχειρήσεις μας και όλα τα βήματά μας ήταν μελετημένα και λογικά», είπε.

Ο κ. Ματθαίος παντρεύτηκε στις 25 Μαρτίου του 1965 στη Σπάρτη με τη Νίκη Παπαδημητρίου. Είχε πάει στην Ελλάδα για διακοπές και τη γνώρισε. Έκαναν τρία παιδιά, τον Σαράντο, την Κατερίνα και την Αθανασία, ενώ έχουν σήμερα οκτώ εγγόνια.

Ο γιος τους είναι δικηγόρος, η Κατερίνα έκανε πανεπιστημιακές σπουδές αλλά ασχολείται με τις επιχειρήσεις της οικογένειας και η Αθανασία σπούδασε οικονομικά και εργάστηκε σε μεγάλη φαρμακευτική εταιρεία.

Σε ηλικία 12 χρονών η Κατερίνα (Κάθυ) διαγνώστηκε με λευχαιμία. «Είναι ό,τι χειρότερο μπορεί να ακούσει ένας γονιός, ότι το παιδί

του έχει κάποια μορφή καρκίνου», είπε ο κ. Ματθαίος. «Είναι αλήθεια ότι πανικοβληθήκαμε. Αλλάξε η ζωή μας, των αδελφών μου, όλης μας της οικογένειας. Κλαίγαμε, προσευχόμασταν και πήγαμε ύστερα από λίγες μέρες στο νοσοκομείο 'Μεμόριαλ'. Όμως, έγινε το θαύμα και ύστερα από δύο εβδομάδες με θεραπείες άρχισε να υποχωρεί η λευχαιμία. Τις παραμονές των Χριστουγέννων που πλοσίαζαν, η κόρη μας ήταν απαλλαγμένη εντελώς από τον καρκίνο».

Ο κ. Ματθαίος ακόμα και σήμερα μιλά με συγκίνηση στη φωνή για αυτό που συνέβη στην κόρη του. «Πιστεύω ότι ήταν ένα θαύμα», τόνισε. «Ήταν οι προσευχές των ανθρώπων. Είχαν γίνει μεγάλες και δυνατότερες προσευχές και στο σπίτι και στις εκκλησίες για τη θεραπεία

Συνέχεια στη σελίδα 12

Αγαπημένε μας αδελφέ και θείε

**Stanley Matthews,**

σε συγχαίρουμε για το πολύτιμο και πολύχρονο έργο σου και τη δημόσια αναγνώριση του.

Η προσφορά σου στα Ελληνόπουλα

που βρίσκουν καταφύγιο, ελπίδα, προστασία, ζεστασιά και αγάπη από το GREEK CHILDREN'S FUND

μας κάνει υπερήφανους.

Κοντά σου ζούμε κι εμείς τις χαρές και λύπες του αγώνα σου. Ευχόμαστε το παράδειγμά σου να γίνει φωτεινό ορόσημο και να βρει πολλούς μιμητές για έναν καλύτερο κόσμο.

Έναν κόσμο όμορφο, αγγελικά πλασμένο.

Με αγάπη,

Η νύφη σου Βασιλική

Τα ανίψια σου Sam, Σπύρος και George Matthews με τις οικογένειές τους.

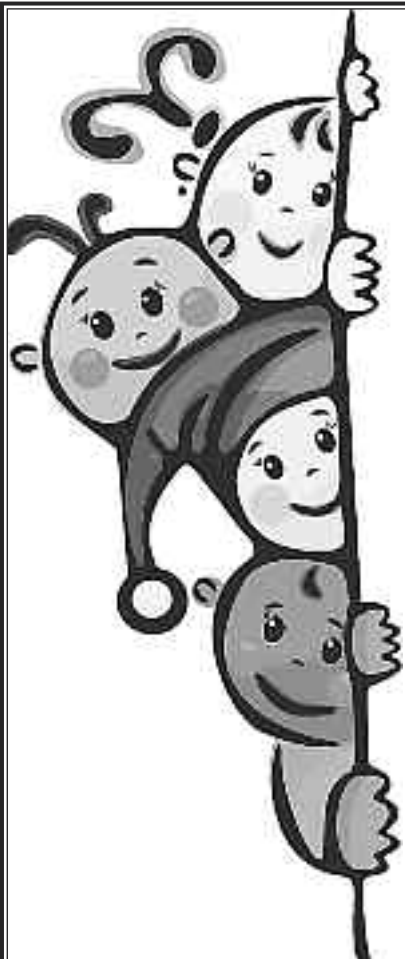
Συγχαρητήρια στον αγαπητό μου φίλο και συνάδελφο

**Stanley Matthews**

για το μεγάλο φιλανθρωπικό και κοινωνικό του έργο, τον άνθρωπο της προσφοράς και του οράματος, τον άνθρωπο που χάρισε χαμόγελα και χαρά σε πονεμένα παιδιά και στις οικογένειές τους.

**Stanley μάς κάνει υπερήφανους.**

Λουκάς (Louis) Αρβανίτης



Πολλά εγκάρδια συγχαρητήρια, τιμή, αγάπη και εκτίμηση στον κατά πάντα άξιο **Stanley Matthews**, ο οποίος επί ολόκληρες δεκαετίες έχει απαλύνει τον πόνο εκατοντάδων παιδιών, από την Ελλάδα και την Κύπρο που ήλθαν στις Ηνωμένες Πολιτείες για θεραπεία.

Το έργο του βαθιά ανθρωπινό και εξόχως φιλόανθρωπο, στέκεται σαν σημείο για μίμηση πως οι αξίες στη ζωή ενός ανθρώπου μεταποιούνται σε έργα ιερά, που στοχεύουν στη βοήθεια των ανθρώπων.

Τον συχαίρουμε, τον θαυμάζουμε και του ευχόμαστε κάθε εκπλήρωση των πόθων του.

Σταύρος Παπαπέτρου οικογενειακώς  
P & S Food Services, Inc.

74 Sussex St., Hackensack, NJ 07601 • (201) 968-1130

Με θαυμασμό και εκτίμηση στεκόμαστε μπροστά στο μεγάλο φιланθρωπικό έργο του αγαπητού μας φίλου **Stanley Matthews**, ο οποίος επί ολόκληρες δεκαετίες πρόσφερε και προσφέρει ελπίδα σε ασθενή παιδιά από την Ελλάδα και την Κύπρο. Πρόκειται για ένα έργο, το οποίο αποτελεί σωστό ξεχείλισμα καρδιάς που ξέρει να αγαπά τον συνάνθρωπο και να μοιράζεται τον πόνο του, σε μια εποχή αφιλόανθρωπη και αντιανθρώπινη.

Εύγε του και εύγε στους ανθρώπους που συμπορεύτηκαν μαζί του.

Με πολλή εκτίμηση  
Οι οικογένειες  
Λουκά και Ελένης Ποχάνη  
Dr. Michael και Anna Georgis



Τιμητικές διακρίσεις με πλακέτες στον Στέλιο Ματθαίο και τον γιο του, Σαμ, στο Shea Stadium της ομάδας των Mets. Μαζί τους και τρία από τα εγγόνια του κ. Ματθαίου, παιδιά του γιου του. Την απονομή παρακολούθησαν χιλιάδες κόσμου.

## Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους

Συνέχεια από τη σελίδα 11

της Κατερίνας. Αλλά, πιστεύω ότι περάσαμε αυτή τη δοκιμασία, για να γνωρίσουμε τον πόνο, την άλλη πλευρά της ζωής. Γιατί δεν είναι μόνο τα μαγαζιά και τα αδέρφια και η αγάπη και ο παπούς και η γιαγιά, αλλά είναι και ο βαθύτερος άνθρωπος και ο πόνος του τον οποίο καλούμαστε όλοι μας να ανακουφίσουμε. Προσωπικά, πιστεύω ότι ήμουν ταγμένος να βοηθήσω τον πολεμένο άνθρωπο. Όταν γνώρισα τον πόνο, όταν είδα τόσους σχεδόν εγκαταλειμμένους συνανθρώπους μας στη μοίρα της ασθένειας, κατάλαβα καλύτερα την αλήθεια. Είδα ανθρώπους με άρρωστα παιδιά, που δεν είχαν βοήθεια από πουθενά. Μένω μαζί τους από το 1979 μέχρι τώρα. Θέλω επίσης να πω ότι αν και σταμάτησε η λευχαιμία στην κόρη μου, εξακολούθησε να κάνει χημειοθεραπεία για τρία χρόνια, για προληπτικούς λόγους».

Η περίπτωση του μικρού Αντωνάκη, συγκλόνισε τον κ. Ματθαίο ο οποίος ένιωσε περισσότερο την ανάγκη να βοηθήσει όσο και όπως μπορούσε τα άρρωστα παιδιά. «Πάντα αγαπούσα τα παιδιά και δεν θα

μπορούσα να τα εγκαταλείψω», συνέχισε ο κ. Ματθαίος. «Ετσι, λοιπόν τρία πράγματα συνετέλεσαν αποφασιστικά να ιδρύσω το ίδρυμα που κάναμε. Πρώτον, η μεγάλη μου αγάπη για τα παιδιά, δεύτερον η περιπέτεια υγείας της κόρης μου και τρίτον η γνωριμία με τον μικρό Αντωνάκη».

Στην ίδρυση του Greek Children's Fund στο Memorial Sloan -Kettering Cancer Center, που ήταν και η αρχή, βοήθησε πολύ τον κ. Ματθαίο η Δρ. Grace Christ, διευθύντρια του τμήματος Κοινωνικών Λειτουργιών, την οποία συνέστησε μία από τις εργαζόμενες σ' αυτό, η Μαργαρίτα Κουσανά-Μέγιερ. Την ίδια μέρα συναντήθηκε με τον αντιπρόεδρο του νοσοκομείου, Mortimer H. Chute Jr. Ετσι, στις 18 Φεβρουαρίου 1983 ιδρύθηκε ο οργανισμός αυτός.

Ο κ. Ματθαίος συνοψίζοντας το σκοπό της ιδρύσεώς του, είπε ότι από την αρχή είχε ταχθεί αυτό να φροντίσει τα άρρωστα παιδιά αλλά και τους γονείς τους σε διάφορες ανάγκες κατά το διάστημα της νοσηλείας.

Το Greek Children's Fund συνεργάζεται σήμερα με τέσσερα νοσοκομεία, τα Memorial Sloan -Ket-





Τα τρία παιδιά του ζεύγους Στέλιου και Νίκης Ματθαίου. Μπροστά καθισμένη, η Κατερίνα (Κάθυ) και πίσω, η Αθανασία (Αλισον) και ο Σαράντος (Σαμ).

tering Cancer Center στο Μανχάταν Ν. Υόρκης, Schneider Children's Hospital στο Νιου Χάιντ Παρκ της Ν. Υόρκης, το Joseph Sanzari Children's Hospital στο Χάκενσακ της Νέας Ιερσέης, και το All Children's Hospital στο Σεντ Πίτερσμπουργκ της Φλόριδας.

«Υπόψιν, ότι ο οργανισμός μας

έχει μηδέν έξοδα», είπε ο κ. Ματθαίος. «Όλοι μας είμαστε εθελοντές και κανένας μας δεν πληρώνεται. Ακόμα και στις χοροεπερίδες και άλλες εκδηλώσεις που κάνουμε για να συγκεντρώσουμε χρήματα, ο καθένας από εμάς πρέπει να πληρώσει το εισιτήριό του».

Ο κ. Ματθαίος αναγνωρίζει τη συμπαράσταση της Ομογένειας, στην οποία συμπεριλαμβάνονται και τοπικές φιλόπρωχοι αδελφότητες, στο έργο του ιδρύματος. «Την πρώτη και μεγάλη βοήθεια είχαμε από τον οργανισμό 'Πανγκρικγκόριαν' των ομογενών εστιατόρων της Νέας Ιερσέης», τόνισε ο κ. Ματθαίος. «Δεν νομίζω ότι θα

μπορούσαμε να προχωρήσουμε πολύ, χωρίς τη μεγάλη του οικονομική υποστήριξη που είχαμε. Βοήθεια υπήρξε, επίσης και από τα άλλα 'Πανγκρικγκόριαν'. Σ' αυτούς και σε όλους τους φορείς και τα άτομα που βοήθησαν και βοηθούν,

Συνέχεια στη σελίδα 14



Ο Στέλιος Ματθαίος (δεξιά) με τον Ελληνοαμερικανό ομοσπονδιακό βουλευτή, Κώστα (Γκας) Μπιλιράκη, επίτιμο πρόεδρο του Greek Children's Fund στη Φλόριδα. Ο φιλανθρωπικός αυτός οργανισμός έχει την αναγνώριση και την υποστήριξη πολλών παραγόντων.



FOR ALL YOUR FOOD SERVICE NEEDS

174 DELAWANNA AVE, CLIFTON, NJ 07014

[www.driscollfoods.com](http://www.driscollfoods.com)

CONGRATULATIONS

**STANLEY MATTHEWS**

ON BEING INDUCTED  
INTO THE HALL OF FAME

YOUR HARD WORK  
AND DEDICATION TO CHILDREN  
THROUGH  
THE GREEK CHILDREN'S FUND  
IS AN INSPIRATION!

# Στέλιος Ματθαίος: Αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στην ανακούφιση ασθενών παιδιών και των οικογενειών τους

Συνέχεια από τη σελίδα 13

θέλω να πω ένα μεγάλο 'ευχαριστώ' και ας είναι ευλογημένοι από το Θεό».

Είναι αλήθεια ότι με το πέρασμα των χρόνων, ο αριθμός των ασθενών παιδιών που έρχονται από την Ελλάδα, μειώνεται, επειδή πολλά από αυτά πηγαίνουν για θεραπεία και σε άλλες χώρες και πόλεις.

Τι σημαίνει για τον κ. Μάθιους η φιλανθρωπία; «Όταν προσφέρει κάποιος στον συνάνθρωπό του, στην πραγματικότητα δεν δίνει, αλλά παίρνει», απάντησε χαμογελώντας.

«Είναι πολύ σπουδαίο να μπορεί κανείς να δώσει ένα ποτήρι νερό στον διψασμένο. Αυτός που θα το δώσει, παίρνει τη χαρά, γιατί πρόσφερε και ξεδίψασε κάποιος. Σκεφθείτε τι σημαίνει αυτή η χαρά, όταν πρόκειται για άρρωστα παιδιά, που ίσως αύριο να μη ζούνε».

Με την ευκαιρία αυτή, ο κ. Ματθαίος εξέφρασε τη λύπη του, γιατί μετά από τόσα χρόνια, η Ομογένεια δεν μπόρεσε να ιδρύσει ένα δικό της Σπίτι Φιλοξενίας Ασθενών Παιδιών. «Παρακαλώ τους ομογενείς και, ιδιαίτερα τους έχοντες οικονομική δυνατότητα, να δουν αυτό το

θέμα», είπε. «Υπάρχει το 'Ρόναλντ Μακ Ντόναλντ Χάουζ, που επιτελεί μεγάλο και σπουδαίο έργο, αλλά δεν είναι καθαρά ελληνικό, είναι για όλα τα παιδιά. Δεν νομίζω ότι είναι αδύνατο να γίνει ένα τέτοιο Σπίτι. Πιστεύω, ότι έχουμε τη δυνατότητα ως Ομογένεια, να το φτιάξουμε, κατά προτίμηση στο Μανχάταν».

Ο κ. Ματθαίος υποστηρίζει ότι σήμερα η Ομογένεια είναι σε καλύτερη θέση από παλαιότερα. «Εμείς οι παλαιότεροι, ήλθαμε στην Αμερική και εργαστήκαμε σκληρά, με τον πόθο να δούμε τα παιδιά μας

να πάνε στα διάφορα σχολεία, να προοδεύουν και να ζήσουν καλύτερα από εμάς», είπε. «Σήμερα, βλέπουμε πάρα πολλούς επιτυχημένους ομογενείς. Δυστυχώς, βλέπουμε, όμως, ότι αυτοί οι επιτυχημένοι έμειναν απέξω και δεν πήραν στα χέρια τους τα νήνια της Ομογένειας».

Υποστηρίζει, επίσης, ότι πολλές από τις ελληνοαμερικανικές οργανώσεις δεν ανταποκρίνονται, όπως θα έπρεπε, στην αποστολή τους. Αποδίδει δε ευθύνες στους μεγαλύτερους και παλαιότερους για το γεγονός ότι πολλοί νέοι δεν ενδιαφέρονται για τα ομογενειακά κοινά. «Η οικογένεια, πρέπει να είναι πάντα ο δεσμός που μας ενώνει όλους», πρόσθεσε. «Έχουν πολλά να προσφέρουν οι νέοι μας. Χωρίς να περιαυτολογώσω, είδα ότι ο γιος μου, ο Σαράντος που ήταν επικεφαλής του οργανισμού μας, μεγάλωσε περισσότερο το ταμείο και το έργο του ιδρύματος. Θα ήθελα, κοντά στα άλλα, να συμβουλευσω τους νέους μας, να έχουν πάντα σεβασμό προς τους άλλους, εργατικότητα και να αποδεικνύουν την αγάπη τους προς τον συνάνθρωπό τους».

Ο κ. Ματθαίος μιλά με πάθος για την ανάγκη να κρατά η Ομογένεια τις παραδόσεις, τα ήθη και τα έθιμά μας και πάνω απ' όλα την ελληνική μας γλώσσα. Μια από τις μεγάλες του επιθυμίες είναι να απο-

**Ο κ. Ματθαίος  
ακόμα και σήμερα  
μιλά με συγκίνηση  
στη φωνή για αυτό  
που συνέβη  
στην κόρη του**

κτίσει η ελληνοαμερικανική Ομογένεια δικό της πανεπιστήμιο. Γι' αυτό και χάρηκε ιδιαίτερα, όταν πληροφορήθηκε ότι για την ίδρυση ενός τέτοιου ανώτερου εκπαιδευτικού ιδρύματος, ενδιαφέρεται ο Στάθης Βαλιώτης. «Θα ήθελα να τον συγχαρώ και να τον παροτρύνω να προχωρήσει», είπε. «Είναι ένας σπουδαίος άνθρωπος και βλέπει τις αδυναμίες της Ομογένειας. Είναι σε θέση να κάνει πολλά πράγματα».

## Συγχαίρω

τον αγαπητό φίλο και άξιο προκάτοχο μου

**Stanley Matthews**

ιδρυτή του GREEK CHILDREN'S FUND

ο οποίος έχει χαρίσει εκατοντάδες χαμόγελα

σε παιδιά που πληγώθηκαν από τη ζωή

με όλη τη δύναμη της καρδιάς μου

για το όραμα και την προσφορά του.

Τον ευχαριστώ ακόμα

διότι μου προσφέρει την εξαιρετική τιμή

να προσπαθήσω να συνεχίσω το έργο του

και την Θεάρεστη αποστολή του.

Γιώργος Κίτσιος, πρόεδρος  
GREEK CHILDREN'S FUND

Θερμά συγχαρητήρια  
και την απέραντη εκτίμηση μας  
στον εξαίρετο συμπατριώτη και καλό φίλο

**Stanley Matthews**

για την πολύχρονη προσφορά του  
στα ασθενή παιδιά και τη δημόσια αναγνώριση  
του πολύτιμου έργου του.

Ο Στέλιος Ματθαίος είναι άξιο τέκνο  
της ιστορικής Σκούρα-Βαρβίτσας  
πατρίδας του καπετάν-Ζαχαριά,  
των μεγάλων αγωνιστών του '21  
και των εντίμων και προκομμένων ανδρών  
που διαπρέπουν ανά την υφήλιο.

**Μας κάνεις υπερήφανους**

Σ' ευχαριστούμε

Οικογένειες Βλπίτα

Πέτρος του Παναγιώτη και οικογένεια

Πέτρος του Κωνσταντίνου και οικογένεια

Πέτρος του Σπυρίδωνα και οικογένεια



Με μεγάλη αγάπη, εκτίμηση και ευγνωμοσύνη μιλά ο κ. Ματθαίος για τη σύζυγό του, Νίκη. «Δεν είναι μόνο η μητέρα των παιδιών μου», τόνισε. «Είναι αυτή, που βρίσκεται πίσω από το ίδρυμα που έχουμε δημιουργήσει. Με έχει βοηθήσει όλα αυτά τα χρόνια στο έργο μου. Θέλω να την ευχαριστήσω από τα βάθη της καρδιάς μου για τη μεγάλη βοήθεια που μου έδωσε. Πάντα μου θυμίζει τι έχω να κάνω, χωρίς να θέλει να φαίνεται μπροστά. Και δεν με βοηθά μόνο, αλλά με παροτρύνει

**...Σπανίζει για  
τη δεμένη και αγνή  
οικογένεια  
που ξέραμε  
παλαιότερα...**

συνεχώς. Πολλές φορές μου είπε να μην κάνουμε στις γιορτές δώρα στα παιδιά μας, προκειμένου να βοηθήσουμε κάποιον συνάνθρωπό μας με μεγάλες ανάγκες. Την ευχαριστώ και θα την ευχαριστώ σε όλη μου τη ζωή».

Ο κ. Ματθαίος είναι ο ιδρυτής και τσέρμαν του Greek Children's Fund. Πρόεδρος είναι αυτή τη στιγμή ο Γεώργιος Κίτσιος ο οποίος εκλέ-

χτηκε πριν λίγο καιρό ομόφωνα. Πρόσφατα ο κ. Κίτσιος δήλωσε στον «Ε.Κ.» ότι η ίδρυση αυτού του Ταμείου είναι πολύ σημαντικό γεγονός. «Ιδρύθηκε προ τριών δεκαετιών από τον Στάνλεϊ Μάθιους και εξελίχτηκε σε ένα πολύ σοβαρό Ταμείο αρωγής καρκινοπαθών παιδιών», συμπλήρωσε. Είπε, επίσης, ότι στην παρούσα φάση προέχει να γίνει ευρύτερα γνωστό τόσο στην Ομογένεια, όσο και στην Ελλάδα, το έργο του Ταμείου, ενώ υποστήριξε την ανάγκη δημιουργίας του Ελληνικού Σπιτιού φιλοξενίας των ασθενών παιδιών. Για τον κ. Κίτσιο ο κ. Ματθαίος δήλωσε τα εξής: «Για εννέα χρόνια πρόσφερε την εθελοντική του εργασία. Είμαστε ικανοποιημένοι από την εκλογή του γιατί είναι μορφωμένος, έξυπνος, εργατικός, επιτυχημένος επιχειρηματίας, ευγενής και αγαπητός από όλους. Προσωπικά, του εύχομαι επιτυχία στο έργο του και τον διαβεβαιώ ότι θα είμαι δίπλα του για να συνεχίσουμε την αποστολή του οργανισμού μας».

Καταλήγοντας ο κ. Ματθαίος ευχαρίστησε τους κατά καιρούς συνεργάτες του και τα ελληνόφωνα Μέσα Ενημέρωσης, ενώ παρότρυνε την Ομογένεια να ενισχύσει, οικονομικά και ηθικά, το έργο του Greek Children's Fund. «Δεν χωρούν ανταγωνισμοί στη φιλανθρωπία. Πρέπει να συνεχίσουμε να ανακουφίζουμε τα άρρωστα παιδιά και τις πονεμένες οικογένειές τους», τόνισε.



Ο Στέλιος Ματθαίος (δεύτερος από αριστερά) και η σύζυγός του, Νίκη (δεξιά), σε αναμνηστική φωτογραφία με τον πρώην πρόεδρο τη Κυπριακής Δημοκρατίας, Γλαύκο Κληρίδη. Όλα αυτά τα χρόνια, ο κ. Ματθαίος είχε την ευκαιρία να συναντηθεί με πολλές και διάφορες προσωπικότητες.

*Ολόθερμα συγχαρητήρια στον αδελφικό μου φίλο και συνεργάτη,  
**Stanley Matthews***

*ιδρυτή του GREEK CHILDREN'S FUND*

*για την σημαντική προσφορά του*

*στη μεγάλη υπόθεση των ασθενών Ελληνοπαίδων*

*που έρχονται στην Νέα Υόρκη*

*με μία και μοναδική επιθυμία αλλά και με μεγάλη ελπίδα  
για την θεραπεία τους.*

*Ο Stanley Matthews είναι ο οραματιστής  
που με μία μικρή ομάδα αφοσιωμένων συνεργατών του  
έχουν γίνει οι φύλακες άγγελοι  
για τα παιδιά και τις οικογένειές τους.*

*Αγαππé φίλε Stanley σε ευχαριστούμε  
γιατί μας οδήγησες σε ιδανικές πράξεις  
και σου ευχόμαστε να είσαι πάντα καλά.*

*Συγχαίρουμε και τον «Εθνικό Κήρυκα»  
για την σωστή επιλογή και την ανάδειξη του έργου  
αυτού του άοκνου εργάτη  
που με τις προσωπικές του θυσίες προσφέρει  
τόσο ανθρωπιστικό έργο.*

*Πίτερ Νάνος  
η σύζυγός του Thamié  
και η οικογένεια*



## **ΧΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ**

**44-01 Broadway, Astoria, NY 11103 • (718) 204-2550**

**Η Χιακή Ομοσπονδία  
συγχαίρει**

**τον ιδρυτή του Greek Children's Fund**

**Stanley Matthews**

**για τη μεγάλη του φιλανθρωπική και κοινωνική  
προσφορά.**

**Του ευχόμαστε Υγεία**

**και τον ευχαριστούμε για το έργο του.**

**Εκ του Διοικητικού Συμβουλίου  
Ευάγγελος Καββαδάς, πρόεδρος**



Ο Στέλιος Ματθαίος είναι ένας αληθινός φίλος  
του **Steven and Alexandra Cohen Children's Medical Center of New York.**

Συγχαρητήρια για την αναγνώριση της μεγάλης προσφοράς σου στην Ομογένεια  
αλλά και στην ευρύτερη κοινωνία.

Από τους φίλους σου  
στο Steven and Alexandra Cohen Children's Medical Center of New York  
και πάνω απ' όλα από τα αναρίθμητα παιδιά και τις οικογένειές τους  
που ευεργετήθηκαν από το Greek Children's Fund.

**North  
Shore LIJ** Steven & Alexandra  
Cohen Children's Medical  
Center of New York





















### Το Σιδηρόκαστρο Σερρών.

τον 8ο αιώνα και τον 14ο αιώνα επεκτάθηκε προς τα ανατολικά, έτσι ώστε να ενισχύσει την άμυνα της πόλης με περισσότερα τείχη. Ένα μέρος αυτών των τειχών διατηρείται ακόμα, αλλά όχι σε πολύ καλή κα-



### Το εσωτερικό του οχυρού Ρούπελ.

τάσταση. Το θέαμα είναι λίγο απαγορευτικό και το πρόβλημα επιτείνεται περισσότερο από τα διάφορα σκουπίδια που θα δείτε, κυρίως αυτά των υπαίθριων εραστών. Κρίμα.

Κατά τα άλλα, είναι μια έως συμπαθής μικρή πόλη, με ελάχιστα όμως παλαιά κτίσματα. Στην περιοχή του Μαύρου Βράχου, που βρίσκεται έξω από την πόλη του Σιδηρόκαστρου, θα βρείτε μια εξαιρετική κοιλάδα με πλατάνια την οποία διατρέχει ο ποταμός Αχλαδίτης ή Κρουσοβίτης, παραπόταμος του Στρυμόνα. Στην περιοχή λειτουργούσαν παλιότερα και νερόμυλοι, που σήμερα είναι ερειπωμένοι. Υπάρχουν όμως καφετέριες. Έτσι, μετά από αρκετό περπάτημα κι έναν καφέ, πήραμε το δρόμο για το Αγκιστρο, που απέχει σχεδόν μια ανάσα από τα ελληνοβουλγαρικά σύνορα.

Γενικά, όπου υπάρχουν νερά είναι και τόπος ευλογημένος με πολύ πράσινο. Το Αγκιστρο, λοιπόν, είναι

μέσα στο πράσινο, αλλά είναι ένα χωριό που ταλαιπωρήθηκε πάρα πολύ επειδή βρισκόταν σε στρατιωτική ζώνη. Από το 1990, οπότε και ομαλοποιήθηκαν οι σχέσεις μας με τη Βουλγαρία, άρχισε το χωριό να

βλέπει μπροστά. Το σημαντικότερο είναι πως οι νέοι άνθρωποι μένουν εκεί και κάνουν σημαντικά πράγματα ασχολούμενοι με τον τουρισμό. Είδαμε περιποιημένα καταλύματα, ταβέρνες και έναν ωραίο παραδοσιακό καφενέ.

Τα Λουτρά, για αρθροπάθειες και ρευματοπάθειες, έχουν ανακαινιστεί και επεκταθεί, ανήκουν στην κοινότητα και, απ' ό,τι είδαμε, δεν τους λείπει η πελατεία.

Κοντά στο Αγκιστρο βρίσκεται και το Οχυρό Ρούπελ της περίφημης

«Γραμμής Μεταξά», που κατασκευάστηκε στα πρότυπα της γαλλικής γραμμής Μαζινό. Το Ρούπελ έχει μείνει στην ιστορία ως το μοναδικό οχυρό που δεν κατελήφθη ούτε και παραδόθηκε στους Γερμανούς κατακτητές. Αποτελείται από μια σειρά επιφανειακών και υπόγειων κατασκευών και θεωρείται το αριστότερο της γραμμής. Λόγω της γεωγραφικής θέσης του, οι υπερασπιστές του οχυρού κατάφεραν τεράστια πλήγματα στον εχθρό. Η διέλευση των Γερμανών από το σημείο αυτό κρίθηκε αδύνατη και έτσι οι τελευταίοι το προσπέρασαν από μια παρακαμπίτσια διαδρομή. Και όταν κατέλαβαν τη Θεσσαλονίκη και ζήτησαν από τους υπερασπιστές του να το παραδώσουν, εκείνοι απάντησαν πως τα οχυρά δεν παραδίδονται, αλλά κατακτώνται. Το εγκατέλειψαν μόνον όταν έμαθαν πως είχε καταληφθεί η Θεσσαλονίκη και συνειδητοποίησαν ότι πλέον ο εχθρός είχε πετύχει

το στόχο του.

Οι υπόγειες διακλαδώσεις του οχυρού έφταναν τα 3,5 μίλια, δημιουργώντας στην ουσία μια μικρή υπόγεια πολιτεία. Ο λόγος για τον οποίο χτίστηκαν τα οχυρά της «Γραμμής Μεταξά» ήταν η προστασία των συνόρων από τους Βούλγαρους. Το όνομα Ρούπελ προέρχεται από τη βυζαντινή λέξη «ρουπέλιον», που σημαίνει στενό πέρασμα.

### Στον Λαϊλιά

Επιστρέφοντας στο Αγκιστρο, ο επόμενος προορισμός μας ήταν ο Λαϊλιάς, κόβοντας μέσα από το βουνό (που λέγεται και αυτό Αγκιστρο). Πέρασαμε έναν από τους χειρότερους χωματόδρομους της χώρας, πάνω από το Ρούπελ, γεμάτο από απότομα «στηθώματα», κοφτερές πέτρες και νεροφαγώματα. Ευτυχώς που ήμασταν με το «θηρίο», που έδειξε για άλλη μία φορά την κλάση του. Κάποια στιγμή κοντά στην κορυφή

σχεδόν, σε μια υπέροχη καταπράσινη «αγκαλιά» του βουνού, φτάσαμε στη βίλα του Παπαδόπουλου. Μας είχαν πει γι' αυτήν στο Αγκιστρο. Ήταν το κυνηγετικό περίπτερο του δικτάτορα. Ένα μεγάλο οίκημα, εγκαταλελειμμένο και λεπλατημένο, με το «ΟΧΙ» σκαλισμένο στην πρόσοψή του και με αρκετά βοηθητικά οικήματα, όλα φτιαγμένα από πέτρα. Από εκεί και πέρα ο δρόμος συνέχιζε άσφαλτος, που ήταν όμως σε ορισμένα σημεία χειρότερος από χωματόδρομο.

Κάποια στιγμή επιτέλους φτάσαμε στην άλλη μεριά του βουνού, στο χωριό Σχιστόλιθος, και ακολουθώντας την κοιλάδα του Κρουσοβίτη μπήκαμε στο Καπνόφυτο, κι από εκεί πήραμε τον ανηφορικό δρόμο για τον Λαϊλιά, που είναι η ψηλότερη κορυφή των ορέων Βροντούς. Εκεί βρίσκεται και το χιονοδρομικό κέντρο του νομού Σερρών, με την πόλη σε απόσταση μόνο 16 μιλίων. Αν και

το χιονοδρομικό διαθέτει μόνο μία πίστα, οι γνώστες του αθλήματος το θεωρούν από τα καλά της χώρας. Εκτός από την πίστα καταβάσεων, στον Λαϊλιά λειτουργεί και μία πίστα αντοχής. Το κέντρο διαθέτει έναν αναβατήρα, σχολή σκι, αλλά και σαλέ με εστιατόριο και καφετέρια.

Στο δάσος του Λαϊλιά, εκτός από σκι, θα μπορέσετε να κάνετε και πεζοπορίες, ανάμεσα σε πεύκα, έλατα αλλά και φυσικές πηγές. Εξάλλου, από εκεί περνάει και το μονοπάτι Ε6. Στα μέσα του Σεπτεμβρίου βρήκαμε ένα καταπράσινο βουνό, γεμάτο άγρια φρούτα. Τώρα που γράφονται αυτές οι γραμμές, με πήραν τηλεφώνω φίλοι να μου πουν πως στον Λαϊλιά χιονίζει!

Φτάσαμε μέχρι επάνω στην πίστα και μετά πήραμε το δρόμο για την πόλη. Ήταν πια αργά το απόγευμα.

Πηγή: «Καθημερινή»



## Στον ξεχωριστό Άνθρωπο STANLEY MATTHEWS

εκφράζουμε τα εγκάρδια συγχαρητήρια και το θαυμασμό μας για την προσφορά του στο GREEK CHILDREN'S FUND.

**Αγαπητέ Stanley, σε συχαίρουμε για το πραγματικά ιερό σου έργο.**

**Σε ευχαριστούμε**

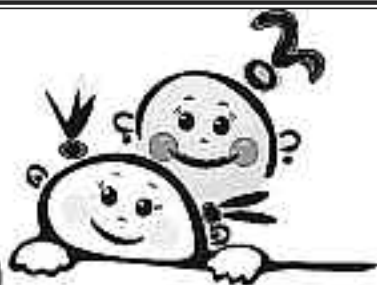
Με εκτίμηση  
Ηλίας και Άννα Νεοφώτιστου



Stanley Matthews  
has shown all of us  
the meaning of the word "Philanthropy"

We wish him and his Family  
Health and Happiness

Glen and Ernie  
Bergen Wholesale Meats  
154 Hackensack Avenue  
Hackensack, NJ 07601  
201-342-2138



### Ο αγαπτός και σεβαστός Stanley Matthews

επί πολλές δεκαετίες αποδεικνύει σιωπηλά και αθόρυβα πως δεν έχει χαθεί από τους ανθρώπους της βιομηχανοποιημένης και ατομικιστικής εποχής η αγάπη, η αλληλεγγύη, η φιλανθρωπία, η συμπόνια, στοιχεία που προσδίνουν ήθος και ανθρωπιά στον άνθρωπο.

Η ανακούφιση τόσων παιδιών από την Ελλάδα και την Κύπρο από τον πόνο της αρρώστιας, έχει καταστήσει τον Stanley ως τον άγγελο σωτήρα της ζωής τους.

Η αναγνώριση που του γίνεται από τον «Εθνικό Κήρυκα» είναι και μία ευκαιρία για να του λεχθεί ένα είδος ανοικτής ευχαριστίας και τιμής από όλους όσους τον γνωρίζουμε και θαυμάζουμε την προσφορά του.

### Συχαρητήρια

Γκρέγκ Πούλος οικογενειακώς  
Nick Poulos Restaurant Supply  
200 Godwin Ave., Midland Park, NJ 07432 • 201-444-6943

## Βυζαντινές εικόνες από τις θρακικές ακτές του Εύξεινου Πόντου

Πρώτα έφθασαν οι Ιωanes. Χρειάστηκε να ταξιδέψουν σε θάλασσα άγρια με τρομερούς ανέμους, χωρίς ούτε ένα νησάκι για απάγκιο, αντίθετα με ύπουλους υφάλους κοντά στις ακτές όπου τους περίμεναν εχθρικοί οι ντόπιοι λαοί. Αλλά οι άποικοι δεν πτοήθηκαν. Από τον 7ο π. Χ. αιώνα έζησαν εκεί παίρνοντας στα χέρια τους τις τύχες όλης της περιοχής και εδραιώνοντας την παρουσία τους μέσα στους αιώνες που ακολούθησαν.

Σήμερα, η πορεία γίνεται αντίστροφα. Βυζαντινές εικόνες από πόλεις της Θράκης, κάποτε ελληνικές - σήμερα σε βουλγαρικό έδαφος - έφθασαν στο Μουσείο Βυζαντινού Πολιτισμού της Θεσσαλονίκης για την έκθεση "Εικόνες από τις θρακικές ακτές του Εύξεινου Πόντου", που θα εγκαινιασθεί στις 26 Νοεμβρίου. Πρόκειται για σύνολο 52 εικόνων, οι 39 από τις οποίες προέρχονται από τη Μεσημβρία (Nesebyr), τη μόνη από τις υπόλοιπες πόλεις των θρακικών παραλίων του Εύξεινου Πόντου, που διατήρησε έως τις μέρες μας οκτώ μεσαιωνικές εκκλησίες αν και στα τέλη του 19ου αιώνα ήταν 22.

Από τη Βάρνα (Varna), την Σωζόπολη (Sozopol), από τη μικρότερη Αγαθούπολη (Ahtopol), από την κωμόπολη του Βασιλικού (Tsarevo) αλλά και από το ορεινό χωριό Brashlyan στον Μικρό Αίμο προέρχεται το υλικό της έκθεσης, η οποία, σύμφωνα με την κυρία Αναστασία Τούρ-

τα, διευθύντρια Ευρωπαϊκού Κέντρου Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων και πρώην διευθύντρια του μουσείου «βασίζεται στην πολιτισμική - ανθρωπολογική προσέγγιση του πολιτιστικού αγαθού, όχι απλώς ως έργο τέχνης αλλά ως μέσου κατανόησης και ερμηνείας του πολιτισμού που το δημιουργήσε και της κοινωνίας που το χρησιμοποίησε». Η επίδραση εξάλλου του ελληνικού και στη συνέχεια του βυζαντινού πολιτισμού, με τον εκχριστιανισμό των σλαβικών λαών και τη δημιουργία του γλαυολιτικού - κυριλλικού αλφαβήτου υπήρξε καθοριστική για τη διαμόρφωση του πολιτισμού των λαών γύρω από τον Εύξεινο Πόντο.

Φορτισμένες από τις προσευχές και τις ικεσίες των παραγγελιοδοτών και των δημιουργών τους - τους οποίους συχνά αποκαλύπτουν οι αφιερωματικές επιγραφές - είναι αυτές οι εικόνες, που μιλούν για τις προσδοκίες τους προσδοκίες μέσα στον ιστορικό τους περίγυρο.

Η παρουσίασή τους στην έκθεση γίνεται έτσι, με βάση τον τόπο προέλευσής τους και τις πληροφορίες που παρέχουν για τις κοινωνίες από τις οποίες προέρχονται ενώ όπου ήταν εφικτό αναφέρονται οι ναοί στους οποίους ήταν αφιερωμένες. Λιθογραφίες, φωτογραφίες αρχειακές και σύγχρονες του τόπου και των μνημείων, ιστορικοί και ναυτικοί χάρτες, τοπογραφικά πλάνων και απόγραφα των αφιερω-



Τα ερείπια της Νέας Μητρόπολης Μεσημβρίας (Άγιος Στέφανος) του 12ου αιώνα που ανακαινίσθηκε στα τέλη του 16ου.



Το εσωτερικό της Παλαιάς Μητρόπολης Μεσημβρίας, παλαιοχριστιανική βασιλική αφιερωμένη στην Αγία Σοφία, που είχε κτισθεί στα ερείπια του ναού του Απόλλωνα.

ματικών επιγραφών στις εικόνες, κείμενα και ποικίλο εποπτικό υλικό εμπλουτίζουν εξάλλου την παρουσίαση. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται μάλιστα στην δύσκολη ναυσιπλοΐα του Εύξεινου Πόντου χάρη σε μία σύγχρονη τοιχογραφία \_ σε τοίχο της κάτω αίθουσας \_ που παρουσιάζει ένα καταποντισμένο στο βυθό της θάλασσας ναυάγιο ενώ οι ήχοι από τις καταιγίδες που σαρώνουν την περιοχή, επιδιώκουν να μεταφέρουν στον επισκέπτη μία αίσθηση του ιστορικού και φυσικού χώρου από τον οποίο προέρχονται οι εικόνες.

Στις εικόνες της Μεσημβρίας, της μόνης δωρικής αποικίας ανάμεσα στις ιωνικές είναι αφιερωμένη η πρώτη ενότητα της έκθεσης. Μία πόλη με άρτιες υποδομές, ισχυρότατα τείχη, δύο λιμάνια, αυτοκρατορικές θέρμες και τέλειο σύστημα ύδρευσης, με εισηγμένα από την Κωνσταντινούπολη οικοδομικά υλικά, όπως τα μαρμάρια αρχιτεκτονικά μέλη από τα αυτοκρατορικά λατομεία της Προκοννήσου και οι ενσφράγιστοι οπτόπλινθοι με το όνομα του αυτοκράτορα Ιουστινιανού Α' (527-565), ήταν η Μεσημβρία.

«Παλαιολόγοι, Καντακουζηνοί, Δούκες, Μελισσηνοί, Χρυσολωράδες και άλλα μέλη των αυτοκρατορικών και επιφανών οικογενειών της Κωνσταντινούπολης, που εγκαταστάθηκαν στη Μεσημβρία πριν και μετά την κατάκτηση των δύο πόλεων από τους Οθωμανούς το 1453 μαρτυρούνται σε επιγραφές, σε ζωγραφικά και επιτύμβια έργα, καθώς και σε μονογράμματα, σε κεραμικές κούπες που εκτίθενται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της πόλης», λέει η κυρία Αναστασία Τούρτα. Η δεύτερη ενότητα εικόνων της έκθεσης

προέρχεται από τη Σωζόπολη, την αρχαία Απολλωνία με το ασφαλές λιμάνι, την ξυλεία από τα δάση του Μικρού Αΐμου και τα μεταλλεία χαλκού και σιδήρου. Οι εικόνες από το Βασιλικό, την Αγαθούπολη, τη Βάρνα και το Brashlyan παρουσιάζονται εξάλλου ομαδοποιημένες σε μία ενότητα στον κάτω όροφο της έκθεσης, διότι, λόγω των εικονογραφικών θεμάτων, των λεπτομερειών και των αφιερωματικών επιγραφών τους επιτρέπουν να σκιαγραφηθούν όψεις των κοινωνιών από τις οποίες προέρχονται.

Με την έκθεση αυτή ολοκληρώνεται η συμφωνία συνεργασίας, που υπογράφηκε το 2006 μεταξύ του Ευρωπαϊκού Κέντρου Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων και του Μουσείου Βυζαντινού Πολιτισμού με την Εθνική Πινακοθήκη Τέχνης της Σόφιας, μία πρόταση του καθηγητή Γκεόργκι Γκέροφ, επιμελητή του Μουσείου Εικόνων της Κρύπτης στο ναό Αλέξανδρος Νιέφσκι, ο οποίος συνεργάστηκε με την κυρία Τούρτα.

Το δύσκολο και χρονοβόρο έργο της συντήρησης των 13 εικόνων στη Σόφια πραγματοποιήθηκε χάρη σε χορηγία του Ιδρύματος Α. Γ. Λεβέντι και αυτές οι εικόνες θα παρουσιαστούν και στο Λεβέντειο Δημοτικό Μουσείο Λευκωσίας, μετά τη λήξη της έκθεσης στη Θεσσαλονίκη και όταν πλέον η Κύπρος θα έχει την προεδρία της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η έκδοση του καταλόγου τέλος πραγματοποιήθηκε επίσης με η χορηγία του Ιδρύματος Α. Γ. Λεβέντι, με τη συνδρομή του Ευρωπαϊκού Κέντρου Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων και των εκδόσεων ΚΑΠΟΝ.

Πηγή: «Το Βήμα»

## Στον χαμογελαστό οραματιστή ...

Ο Stanley Matthews και η οικογένειά του αντιμετώπισαν μία περιπέτεια υγείας, που την ξεπέρασαν. Όμως, δεν έριξε μαύρη πέτρα πίσω αλλά, κατανοώντας τις ανάγκες που υπάρχουν στα παιδιά με καρκίνο και τις οικογένειές τους, δημιούργησε Fund για να υποστηρίξει τα καρκινοπαθή Ελληνόπουλα με προέλευση από Ελλάδα και Αμερική.

Ανήσυχο πνεύμα αλλά και πρακτικός άνθρωπος, πάντα ζητούσε το επόμενο βήμα, την επόμενη δράση. Όταν το 1993, μετά από 6 χρόνια σπουδών στην Αμερική (τρία στην Παιδιατρική Αιματολογία-Ογκολογία στο Memorial Sloan-Kettering Cancer Center) χρειαζόμουν ένα ακόμη χρόνο για την ολοκλήρωση των ερευνών μου πριν την δεδομένη επιστροφή μου στην Ελλάδα, ο κ. Matthews «το πήρε πάνω του». Παρά τις αντιδράσεις που αντιμετώπισε, κατάλαβε αμέσως ότι είναι προτιμότερο να βοηθούνται τα παιδιά με καρκίνο στην Ελλάδα από ολοκληρωμένους επιστήμονες, παρά να αναζητούν καλύτερη τύχη στο Εξωτερικό. Το Fund με ανακήρυξε υπότροφο για ένα χρόνο και αμέσως μετά επέστρεψα στο Νοσοκομείο Παίδων στην Ελλάδα.

Πιστεύω ότι έχω αποδώσει και συνεχίζω να αποδίδω πολλαπλά αυτή την επένδυση. Ευχαριστώ ένα μεγάλο Έλληνα και τους ομογενείς που στήριξαν αυτή την προσπάθεια.



**Βασίλειος Κ. Παπαδάκης MD, PhD**

*Παιδίατρος, Παιδίατρος Αιματολόγος-Ογκολόγος*

*Ογκολογική Μονάδα Παίδων Μαριάννα Β. Βαρδινογιάννη-Ελπίδα  
Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία», Αθήνα*



# Μπορούμε να επιβληθούμε στα πάθη μας;

Της Άννας Δάλλα

**Πάθος:** Μια λέξη που χρησιμοποιούμε σχεδόν καθημερινά για να περιγράψουμε κάτι διαφορετικό ο καθένας, για παράδειγμα την αγάπη μας για τα γλυκά ή τη σοκολάτα, τη μανία μας με το κάπνισμα ή το αλκοόλ, την αδυναμία μας στις γυναίκες, τον τζόγο, τα ψώνια ή τα αυτοκίνητα... Και βέβαια ο κατάλογος μπορεί να συνεχίζεται στο διπνεκές. Κάποιο πάθος, λοιπόν, μικρό ή μεγάλο, έχουμε όλοι. Είναι, όμως, το πάθος κάτι στο οποίο πρέπει να προσπαθήσουμε να επιβληθούμε;

Οι ειδικοί εξηγούν ότι δεν υπάρχει ούτε κάποιος γενικός κανόνας ούτε κάποια οδηγία που να απευθύνεται σε όλους ανεξαιρέτως. Αυτό είναι κάτι που θα το αποφασίσουμε οι ίδιοι, αν θεωρούμε ότι το «πάθος» μάς δυσκολεύει τη ζωή. Πόσο πιθανό και εύκολο είναι όμως να του επιβληθούμε; Αν πάρουμε την απόφαση και ζητήσουμε βοήθεια, είμαστε σίγουρα σε πολύ καλό δρόμο.

**Το πάθος δεν υπάρχει;**

Ο όρος πάθος δεν υπάρχει στην ψυχιατρική. Οι επιστήμονες προτιμούν να χρησιμοποιούν τον όρο παρόρμηση, που περιγράφουν ως μία ακατανίκητη επιθυμία να κά-



νουμε κάτι, συχνά χωρίς να μπορούμε να το ελέγξουμε ή να το κρίνουμε με τη λογική. Όμως, η παρόρμηση (ή ενόρμηση) από μόνη της δεν περιέχει κάποια παθογένεια? το πρόβλημα δημιουργείται όταν δεν μπορούμε να ελέγξουμε τις παρορμήσεις μας. Βέβαια, κάποιος άνθρωπος είναι πιθανό να μην μπορεί να ελέγξει τις παρορμήσεις του επειδή πάσχει από κάποιο άλλο ψυχιατρικό νόσημα (π.χ. μανία) ή βρίσκεται υπό την επί-

δραση κάποιας ουσίας (π.χ. αλκοόλ, ναρκωτικά) ή υποφέρει από κάποια σωματική νόσο (π.χ. Αλτοχάιμερ). Από την άλλη πλευρά, μπορεί να είναι υγιής κατά τα άλλα και να μη βρίσκεται υπό την επίδραση ουσιών και το πρόβλημα να εντοπίζεται στο ότι υποφέρει από διαταραχή του ελέγχου των παρορμήσεων, ένα ψυχιατρικό πρόβλημα που αντιμετωπίζεται με ειδική φαρμακευτική αγωγή και περιλαμβάνει τη διαλείπουσα εκρηκτική διαταραχή

(ο ασθενής έχει πολλά και πολύ έντονα επεισόδια θυμού, μετά από τα οποία νιώθει τύψεις και ενοχές), την παθολογική χαρτοπαιξία και ενασχόληση με τον τζόγο, την τριχοτιλλομανία (ο ασθενής τραβάει τις τρίχες των μαλλιών του μέχρι να τις βγάλει όλες), την πυρομανία, την κλεπτομανία, τα υπερβολικά ψώνια, την εξάρτηση από το Ιντερνετ, την καταναγκαστική σεξουαλική συμπεριφορά (άνθρωποι που νιώθουν «υποχρεωμένοι» να κάνουν σεξ χωρίς να έχουν επιθυμία), αλλά και διαταραχές πρόσληψης τροφής.

**Αθώα αδυναμία ή μοιραίο πάθος;**

Όπως είναι προφανές και λογικό, τα πάθη δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν με έναν και ενιαίο τρόπο. Κυρίως επειδή υπάρχουν πολλών ειδών πάθη, που ο καθένας βιώνει με διαφορετικό τρόπο. Κατ' αρχάς, το να έχουμε ένα πάθος, μια αδυναμία, δεν ακούγεται -και πιθανώς δεν είναι- κιόλας- κακό. Το θέμα είναι πόσο παθιασμένος είμαι με το πάθος μου. Αν υποθέσουμε ότι το πάθος μου είναι ο σύντροφός μου. Αυτό σημαίνει ότι τον αγαπάω και τον νοιάζομαι και φροντίζω για τη σχέση μου ή ότι είμαι εξαρτημένος σε σημείο που φτάνω να τον κατα-

πιέζω;

Το πρώτο θα περιέγραφε μια φυσιολογική αδυναμία, ενώ το δεύτερο μια εμμονή. Όπως είναι αναμενόμενο, το πρόβλημα ξεκινάει όταν πρόκειται για μια υπερβολή που έχει αρνητικές συνέπειες τόσο στη ζωή τη δική μας όσο και των γύρω μας. Άλλοι παράγοντες που θέτουν το διαχωρισμό ανάμεσα στο πάθος και τη φυσιολογική αδυναμία είναι η συχνότητα, η ένταση και η διάρκεια με την οποία εμφανίζεται αυτό το πάθος. Αν μην ξεχνάμε, βέβαια, ότι υπάρχουν και πάθη που έχουν αποδεδειγμένα μόνο αρνητικές επιδράσεις και δεν μπορούν να θεωρηθούν αθώα, όπως για παράδειγμα το κάπνισμα ή η υπερκατανάλωση αλκοόλ.

**Τότε χρειάζεται να το τιθασέψουμε;**

Το πρώτο βήμα είναι να αναγνωρίσουμε τα πάθη μας. Στη συνέχεια, χρειάζεται να αξιολογήσουμε αν μας δημιουργούν κάποιο πρόβλημα ή κάποια δυσλειτουργία. Εδώ θα πρέπει να θυμόμαστε ότι είναι απολύτως αναμενόμενο να υπάρχουν πράγματα με τα οποία παθιαζόμαστε - άλλωστε, αν δεν είχαμε πάθη, ή ακόμα χειρότερα επιθυμίες, δεν θα ήμασταν φυσιολογικοί ή θα μπορούσαμε ακόμα και να πάσουμε

**Συγχαρητήρια στον Stanley Matthews  
για τα 30 χρόνια προσφοράς του  
στα άρρωστα παιδιά και τις οικογένειές τους.**

*Οι ηγετικές ικανότητες, η δύναμη, η αφοσίωση  
η γενναιοδωρία και η αγάπη του Stanley Matthews  
για τους συνανθρώπους του είναι κάτι το μοναδικό  
το αξιοθαύμαστο, είναι πηγή έμπνευσης.*

*Ευχόμαστε στον ίδιο και την οικογένειά του  
υγεία και προκοπή.*

*Μόνα Ζησιμοπούλου  
και Γιώργος Παντερής  
Whitestone, New York*



Pan-Lemnian Philanthropic Association  
"Hephaestus", Inc.

44-15 30th Avenue, Astoria, NY 11103 - (718) 932 1120

Στον εκλεκτό ομογενή και φιλόanthρωπο

**Stanley Matthews**

αξίζουν πολλά συγχαρητήρια  
για την μεγάλη του προσφορά

στο Ταμείο Καρκινοπαθών Ελληνοπαίδων.

**Αξίζει η δημόσια αναγνώριση του έργου του.**

Εκ του Διοικητικού Συμβουλίου



από κατάθλιψη. Αν όμως το σκεφτούμε και συνειδητοποιήσουμε ότι τα πάθη μας μάς δυσκολεύουν, το επόμενο βήμα είναι να δούμε αν μπορούμε να τα κόψουμε. Ετσι, είναι σκόπιμο να προσπαθήσουμε να διερευνήσουμε αν θα ζούσαμε χωρίς αυτά ή πόσο εύκολο θα ήταν να τα κόψουμε. Πρέπει, δηλαδή, να θέσουμε την εξής ερώτηση στον εαυτό μας: Θα έχω πρόβλημα αν στερηθώ το πάθος μου;

#### Πώς θα τα καταφέρουμε;

Αν, λοιπόν, συμπεράνουμε ότι έχουμε κάποιο πάθος που θέλουμε να βγάλουμε από τη ζωή μας, θα πρέπει να φτιάξουμε ένα σχέδιο δράσης για να απαλλαγούμε από αυτό. Κάτι τέτοιο μπορούμε να το κάνουμε είτε μόνοι μας είτε με τη βοήθεια κάποιου ειδικού, αν πρόκειται για κάτι πιο δύσκολο. Χρειάζεται, δηλαδή, αφού συνειδητοποιήσουμε αν και από τι είμαστε εξαρτημένοι, να διερευνήσουμε το γιατί. Αν, για παράδειγμα, το πάθος μας είναι τα λεφτά, θα πρέπει να

ρουμε με τη λογική μας την απόφαση, να καταστρώσουμε ένα σχέδιο δράσης και μετά να ακολουθήσουμε τα βήματα της απόφασης. Το σχέδιο αυτό μπορεί, για παράδειγμα, να είναι ένα πρόγραμμα διατροφής και άσκησης, αν το ζήτημά μας είναι να αδυνατίσουμε. Η, αν θέλουμε να κόψουμε το τσιγάρο, μπορούμε να ακολουθήσουμε ένα πρόγραμμα καταγραφής συνηθειών και προσπάθειας αλλαγής αυτών. Σε μια τέτοια περίπτωση, χρειάζεται να καταγράψουμε πόσα τσιγάρα καπνίζουμε και στη συνέχεια να πάρουμε την απόφαση να μειώσουμε τον αριθμό τους, για παράδειγμα κατά ένα την ημέρα. Με τη διαρκή υπενθύμιση του σκοπού μας, του κέρδους που θα έχουμε από την επίτευξή του, αλλά και με την επιβράβευση του εαυτού μας κάθε φορά που κάνουμε ένα βήμα, θα τα καταφέρουμε.

#### Γιατί δυσκολευόμαστε τόσο;

Επειδή εκτός από τη λογική, που μας βοηθά να αποφασίσουμε, υπάρχει μέσα μας και η συναισθηματική συλλογιστική, όπου λέμε “νιώθω ότι δεν θα τα καταφέρω”, και έτσι δεν τα καταφέρνουμε. Κι επειδή το συναίσθημα είναι δύσκολο να το χειριστούμε χωρίς στήριξη, είναι σημαντικό να ζητήσουμε τη βοήθεια των ειδικών, αν δυσκολευόμαστε. Αλλωστε, το πάθος αφορά κάτι πιο εσωτερικό από αυτό που φανταζόμαστε. Για παράδειγμα, το να έχουμε πάθος με το παιδί μας και να είμαστε συνέχεια από πάνω του δεν σημαίνει αποκλειστικά και μόνο ότι το αγαπάμε, αλλά ίσως και ότι έχουμε μια βαθύτερη ανασφάλεια



που δύσκολα μπορούμε να αναγνωρίσουμε και να διαχειριστούμε χωρίς τη βοήθεια ειδικών. Από την άλλη πλευρά, τα πάθη πολλές φορές ενέχουν και το στοιχείο του εθισμού, όπως συμβαίνει για παράδειγμα με το κάπνισμα ή το αλκοόλ. Σε κάθε βήμα της προσπάθειάς μας πρέπει να λέμε στον εαυτό μας “επέλεξα να κόψω το πάθος μου” και να είμαστε περήφανοι, ώστε να μη νιώθουμε συνέχεια ευάλωτοι. Απαραίτητο είναι να ενισχύουμε τον εαυτό μας και να τον επιβραβεύουμε, αλλά και να θυμόμαστε ποια είναι τα οφέλη από αυτήν την αλλαγή, ώστε να τη διατηρούμε.

Το πιο σημαντικό είναι να πά-

Πηγή: «Vita»



Ο Στέλιος Καραμάνης,  
ιδιοκτήτης του Pacific Fish Market και η οικογένεια του  
συγχαίρουν τον καλό τους φίλο Stanley Matthews  
για την δημόσια αναγνώριση του πολυετούς και πολύτιμου έργου του  
το οποίο έχει προσφέρει τόσο ανθρωπιά και φιλοξενία  
σε παιδιά από την Ελλάδα και την Κύπρο.

Του ευχόμαστε να είναι πάντοτε υγιής και άξιος και σε ανώτερα.

May Stanley Matthews  
and his family  
be blessed  
with all good things,  
so he can continue  
to give the community  
his best



Gary Kepnis  
MAGNOLIA BEEF CO.  
Serving Hotels, Restaurants  
Schools, Institutions

1070 Magnolia Ave., Elizabeth, NJ 07201  
908-352-9412

Δύο μοναδικά μυθιστορήματα  
και ένα παιδικό βιβλίο  
με μουσικό CD  
της **ΙΟΥΣΤΙΝΗΣ  
ΦΡΑΓΚΟΥΛΗ-ΑΡΓΥΡΗ**  
τώρα  
στο βιβλιοπωλείο  
του «**Εθνικού Κήρυκα**»

*Μην τα χάσετε  
Κάντε σήμερα  
την παραγγελία σας*

### ΔΕΛΤΙΟ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑΣ

ΤΗΛ.: (718) 784-5255 • ΦΑΞ (718) 472-0510

Στην τιμή συμπεριλαμβάνονται έξοδα διεκπεραίωσης και ταχυδρομικά.

Αποστείλατε την παραγγελία σας με επιταγή, στο όνομα:

**NATIONAL HERALD, INC.**  
37-10 30TH STREET, L.I.C., N.Y. 11101-2614

E-mail: info@ekirikas.com • secretary@ekirikas.com

Χρεώστε την πιστωτική σας κάρτα:

VISA  MASTERCARD  AMERICAN EXPRESS  DISCOVER

ΑΡΙΘΜΟΣ ΚΑΡΤΑΣ: .....

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΛΗΞΕΩΣ: .....

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: .....

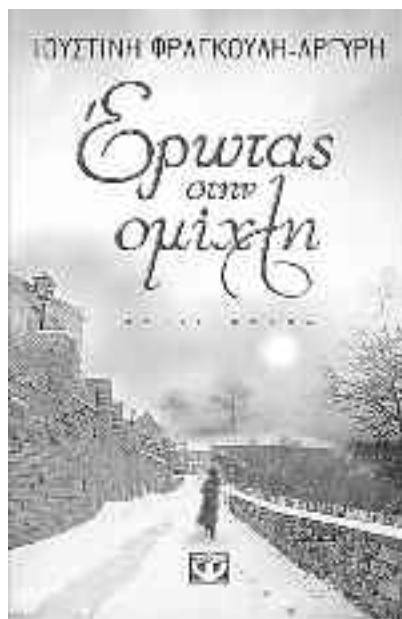
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ..... ΠΟΛΗ: ..... ΠΟΛΙΤΕΙΑ: .....

ZIP: ..... ΤΗΛ.: .....

CELL: ..... ΦΑΞ: .....

E MAIL: ..... ΑΡΙΘ. ΒΙΒΛΙΩΝ: .....

ΥΠΟΓΡΑΦΗ: .....



### ΕΡΩΤΑΣ ΣΤΗΝ ΟΜΙΧΛΗ

ΤΙΜΗ: \$28.99

Μια μεγαλοαστική οικογένεια από την Ίμερα του Πόντου, έπειτα από τη γενοκτονία του 1916, βρίσκει καταφύγιο σε ένα ορεινό χωριό της Πέλλας. Ο ένας γιος, ο Αριστοτέλης Αγγριπίδης, ξεριζεύεται για σπουδές στην Αμερική και πλουτίζει με τα ματωμένα λεφτά της ποτοαπαγόρευσης. Επιστρέφει στο Μικροδέντρι της μετανάστευσης και γίνεται ο ευπατρίδης που κτίζει την εκκλησιά και το σχολείο. Εκεί θα φτάσει ως πρωτοδύοιστη δασκάλα στα τέλη του '70 η Αμαλία Αναγνώστου, με τη φλόγα στα μάτια και το πάθος να μεταλαμπαδεύσει τη γνώση στα παιδιά μιας κλειστής αγροτικής κοινωνίας. Ο έρωτας σημαδεύει την Αμαλία με το τόξο του επίγονου Αριστοτέλη Αγγριπίδη. Μα είναι γεμάτος σκιές και μυστικά. Η ομίχλη απλώνεται στο Μικροδέντρι όπως οι κρυφές ιστορίες των ανθρώπων του χωριού. Τα γάργαρα νερά του ποταμού γίνονται η ευλογία και η κατάρα του τόπου... Ένα εξαιρετικό μυθιστόρημα που διατρέχει τη ραχοκοκαλιά της ελληνικής ιστορίας του εικοστού αιώνα αποτολμώντας να ρίξει φως στην ομίχλη.

### ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

ΤΙΜΗ: \$30

Μια νεαρή κοπέλα, σμιλεμένη από τη γαλλοτραφή Πολίτισσα μάνα της, μεγαλώνει ανυποψίαστη στη Νίσυρο της λάβας και της γύμνιας. Όμορφη, έξυπνη, με σπουδές στην ιταλοκρατούμενη Ρόδο, αφήνεται στον έρωτα ενός νεαρού συμπατριώτη της. Στο βάθος, μακριά, φαντάζει η απουσία του πατέρα στην Αμερική. Και η παρουσία της ανδρόγυνης μάνας. Ο έρωτας της Μαργαρίτας θα ανατραπεί την έσοχη στιγμή. Και η προδοσία θα σημαδέψει όχι μόνο την τύχη της, αλλά ένα ολόκληρο νησί, προκαλώντας μια συγκλονιστική ανθρώπινη καραμπόλα. Και η Μαργαρίτα; Υποκύπτει τελικά στη νομοτέλεια πως «Η Ζωή είναι μεγαλύτερη απ' την Αγάπη;» Τα ήθη της εποχής και η ιστορία της Ιταλοκρατούμενης Δωδεκανήσου συνιστούν το υπόβαθρο του μυθιστορήματος, το οποίο κυριεύει τις αισθήσεις με τη γνησιότητα των ανθρώπινων χαρακτήρων και την αφοσίωσή τους στις άκαμπτες παραδόσεις του νησιού της λάβας.

### Ο ΠΟΛ ΚΑΙ Η ΛΑΡΑ ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΝ

ΤΙΜΗ: \$24

Ο Πολ και η Λάρα είναι δύο νιόπαντρες πολικές αρκούδες, που νιώθουν τον κόσμο να χάνεται κάτω απ' τα πόδια τους, καθώς τα παγόβουνα λιώνουν εκεί μακριά, στη Μανιτόμπα του βορρά, εξαιτίας της υπερθέρμανσης της Γης. Έτσι, αποφασίζουν να κάνουν τον γαμήλιο ταξίδι τους στην Ελλάδα του καλού καιρού, για να δουν αν μπορούν να ζήσουν με την αιώνια ζέση. Καταφτάνουν στη Μύκονο με βτραχοπέδιλα και γυαλιά, κι εκεί...

Δώρο: Ένα CD με τα τραγούδια του βιβλίου.



## Σνακ και διασκέδαση: το μη χείρον βέλτιστον

**Στη θεωρία**, όλα είναι απλά. Υγιεινή διατροφή θα πει φρούτα, λαχανικά, φυτικές ίνες...Τι επιλέγει όμως κανείς όταν πηγαίνει το παιδί του σινεμά ή σε πάρτι; Εκεί όπου ο μπουφές δεν περιλαμβάνει παρά τσιπς και γαριδάκια, σάντουιτς και γλυκά; Και επειδή η στέρηση φέρνει συνήθως αντίθετα αποτελέσματα, η λύση είναι... το μη χείρον βέλτιστον. Με άλλα λόγια, επιλέξετε ό,τι κάνει λιγότερο κακό.

### Στον κινηματογράφο

Δύσκολα μπορεί να αρνηθεί κανείς σε παιδί σνακ, στον κινηματογράφο. Προτιμήστε το ποπ κορν, θεωρείται το πιο υγιεινό σε σχέση με τα γαριδάκια, πατατάκια, και σοκολάτες που κυκλοφορούν. Περιέχει εξάλλου υδατάνθρακες, στοιχείο που σημαίνει ότι δίνει στο παιδί ενέργεια. Τα λιπαρά του δεν είναι υπερβολικά, ενώ παράλληλα δεν επιβαρύνουν τα αγγεία υπό την προϋπόθεση ότι καταναλώνεται με μέτρο και σε αραιά χρονικά διαστήματα. Θυμηθείτε να ζητήσετε τη μικρότερη συσκευασία...

Αν σας ζητήσει γλυκό, προσπαθήστε να αποφύγετε προϊόντα τύπου κρουασάν και επιλέξτε μια μικρή σοκολάτα, κατά προτίμηση εμπλουτισμένη με γάλα: περιέχει ιχνοστοιχεία και μέταλλα, ενώ σε μικρή ποσότητα δεν επιβαρύνει τον οργανισμό.

Οχι στα κρουασάν, τα μπισκότα, το παγωτό και τα πατατάκια. Όλα τους περιέχουν σημαντικό ποσοστό κορεσμένων λιπαρών και πολλές κενές θερμίδες. Το "κρυμμένο" λίπος τους, επιβαρύνει το πεπτικό και το καρδιαγγειακό σύστημα και φορτώνει τον οργανισμό με πολλά χημικά πρόσθετα, όπως αρωματικές ύλες, και χρωστικές ουσίες.

### Στο Fast Food

Στον παράδεισο του λίπους, της ζάχαρης, και του αλατιού, προτιμήστε ένα απλό burger, δηλαδή ψωμί, μπιφτέκι, ντομάτα και σος, καθώς δίνει περίπου 260 θερμίδες και είναι μια από τις πιο ορθές διατροφικά επιλογές στο προσφερόμενο μενού. Ακόμη και δύο σκέτα burger, περιέχουν λιγότερο λίπος από ένα cheeseburger, με μπέικον και σπέσιαλ σως!

Καλή εναλλακτική λύση για τα παιδιά είναι τα σάντουιτς με γαλοπούλα ή ζαμπόν και τυρί. Αν δεν μπορείτε να αποφύγετε τις τηγανητές πατάτες, παραγγείλετε μία μερίδα που θα τη μοιραστείτε ή, ακόμη καλύτερα, μια ψητή πατάτα χωρίς κρέμα. Ολοκληρώστε το γεύμα με μια απλή σαλάτα χωρίς σως, που θα φτιάξετε εσείς στο salad bar. Αν υπάρχουν μόνον έτοιμες σαλάτες, ζητήστε να σας δώσουν τη σως χωριστά, ώστε να προσθέσετε μόνον μία κουταλιά. Προτιμήστε σαλάτες με ωμά λαχανικά.



**Αποφύγετε:** Ό,τι και αν παραγγείλετε, αποφύγετε τις μεγάλες μερίδες. Ζητήστε, επίσης, να μην προσθέσουν κέτσαπ, μουστάρδα ή σάλτσα με καρυκεύματα στο γεύμα του παιδιού σας, αφού είναι πλούσιες σε λιπαρά, ζάχαρη και αλάτι.

Μη ξεχνάτε ότι η αυξημένη - συστηματική - πρόσληψη λίπους μπορεί να δημιουργήσει βλάβη στα αγγεία, ερεθίζοντας τα κύτταρα, και ίσως συμβάλλει στη μετατροπή τους σε καρκινικά.

### Στον παιδότοπο

Σε πολλούς συνοικιακούς παιδότοπους, τα σνακ που προσφέρονται

είναι καλής ποιότητας, θυμίζουν "σπιτικά". Οι δε επιλογές είναι αρκετές και θυμίζουν στα παιδιά, τα συνήθη πάρτι.

Αποφύγετε τις πίτες και τα πιτάκια με σφολιάτα, καθώς είναι εξαιρετικά πλούσια σε λίπος και μάλιστα κορεσμένο. Οι σφολιάτες, όπως και οι ατομικές πίτσες με αφράτη ζύμη, έχουν έως και 40% κορεσμένα λιπαρά! Αν το παιδί επιμένει, προτιμήστε πίτα με παραδοσιακό χωριάτικο φύλλο ή φύλλο κρούστας, που έχουν λιγότερες θερμίδες.

Βασικός λόγος για τον οποίο το λίπος πρέπει να αποφεύγεται; Μει-

ώνεται η απορρόφηση ορισμένων θρεπτικών συστατικών που περιέχουν τα τρόφιμα, π.χ. λιποδιαλυτές βιταμίνες, με αποτέλεσμα τα παιδιά να στερούνται απαραίτητα θρεπτικά συστατικά.

Όταν το σνακ συνοδεύεται από έντονο σωματικό παιχνίδι, καλό θα ήταν να κάνετε μια ελαφριά επιλογή που θα διευκολύνει την πέψη και δεν θα προκαλέσει δυσφορία στο παιδί. Ένα τσος με ζαμπόν και τυρί, μία φέτα κέικ ή ένα κομμάτι μπλόπιτα είναι πολύ καλές επιλογές και θα προσφέρουν στο ανήλικο την ενέργεια που χρειάζεται.

### Στο πάρτι

Αγνοήστε πλήρως τα αναψυκτικά. Προσφέρουν πολλές θερμίδες, μηδενικά θρεπτικά συστατικά. Αντικαταστήστε τα με φρέσκο χυμό ή έστω, με συσκευασμένο - έχει λίγες βιταμίνες. Αν το παιδί θέλει να προσθέσει στο πιάτο του τσιπς ή γαριδάκια, περιορίστε την ποσότητα χωρίς να του τα στερήσετε τελείως.

Ετοιμάστε εσείς για το παιδί ένα ισορροπημένο γεύμα με λίγη σαλάτα, μικρά σάντουιτς και σπιτικά πιτάκια, πίτσα ή χάμπουργκερ.

Πηγή: «Το Βήμα»

**Η οικογένεια**  
**Δημοσθένη και Βαρβάρας**  
**Τριανταφύλλου**  
 εκφράζει τα συγχαρητήριά της  
 στον αγαπητό της φίλο  
**Στέλιο Ματθαίου**  
 για το  
**Θεάρεστο και Εθνοφελές**  
**Φιλανθρωπικό του έργο,**  
**μοναδικό στην Ομογένεια!**

**MIVILA FOODS**  
 Centralized Distribution  
 for the Food Service Industry  
 226 Getty Ave., Paterson, NY 07503  
 973-278-4148

The Greek Children's Fund  
 was established by  
**Stanley Matthews**  
 over 20 years ago, and he continues to inspire us  
 with his love and good example.

**GOD BLESS HIM**

# Τα επόμενα κινηματογραφικά βήματα του Κλούνεϊ

Τη στιγμή που ο George Clooney ετοιμάζεται να παραβρεθεί στην τελετή απονομής για τις «Χρυσές Σφαίρες», όπου είναι υποψήφιος σε τρεις κατηγορίες για την ερμηνεία του στην ταινία «Αι ειδοί του Μαρτίου», ο ηθοποιός έχει ήδη στα σκαριά το νέο του κινηματογραφικό εγχείρημα.

Σύμφωνα με δημοσίευμα της «The Wrap», ο George Clooney πρόκειται να πρωταγωνιστήσει στην κινηματογραφική ταινία «The Monument Men», την οποία παράλληλα θα σκηνοθετήσει, ενώ θα συνηγορήσει και το σενάριο

και θα συμμετέχει και στην παραγωγή.

Η υπόθεση της ταινίας περιστρέφεται γύρω από μια ομάδα από εμπειρογνώμονες σε θέματα τέχνης και εκτιμητές, τους οποίους προσλαμβάνει μια συμμαχία κρατών για να βοηθήσουν στην ανάκτηση έργων τέχνης που είχαν κλαπεί από τους Ναζί.

Σύμφωνα με το δημοσίευμα, θα είναι η πιο ακριβή παραγωγή στην οποία έχει μέχρι στιγμής συμμετάσχει ο ηθοποιός και αναμένεται να ξεπεράσει τα 58 εκατομμύρια δολάρια.

Πηγή: «Zougla»



# Ευχές διασήμων για τη... μαμά Μπιγιονσέ

Μαμά έγινε η τραγουδίστρια Μπιγιονσέ, η οποία έφερε στον κόσμο ένα κοριτσάκι που εκείνη και ο σύντροφός της Jay-Z θα ονομάσουν «Μπλου Αιβι Κάρτερ» (το Blue Ivy μεταφράζεται ως «Μπλε Κισσός»).

Η Ικούνεθ Πάλτρουου και ο σύζυγός της, τραγουδιστής των Coldplay Κρις Μάρτιν, στενοί φίλοι του ζεύγους ανακοίνωσαν μέσω Twitter το όνομα της μικρής.

Η Ριάννα συνεχάρη, επίσης, το ζεύγος: «Καλωσόγητες στον κόσμο πριγκίπισσα Κάρτερ! Με αγάπη η θεία Ρι», έγραψε στον λογαριασμό της στο Twitter. Η Σέριλ Κόουλ έγραψε: «Συγχαρητήρια στην Μπιγιονσέ και τον Τζέι για τη γέννηση του πρώτου τους παιδιού. Καλωσόριστες στον κόσμο Μπλου Αιβι!».



Πηγή: «Zougla»

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

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

SUDOKU - ΕΥΚΟΛΟ

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

SUDOKU - ΜΕΤΡΙΟ

### ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. Κωμόπολη της Εύβοιας. 2. Αναφέρονται και στα κάλαντα (γεν.). Διατηρεί βάσεις στην Κύπρο. 3. Μπορεί να αφορά και νόμισμα. 4. Είναι εύπεπτος (αιτ.).- Ακολουθείται από ρήμα. 5. Η μυθολογία μας τον θέλει πατέρα του Έρωτα.- Και το δέντρο μας την προσφέρει. 6. Συννηθισμένη η φλεγμονή της (καθ.). Κυπριακά πολιτικά αρχικά. 7. Κραυγή, φωνή, αρχαιοίτι.- Αναφέρεται σε έκφραση ειρηνικών διαθέσεων (γεν.). 8. Το νοτιότερο ακρωτήριο της Πελοποννήσου. 9. Πόλη της Αλγερίας.- Για το αυτοκίνητο κυρίως αναφέρεται (αντίστρ.).

### ΚΑΘΕΤΑ

1. Βσιγότθος βασιλιάς του 6ου αιώνα (αιτ.). 2. Τα μικρά ενός ζώου. 3. Δεν φέρνει ψωμί, σύμφωνα με παροιμία μας (γεν.).- Πληθυντικός άρθρου. 4. Ίδρυσε, το 1930, το Λαϊκό Θέατρο.- Δεν εκφράζει βεβαιότητα. 5. Το υποδέχεται το χώμα.- Επιφώνημα αρχαίων τραγωδίων. 6. Συνθέτης του μελοδράματος «Iris». 7. Έχει τον ιδρυτή της (γεν.). 8. Συγκοινωνιακά αρχικά.- Προσβάλλει συνήθως τα παιδιά. 9. Επικίνδυνο το κεντρί της.- Δραματική έκκληση.

2	5	8	7	6	5	1	8	4
5	1	4	8	1	3	2	1	5
4	3	7	9	1	5	6	0	0
6	7	8	6	8	3	4	1	1
0	4	1	3	2	1	7	8	6
1	3	0	4	7	5	9	2	0
3	0	4	1	4	8	6	7	8
7	9	1	7	8	4	8	3	7
0	2	8	0	7	4	1	9	9

ΛΥΣΗ - ΕΥΚΟΛΟ

7	5	8	1	6	9	1	0	0
6	9	2	1	0	3	7	8	0
1	3	7	8	7	0	0	4	
5	7	1	0	1	4	1	1	
0	3	8	2	4	1	7	5	
0	2	4	7	5	5	1	1	
4	7	3	8	8	4	2	1	
5	6	6	8	4	2	1	7	
1	0	4	0	7	4	1	9	

ΛΥΣΗ - ΜΕΤΡΙΟ

### ΛΥΣΗ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟΥ

ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ: 1. ΑΜΑΡΥΝΘΟΣ 2. ΜΑΡΩΝ-ΡΑΦ 3. ΑΝΑΤΙ-ΜΗΖΗ 4. ΝΑΙΤΑΑΣ 5. ΑΡΗΣ-ΣΚΙΑ 6. ΡΙΣ-ΑΚΕΛ 7. ΙΑ-ΕΝΔΙΑΣ 8. ΤΑΙΝΑΡΟ 9. ΟΡΑΝΣΑΣΙ.  
ΚΑΘΕΤΑ: 1. ΑΜΑΝΑΡΠΙΟΧ 2. ΜΑΝΑΡΙΑ 3. ΑΠΑΙΤΗΣ-ΤΑ 4. ΡΗΤΑΞΑΝ 5. ΥΝΙ-ΑΥΙ 6. ΜΑΣΚΑΝΙ 7. ΘΡΗΣΚΕΙΑΣ 8. ΟΑΣ-ΙΑΡΑ 9. ΣΦΗΚΗΚΑΣΟΣ

## ΠΩΣ ΠΑΙΖΕΤΑΙ ΤΟ SUDOKU

Σκοπός του παιχνιδιού είναι να γεμίσετε τα άδεια τετράγωνα έτσι ώστε κάθε σειρά, κάθε στήλη και κάθε 3X3 κουτί να περιέχει τους αριθμούς 1 έως 9, χωρίς όμως να επαναλαμβάνεται κάποιος από αυτούς.

Μερικά τετράγωνα περιέχουν αριθμούς, «γνωστοί

αριθμοί». Σκοπός είναι να συμπληρωθούν τα άδεια τετράγωνα, ένας αριθμός σε κάθε τετράγωνο, έτσι ώστε κάθε στήλη, κάθε σειρά και κάθε κουτί να περιέχει τους αριθμούς από το 1 έως το 9 μόνο μία φορά.

Κάθε αριθμός έχει μία μόνο σωστή θέση, εμφανίζεται δηλαδή μόνο μια φορά σε κάθε στήλη, σε κάθε γραμμή και σε κάθε κουτί.





## HOPE FOR LIFE

Post Office Box 6156, Long Island City, NY 11106

Tel: (718) 721-1106 • Fax: (718) 721-1051

Website: [Hopeforlifeus.com](http://Hopeforlifeus.com) • Email: [hopeforlifeus@gmail.com](mailto:hopeforlifeus@gmail.com)

President **IRINI DRAKOPOULOU** • Vice Presidents **Christina Ladikos, Markela Sirris**  
Secretary **Chrisoula Zikopoulos, Olga Spyrou** • Treasurers **Georgia Papadopoulos, Roza Pappas**

Πολλά εγκάρδια συχαρητήρια  
στον αγαπητό και αξιοσέβαστο  
**κ. Stanley Matthews**  
ιδρυτή του Greek Children's Fund.

Ενα ΜΕΓΑΛΟ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ από όλους εμάς  
για τη συνεχή προσφορά σας, που αποδεικνύει τη δύναμη  
και το μεγαλείο της ελληνικής ψυχής. Αξιος!!!

Μακάρι σε κάθε γωνιά της Γης να υπήρχε ένας άνθρωπος σαν κι εσάς,  
μία ανοιχτή και ζεστή αγκαλιά για τα παιδιά, σαν τη δική σας.  
Το καλύτερο και ελπιδοφόρο μήνυμα που μας δίνει δύναμη  
να συνεχίσουμε να παλεύουμε για τις αξίες της ζωής.

Ευχόμαστε ο Πανάγαθος Θεός να σας χαρίζει  
υγεία, δύναμη, μακροημέρευση  
και να σας ενδυναμώνει στο σημαντικό σας έργο. Μπράβο!!!

Με εκτίμηση  
Η πρόεδρος κ. Ειρήνη Δρακοπούλου  
και το Διοικητικό Συμβούλιο



**TUSCAN & BUYER FARMS**  
520 Main Ave., Wellington, NJ 07507  
973-777-3332

The children and families that have been helped  
by the **Greek Children's Fund**  
will be eternally grateful to **Stanley Matthews**

**We can only applaud**

## Αγαπητέ Στέλιο,

είμαστε υπερήφανοι για εσένα.  
Είσαι ένας σπουδαίος άνθρωπος  
με μεγάλη καρδιά.

Ο Θεός να χαρίζει υγεία  
σε εσένα και την οικογένειά σου  
ώστε να συνεχίσετε  
το θεάρεστο έργο σας.

Με μεγάλη αγάπη,  
Γιώργος και Ελένη Κοντζιά

## BATES PRODUCE, INC.

3 Ellsworth Ave., Morristown, NJ 07960  
973-898-9768

Jesus said

“Let the little children come to me”  
but he also inspires those among us  
who work for their well being,  
**like Stanley Matthews**

## CONGRATULATIONS

JOE BATES & FAMILY





ZAGAT  
RATED



# CULINARIA GREECE



PRIVATE DINING AVAILABLE

Aegean Cove is committed to serving high quality authentic Greek cuisine based on family recipes passed down through the generations.

**LIVE GREEK MUSIC // THURSDAYS 8PM-11PM**

**AEGEAN COVE**  
FINE GREEK DINING

WWW.AEGEANCOVE.COM

RESERVATIONS // 718.274.9800

20-01 STEINWAY STREET ASTORIA, NY 11105