



ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ
ΚΡΗΤΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ: Κωστας και Ελένη Φαραζάκη Τηλ: 6948382116
ΧΟΡΟΙ LATIN: Κρίστη Κοκουλάκη Τηλ: 6937 531868
ΖΥΜΒΑ: Δασκαλίτσα Μαρία Τηλ: 6992804533
ΓΙΟΓΚΑ: Τσαγκαράκη Ελευθερία Τηλ: 6945 790075
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΥΤΟΑΜΥΝΑΣ: Παζιμαδάκης Σωκράτης Τηλ: 69722032040

ΝΕΟ ΤΜΗΜΑ*
***ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΦΗΓΗΣΗΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ** Λίζε Θεμελή Τηλ: 6977255620
 Σε αυτό το εργαστήριο θα αξιοποιηθεί ο πλούτος από την κρητική προφορική παράδοση επισημαίνοντας στην αφήγηση παραμυθιών, ιστοριών, μύθων, τραγουδιών κ.ά και μέσω από κατάλληλα παιχνίδια και ασκήσεις τα παιδιά θα εκφραστούν ώστε όλη αυτή η «μυστική καταγραφή» να γεννήσει την δημιουργία

το Βήμα του Αϊ Γιάννη

Ιούλιος 2017 Τεύχος 34 • Περιοδική Έκδοση του Πολιτιστικού Συλλόγου



Βράβευση εθελοντών



Ο Σύλλογος βράβευσε τις υπεύθυνους των σεμιναρίων καθώς και όλους τους εθελοντές για την προσφορά τους τη περίοδο 2016-2017 με την «εθελόντρια», κεραμικό αγαματίδιο που έχει φιλοτεχνηθεί για τον Πολιτιστικό Σύλλογο από την κεραμίστα κα. **Λάουρα Πολιτάκη**. (σελ.3)



ΟΪΚΩ

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΖΟΥΡΜΠΑΚΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ
ΚΟΚΟΛΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ
 e-mail: enoiko1@hotmail.com

Ιδιαίτερα Μαθήματα
Ομοιογενή Τμήματα 3-4 εβδομάτων
Λειτουργεί τμήμα ευημερευτικών σε θέματα Επαγγελματικού Προσανατολισμού
Σε 4 σημεία στο Ηράκλειο

- ΛΕΩΦ. ΚΝΩΣΟΥ 171, ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΗΛ.: 2810 235566 • ΓΙΟΦΥΡΟΣ: ΕΥΑΓΓΕΛΙΑΣ ΦΡΑΓΚΑΚΗ 2 ΤΗΛ.: 2810 313890
- ΜΑΣΤΑΜΠΑΣ: ΠΑΤΡΙΑΡΧΟΥ ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ 37Α ΤΗΛ.: 2810 327379 • ΘΕΡΙΣΣΟΥ 59 ΤΗΛ.: 2810 322321

>>>ΟΜΑΔΑ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ



Συνεχίζεται η συγκέντρωση τροφίμων και ρουχισμού στο κτήριο Ροτόντα του Πανεπιστημίου Κρήτης.

Κάθε Τετάρτη 9πμ έως και 11πμ εθελοντές του συλλόγου βρίσκονται στον χώρο για να διαθέσουν αγαθά σε όσους συμπολίτες μας έχουν

ανάγκη καθώς και να παραλάβουν από όσους επιθυμούν να προσφέρουν.

Αν οι κάτοικοι του προαστίου γνωρίζουν οικογένειες ή μεμονομένα άτομα που βρίσκονται σε ανάγκη, μπορούν να προσέλθουν στην αίθουσα του συλλόγου και να παραλάβουν ρουχισμό ή τρόφιμα προς διάθεση.

Όσοι και όσες επιθυμούν να στηρίξουν εθελοντικά την ομάδα αλληλεγγύης στον χρόνο που διαθέτουν - ακόμα και 1 ώρα τον μήνα προσφέρει στήριξη στο έργο της ομάδας - μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στο τηλέφωνο 6979 444650.

Ευχαριστούμε όλους όσους προσφέρουν ρουχισμό ή τρόφιμα για τους σκοπούς της ομάδας. Ιδιαίτερα ευχαριστούμε την εταιρία SuperMarket ΧΑΛΚΙΑΔΑΚΗΣ που φιλοξενεί στο κατάστημα της οδού Κρασαδάκη, καλάθι για συλλογή τροφίμων.

>>>Ομάδες προσωπικής ανάπτυξης



Η ομάδα αλληλεγγύης του πολιτιστικού συλλόγου Αγίου Ιωάννη σχεδιάζει να δημιουργήσει ομάδες προσωπικής ανάπτυξης. Η κάθε ομάδα θα συντονίζεται από επαγγελματίες του προαστίου που ασχολούνται με τομείς ψυχικής υγείας. Η συγκεκριμένη προσφορά απευθύνεται σε κοινωνικές ομάδες που βρίσκονται σε δυσμενή οικονομική κατάσταση.

Επιμέλεια: Μανωλαράκη Μαρία

>>>Οι δράσεις της χορωδία μας “ΕΡΩΔΙΟΣ”

Της Δ.Αβραμάκη -Σακαδάκη

Η χορωδία μας “ΕΡΩΔΙΟΣ” που υποστηρίζεται από τον Εξωραϊστικό Αναπτυξιακό Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννη και τον Σύλλογο Καραμπουρνιωτών “Αγιος Γεώργιος” έλαβε μέρος στους Πολιτιστικούς αγώνες 2017 που έγιναν στο Πολιτιστικό κέντρο ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ και οργάνωσαν η Αντιδημαρχία Πολιτισμού με την κ. ΠΛΕΥΡΗ και τη ΔΗ.Κ.Ε.Η με τον κ. ΤΣΑΓΚΑΡΑΚΗ στις αρχές Απριλίου 2017. Η παρουσίαση της έγινε τις 6 Απριλίου μαζί με τις άλλες Παραδοσιακές χορωδίες του Ηρακλείου. Τραγουδήσαμε παραδοσιακά τραγούδια όπως: “Αμάν Κατερίνα μου”, “Μελαχροινό μου πρόσωπο” κ.α. Τη διεύθυνση της χορωδίας μας έχει ο έμπειρος και καταξιωμένος μουσικός κ. Μανώλης Κανακάκης.

Επίσης συμμετείχαμε στις Καλοκαιρινές εκδηλώσεις του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη που έγιναν στις 19 και 20 Ιουνίου 2017 στο Κηποθέατρο “Μάνος Χατζηδάκης”. Η παρουσίαση της χορωδίας μας έγινε τη δεύτερη μέρα των εκδηλώσεων.

Άλλη δράση της χορωδίας μας ήταν η παρουσίαση της στη γιορτή του ΚΛΕΙΔΩΝΑ που διοργάνωσε ο Σύλλογος Καραμπουρνιωτών

στο χώρο του ΠΙΚΡΟΔΑΦΝΗΣ 8Α στον ΑΓΙΟ ΙΩΑΝΝΗ. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στις 24 Ιουνίου 2017. Όσοι βρεθήκαμε εκεί απολαύσαμε την παραδοσιακή εκδήλωση το κάψιμο των Μάηδων, τα πηδήματα πάνω στις φωτιές, το βγάρισμα των ριζικαριών από τη στάμνα, τα σκωπτικά δίστιχα που έλεγε καθένας, καθώς και τα υπέροχα μικρασιάτικα εδέσματα που ετοίμασαν οι νοικοκυρές. Στις δράσεις αυτές ακούστηκαν παραδοσιακά τραγούδια. Ευχαριστούμε όλους που μας απόλαυσαν και είναι μεγάλη χαρά μας ο ερχομός νέων μελών στη ΧΟΡΩΔΙΑ ΜΑΣ.



το Βήμα του Αϊ Γιάννη



ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ - ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ & ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓ. ΙΩΑΝΝΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

Δέσποινα Μαραγκάκη - 6947 409383

despoina@gjavidis.gr

Νίκη Χατζηδάκη - 6944338779

xatzidaki-elpiniki@hotmail.com

Δέσποινα Σακαδάκη-Αβραμάκη -

6945610024

despinasakadaki@yahoo.gr

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

Αλεξάκης Βαγγέλης

Μανωλαράκη Μαρία

Σύλλογος Καραμπουρνιωτών

Κούρος Αντώνης

Ιερωνυμάκη Αρετούσα

Νεονάκη Δήμητρα

Παπαδογιαννάκης Στυλιανός

Αυγουστινάκη Παυλίνα

Ειδικό Γυμνάσιο Ηρακλείου

Θεμελή Λίζα

Βασαλάκη Βλانا

ΚΕΚΟΙΦ /ΑΠΗ Αγ Ιωάννη

Χατζηαδάμ Χριστίνα

Ανυφαντάκης Απόστολος

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Χάρης Σπανάκης - xspanakis@gmail.com

Ε.Α. ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΟΥ

TANTALOU & ΓΑΖΙΟΥ , Τ.Κ. 71409 ΗΡΑΚΛΕΙΟ

www.tovimanews.gr

www.psgagioannou.blogspot.com

e-mail: politistikosaig@gmail.com

[DIANEMETAI ΔΩΡΕΑΝ](http://DIANEMETAIΔΩΡΕΑΝ)

«ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ»



Με μεγάλη επιτυχία έκλεισε κι αυτή η χρονιά για τα «ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΣΑΒΒΑΤΑ», δραστηριότητα του πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη. Η ενότητα αποτελεί μια σειρά διαφορετικών, αυτοτελών σεμιναρίων από εθελοντές εκπαιδευτές που προσφέρουν δωρεάν στα μέλη και φίλους του Συλλόγου.

Τα εργαστήρια πραγματοποιούνται στη αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του 13ου Γυμνασίου.

Ο σύλλογος ευχαριστεί όλους τους εθελοντές δασκάλους που προσφέρουν τις γνώσεις και τον χρόνο τους για το καλό του κοινωνικού συνόλου. Την κα. **Μαρία Κετένογλου** για το σεμινάριο Felt-ing, Παιδικών Χριστουγεννιάτικων Στολιδιών & Αποτυπώματος με Φυσικά Υλικά, την κα. **Δέσποινα Μαθιουδάκη** για τα σεμινάρια Τυροκομικής, Χαρουπομαζέματος & Ξομπλιαστού ψωμιού Γάμου της Κρήτης, το εργαστήρι Σαπωνοποιίας "Worksoap" για το σεμινάριο παρασκευής σαπουνιού ελαιόλαδου, την κα. **Μαρία Βάμβουκα** για

το σεμινάριο Χριστουγεννιάτικων Στολιδιών, την κα. **Σίσσυ Σκουλικάρη** για τα σεμινάρια Χριστουγεννιάτικων Στολιδιών & Στολιδιών Αγάπης, την κα. **Έφη Τριανταφυλλάκη** για το σεμινάριο παρασκευής σπιτικής οδοντόκρεμας, την κα. **Μαρία Δρούλου** για το σεμινάριο σχετικά με το ποτό του Ιπποκράτη, το **Οινόμελι**, την κα. **Χριστίνα Αεράκη** για τα σεμινάρια κατασκευής Πασχαλινής Λαμπάδας και κοσμημάτων από φυσικά ανακυκλώσιμα υλικά, την κα. **Μαρία Γιακουμή** για τα σεμινάρια Μακραμέ - βραχιολάκια του Μάρτη, τον κ. **Σταύρο Αναγνωστάκη** που μας έμαθε να πλέκουμε Σταυρούς των Βαΐων και την κα. **Λιάνα Σταρίδα** για το σεμινάριο κατασκευής Mobilo διακοσμητικών.

Το τελευταίο σεμινάριο, με θέμα το Ξομπλιαστό ψωμί Γάμου της Κρήτης, πραγματοποιήθηκε στην αίθουσα του Συλλόγου «Ροτόντα», του Πανεπιστημίου Κρήτης, με μεγάλη συμμετοχή από μικρούς και μεγάλους φίλους του συλλόγου. Τα παιδιά έπλασαν ψωμί και διδάχτηκαν για το συμβολισμό των σχεδίων διακόσμησης πάνω στο ψωμί από την κα. **Δέσποινα Μαθιουδάκη**, με σπουδές πάνω στον Ελληνικό Πολιτισμό, καθώς και από την ξεναγό & συγγραφέα κα. **Αθηνά Κυριάκη Σφακάκη**.

Ο Σύλλογος βράβευσε τις υπεύθυνους των σεμιναρίων καθώς και όλους τους εθελοντές για την

προσφορά τους τη περίοδο 2016-2017 με την «εθελόντρια», κεραμικό αγαλματίδιο που έχει φιλοτεχνηθεί για τον Πολιτιστικό Σύλλογο από την κεραμίστα κα. **Λάουρα Πολιτάκη**.

Η εκδήλωση έκλεισε με την μουσική κα. **Κυριακή Ρεϊζογλου** που έπαιξε πιάνο ενώ ακολούθησαν κεράσματα.

Όλοι οι συμμετέχοντες έδωσαν ραντεβού τον Σεπτέμβριο με νέες ιδέες κι ευχές για ακόμα περισσότερες εθελοντικές δημιουργικές συναντήσεις.

*Επιμέλεια:
Μαρία Μανωλαράκη – υπεύθυνη σεμιναρίων
«Δημιουργικά Σάββατα»*



Giorgos Kalamas
hair styling

Λ. Κνωσού 245 Ηράκλειο
Τ. 2810 213263

φρούλα
Οικογένεια Θεμελή **Κερόσι**
kids fashion

ΠΑΙΔΙΚΑ - ΒΡΕΦΙΚΑ ΡΟΥΧΑ
ΑΠΟ 0 ΕΩΣ 16 ΕΤΩΝ

ΑΝΟΙΚΤΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 9:15 π.μ. - 9:00 μ.μ.

Λ. Κνωσού 222, Άγιος Ιωάννης, τηλ.: 2810 234 595

«ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΚΡΗΤΙΚΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ Πολιτισμοί – Ιστορία»



Ολοκληρώθηκε η σειρά ομιλιών τεσσάρων ενοτήτων, με τίτλο «ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΚΡΗΤΙΚΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ Πολιτισμοί – Ιστορία». Εκτός από τις ομιλίες πραγματοποιήθηκαν ξεναγήσεις με το πέρασ της κάθε ενότητας.

Την Εθελοντική επιμέλεια, παρουσίαση και ξεναγήση πρόσφερε για τα μέλη και τους φίλους του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη, η ξεναγός και συγγραφέας κ. Αθηνά Κυριακάκη Σφακάκη. Επίτιμο μέλος του Συλλόγου, στηρίζει το έργο μας και το όραμά μας.

Από τον Σεπτέμβριο του 2016 έως τον Μαΐο του 2017 ταξιδέψαμε στο παρελθόν του νησιού μας. Ξεκινώντας από την Μινωική εποχή, περάσαμε σε επόμενες φάσεις της ιστορίας. Την Μυκηναϊκή, Δωρική, Αρχαία Ελληνική κλασική, Ελληνιστική, Ρωμαϊκή εποχή, την Ενετοκρατία, την Αραβοκρατία, την Τουρκοκρατία. Με τους κατακτητές να διαδέχονται ο ένας τον άλλον φθάσαμε ως το 1913, στην Ένωση της Κρήτης με την Ελλάδα. Στο συναρπαστικό αυτό ταξίδι η οδηγός μας, η κ. Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη, ακούραστη, πάντα συνεπής και ακριβής, μας μετέδωσε τον πλούτο της γνώσης της για την Ιστορία του τόπου μας. Ακούραστοι και μείς και διψασμένοι για γνώση, αποθηκεύσαμε και επεξεργαστήκαμε πλήθος πληροφοριών για την γη που πατούμε, για τους αγώνες των προγόνων μας, για τον πολιτισμό του νησιού

μας. Νιώσαμε μαθητές που είχαν την τύχη να διδαχθούμε μια ιστορία που δεν είχαμε την δυνατότητα να διδαχθούμε στα θρανία στα σχολικά μας χρόνια. Μια ιστορία που δεν περιλαμβάνεται στο σχολικό πρόγραμμα. Δυστυχώς. Αισθανόμαστε λοιπόν οι τυχεροί που επιλέξαμε να κάνουμε αυτό το ταξίδι.

Η τελευταία ξεναγήση στο φρούριο Κούλε! Τελευταία και εντυπωσιακή. Ξεναγήση για τολμηρούς, υπό βροχή! Ξεκινήσαμε από το άγαλμα του Ελευθερίου Βενιζέλου, κάνοντας κάποιες στάσεις για να προστατευθούμε από την ανοιξιάτικη μπόρα και ξεναγηθήκαμε στα μνημεία της πορείας προς τον Κούλε.

Με την είσοδό μας στο πανίσχυρο φρούριο, η αίσθηση ήταν δέος και θαυμασμός. Μέσα από τις βαριές καστρόπορτες το σκηνικό είναι παραμυθένιο και τόσο πραγματικό. Τα ναυάγια, τα κανόνια της Γαλλικής ναυαρχίδας και όλα τα εκθέματα αρμονικά μέσα στο άψογα συντηρημένο φρούριο Κούλε.

Ευχαριστούμε την πολύτιμη συνεργάτιδα και ξεναγό μας κ. Αθηνά Κυριακάκη – Σφακάκη, τους φύλακες και το προσωπικό στο φρούριο Κούλε, για την συνεργασία κατά την διάρκεια της ξεναγήσης.

χονδρική – λιανική

... με το
γάντι

χαρτικά
απορρυπαντικά
είδη συσκευασίας

Ανέστης Παλιούρας
Κλειώ Μελισσουργάκη

Λ.Κνωσσού 304, Ηράκλειο Κρήτης
Τ.2810 361.764 Κ.6937 300635

8^ο Λύκειο Εκπαιδευτικές επισκέψεις σε ομάδες & συλλόγους του Ηρακλείου



Στα πλαίσια του μαθήματος **“Ερευνητική Εργασία”**, τα τμήματα Α1 και Α3 του 8ου ΓΕΛ Ηρακλείου, που πραγματεύονται τα ζητήματα του προσφυγικού-μεταναστευτικού και του εθελοντισμού, και σε συνεργασία με τη Περιβαλλοντική ομάδα του σχολείου **“GGV - Green Guardians of Volunteering - Πράσινοι Φύλακες του Εθελοντισμού”**, πραγματοποιήθηκαν στις 28/3/2017 εκπαιδευτικές επισκέψεις: το Κοινωνικό Ιατρεία-Φαρμακείο αλληλεγγύης, τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αϊ Γιάννη και τον Σύλλογο Αλατσατιανών Ηρακλείου.

Υπεύθυνοι καθηγητές: Βλαστού Μαρία, Μπαρμπουνάκης Νίκος, Παυλίδης Γιώργος.

Κατά την επίσκεψη στον χώρο του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη στην Ροτόντα του Πανεπιστημίου Κρήτης, στους μαθητές μίλησαν η εθελόντρια **Μαρία Κουγιουμουτζή** και η πρόεδρος του Δ.Σ. του Συλλόγου **Δέσποινα Μαραγκάκη**. Η Μαρία Κουγιουμουτσή αναφέρθηκε στον εθελοντισμό στην Σουηδία όπου και ζει μόνιμα, αλλά και για τους λόγους οποίους μπήκε στον εθελοντισμό και συνεχίζει να είναι. Η πρόεδρος Δέσποινα Μαραγκάκη, παρουσίασε το έργο του Πολιτιστικού Συλλόγου που βασίζεται στον εθελοντισμό και την συμμετοχή κατοίκων του προαστίου και φίλων του Συλλόγου.



Κατάστημα Vodafone Λεωφ. Κνωσσού 196, τηλ. 2810 327212

Κάντο γρήγορα, οικονομικά, οικολογικά, κάνουν... φωτοβολταϊκά ! Αυτονομήσου τώρα!

Εσείς γνωρίζετε τα πλεονεκτήματα από την εγκατάσταση φωτοβολταϊκού συστήματος στην οικία (μόνιμη, εξοχική, κ.ά) ή στην εργασία σας;



Η δραματική πτώση των τιμών των φωτοβολταϊκών πλαισίων σε συνδυασμό με την αύξηση του κόστους ρεύματος και των λοιπών χρεώσεων που συνεπάγεται η σύνδεση με τη ΔΕΗ καθιστούν την επένδυση βιώσιμη και αποδοτική. **Η απόδοση δε της επένδυσης εκτινάσσεται στην περίπτωση που το Δημόσιο Δίκτυο είναι απομακρυσμένο και το αρχικό κόστος διασύνδεσης μεγάλο, ώστε η επένδυση καθίσταται αποσβεσμένη εξ αρχής.**

Αν σας δημιουργεί δεύτερες σκέψεις, απορίες ή σας αγχώνει το θέμα της αυτάρκειας των ηλεκτρικών φορτίων σας κατά τις μέρες χαμηλής ηλιοφάνειας, πρέπει να γνωρίζετε ότι πάντα προβλέπεται εφεδρική-εναλλακτική παροχή ηλεκτρικής ενέργειας π.χ. με μία γεννήτρια υγρών καυσίμων, ανεμογεννήτριας κ.ά τρόπων που μπορεί να προκριθούν προσφορότεροι σε ένα ποιοτικό & ασφαλές **αυτόνομο φωτοβολταϊκό σύστημα(off-grid) ηλεκτροπαραγωγής.**

Η εγκατάσταση του αυτόνομου φωτοβολταϊκού συστήματος **απαιτεί μελέτη από εξειδικευμένο τεχνικό** με βάση τις ενεργειακές ανάγκες της κάθε περίπτωσης, αποφεύγοντας ηλεκτροβόρες συσκευές π.χ. ηλεκτρικό θερμοσίφωνα & ηλεκτρική κουζίνα, εφαρμόζοντας σύγχρονες τεχνικές εξοικονόμησης ενέργειας επιτυγχάνουμε τη βέλτιστη τεchnοοικονομικά & οικολογικά λύση στις ενεργειακές ανάγκες του κτιρίου .

Τα αυτόνομα φωτοβολταϊκά συστήματα **εξασφαλίζουν ενέργεια εξαιρετικής ποιότητας, δεν προκαλούν ρύπους στο περιβάλλον** και εκμεταλλεύονται την άφθονη στη χώρα μας ηλιακή ενέργεια, **είναι επεκτάσιμα σε παραγωγή & αποθήκευση ενέργειας σε περιπτώσεις αύξησης των ενεργειακών αναγών .**

Αλλά και για όποιους εμπιστεύονται μόνο το Δίκτυο των δημόσιων παρόχων ηλεκτρικής ενέργειας υπάρχει **η λύση της δραστηκής μείωσης των λογαριασμών ηλεκτρικού**

φακέλου (αίτηση-μελέτη) στο πάροχο(ΔΕΔΔΗΕ), προσφορά σύνδεσης από ΔΕΔΔΗΕ, υπογραφή της νέας σύμβασης Συμφηφισμού αυτοπαραγωγής, εγκατάσταση του φωτοβολταϊκού συστήματος αυτοπαραγωγής & σύνδεση-λειτουργία του συστήματος μας με το δίκτυο διανομής.

Η διαστασιολόγηση του φωτοβολταϊκού μας συστήματος πρέπει να καλύπτει τις ενεργειακές ανάγκες του κτιρίου μας σε ετήσια βάση ώστε να έχουμε το βέλτιστο οικονομικό αποτέλεσμα στους λογαριασμούς ηλεκτρικού ρεύματος, διότι η υπερβάλλουσα παραγωγή του ΦΒ συστήματος μας πιστώνεται στους επόμενους λογαριασμούς έως το κλείσιμο 1 χρόνου. Εφ' όσον έχουμε περίσσια ενέργειας στο ίδιο διάστημα 1 έτους πιστώνεται στα δίκτυα χωρίς αποζημίωση, ενώ εάν έχουμε μικρότερη αυτοπαραγωγή, σε διάρκεια 1 έτους, από τις καταναλώσεις μας τότε πληρώνουμε τη διαφορά.

Η τεχνολογία σήμερα προσφέρει ασφαλή & επαρκή ενεργειακά συστήματα που μπορούν να καλύψουν τις ενεργειακές ανάγκες των κτιρίων με μεγάλη οικονομία & ευελιξία προστατεύοντας παράλληλα το περιβάλλον. Η απόφαση για το ποιο σύστημα θα επιλέξουμε για τις ανάγκες μας εξαρτάται από διάφορες προτεραιότητες που θέτουμε προσωπικά, αλλά & τεχνικά ή οικονομικά κ.ά. **Το σημαντικότερο όμως είναι να πάρουμε την απόφαση της ενεργειακής αυτονομίας μας αναβαθμίζοντας την καθημερινότητα μας προσφέροντας ταυτόχρονα στο περιβάλλον γύρω μας !**

Αντώνιος Δ. Κούρος
Πτυχιούχος Μηχανολόγος Μηχανικός
Τεχνικός Υπεύθυνος ECOPOWER Ε.Π.Ε.

Η ομάδα περιβάλλοντος του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη

Επιμέλεια:
Βαγγέλης Αλεξάκης

Η ομάδα περιβάλλοντος του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη σε συνεργασία με τον Δήμο Ηρακλείου εξωραΐσαν και καθάρισαν κοινόχρηστο χώρο παιδικής χαράς !!!

Η ομάδα Περιβάλλοντος του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη σε συνεργασία με τον Δήμο Ηρακλείου, την Κυριακή 9 Απριλίου 2017 οργάνωσαν δράση καθαρισμού – εξωραϊσμού της παιδικής χαράς και του περιβάλλοντα χώρου της, που βρίσκεται στην οδό Γαζίου στον Αγ. Ιωάννη. Οι κάτοικοι – μέλη της ομάδας περιβάλλοντος με το Δ. Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη από νωρίς το πρωί ως το μεσημέρι, μεταμόρφωσαν με πολύ κόπο έναν υπαίθριο χώρο που έμοιαζε με ζούγκλα σε ένα κοινόχρηστο χώρο πρασίνου. Να σημειώσουμε ότι από μέρους του Δήμου παραβρέθηκε στη δράση καθαρισμού ο Αντιδήμαρχος κ. Χάρης Μαμουλάκης. Αξίζει να παρατηρήσουμε τη μικρή ανταπόκριση των περιοίκων και γενικά των κατοίκων του Αγ. Ιωάννη, μικρών και μεγάλων.



Η ομάδα «ΠΡΟΣΦΕΡΩ» με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννη εξωραΐσαν και καθάρισαν κοινόχρηστο χώρο !!!

Η ομάδα εθελοντών «ΠΡΟΣΦΕΡΩ» σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο Αγίου Ιωάννη, την Κυριακή 26 Μαρτίου οργάνωσαν δράση καθαρισμού – εξωραϊσμού στον κοινόχρηστο χώρο που υιοθέτησαν και βρίσκεται μεταξύ των οδών Ανεμώνης και Αγ. Στεφάνου στον Άγιο Ιωάννη. Οι κάτοικοι – μέλη της ομάδας «ΠΡΟΣΦΕΡΩ» από νωρίς το πρωί ως το μεσημέρι, μεταμόρφωσαν με πολύ κόπο έναν υπαίθριο χώρο που έμοιαζε με ζούγκλα σε ένα κοινόχρηστο χώρο πρασίνου. Προς το παρόν (δυστυχώς) περιλαμβάνει μόνο καλλωπιστικά φυτά και δέντρα που φύτεψαν και φροντίζουν τα μέλη της ομάδας. Να σημειώσουμε ότι από την δράση καθαρισμού απουσίαζαν γονείς με παιδιά...

Αξίζουν πολλά συγχαρητήρια στην ομάδα «ΠΡΟΣΦΕΡΩ» που ανέλαβε αυτή την πρωτοβουλία για τον εξωραϊσμό μιας από τις γειτονιές του προαστίου μας.



Δεν μας αξίζουν δρόμοι καθαροί;



Περπατώντας στους δρόμους δρομίσκους του Αι Γιάννη, συναντώ μέστο δρόμο η στα πεζοδρόμια πολύ συχνά ακαθαρσίες από σκυλιά. Απίστευτα αντιαισθητικό και κυρίως εστία μικροβίων για μικρούς και μεγάλους. Πού να περπατήσουν η να παίξουν τα παιδιά. Μήπως να γίνει μια σύσταση του Συλλόγου στους Αι Γιαννιώτες, που βγάζουν βόλτα τα σκυλιά τους στο δρόμο, να κρατούν ένα νάιλον σακουλάκι, να τα μαζεύουν, μέχρι τον πρώτο κάδο που θα συναντήσουν; Ο καιρός ανοίγει τώρα, οι άνθρωποι θα βγαίνουν όλο και περισσότερο. Δεν μας αξίζουν δρόμοι καθαροί;

Αρετούσα Ιερωνυμάκη

Το 13ο Γυμνάσιο Ηρακλείου στο Ευρωπαϊκό πρόγραμμα ERASMUS+



Όλη η ομάδα μαζί στην πόλη Bremerhaven



Εκδρομή προς τον φάρο Miseno



Βόλτα στην περιοχή Greetsiel



1η Διακρατική συνάντηση των εταιρών στην Ισπανία.



Στον φάρο του Pilsun



Άφιξη στο αεροδρόμιο της Νάπολης

Το 13ο Γυμνάσιο Ηρακλείου συμμετέχει στο Ευρωπαϊκό πρόγραμμα ERASMUS+ από το Σεπτέμβριο του 2016, στο πλαίσιο της δράσης KA2 και με θέμα «Keep on shining: a project on lighthouses».

Κατά τη διάρκεια αυτού του διετούς προγράμματος, οι μαθητές που συμμετέχουν στο πρόγραμμα μετακινούνται σε σχολεία του εξωτερικού και έρχονται σε επαφή με παιδιά από άλλες τέσσερις χώρες, στις οικογένειες των οποίων φιλοξενούνται.

Όλοι οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα μαθητές καλούνται να μελετήσουν έναν φάρο του τόπου τους, καθώς οι φάροι αντανακλούν μια μεγάλη πολιτιστική κληρονομιά, διαθέτουν πλούσια ιστορία και αποτελούν σήμα κατατεθέν της εκάστοτε περιοχής. Πιο συγκεκριμένα, 16 μαθητές από το 13ο Γυμνάσιο Ηρακλείου επικοινωνούν στα αγγλικά με μαθητές σχολείων της Φινλανδίας, Ισπανίας, Γερμανίας και Ιταλίας και ανταλλάσσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους φάρους της χώρας τους.

Αρχές Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε η 1η διακρατική συνάντηση στην Ισπανία και στο σχολείο IES JAROSO, που είναι συντονίστρια χώρα και βρίσκεται στην περιοχή Cuevas del Almanzora.

Η συνάντηση αυτή είχε ως στόχο την πρώτη γνωριμία των εμπλεκόμενων στη σύμπραξη σχολείων με το σχολείο της συντονίστρια χώρας, της Ισπανίας, τους Ισπανούς εκπαιδευτικούς αλλά και μαθητές που συμμετέχουν στο πρόγραμμα. Μάλιστα, οι μαθητές του 13ου Γυμνασίου είχαν συντάξει χαιρετισμούς σε καρτ ποστάλ που περιείχαν εικόνες από το Ηράκλειο, τις οποίες οι δύο εκπαιδευτικοί του σχολείου μας δώρισαν στους Ισπανούς μαθητές της ομάδας.

Επιπλέον στη συνάντηση δόθηκε η δυνατότητα αλληλογνωριμίας και αλληλεπίδρασης ανάμεσα σε κάποιους από τους συμμετέχοντες στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα καθηγητές των υπόλοιπων ευρωπαϊκών σχολείων. Τέλος, οι παρευρισκόμενοι στην πρώτη συνάντηση εκπαιδευτικοί του προγράμματος ασχολήθηκαν με τον προγραμματισμό των δράσεων που εμπίπτουν στο ιστορικό / λογοτεχνικό πεδίο, στο περιβαλλοντικό / κοινωνικό, στο καλλιτεχνικό, στο επιστημονικό / τεχνολογικό και στο πεδίο των ψηφιακών εφαρμογών, τις οποίες έχει αναλάβει να υλοποιήσει κάθε σχολείο στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης των φάρων.

Μέχρι σήμερα, τέσσερις Ηρακλειώτες μαθητές και μαθήτριες ταξίδεψαν στη Νάπολη της Ιταλίας, όπου φιλοξενήθηκαν από τις οικογένειες Ιταλών μαθητών του σχολείου Liceo Ginnasio Statale Giambattista Vico για μια εβδομάδα κατά τον Φεβρουάριο του 2017. Στο πλαίσιο αυτής της μετακίνησης οι μαθητές επισκέφθηκαν τον φάρο Miseno της Νάπολης, θαύμασαν το υπέροχο μεσογειακό τοπίο γύρω από αυτόν και ενημερώθηκαν για τη λειτουργία του. Παράλληλα, πραγματοποιήθηκε ξενάγηση στην ιταλική πόλη και στα πιο σημαντικά της αξιοθέατα, όπως είναι οι κατακόμβες του San Gennaro, ο Καθεδρικός Ναός της Νάπολης, το ηφαίστειο της Solfatara, η Υπόγεια Νάπολη, καθώς και η Όπερα του Teatro di San Carlo. Μαθητές και καθηγητές γεύτηκαν τις τοπικές γεύσεις, περπάτησαν στα πολύχρωμα και θορυβώδη στενά της Νάπολης, γνωρίζοντας το ιταλικό ταμπεραμέντο και φυσικά αναπτύσσοντας γερούς δεσμούς και φιλίες με τον γειτονικό λαό.

Το Μάιο του 2017 ακολούθησε η δεύτερη μετακίνηση τεσσάρων νέων μαθητών, σύμφωνα με το πρόγραμμα, στη γερμανική πόλη Westerstede και στο σχολείο Gymnasium Westerstede Europaschule. Για μια εβδομάδα μαθητές και καθηγητές συνέχισαν τη μελέτη των φάρων, επισκεπτόμενοι τον φάρο του Wangerooge αυτή τη φορά, ο οποίος βρίσκεται στη Βόρεια Θάλασσα. Έπειτα ακολούθησε εκδρομή στον φάρο του Pilsun, στην περιοχή Greetsiel, στον πύργο της πόλης Bremerhaven και στο διαδραστικό Μουσείο των Μεταναστών, καθώς και στην πόλη του Oldenburg. Ταυτόχρονα αναπτύχθηκαν ισχυρές φιλίες, αφού μαθητές και καθηγητές, ταξίδεψαν μαζί, διασκέδασαν μαζί και έγιναν μια όμορφη παρέα, που έμοιαζε σαν να γνωριζόταν από παλιά.

Και στις δύο χώρες η τελευταία μέρα ήταν συγκινητική, καθώς αυτή η πολυπολιτισμική, πολυγλωσσική και δεμένη πια παρέα δυσκολεύτηκε να πει αντίο και να αποχαιρετιστεί. Ανανέωσε όμως το ραντεβού της για τον ερχόμενο Οκτώβριο, 15-22, όπου 17 Ευρωπαίοι μαθητές και 8 καθηγητές θα επισκεφθούν το Ηράκλειο, θα φιλοξενηθούν από τις οικογένειες των μαθητών του 13ου Γυμνασίου και θα επισκεφθούν τα πιο σημαντικά αξιοθέατα του τόπου μας, καθώς και τον φάρο των Χανίων, στον οποίο έχει επικεντρωθεί η έρευνα και η μελέτη των μαθητών του σχολείου μας.

Η λέσχη ανάγνωσης μικρών φίλων Αγίου Ιωάννη «Βιβλιολαμπίδες»

Επιμέλεια
Μαρία Χναράκη, Βανέσσα Νερούτσου



Η λέσχη ανάγνωσης μικρών φίλων Αγίου Ιωάννη «Βιβλιολαμπίδες» ξεκίνησε εθελοντικά το Μάρτιο του 2017. Έκτοτε, έχει ήδη συναντηθεί 7 απογεύματα, στη Ροτόντα του Πανεπιστημίου Κρήτης (--στον Άγιο Ιωάννη). Η τελευταία της συνάντηση για το ακαδημαϊκό έτος 2017 θα γίνει στις 22 Ιουνίου, στις 6.30 το απόγευμα, στον αστικό, οικολογικό λαχανόκηπο του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη.

Το πρόγραμμα και η περιγραφή των συναντήσεων εδώ: www.viviolampides.wordpress.com

Τις 8 συναντήσεις του 2017 συνδιοργάνωσαν οι «βιβλιολαμπίδες» **Βανέσσα Νερούτσου και Μαρία Χναράκη:**

Βανέσσα Ν. ονομάζομαι, μιλώ με παραμύθια, πάνω σε βιβλιόπλανα θα κάνουμε ταξίδια, λατρεύω όλα τα παιδιά αλλά και τις μαμάδες, παιχνίδια όλο σκαρφίζομαι για χαρωπούς... μπελάδες!

Μαρία Χ. με λέν' εμέ, κι η μουσική μ' αρέσει, όπως επίσης κι ο χορός, κάθε

λογής πεσκέσι. Παίζω συχνά με συλλαβές και κάνω και αστεία, γιατί μ' αρέσουνε πολύ τραγούδια και βιβλία!

Ένθερμη συμπαράστατης / βοηθός αυτής της δράσης φιλιανγνωσίας, η Πρόεδρος του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη Δέσποινα Μαραγκάκη:

Στις βιβλιολαμπίδες μας είναι κι η μελισσούλα, Δέσποινα Μ. στο όνομα, ακάματη μανούλα, σε κάθε μια συνάντηση θα φέρνει αυτή τη γύρη, για να'ναι πάντα ζουμερό το βιβλιοπανηγύρι!

Τι είναι όμως οι... «βιβλιολαμπίδες»;

Βιβλιολαμπίδες είμαστε, διαβάζουμε ιστορίες, παιχνίδια παίζουμε μετά, και κάνουμ' εργασίες. Συνάμα διασκεδάζουμε με κέφι, καλοσύνη, για να γυμνάζουμε διαρκώς κάθε νοημοσύνη!

Ποια είναι η ηλικία μας; Τεσσάρων ως επτά, και Πέμπτες συναντιόμαστε, εξήμισι αυστηρά, μαζί με κάποιο συνοδό που'χει ρόλο μεγάλο, στην τσάντα μωρομάνηλα κι ένα νερό θα βάλω.

Συνδράμω για τα υλικά ή τ'α'χω στο ταγάρι, κι αν θέλω να'μαι άνετα, φέρνω και μαξιλάρι. Με μουσική και με χορό, χρώματα και πινέλα, θα ομορφάνει η ζωή, τι περιμένεις; Έλα!

Ροτόντα λεν το κτίριο, Πανεπιστήμιο Κρήτης, οχτώ ταξίδια συντροφιά, γίνε κοσμοπολίτης. Βαλίτσα η φαντασία μας, φλάμπουρο τα βιβλία, Μάρτιο ως Ιούνιο, φως δώσε στη φιλία!

Η ομάδα αισιοδοξεί να συνεχίσει το έργο της κατά την ερχόμενη ακαδημαϊκή χρονιά 2017-18.

<https://viviolampides.wordpress.com>



ΚΑΥΣΙΜΑ ΚΡΗΤΗΣ

AutoGas Διανομή Πετρελαίου Θέρμανσης

Τ: 2810 325565
Φ: 2810 241296

Πρατήριο Υγρών Κουσίμων
Λιπαντικό Μουράκης Χαράλαμπος & Σια ΕΕ
Νεκ. Κρασαδάκη ο.τ. 25 Ηράκλειο Κρήτης

www.envirol.gr
info@envirol.gr



Glam Lashes
www.glamlashes.gr

EXTENSIONS
ΒΛΕΦΑΡΙΔΩΝ & ΦΡΥΔΙΩΝ

Βεαυχία Μπόμπορη

ΜΑΚΡΥΤΕΡΕΣ & ΠΥΚΝΟΤΕΡΕΣ ΒΛΕΦΑΡΙΔΕΣ
ΓΙΑ ΕΝΑ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΛΑΜΠΕΡΟ ΒΛΕΜΜΑ

Ιωάννη Καρδίτση 4 (Αγ. Ιωάννης Κνωσού)
Τηλ. 6972 566111
glamoureyelashes@yahoo.gr
www.glamlashes.gr

GlamourEyelashes

Αποσπάσματα από το βιβλίο Διαχρονική Πορεία προαστίου Αγίου Ιωάννου (Κνωσού) κατά τα έτη 1982-2016

των Μαρίνου Ιδομενέως-Στυλιανού Παπαδογιαννάκη, Ηράκλειο 2017

Ιστορία του 13ου Γυμνασίου και του 8ου Λυκείου:

Όπως και σε άλλο σημείο του παρόντος έργου αναφέρομε, το Συνοικιακό Συμβούλιο Αγίου Ιωάννου, στις 26 Μαρτίου 1992 με το υπ' αριθμό 12 έγγραφο του προς τη Νομαρχία Ηρακλείου και τη Διεύθυνση της β' /βάθμιας εκπαίδευσης, ζήτησε και επέτυχε την ίδρυση Γυμνασίου και Λυκείου στο προάστιο. Την ίδια δε ημερομηνία, με το υπ' αριθμό 13 έγγραφο του προς τον Οργανισμό Σχολικών Κτηρίων, ζήτησε την επίλυση των προβλημάτων παιδείας του προαστίου που αφορούσαν όλα τα σχολεία του προαστίου, πράγμα που επίσης επέτυχε.

Την ίδια ημερομηνία (26/3/1992) με το με αριθμό πρωτοκόλλου 15 έγγραφο του προς τη Νομαρχία Ηρακλείου ζήτησε και επέτυχε την εξασφάλιση οικοπέδων για την ανέγερση και λειτουργία του 13ου Γυμνασίου, του 8ου Λυκείου, καθώς και του 47ου Δημοτικού Σχολείου.

Α) 13ο Γυμνάσιο, οδός Αντωνίου Βορεάδη, αριθμός 34.

Το 13ο Γυμνάσιο, ιδρύθηκε το έτος 1995, οικοδομήθηκε και λειτούργησε το έτος 1997.

Οι διευθυντές που έχουν υπηρετήσει από της ιδρύσεώς του μέχρι σήμερα, είναι οι εξής:

Κόγιαλου Ειρήνη από το έτος 1995 έως 2009

Πρωϊμάκη Ελένη από το έτος 2009 έως 2011

Τουτουδάκης Νικόλαος από το έτος 2011 έως 2015 και

Νεονάκη Δήμητρα από το έτος 2015 έως σήμερα.

Στο σχολείο υπηρετούν σήμερα 45 καθηγητές και φοιτούν 450 μαθητές.

Β) 8ο Λύκειο, οδός Γεωργίου Ξηρουδάκη, αριθμός 17.

Το 8ο Λύκειο ιδρύθηκε το έτος 1995, οικοδομήθηκε και λειτούργησε το έτος 1998.

Οι διευθυντές που έχουν υπηρετήσει από της ιδρύσεώς του μέχρι σήμερα, είναι οι εξής:

Κουρλίτη Αικατερίνη.

Βρανάκης Δημήτριος

Μαυρομανωλάκη Ελένη.

Καρτσάκης Αντώνιος

Σφακιωτάκης Ζαχαρίας και

Παπαδάκης Ιωάννης

Στο σχολείο υπηρετούν σήμερα 44 καθηγητές και φοιτούν 490 μαθητές.

Επίσης στο προάστιο λειτουργεί και ειδικό σχολείο καθώς και νηπιαγωγείο.

Γ) 47ου Δημοτικό Σχολείο:

Το 47ο Δημοτικό Σχολείο, ιδρύθηκε το σχολικό έτος 1986-87, προκειμένου σ' αυτό να διδάσκονται τα παιδιά του προαστίου Αγίου Ιωάννου, που κατοικούν ανατολικά της λεωφόρου Κνωσού, το οποίο όμως, για οκτώ ολόκληρα χρόνια στεγάστηκε στο κτήριο του 19ου Δημοτικού Σχολείου, το οποίο βρίσκεται σε πάροδο δυτικά της λεωφόρου Κνωσού.

Την 1-9-1994, κατόπιν έντονων διαμαρτυριών των γονέων των παιδιών, που κατοικούσαν δυτικά της λεωφόρου Κνωσού, και με τη συμπαράσταση του Συνοικιακού Συμβουλίου του προαστίου, ότι τα παιδιά τους ήταν αναγκασμένα, με κίνδυνο της ζωής τους, να διασχίζουν τη λεωφόρο

Κνωσού για να πηγαίνουν στο σχολείο, η επιθεώρηση πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης Ηρακλείου, μίσθωσε κτήριο στην οδό Σταυρινίδη, που ανήκε στον Κ. Φουντάκη, όπου και στεγάστηκε το Σχολείο.

Με την πρώτη πράξη της 38ης Σχολικής Επιτροπής, στις 13 Μαΐου 1997, συγκροτείται η Σχολική Επιτροπή σε σώμα.

Το έτος 2001 εκδόθηκε η άδεια για την οικοδόμηση του νέου κτηρίου του σχολείου στην οδό Κρασαδάκη, αριθμός 19. Τότε έγινε μια πρόταση από το Σύλλογο Διδασκόντων προς τη Δημοτική Αρχή, να αγοραστεί ένα τεμάχιο οικοπέδου ακόμα, για να μεγαλώσει η αυλή, αλλά δυστυχώς δεν έγινε αποδεχτή και έτσι το κτήριο οικοδομήθηκε μόνο εντός του οικοπέδου προσφοράς γης του μεγάλου οικοπέδου ιδιοκτησίας Παπαδάκη.

Το Σχολικό έτος 2003-2004 μεταστεγάστηκε το Σχολείο στο νέο πια κτήριο της οδού Κρασαδάκη, τα εγκαίνια του οποίου έγιναν στις 20-1-2003.

ΔΙΕΥΘΥΝΤΕΣ ΠΟΥ ΥΠΗΡΕΤΗΣΑΝ ΣΤΟ 47ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΠΟ ΤΗ ΙΔΡΥΣΗ ΤΟΥ ΜΕΧΡΙ ΣΗΜΕΡΑ:

1- Βάμβουκας Γεώργιος.

2- Καλεντάκης Ιωάννης.

3- Τζαγκαράκης Σάββας.

4- Αναπληρώτρια Διευθύντρια Φαρσάρη Στέλλα.

5- Παπα-Γιώργης Παπαδοπετράκης, από Μάρτιο έως Ιούνιο 2010.

6- Κρητσωτάκη Αθηνά, από 2011 έως σήμερα.

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ «Η ΜΗΤΕΡΑ».

Ο σύλλογος αυτός ιδρύθηκε στις 16-11-1982 από 26 ενήλικους κατοίκους το Αη-Γιάννη και με τελευταίο πρόεδρο τον αείμνηστο δάσκαλο Γεώργιο Νεόπουλο, και Γενικό Γραμματέα το Μαρίνο Ιδομενέως Οι σκοποί και οι δραστηριότητες του Συλλόγου, αναφέρονται στο κείμενο του Καταστατικού του.

ΣΥΝΟΙΚΙΑΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ

Το Συνοικιακό Συμβούλιο Αγίου Ιωάννου ιδρύθηκε με τις αποφάσεις Νο 21/ 1985 και Νο 253/ 1991 του Δημοτικού Συμβουλίου, με τις οποίες ψηφίστηκε και ο κανονισμός λειτουργίας του, καθώς και η διεξαγωγή των Εκλογών της 8ης Δεκεμβρίου 1991, από τις οποίες προήλθαν τα μέλη του Διοικητικού του Συμβουλίου, και άρχισαν να λειτουργούν από 1ης Ιανουαρίου 1992. Τα γεωγραφικά όρια του Συνοικιακού Συμβουλίου Αγίου Ιωάννου, τα οποία αποτελούν και τα γεωγραφικά όρια του προαστίου, ορίστηκαν ως εξής: Βόρεια: Εθνική οδός. Νότια η οδός Νάθηνα νότια της οικονομικής εφορίας Ηρακλείου. Ανατολικά: Ο ποταμός Κατσαμπά και Δυτικά: Η ανατολική πλευρά της λεωφόρου Κνωσού.

Τα μέλη του Διοικητικού του Συμβουλίου αποτελούσαν οι εξής Αϊγιαννιώτες:

Πρόεδρος: Γεώργιος Μανατάκης.

Αντιπρόεδρος: Ελευθέριος Βαλτζής.

Γραμματέας: Χαράλαμπος Παπαδάκης.

Ταμίας: Κων/νος Χαμαλάκης.

Μέλη: Μαρίνος Ιδομενέως, Ιωάννης Κυριακάκης, Ελευθερία Ξυδάκη, Στέλλα Τριανταφύλλου και Κων/νος Χαμαλάκης.

Σύμφωνα δε με το άρθρο 11 της με αριθ. 417/3 Οκτωβρίου 1994

αποφάσεως του Δημοτικού Συμβουλίου Ηρακλείου, επανακαθορίστηκαν οι αρμοδιότητες του Συνοικιακού Συμβουλίου, σε συνέχεια των παραπάνω Νο 21/1985 και Νο 253/1991 αποφάσεών του ως εξής:

ΑΡΘΡΟ 11 ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ:

Το Συνοικιακό Συμβούλιο έχει αρμοδιότητες για θέματα που αφορούν τους κατοίκους της συνοικίας και ιδιαίτερα για θέματα Παιδείας και Λαϊκής επιμόρφωσης, θέματα υγείας και κοινωνικής πρόνοιας, καθαριότητας και προστασίας περιβάλλοντος, πολεοδομικά θέματα (χρήσεις γης, κοινόχρηστοι και κοινωφελείς χώροι, κοινωφελή κτήρια και εγκαταστάσεις, κυκλοφορία και συγκοινωνία, έργα υποδομής κλπ), θέματα άθλησης και ψυχαγωγίας, πολιτιστικά θέματα, αξιοποίησης δημοτικής περιουσίας και τοπικών πόρων, τη δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου των κατοίκων της συνοικίας, έκδοση αδειών λειτουργίας διαφόρων κέντρων αναψυχής, εγκατάσταση, λειτουργία και κατάργηση λαϊκών αγορών και περιπτέρων, ονομασίες οδών και πλατειών. Όλα τα παραπάνω προϋποθέτουν την έγκριση του Δημοτικού Συμβουλίου Ηρακλείου.

Το Συνοικιακό μας Συμβούλιο, στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων του αυτών, προέβη στις ακόλουθες ενέργειες, για τη βελτίωση των όρων διαβίωσης των κατοίκων του προαστίου μας, στους τομείς α) Παιδείας. β) Πολιτισμού. γ) Πρόνοιας. δ) Αθλητισμού. ε) Διανοίξεων οδών. στ) Ύδρευσης και αποχέτευσης. ζ) Επέκταση σχεδίου πόλεως στο προάστιο κλπ.

Α) Παιδεία:

Στις 24 Μαρτίου 1992 με το υπ' αριθμό πρωτοκόλλου 11 έγγραφό του προς το Δήμο Ηρακλείου ζήτησε τη μερική εφαρμογή του σχεδίου πόλεως, για την ανέγερση κτηριακών εγκαταστάσεων των σχολείων της περιοχής, πράγμα που και επέτυχε.

Στις 26 Μαρτίου 1992 με το υπ' αριθμό 12 έγγραφό του προς τη Νομαρχία Ηρακλείου και τη Διεύθυνση της β' /βάθμιας εκπαίδευσης, ζήτησε και επέτυχε την ίδρυση Γυμνασίου και Λυκείου στο προάστιο.

Στις 26 Μαρτίου 1992 με το υπ' αριθμό 13 έγγραφό του προς τον Οργανισμό Σχολικών Κτηρίων, ζήτησε την επίλυση των προβλημάτων παιδείας του προαστίου, πράγμα που επίσης επέτυχε.

Την ίδια ημερομηνία (26/3/1992) με το με αριθμό πρωτοκόλλου 15 έγγραφό του προς τη Νομαρχία Ηρακλείου ζήτησε και επέτυχε την εξασφάλιση οικοπέδων για την ανέγερση και λειτουργία του 47ου Δημοτικού Σχολείου, καθώς και του Γυμνασίου και Λυκείου.

Στις 27 Μαρτίου 1992 με το με αριθμό 17 έγγραφό του προς την Ιερά Αρχιεπισκοπή Κρήτης, ζήτησε την ενοικίαση κτηρίου της που βρισκόταν κενό στην περιοχή, για την προσωρινή στέγαση του 47ου Δημοτικού σχολείου, αλλά δυστυχώς το αίτημα αυτό δεν ικανοποιήθηκε από την Αρχιεπισκοπή.

Στις 10 Μαΐου 1993 με το υπ' αριθμό 66 έγγραφό του προς τη Νομαρχία Ηρακλείου, ζήτησε την εξαγορά συμπληρωματικής έκτασης, πέραν της ήδη αποκτηθείσας από υποχρεωτική εισφορά γης του ιδιοκτήτη του, από το οικόπεδο του οικοδομικού τετραγώνου 88, για την ανέγερση σ' αυτό του 47ου Δημοτικού Σχολείου, αλλά δυστυχώς το αίτημα δεν ικανοποιήθηκε, αν και επανήλθε με το ίδιο αίτημα, στις 25 Φεβρουαρίου 1994, με το με αριθμό 100 έγγραφό του.

Β) Πολιτισμός.

Στις 6 Ιουλίου 1994 με το με αριθμό 137 έγγραφό του προς το Δήμο Ηρακλείου, ζήτησε και πέτυχε την καθιέρωση και πραγματοποίηση σειράς πολιτιστικών εκδηλώσεων στο προάστιο, όπως διαλέξεων θεατρικών παραστάσεων παραστάσεων караγκιόζη για τα παιδιά, βραδιές τραγουδιών κλπ, και τέλος το μεγάλο γλέντι που με τη συμμετοχή όλων των κατοίκων του προαστίου, έγινε τις απόκριες του 1995 στο χώρο γύρω από το πάρκο της οδού Ερμή, στο οποίο το Συμβούλιο προσέφερε δωρεάν μεζέδες και κρασί, σε όλους τους καλεσμένους, τα οποία προέρχονταν από παροχές διαφόρων δωρητών.

Με απόφαση του Συνοικιακού Συμβουλίου το Μάρτιο του 1992, ιδρύθηκε Σχολή Ζωγραφικής, στην οποία προσφέρθηκε και δίδαξε δωρεάν τα παιδιά της γειτονιάς η Σύμβουλος και ζωγράφος αείμνηστη Ελευθερία Ξυδάκη, και η οποία σχολή στεγάστηκε στην αίθουσα του Κέντρου Νεότητας του Ιερού Ναού Αγίου Ιωάννου, στο υπόγειο του Ιερού Ναού, την οποία με το με αριθμό 2/15-3-1992 έγγραφό του, παραχώρησε δωρεάν το Εκκλησιαστικό Συμβούλιο, αποτελούμενο από τον πρωθυερέα Ματθαίο Γιαλαδάκη και

τους Φραγκουλάκη Σ., Τρευλάκη Αντώνιο, Βαγάκη Ηλία και Χαμαλάκη Κων/νο.

Γ) Πρόνοια:

Μετά από ενέργειες του Συνοικιακού Συμβουλίου ιδρύθηκε το Κ.Α.Π.Η. Αγίου Ιωάννη και στις 21 Ιουνίου 1993 συγκροτήθηκε σε σώμα το Διοικητικό του Συμβούλιο και άρχισε να λειτουργεί. Ορίστηκαν δε στο Συμβούλιο αυτό ως εκπρόσωποι της περιοχής, η Δημοτική Σύμβουλος κ. Αθανασάκη-Μιχαηλίδου Χαρά και η δημότισσα κ. Καμπουράκη Αντιγόνη, ασχολούμενη με ανθρωπιστικά επαγγέλματα.

Δ) Αθλητισμός:

Με ενέργειες επίσης του Συνοικιακού Συμβουλίου παραχωρήθηκε από το Δήμο, ανατολικά της οδού Ερμή, μεγάλη οικοπεδική έκταση, για μελλοντική εγκατάσταση σ' αυτή αθλητικών εγκαταστάσεων

Ε) Διάνοιξη και ασφαλτόστρωση οδών:

Το Συνοικιακό Συμβούλιο με επανειλημμένα έγγραφα του ζήτησε και επέτυχε τη διάνοιξη και ασφαλτόστρωση αρκετών οδών στο προάστιο όπως: της οδού Αρχιεπισκόπου Ευγενίου, της οδού Κρασαδάκη, της οδού Ερμή, της οδού Αθανασίου Μούση, της οδού Χατζάκη, της οδού Πικροδάφνης, της οδού Πλατάκη, της οδού Νεοφύτου Βάμβα κλπ.

ΣΤ) Ύδρευση και αποχέτευση:

Το Συνοικιακό Συμβούλιο με επανειλημμένα επίσης έγγραφα του, ζήτησε και επέτυχε την κατασκευή αρκετών υδραυλικών και αποχετευτικών έργων στη συνοικία.

Ζ) Επέκταση σχεδίου πόλεως στο προάστιο.

Μετά από επανειλημμένα αιτήματα και αναφορές του Συνοικιακού Συμβουλίου, η Διεύθυνση πολεοδομίας του Δήμου Ηρακλείου, με το έγγραφό της Νο 4731/2392-93/13-7-1994 ανακοίνωσε στο Συνοικιακό Συμβούλιο την επέκταση του σχεδίου πόλεως στο προάστιο, και συγκεκριμένα στα οικοδομικά τετράγωνα από 100 έως και 214.

ΚΑΤΑΡΓΗΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΟΙΚΙΑΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΙ ΙΔΡΥΣΗ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΙΝΟΥ «ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ».

Τα Συνοικιακά Συμβούλια του Δήμου Ηρακλείου καταργήθηκαν το έτος 1995 επί δημαρχίας Κων/νου Ασλάνη, με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου, το οποίο δυστυχώς δεν αναγνώρισε ποτέ το πολύτιμο έργο που προσέφεραν, μηδενίζοντάς το, ενώ όπως διαδόθηκε τότε, τα χαρακτήρισε «απλές παρέες».

Μετά από τρία χρόνια, μια ομάδα Αϊγιαννιωτών αποτελούμενη από τους Γεώργιο Μανανάκη, Στυλιανό Παπαδογιαννάκη, Μαρτίνο Ιδομενέως και Κων/νο Αλμπαντάκη, άρχισε να ασχολείται με την ίδρυση ενός νέου οργάνου, το οποίο θα συνέχιζε τις προσπάθειες του Συνοικιακού Συμβουλίου, για τη βελτίωση των όρων διαβίωσης των κατοίκων του προαστίου μας, στους τομείς α) Παιδείας. β) Πολιτισμού. γ) Πρόνοιας. δ) Αθλητισμού. ε) Διανοίξεων οδών. στ) Ύδρευσης και αποχέτευσης. ζ) Επέκταση σχεδίου πόλεως στο προάστιο. κλπ.

Η προσπάθειες αυτές έλαβαν σάρκα και οστά με την ίδρυση του ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ, το κείμενο του καταστατικού του οποίου εγκρίθηκε με την απόφαση του Μονομελούς Πρωτοδικείου Ηρακλείου Νο 941/1999, με αριθμό μητρώου 1643.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ «ΕΞΩΡΑΪΣΤΙΚΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΠΡΟΑΣΤΙΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ» .

Ο Σύλλογος αυτός, από την πρώτη κιόλας μέρα της ιδρύσεώς του, και με πρόεδρο τον άξιο συντοπίτη μας, φιλόλογο κ. Λάμπρο Παπαδογιαννάκη,

άρχιζε να ασχολείται εντατικά και αποτελεσματικά με όλα τα προβλήματα που απασχολούσαν τους κατοίκους του Αη-Γιάννη. Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι κατά το χρονικό διάστημα από 6/10/1999 έως 6/8/2011, ο Σύλλογος έχει απευθύνει 190 επιστολές προς τις Δημοτικές και τις λοιπές αρχές του Ηρακλείου και της Κρήτης γενικότερα, ζητώντας την ικανοποίηση διαφόρων αιτημάτων που αφορούσαν το προάστιο και τους κατοίκους του, αρκετές από τις οποίες ικανοποιήθηκαν.

Αντικατέστησε δηλαδή επάξια το άδοξα καταργηθέν από το Δήμο επί δημαρχίας κ. Κων/νου Ασλάνη Συνοικιακό Συμβούλιο, ο οποίος υπήρξε Δήμαρχος του Δήμου Ηρακλείου από 1/1/1995-31/12/2002, και ο οποίος, μόλις σχεδόν ανέλαβε τα καθήκοντά του, βιάστηκε να το καταργήσει. Ο κ. δε Ασλάνης είχε αντικαταστήσει, κατόπιν εκλογών, τον προσωρινό Δήμαρχο Ηρακλείου κ. Μιλτιάδη Φαρσάρη, που υπήρξε Δήμαρχος για επτά μόνο μήνες (από 30/5/1994-31/12/1994),

Οι δραστηριότητες του Συλλόγου αυτού, ξεπερνούν τα όρια δραστηριότητας παρομοίων Συλλόγων, και είναι αδύνατον, στο σύντομο αυτό ιστορικό κείμενο να αναφερθούν αναλυτικά.

Απλά θα αναφερθούμε όσο πιο σύντομα γίνεται στις δραστηριότητες και τα επιτεύγματά του, παροτρύνοντας με τον τρόπο αυτό νέους κατοίκους του προαστίου, να ανασκουμπωθούν, να ασχοληθούν με το Σύλλογο, προσφέροντας τις πολύτιμες αυτών υπηρεσίες, για το καλό των κατοίκων του προαστίου και όχι μόνο.

Πριν όμως προχωρήσουμε στο κεφάλαιο αυτό, θα πρέπει ίσως να αναφέρουμε τα ονόματα των Αϊγιαννιωτών, που υπήρξαν Πρόεδροι του Συλλόγου, από της ιδρύσεώς του μέχρι σήμερα, και οι οποίοι είναι, κατά χρονική σειρά οι: **Λάμπρος Παπαδογιαννάκης, Κων/νος Νταλαμπέκης, Γεώργιος Τσαγκαράκης και η σημερινή Δέσποινα Μαραγκάκη.**

Και ας ξεκινήσουμε τώρα να αναφέρουμε όσο πιο σύντομα μπορούμε, τις δραστηριότητες του Συλλόγου. Και από πού αλλού να ξεκινήσουμε; Ασφαλώς από τα πολιτιστικά!

Το θέμα αυτό, που για τον Πολιτιστικό Σύλλογο απετέλεσε και εξακολουθεί να αποτελεί την πυξίδα της ιστορικής διαδρομής του στα δρώμενα του προαστίου, είναι γι' αυτόν η πρώτη του επιλογή, και συνεχώς καταβάλλει άοκνες προσπάθειες για τη συνέχιση και τη βελτίωσή του.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος, από της ιδρύσεώς και μέχρι σήμερα, δεν έπαψε να ασχολείται με τα πολιτιστικά.

Από τις πρώτες επιλογές του ήταν το κόψιμο της πρωτοχρονιάτικης πίτας του, που κάθε χρόνο έκανε, και εξακολουθεί να κάνει στην αίθουσα του Θεατρικού Σταθμού στο λιμάνι, συνοδευόμενη από ποικίλες καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, όπως τραγούδια και διάφορα θεατρικά δρώμενα, στις οποίες εκδηλώσεις συμμετέχουν σύσσωμοι οι κάτοικοι του προαστίου, και που όλες τους τελειώνουν με ένα κέρασμα σε όλους τους παρευρισκόμενους, από μέρους του Συλλόγου.

Όπως δε είναι γνωστό, από το έτος 2007, στο Σύλλογό μας, άρχισε να λειτουργεί αυτόνομη Θεατρική Ομάδα, υπό την καθοδήγηση του τότε Γραμματέα του Συλλόγου μας Μαρίνου Ιδομενέως και μάλιστα σε σενάριο και σκηνοθεσία του ίδιου, μουσική του μέλους μας βαρύτονου Γιάννη Ιδομενέως και τεχνική επιμέλεια του μέλους του ΔΣ μας και για πολλά χρόνια προέδρου του, Γιώργου Τσαγκαράκη και η οποία πραγματοποίησε οκτώ επιτυχημένες παραστάσεις, με το έργο «ΜΠΛΕΞΟΔΟΥΛΕΙΣ».

Μια από αυτές τις παραστάσεις δόθηκε στο προάστιό μας, στο πάρκο της οδού Ερμή στις 16/7/2008 και η οποία υποστηρίχθηκε από το 4ο Δημοτικό Διαμέρισμα και συμπεριελήφθη στο πρόγραμμα Πολιτιστικών Εκδηλώσεων του έτους 2008 του Δήμου μας.

Μια στην Έμπαρο στις 13/9/2008 μετά από πρόσκληση του τοπικού Πολιτιστικού Συλλόγου.

Μια στη Βιάνο στις 1/11/2008 μετά από πρόσκληση του ομώνυμου Δήμου.

Μια στο Θεατρικό Σταθμό Ηρακλείου στις 9/11/2008 υποστηριζόμενη από το 4ο Δημοτικό Διαμέρισμά μας.

Μια στον Πύργο του Δήμου Αστερουσίων στις 7/12/2008 μετά από πρόσκληση του τοπικού Πολιτιστικού Συλλόγου.

Μια στο ορεινό χωριό Εθιά στις 18/7/2009 μετά από πρόσκληση του τοπικού Πολιτιστικού Συλλόγου.

Μια στις Πατσίδες στις 27/7/2009 μετά από πρόσκληση του Δήμου Αρχανών, και

Μια (η όγδοη), στο προάστιο του Δήμου μας «Ηλιούπολη» στην αίθουσα

του 11ου Λυκείου, στις 23 /9/2009 και η οποία, όπως και η πρώτη που δόθηκε στο προάστιό μας, υποστηρίχθηκε από το 4ο Δημοτικό Διαμέρισμα και συμπεριελήφθη και αυτή στο πρόγραμμα Πολιτιστικών Εκδηλώσεων του έτους 2009 του Δήμου μας.

Όλες δε αυτές οι παραστάσεις, παρεχόμενες δωρεάν, και χωρίς καμιά αποζημίωση ούτε καν για τα μεταφορικά μας έξοδα, μαρτυρούν το ενδιαφέρον του Συλλόγου μας για τον πολιτισμό, όχι μόνο των μελών μας, αλλά και του Ηρακλείου και της Κρήτης γενικότερα. Τη Θεατρική αυτή ομάδα αποτέλεσαν, κατά σειρά που εμφανίζονταν στη σκηνή, οι κάτωθι ερασιτέχνες ηθοποιοί μέλη του Συλλόγου μας: Νεκταρία Μιχελάκη, Μαρίνος Ιδομενέως, Γιώργος Τσαγκαράκης, Ελισάβετ Αλεξάκη, Μανώλης Πλεύρης, Ιωάννα Βασαλάκη η οποία στις τρεις τελευταίες παραστάσεις αντικαταστάθηκε από την Άννα Τζανάκη και Κώστας Φανταουτσάκης.

Η δραστηριότητα στον τομέα αυτό συνεχίστηκε και τις μέρες μας. Το χειμώνα του 2015 ανασυστάθηκε η θεατρική ομάδα και μέσα σε ένα μικρό χρονικό διάστημα, δουλεύοντας εντατικά, κατάφερε να ανεβάσει επί σκηνής το έργο «ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΤΗΣ ΓΗΡΑΙΑΣ ΚΥΡΙΑΣ» του Ελβετού συγγραφέα Φρίντριχ Ντύρενματ σε σκηνοθεσία του μέλους του Συλλόγου μας σκηνοθέτη και διευθυντή του ινστιτούτου θεάτρου «ΟΜΜΑ ΣΤΟΥΝΤΙΟ» Αντώνη Διαμαντή, μετάφραση Ηώς Αμανάκη, σκηνικά Ελένης Τσαγκαράκη, τεχνική υποστήριξη του τέως προέδρου του Συλλόγου Γιώργου Τσαγκαράκη και βοηθούς τη σημερινή πρόεδρο του Συλλόγου Δέσποινα Μαραγκάκη και το σημερινό διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου Μανώλη Οικονόμου. Τους ρόλους υποδύθηκαν με απόλυτη κι εδώ επιτυχία, η Ρένα Παξιμαδάκη, η Άννα Δοξαστάκη, η Μαρία Γεροντή, η Ελευθερία Βλασιάδη, η Ειρήνη Καλομοίρη, ο Σωκράτης Παξιμαδάκης, ο Μανώλης Σηφάκης, ο Ηλίας Σταράς, ο Μανώλης Οικονόμου, η Μαρία Καρτάκη, η Κυριακή Λαυρενίδου, ο Μάνος Αλεξάκης, η Δέσποινα Μαραγκάκη, η Κάλια Καραβελάκη, η Αγγελική Βελεγράκη, η Στέλλα Αρμενάκη, ο Νίκος Μπαγκατάκης και ο Γιώργος Παξιμαδάκης. Η θεατρική αυτή ομάδα, παρουσίασε τρεις επιτυχημένες παραστάσεις, μία στο Πάρκο Μικράς

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος, από της ιδρύσεώς και μέχρι σήμερα, δεν έπαψε να ασχολείται με τα πολιτιστικά.

Ασίας στον Άγιο Ιωάννη, μια στην Πλατεία Νικαίας στο Μασταμπά και μια στο κηποθέατρο «Μάνος Χατζιδάκις».

Ήδη δε έχει συγκροτηθεί και μια νέα θεατρική ομάδα και ετοιμάζεται να παρουσιάσει λίαν προσεχώς νέες θεατρικές παραστάσεις.

Στην ίδια κατηγορία, μπορούν να ενταχθούν και οι δραστηριότητες του Συλλόγου για τον πανηγυρικό εορτασμό των εορτών των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς.

Αρχής γενομένης από τα Χριστούγεννα του έτους 2013 και συνεχώς από τότε τις μεγάλες γιορτές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς δηλαδή τα έτη 2013/14, 2014/15 και 2015/16, ο Σύλλογος εορτάζει με πανηγυρικό τρόπο και για αρκετές κάθε έτος ημέρες στο Πάρκο Μικράς Ασίας, μετά από έγκριση παραχώρησής του από την 4η Δημοτική Κοινότητα, αλλά και το Δημοτικό Συμβούλιο, τις άγιες αυτές ημέρες με διάφορες πολιτιστικές εκδηλώσεις, όπως θεατρικές παραστάσεις, συναυλίες της δικής του χορωδίας, υπό τη διεύθυνση του Μανώλη Κανακάκη, της Παιδικής και Νεανικής Χορωδίας του Δήμου Ηρακλείου υπό τη διεύθυνση του Γιάννη Ιδομενέως και άλλων καλλιτεχνών, με χορευτικά συγκροτήματα των δικών του σχολών και όχι μόνο, με διαλέξεις και λοιπές πολιτιστικές και μορφωτικές παραστάσεις. Παράλληλα στο Χώρο συλλειτουργούν διάφορα περίπτερα του Συλλόγου, για την πώληση χειροποίητων και άλλων μικροαντικειμένων με σκοπό τα έσοδα που θα προκύψουν να διατεθούν στο ταμείο των φιλανθρωπικών δράσεων του Συλλόγου, καθώς και διάφορα άλλα υπαίθρια καταστήματα τα οποία διαθέτουν στους χιλιάδες επισκέπτες του χώρου, διάφορα εορταστικά και λοιπά προϊόντα. Σχετική με το θέμα αυτό, είναι και η από 7 Μαρτίου 2007 επιστολή του μέλους του Συλλόγου Μαρίνου Ιδομενέως, η οποία και έχει δημοσιευθεί στην εφημερίδα «**ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΟΥ ΑΪ-ΓΙΑΝΝΗ**», και η οποία περιέχει τις εξής πληροφορίες, για τις τότε πολιτιστικές δραστηριότητες του Συλλόγου:

«Κάθε καλοκαίρι, σε συνεργασία με το Δήμο Ηρακλείου,

πραγματοποιούμε τουλάχιστον τρεις τέτοιες εκδηλώσεις στο πάρκο της οδού Ερμή, στο προάστιό μας, στις οποίες μάλιστα η συμμετοχή του κόσμου είναι εντυπωσιακή.

Δεν σταματούμε όμως μέχρι εκεί. Ήδη μέχρι σήμερα έχουμε πραγματοποιήσει τρεις συνολικά μεγάλες εκδηλώσεις με διακεκριμένους καλλιτέχνες, ξένους και ντόπιους και συγκεκριμένα μια στο τέως κέντρο «Αναδρομές» με τον γνωστό συνθέτη και τραγουδιστή Λουκιανό Κηλαηδόνη, και δυο στο Θεατρικό Σταθμό Ηρακλείου τον Ηρακλειώτη βαρύτονο τραγουδιστή Γιάννη Ιδομενέως, τις επίσης Ηρακλειώτισσες, τη μεσόφωνο Μυρτώ Γεωργιάδου και την πιανίστα Λίλυ Δάκα, καθώς και το μάεστρο και πιανίστα Τάσο Στρίκο. Ήδη δε προγραμματίζουμε μια νέα εκδήλωση, την οποία θέλουμε να εντάξουμε, και είμαστε βέβαιοι πως θα το καταφέρουμε, στις καλοκαιρινές πολιτιστικές εκδηλώσεις του Δήμου και η οποία θα πραγματοποιηθεί στο κηποθέατρο «Μάνος Χατζιδάκις».

Εκτός όμως από αυτές, και εντός του περασμένου έτους 2006, ο Σύλλογος οργάνωσε και πραγματοποίησε τις εξής εκδηλώσεις κατά τις οποίες η συμμετοχή των Αϊγιαννιωτών ήταν επίσης αθρόα και συγκινητική:

1. Την 7η Ιουνίου, ημέρα Τετάρτη, συγκέντρωση κατοίκων της περιοχής, στην αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του 47ου Δημοτικού Σχολείου, στην οποία παρέστησαν και οι αρμόδιοι Αντιδήμαρχοι, κατά τη διάρκεια της οποίας συζητήθηκαν η πρώτη θεματική ενότητα που αφορά προβλήματα οικιστικά, ύδρευσης-αποχέτευσης, διανοίξεις δρόμων και ασφαλτοστρώσεις δρόμων, που απασχολούν το προάστιο.

2. Την 26η Ιουνίου, ημέρα Τετάρτη, συγκέντρωση κατοίκων της περιοχής, στην αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του 47ου Δημοτικού Σχολείου, στην οποία παρέστησαν και οι αρμόδιοι Αντιδήμαρχοι, κατά τη διάρκεια της οποίας συζητήθηκαν η δεύτερη θεματική ενότητα που αφορά προβλήματα οικονομικά, διοικητικά, καθαριότητας, καθημερινότητας, αθλητισμού, πολιτισμού και νεολαίας.

3. Την 30η Αυγούστου, ημέρα Τετάρτη, συνδιοργάνωση με το Δήμο Ηρακλείου Ρεμπέτικης Μουσικοχορευτικής βραδιάς στο Πάρκο της οδού Ερμή, κατά τη διάρκεια της οποίας προσφέρθηκαν, από το Σύλλογό μας, σουβλάκια, μπίρες και αναψυκτικά.

4. Την 31η Αυγούστου, ημέρα Πέμπτη, συνδιοργάνωση με το Δήμο Ηρακλείου θεατρικής παράστασης Καραγκιόζη, στο Πάρκο της οδού Ερμή, κατά τη διάρκεια της οποίας προσφέρθηκαν, από το Σύλλογό μας, αναψυκτικά και σοκολάτες στα μικρά παιδιά.

5. Την 10η Σεπτεμβρίου, ημέρα Κυριακή, συνδιοργάνωση με το Δήμο Ηρακλείου Μουσικοχορευτικής βραδιάς με τραγούδια και χορούς της Κρήτης με το συγκρότημα «Γ. Ξυλούρη», στο Πάρκο της οδού Ερμή, κατά τη διάρκεια της οποίας προσφέρθηκαν, από το Σύλλογό μας, σουβλάκια, μπίρες και αναψυκτικά.

6. Την 13η Νοεμβρίου, ημέρα Δευτέρα Μουσικοθεατρικό Πρωινό στο χώρο του Γηροκομείου Α. και Μ. Καλοκαιρινού, κατά την οποία ο ποιητής, θεατρικός συγγραφέας και Γενικός Γραμματέας του Συλλόγου μας κ. Μαρίνος Ιδομενέως, παρουσίασε μια ποιητική του περιπλάνηση ανά την Ελλάδα με τη συνοδεία τοπικών ελληνικών τραγουδιών από τη χορωδία του Α. Κ.Α.Π.Η. Ηρακλείου, υπό τη διεύθυνση του πρωτοψάλτη του Αρχιεπισκοπικού Ναού Αγίου Μηνά κ. Γιάννη Δαμαρλάκη. Την ενδιαφέρουσα αυτή εκδήλωση παρακολούθησαν με εξαιρετικό ενδιαφέρον όλοι οι τρόφιμοι του Γηροκομείου και αρκετοί Αϊγιαννιώτες».

Στην ίδια επιστολή επισημαίνονται και τα λοιπά προβλήματα του προαστίου, τα οποία έχουν ανάγκη άμεσης, επίλυσης, και τα οποία σύμφωνα με την άποψη του συντάκτη της, παρουσιάζονται ως εξής:

«Σήμερα δε, και μετά την θέσπιση και τη λειτουργία των Δημοτικών Διαμερισματικών Συμβουλίων, έχουμε ήδη ξεκινήσει μια συνεργασία επιπέδου με το 4ο Διαμέρισμα, στο οποίο και ανήκομε γεωγραφικά, με σκοπό την αποτελεσματικότερη εξέταση, αξιολόγηση και προώθηση των προβλημάτων του προαστίου προς τις αρμόδιες αρχές, ώστε αυτά να επιλυθούν το συντομότερο και με τον καλύτερο τρόπο.

Δυστυχώς, το προάστιό μας, λόγω της ραγδαίας εξάπλωσής του και της άναρχης δόμησης η οποία έγινε τα τελευταία τριάντα χρόνια, και που ο μόνος που δεν φταίει γι' αυτό είναι ο λαός, τα προβλήματα είναι πολλά και η επίλυσή τους πάρα πολύ δύσκολη.

Μέσα, λοιπόν, από τετελεσμένα γεγονότα, προσπαθούμε, σε συνεργασία με τις αρμόδιες υπηρεσίες του Δήμου, να βρούμε λύσεις στα εν πολλοίς άλυτα προβλήματα και να καλύτερεύσουμε, όσο είναι δυνατόν, τη ζωή του Αϊγιαννιώτη.

Παρ' όλες, όμως, αυτές τις προσπάθειες, αρκετά ακόμα προβλήματα εξακολουθούν να απασχολούν τους κατοίκους του προαστίου και της ευρύτερης περιοχής, τα οποία, και σε συνεργασία με το Σύλλογο Οικιστικών Περιβαλλοντικών Προβλημάτων της περιοχής προσπαθούμε να τα επιλύσουμε, περνώντας τα και από το 4ο Διαμερισματικό Συμβούλιο, όπως αναφέραμε και παραπάνω, και τα οποία, επιγραμματικά, είναι τα εξής:

A- Προβλήματα επείγοντα και έχοντα ανάγκη άμεσης αντιμετώπισης:

B- Προβλήματα που έχουν άμεση ανάγκη μελέτης και σταδιακής αντιμετώπισης.

Για τη λεωφόρο Κνωσού

Ως δεύτερη επιλογή του Συλλόγου, μπορεί να θεωρηθεί το αμέριστο ενδιαφέρον του για την αγάπη, την πρόνοια, τη φιλανθρωπία και την αλληλεγγύη:

Ως Τρίτη, αλλά της ίδια σημασίας επιλογή του Συλλόγου, μπορεί να θεωρηθεί το αμέριστο επίσης και συγκινητικό ενδιαφέρον του για την παιδεία, τις παραδόσεις και τον αθλητισμό:

Ιστορία του Πάρκου της οδού Παρθενώνος:

Ο λόγος που μόνο αυτό το πάρκο αναφέρεται στην παρούσα εργασία, είναι ότι οι περισσότερες ενέργειες και εργασίες, για την ίδρυση και την κατασκευή του, έγιναν από το τοπικό Συνοικιακό Συμβούλιο και από ενέργειες καθώς και χρηματικές εισφορές των κατοίκων του προαστίου, ενώ για την κατόπιν αυτών των ενεργειών έγκριση καθώς και την ολοκλήρωσή του, παρενέβη ο Δήμος.

Ο χώρος για το πάρκο, κατόπιν των ως άνω αναφερομένων ενεργειών, παραχωρήθηκε από το Δήμο το έτος 1994 και ήταν τελείως αδιαμόρφωτος. Τότε υπήρχε και λειτουργούσε το Συνοικιακό Συμβούλιο Αγίου Ιωάννου, με πρόεδρο τον καθηγητή Γιώργο Μανατάκη, με στενούς συμπαραστάτες το Στέλιο Παπαδογιαννάκη, δάσκαλο του 47ου Δημοτικού Σχολείου, τον Κανάκη Σταματάκη υπάλληλο της ΔΕΗ και το σύμβουλο του Συνοικιακού Συμβουλίου Μαρίνο Ιδομενέως. Οι άνθρωποι αυτοί έκαναν δυο εράνους στη γειτονιά, κοντά στο χώρο του πάρκου, με σκοπό τα χρήματα που θα συγκέντρωναν, να τα χρησιμοποιήσουν για τη διαμόρφωση και την

Μέσα, λοιπόν, από τετελεσμένα γεγονότα, προσπαθούμε, σε συνεργασία με τις αρμόδιες υπηρεσίες του Δήμου, να βρούμε λύσεις στα εν πολλοίς άλυτα προβλήματα και να καλύτερεύσουμε, όσο είναι δυνατόν, τη ζωή του Αϊγιαννιώτη.

περίφραξη του χώρου, ώστε να δοθεί στα παιδιά της γειτονιάς, για να παίζουν.

Ο πρώτος έρανος έγινε τον Ιούνιο του 1994, από τον οποίο εισπράχθηκαν 84.000 δραχμές, οι οποίες δαπανήθηκαν για την ισοπέδωση και επίστρωση με τσαϊλι του χώρου του πάρκου, το οποίο τσαϊλι μας δώρισαν οι αδελφοί Κοκοσάλη ιδιοκτήτες λατομείου, και τους οποίους ευχαριστούμε θερμά για την προσφορά τους.

Ο δεύτερος έρανος έγινε το Μάη του 1995, από τον οποίο εισπράχθηκαν 143.000 δραχμές, οι οποίες δαπανήθηκαν για την αγορά των υλικών και την εργασία της περίφραξης του πάρκου με ξύλινα κάγκελα, καθώς και για την τοποθέτηση δυο ξύλινων επίσης τερμάτων για ποδόσφαιρο.

Σ' αυτό το πρόχειρο πάρκο έπαιζαν τα παιδιά της γειτονιάς και όχι μόνο, για δέκα ολόκληρα χρόνια. Μετά το ανέλαβε ο Δήμος, το διαμόρφωσε στην τελική του μορφή, και το εξόπλισε με τις εγκαταστάσεις που βρίσκονται εκεί σήμερα. Το πάρκο δε αυτό, αποτελεί στολίδι για τη γειτονιά, και ένα ευχάριστο περιβάλλον, για τα παιδιά. **Ευχαριστούμε το Δήμο**, που έστω και με αρκετή καθυστέρηση, μας χάρισε αυτό τον ωραίο και ευχάριστο χώρο στο προάστιό μας.

Καλοκαιρινές εκδηλώσεις για το 2017

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννη ολοκλήρωσε με μεγάλη επιτυχία τις καλοκαιρινές του εκδηλώσεις για το 2017, στο κηποθέατρο «Μάνος Χατζιδάκις» που αφορούσαν την παρουσίαση των τμημάτων δραστηριοτήτων



Έτσι την Πρώτη ημέρα **ΔΕΥΤΕΡΑ 19 ΙΟΥΝΙΟΥ** παρουσιάστηκαν τα τμήματα

- Τμήμα Μαντολίνου υπεύθυνη διδασκαλίας η κ. Σωμαράκη Πελαγία.
- Τμήμα Κιθάρας. Υπεύθυνος διδασκαλίας ο κ Παπαδάκης Κωνσταντίνος.
- Τμήμα Πολεμικών Τεχνών. Υπεύθυνος διδασκαλίας ο κ. Παξιμαδάκης Σωκράτης
- Τμήμα Λύρας υπεύθυνος διδασκαλίας κ. Νταγιαντάς Μενέλαος.
- Τμήμα Κρητικών Χορών. Υπεύθυνοι διδασκαλίας ο κ. Κώστας και η κ. Ελένη Φαραζάκη και στους χορούς το συνόδεψε μουσικά το συγκρότημα του Μενέλαου και Γιώργου Νταγιαντά. Στην κιθάρα ήταν ο

Θωμάς Μπολάκης και στο ρυθμικό λαούτο, ο Νίκος Νταγιαντάς.

Την δεύτερη ημέρα **ΤΡΙΤΗ 20 ΙΟΥΝΙΟΥ** παρουσιάστηκαν

- Η μικτή Χορωδία «Ερωδιός» Μαέστρος της, ο κ. Μανώλης Κανακάκης
 - Το Τμήμα Latin. Υπεύθυνη διδασκαλίας-χορογράφος η κ. Κρίστη Κακουλάκη και
 - Η Θεατρική ομάδα, με σκηνοθέτη τον κ. Δομίνικο Ταβερναράκη.
- Παράλληλα στη στοά της εισόδου του Κηποθέατρου «Μάνος Χατζιδάκις» εκτέθηκαν έργα των μαθητών των τμημάτων Ντεκουπάζ και Ζωγραφικής

Στον ίδιο χώρο λειτούργησε έκθεση φωτογραφίας με θέμα: «ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ» όπου εκτέθηκαν έργα των μαθητών του τμήματος φωτογραφίας.

Εκ μέρους του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ. Ιωάννη το Δ.Σ Ευχαριστεί πολύ όλους τους υπεύθυνους διδασκαλίας των δραστηριοτήτων και τους συμμετέχοντες σ' αυτές. Ευχαριστεί επίσης τα μέλη και τους φίλους του Συλλόγου που κατέκλυσαν με την παρουσία τους το κηποθέατρο τις δύο αυτές ημέρες και εύχεται σε όλους να περάσουν ένα καλό και ευχάριστο καλοκαίρι.

Βαγγέλης Αλεξάκης



Το σεμινάριο Πρώτων Βοηθειών που διοργάνωσε ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννη



Την Τετάρτη 22 Φεβρουαρίου 2017 πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία το σεμινάριο πρώτων βοηθειών που διοργάνωσε ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγ. Ιωάννη στο χώρο του, αίθουσα «Ροτόντα», στο κτήριο του Πανεπιστημίου στη Λ. Κνωσού. Η προσέλευση των μελών και φίλων του Συλλόγου που το παρακολούθησαν ήταν πολύ μεγάλη. Το σεμινάριο πραγματοποίησε το σωματείο πολιτικής προστασίας « ΠΡΟΤΕΚΤΑ» με κύριο ομιλητή τον κ. Νίκο Μυρωδιά. Το σεμινάριο έγινε με τον σκοπό να δουν οι κάτοικοι του προαστίου μας πως λειτουργεί και πόσο ευεργετικός είναι ο απινιδωτής που αγόρασε ο Σύλλογος μας και τον έθεσε στη διάθεση των συνανθρώπων μας. Στο τέλος του σεμιναρίου έλαβαν όλοι όσοι το παρακολούθησαν βεβαίωση παρακολούθησης. Ο πολιτιστικός σύλλογος ευχαριστεί πολύ το σωματείο «ΠΡΟΤΕΚΤΑ» για τη πραγματοποίηση του σεμιναρίου.

Βαγγέλης Αλεξάκης



“ΔΕΝ ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΛΟΙ ΝΤΕΝΕΚΕΔΕΣ”

Την Παρασκευή 9 Ιουνίου 2017 πραγματοποιήθηκε στο Ειδικό Γυμνάσιο Ηρακλείου, η γιορτή λήξης του σχολικού έτους. Σε αυτήν παρουσιάστηκαν όλα τα προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων που εκπονήθηκαν στο σχολείο μας, την φετινή σχολική χρονιά.

Στους μαθητές απονεμήθηκαν έπαινοι, διπλώματα συμμετοχής από διαγωνισμούς και συμμετοχές τους σε φεστιβάλ, καθώς και το βραβείο «Εύφημος Μνεία» που κατέκτησαν στον 7ο Διεθνή Μαθητικό Διαγωνισμό Ταινιών Μικρού Μήκους, στην κατηγορία animation. [Τον διαγωνισμό αυτό συνδιοργάνωσαν η Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Σερρών, το Φεστιβάλ Ταινιών Μικρού Μήκους της Δράμας, το Τμήμα Εκπαιδευτικής Ραδιοτηλεόρασης του Υπουργείου Παιδείας,

Έρευνας και Θρησκευμάτων της Ελλάδας, η ΕΡΤ ΑΕ και η Πρεσβεία της Κυπριακής Δημοκρατίας στην Ελλάδα.] Η σημαντικότητα αυτή διάκριση για το σχολείο, αφορά σε ταινία κινουμένων σχεδίων (animation), η οποία δημιουργήθηκε με το λογισμικό PowerPoint, από ομάδα 15 μαθητών και 3 υπεύθυνων καθηγητών, με τίτλο «Δεν είμαστε όλοι ντενεκέδες».

Έχει διάρκεια 18 λεπτά, δημιουργήθηκε στα πλαίσια πολιτιστικού προγράμματος Σχολικών Δραστηριοτήτων, για το σχολικό έτος 2015-2016.

Ωθούμενοι από την επικαιρότητα, διασκευάσαμε το βιβλίο της Ευγενίας Φακίνου “Ντενεκεδούπολη” με σκοπό την ευαισθητοποίηση των μαθητών μας στο προσφυγικό - μεταναστευτικό ζήτημα και στην διαφορετικότητα.

Με αυτό το βίντεο, οι μαθητές μας, στέλνουν ένα μήνυμα αποδοχής, ανθρωπιάς και φιλίας στους ξεριζωμένους ανθρώπους, που



βρίσκονται σε δύσκολη θέση στη χώρα μας. Το ίδιο έργο πέρυσι είχε βραβευτεί από τον ίδιο τον Υπουργό Παιδείας με τιμητικό έπαινο, για υλοποίηση δράσης γύρω από το προσφυγικό ζήτημα.

Ιστοσελίδα του έργου:

<http://ntenekedes.wixsite.com/eidikogymnasio>

Υπεύθυνοι καθηγητές:

Τζιβάρα Ελένη (Πληροφορικής)

Κοκολάκης Μιχάλης (Μαθηματικός)

Μωραΐτη Μαρία (Ειδικό Βοηθητικό Προσωπικό)

>>> Έναρξη Εργαστηρίου Αφήγησης για παιδιά

Ο Νίκος Καζαντζάκης στην Αναφορά στον Γκρέκο αναφέρει:

« ...άκουγα παραμύθια, έπαιρνε τ' αφτί μου κουβέντες κι όλα μεταμορφώνονταν και παραμορφώνονταν μέσα μου.. αργότερα πολύ, όταν άρχισα να γράφω τραγούδια και μυθιστορήματα, κατάλαβα πως

η μυστική αυτή κατεργασία λέγεται δημιουργία ...».

Γιατί ακόμα μια δραστηριότητα για παιδιά; Επειδή σε αυτό το εργαστήριο θα αξιοποιηθεί ο πλούτος από την κρητική προφορική παράδοση εστιάζοντας στην αφήγηση παραμυθιών, ιστοριών, μύθων, τραγουδιών κ.ά.. και μέσα από κατάλληλα παιχνίδια και

ασκήσεις τα παιδιά θα εκφραστούν ώστε όλη αυτή η «μυστική κατεργασία» να γεννήσει την δημιουργία.

Εκδήλωση ενδιαφέροντος για το καλοκαίρι στο τηλέφωνο: **6977255620**

Υπεύθυνη εργαστηρίου: Ευαγγελία (Λίζα) Θεμελή, Φιλολόγος, Θεατρολόγος, Εκπαιδευτικός Κινηματογράφου

Ταινίες

«Ο Όσκαρ και η Κυρία μετα Ροζ» Του Eric-Emmanuel Schmitt

Ο Όσκαρ είναι ένα δεκάχρονο αγόρι που νοσηλεύεται σε νοσοκομείο παιδών. Κανένας από το περιβάλλον του δεν τολμά να του πει την αλήθεια για την ασθένεια που αντιμετωπίζει. Μόνο η Ρόουζ, μια εκκεντρική κυρία που του παραδίδει την πίτσα του είναι ειλικρινής μαζί του. Προκειμένου

να του ελαφρύνει το μυαλό από τις σκέψεις, θα προτείνει στον Όσκαρ να παίξουν ένα παιχνίδι: Κάνουν τους εαυτούς τους να πιστέψουν πως η κάθε μέρα που περνάει θα μετράει για 10 χρόνια. Με αυτό τον τρόπο η Ρόουζ του προσφέρει μια ολόκληρη ζωή μέσα σε λίγες μέρες. Για να τον ενθαρρύνει να ανοιχτεί περισσότερο, του προτείνει να γράψει γράμματα στον Θεό. Μια μοναδική φίλια θα αναπτυχθεί μεταξύ τους χωρίς οι δυό τους να γνωρίζουν πόσο πολύ θα επηρεάσει τις ζωές τους.

Αυτή η ταινία ζωντανεύει τη φιλοσοφία του Συλλόγου Ανακουφιστικής Φροντίδας Κρήτης «Ζαχαρίας Κ. Μπαντουβάς». Η κυρία με τα ροζ γίνεται άθελα μια τέλεια εθελόντρια πιστή στο σκοπό της ανακουφιστικής φροντίδας. Αφού δεν μπορεί να προσφέρει περισσότερες μέρες στη ζωή του Όσκαρ, καταφέρνει με το δικό της τρόπο να προσφέρει περισσότερη ζωή στις μέρες του. αναφέρει χαρακτηριστικά η κα Ροσβίτα Μπαντουβά, ιδρύτρια του Συλλόγου, που μαζί με τους εθελοντές, γιατρούς, νοσηλευτές και άλλο προσωπικό προσφέρουν σημαντικό κοινωνικό έργο, παρέχοντας βοήθεια στο σπίτι σε ασθενείς με χρόνια νοσήματα, όπως ανακούφιση του πόνου και των συμπτωμάτων, ψυχολογική υποστήριξη για τον ασθενή και όλη την οικογένεια.



Επιμέλεια: Κατζηδάκη Ελληνίκη - Μέλος του Δ.Σ.

**Κεντρικό κατάστημα: Καρτερού 3, κεντρική ψαραγορά
Τηλ.: 2810 286 275 - Κιν.: 6944 263 067, 6986 924 410**

**Υποκατάστημα: Α. Παπαναστασίου 135
Τηλ.: 2810 361 047 - Κιν.: 6944 263 067**

**Υποκατάστημα: Α. Κνωσού 224
Τηλ.: 2810 220 511 - Κιν.: 6944 263 067**

www.kanelos.gr
info@kanelos.gr

Η ΑΓΚΙΝΑΡΑ ΚΑΙ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΑΣ



Η Αγκινάρα (Artichoke) ή αλλιώς Κυνάρα ή Καρδονίσκη ή Κάκτος είναι πολυετές λαχανικό της οικογένειας των Αστεροειδών (Asteraceae), που αναπτύσσεται σε σχήμα θάμνου και φτάνει σε ύψος περίπου το 1,5 μέτρο.

Οι ευεργετικές ιδιότητες της.

Η αγκινάρα είναι ένα λαχανικό πλούσιο σε ασβέστιο, φώσφορο, σίδηρο και φυτικές ίνες, αλλά και βιταμίνες Α, Β1, Β2, Β3 και C. Βελτιώνει τη λειτουργία των νεφρών και του ήπατος, ενώ μειώνει τα επίπεδα της χοληστερίνης, της ουρίας και του ουρικού οξέος. Επίσης, έχει τονωτικές και διουρητικές ιδιότητες, ενώ κατά τον Μεσαίωνα εθεωρείτο το Νο 1 αφροδισιακό.

Οι ευεργετικές της ιδιότητες οφείλονται βασικά στην κυναρίνη, όμως κατά το βράσιμο, μέρος της αδρανοποιείται, ενώ κατά το τηγάνισμα, χάνεται τελείως. Γι' αυτό είναι προτιμότερο να καταναλώνεται ωμή.

Πρέπει να τρώτε αγκινάρες γιατί είναι:

- Πλούσιες σε αντιοξειδωτικά

Μια μελέτη που έγινε από το Υπουργείο

Γεωργίας των ΗΠΑ, διαπίστωσε ότι οι αγκινάρες έχουν περισσότερα αντιοξειδωτικά από οποιοδήποτε άλλο λαχανικό και κατέχουν την έβδομη θέση σε μια μελέτη των επιπέδων αντιοξειδωτικών σε 1.000 διαφορετικά τρόφιμα. Μερικά από τα ισχυρά αντιοξειδωτικά στις αγκινάρες είναι η ρουτίνη, οι ανθοκυανίνες, η κυναρίνη, η λουτεολίνη κ.ά.

- Κάνουν καλό στο πεπτικό: Κάτι ήξεραν οι αρχαίοι και κατανάλωναν αγκινάρες για την πέψη, αφού πράγματι έρευνες και κλινικές μελέτες έχουν δείξει ότι η κατανάλωση αγκινάρας βοηθάει σε χρόνια πεπτικά προβλήματα, συμπεριλαμβανομένου του ευαίσθητου στομαχιού, της νευρικής γαστροπάθειας, του φουσκώματος και του ευερέθιστου εντέρου.

3.Ιδανική για διαίτα. Μία αγκινάρα έχει μόλις 44 θερμίδες ανα 100 γρ.φυτικές ίνες 5,4 γρ., το 14% της ημερήσιας δόσης καθόλου λίπος ιδανική επιλογή για εκείνους που προσέχουν την σιλουέτα τους

-Ρίχνουν την κακή χοληστερίνη

Ο ρόλος των φυτικών ινών τους επεκτείνεται και στη χοληστερίνη, συμβάλλοντας στην υγεία της καρδιάς, αφού μειώνουν την κακή LDL χοληστερόλη, δεσμεύοντάς τη στο έντερο και εμποδίζοντας την απορρόφησή της. Οι πικρές ουσίες της, μια εκ των οποίων και η κυναρίνη, έχει βρεθεί, επίσης, ότι εμποδίζουν τη σύνθεση της χοληστερίνης και αυξάνουν την απέκκρισή της στη χολή, μειώνοντας τα ολικά επίπεδά της.

-Τωνώνουν το ανοσοποιητικό

Οι αγκινάρες μπορούν να σας προστατέψουν από τα να αρρωστήσετε, χάρη στη βιταμίνη C που περιέχουν, η οποία φτάνει το 20% της

συνιστώμενης ημερήσιας δόσης σε ποσότητα 100 γραμμαρίων. Η βιταμίνη C, βοηθά τον οργανισμό να αποκτήσει άμυνες απέναντι σε μολυσματικές ασθένειες και τον «καθαρίζει» από τις ελεύθερες ρίζες που προκαλούν πρόωρη γήρανση. Ακόμη, ο σίδηρος που περιέχουν χαρίζει ενέργεια και δύναμη στον οργανισμό καθημερινά.

- Προστατεύουν τα οστά

Περιέχουν Βιταμίνη K και παίζουν σημαντικό ρόλο στην υγεία των οστών, προωθώντας τη δραστηριότητα σχηματισμού τους, ενώ περιέχουν και μαγνήσιο, το οποίο βοηθά στην αύξηση της οστικής πυκνότητας, μειώνοντας τον κίνδυνο οστεοπόρωσης.

-Ωφελούν την υγεία του εγκεφάλου

Οι ανθοκυανίνες της ωφελούν τη μνήμη και η βιταμίνη K που περιέχει, όταν βρίσκεται σε επαρκή επίπεδα στη διατροφή μας, βοηθά στη μείωση εμφάνισης βλαβών στους νευρώνες του εγκεφάλου –γι' αυτό άλλωστε και χρησιμοποιείται στη θεραπεία ασθενών που πάσχουν από Αλτσχάιμερ.

-Ευεργετούν το νευρικό σύστημα

Η περιεκτικότητά τους σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β, όπως νιασίνη, βιταμίνη Β6, θειαμίνη και παντοθενικό οξύ βοηθούν στις κυτταρικές μεταβολικές λειτουργίες και προωθούν την υγεία του νευρικού συστήματος.

-Ρυθμίζουν την αρτηριακή πίεση,

ωφελώντας την καρδιά. Ο ρόλος τους ως ρυθμιστές της αρτηριακής πίεσης οφείλεται στο κάλιο που περιέχουν, το οποίο εξισορροπεί την επίδραση του νατρίου και βοηθά στον έλεγχο του καρδιακού παλμού.

Επιμέλεια: Βάνα Βασαλάκη

Η βιταμίνη D είναι απαραίτητη

Επιμέλεια:
Παυλίνα Δ. Αυγουστίνκη
Ενδοκρινολόγος-Διαβητολόγος-Μεταβολικά Νοσήματα
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπ/μίου Κρήτης

Η βιταμίνη D είναι απαραίτητη για τον οργανισμό γιατί αυξάνει την απορρόφηση ασβεστίου από τον γαστρεντερικό σωλήνα, αυξάνει τον μυϊκό τόνο και την παραγωγή νέων μυϊκών κυττάρων (μυογένεση), είναι διεγέρτης της έκκρισης ινσουλίνης, είναι ρυθμιστής της έμφυτης και προσαρμοσμένης ανοσοαπάντησης (διεγείρει την διαφοροποίηση των μονοκυττάρων σε μακροφάγα, καταστέλλει την παραγωγή IL-6 από ενεργοποιημένα Τ λεμφοκύτταρα κλπ) έχει δηλαδή αντι-φλεγμονώδεις δράσεις, είναι αναστολέας της σύνθεσης ρενίνης και αναστολέας του κυτταρικού πολλαπλασιασμού σε καρκίνος μαστού και παχέως εντέρου, δρα ευεργετικά στην κατάθλιψη και διαταραχές του θυμικού.

Ημερήσιες ανάγκες: Σε αντίθεση με ότι νομίζαμε πριν μερικές δεκαετίες, χρειαζόμαστε πάνω από 2000 έως 4000 μονάδες ημερησίως και όχι 400 μονάδες. Για να δούμε αν έχουμε αρκετή βιταμίνη D στο σώμα μας μετράμε την βιταμίνη D 25 (OH) στο αίμα. Επίπεδα πάνω από 40 ng/ml θεωρούνται ικανοποιητικά.

Πηγές βιταμίνης D: Η βιταμίνη D προέρχεται από τις τροφές μόνο κατά 10% (διατροφική) ενώ παράγεται μέσα στον οργανισμό κατά 90% (ενδογενής). Η βιταμίνη D συντίθεται στον οργανισμό από τρεις πρόδρομες πηγές. Από την βιταμίνη D3, ή αλλιώς χολεκαλτσιφερόλη (cholecalciferol) η οποία συντίθεται στο δέρμα με την βοήθεια υπεριώδους ακτινοβολίας από την 7-dehydrocholesterol. Από την πρόδρομο μορφή της, την χολεκαλτσιφερόλη D3 από ψάρια και κρόκο αυγών και από την πρόδρομη βιταμίνη D2 ή εργοστερόλη (ergosterol) από φυτά. Η πρόδρομος μορφή

της βιταμίνης D, η βιταμίνη D3, ή αλλιώς χολεκαλτσιφερόλη είναι κατά 90% πιο δραστηβιολογικά από την πρόδρομο μορφή από φυτά, την βιταμίνη D2 ή εργοστερόλη. Για ικανοποιητική σύνθεση στο δέρμα θεωρείται ότι κατά τους θερινούς μήνες πρέπει να εκτίθενται καθημερινά στον ήλιο τουλάχιστο το 50% του σώματος από τις 10 το πρωί μέχρι τις 3 το απόγευμα χωρίς αντιηλιακή κρέμα. Αυτό είναι σχεδόν ακατόρθωτο από τους περισσότερους ανθρώπους δεδομένου και του κινδύνου ανάπτυξης καρκίνου στο δέρμα. Επιπλέον, σε άτομα με ηλικία πάνω των 60 ετών η σύνθεση της βιταμίνης στο δέρμα είναι μειωμένη ακόμα και με μεγαλύτερη έκθεση στον ήλιο.



**ΚΝΩΣΣΟΣ
ΔΙΑΓΝΩΣΙΣ**

Παυλίνα Δ. Αυγουστίνκη
Ενδοκρινολόγος-Διαβητολόγος-Μεταβολικά Νοσήματα
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπ/μίου Κρήτης

Λ. Κνωσού 174, Ηράκλειο Κρήτης, Τ.Κ. 71409
Τηλ.: 2810 212141, 2810 360032, Fax: 2810 360033, Κιv.: 6978 153391
www.knossosdiagnosis.gr, e-mail: pavlinaavgoustinaki@yahoo.gr

ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΕΚΟΙΦ/ΑΠΗ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΗ



1

1) ΑΠΟ ΤΗΝ ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΜΕΛΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΤΟΥ ΚΕΚΟΙΦ/ΑΠΗ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΗ

2) ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ ΠΟΥ ΔΙΟΡΓΑΝΩΘΗΚΕ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



2



3

3) ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

4) ΠΑΣΧΑΛΙΝΗ ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΚΕΚΟΙΦ/ΑΠΗ ΑΓ.ΙΩΑΝΝΗ- ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ ΣΕ ΚΑΡΤΕΣ-ΛΑΜΠΑΔΕΣ

5) ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΣΤΟ 51ο ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ ΤΩΝ ΓΕΝΕΩΝ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ



4



5

ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗ ΣΕ ΣΩΜΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΝΙΩΤΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ «Ο ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ»

Μετά από τις αρχαιρεσίες που έγιναν την Πέμπτη 1.06.2017, στην πρώτη συνεδρίαση του νέου Δ.Σ. του συλλόγου Καραμπουρνιωτών Ηρακλείου που έγινε τη Τετάρτη 07.06.2017, και μετά από σχετική συζήτηση και κοινή απόφαση των μελών, το νέο Διοικητικό Συμβούλιο συγκροτήθηκε σε σώμα, ως εξής:

ΜΠΑΞΕΒΑΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ - Πρόεδρος
ΑΣΛΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ - Αντιπρόεδρος
ΝΙΟΝΑΚΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ-ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ - Γενικός Γραμματέας
ΜΑΝΟΥΣΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ - Ταμίας.

Όλοι οι υπόλοιποι υποψήφιοι για το Δ.Σ. συμμετέχουν ως μέλη του Δ.Σ. και με αρμοδιότητες που θα καθοριστούν σε επόμενη συνεδρίαση του Δ.Σ. για την καλύτερη λειτουργία του.

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΜΠΑΞΕΒΑΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ
 Ο ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΝΙΟΝΑΚΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ- ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ

ΠΡΑΤΗΡΙΟ ΥΓΡΩΝ ΚΑΥΣΙΜΩΝ

ΠΑΝ. ΜΑΝΩΛΑΚΑΚΗΣ

ΕΚΟ

Πλυντήριο - Λιπαντήριο - Αξεσουάρ
 Διανομή Πετρελαίου Θέρμανσης - Κίνησης

Κρασσαδάκη & Κνωσσού (Αγ. Ιωάννης), Τ. / Φ. 2810 361996

>>> ΑΛΑΤΣΑΤΙΑΝΑ ΝΕΑ



>>> ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗ ΣΕ ΣΩΜΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ

Σε συνέχεια των αρχαιρεσιών που έγιναν την Κυριακή 28.05.2017, κατά την πρώτη συνεδρίαση του νέου Δ.Σ. του συλλόγου Αλατσατιανών Νομού Ηρακλείου που έγινε την Τρίτη 30.05.2017, και μετά από σχετική συζήτηση και κοινή απόφαση των μελών, το νέο Διοικητικό Συμβούλιο συγκροτήθηκε σε σώμα, ως εξής:

1. ΧΑΤΖΗΑΔΑΜ ΧΡΙΣΤΙΝΑ - Πρόεδρος & Έφορος δημοσίων σχέσεων & τύπου.
2. ΚΑΡΑΝΤΕΜΟΙΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ - Αντιπρόεδρος & Αναπληρωτής Έφορος δημοσίων σχέσεων & τύπου.
3. ΔΑΝΔΑΛΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ - Γενικός Γραμματέας.
4. ΜΑΣΣΕΛΗ ANNA - Ταμίας & Έφορος χορευτικού.
5. ΣΚΟΥΡΟΓΙΑΝΝΗ - ΚΟΙΛΑΔΗ ΜΑΡΙΑ - Έφορος χορωδίας & θεατρικής ομάδας.
6. ΚΑΡΑΝΤΩΝΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ - Έφορος Ψηφιδωτού.
7. ΚΑΡΒΕΛΗ ΕΛΕΝΗ - Έφορος Θεατρικού Παιχνιδιού.
8. ΚΑΡΔΑΜΑΚΗ ΣΟΦΙΑ - Έφορος Εστίας, Μουσικακού Χώρου & Βιβλιοθήκης.
9. ΚΟΥΜΟΥΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ - Έφορος Ζωγραφικής και Αναπληρωτής Έφορος Εστίας, Μουσικακού Χώρου & Βιβλιοθήκης

Το Δ.Σ. του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγίου Ιωάννη συγχαίρει τα νέα Διοικητικά Συμβούλια των συλλόγων Αλατσατιανών Νομού Ηρακλείου και Καραμπουρνιωτών Αγίου Γεώργιος και τους εύχεται καλή δύναμη στο έργο τους.

Η ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΟΥ ΜΗΝΑ ΜΑΗ ΓΙΑ ΤΟΝ Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑ



Ένας μήνα γεμάτος δράση για τον Γ.Α.Σ. "ΑΝΔΡΟΓΕΑ" ήταν ο Μάιος.

Εκτός των προγραμματισμένων αγώνων του πρωταθλήματος που οι αθλητές έδωσαν τον καλύτερό τους εαυτό, η ομάδα του ΑΝΔΡΟΓΕΑ έλαβε μέρος με μεγάλη επιτυχία στα δύο τουρνουά "Γ.Σ. ΕΡΓΟΤΕΛΗΣ 2017" και "Νίκος Γαλυφιανάκης" που διοργάνωσαν ο Εργοτέλης και ο Ο.Φ.Η. αντίστοιχα, με τον τύπο (ηλεκτρονικό και έντυπο) να δημοσιεύει άρθρα με τίτλους όπως:

- «3 στα 3 οι πιτσιρικάδες του Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ»
- «Ενθαρρυντικά μηνύματα από του μικρούς του ΑΝΔΡΟΓΕΑ»
- «Με το απόλυτο τα προμίνι του Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑ»
- «Με 95 αθλητές στη διοργάνωση "Νίκος Γαλυφιανάκης" ο Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ»
- «Με 5 διαφορετικές ομάδες συμμετέχει ο Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑΣ στο τουρνουά μπάσκετ "Νίκος Γαλυφιανάκης"»

Παράλληλα το Διοικητικό Συμβούλιο προετοίμασε την επετειακή εκδήλωση της 9ης Ιουνίου 2017 για τα 30 χρόνια του Συλλόγου. Φιλοξενήθηκε στην

τηλεοπτική εκπομπή της Αντιγόνης Ανδρεάκη "LIVE με την ΑΝΤΙΓΟΝΗ" στην τηλεόραση CRETA και στην ραδιοφωνική εκπομπή "Αθλητικός Παλμός" του Κορτσιδάκη Γιώργου στον ΣΚΑΪ ΚΡΗΤΗΣ 92,1Fm, ενώ έκανε τις απαραίτητες ενέργειες για να ξεκινήσει και να ολοκληρωθεί με επιτυχία το 1ο Summer Sports Camp του Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑ που σε συνεργασία με τους καθηγητές φυσικής αγωγής Παναγιωτάκη Φαίδων, Ηλία Νίκο και Στιβακτάκη Σπύρο, στις εγκαταστάσεις του 5ου Δημοτικού Σχολείου Ηρακλείου θα φιλοξενήσει μέσα στο καλοκαίρι παιδιά ηλικίας από 6 έως 13 χρονών, προσφέροντάς τους ποιοτική απασχόληση μέσω του αθλητισμού, χωρίς άγχος και υψηλές απαιτήσεις, με μοναδικό γνώμονα την διασκέδαση, την ευγενή άμιλλα και το αθλητικό ιδεώδες.

Τέλος ο μήνας Μάιος έκλεισε με μία διάκριση που δικαιωματικά πήραν 6 αθλητές του Συλλόγου μας (Μπαγλάνης Στέλιος, Παγωνίδης Νίκος, Σηφάκης Γιάννης, Γιαπιτζόγλου Σοφία, Πάκε Ιωάννα, Αντιφυλιώτης Στράτος), μιας και όλοι οι προπονητές της Κρήτης τους επέλεξαν λόγω της αγωνιστικής τους απόδοσης καθ' όλη την σεζόν, για να συμμετέχουν στο All Star Game 2017 που διοργάνωσε η ΕΚΑΣΚ σε συνεργασία με τον Α.Ο. ΠΟΥΧΤΑ.

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Γ.Α.Σ. ΑΝΔΡΟΓΕΑ ευχαριστεί θερμά τους προπονητές και τους αθλητές του για την σπουδαία δουλειά που κάνουν, τους δημοσιογράφους και τα δημοσιογραφικά μέσα που προβάλλουν τις δραστηριότητές του, καθώς και την εφημερίδα του Πολιτιστικού Συλλόγου Αγ.Ιωάννη και υπόσχεται να διαθέσει φωτογραφικό υλικό, καθώς και αναλυτική περιγραφή της εορταστικής εκδήλωσης των 30 χρόνων του Συλλόγου, ώστε να δημοσιευθεί στην επόμενη έκδοσή της.

1000 καρτώς εομιξάμε!

Μια ομάδα ενωμένη με αγάπη και επαγγελματισμό που δοκιμάζεται και μεγαλώνει μαζί και χάρη σ' εσας.

Στα σούπερ μάρκετ Χαλκιάδακis το 2016 ξεπεράσαμε για πρώτη φορά τους 1200 εργαζόμενους. Για εμάς αυτό είναι το μεγαλύτερο κέρδος, αυτός είναι ο αληθινός πλούτος. Οι άνθρωποι μας!

Σας ευχαριστούμε!

Χαλκιάδακis

xalkiadakis.gr | facebook.com/xalkiadakis.gr | youtube.com/xalkiadakisAE



Το 5ο Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας, πραγματοποιήθηκε την Κυριακή, 5 Μαρτίου 2017, στο κέντρο «ΟΙ ΚΟΥΡΗΤΕΣ» στο Ηράκλειο. Σε μια άψογη διοργάνωση, με την συνεργασία του Πολιτιστικού Συλλόγου Αποστόλων Πεδιάδας με την Παγκρήτια Ένωση Πολιτιστικών Συλλόγων και τη στήριξη της Περιφέρειας Κρήτης.

Ο επιδιωκόμενος στόχος του Φεστιβάλ, για την ανάδειξη και την προβολή της ιδιαίτερης λαϊκής παράδοσης, των προϊόντων και της αυθεντικής κουζίνας κάθε περιοχής της Κρήτης επετεύχθη με την συμμετοχή των συντελεστών - συλλόγων να ξεπερνά κάθε

προηγούμενο, επιβεβαιώνοντας στην πράξη την αταλάντευτη βούληση τους για ενότητα και συνεργασία.

Ο επιμελημένος και καλαισθητός, παραδοσιακός στολισμός των πάγκων, τα αγνά τοπικά προϊόντα, η επιλογή και η τεκμηρίωση των σπάνιων συνταγών και προπαντός η καλή διάθεση των ανθρώπων, ήταν τα στοιχεία που κυριάρχησαν στο φετινό φεστιβάλ.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη συμμετείχε για τρίτη συνεχή χρονιά. Οι **Ελένη Πλαίτη, Μαρίνα Μανωλαράκη, Βάσω Τζιράκη** μαγείρεψαν ρεβύθια με πράσα ντερμπιέ, μια κρητική παραδοσιακή συνταγή.

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννη συμμετείχε για τρίτη συνεχή χρονιά.



itanos concept

εκφράσου εναρτηακτικά

Μ. Πρεβέλης 32 & Ισιδώρου γωνία | Τ. 2810 242 404 - Κ. 6944 564 467 (09.00-15.00) | sales@detorakis.gr - itanos.concept@gmail.com

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΕΩΝ
ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΒΙΒΛΙΩΝ - BOOK ON DEMAND
ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ & ΦΙΛΟΞΕΝΙΑ ΔΡΑΣΕΩΝ
ΠΑΡΑΓΩΓΗ & ΔΙΑΘΕΣΗ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

