

Τα νέα του ΚΑΠΗ Χαλανδρίου

φ. 14

ΔΕΚ. 2016

ΠΩΣ ΠΕΡΑΣΑΜΕ ΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Τα Χριστούγεννα είναι για τους περισσότερους ανθρώπους η πιο όμορφη περίοδος του χρόνου. Όλοι γιορτάζουμε τη Γέννηση του Χριστού και αφήνοντας για λίγο πίσω μας τα προβλήματα της καθημερινότητας, βρίσκουμε την ευκαιρία να περάσουμε στιγμές χαράς και διασκέδασης.

Σε αυτό το εορταστικό κλίμα συμμετείχε και το ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου με διάφορες εκδηλώσεις. Η πρώτη από αυτές, στις 19/12, ήταν η εορτή αφιερωμένη στην τρίτη ηλικία, όπου παρευρέθησαν όλα τα μέλη του ΚΑΠΗ και με τη φροντίδα των υπευθύνων, παρουσιάστηκε ένα πολύ όμορφο πρόγραμμα: Μας είπαν τα κάλαντα και εν συνεχεία, ένας θαυμάσιος μουσικός (Χάρης Μπούτσικας) συνοδευόμενος από μία εξαιρετική τραγουδίστρια (Έφη Καραουλάνη), μας είπαν διάφορα τραγούδια. Οι παρευρισκόμενοι απόλαυσαν μουσική και χορό, διασκέδασαν όλοι μαζί, προσφέρθηκαν γλυκά και αναψυκτικά και όλοι έφυγαν με τις ωραιότερες εντυπώσεις.

Την επόμενη μέρα, ήταν η σειρά των μικρών παιδιών του Νηπιαγωγείου να μας πουν τα κάλαντα. Οι εορταστικές εκδηλώσεις ολοκληρώθηκαν με την επίσκεψη στο ΚΑΠΗ των παιδιών του Λυκείου, στις 23/12 τα οποία με την καθοδήγηση της καθηγήτριάς τους Σταυρούλας Οικονομέα, παρουσίασαν ένα πολύ όμορφο πρόγραμμα, με χορούς από διάφορα μέρη της Ελλάδας και έβγαλαν αναμνηστικές φωτογραφίες με τα μέλη του ΚΑΠΗ. Οι εκδηλώσεις αυτές έδωσαν χαρά σε όλους και ευχήθηκαν ο ένας στον άλλο «Καλές Γιορτές»!

Κλείνοντας, θα ήθελα και εγώ, ως μέλος του ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου, να ευχαριστήσω και να συγχαρώ όλους όσους συνέδραμαν στην οργάνωση και παρουσίαση των εκδηλώσεων, καθώς και το προσωπικό του ΚΑΠΗ για τη συμμετοχή και βοήθειά του.

Εύχομαι σε όλους «Χρόνια Πολλά» και ο Νέος Χρόνος να χαρίζει υγεία και χαρά σε όλο τον κόσμο.

Απόστολος Μονιάς



ΑΡΧΙΣΑΝ ΟΙ ΕΓΓΡΑΦΕΣ

Άρχισαν οι εγγραφές και οι ανανεώσεις καρτών για τα παλαιά μέλη των ΚΑΠΗ Χαλανδρίου, ηλικίας 60 ετών και άνω. Σύμφωνα με απόφαση Δημοτικού Συμβουλίου για το 2017 οι εγγραφές και οι ανανεώσεις θα γίνονται από **1 Ιανουαρίου έως 30 Απριλίου και από 1 Σεπτεμβρίου έως 31 Δεκεμβρίου**. Συγκεκριμένα:

Τις ώρες: **9 π.μ. - 12 μεσημβρινή**

✓ Για το **Κεντρικό ΚΑΠΗ**
Εγγραφές: κάθε **Τετάρτη**
Ανανεώσεις: κάθε **Πέμπτη**

✓ Για το ΚΑΠΗ **Κάτω Χαλανδρίου**
Εγγραφές: κάθε **Δευτέρα**
Ανανεώσεις: κάθε **Πέμπτη**

✓ Για το ΚΑΠΗ **Τούφας**
Εγγραφές: κάθε **Παρασκευή**
Ανανεώσεις: κάθε **Τρίτη**

Περισσότερες πληροφορίες στο τηλ. 210 68 48 380 ή μέσω mail kapih1@otenet.gr

ΗΜΕΡΕΣ ΕΛΕΟΥΣ

Δεν θα μπορούσαν, ίσως ν' αποδοθούν καλλίτερα οι γιορτινές μέρες των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, οι γνωστές και σαν μεγάλες ή "χρονιάρες" μέρες.

Σε καμιά άλλη περίοδο του χρόνου οι ψυχές των χριστιανών δεν γίνονται τόσο ευαίσθητες. Τόσο ευάλωτες στον πόνο και στη δυστυχία των άλλων. Θησαυροί προσφορών χαϊδεύουν τον πονεμένο, παρηγορούν τον δυστυχή. Όπου μοναξιά και ζεστή επίσκεψη. Όπου φτώχεια γενναίο το έλεος. Ψυχές που μοιάζουν των αγγέλων. Δεν ζουν όλοι επιπόλαια τις γιορτές. Δεν κοιτάν όλοι τον εαυτόλη τους. Τέτοιες μεγαλογιορτές ανεβάνει το θερμόμετρο της αγάπης. Το εγώ μετατίθεται για λίγο στο εσύ. Δεν είναι λίγοι αυτοί που βάζουν τα δυνατά τους στη γειτονιά τους, στον ευρύτερο περίγυρό τους να λάμψει η χαρά, να έρθει το γέλιο. Να γιορτάζεις το Χριστό και ν' αφήνεις τον άλλο νηστικό δίπλα σου, δεν έχει νόημα, δεν έχει αξία. Πώς να αισθανθείς έτσι, το μυστικό και χαρωπό μήνυμα της γιορτής; Έντονα φορτισμένες συναισθηματικά οι μέρες που διανύουμε κάθε χρόνο Χριστούγεννα-Πρωτοχρονιά-Φώτα. Το λαμπρότερο γιορταστικό τριδύμο. Η μεγαλειοδέστερη έκφραση της Θείας Παρουσίας στο κόσμο μας. Της συγκατάβασης, της "κένωσης", της "παροχής υπηρεσιών", απ' το Θεό στους ανθρώπους!

Ακατάληπτες, μεταφυσικές αλήθειες. Μόλις που μπορούμε να τις προσεγγίσουμε λίγο. Πώς να πιάσεις το απρόσιτο, πώς αλήθεια ν' ανεβείς τόσες ουράνιες σφαίρες; Μεγάλη η επίδραση των γιορτών πάνω στον άνθρωπο. Τεράστιες οι εσωτερικές μεταλλαγές που συντελούνται. Ευωδιάζει, σχεδόν, ολόκληρος. Μαλακώνει η ψυχή. Ζεσταίνει το συναίσθημα. Σκιρτά η καρδιά. Ένα κύμα θερμό, πρωτόγνωρο, κατακλύζει το μέσα του. Μια γλυκιά ταραχή παίρνει και μας αναστατώνει. Το Μεγάλο επισκέπτη, το Χριστό, δεν μπορείς να τον υποδεχτείς όπως- όπως. Συγυριζόμαστε, φτιαχνόμαστε, προετοιμαζόμαστε! Τα Θεοφάνεια απαιτούν καθαρή την καρδιά. Στο ρυθμό των γιορτών πολλές καρδιές ξεχειλίζουν από έλεος. Συγχωρούν όσους τους έβλαψαν. Αγαπούν όσους τους μίσησαν. Ανθισμένοι μπαξέδες γίνονται και δίνουν όσα και όπου μπορούν. Υπηρετούν, σαν καλοί Σαμαρείτες, τους ανθρώπους, που έχουν ανάγκες. Όπου φτώχεια, δίνουν. Όπου πόνος παρηγορούν. Όπου απογοήτευση, όπου κλυδωνισμός ενισχύουν, στηρίζουν. Αδειάζουν το περίσσειμα καρδιάς τους βάλσαμο γλυκό, στους ενδεείς, στους πάσχοντες. Η προσφορά των «αδελφών του ελέους» ανεκτίμητη πάντα, ιδιαίτερα τούτες τις γιορτινές μέρες. Αρέσει τόσο αυτό στο Χριστό μας. Τους «ελεήμονες» πληθωρικά τους «μακάρισε». Αυτοί κρατούν στη ζωή μεγάλο αριθμό φτωχών, εγκαταλελειμμένων ανθρώπων. Όπου απουσιάζει η εκκλησιαστική και η κρατική πρόνοια έρχονται αυτοί και «εκχέουν» την ψυχή τους. Δίνουν και από πάνω τους. Προσφορές πρώτου μεγέθους. Άγνωστες σε πολλούς αφού γίνονται "εν κρυπτώ" και όχι "για το θεαθήναι". Μέρες ελέους, πρώτα και κύρια οι γιορτές της Χριστιανοσύνης. Όχι μεγάλων, μονάχα "Σταυρών". Αν δε μας αγγίζουν τα βαθύτερα, εσωτερικά μηνύματα των γιορτών, πρέπει ανήσυχτοι να κοιταχτούμε στον καθρέπτη της ψυχής μας. Κάποιες "ασχήμιες" μας θα διακρίνουμε ίσως. Τη σκληρότητα του προσώπου μας. Την ψυχρότητα της καρδιάς μας. Την στείριότητα των φιλαδέλφων συναισθημάτων μας. Πολλοί περιδεείς αναλογίζονται την πρώτη τους και μεταστρέφονται και ανανήφουν. Ωραίοι, συναρπαστικοί "επίλογοι" μεγάλων γιορτών.



Η ΠΑΙΔΙΚΗ ΧΟΡΩΔΙΑ ΤΟΥ

Αγγελικές φωνές γέμισαν το σαλόνι του χορωδία του Αετοπούλειου Πνευματικού Κέντρου, προσφέροντας στιγμές ανάτασης, ελπίδας.

Τη χορωδία διηύθυνε η μουσικοπαιδαγωγός Δέσποινα Αρθούνα τη συνόδευσε στο πιάνο η



Η ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΟΥ ΤΟΥ 4ου

Θυμήθηκαν και νοστάλγησαν τα νιάτα τους οι μαθητές και οι καθηγήτριες της ομάδας χορού του Γυμνασίου της πόλης μας να χορεύουν μπροστά



Οι μαθητές και οι καθηγήτριες της ομάδας χορού του Γυμνασίου της πόλης μας να χορεύουν μπροστά

Η κα Γεωργία Καραγιάννη, καθηγήτρια της ομάδας χορού του Γυμνασίου της πόλης μας να χορεύουν μπροστά

ΕΚ ΣΤΟΜΑΤΟΣ ΝΗΠΙΩΝ...



Στο ΚΑΠΗ του Κάτω Χαλανδρίου είπαν τα κάλαντα την Πέμπτη 22 Δεκεμβρίου οι μαθητές και οι μαθήτριες του 4^{ου} και του 10^{ου} νηπιαγωγείου Χαλανδρίου. Το σαλόνι γέμισε με τρυφερά προσωπάκια, χαμόγελα και χαρούμενες φωνές (φωτ. α' σελίδας). Τα παιδιά συνοδευόμενα από τις διευθύντριες των νηπιαγωγείων Ελένη Αναγνώστου και Χριστίνα Παπαγιαννίδου, τη δασκάλα Ελένη Σάββα και μερικές μητέρες, τραγούδησαν,μίλησαν με τους ηλικιωμένους/ες - μέλη του ΚΑΠΗ, άκουσαν ιστορίες από την εποχή που εκείνοι/ες ήσαν παιδιά και σκόρπισαν ευχές μέσα από την αθώα καρδιά τους.

Τα μέλη του ΚΑΠΗ τους ανταπέδωσαν με κέρασματα και ευχές να έχουν πάντα υγεία, οικογένεια και αγαθά και να αναπτύξουν ακέραιο χαρακτήρα!

ΑΕΤΟΠΟΥΛΕΙΟΥ ΣΤΟ ΚΑΠΗ

Το ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου την Πέμπτη 15 Δεκεμβρίου! Η παιδική χορο-Κέντρο παρουσίασε ένα πρόγραμμα με χριστουγεννιάτικα τραγούδια και αισιοδοξίας.

Μουσικός και πιανίστα Δέσποινα Ψαρροπούλου, ενώ η μουσικοπαιδαγωγός φλάουτο, μαζί με ομάδα μαθητριών.



ΤΑ ΕΨΑΛΑΝ ΣΤΟΝ ΔΗΜΟ

Κάλαντα από διάφορες κοινότητες του ελληνισμού παρουσίασε η χορωδία των ΚΑΠΗ Χαλανδρίου στο Δημαρχείο την Παρασκευή 23 Δεκεμβρίου, υπό τη διεύθυνση της μουσικοπαιδαγωγού Ρίας Θεοδώρου.

Ευχές εκ μέρους του δημάρχου έδωσε ο αντιδήμαρχος Πολιτισμού-Αθλητισμού Σέργιος Γκάκας. Το εξαιρετικό μουσικό αυτό πρόγραμμα παρακολούθησαν επίσης η πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου Λίτσα Γαλάνη, η αντιδήμαρχος διοικητικών-οικονομικών και κοινωνικής πολιτικής Έλενα Χριστούλη, και οι δημοτικοί σύμβουλοι Θύμιος Κουράσης και Ευγενία Κατούφα καθώς και πολλοί υπάλληλοι του δήμου.

Η χορωδία των ΚΑΠΗ παρουσίασε επίσης ένα εξαιρετικό πρόγραμμα με κάλαντα στο Πνευματικό Κέντρο Μελισσιών προσκεκλημένη σε μια συνάντηση χορωδιών από δήμους της Αττικής.



ΛΥΚΕΙΟΥ ΣΤΟ ΚΑΠΗ ΚΑΤΩ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ

Τους τα μέλη Κάτω Χαλανδρίου, βλέποντας την ομάδα χορού του 4^{ου} οστά τους τσάμικο, πεντοζάλι και άλλους ελληνικούς χορούς.

και οι μαθήτριες και των 3 τάξεων λυκείου συνοδευόμενοι/ες από την τους Σταυρούλα Οικονομέα, εκμεταλλεύτηκαν την ημεραγία της 23^{ης} για να προσφέρουν ένα εξαιρετικά ευχάριστο πρόγραμμα στους αντρίτης ηλικίας. Κι εκείνοι ανταποκρίθηκαν με συγκίνηση, θαυμασμό και ευχές μέσα από την καρδιά τους.

και ο κ. Κώστας Κουτσογιάννης παρακολούθησαν μαζί τον φιλικό αγώνα που οργανώθηκε μεταξύ της ομάδας Αλληλεγγύης Χαλανδρίου και των Επιλέκτων της Unicef για την ενίσχυση των προγραμμάτων για την προστασία των ανήλικων ασυνόδευτων προσφυγόπουλων.

ΣΤΟ ΕΘΝΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ ΜΕ... ΕΚΠΛΗΞΕΙΣ!

Την Τετάρτη 2 Νοεμβρίου παρακολουθήσαμε το θεατρικό έργο «Δωδεκάτη νύχτα» του Ουίλλιαμ Σαίξπηρ στην Κεντρική Σκηνή του Εθνικού Θεάτρου (κτήριο Τσίλερ), σε μετάφραση Νίκου Χατζόπουλου και σκηνοθεσία Δημήτρη Καραντζά. Η παράσταση άλλους ευχαρίστησε και άλλους... παραξένεψε με τα τολμήματα του σκηνοθέτη. Όμως μετά από συζητήσεις καταλήξαμε στο ότι είναι χρήσιμο να μαθαίνουμε ακόμα και τις τολμηρές ... εξελίξεις στην τέχνη, παρά να καθόμαστε κλεισμένοι στο σπίτι μας!

Η ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ ΜΑΙΡΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

Στις 10 Νοεμβρίου είχα την χαρά να παραβρεθώ στην συνάντηση των γυναικών του ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου, οι οποίες απαρτίζουν την συντροφιά της Πέμπτης κάθε εβδομάδα και ώρα 5-6 το απόγευμα. Μιλήσαμε για την θέση της γυναίκας στην σημερινή κοινωνία, ως σύζυγος, μητέρα και γιαγιά που μεγαλώνει εγγονάκια. Τους είπα πως «οι γυναίκες είναι θηλυκές σταγόνες της θηλυκής Αρχής του Σύμπαντος. Επίσης είναι Θεϊκές σταγόνες, αφού μπορούν και γεννούν παιδιά που στελεχώνουν την κοινωνία μας και προχωρά. Η γυναίκα γίνεται μικρός Θεός την ώρα που ανάβει το καντήλι της ζωής του εμβρύου κι αυτό σκιρτά για πρώτη φορά ξαφνιασμένο που δέχεται αυτή την ευλογία. Αυτός είναι κι ο λόγος που είναι δεμένο εφ' όρου ζωής μαζί της...» Στην συνέχεια οι κυρίες διηγήθηκαν κάτι απ' την ζωή τους και θα ήθελα να σας διαβεβαιώσω πως το χάρηκα. Όλες είχαν κάτι αξιόλογο και ενδιαφέρον να μας πουν. Είναι μια ευχάριστη συντροφιά που θα χαρώ να τις ξαναδώ.

Μαίρη Παναγιώτου, συγγραφέας



ΤΑ ΓΕΝΕΘΛΙΑ ΤΗΣ ΒΑΣΩΣ

Στις 25 Νοεμβρίου 2016 γιορτάσαμε στο ΚΑΠΗ Τούφας τα γενέθλια της κυρίας Βάσως Παπασπύρου. Η κα Βάσω έκλεισε τα 90 της χρόνια μετά από μια ζωή πολύ δημιουργική αλλά και κοπιαστική «Ήταν η καλλίτερη μοδίστρα της περιοχής», είπαν οι φίλες της. Έχασε νέα τον άντρα της και μεγάλωσε τα τρία παιδιά της με πολύ αγώνα και επιμονή. Τη ρωτήσαμε για τις αναμνήσεις από το ΚΑΠΗ. Μας είπε ότι πρωτογράφηκε στο Κεντρικό ΚΑΠΗ το 1989. Της άρεσαν πολύ οι εκδρομές και οι γιορτές. Αργότερα, όταν δημιουργήθηκε το ΚΑΠΗ της Τούφας άρχισε να το επισκέπτεται συχνά. Οι φίλες της λένε ότι έκανε τα καλλίτερα κεντήματα στο τμήμα χειροτεχνίας. Θυμάται με νοσταλγία την Ελένη Κατσαργύρη, την Καίτη Παπανδρέου, την Καίτη Καλούμενου, τη Μαρία Κουράση, την Ματίνα Καββάλου και τον Θόδωρο Πορίχη. Συμβουλεύει την νέα Δημοτική Αρχή να κάνει ό,τι μπορεί, ώστε το ΚΑΠΗ να κρατηθεί ζωντανό, για να έρχονται συχνά με τις φίλες της, να βλέπονται, να πίνουν τον καφέ τους και να κουβεντιάζουν. Η ίδια δυσκολεύεται στο περπάτημα, όμως ακόμα και με μπαστούνι επιμένει να έρχεται για να μη χάσει την ωραία συντροφιά και τα προγράμματα στο ΚΑΠΗ.



ΕΠΙΔΙΩΚΟΝΤΑΣ ΤΟ ΕΥ ΖΗΝ

Το ΚΑΠΗ σε συνεργασία με το Τμήμα Κοινωνικής Πρόνοιας, Εποπτείας, Εθελοντισμού και Πολιτικών Ισότητας των Δύο Φύλων της Διεύθυνσης Κοινωνικής Μέριμνας του Δήμου Χαλανδρίου, οργανώνουν και φέτος σειρά Συναντήσεων Βιωματικού Τύπου, με τίτλο «Επιδιώκοντας το Ευ Ζην στην 3η ΗΛΙΚΙΑ».

Στο νέο κύκλο των συναντήσεων εντάχθηκε φέτος και το ΚΑΠΗ της Τούφας, ενώ αυτές συνεχίζονται στο ΚΑΠΗ του Κάτω Χαλανδρίου. Η δομή και το περιεχόμενο των συναντήσεων αυτής της διοργάνωσης στοχεύει στην καλλιέργεια λειτουργικής επικοινωνίας, μέσα από βιωματικές ασκήσεις που οξύνουν την συνειδητότητα και την ουσιαστικότερη επαφή με τον ΕΑΥΤΟ και τους ΑΛΛΟΥΣ. Τις συναντήσεις συντονίζουν η προϊσταμένη του τμήματος ΚΑΠΗ Ιωάννα Τσιρέβελλου και η ψυχολόγος του δημοτικού Ιατρείου Μάρω Γληνού. Συμμετέχουν κυρίες μέλη των ΚΑΠΗ και κάτοικοι του δήμου μας, ηλικίας άνω των 60 ετών!

Ο Κ. ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΟΥΚΑΚΟΣ ΘΥΜΑΤΑΙ...

Έμενα Μεταξουργείο, οδός Κολοκυνθούς 52 στην ενορία των Αγίων Αναργύρων. Είχα μια σκηνή από το στρατό και ερχόμουν για παραθερισμό στο Χαλάνδρι. Αγόρασα μια σουστά και μετέφερα φρούτα από τη λαχαναγορά στην Ιερά οδό μέχρι εδώ. Φτάνοντας, έπρεπε να βγάλω τα παπούτσια μου γιατί εδώ ήταν χωράφια με λάσπη, βούλιαζε το πόδι σου ως το γόνατο. Τις περισσότερες φορές μέχρι να έρθω από την Ιερά Οδό έως εδώ, τα είχα πουλήσει όλα. Έτσι αγόρασα και ένα οικόπεδο και εγκαταστάθηκα στο Χαλάνδρι. Στην ερώτηση τι συμβουλεύει εμάς τους νεώτερους απαντάει: «Αγάπη στην οικογένεια, κατανόηση γονέων και παιδιών. Καλή τύχη στην Ελλάδα»!

