



Αδελφοποίηση του Δήμου Έγκωμης με την Arbat

Ισχυρούς δεσμούς αδελφικής φιλίας και συνεργασίας κτίζουν ο Δήμος Έγκωμης και η Διοικητική Περιφέρεια «Arbat» της Κεντρικής Διοικητικής Επαρχίας της Μόσχας.

Από τις 14 Σεπτεμβρίου τα δύο μέρη, έχουν προχωρήσει μέσα σε μια συγκινητική εκδήλωση που έγινε στο Holiday Inn, στη Λευκωσία σε αδελφοποίηση.



Σελ 8-9

**ΔΙΑΒΑΣΤΕ Σ' ΑΥΤΗ
ΤΗΝ ΕΚΔΟΣΗ**



«Απεγκλωβίζεται»
από την απομόνωση η βιομηχανική περιοχή του Δήμου Έγκωμης.

► Σελ. 4

Δραστικά μέτρα για απάμβλυνση του κυκλοφοριακού προβλήματος

► Σελ. 2



Ενδιαφέρον από μικρούς Έγκωμίτες για την Παιδική Λέσχη

► Σελ. 12

ΣΥΝΤΟΜΑ ΑΝΟΙΓΕΙ ΤΙΣ ΠΟΡΤΕΣ ΤΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΤΗΣ ΕΓΚΩΜΗΣ **Λειτουργεί το Ιατρικό Κέντρο**

ΣΑΡΚΑ και οστά παίρνει από τις αρχές του νέου χρόνου, το Ιατρικό Κέντρο της Έγκωμης.

Το πολυπόθητο Ιατρικό Κέντρο, το οποίο ήταν και είναι στις άμεσες προτεραιότητες του Δημάρχου και του Δημοτικού Συμβουλίου Έγκωμης αναμένεται να ολοκληρωθεί τέλος του 2007 και να λειτουργήσει σχεδόν αμέσως στις αρχές του 2008.

Σε συνάντηση που είχε στις αρχές Οκτωβρίου ο Δήμαρχος Έγκωμης Δρ. Νίκος Παυλίδης με όλους τους εμπλεκόμενους φορείς, αρχιτέκτονες, πολιτικούς μηχανικούς, το γραφείο των μελετητών, αρμόδιους του Υπουργείου Υγείας και άλλους, έλαβε όλες τις απαραίτητες διαβεβαιώσεις ότι το κατασκευαστικό έργο θα ολοκληρωθεί μέχρι το τέλος του 2007.

Δεν υπάρχει περιθώριο, άλλης καθυστέρησης, δήλωσε ο Δήμαρχος Έγκωμης, αφού το έργο είναι μείζονος σημασίας και ήδη έχουν υποστεί αρκετά ταλαιπωρία οι επηρεαζόμενοι δημότες.

Παράλληλα γίνονται όλες οι διευθετήσεις από πλευράς του αρμόδιου Υπουργείου Υγείας, για να στελεχωθεί και να εξοπλιστεί σχεδόν ταυτόχρονα το Ιατρικό Κέντρο, για να μην υπάρξει περαιτέρω καθυστέρηση.

Οι αρμόδιοι του Υπουργείου κατάβαλλουν συνεχείς προσπάθειες για να εξοπλίσουν με τα απαραίτητα μηχανήματα τους χώρους του Ιατρικού Κέντρου σχεδόν παράλληλα με την ολοκλήρωση του Κέντρου, ώστε να μην παραταθεί η



καθυστέρηση στη λειτουργία του.

Σε πρώτο στάδιο το Ιατρικό Κέντρο θα καλύπτει τις πιο σημαντικές ειδικότητες της ιατρικής, όπως παθολογία,

καρδιολογία, παιδιατρική και οδοντιατρική. Επίσης αναμένεται να στεγαστούν οι Υπηρεσίες της Συντονιστικής Επιτροπής Αιμοδοσίας Διαφώτισης, της Ψυχι-

κής Υγείας, της Κοινοτικής Υπηρεσίας Γενικής Νοσηλευτικής.

Συνέχεια στη σελ. 7

Εβδομάδα υγείας στο Δήμο Έγκωμης

Ο ΔΗΜΟΣ Έγκωμης μέσα στα πλαίσια της κοινωνικής προσφοράς του, διοργανώνει την Α' εβδομάδα Υγείας, με τίτλο «Η πρόληψη η πιο καλή θεραπεία», που θα διαρκέσει από τις 12 μέχρι και τις 18 Νοεμβρίου 2007. Την Εβδομάδα Υγείας έχει θέσει υπό την αιγίδα ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας. Σκοπός της Εβδομάδας Υγείας αυτής είναι η σωστή

ενημέρωση των Δημοτών πάνω σε καίρια θέματα όπως είναι η παχυσαρκία και οι επιπτώσεις στην υγεία, ο καρκίνος του μαστού, η σημασία του θηλασμού και οι επιπτώσεις που έχει η παρατεταμένη χρήση των κινητών τηλεφώνων στην υγεία μας. Αναλυτικό πρόγραμμα των εκδηλώσεων.

Στη σελίδα 2.

Επικοινωνία μέσω Ηλεκτρονικού ταχυδρομείου

Ο Δήμος Έγκωμης πληροφορεί τους δημότες ότι το κοινό θα έχει την δυνατότητα τώρα να επικοινωνεί με το Δήμο και μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στα ακόλουθα τμήματα ή Υπηρεσίες του Δήμου:

Πα πληροφορίες

info@enqomi.org

Λογιστήριο

eva@enqomi.org

Τροχονόμοι

trohonomoi@enqomi.org

Λογιστήριο

yiannis@enqomi.org

elenap@enqomi.org

Ιδιαιτέρα Δημάρχου

koulla@enqomi.org

Ιδιαιτέρα Δημοτικού Γραμματέα

noni@enqomi.org

Τμήμα Παραπόνων

parapona@enqomi.org

Γραφείο Δημάρχου

mayor@enqomi.org

Υγειονομικές Υπηρεσίες

iyionomio@enqomi.org

Τεχνικές Υπηρεσίες

tjionis@enqomi.org

evaggelia@enqomi.org

technserv@enqomi.org

Πληρωμές Φόρων

foroi@enqomi.org

Η Φωνή της Έγκωμης

ΕΚΔΙΔΕΤΑΙ ΚΑΘΕ ΤΡΕΙΣ ΜΗΝΕΣ

Εκφραστικό όργανο του Δήμου Έγκωμης

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:

Η Επιτροπή Επικοινωνίας του Δήμου Έγκωμης:

Λουίζα Μαυρομάτη Αντιδήμαρχος,
Ζαχαρίας Κυριάκου, Ειρήνη Λοΐζου
Δημοτικοί Σύμβουλοι.

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:

Ερεχθείου 3, Τ.Θ. 27504
Τ.Τ. 2430, Τηλ. 22 453800

ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

F.M.W. FINANCIAL MEDIA WAY
Αρμενίας 23B, Γραφείο 101,
2003 Στρόβολος Λευκωσία
τηλ: 22342005, Fax: 22342006
e-mail:info@fmw.com.cy

ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΗ

ΛΟΓΩ ΤΗΣ ΑΝΕΓΕΡΣΗΣ ΜΕΓΑΛΟΥ ΕΜΠΟΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ

Δραστικά μέτρα για απάμβλυνση του κυκλοφοριακού προβλήματος

ΣΕ ΔΡΑΣΤΙΚΑ μέτρα θα προχωρήσει ο Δήμος Έγκωμης για τις ενδεχόμενες κυκλοφοριακές συνέπειες που θα υπάρξουν από την ανέγερση μεγάλου εμπορικού κέντρου στη λεωφόρο 28ης Οκτωβρίου στην Έγκωμη. Απαντώντας σε ανησυχίες κατοίκων ο Δήμαρχος δρ. Νίκος Παυλίδης ανέφερε στη «Φωνή της Έγκωμης» ότι ήδη έχει διεξαχθεί κυκλοφοριακή μελέτη, με βάση την οποία θα ληφθούν μέτρα για απάμβλυνση τυχόν προβλημάτων και έχουν δημιουργηθεί επίσης υπερδιπλάσιοι χώροι στάθμευσης από εκείνους που προέβλεπε το Πολεοδομικό Σχέδιο. Ο κ. Παυλίδης δήλωσε ότι το Δημοτικό Συμβούλιο παρακολουθεί στενά την όλη

κατάσταση και εάν χρειαστεί θα επέμβει, αναλαμβάνοντας την εκπόνηση δικής του κυκλοφοριακής μελέτης. Συγκεκριμένα ο Δήμαρχος Έγκωμης ανέφερε ότι τα μέτρα που θα λάβει ο Δήμος είναι:

- Θα αναπτυχθεί η λεωφόρος 28ης Οκτωβρίου, για την οποία ο Δήμος ήδη βρίσκεται στο στάδιο των προσφορών για την υλοποίηση του κατασκευαστικού έργου.
- Θα ζητηθεί τόσο από την Πολεοδομία όσο και από το Διευθυντή Κολεγίου, να κλείσουν την είσοδο και την έξοδο των χώρων στάθμευσης που είναι εντός της οικιστικής περιοχής της Έγκωμης και να εισέρχονται οι φοιτητές του

κολλεγίου της περιοχής από τη λεωφόρο Μακεδονίτισσας.

- Θα μπουν κίτρινες γραμμές, δεξιά και αριστερά του δρόμου, στις αστικές γειτονίες της περιοχής που θα απαγορεύουν τη στάθμευση.
- Θα τοποθετηθούν μικροί πάσασιοι στα πεζοδρόμια για να μην μπορούν οι δημότες να σταθμεύουν ανεξέλεγκτα στα πεζοδρόμια.

Τα θέματα αυτά έχουν ήδη τεθεί στους αρμόδιους του Τμήματος Πολεοδομίας και Οικήσεως και αναμένεται τις επόμενες ημέρες ο Δήμαρχος και τα μέλη της Δημοτικού Συμβουλίου να έχουν εκ νέου συνάντηση μαζί τους για να εξετάσουν την όλη κατάσταση.

Εβδομάδα υγείας στο Δήμο Έγκωμης

Το πρόγραμμα των εκδηλώσεων αναλυτικά:

ΔΕΥΤΕΡΑ

- 9.30 π.μ. Α' Δημοτικό Σχολείο Μακεδονίτισσας

Χαιρετισμός από τον Πρόεδρο της Επιτροπής Υγείας κ. Δημήτρη Σιεττάνη

Σεμινάριο «Σωστή συμπεριφορά χρήσης των κινητών τηλεφώνων και οι επιπτώσεις στην υγεία μας», από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα CyperEthics.

- 6.45 μ.μ. Τελετή έναρξης CINE STUDIO INTERCOLLEGE

Χαιρετισμός από τον Πρόεδρο της Επιτροπής Υγείας κ. Δημήτρη Σιεττάνη

Χαιρετισμός από το Δήμαρχο Έγκωμης Δρα Νίκο Παυλίδη

Χαιρετισμός από τον Εξοχότατο Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας κύριο κύριο Τάσσο Παπαδόπουλο

«Μεταβολικό Σύνδρομο – Επιπτώσεις στην καρδία». Ομιλητής Δρα. Κώστας Σαββίδης, Παθολόγος – Καρδιολόγος (Αέτειο Ιατρικό Κέντρο) Δεξιώστη

ΤΕΤΑΡΤΗ

- 9.30 π.μ. Β' Δημοτικό Σχολείο Έγκωμης

Σεμινάριο «Σωστή συμπεριφορά χρήσης των κινητών τηλεφώνων και οι επιπτώσεις στην υγεία μας», από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα CyperEthics.

- 6.00 μ.μ. Αίθουσα πολλαπλής χρήσης Σωματείου Ε.Θ.Α

Χαιρετισμός από τον Πρόεδρο της Επιτροπής Υγείας κ. Δημήτρη Σιεττάνη

Σεμινάριο για τον καρκίνο του μαστού από την κα. Στέλλα Κυριακίδου, Πρόεδρο του EUROPA DONNA Κύπρου Δεξιώστη

ΠΕΜΠΤΗ

- 9.30 π.μ. Α' Δημοτικό Σχολείο Έγκωμης

Σεμινάριο «Σωστή συμπεριφορά χρήσης των κινητών τηλεφώνων και οι επιπτώσεις στην υγεία μας», από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα CyperEthics

- 10.30 π.μ. Λέσχη Ηλικιωμένων

Χαιρετισμός από τον Πρόεδρο της Επιτροπής Υγείας κ. Δημήτρη Σιεττάνη

Σεμινάριο για την Τηλεβοήθεια από την κα. Ειρήνη Ρώσου Δεξιώστη

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

- 9.30 π.μ. Β' Δημοτικό Σχολείο Μακεδονίτισσας

Χαιρετισμός από τον Πρόεδρο της Επιτροπής Υγείας κ. Δημήτρη Σιεττάνη

Σεμινάριο «Σωστή συμπεριφορά χρήσης των κινητών τηλεφώνων και οι επιπτώσεις στην υγεία μας», από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα CyperEthics

- 7.00 μ.μ. Αίθουσα Β' Δημοτικού Σχολείου Μακεδονίτισσας

Σεμινάριο για τους γονείς «Σωστή συμπεριφορά χρήσης των κινητών τηλεφώνων και οι επιπτώσεις στην υγεία μας», από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα CyperEthics Δεξιώστη

ΣΑΒΒΑΤΟ

- 11.00 π.μ. Λέσχη Ηλικιωμένων

Σεμινάριο για το Θηλασμό από την κα. Ειρήνη Παφίτη -Δημητρίου ΚΥΡΙΑΚΗ

- 11.00 π.μ. Ποδηλασία «Ο γύρος της Έγκωμης» Αφετηρία Δημαρχείο Έγκωμης

Έχεις κέφι για περιπέτεια;

Γνώρισε εμάς τις οδηγούς

Η Επαρχιακή Εφορία Οδηγών Λευκωσίας ανακοινώνει την έναρξη λειτουργίας των συμπλεγμάτων της (ομάδων), στο Α' Δημοτικό

we re-build your memories...

ΤΗΛ 22711500 / 99 563907



Δ. ΜΙΧΑΗΛ TOWER 38 ΕΩΣ 41

ΕΓΚΩΜΗ ΠΕΡΙΟΧΗ HILTON PARK
ΠΟΛΥΤΕΛΗ ΟΡΟΦΟΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ
3ΩΝ - 4ΩΝ ΥΠΝ/ΤΙΩΝ

Δ. ΜΙΧΑΗΛ TOWER 23

ΕΓΚΩΜΗ
ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ - ΓΡΑΦΕΙΑ
ΔΙΑΜ/ΤΑ 1ος ΚΑΙ 3ων ΥΠΝ/ΤΙΩΝ



Δ. ΜΙΧΑΗΛ TOWER 43

ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΣΑ.
7 ΔΙΑΜ ΤΟΥ 1ος ΚΑΙ 2ο ΚΑΙ 3ων ΥΠΝ/ΩΝ
ΠΑΡΑΔΟΣΗ 30-12-08



Δ. ΜΙΧΑΗΛ TOWER 42

ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΣΑ
ΠΕΡΙΟΧΗ ΑΠΟΛΛΩΝΕΙΟ ΝΟΣΟΚ.
8 ΔΙΑΜ ΤΟΥ 1ος ΚΑΙ 2ο ΥΠΝ/ΩΝ
ΠΑΡΑΔΟΣΗ 30-12-08



Δ. ΜΙΧΑΗΛ TOWER 20

ΑΓΙΟΙ ΟΜΟΛΟΓΗΤΕΣ
10 ΔΙΑΜ/ΤΑ 2ο ΚΑΙ 3ων ΥΠΝ/ΤΙΩΝ
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΕΡΓΟΥ 30-06-09



ΛΑΚΑΤΑΜΙΑ
ΔΕΚΑ ΕΞΥΠΝΕΣ ΚΑΤΟΙΚΙΕΣ
2 ΥΠΝ/ΤΙΑ ΚΑΙ ΣΟΦΙΤΑ
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΕΡΓΟΥ 30/05/08



Δ.ΜΙΧΑΗΛ 232-235

ΜΑΚ/ΣΣΑ ΠΕΡΙΟΧΗ
ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΣΤΑΘΜΟΣ
ΟΙΚΙΕΣ 3 ΥΠΝ/ΤΙΩΝ
ΚΑΙ ΣΟΦΙΤΑΣ 195 Τ.Μ.
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΕΡΓΟΥ 30/09/07



Δ.ΜΙΧΑΗΛ TOWER 22

ΑΡΧΑΓΓΕΛΟΣ ΠΕΡΙΟΧΗ ΑΠΟΕΛ
4 ΔΙΑΜ/ΤΑ ΤΩΝ 3 ΥΠΝ/ΤΙΩΝ
ΚΑΙ ΔΩΜΑΤΙΟ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΕΡΓΟΥ 30-10-07



ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ
Δ. ΜΙΧΑΗΛ
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΙ ΛΤΔ

www.dmichael.com.cy

ΤΗΛ 22711500 / 99 563907



Ενώνεται η οδός Νέας Έγκωμης με τη Λεωφόρο Γρίβα Διγενή

«Απεγκλωβίζεται» από την απομόνωση η βιομηχανική περιοχή του Δήμου Έγκωμης

ΛΥΣΗ έδωσε ο Δήμος Έγκωμης στην απομόνωση της βιομηχανικής περιοχής με την κατασκευή της συμβολής της οδού Νέας Έγκωμης και της λεωφόρου Γρίβα Διγενή, όπου πλέον η οδός Νέας Έγκωμης συνδέεται με φάτα Τροχαίας με την Γρίβα Διγενή.

Ο Δήμος Έγκωμης προχώρησε στην υλοποίηση των κατασκευαστικών αυτών έργων, λαμβάνοντας

υπόψη αίτημα των ιδιωτικών βιομηχανικών και άλλων μονάδων καθώς και αίτημα των κατοίκων της περιοχής, για είσοδο και έξοδο από την βιομηχανική περιοχή απευθείας πάνω στην Γρίβα Διγενή.

Το αίτημα αυτό των επιχειρηματιών και κατοίκων υλοποιείται σήμερα δίνοντας την δυνατότητα να εισέρχεται και εξέρχεται στην

βιομηχανική περιοχή χωρίς κανένα εμπόδιο.

Στόχος του όλου έργου είναι να δώσει στη συγκεκριμένη περιοχή, άλλη όψη, αλλά και να βελτιώσει την ποιότητα ζωής των επιχειρημένων κατοίκων.

Το όλο κατασκευαστικό έργο με την απευθείας πρόσβαση από και προς τη λεωφόρο Γρίβα Διγενή, θα αναβαθμίσει παράλληλα και τη βιομη-

χανική περιοχή.

Στη συμβολή των δύο δρόμων, τοποθετήθηκαν φώτα τροχαίας με διάβαση πεζών, τύπου Σταμάτη – Γρηγόρη, η οποία θα δώσει τη δυνατότητα στους δημότες της Έγκωμης να διασταυρώνουν πλέον την Γρίβα Διγενή, χωρίς κινδύνους.

Το έργο είναι Πολεοδομικό και έχει ξεπεράσει τις 200 χιλιάδες λίρες.

Ta My Gym Children's Fitness Centers

Κέντρα Εκγύμνασης Παιδιού, τώρα και στην Κύπρο

Ο ΣΥΓΧΡΟΝΟΣ τρόπος ζωής αυξάνει ολοένα και περισσότερο τα σημάδια του στα παιδιά μας. Παιδιά αδύνατα και αδύναμα να συντονίσουν την κίνηση, παιδιά παχύσαρκα με προβλήματα κινητικότητας και αυτοπεποίθησης. Παιδιά που στο πέρασμα του χρόνου εξελίσσονται σε δυστυχισμένοι ενήλικες.

Η μετάβαση της κοινωνίας μας από τον παραδοσιακό τρόπο ανάπτυξης σε έναν σύγχρονο με σύμμαχο την τεχνολογία, παρά τα σημαντικά πλεονεκτήματα που μας έδωσε, δυστυχώς παρουσιάζει κάποιες σημαντικά αρνητικές επιπτώσεις, που τείνουν να καθορίσουν την όλη διαμόρφωση και εξέλιξη της προσωπικότητας μας ξεκινώντας από την παιδική ήδη ηλικία.

Στην προσπάθεια να παρέχουμε όσο το δυνατό περισσότερα εφόδια στον τομέα της μόρφωσης στα παιδιά μας, δημιουργούμε ένα ασφυκτικό πρόγραμμα γεμάτο υποχρεώσεις, όπως ακριβώς κάνουμε και για το δικό μας χρόνο. Αγνοώντας δυστυχώς ένα σημαντικό παράγοντα που παίζει μέγιστο ρόλο στη σωστή ανάπτυξη του παιδιού. Το Σώμα. Τα σημερινά παιδιά Δεν Παίζουν γιατί δεν έχουν γειτονιές. Δεν Αθλούνται γιατί δεν έχουν τη γνώση και επίγνωση της σημασίας της άσκησης. Δεν Κινούνται γιατί ΔΕΝ EXOYX XRONO, μαθαίνοντας έτσι στην καθιστική ζωή όπως ακριβώς και οι ενήλικοι.

Η παιδική παχυσαρκία ακολουθώντας ρυθμούς ανάπτυξης αυ-

τίς των ενηλίκων, κτυπά κόκκινο πλέον σε όλο το δυτικό κόσμο και εξελίσσεται σε παγκόσμια επιδημία. Κι αυτό είναι μόνο η κορυφή του παγάρου σε ένα κοινωνικό μοντέλο που έχει παραγκώσει τη σημασία της κίνησης, της φυσικής άσκησης, της σωστής διατροφής.

Η Κύπρος δυστυχώς, κατέχει την 3η θέση μεταξύ των χωρών μελών της Ε.Ε. στα ποσοστά της παιδικής παχυσαρκίας με αυξανόμενη πορεία. Είναι εμφανές ότι στην προσπάθεια μας να δώσουμε το καλύτερο για το μέλλον των παιδιών μας, τελικά με λάθος προγραμματισμό, εμείς οι ίδιοι υπονομεύουμε αυτό το μέλλον, «παράγοντας» μη υγιή παιδιά.

Εντοπίζοντας το απόλυτο κενό στον τομέα αυτό, η A.N.P. GYM CHILDREN'S FITNESS CENTER LTD, εγκαινιάζει το πρώτο KENTRO EKGYMNAΣΗΣ ΠΑΙΔΙΟΥ στη Λευκωσία, περιοχή ΧΙΛΟΝ ΠΑΡΚ ΤΟ “MY GYM CHILDREN'S FITNESS CENTER” καλύπτοντας ηλικίες 6 εβδομάδων ως 13 ετών με ένα καινοτόμο εκπαιδευτικό πρόγραμμα εκγύμνασης.

Με εννέα διαφορετικά θεματικά προγράμματα, δίνουμε τη δυνατότητα σε όλα τα παιδιά από τα πρώτα κιόλας βήματα της ζωής τους, να συμμετέχουν σε αυτά, αποκομίζοντας τα καλύτερα

δυνατά οφέλη για τη σωματική τους και την πνευματική τους ανάπτυξη, καθώς και συμβουλές για σωστές και υγιεινότερες διατροφικές συνήθειες θέτοντας έτσι τις βάσεις για μια ποιοτική εξελικτική πορεία, όπου η κίνηση και η σωστή διατροφή θα αποτελέσουν τρόπο ζωής για τις γενιές που έρχονται.

Από τη δική μας πλευρά θέλοντας να συμβάλλουμε, στο μέτρο των δυνατοτήτων μας, ΣΑΣ ΠΡΟΣΚΑΛΟΥΜΕ να επισκεφθείτε και να δείτε από κοντά τις σύγχρονες εγκαταστάσεις μας, οι οποίες πέραν του χώρου των 150τ.μ. της αίθουσας εκγύμνασης, περιλαμβάνουν και χώρο καφετέριας 110τ.μ. για τη φιλοξενία γενεθλίων ή άλλων εκδηλώσεων. Ελάτε να πάρετε μια εικόνα από τα ειδικά σχεδιασμένα προγράμματα μας, ν' ακούστε και να συμμετέχετε στις τάξεις μας, όπου γονείς και παιδιά ζουν μοναδικές εμπειρίες απολαμβάνοντας από κοινού τα οφέλη της κίνησης και λαμβάνοντας μέρος σε πρωτότυπα εκπαιδευτικά παιχνίδια.

Κατά τη διάρκεια του OPENING μας το οποίο θα είναι στο τέλος του Οκτώβρη και θα έχει διάρκεια δύο εβδομάδες, μπορείτε να μας επισκεφθείτε, να δοκιμάσετε ΔΩΡΕΑΝ μία από τις τάξεις μας (κατόπιν ραντεβού), επωφελούμενοι της ειδικής έκπτωσης γνωριμίας 25% για προεγγραφή σε ένα από τα εννέα προγράμματα.

Για περισσότερες πληροφορίες και εγγραφές μπορείτε να μας καλέσετε στα: 77 77 2324, 99596871, 99249686.



Fitness
Made Fun
For Kids

ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΑΠΟΒΛΗΤΩΝ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

Βούθησε και εσύ...

**Σημεία τοποθέτησης
ΠΛΑΣΤΙΚΟΥ
ΜΕΤΑΛΛΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΩΝ
ΓΥΑΛΙΟΥ:
ΚΙΤΡΙΝΟ-ΜΠΛΕ - ΠΡΑΣΙΝΟ**

Για το κάθε υλικό έχει οριστεί το ανάλογο χρώμα στο container.

1. Οδός Πλουτάρχου παρά την είσοδο των γηπέδων τένις πίσω από την πισίνα Ελαιών. 3 Container 1100 L.

2. Οδός Β. Παύλου παρά την είσοδο του Β' Δημοτικού Σχολείου Έγκωμης (Παρισσινός) απέναντι από την Αρχή Αδειών. 3 Container 1100 L.

3. Παραπλεύρως του χώρου τοποθέτησης σκυβάλων του Ξενοδοχείου HILTON PARK πίσω από το «KYKKO Bowling». 3 Container 1100 L.

4. Πάρκο Ολυμπιάδας 2004, μεταξύ οδού Καλλέργη και Λ. Λυκαβητού. 3 Container 1100 L.

5. Παραπλεύρως της εισόδου Πάρκου Κεφαλόβρυσος (του Κέντρου MAKEDONITISSA PALACE) παρά την Λ. Ηρώων. 3 Container 1100 L.

6. Οδός Ουρανίας Κοκκίνου και απέναντι από είσοδο G.C.SCHOOL OF CARRIERS. 3 Container 1100 L.

Έξι σημεία δόθηκαν στο Δήμο Έγκωμης για την τοποθέτηση πλαστικού, μεταλλικών συσκευασιών, γυαλιού και (6) έξι σημεία για χαρτί. Στο πλαίσιο της εναρμόνισης της Κύπρου με το περιβαλλοντικό κεκτημένο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, εγκρίθηκε τον Απρίλη του 2002, ο περί Συσκευασιών και Αποβλήτων Συσκευασιών Νόμος Αρ. 32(I)/2002, μέσα από την οποία ονομάστηκε αρμόδια αρχή η Υπηρεσία Περιβάλλοντος. Σκοπός του Νόμου είναι η θέσπιση μέτρων για τη διαχείριση των συσκευασιών και άλλων προϊόντων με στόχο την επαναχρησιμοποίηση και την αξιοποίηση των αποβλήτων τους.

Για την υλοποίηση των πιο πάνω η Υπηρεσία Περιβάλλοντος του Υπουργείου Γεωργίας, Φυσικών Πόρων και Περιβάλλοντος, έχει ήδη αρχίσει την υλοποίηση πιλοτικού προγράμματος το οποίο θα λειτουργήσει για τη διαχείριση των αποβλήτων συσκευασίας (χαρτί / χαρτόνι, πλαστικό, γυαλί και αλουμίνιο), με τη συλλογή, μεταφορά, διαλογή και επεξεργασία τους (με ανάκτηση και ανακύκλωση), για τις Επαρχίες Λευκωσίας και Λεμεσού και Κοινότητες της Λεμεσού. Την υλοποίηση ανάλαβε η ιδιωτική εταιρεία ΗΛΕΚΤΩΡ Α.Ε., η οποία επιλέγηκε μέσα από διαδικασίες διαγωνισμού.

**Σημεία τοποθέτησης
ΧΑΡΤΙΟΥ: ΧΡΩΜΑ
CONTAINER (ΚΑΦΕ)**

1. Υπεραγορά Τάσος Αναστασίου – Οδός Γρ. Αυγεντίου 14, Έγκωμη. 2 container 1100L

2. Οδός Ουρανίας Κοκκίνου και απέναντι από είσοδο G.C.SCHOOL OF CARRIERS. 1 container 1100L

3. Οδός Β. Παύλου παρά την είσοδο του Β' Δημοτικού Σχολείου Έγκωμης (Παρισσινός) απέναντι από την Αρχή Αδειών. 1 container 1100L

4. Πάρκο Ολυμπιάδας 2004, μεταξύ οδού Καλλέργη και Λ. Λυκαβητού. 1 container 1100L

5. Παραπλεύρως του χώρου τοποθέτησης σκυβάλων του Ξενοδοχείου HILTON PARK πίσω από το «KYKKO Bowling». Μεταλλικός Συμπιεστής

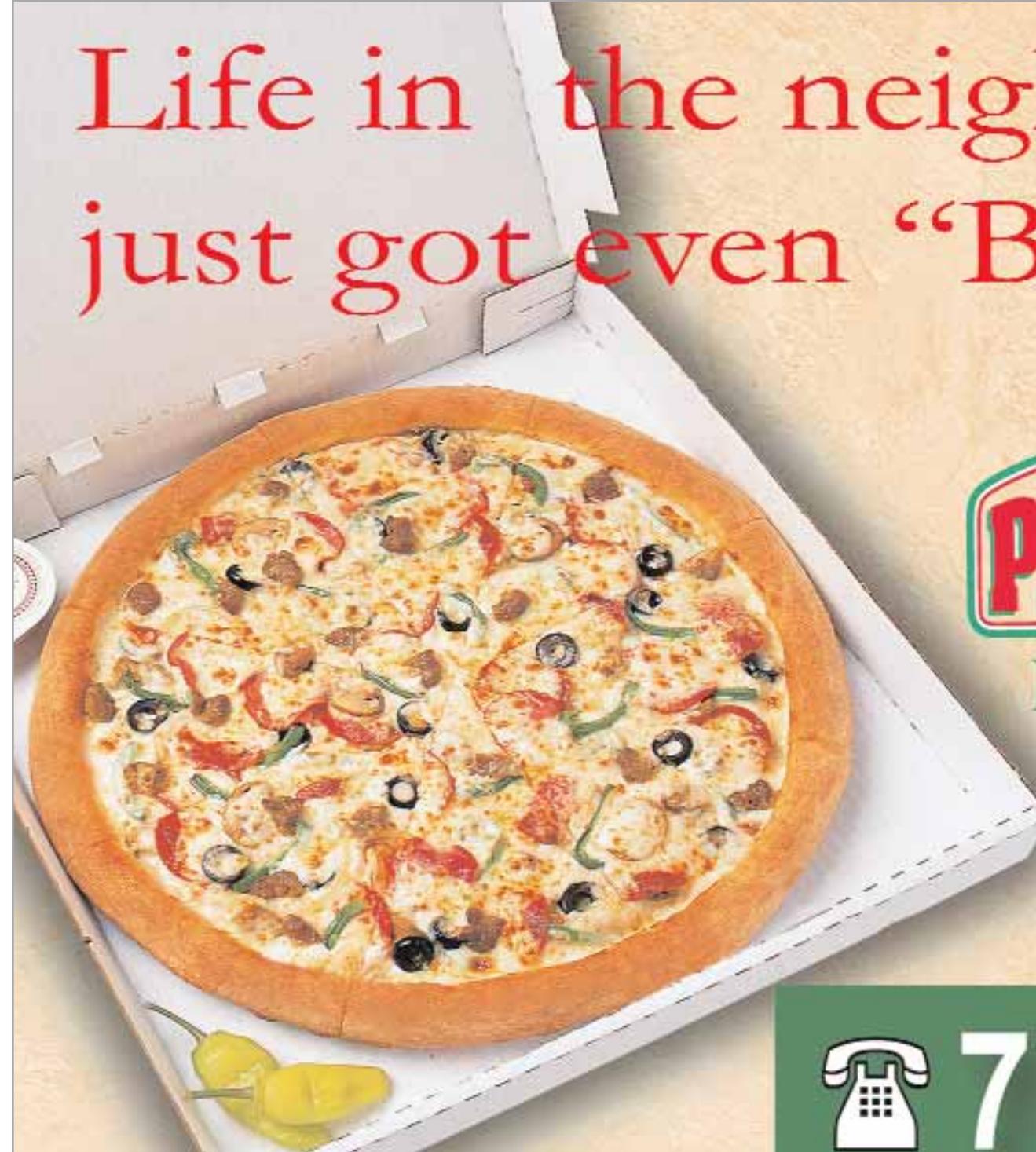
**ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΔΗΜΟΤΕΣ
Εσύ συμμετέχεις
στην ανακύκλωση;**

6. Πίσω από GREEN VALLEY (2) – Οδός Κ. Κρυστάλλη 2, Έγκωμη. Μεταλλικός Συμπιεστής

- Διαχωρίζουμε στο σπίτι μας τα ανακυκλώσιμα υλικά σε σακούλες, ανάλογα με τις ανάγκες του προγράμματος και τα μεταφέρουμε στα σημεία ανακύκλωσης που ορίζονται στο συγκεκριμένο πρόγραμμα του Υπουργείου Γεωργίας, Φυσικών Πόρων και Περιβάλλοντος.
- Τοποθετούμε τα ανακυκλώσιμα υλικά στους ειδικούς κάδους, ανάλογα με το είδος του υλικού (τα πλαστικά στον κάδο για τα πλαστικά, κλπ.). Οι υπεύθυνες εταιρείες / ανακύκλωτές θα αδειάσουν τους κάδους και θα μεταφέρουν το υλικό στις βιομηχανίες ανακύκλωσης οι οποίες και θα το επεξεργαστούν.
- Διαβάζουμε και συμβουλευόμαστε τον κατάλογο των υλικών που αναγράφεται σε κάθε κάδο.
- Προτιμούμε να αγοράζουμε προϊόντα ανακυκλώσιμα και φιλικά στο περιβάλλον.

Σίγουρα κάποιο σημείο ανακύκλωσης βρίσκεται κοντά σου. Χρησιμοποιήσε το.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τον Ανώτερο Υγειονομικό Επιθεωρητή του Δήμου Έγκωμης, Χριστόδουλο Χριστοδούλου.



PIZZA
PAPA JOHN'S
Better Ingredients.
Better Pizza.

 **77 77 77 60**

Αποκέντρωση και Ενδυνάμωση της Τοπικής Αυτοδιοίκησης

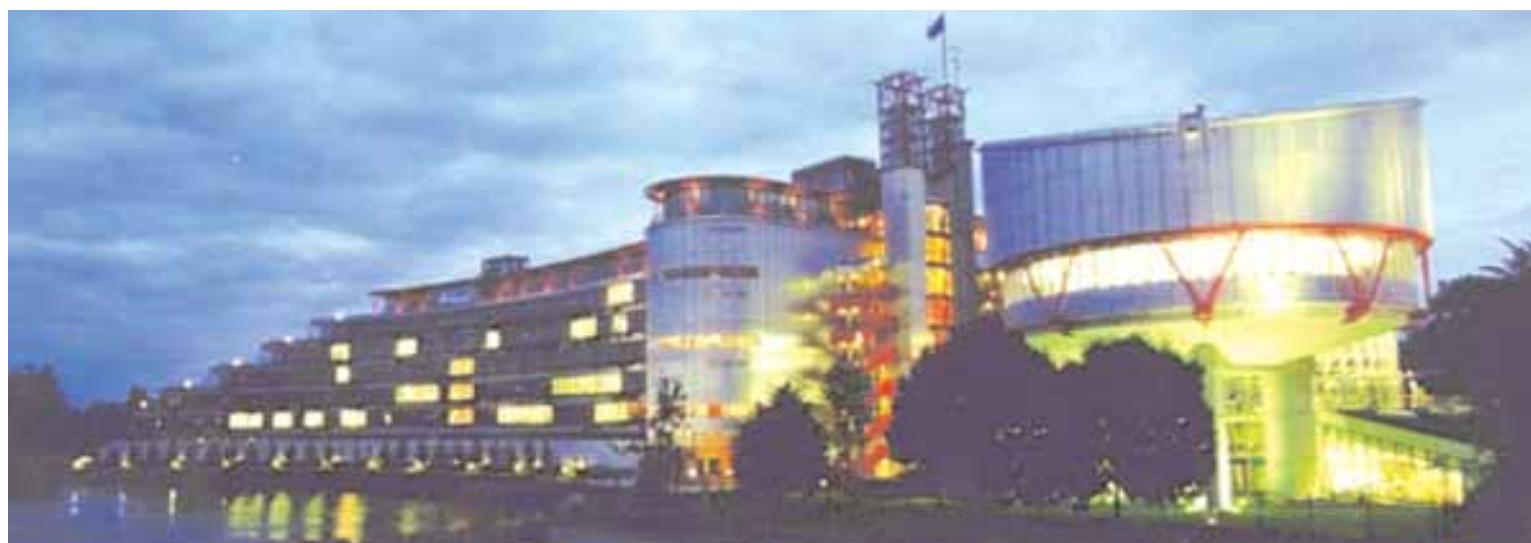
ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ χρόνια, η λογική της ενίσχυσης και ενδυνάμωσης της τοπικής αυτοδιοίκησης είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την ευρύτερη ανάγκη για αποκέντρωση.

Η ορθά δομημένη αποκέντρωση θεωρείται σήμερα ως το μέσο για σωστή διακυβέρνηση και δημοκρατική διαχείριση του δημοσίου συμφέροντος. Είναι επίσης αναντίλεκτο ότι οι εκλεγμένες τοπικές αρχές σε συνεργασία με τις εθνικές και περιφερειακές αρχές είναι οι κύριοι πρωταγωνιστές αυτής της δημοκρατικής διακυβέρνησης και διαχείρισης. Μέσα από αυτήν τη συνεργασία οι τοπικές αρχές αναδεικνύουν την αυτονομία τους στην άσκηση της εξουσίας τους με γνώμονα το δημόσιο συμφέροντα.



Η πορεία προς την αποκέντρωση απαιτεί εκτεταμένες προσπάθειες όπως αυτές που αφορούν στο κτηριακό και ιδρυματικό τομέα, γι'αυτό είναι και άμεσα συνυφασμένη με την ενίσχυση των τοπικών αρχών.

Με αυτά τα δεδομένα και τις ανάγκες, η ειδική ομάδα εμπειρογνωμόνων για την αποκέντρωση (Advisory Group of Experts on Decentralization (AGRED)) κατέληξε σε κάποιες βασικές αρχές (Guidelines) που σκοπό έχουν να συμβουλεύσουν



και να βοηθήσουν στα πλαίσια ενός διεθνούς διαλόγου αποκέντρωσης κάνοντας συστάσεις και αναδεικνύοντας τις καλύτερες πρακτικές.

Οι καθοδηγητικές αυτές αρχές υπογραμμίζουν τις βασικές αρχές της δημοκρατικής, συνταγματικής/νομικής και διαχειριστικής οπτικής της τοπικής διακυβέρνησης και αποκέντρωσης. Την ίδια ώρα στιγμή που η ειδική ομάδα θέτει τις ως άνω αρχές, τονίζεται και το γεγονός ότι οι εν λόγω αρχές θα τύχουν εφαρμογής σε χώρες με διαφορετική πολιτειακή δομή (ομοσπονδιακή, περιφερειακή ή εθνική) και με διαφορετική κουλτούρα. Ως εκ τούτου δεν είναι δυνατό να εφαρμοστούν με την ίδια ακριβώς μορφή σε κάθε κράτος μέλος των Ηνωμένων Εθνών αφού ενδέχεται να τύχουν περαιτέρω επεξεργασίας και υιοθέτησης από τα κράτη μέλη.

Το Κυβερνητικό Συμβούλιο στη 12η Συνεδρία του στο Ναϊρόμπι 5 - 8 Απριλίου 2005 υιοθέτησε την απόφαση 20/18 που αφορά στην αποκέντρωση και στην ενδυνάμωση της τοπικής αυτοδιοίκησης μετά που έλαβε υπόψη την έκθεση του Εκτελεστικού Διευθυντή του UN-HABITAT.

Με την απόφαση 20/18 το Κυβερνητικό Συμβούλιο εκτίμησε τις «βασικές αρχές» (Guidelines) και κάλεσε τις Κυβερνήσεις να τοπιθετηθούν με σχόλια επ' αυτών πριν από το τέλος του 2005 και να τις ενισχύσουν με περιπτώσεις καλής πρακτικής συνεργασίας που συνάδουν με τις τελευταίες αποφάσεις 18/11 και 19/12.

Σήμερα, τα μέλη της ειδικής ομάδας εμπειρογνωμόνων για την αποκέντρωση (AGRED), μετά από ενδελεχείς συζητήσεις έχουν υιοθετήσει το προσχέδιο ως έχει στη σημερινή του μορφή, και το οποίο

κυκλοφορεί με την ονομασία "Vancouver Draft".

Υπό το φως των ως άνω δεδομένων κινούνται τόσο οι Επιτροπές όσο και η Ολομέλεια του Κογκρέσου του Συμβουλίου της Ευρώπης. Η προσπάθεια για μείωση ή και αφάρεση αρμοδιοτήτων από την κρατική, κεντρική εξουσία και η παράλληλη ενίσχυση και ενδυνάμωση με αρμοδιότητες της τοπικής αυτοδιοίκησης είναι διεθνής τάση, τάση την οποία οφείλουμε και εμείς ως Κύπρος να ακολουθήσουμε για να μπορέσουμε να είμαστε πρωταγωνιστές των διαδικασιών και των αποφάσεων και όχι ουραγοί.

Ειρήνη Λοϊζίδου Νικολαΐδου
Δικηγόρος,
Δημοτικός Σύμβουλος Έγκωμης,
Μέλος του Κογκρέσου του Συμβουλίου της Ευρώπης

Το κάπνισμα και οι βλαβερές συνέπειές του

Προειδοποιήσεις, οι οποίες αναγράφονται στα πακέτα τσιγάρων που πωλούνται και οι καπνιστές αγοράζουν. Ταυτοχρόνως, επισύρεται η προσοχή και στη νομοθεσία. Απαγορεύεται η πώληση σε άτομα κάτω των 18 χρόνων. Οι προειδοποιήσεις για την υγεία αγνοούνται. Με τον ίδιο τρόπο παραβιάζεται και το δικαίωμα όλων όσων επιλέγουν να μην καπνίζουν. Εκτίθενται στην κακή και βλαπτική συνήθεια του καπνιστή, με αποτέλεσμα να καθίστανται παθητικοί καπνιστές. Υπάρχει δυνατότητα να ανατραπεί αυτή η νοσηρή κατάσταση, χωρίς να προκληθεί διατάραξη που θα αγγίζει τα όρια ταξικού πολέμου με δικαιούχους καπνιστές και δικαιούχους μη καπνίζοντες;

Ή μήπως έχουμε αργοπορήσει να προλάβουμε το κακό; Και εάν όντως αυτό ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα, τι κάνουμε; Μένουμε άπραγοι και κλαίμε κυριολεκτικά τη μαύρη μοίρα μας; Αναντίλεκτα όχι.

Χρειάζεται πολιτική απόφαση για αντιμετώπιση του προβλήματος με το κάπνισμα.

Επισημαίνεται ότι οι όποιες πολιτικές υιοθετηθούν για περιορισμό του καπνίσματος για να πρωθηθούν και να εφαρμοσθούν, πρέπει να περιβάλλονται από το νομικό μανδύα, με αυστηρές μάλιστα ποινές. Δυστυχώς, η βλαπτική συνήθεια του καπνίσματος, η οποία είναι ισχυρότατη, η εξάρτηση από το κάπνισμα, η διαφήμιση προϊόντων καπνού από επώνυμους ή σταρ, θωρών όλο και περισσότερο στο κάπνισμα τους νέους μας. Τα παιδιά μας, οι νέοι μας, είναι ανοχύρωτοι σ' αυτή την εισβολή της κακής και μιμητικής συνήθειας.

Οι προσλαμβάνουσες παραστάσεις τους είναι ασφυκτικά γεμάτες από παρουσίες ανθρώπων με τσιγάρο στα χέρια. Χρειάζεται λοιπόν πολυεπίπεδη δράση, σε πολιτικό επίπεδο αλλά και επιστημονικό. Με συνετή προσπάθεια και την αμέριστη συμπαράσταση και στήριξη του κράτους, πολιτείας, οργανωμένων συνόλων διαλαμβανομένης και της Ευρωπαϊκής Ένωσης και των πολιτικών της που εφάρμοσε σε άλλες χώρες, η Κύπρος μπορεί να φθάσει σε κάποιο επίπεδο των ασθενειών που προέρχονται από

**Το κάπνισμα μπορεί να προκαλέσει αργό και επώδυνο θάνατο.
Το κάπνισμα σκοτώνει**



το κάπνισμα.

Το Φεβρουάριο του 2007, με πρωτοβουλία του Υπουργού Υγείας, συστάθηκε Επιτροπή Δημιουργίας Φορέα Ελέγχου του Καπνίσματος. Η ενέργεια του Υπουργού Υγείας, εντάσσεται στην Ευρωπαϊκή οδηγία, με βάση την οποία η Κύπρος έχει υποχρέωση ως κράτος να προχωρήσει στη δημιουργία φορέα που θα εφαρμόσει μια στρατηγική για αντιμετώπιση του καπνίσματος, όπως έγινε και στις άλλες Ευρωπαϊκές χώρες.

Η Επιτροπή αυτή αναλαμβάνει το ρόλο του Task Force, ο οποίος αναπτύσσεται στο στρατηγικό σχέδιο του Πανεπιστημίου του (A Strategic Plan for Tobacco Control in Cyprus). Στόχος αυτής της επιτροπής είναι να μελετήσει το στρατηγικό σχέδιο, να αναλάβει δημόσιο διάλογο και να διαμορφώσει ένα τελικό σχέδιο στρατηγικού σχεδίου, το οποίο θα πρωθηθεί από το Υπουργείο Υγείας στο κοινοβούλιο, προκειμένου να θεσπιστεί νομοθεσία. Επισημαίνεται και υπογραμμίζεται ότι μόνο με πολιτική απόφαση μπορεί η Επιτροπή να δράσει και να υλοποιήσει το πρόγραμμα της με συγκεκριμένα και θετικά αποτελέσματα.

Πυλώνες της πολιτικής που θα πρωθήσει η Εθνική Επιτροπή Ελέγχου του καπνίσματος είναι:

- Η ανάπτυξη εκπαιδευτικών προγραμμάτων για αποθάρρυνση του καπνίσματος στους νέους και ενήλικες.
- Εφαρμογή προληπτικών προγραμμάτων σε σχολεία, χώρους εργασίας και άλλων χώρων.
- Δημιουργία και διατήρηση κλινικών διακοπής του καπνίσματος σε δημόσια νοσοκομεία.
- Δημιουργία άλλων υπηρεσιών, όπως τηλεφωνική, για στήριξη όσων θέλουν να διακόψουν το κάπνισμα. Προώθηση προγραμμάτων απεξάρτησης από τη νικοτίνη.
- Επιχορηγημένες εκπομπές τηλεοπτικές και ραδιοφωνικές με αντικείμενο την ενημέρωση για την βλαπτικότητα του καπνού.
- Αύξηση των τιμών των τσιγάρων διά επιβολής φορολογίας.
- Δημόσιες εκστρατείες εναντίον του καπνίσματος και ενημέρωση του κοινού για τους κινδύνους.
- Απαγόρευση του καπνίσματος στους χώρους εργασίας, στα εστιατόρια και στους δημόσιους χώρους.

Είναι πολύ βασικό, οι όποιες προσπάθειες γίνουν για περιορισμό του καπνίσματος και στην Κύπρο, να γίνουν στη βάση της συλλογικότητας. Οι προσπάθειες πρέπει επίσης να εδράζονται στην ανάπτυξη δημόσιου διαλόγου με διάφορες ομάδες ατόμων, έτσι ώστε να αποφευχθούν συγκρουόμενες απόψεις. Αντίθετα, η προσπάθεια θα πρέπει να χαρακτηρίζεται από ισορροπία και σεβασμό στο συνάνθρωπο.

**Έλενα Σταύρου- Δημοσιογράφος
Μέλος της Επιτροπής Δημιουργία Φορέα Ελέγχου του Καπνίσματος- Υπ. Υγείας
Σχολική Έφορος Έγκωμης
Μέλος Επ. KOA «Αθλητισμός & Γυναίκα».**

ΕΓΚΥΚΛΙΟΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΥΡΩ

Τι θα γίνει με τις επιταγές και τα άλλα μέσα πληρωμών εκτός των μετρητών;

ΟΠΩΣ είναι γνωστό, με απόφαση του Συμβουλίου των Υπουργών Οικονομικών της Ευρωπαϊκής Ένωσης, στις 10 Ιουλίου 2007, καθορίστηκε η τιμή μετατροπής της λίρας Κύπρου σε ευρώ: $μ1 = €0,585274$. Η τιμή αυτή θα ισχύσει την 1η Ιανουαρίου 2008, ημέρα κατά την οποία το ευρώ θα γίνει το δικό μας νόμισμα.

Μέχρι την 31η Δεκεμβρίου 2007, η κυπριακή λίρα θα συνεχίσει να είναι το μόνο νόμισμα της Κύπρου και το ευρώ θα συνεχίσει να αποτελεί ξένο νόμισμα για την Κύπρο. Τα συμβόλαια που υπογράφτηκαν ή θα υπογραφτούν πριν από την 1.1.2008, αλλά θα συνεχίζουν να βρίσκονται σε ισχύ μετά την ημερομηνία αυτή (π.χ. ενοικιαστήρια, έγγραφα, πωλητήρια έγγραφα, συμβόλαια για αγορά υπηρεσιών ή προϊόντων κλπ.), θα εξακολουθήσουν να ισχύουν και μετά την εισαγωγή του ευρώ, με τους ίδιους όρους.

Το μόνο που επηρεάζεται είναι ότι όπου γίνεται αναφορά σε πληρωμή ή ποσό σε κυπριακές λίρες, η αναφορά αυτή θα θεωρείται αυτόματα ως αναφορά στο αντίστοιχο ποσό σε ευρώ, με βάση την τιμή μετατροπής και στρογγυλοποιημένο σε 2 δεκαδικά ψηφία, σύμφωνα με τους σχετικούς ευρωπαϊκούς κανονισμούς, που περιγράφονται στο ενημερωτικό δελτίο αρ. 5.

Οι πληρωμές με επιταγές, κάρτες ή άλλα μέσα εκτός των μετρητών θα γίνονται αποκλειστικά σε ευρώ από την 1.1.2008. Οι τράπεζες και τα συνεργατικά πιστωτικά ιδρύματα θα εφοδιάσουν έγκαιρα (πριν από την 1.1.2008) τους πελάτες τους με βιβλιάρια επιταγών σε ευρώ.



Διάλεξη για το ΕΥΡΩ από το Δήμο Έγκωμης



Διάλεξη για το ευρώ, θα διοργανώσει ο Δήμος Έγκωμης. Μετά από συνεδρία της αρμόδιας Επιτροπής του Δήμου Έγκωμης αποφασίστηκε να διοργανωθεί διάλεξη, η οποία θα ενημερώσει και θα βοηθήσει τους δημότες σχετικά με το ευρώ. Η διάλεξη αναμένεται να πραγματοποιηθεί στο τέλος Νοεμβρίου και θα μιλήσουν ειδικοί που έχουν ανάλαβει τη διαφύτιση του κοινού για το ευρώ. Η εκδήλωση θα είναι ανοικτή για όλους τους δημότες της Έγκωμης. Περισσότερες λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν σύντομα.

Λειτουργεί το Ιατρικό Κέντρο

Συνέχεια από 1η σελίδα

ΑΚΟΜΗ θα λειτουργούν εργαστήρια χημικών αναλύσεων, φαρμακείο και άλλα βοηθητικά τμήματα. Ιδιαίτερη έμφαση έχει δοθεί και στους χώρους αναμονής, αλλά και στους εξωτερικούς χώρους του Κέντρου, έτσι ώστε το περιβάλλον να είναι ευχάριστο στους επισκέπτες ασθενείς.

Στόχος του Δήμου Έγκωμης είναι το Κέντρο Υγείας να είναι σύγχρονο, άρτια εξοπλισμένο και στελεχωμένο με ιατρικό και παραϊατρικό προσωπικό, ενώ θα ανταποκρίνεται πλήρως στις ανάγκες και απαιτήσεις του Δήμου και των γύρω περιοχών.

Ο Δήμος έθεσε εδώ και χρόνια ως επιτακτική ανάγκη τη δημιουργία του Κέντρου αυτού, για να μπορούν να εξυπηρετούνται οι δημότες της Έγκωμης, λόγω της μετακίνησης του Γενικού Νοσοκομείου Λευκωσίας στην περιοχή Αθαλάσσας και ειδικότερα για τα άτομα της τρίτης ηλικίας, τα οποία δεν θα μπορούν να μεταφέρονται τόσο μακριά.

Υπενθυμίζεται ότι ο θεμέλιος λίθος του έργου κατέθηκε στις 4 Νοεμβρίου 2005 από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας Τάσο Παπαδόπουλο, στην παρουσία του τότε Υπουργού Υγείας Ανδρέα Γαβριηλίδη, βουλευτών, του Δημάρχου Δρ. Νίκου Παυλίδη, των μελών του τότε Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Έγκωμης και πλήθος κόσμου.



*O Coffeeway τρόπος,
τώρα και στη γειτονιά μας!*

**Τιμές γνωριμίας
μέχρι 30 Νοεμβρίου '07**

-10%



φρεσκοκομμένοι καφέδες,
σοκολατένιες λιχουδιές, απολαυστικά σπιτικά βουτήματα,
θαυμάσια γλυκά κουταλιού, λαχταριστά λουκούμια,
εξαιρετικές σπιτικές μαρμελάδες, αγνό θυμαρίσιο μέλι,
πρωτότυπα ζελεδάκια και καραμέλες.

μηχανές espresso, καφετιέρες, μπρίκια, σέικερ
κουτιά φύλαξης, δίσκοι, μύλοι αλέσεως

μοναδικές συλλογές σε φλυτζάνια, κούπες, ποτήρια
θερμός, τσαγιέρες,

μεγάλη ποικιλία σε τσάι, ροφήματα σοκολάτας και κακάο
προϊόντα μαστίχας, κράπες
και μοναδικές ιδέες για δώρα...



Μεταξύ Δήμου Έγκωμης και της Διοικητικής Περιφέρειας «Arbat» του Δήμου της Μόσχας

Ισχυροί δεσμοί φιλίας και συνεργασίας

ΣΧΥΡΟΥΣ δεσμούς αδελφικής φιλίας και συνεργασίας, κτίζουν ο Δήμος Έγκωμης και η Διοικητική Περιφέρεια «Arbat» της Κεντρικής Διοικητικής Επαρχίας (ΚΔΕ) της Μόσχας (Ρωσική Ομοσπονδία). Από της 14 Σεπτεμβρίου ο Δήμος Έγκωμης είναι αδελφοποιημένος με τη Διοικητική Περιφέρεια Arbat της Μόσχας. Στόχος των δύο πλευρών είναι η ανάπτυξη σχέσεων συνεταιρισμού και συνεργασίας μεταξύ τους και προς όφελος των πολιτών τους, καθώς και η ενίσχυση των σχέσεων μεταξύ της Κύπρου και της Ρωσίας γενικότερα.

Η τελετή αδελφοποίησης πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 14 Σεπτεμβρίου στο ξενοδοχείο Holiday Inn Λευκωσίας, μέσα σε έντονο κλίμα συγκίνησης και βαθιάς αλληλοεκτίμησης.

Το πρόγραμμα ξεκίνησε με αγιασμό και χαιρετισμούς από το Δήμαρχο Έγκωμης δρα. Νίκο Παυλίδη και τον Πρόεδρο της Περιφέρειας «Arbat» της Μόσχας Aleksey V. Sadikov, τον πρέσβη της Ρωσίας στην Κύπρο Andrey A. Nesterenko και την Υπουργό Εξωτερικών δρα. Ερατώ Κοζάκου - Μαρκουλή. Σημαντικότερη στιγμή της τελετής υπήρξε η υπογραφή του πρωτοκόλλου Αδελφοποίησης μεταξύ του Δήμου Έγκωμης και της Διοικητικής Περιφέρειας «Arbat» της Κεντρικής Διοικητικής Επαρχίας της Μόσχας, η οποία πραγματοποιήθηκε με όλη την επισημότητα που απαιτεί το πρωτόκολλο και ολοκληρώθηκε με την ανταλλαγή δώρων.

Ακολούθησε καλλιτεχνικό πρόγραμμα από το συγκρότημα «Ρίζες», το οποίο κατενθουσίασε με τους παραδοσιακούς κυπριακούς χορούς. Αξίζει να αναφερθεί ότι οι εκπρόσωποι και των δύο αντιπροσωπειών εξέφρασαν την άποψη ότι αυτή η συνεργασία και η συναντήληψη που δημιουργήθηκε μεταξύ των πλευρών πρέπει να αξιοποιηθεί όσο



Αδελφοποιήθηκαν
στις 14
Σεπτεμβρίου
σε τελετή
που έγινε
στη Λευκωσία



Στο πλαίσιο της αδελφοποίησης οι δύο πλευρές υπέγραψαν πρωτόκολλο συμφωνίας στο οποίο αναφέρεται ότι:

- Θα πρέπει να συνδράμουν στην ανταλλαγή εμπειριών, πληροφοριών, γνώσεων στους διάφορους τομείς της Τοπικής Αυτοδιοίκησης και της διαχείρισης δημοτικών υπηρεσιών, της οικονομίας, των συγκοινωνιών, της ενεργειακής πολιτικής, της πολεοδομίας, της ανάπτυξης της υποδομής των δήμων και προς άλλες κατευθύνσεις.
- Θα αναπτύσσουν τη συνεργασία στους τομείς πολιτισμού, της διατήρησης της πολιτιστικής και ιστορικής κληρονομιάς, της πολιτικής όσον αφορά την οικογένεια και τη νεολαία, των κοινωνικών υπηρεσιών, της προστασίας της υγείας, της εκπαίδευσης όπως και στους τομείς του αθλητισμού, τουρισμού και των μέσων μαζικής ενημέρωσης.
- Θα παρέχουν βοήθεια στους οικονομικούς παράγοντες, πρώτιστα στον τομέα των μικρών και μεσαίων επιχειρήσεων, στην εγκαθίδρυση και ανάπτυξη των εμπορικών και οικονομικών σχέσεων.
- Θα ενεργοποιούν, με σόχο την ανάπτυξη της συνεργασίας τους, τις μη κυβερνητικές οργανώσεις και συλλόγους νεολαίας.

Η Ρωσική αντιπροσωπεία αναχώρησε από την Κύπρο στις 18 Σεπτεμβρίου με «γεμάτες τις βαλίτσες» της από φιλοξενία, ισχυρούς δεσμούς φιλίας και προσφοράς εκτίμησης από τους Εγκωμίτες.

καλύτερα γίνεται τόσο στο παρόν όσο και στο μέλλον.

Η αντιπροσωπεία της Διοίκησης της περιοχής «Arbat» έφθασε στην Κύπρο στις 13 Σεπτεμβρίου αποτελούμενη από τον Πρόεδρο της Διοίκησης Aleksey V. Sadikov και άλλους επίσημους. Στο πλαίσιο της επίσκεψης της γνώρισε από κοντά την περιοχή της Έγκωμης και την κυπριακή φιλοξενία. Κατά την παρουσία της στην Κύπρο, η Ρωσική αντιπροσωπεία επισκέφθηκε και κατάθεσε στεφάνια στον Τύμβο της Μακεδονίτισσας και στα φυλακισμένα μνήματα.

Επίσης η αντιπροσωπεία επισκέφθηκε την Ιερά Μονή Κύκκου, το μουσείο και τον τάφο του Αρχιεπισκόπου Μακαρίου στο Θρονί, το οδόφραγμα της Δερύνειας, αρχαιολογικά αξιοθέατα της ελεύθερης Κύπρου, τα ορεινά θέρετρα και άλλους αξιόλογους τόπους του νησιού.





Χορηγός φιλοξενίας του διεθνούς τουρνουά καλαθοσφαίρισης «Μπασκέτόραμα Νίκος Γκάλης» ήταν ο Δήμος Έγκωμης. Με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου ο Δήμος παρέθεσε δείπνο στις ξένες αποστολές από Ελλάδα, Ισραήλ και Βουλγαρία και επέδωσε στους αρχηγούς των αποστολών αναμνηστικά δώρα. Στις φωτογραφίες ο πρόεδρος επιτροπής Νεολαίας και Αθλητισμού του Δήμου, Δημοτικός Σύμβουλος Ζαχαρίας Κυριάκου επιδίει τα δώρα εκ μέρους του Δημάρχου, δρα Νίκου Παυλίδη και του Δημοτικού Συμβουλίου.



Διοργανώνεται από το Μορφωτικό Σύλλογο Έγκωμης Πολιτιστικό Φθινόπωρο 2007

Ο ΜΟΡΦΩΤΙΚΟΣ Σύλλογος Έγκωμης στα πλαίσια της πολιτικής του για πολιτιστική προσφορά, πέραν της αθλητικής, προς τους δημότες της Έγκωμης και όχι μόνο, διοργάνωσε και φέτος, για έκτη συνεχή χρονιά, σειρά πολιτιστικών εκδηλώσεων με την ονομασία «ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ 2007».

Οι εκδηλώσεις έγιναν από τις 5 έως τις 21 Σεπτεμβρίου, στο αμφιθέατρο του Intercollage, σε πάρκα του Δήμου και στην αυλή του Μορφωτικού Συλλόγου. Όλες οι εκδηλώσεις ήταν δωρεάν για το κοινό και τελούσαν υπό την αιγίδα του Προέδρου της Βουλής των Αντιπροσώπων, Γενικού Γραμματέα του ΑΚΕΛ κ. Δημήτρη Χριστόφια.

Το πρόγραμμα περιελάμβανε τις πιο κάτω εκδηλώσεις όπως:

Θεατρικές παραστάσεις, βραδιά κυπριακής ποίησης με τους λαϊκούς ποιητές Αντώνη Γαβριήλ Παπά, Αντώνης Κατσαντώνης και η Λένια Τακκούση-Χριστοφόρου, μουσική βραδιά, θερινό κινηματογράφο και ψυχαγωγικό πρόγραμμα για παιδιά. Κηρύσσοντας την έναρξη του Πολιτιστικού Φθινοπώρου 2007, η Πρόεδρος του Μορφωτικού Συλλόγου Έγκωμης δρ. Ειρήνη Χατζηχαραλάμπους ανέφερε μεταξύ άλλων και τα εξής:

«Η ιδρυση και δημιουργία του συλλόγου μας χρονολογείται από πολύ παλιά. Είναι ένα από τα παλαιότερα και ιστορικά σωματεία του Δήμου Έγκωμης, με πορεία 65 χρόνων και προσφορά στα κοινά από το 1942...»

Με επίμονες και επίπονες προσπάθειες πολλών χρόνων αποκτά το δικό του ιδιόκτητο χώρο κοντά στην εκκλησία του Αγίου Νικολάου. Την πολιτιστική προσφορά του Συλλόγου, συμπληρώνει η έντονη δραστηριοποίηση του στα αθλητικά δρώμενα...

Η Επιτροπή του Μορφωτικού Συλλόγου Έγκωμης, δεν θα μπορούσε να μείνει απαθής στην έξαρση της υπο-



κουλτούρας, που απειλεί την πολιτιστική και κοινωνική μας μόρφωση. Έχοντας ως πρότυπο την πολιτιστική συνεισφορά και την ιστορία του Συλλόγου αυτού, αποφάσισε πριν από 6 χρόνια τη διοργάνωση του Πολιτιστικού Φθινοπώρου. Ένας θεσμός που εδώ και 6 χρόνια, προσφέρει στους δημότες της Έγκωμης και όχι μόνο, την ευκαιρία να παρακολουθήσουν δωρεάν πλούσιο πρόγραμμα το οποίο αποτελείται από 7 με 8 εκδηλώσεις.

Με μεγάλη μας ευχαριστηση, βλέπουμε το θεσμό αυτό να αγκαλιάζεται θερμά από τους δημότες, δίνοντας έτσι θε-

τική ανατροφοδότηση στην εκάστοτε επιτροπή να συνεχίσει την προσπάθεια αυτή.

Κλείνοντας την ομιλία της η δρ. Χατζηχαραλάμπους ευχαρίστησε θερμά τον επίσημο χορηγό του Μορφωτικού Συλλόγου το Συνεργατικό Ταμευτήριο Έγκωμης καθώς και τους άλλους χορηγούς, τις Πολιτιστικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, το Δήμο Έγκωμης, τον Οργανισμό Νεολαίας Κύπρου, το Intercollage, το Φαρμακείο «Milano» και την Εταιρεία Unifaster Trading Ltd».

ΣΥΝΕΔΡΙΟ
Έτσι
φτάνεις
στην
κορυφή

ΣΥΝΕΔΡΙΟ Νεολαίας με θέμα, «έτσι φτάνεις στην κορυφή», προγραμματίζει ο Δήμος Έγκωμης, την Πέμπτη 29 Νοεμβρίου. Η Επιτροπή Νεολαίας και Αθλητισμού του Δήμου, εργάζεται εντατικά για την άφογη διοργάνωση του συνεδρίου, στο οποίο θα παρευρεθούν και θα έχουν διάλογο με το ακροατήριο επιτυχημένοι Κύπριοι νέοι, που διακρίνονται σε διάφορους τομείς, όπως τον αθλητισμό, τις τέχνες και τα γράμματα. Θα ξεδιπλώσουν στο ακροατήριο σημαντικές πτυχές της πορείας τους προς τη διάκριση και θα απαντήσουν σε ερωτήσεις. Το συνέδριο θα πραγματοποιηθεί στο αμφιθέατρο του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Κύπρου (τέως Cyprus College), με τη συμμετοχή και συνεργασία του αθλητικού ομίλου των φοιτητών του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου. Η συμμετοχή στο Συνέδριο είναι ελεύθερη. Περισσότερες λεπτομέρειες και το αναλυτικό πρόγραμμα θα ανακοινωθούν σύντομα.

Ίδρυση ποδοσφαιρικής Ομάδας Νέων Δήμου Έγκωμης

ΤΗΝ ΙΔΡΥΣΗ Ποδοσφαιρικής Ομάδας Νέων Δήμου Έγκωμης ανακοινώνει ο Δήμος.

Στην ομάδα μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή παιδιά ηλικίας 12-15 ετών.

Η ομάδα θα προπονείται στο γήπεδο του Κύκκου (πλησίον Cyprus College) που το εξασφάλισε κάθε Τετάρτη μεταξύ των ωρών 3 μ.μ.

- 4.30 μ.μ. κάθε Παρασκευή, μεταξύ των ωρών 4:30 μ.μ.- 6:00μ.μ.

Οι προπονήσεις θα γίνονται υπό την εποπτεία ειδικευμένων προπονητών.

Οι ενδιαφερόμενοι παρακαλούνται όπως επικοινωνήσουν με την κα. Αφροδίτη Χατζηχαραλάμπη (τηλ:22453856) για να τους διοθούν οι αναγκαίες πληροφορίες.





Η χορωδία του Δήμου Έγκωμης τραγούδησε στα Χανιά της Κρήτης

ΤΙΣ ΚΑΛΥΤΕΡΕΣ εντυπώσεις άφησε η χορωδία του Δήμου Έγκωμης στα Χανιά της Κρήτης. Συμμετείχε στους εορτασμούς του Πολιτιστικού Φεινοπάρου που διοργανώνει κάθε χρόνο με μεγάλη επιτυχία ο Δήμος Χανίων. Μέλη της χορωδίας υπό το μαέστρο Γιώργο Λοΐζου και με την συνοδία του Προέδρου της Πολιτιστικής Επιτροπής του Δήμου Έγκωμης Παύλο



Παύλου και τη Δημοτική Σύμβουλο Αναστασία Στυλιανού επισκέφθηκαν το Δήμο Χανίων από τις 26 μέχρι τις 30 Σεπτεμβρίου. Να σημειωθεί ότι ο Δήμος Έγκωμης είναι αδελφοποιημένος με το Δήμο Χανίων.

Στο Φεστιβάλ έλαβαν μέρος εκτός από τη βραβευμένη χορωδία του Δήμου Έγκωμης, η χορωδία του Δήμου Χανίων και το χορευτικό συγκρότημα Χανίων «Ψηλορείτης».

Η εμφάνιση της χορωδίας του Δήμου ήταν ξεχωριστή, καθώς εντυπωσίασε τους παρευρισκόμενους με πατριωτικά και κυπριακά τραγούδια, καθώς και δύο κρητικές μαντινάδες.

Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης στα Χανιά η Κυπριακή αντιπροσωπεία είχε συνάντηση στο Δημαρχείο Χανίων, με το Δήμαρχο και τα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, όπου συζήτησαν τρόπους για την περαιτέρω ενδυνάμωση και σύσφιξη των αδελφικών σχέσεων μεταξύ των δύο Δήμων. Στη συνέχεια αντάλλαξαν αναμνηστικά δώρα.

Οι καλύτερες σπιγμές του λαϊκού μας τραγουδιού από το Μάριο Μελετίου



Μια ξεχωριστή βραδιά προσέφερε ο Δήμος Έγκωμης σε όσους παρευρέθηκαν στη μουσική βραδιά με τη λαϊκή ορχήστρα του ΡΙΚ υπό τη Διεύθυνση του Μάριου Μελετίου. Σε μια βραδιά κάτω από το φώς του φεγγαριού απόλαυσαν τις μεγαλύτερες λαϊκές επιτυχίες.

Η μουσική βραδιά με τίτλο «Οι καλύτερες σπιγμές του λαϊκού μας τραγουδιού» πραγματοποιήθηκε στις 16 Σεπτεμβρίου στο πάρκο του ποτνιακού Ελληνισμού στην Έγκωμη. Παρόντες στην εκδήλωση ήταν και τα μέλη της αντιπροσωπείας από τη Μόσχα, οι οποίοι ήρθαν στην Κύπρο με σκοπό την αδελφοποίηση με το Δήμο Έγκωμης.



N. CHRYSANTHOU DEVEL. CO LTD

**ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ΟΙΚΙΕΣ
ΣΕ ΠΡΟΝΟΜΙΟΥΧΕΣ
ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΤΟΥ
ΔΗΜΟΥ ΕΓΚΩΜΗΣ**

Για πληροφορίες στο τηλ: 99688988

ΛΕΣΧΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

Προσκύνημα στον Άγιο Νικόλαο της Στέγης και γεύμα με το βιολιστή της Έγκωμης

ΜΕΓΑΛΗ επιτυχία σημείωσε η εκδρομή των ηλικιωμένων του Δήμου Έγκωμης, στον Άγιο Νικόλαο Στέγης στην Κακοπετριά που έγινε στις 20 Σεπτεμβρίου. Πρωτοφανής ήταν η συμμετοχή των ατόμων που δήλωσαν συμμετοχή.

Στην εκδρομή έλαβαν μέρος 200 ηλικιωμένοι της Έγκωμης, οι οποίοι απόλαυσαν το πρόγευμα τους στο εστιατόριο «ΕΠΙΛΟΓΗ» στην Ευρύχου και μετά επισκέφθηκαν το εμφιαλωτήριο της ΚΕΟ όπου παρακολούθησαν με μεγάλο ενδιαφέρον τον τρόπο εμφιάλωσης του νερού «ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ».

Ακολούθησε προσκύνημα στην εκκλησία του Αγίου Νικολάου της Στέγης και μετά γεύμα στο εστιατόριο «ΧΡΥΣΑΝΘΗΣ» στην Κακοπετριά. Εκ μέρους του Δημάρχου και του Δημοτικού Σύμβουλου χαιρέτισε τους εκδρομείς ο Πρόεδρος της Επιτροπής Υγείας και Κοινωνικής Πρόνοιας, Δημοτικός Σύμβουλος Δημήτρης Σιεττάνης, ο οποίος μεταξύ άλλων ανέφερε ότι από τους ύψιστους στόχους του Δήμου είναι η άμεση επαφή και ευημερία των δημοτών του της τρίτης ηλικίας.

Κατά την διάρκεια του γεύματος τους, οι συνδημότες μας είχαν μια πολύ ευχάριστη έκπληξη από τον μαέστρο Μιχάλη Γιασεμίδη, ο οποίος με το βιολί του έδωσε μια ευχάριστη νότα στην όλη εκδρομή, προσφέροντας την ευκαιρία στους ηλικιωμένους να τραγουδήσουν και να χορέψουν, δίνοντας τους μάνυμα ζωής και ελπίδας.



Μαζική προσέλευση από τους Εγκωμίτες στην αιμοδοσία

ΤΑ ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΑ συναισθήματα τους έδειξαν για άλλη μια φορά οι δημότες της Έγκωμης. Μικροί και μεγάλοι παρευρέθηκαν στην αιμοδοσία που πραγματοποιήθηκε στις 17 Σεπτεμβρίου στις 7 το βράδυ στο Α' Δημοτικό Σχολείο Έγκωμης. Την αιμοδοσία διοργάνωσε η Τοπική Επιτροπή Αιμοδοσίας σε συνεργασία με το 400 Σύστημα Προσκόπων Έγκωμης και τη Συντονιστική Επιτροπή Αιμοδοσίας και Διαφώτισης Λευκωσίας. Παρόντες στην αιμοδοσία ήταν και δημοτικοί Σύμβουλοι του Δήμου Έγκωμης. Η εθελοντική αιμοδοσία είναι μια θαυμάσια πράξη αλληλεγγύης προς τον άγνωστο συνθρωπο που πάσχει και η ανταμοιβή του εθελοντή αιμοδότη είναι η ηθική ικανοποίηση για τη συνεισφορά του στη θεραπευτική αντιμετώπιση του.



Ξεπεράστηκε κατά πολύ ο αναμενόμενος αριθμός

Μεγάλο ενδιαφέρον επιδεικνύουν φέτος οι μικροί Εγκωμίτες για την παιδική Λέσχη

ΜΕΓΑΛΗ είναι η συμμετοχή φέτος μαθητών της Έγκωμης στην Παιδική Λέσχη του Δήμου Έγκωμης. Ο αριθμός των μικρών παιδιών για πρώτη φορά ξεπέρασε κατά πολύ τα 45, γεγονός που δημιούργησε νέες ανάγκες για την Παιδική Λέσχη, τις οποίες ο Δήμος επιλήφθηκε άμεσα, τοποθετώντας περισσότερες φροντίστριες στο πρόγραμμα.

Η Λέσχη προσφέρεται καθημερινά ως μια πολύ καλή λύση για τους εργαζόμενους γονείς της περιοχής να αφήνουν τα παιδιά τους σε ένα περιβάλλον γεμάτο ευτυχία, ασφάλεια και ψυχαγωγία. Παράλληλα, αξιοποιείται χρήσιμα ο χρόνος των παιδιών προετοιμάζοντας τα μαθήματα της επόμενης ημέρας για το Δημοτικό σχολείο. Κατά την διάρκεια της μελέτης τους, η Διευθύντρια της Λέσχης κα. Γιώτα Αντωνιάδου, πτυχιούχος δασκάλα, τα βοηθά με το διάβασμα των μαθημάτων τους.

Από τη 1η Σεπτεμβρίου, η Παιδική Λέσχη δέχεται παιδιά από 5 εώς 12 ετών και λειτουργεί από τη 1 το μεσημέρι μέχρι τις 6 το απόγευμα.

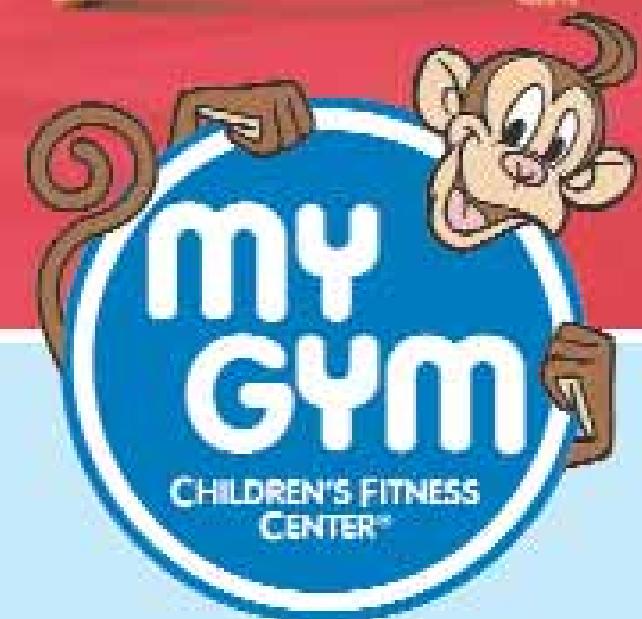
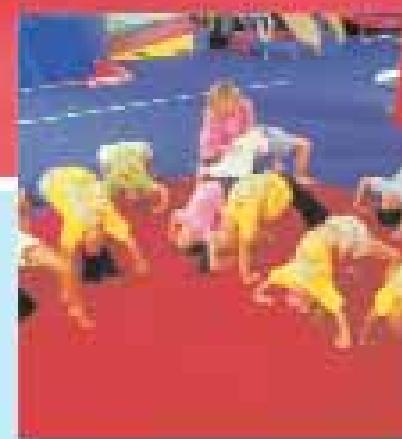
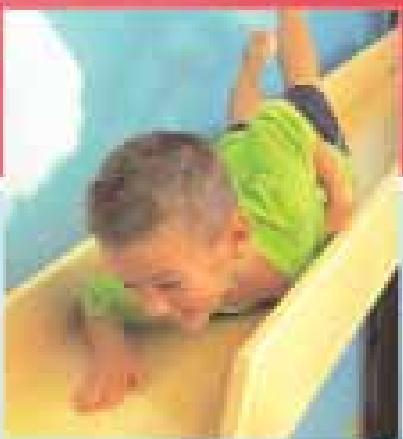
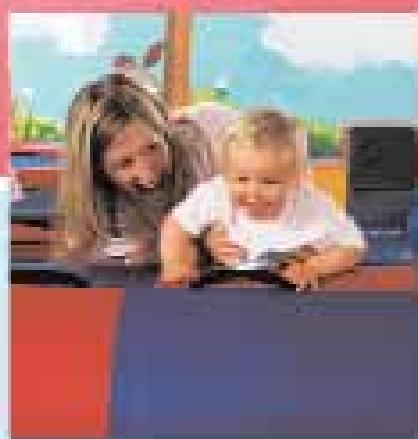
Τα παιδιά μεταφέρονται μετά το τέλος των σχολικών μαθημάτων στη Λέσχη με ειδικό λεωφορείο του Δήμου Έγκωμης, με συνοδεία δασκάλας- φροντίστριας.

Η Παιδική Λέσχη προσφέρει στους μικρούς μαθητές πλούσιο και υγιεινό γεύμα και απογευματινό ρόφημα, με γλυκό ενώ έχουν την ευκαιρία να ασχοληθούν με διάφορες ψυχαγωγικές και εκπαιδευτικές ασχολίες, όπως κουκλοθέατρο, χορό, τραγούδι και άλλα.

Από φέτος ο Δήμος Έγκωμης έχει αναλάβει να χρηματοδοτεί κάποια προγράμματα της Λέσχης, όπως μαθήματα διδασκαλίας χορού και ομαδικά παιγνίδια, όπως καλαθόσφαιρα και ποδόσφαιρο.

Η Παιδική Λέσχη, η οποία στεγάζεται στην οδό Βασιλέως Παύλου, εντός του κτιρίου του Β' Δημοτικού Σχολείου Έγκωμης, παραμένει ανοικτή και τις σχολικές αργίες ενώ κατά τη διάρκεια των θερινών διακοπών λειτουργεί σε ολοήμερη βάση.

Για περισσότερες πληροφορίες καθώς και για δηλώσεις συμμετοχής τηλεφωνήστε στο Δήμο Έγκωμης στο τηλ. 22453859.



Τημπλάρεστε τη σπουδή σας και απολαύστε τα καλούντα μας πηγήρια fax: 22 373311, ή σπούδαστε μαζί μας στη τηλέφωνη: 77 77 2324, 99 59 68 71 & 99 24 96 86 για τη διαβούλευση τηλεφορούσες. Από τώρα και μέχρι το OPENING του ΚΕΝΤΡΟΥ ΕΚΓΥΜΝΑΣΗΣ ΠΑΙΔΙΟΥ, διάρκειας τριών εβδομάδων, μπορείτε με επιλογή στο τώρα ραγκ να συμπλήρωστε τα κανόνια που μας μαίνουν τη σημαντικότητα προστροφής.

25% έκπτωση για προγραμματισμό σε τάξη/πρόγραμμα και 50% έκπτωση για προγραμματισμό προτιμωμένης σε ετήσιο συμβόλαιο.

Με την προσγειωθείσα σας στη σπουδή σας αποκομιδετε από τις πολεούπρωρέων ποσά λαζαρέτες μέρος στην καλοκαίρια για 9 περιόδους, στη σπουδή ή σε καρέσια για τη παραίσταση της **ΔΩΡΕΑΝ ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ**.

Please kindly complete the attached form and fax it in, 22373311 or you can contact us at 77 77 2324, 99 59 68 71 & 99 24 96 86 for any further information. From now on until the OPENING of our CHILDREN'S FITNESS CENTER, in the duration of three weeks, you can visit our facility and exchange this coupon for one of the following offers:

25% off for pre-registration to any of our classes and 50% off for pre-registration and full payment for a full year classes

With your pre-registration to any of our classes you can enter in a raffle draw. Nine lucky children will win
FREE YEARLY SUBSCRIPTION

*Member of the International Franchise Group MY GYM CHILDREN'S FITNESS CENTER USA

MY GYM CHILDREN'S FITNESS CENTER VOUCHER / ΚΟΥΠΟΝΙ ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ

NAME / ΌΝΟΜΑ ΤΟΥ ΜΕΛΟΥ

ADDRESS / ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΓΡΗΣ

T.C./POST CODE / ΚΩΔΙΚΟΣ ΠΑΤΡΟΥ/ΠΟΣΤ ΚΩΔΙΚΟΣ

PERIODICITY / ΕΠΟΧΗ

CLASS / ΤΑΞΗ

HOME / ΣΠΙΤΙ

EMAIL ADDRESS / ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΛΗΨΗΣ

NUMBER OF CHILDREN / ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΔΩΝ

PREFER CLASS / ΜΕΡΙΣ ΟΡΕΙΣ ΠΡΟΤΙΜΗΣΗΣ ΤΑΞΗΣ

DAYS HOURS / ΗΜΕΡΕΣ ΧΡΟΝΟΣ



Εβδομάδα μητρικού θηλασμού

ΤΟ (World Alliance for Breastfeeding Action) είναι ένα διεθνές δίκτυο οργανώσεων και ατόμων που θεωρούν ότι ο θηλασμός είναι το δικαίωμα όλων των παιδιών και των μητέρων και αφιερώνονται για να προστατεύσουν, να προωθήσουν και να υποστηρίξουν αυτό το δικαίωμα. Το WABA σε συνεργασία με την Unicef οργανώνει κάθε χρόνο την εβδομάδα θηλασμού σε 120 χώρες του κόσμου. Στις περισσότερες χώρες η εβδομάδα αυτή γιορτάζεται την πρώτη βδομάδα του Αυγούστου, αλλά κάποιες χώρες αποφασίζουν να την γιορτάσουν σε κάποια άλλη χρονική περίοδο.

Η φετινή εβδομάδα θηλασμού (1-7 Αυγούστου 2007) ήταν αφιερωμένη στην προσπάθεια που γίνεται παγκόσμια ώστε τα βρέφη που μετά τον τοκετό είναι σε καλή κατάσταση να παραδίνονται στη μητέρα τους αμέσως και να θηλάζουν μέσα στην πρώτη ώρα μετά τον τοκετό.

Η έναρξη του θηλασμού μέσα στη 1η ώρα από τη γέννηση είναι το πρώτο και πιο ζωτικής σημασίας βήμα προς τη μείωση της θνητότητας στα παιδιά ηλικίας κάτω των πέντε χρόνων.

Γιατί είναι τόσο σημαντικός ο θηλασμός;

Σύμφωνα με υπολογισμούς της UNICEF και διεθνών οργανώσεων υγείας, αν κάθε μωρό τρέφοταν αποκλειστικά με μητρικό θηλασμό από τη γέννηση του μέχρι τους έξι πρώτους μήνες της ζωής του, 3500 παιδικές ζώες θα μπορούσαν να σώζονται κάθε μέρα. Θα ήθελα να αναφερθώ στα πλεονεκτήματα του θηλασμού που βοηθούν ώστε να σωθούν όλες αυτές οι παιδικές ζώες.

Για το βρέφος

Για το παιδί ο θηλασμός είναι η ιδανικότερη τροφή στη σωστή θερμοκρασία, ποσότητα και ποιότητα για το κάθε βρέφος.

Το πρωτόγαλα παράγεται σε μικρές ποσότητες αλλά έχει ιδιαίτερα αυξημένα αντισώματα και έχει την ιδιαίτερη σύνθεση για να γίνει ομαλά η μετάβαση από τη συνεχόμενη παροχή θερεπτικών συστατικών από τον πλακούντα στην παροχή τροφής με συχνά γεύματα ανάλογα με τις ανάγκες του βρέφους. Η σύσταση του γάλακτος δεν είναι η ίδια στην αρχή και στο τέλος του κάθε θηλασμού για να ανταποκρίνεται στις ανάγκες του βρέφους.

Το μητρικό γάλα παρέχει προστασία από λοιμώδεις και ιδιαίτερα από γαστρεντερίτιδες, ωτίτιδες και αναπνευστικές λοιμώξεις.

Κάπι που αφορά περισσότερο εμάς που ζούμε στις αναπτυγμένες χώρες είναι η προστασία που παρέχει ο θηλασμός από αλλεργίες, έκζεμα και άσθμα. Η προστασία αυτή είναι πιο σημαντική σε άτομα με οικογενειακό ιστορικό.

Η άλλη σύγχρονη μάστιγα από την προστατεύει ο θηλασμός είναι η παχυσαρκία. Τα βρέφη που θηλάζουν έχουν πιο γρήγορη αύξηση του σωματικού βάρους το πρώτο τρίμηνο αλλά μειωμένο ρυθμό αύξησης για τους επόμενους μήνες. Τα βρέφη που θηλάζουν έχουν λιγότερες πιθανότητες να γίνουν παχύσαρκοι ενήλικες.

Τα βρέφη που θηλάζουν έχουν ακόμη καλύτερη ψυχοσωματική ανάπτυξη, υψηλότερο δείχτη νοημοσύνης, σωστή ανάπτυξη της σιαγόνας και των δοντιών με λιγότερες ανάγκες για ορθοδοντική θεραπεία. Το μητρικό γάλα είναι εύπεπτη τροφή που μειώνει τις πιθανότητες δυσκολιώτητας και η μεταφορά αντισωμάτων από τη μητέρα υποβοηθά την καλύτερη ανάπτυξη των αντισωμάτων του βρέφους.

Για τη μητέρα

Για τη μητέρα ο θηλασμός παρέχει προστασία από την οστεοπόρωση, τον καρκίνο του μαστού, τον καρκίνο των ωθητικών και από ουρολοιμώξεις. Ο θηλασμός λόγω της παραγωγής της ορμόνης οξυτοκίνης προκαλεί σύσπαση της μήτρας που βοηθά στη μείωση της αιμορραγίας και έτσι το σώμα επανέρχεται πιο γρήγορα στο κανονικό. Ο θηλασμός απαιτεί 500 θερμίδες τη μέρα και έτσι μια μητέρα που θηλάζει και ακο-

Ο διάσημος Άγγελος ιατρός Dr Grantly Dick-Read έχει δηλώσει:

«Το νεογέννητο έχει μόνο τρεις ανάγκες:

- **Τη ζεστασιά στην αγκαλιά της μητέρας του,**
- **Την τροφή από το στήθος της,**
- **Την ασφάλεια που προκύπτει από την παρουσία της μητέρας του.**

Οι τρεις αυτές ανάγκες ικανοποιούνται με το θηλασμό».

Εκτός από τη ζεστασιά, την τροφή και την ασφάλεια,

ο θηλασμός έχει τόσα πολλά πλεονεκτήματα που πραγματικά

θα μπορούσε να θεωρηθεί θησαυρός.



Λουθεί σωστή διατροφή μπορεί πιο εύκολα να χάσει βάρος. Φυσικά, με το θηλασμό η κάθε μητέρα μπορεί να δημιουργήσει ένα εξεχωριστό δεσμό με το βρέφος. Ακόμη, αφού περάσουν οι πρώτες εβδομάδες, που ομολογουμένως ο θηλασμός είναι λίγο πιο δύσκολος, στη συνέχεια γίνεται η πιο εύκολη και γρήγορη λύση.

Τι είναι ο αποκλειστικός θηλασμός

Όλα τα πλεονεκτήματα που προανέφερα, ισχύουν για τον αποκλειστικό θηλασμό και σε μικρότερο βαθμό, όταν ο θηλασμός συνοδεύεται από συμπλήρωμα. Η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας συνιστά αποκλειστικό θηλασμό για τους πρώτους έξι μήνες και συνέχιση του θηλασμού με κατάλληλες συμπληρωματικές τροφές για τα δύο πρώτα χρόνια. Οι αρχές του αποκλειστικού θηλασμού όπως περιγράφονται από την Unicef και την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, έχουν ως εξής:

Για να πετύχει ο αποκλειστικός θηλασμός το βρέφος πρέπει να θηλάσει αμέσως μετά τη γέννηση του και σίγουρα μέσα στην πρώτη ώρα μετά τον τοκετό. Εκτός, εάν υπάρχει σοβαρός ιατρικός λόγος, το βρέφος πρέπει να παίρνει μόνο μητρικό γάλα και δεν πρέπει να παίρνει τσάι, γλυκόζη ή ξένο γάλα. Το βρέφος πρέπει να θηλάζει κάθε φορά που θέλει και για όση ώρα θέλει. Το βρέφος που θηλάζει τα πρώτα εικοσιτετράρια χρειάζεται μόνο το πρωτόγαλα από το οποίο 5-15 ml είναι αρκετά για τα πρώτα γεύματα. Το βρέφος που θηλάζει αποκλειστικά καλό είναι να είναι συνέχεια με τη μητέρα του για να μπορεί να θηλάζει όσο συχνά θέλει. Είναι φυσιολογικό ένα βρέφος που τρέφεται αποκλειστικά μέσω θηλασμού να τρώει πολύ συχνά κατά τη πρώτη εικοσιτετράρια, γιατί έτσι πάίρνει περισσότερο πρωτόγαλα και η μητέρα παράγει γάλα πιο γρήγορα.

Την πρώτη ώρα μετά τον τοκετό οι συνθήκες είναι ιδιαίτερες για το ξεκίνημα του θηλασμού,

αφού το βρέφος είναι σε κατάσταση διέγερσης και ψάχνει για γάλα. Το αντανακλαστικό του θηλασμού στο νεογέννητο είναι πάρα πολύ ισχυρό και γι' αυτό, όταν ο πρώτος θηλασμός συμβαίνει σε αυτό το χρονικό διάστημα, είναι συνήθως πετυχημένος.

Από την πλευρά της μητέρας, ο πρώτος θηλασμός αμέσως μετά τον τοκετό βοηθά στη σύσταση της μήτρας, την αποβολή του πλακούντα και τη μείωση της αιμορραγίας. Ορμονικά η μητέρα είναι σε ιδιαίτερη κατάσταση έτσι ώστε ο θηλασμός να βοηθήσει τη γρήγορη παραγωγή των ορμονών της γαλουχίας και το στήθος προετοιμάζεται για να παράγει το κανονικό γάλα τη 2η με 3η μέρα μετά τον τοκετό

Τι χρειάζεται για να πετύχει ο θηλασμός;

Παρόλο που ο θηλασμός είναι κάτι φυσιολογικό δεν είναι και απαραίτητα κάτι εύκολο για όλες τις μητέρες. Οι περισσότερες μητέρες επιθυμούν να θηλάσουν. Δυστυχώς όμως, μόνο μια μικρή μειονότητα καταφέρνει να θηλάσει αποκλειστικά για τουλάχιστο έξι μήνες. Για να πετύχει ο θηλασμός, οι μητέρες πρέπει να θέλουν να θηλάσουν και αυτή η θέληση μπορεί να ενδυναμωθεί αν οι μητέρες γνωρίζουν τα πλεονεκτήματα του θηλασμού, τις αρχές του αποκλειστικού θηλασμού, όσο και τις δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίσουν τις πρώτες βδομάδες.

Η Κυπριακή Πραγματικότητα

Οι απόψεις που τάσσονται κατά του θηλασμού ή τον παρεμποδίζουν χωρίς να το συνειδητοποιούμε, υφίστανται όχι μόνο στο φιλικό αλλά και στο οικογενειακό περιβάλλον πολλών καινούργιων μαμάδων. Πολλά κατεστημένα υπάρχουν στην παιδεία και την κοινωνία μας που αν δεν αλλάξουν, η στήριξη των μαμάδων θα γίνεται ολοένα και πιο δύσκολη.

Θα ήθελα να αναφέρω δύο απλά παραδείγμα-

τα που δείχνουν πόσο αρνητικά προκατευλημένη είναι η κοινωνία μας απέναντι στο θηλασμό.

Πηγαίνοντας σε μία καφετερία ή εστιατόριο (ακόμη και αν αυτό είναι στην παραλία και όλοι κυκλοφορούν με τα μαγιό τους) μπορείς εύκολα να βρεις ζεστό νερό για να φτιάξεις ξένο γάλα ή για να το ζεστάνεις. Αντίθετα, αν μια μητέρα θέλει να θηλάσει θα λάβει σίγουρα πολλές αποδοκιμαστικές ματιές αν θηλάσει δημόσια (όσο διακριτικά και αν το κάνει). Φυσικά δεν υπάρχουν χώροι



SAVVAHOME BUILDING-ENGOMI
SHOW ROOMS-OFFICES-APARTMENTS

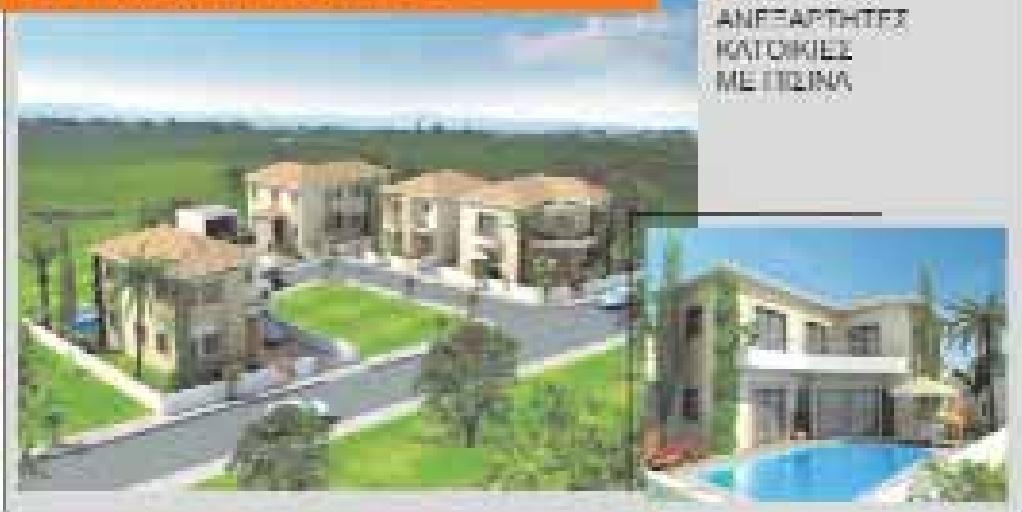


SAVVAHOME COMMERCIAL BUILDING
ATHINON



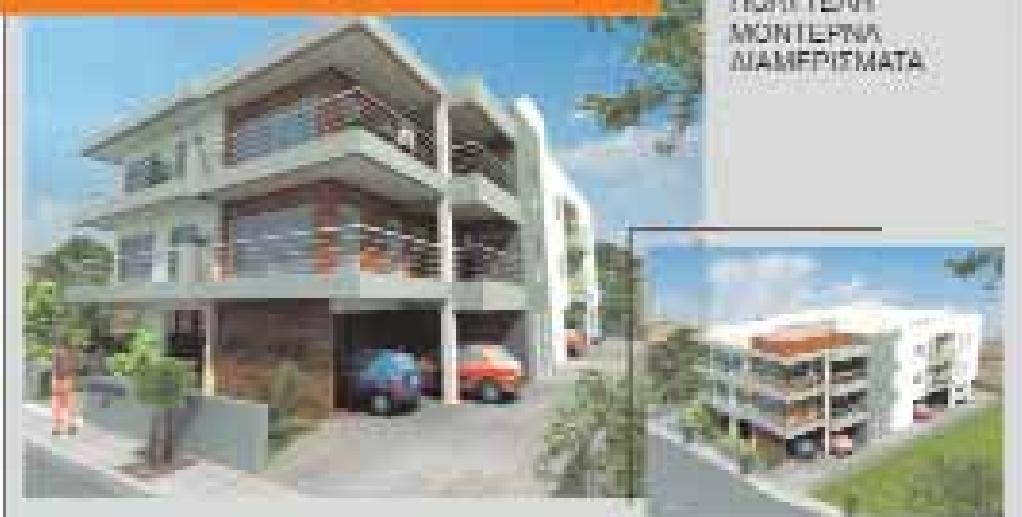
ΤΡΑΙΝΙΑ,
ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ
ΣΤΗΝ ΕΠΙΦΕΡΙΚΗ ΟΔΟ
ΑΘΗΝΩΝ

SAVVAHOME 19
LAKATAMIA LUXURY HOUSES



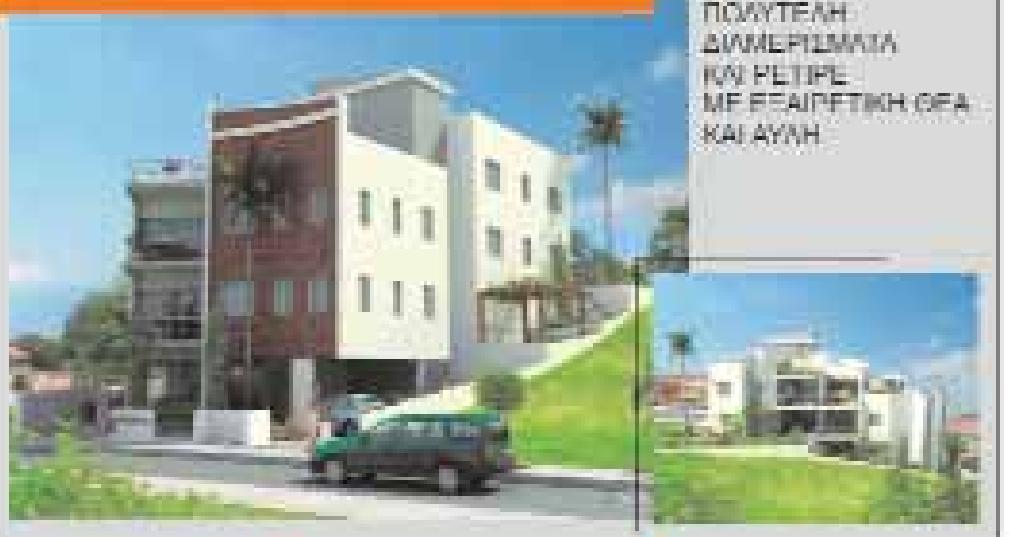
ΠΟΛΥΤΕΛΗΣ
ΑΝΤΑΡΤΗΤΕΣ
ΚΑΤΟΙΚΙΕΣ
ΜΕ ΗΛΙΟΝ

SAVVAHOME 26
STRGOVOLOS- CINEPLEX



ΠΟΛΥΤΕΛΗ
ΜΟΝΤΕΡΝΑ
ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ

SAVVAHOME 30
ENGOMI



ΠΟΛΥΤΕΛΗ
ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ
ΚΑΙ ΡΕΤΙΡΕ
ΜΕ ΕΠΑΡΤΗΚΗ ΘΕΑ
ΚΑΙ ΑΥΛΗ

SAVVAHOME 29
ENGOMI-LUXURY APARTMENTS



ΠΟΛΥΤΕΛΗ
ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ
ΚΑΙ ΡΕΤΙΡΕ

BoConcept
Δεν το αλλάζω με τίποτα

BoConcept®