

Η Τερψιθέα

"φωρές και φίδυροι"



Τρίμηνη έκδοση του Συλλόγου
Τερψιθεατών Ναυπακτίας

Χρόνος 35ος
Αριθμός φύλλου 141
Απρίλιος - Μάιος -
Ιούνιος 2023

Γραφεία:
Γλάδστωνος 10 - 106 77 Αθήνα
Τηλ. - Fax: 210 38.22.513

Δικτυακός τόπος:
<http://www.terpsitheia.net>
Διεύθυνση ηλεκτρονικού
ταχυδρομείου: terpsith@otenet.gr

Η ΕΠΟΜΕΝΗ ΜΕΡΑ

Δεδομένης της κρίσιμης καμπής, στην οποία βρίσκεται ο Σύλλογός μας, καθ' όσον το ενδιαφέρον συμμετοχής στη διοίκηση αυτού έχει ατονήσει και εμφανίζονται, πλέον, σοβαρά λειτουργικά προβλήματα, που θέτουν σε αμφιβολία την επόμενη μέρα και, εν γένει, το μέλλον του, κρίνεται σκόπιμη και αναγκαία η συλλογική λήψη αποφάσεων, με την ευρύτερη δυνατή συμμετοχή, αναφορικά με τις επόμενες ενέργειες.

Στο πλαίσιο αυτό, ακριβώς για να εξασφαλισθεί κατά το δυνατόν η μεγαλύτερη δυνατή νομιμοποίηση μιας τέτοιας διαδικασίας, αποφασίστηκε η πραγματοποίηση δημοσίου διαλόγου, με ελεύθερη συμμετοχή, στις 19-08-2023, ημέρα Σάββατο και ώρα 19.00, στην Πλατεία της Τερψιθέας.

Τον διάλογο θα συντονίσει ο Πρόεδρος του Συλλόγου, Νικόλαος Τσαντίλης, και δημόσια τοποθέτηση θα μπορέσουν να κάνουν όσοι επιθυμούν, με τους εξής περιορισμούς:

- υποβολή σχετικής έγγραφης δήλωσης προς τον Σύλλογο έως τις 12-08-2023,
- διάρκεια τοποθέτησης έως πέντε (5) λεπτά,
- ο αριθμός των όσων λάβουν τον λόγο να μην υπερβεί τους τριάντα πέντε (35), θα τηρηθεί, δε, προς τούτο σειρά προτεραιότητας.

Θα τηρηθούν σχετικά πρακτικά και το απόσταγμα του διαλόγου θα επικοινωνηθεί με επιμέλεια του Συλλόγου σε όλα τα Μέλη του.

Εν όψει των ανωτέρω, καλείστε όλοι να συμμετέχετε στην προπεριγραφείσα πρωτοβουλία, εμφορούμενοι από πνεύμα αλληλοσεβασμού και αλληλοσυνεννόησης και διακατεχόμενοι από διάθεση γνήσιας προσφοράς και αγάπης για την Τερψιθέα και τον Σύλλογό μας.

ΤΟ Δ.Σ. ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

ΚΟΨΤΕ ΤΑ ΧΟΡΤΑ ΑΠΟ ΤΑ ΟΙΚΟΠΕΔΑ ΣΑΣ

Υποχρεωτικός ο καθαρισμός τους αλλά λίγοι το κάνουμε. Παράπονα από συγχωριανούς μας και όχι μόνο, δυστυχώς είναι η ίδια εικόνα και σε αρκετούς οικισμούς, για την κατάσταση στα οικόπεδα και στους ακάλυπτους χώρους και το μη καθαρισμό τους από τους ιδιοκτήτες τους.

Πολλά τα οικόπεδα που τα ξερά χόρτα είναι κίνδυνος φωτιάς. Με δεδομένη την ανάγκη μείωσης των πιθανοτήτων πρόκλησης πυρκαγιάς, όλοι μας μπορούμε και πρέπει να συνεισφέρου-

με στην προστασία του περιβάλλοντος και των ιδιοκτησιών των συγχωριανών μας.

Σύμφωνα με τον νόμο, οι ιδιοκτήτες οικόπεδων θα πρέπει να προβούν στις προβλεπόμενες ενέργειες κοπής και απομάκρυνσης χόρτων και άλλων εύφλεκτων υλικών από τα οικόπεδά τους.

Αν οι ιδιοκτήτες των οικόπεδων δεν προχωρήσουν στον καθαρισμό, τότε ενεργοποιείται η αρμόδια υπηρεσία του Δήμου.



Κυριακή 13 Αυγούστου
θα γίνουν αγώνες ποδοσφαίρου, τουρνουά με άλλα χωριά.

Δευτέρα 14 Αυγούστου
θα διεξαχθεί τουρνουά 3x3 basketball.

Δευτέρα 14 Αυγούστου, το βράδυ

οι καταστηματαρχες οργανώνουν στην πλατεία του χωριού λαϊκή βραδιά μετά μουσικής.

Τρίτη 15 Αυγούστου
συμμετέχουμε όλοι στο παραδοσιακό πανηγύρι.

Πέμπτη 17 Αυγούστου, το βράδυ

θα γίνουν στο Γήπεδο τα «ΞΕ-ΦΛΟΥΔΙΣΙΑ». Η αναβίωση του εθίμου συνοδεύεται από παραδοσιακή δημοτική ορχήστρα. Ο χορός όπως πάντα θα είναι ελεύθερος. Οι επαγγελματίες του χωριού θα πωλούν αποκλειστικά ψητά (κυρίως σουβλάκια) και ο Σύλλογος θα πωλεί τα ποτά-αναψυκτικά-νερά. Φυσικά, δεν θα λείψουν οι πίτες-γλυκά κ.λπ. που θα προσφέρουν οι γυναίκες του χωριού-Συλλόγου, εθελοντικά. Συνδιοργανωτές είναι ο Δήμος Ναυπακτίας και ο Σύλλογος Τερψιθεατών.



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΠΟΓΡΑΦΗΣ

| ΧΩΡΙΑ ΑΠΟΔΟΤΙΑΣ | 2011 | 2021 |
|-------------------------------------|--------------|--------------|
| ΑΜΠΕΛΑΚΙΩΤΙΣΣΑ | 92 | 72 |
| ΑΝΑΒΡΥΤΗ | 172 | 125 |
| ΑΝΩ ΧΩΡΑ | 225 | 114 |
| ΑΣΠΡΙΑΣ | 78 | 76 |
| ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΟΞΥΑ | 111 | 54 |
| ΓΡΗΓΟΡΙ | 79 | 25 |
| ΕΛΑΤΟΒΡΥΣΗ | 116 | 31 |
| ΕΛΑΤΟΥ | 107 | 51 |
| ΚΑΛΛΟΝΗ | 105 | 11 |
| ΚΑΤΑΦΥΓΙ + ΓΟΛΕΜΙ (1 ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ) | 322 | 130 |
| ΚΑΤΩ ΧΩΡΑ | 35 | 21 |
| ΚΕΝΤΡΙΚΗ | 103 | 111 |
| ΚΟΚΚΙΝΟΧΩΡΙ + ΧΡΥΣΟΒΟ (1 ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ) | 64 | 48 |
| ΚΡΥΟΝΕΡΙΑ | 145 | 125 |
| ΚΥΔΩΝΙΑ | 105 | 24 |
| ΛΕΥΚΑ | 116 | 19 |
| ΛΙΜΝΙΣΤΑ | 144 | 82 |
| ΜΑΝΤΡΙΝΗ | 102 | 136 |
| ΠΟΔΟΣ | 67 | 97 |
| ΤΕΡΨΙΘΕΑ | 348 | 133 |
| ΣΥΝΟΛΟ ΑΠΟΔΟΤΙΑΣ | 2.636 | 1.485 |

Η Τερψιθέα παραμένει το πολυπληθέστερο χωριό της δημοτικής ενότητας Αποδοτίας σε μόνιμο και εποχικό πληθυσμό. Όμως η έλλειψη ενδιαφέροντος πολλών χωριανών μας, δυστυχώς και μόνιμων κατοίκων, που αρνήθηκαν να απογραφούν στο χωριό, έριξε την Τερψιθέα στη δεύτερη θέση. Την πρώτη θέση την παραδώσαμε στη Μαντρινή (Πάνω Παλούκοβα) που κατοικείται μόνο το καλοκαίρι. Όμως, η αγάπη των Μαντρινιωτών για την πατρογονική γη, τους οδήγησε να απογραφούν στο χωριό τους και ανέδειξαν τη Μαντρινή πρώτη πληθυσμιακά στην

Αποδοτία. Εικονική αυτή η πρωτιά, αλλά επίσημη για τις κρατικές υπηρεσίες.

Με βάση την τελευταία απογραφή δεν μπορούμε να απαιτήσουμε την επαναλειτουργία του Γιατρείου μας, ενώ και σε άλλα χωριά που εδρεύουν υπηρεσίες, θα υποβαθμιστούν αρχικά, για να καταργηθούν λίγο αργότερα, λόγω πληθυσμιακής κατάρρευσης.

Συγχαρητήρια στους Μαντρινιώτες για την πρωτιά τους και κυρίως για την αγάπη που έδειξαν για το χωριό τους.

Για μας τι να πούμε;
ΑΥΤΟΠΥΡΠΟΛΗΘΗΚΑΜΕ!

ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΕΤΕ

ΑΡ. ΛΟΓΑΡ. 155/296151-20

IBAN: GR6001101550000015529615120

Κωδ. SHIFT Τράπεζας (BIC): ETHNGRAA

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟ Δ.Σ. ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

ΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΕΙΝΑΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΑΝΟΙΧΤΟ ΑΠΟ ΤΙΣ 18:00 - 21:00 ΕΚΤΟΣ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΑ
ΓΛΑΔΣΤΩΝΟΣ 10 ΠΛΑΤΕΙΑ ΚΑΝΙΓΓΟΣ - ΤΗΛΕΦΩΝΟ & FAX 210 3822513 - E-mail: terpsith@otenet.gr

ΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΟΥ Δ.Σ.

| | | |
|---|------------|------------|
| 1. ΤΣΑΝΤΙΛΗΣ ΑΘ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ (Πρόεδρος): | 2109516297 | 6932648485 |
| 2. ΣΑΛΟΥΡΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ (Αντιπρόεδρος): | 2106016478 | 6932900696 |
| 3. ΚΑΤΣΑΚΟΥΛΑ ΧΡΥΣΑ (Γεν. Γραμματέας): | 2109955926 | 6945337149 |
| 4. ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ Ν. ΚΩΝ/ΝΟΣ (Ταμίας): | 2634053197 | 6973049067 |
| 5. ΜΑΡΑΓΔΟΥΛΗ ΙΩΑΝΝΑ (Βοηθός Ταμιά): | 2114094780 | 6944982134 |
| 6. ΑΥΛΟΓΗΤΟΣ ΣΠΥΡΟΣ (Εφόρος): | 2109955926 | 6942972871 |
| 7. ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ (Βοηθός Εφόρου): | 2634025234 | 6984332277 |

ΘΕΡΜΗ ΠΑΡΑΚΛΗΣΗ

Προκειμένου να συμπεριλαμβάνουμε στη στήλη ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ όλες τις κοινωνικές ειδήσεις (βαπτίσεις, αρραβώνες, γάμους, πένθη, επιτυχίες, δωρεές κ.ά), παρακαλούμε να μας ενημερώνετε, γιατί είναι αδύνατο να τις γνωρίζουμε με λεπτομέρειες. Μπορείτε να τηλεφωνείτε ή να στέλνετε φαξ στο 210-38.22.513 ή να στέλνετε ηλεκτρονικό μήνυμα (e-mail) στη διεύθυνση terpsith@otenet.gr.

Η Συντακτική Επιτροπή

Η ΤΕΡΨΙΘΕΑ

"φωνές και ψίθυροι"

**ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ - ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ - ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ
ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΤΕΡΨΙΘΕΑΤΩΝ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ**

Εκδότης - Διευθυντής - Υπεύθυνος σύμφωνα με το νόμο:

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΘ. ΤΣΑΝΤΙΛΗΣ

Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου Τερψιθεατών Ναυπακτίας

Γραφεία: Γλάδστωνος 10, 10677 ΑΘΗΝΑ, τηλ. & Fax: 210-38.22.513

Δικτυακός τόπος: <http://www.terpsitheas.net>,

Διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου: terpsith@otenet.gr

Εκδοτική Παραγωγή: **CAΪΤΣHC** Τηλ.: 210-34.76.090

ΤΟ ΓΑΛΑ ΤΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

Μες το χωριό του ο παπάς
είχε για όλα λύση
μόνο δεν είχε άδεια
να εξομολογήσει.

Δεσπότης στηριζόμενος
στην ράβδο την αγία,
πηγαίνει πάνω στο χωριό
και κάνει λειτουργία.

Μετά τον εκκλησιασμό,
λέει, μη θορυβείτε
και όλοι στο προαύλιο
να ξομολογηθείτε.

Θα έρχεστε η κάθε μια
και ο καθένας μόνος
όλες τις αμαρτίες του
να πει μεγαλοφώνως.

Και θα ζητά συγχώρεση
από τους χωριανούς του
διώχνοντας όλα τα κακά
που πρόσταξε ο νους του.

Αφού ξομολογήθηκαν
όλοι τους ευχαρίστως,
ο μόνος που τ' απέφυγε
ήταν ο Παπαχρήστος.

Έλα παπούλη μου κι εσύ
του λέει ο δεσπότης
εσύ που είσαι στο χωριό,
της θείας γνώσης, δότης.

- Μονάχα μια Παρασκευή
δεσπότη ήπια γάλα
και από αμαρτήματα
εγώ δεν έχω άλλα.



- Παπά μου δεν ζημίωσες
δεν πίκρανες κανέναν
μη το θωρείς αμάρτημα
αλλού τα κολασμένα.

Κοιτά πιο κει ο δέσποτας
μια νέα, ν' αγκαλιάζει
ένα μωρό, που το 'βαλε
στο στήθος και θηλάζει.

Ποια είναι κείνη ρώτησε
και απαντά το πλήθος
- Έχει εξώγαμο παιδί,
γυναίκα δίχως ήθος.

Πάει κοντά ο δέσποτας
να την παρηγορήσει
- Ευλογημένη που 'φερες
ένα παιδί στη ζήση.

Εσύ δεν είσαι αμαρτωλή
κι ας σ' έχουν στιγματίσει,
αμαρτωλός είναι αυτός
που σ' έχει παρατήσει.

Πες μου μπροστά
στους χωριανούς
ποιο είν' αυτό το τέρας
που σ' άφησε μ' ένα παιδί
ο άστοργος πατέρας.

- Δεσπότη μου μ' αλάφρυνες
σ' ευχαριστώ πρωτίστως
και ο πατέρας του παιδιού
είναι ο Παπαχρήστος.

Και ο δεσπότης φώναξε:
Άλλα είναι τα άλλα
και άλλο της Παρασκευής
είναι, παπά, το γάλα.

Βαγγέλης Πετρόπουλος



Σίσσυ Ι. Κοζώνη
 Ιατρός – Βιοπαθολόγος
 Διευθύντρια Αιμοδοσίας
 στο Μαιευτήριο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ»
 κόρη του Στρατηγού Τεχνικού Σώματος
 Ιωάννου Κ. Κοζώνη
 Μηχανολόγου - Ηλεκτρολόγου

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΕΣ ΤΡΟΦΙΚΕΣ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΙΣ



Η μόδα των τροπικών ταξιδιών, ο τουριστικός συνωστισμός στα θέρετρα που συντελεί στην κακή ποιότητα των προσφερομένων τροφών, τα συχνά αεροπορικά ταξίδια με τα φαγητά του κέτεριγκ, περικλείουν ένα σημαντικό υγειονομικό κίνδυνο που μπορεί να μην είναι κατά κανόνα απειλητικός για την ζωή, σίγουρα όμως χαλάει μερικές πολύτιμες ημέρες των διακοπών. Πολύ συχνά χρησιμοποιείται ο όρος τροφική δηλητηρίαση.



Σαν τροφική δηλητηρίαση χαρακτηρίζεται ένα σύνδρομο που εκδηλώνεται με διάρροια, ανορεξία, ναυτία, έμετο και πυρετό. Τα συμπτώματα αυτά αρχίζουν απότομα και συνοδεύονται από κοιλιακούς πόνους. Ο ασθενής συνήθως αποκαθίσταται, έστω και χωρίς θεραπεία μέσα σε μία έως τρεις ημέρες.

ΑΙΤΙΑ ΤΡΟΦΙΚΩΝ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ

Πράγματι υπάρχουν πολλά μικρόβια, τοξίνες μικροβίων και ιοί που όταν αναπτυχθούν στο φαγητό γίνονται αίτια τροφικής δηλητηρίασεως. Η ζέστη του καλοκαιριού αποτελεί ιδανικό παράγοντα για τον γρήγορο πολλαπλασιασμό τους. Οι μικροοργανισμοί που ενοχοποιούνται για τις καλοκαιρινές τροφικές δηλητηριάσεις είναι η σαλμονέλλα, το κολοβακτηρίδιο, οι σιγκέλλες, ο σταφυλόκοκκος, το Vibrio Parahaemolyticus, ο βάκιλλος cereus, κ.ά. Επίσης, τα παράσιτα όπως λάμβλια και κρυπτοσπορίδια, καθώς και τους ιούς τύπου ρότα, που μπορούν να είναι αίτια γαστρεντερίτιδος. Σε χώρες χαμηλής υγειονομικής στάθμης, πηγή μόλυνσεως μπορεί να είναι το νερό. Κυρίως η διάρροια προκαλείται από τα νωπά λαχανικά και τα φρούτα,

τα θαλασσινά, τα γαλακτοκομικά προϊόντα και τα παγωτά.

«ΔΙΑΡΡΟΙΑ ΤΩΝ ΤΑΞΙΔΙΩΤΩΝ»

Πρόκειται για την συχνότερη οξεία γαστρεντερίτιδα που εμφανίζεται σε ταξιδιώτες τροπικών και ημιτροπικών χωρών αλλά και άλλων περιοχών. Αυτή παρουσιάζεται σε μεμονωμένα άτομα ή με μορφή μικρής επιδημίας. Είναι ελαφρά νόσος και δεν πρέπει να αγνοείται το γεγονός, ότι λόγω αλλοιώσεως των κακώς διατηρουμένων τροφίμων παρουσιάζεται και στις Μεσογειακές χώρες και στην Ελλάδα. Το αίτιό της είναι το εντεροτοξιγόνο κολοβακτηρίδιο. Η διάρροια των ταξιδιωτών προσβάλλει πολλούς τουρίστες κάθε χρόνο όταν υπάρχει σημαντική διαφορά στο κλίμα, τις κοινωνικές συνθήκες και το επίπεδο υγιεινής από τις αντίστοιχες συνθήκες που επικρατούν στον τόπο από όπου προέρχονται.



ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΤΡΟΦΙΚΗΣ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΣ

Ο ιατρός θα συστήσει αναπλήρωση των υγρών από το στόμα (όπως νερό, τσάι, χαμομήλι) και αναπλήρωση των ηλεκτρολυτών με ελαφρά τροφή με αρκετό αλάτι. Χορηγείται εάν χρειασθεί αντιεμετικό, αντιπυρετικό, και αντιδιαρροϊκά φάρμακα, και πρέπει να ακολουθείται και μία σχετική δίαιτα για να επέλθει η ανάρρωση γρήγορα. Αντιβιοτικά χορηγούνται μόνον κατόπιν εντολής του θεράποντος ιατρού.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ

Η κυριότερη προφύλαξη είναι η αποφυγή των

πιθανών πηγών μόλυνσεων, όπως υπόπτων γαλακτοκομικών προϊόντων, παγωτού, θαλασσινών, νωπών λαχανικών και φρούτων. Καλύτερα να καταναλώνεται εμφιαλωμένο νερό στις τροπικές και ημιτροπικές χώρες. Γενικώς οι ταξιδιώτες πρέπει να προσέχουν το φαγητό τους και το ποτό τους από άποψη καθαριότητας και ποιότητας.

ΟΙ ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ ΤΗΣ ΤΕΡΨΙΘΕΑΣ

✓ Συχαίρουμε θερμά την αγαπημένη μας κόρη και αδελφή, Δήμητρα Παύλου Φήμη (κόρη της Θεοδώρας Κωνσταντίνου Παπαλιβερίου) η οποία αξιώθηκε να λάβει την ανώτατη τιμητική διάκριση της Τακτικής Καθηγήτριας (Professor), του τμήματος Αγγλικής Φιλολογίας του Πανεπιστημίου της Γλασκώβης Σκωτίας, Μ. Βρετανίας.
Οι γονείς, τα αδέρφια της



✓ Ο καθηγητής φιλολογίας Νικόλαος Μιχ. Τριψιάνος προήχθη λυκειάρχης στο 2ο Γενικό Λύκειο Ναυπάκτου. Ο αγαπητός μας Νίκος ήταν μέχρι τώρα Γυμνασιάρχης στο Γυμνάσιο Ευπαλίου Δωρίδος. Με μεγάλη συγκίνηση αποχαιρέτησε την εκπαιδευτική και μαθητική κοινότητα του Ευπαλίου και ανέλαβε καθήκοντα στο 2ο Λύκειο στην Ναύπακτο. Ευχόμαστε πάντα επιτυχίες και καλή σταδιοδρομία στη νέα του μαθητική και εκπαιδευτική κοινότητα.



Κ Ο Ι Ν Ω Ν Ι Κ Α

ΓΑΜΟΙ

• Στις 3 Ιουνίου 2023 στον Ιερό Ναό Παναγίας της Ασίνου στο Νικητάρι στην Κύπρο, έγινε ο γάμος της Άντριας Αγαπίου του Μιχάλη και της Άνας με τον Γιώργο Γκολιά του Δημητρίου και της Βασιλικής.
 Η Εφημερίδα εύχεται να ζήσουν.



ΒΑΠΤΙΣΕΙΣ

• Στις 29 Απριλίου 2023, στον Ιερό Ναό Αγίου Σπυρίδωνα Ναυπάκτου, ο Άγγελος Βασ. Τρίψιας και η Κωνσταντίνα Σωτηροπούλου βάφτισαν το αγοράκι τους και το ονόμασαν Σπυρίδωνα.
 • Στις 30 Απριλίου 2023 στον Ιερό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου Αργυρούπολης Αττικής, ο Σπύρος Δημ. Γκολιάς και η Μαίρη Κουτροπούλου βάφτισαν το αγοράκι τους και το ονόμασαν Δημήτριο.
 • Στις 17 Ιουνίου 2023, στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου Ραγκαβά, στην Πλάκα, ο Θωμάς Χριστούλας και η Μάρα Διαμαντοπούλου, με τις οι-

κογένειές τους, βάφτισαν με μεγάλη χαρά τα δίδυμα αγοράκια τους Γιώργο και Βασιλή. Τα νεοφώτιστα είναι δισέγγονα της Σταυρούλας Σπ. Γκολιά.
 Η Εφημερίδα εύχεται να τους ζήσουν.

ΚΗΔΕΙΕΣ

• Στις 11 Ιανουαρίου 2023 απεβίωσε στην Πύλο Μεσσηνίας, σε ηλικία 89 ετών, η Παναγιώτα συζ. Ιωάννη Μπουτά. Η νεκρώσιμη Ακολουθία ετελέσθη στις 12 Ιανουαρίου 2023, στον Ιερό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου Κυνηγού Πυλίας, όπου και ετάφη.
 • Στις 31 Ιανουαρίου 2023 απεβίωσε στην Κόρινθο, σε ηλικία 75 ετών, ο Αντώνιος Βασ. Πετσίνης. Η νεκρώσιμη Ακολουθία ετελέσθη στις 3 Φεβρουαρίου 2023 στον Ιερό Ναό Μετάστασης της Θεοτόκου, στην Αλμυρή Κορινθίας, όπου και ετάφη.
 • Στις 2 Ιουνίου 2023 απεβίωσε στην Λαμία, σε ηλικία 76 ετών, η Παρασκευή Κολοβού, το γένος Νικολάου Κοντογιάννη. Η νεκρώσιμη Ακολουθία ετελέσθη στις 3 Ιουνίου 2023, στον Ιερό Ναό Αγίων Αποστόλων Νεοχωρίου Ευρυτανίας, όπου και ετάφη.
 Η Εφημερίδα συλλυπείται τους οικείους.



ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ

• Στις 2 Απριλίου 2023 ετελέσθη στον Ιερό Ναό Αγίων Αποστόλων Τρικρόρφου Δωρίδος, το ετήσιο μνημόσυνο του Ευάγγελου Ιωάν. Σαλούρου.
 • Στις 30 Απριλίου 2023 ετελέσθη στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου Τερψιθέας το ετήσιο μνημόσυνο της Βενετίας Σερέτη.
 • Στις 4 Ιουνίου 2023 ετελέσθη στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου Τερψιθέας το ετήσιο μνημόσυνο του Αθανασίου Τσαντίλη.
 • Στις 4 Ιουνίου 2023 ετελέσθη στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου Τερψιθέας το 3χρονο μνημόσυνο της Παναγιώτας Τσαντίλη.
 • Στις 17 Ιουνίου 2023 ετελέσθη στο Ιερό Ησυχαστήριο Παναγίας Γοργοπηκούς πατρός Αρσενίου Ναυπάκτου, το ετήσιο μνημόσυνο του Αθανασίου Πλούμη.
 Η Εφημερίδα εύχεται να τους αναπαύσει ο Θεός.



Από χαρά πύς πάμεις

Επιμελείται ο π. Νεκτάριος Ιωάννου Γκολιόπουλος, Ιερομόναχος της Ιεράς Μονής Μεταμορφώσεως του Σωτήρος Ναυπάκτου



Το ξέρεις πως η χαρά, είναι ένα σημάδι πνευματικότητας; Είναι ένα από τα στοιχεία που το Άγιο Πνεύμα δίνει στον άνθρωπο. «Αγάπη, χαρά, ειρήνη». Είναι σαν το θερμόμετρο που ελέγχεις την κατάσταση της υγείας σου.

Η ζωή της πίστης είναι ζωή χαράς. Όλα τα άλλα που λέγονται και γράφονται είναι «προφάσεις εν αμαρτίαις». Δεν έχεις χαρά, αδιάκοπη χαρά, μόνιμη χαρά, τότε κάτι δεν πάει καλά με σένα στη λειτουργία της πνευματικής σου ζωής. Φυσιολογικά αν ζούσες μια καθαρή ζωή πληρότητας, αν κυρίαρχο στοιχείο της ζωής σου ήταν ο Χριστός, τότε η ζωή σου θα ήταν γεμάτη από χαρά.

Δεν είναι δυνατόν να έχεις χαρά χωρίς αγάπη, χωρίς ειρήνη, χωρίς μακροθυμία. Ο καρπός του Αγίου Πνεύματος είναι ένας. Εάν δεν αγαπάς δεν είναι δυνατόν να έχεις χαρά. Είναι τόσο στενά δεμένα αυτά.

Ένας άνθρωπος, κλεισμένος στον εγωισμό του, στο άτομό του, δεν είναι δυνατόν να έχει χαρά. Οι ρίζες της χαράς από που θα αντλήσουν δύναμη; Χυμούς; Από τον στείρο εγωισμό;

Η παρουσία και απόλυτη κυριαρχία του Χριστού στην καρδιά μας, διώχνει τα σκοτάδια και κάνει να λάμπει το φως, που τα κάνει όλα άσπρα και όμορφα. Τότε ανθεί και η χαρά.

Όταν μιλάει η Κ.Δ. για χαρά εννοεί μια μόνο χαρά, την χαρά του Χριστού. Την χαρά που είχε Εκείνος από την μόνιμη εξάρτησή Του από τον Πατέρα.



Και ο κόσμος προσφέρει χαρά. Τα πράγματα του κόσμου, προσφέρουν χαρά. Τώρα αν αυτό είναι χαρά ή απόλαυση, ή ηδονή πολλές φορές τα μπερδεύουμε. Η χαρά από ένα ποτήρι μπύρα, από μια θεατρική παράσταση, από κάποιο δώρο δεν έχει καμία σχέση με τη χαρά του Χριστού.

Χαίρετε εν Κυρίω θα πει να έχετε χαρά γιατί έχετε τον Κύριο. Η χαρά σας θα είναι μόνο ο Κύριος. Οι άλλες και αν υπάρχουν, δεν θα βαραίνουν στην καρδιά μας, στη ζωή μας. Η προσοχή μας, το ενδιαφέρον μας, η προσδοκία μας θα είναι μόνο ο Κύριος. Και θα νιώθουμε χαρά γιατί έχουμε και είναι δικός μας ο Κύριος.

Ο Κύριος, θα έχει κυριαρχήσει απόλυτα στην ύπαρξή μας. Είναι ο καλός μαργαρίτης. Κάνει πολύ περισσότερο απ' όλα τα άλλα. Είναι η μόνη σταθερή και μόνιμη πηγή χαράς. Θάλεγα δεν υπάρχουν άλλες χαρές. Είναι μικρές, προσωρινές και κρύβουν απύθμενα βάθη λύπης.

Έχουμε ανάγκη από τη χαρά του Χριστού. Ομορφαίνει τη ζωή μας. Δίνει δύναμη να πετάμε. Και ένα χαρούμενο, γελαστό, ευτυχισμένο πρόσωπο, είναι η καλύτερη βιτρίνα του Χριστού. Τραβά, τους ανθρώπους. Και, αναγκάζονται να αναγνωρίσουν και να ομολογήσουν το μεγαλείο του Χριστού.

Είναι όμορφη η ζωή της πίστης με την χαρά του Χριστού. Δεν είναι σχήμα λόγου. Δεν είναι μια εσωτερική αντίδραση. Δεν είναι μια αυθυποβολή. Είναι δώρο του Κυρίου μας. Και Τον ευχαριστούμε.

Η ΤΕΡΨΙΘΕΑ ΑΝΑΓΕΝΝΑΤΑΙ

Μας εξέπληξε ευχάριστα το Λεύκωμα που μας έστειλε από τη μακρινή Αυστραλία ο Stephen Stathis, δισέγγονος του Σταύρου Γκολιά. Ας πάρουμε όμως τα πράγματα από την αρχή.

Ο Σταύρος Γκολιάς (1865-1967) παντρεύτηκε το 1895 την Βασιλική Σωτ. Κοϊτσάνου (1870-1973) και απέκτησαν τα τέκνα: Κωνσταντίνος (1896-1947), Σμαράγδα (1898-1976), Σωτήρης (1901-1941), Λαμπρινή (1902-2001), Χρήστος (1907-1970) και Παναγιώτης (1909-1999).

Ο Δημήτριος Σπ. Μακρής (1876-1959) παντρεύτηκε περί το 1904 την Γεωργία Ν. Κοϊτσάνου (1881-1936) και απέκτησαν τα τέκνα: Αικατερίνη (1908-1911), Ελένη (1909-1993), Σπύρος (1910-1991) και Νικόλαος (1912-2003).

Από τις 2 οικογένειες ο Χρήστος Στ. Γκολιάς παντρεύτηκε στις 22 Οκτωβρίου 1931 την Ελένη Δημ. Μακρή στην Ναύπακτο με κουμπάρο τον Περικλή Δ. Μαραγδούλη. Από τον γάμο τους απέκτησαν την Βασιλική [Κούλα] (1933-2018) και την Γεωργία (1935-2015).

Ο Χρήστος μετανάστευσε το 1937 στην Αυστραλία προς αναζήτηση καλύτερης τύχης. Η οικογένεια η υπόλοιπη ζούσε στο χωριό, έζησε την Κατοχή και μετά τον τρόπο του Εμφύλιου. Όταν επιτέλους το 1949 σταμάτησαν οι εκθροπραξίες, η Κούλα ήλθε στην Αθήνα κοντά στους θείους της



Θεόδωρο και Λουίζα Νικ. Γκολιά, μαθητεύοντας και τελειοποιώντας την τέχνη της μοδίστρας. Το 1952 ο Χρήστος, πήρε επιτέλους όλη την οικογένεια στην Αυστραλία.

Η Κούλα Χρ. Γκολιά, λίγο αργότερα, το 1955 παντρεύτηκε στην Αυστραλία τον Έλληνα μετανάστη Χαράλαμπο Σταθακόπουλο (Harry Stathis), με καταγωγή από την Παλαιοσταφίδα Ακράτας. Από τον γάμο τους απέκτησαν την Ελένη (1956) και τον Σταύρο [Steven, που το έκανε Stephen] (1957).



Ο Stephen Stathis λοιπόν, επικοινωνήσε μαζί μου πριν 5 χρόνια, ζητώντας να μάθει λεπτομέρειες για την καταγωγή του, το οικογενειακό του δένδρο, ικανοποιώντας προφανώς και επιθυμία της μητέρας του, η οποία ζούσε ακόμη. Λαμβάνοντας, στην απάντησή μου, το «οικογενειακό δένδρο Γκολιά» (το οποίο περιέχει και το οικ. δένδρο Μακρή) μου υποσχέθηκε ότι θα με πληροφο-



ρήσει για τα νεώτερα στοιχεία του δένδρου, που αφορούν τους μετανάστες συγγενείς του στην Αυστραλία.

Έτσι λοιπόν μου έστειλε αυτό το ωραίο illustration Λεύκωμα με πολλές λεπτομέρειες των οικογενειών καταγωγής του και πολλές φωτογραφίες. Σας παραθέτω λοιπόν το εξώφυλλο με φωτογραφία των γονέων του Harry και Coula Stathis (αρ. 1), και κάποιες φωτογραφίες: 2. Σταύρος Κ. Γκολιάς - Βασιλική Σωτ. Κοϊτσάνου, 3. Δημήτριος Σπ. Μακρής - Γεωργία Ν. Κοϊτσάνου, 4. Χρήστος Στ. Γκολιάς - Ελένη Δ. Μακρή και τέλος μία φωτογραφία του αποστολέα Stephen Stathis (5).

Όπως διαπιστώνουμε η Τερψιθέα ανασαίνει ακόμη και χτυπάει η καρδιά της στους μετανάστες της. Διερμηνεύοντας και τα αισθήματά σας, απευθύνω συγκινημένος ένα μεγάλο μπράβο στον Τερψιθιώτη Stephen Stathis, για τον πατριωτισμό του και για το ωραίο αυτό Λεύκωμα, το οποίο εύχομαι να είναι καλοτάξιδο.



Stathakopoulos - Golia - Makris Family History of Harry and Coula



1

Η ΒΡΕΦΟΚΟΜΙΑ ΣΤΟ ΧΩΡΙΟ ΜΑΣ

Βρεφοκομία, ως γνωστόν, είναι η επιστήμη της ανατροφής του βρέφους, σύμφωνα με τους κανόνες της υγιεινής και, γενικά, με ό,τι προσφέρει η σύγχρονη έρευνα και γνώση. Όμως, στο χωριό μας και σ' όλη την υπαίθρο Ελλάδα, ο ερχομός ενός βρέφους στον κόσμο και η ανατροφή του, ήταν τα ίδια, όπως ήταν από την εποχή της εμφάνισης του ανθρώπου στη γη.

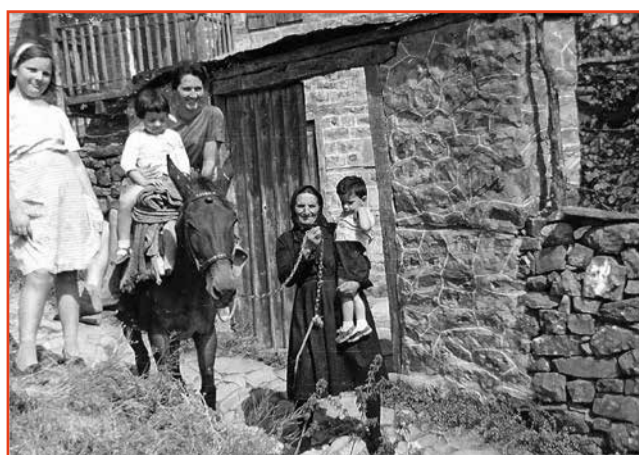
Αν γυρίσουμε πίσω, έναν αιώνα σχεδόν, θα δούμε ότι στο χωριό μας δεν υπήρχε «δημογραφικό πρόβλημα». Όλες οι οικογένειες ήταν πολυμελείς. Γεννιόντουσαν πολλά παιδιά, αλλά και η θνησιμότητα των βρεφών ήταν μεγάλη. Κατ' αρχάς, οι γυναίκες, τότε, ήταν υποχρεωμένες να δουλεύουν όλο το χρονικό διάστημα της εγκυμοσύνης. Δεν είναι τυχαία η φράση που έλεγαν, ότι «η τάδε δουλεύει με την κοιλιά στο στόμα».

Η εγκυμονούσα, τότε, δεν είχε μόνο την περιποίηση των άλλων παιδιών. Δούλευε και στο σπίτι, ζύμωμα του ψωμιού, μαγείρεμα, πλύσιμο ρούχων στη σκάφη με «αλυσίβα», δύσκολες δουλειές στα χωράφια, περιποίηση των ζώων, κουβάλημα νερού από τη βρύση με τη βαρέλα και, πολλές φορές, φορτωμένη ξύλα. Αν τύχαινε και την έπιαναν «οι πόνοι» στο σπίτι, ήταν καλά. Πολλές φορές αυτό τύχαινε να συμβεί ενώ ήταν στο χωράφι, ή ακόμα και στο λόγγο.



Στο σπίτι συνήθως τον ρόλο της μαμής αναλάμβαναν ηλικιωμένες συγγενείς ή γειτόνισσες. Στα μέσα του 20ού αιώνα,

στο χωριό μας, υπήρχε και η πρακτική μαμή, η αείμνηστη Κρυστάλλω. Φυσικά, μόλις ερχόταν το μωρό και έκοβαν τον ομφάλιο λώρο και, μετά την αποβολή του πλακούντα, τακτοποιούσαν πρόχειρα



τη μητέρα, φροντίζαν το νεογνό. Η φροντίδα υγιεινής που υπήρχε, ήταν σχεδόν μηδενική. Έπλεναν με χλιαρό νερό το βρέφος, κατόπιν το αλάτιζαν, και το φάσκιωναν με πρωτόγονα σπάργανα. Ενοείται ότι δεν υπήρχε βρεφοζυγός για να δουν με πόσο βάρος γεννήθηκε το μωρό. Όλα γίνονταν με το μάτι, εμπειρικά. Αν ένα μωρό είχε λίγο βάρος ή ήταν χειμώνας, το τύλιγαν σ' ένα δέρμα με μαλλί αρνιού για ζεστασιά και του έδιναν κουταλιές ζαχαρόνερο, μέχρι ν' αρχίσει ο θηλασμός. Αν η μητέρα δεν είχε αρκετό γάλα, του έδιναν το περίφημο ζαχαρούχο «Βλάχας», το οποίο προμηθεύονταν από τα μπακάλικα του χωριού. Ακόμη, σιγά - σιγά, έδιναν γάλα από αγελάδα, κασίκα ή προβατίνα, ανάλογα με την εποχή. Δυστυχώς, η θνησιμότητα ήταν μεγάλη μ' αυτές τις συνθήκες της πρωτόγονης βρεφοκομίας.



Φυσικά, τα σπάργανα κατασκευάζονταν από φθαρμένα ρούχα των μεγάλων και, πολλές φορές, ήταν και μάλλινα και σκληρά για ένα τόσο τρυφερό κορμάκι. Όταν, δε, δεν υπήρχε φασκιά φαρδιά υφασμάτινη του εμπορίου, ετοιμάζαν μία με νήμα μάλλινο και χρωματιστό. Το κρεββατάκι ήταν συνήθως η σαρμανίτσα ή το μπισίκι. Ήταν ξύλινα και κατάλληλα

φτιαγμένα να κουνάνε το μωρό. Στις πόλεις υπήρχαν και οι σιδερένιες κούνιες, που πλέον αποτελούν μουσειακό είδος.

Εδώ αρχίζει κι άλλη περιπέτεια για το μωρό. Το άλλαγμα γινόταν με δυσκολία, αφού, βέβαια, δεν υπήρχαν... πάνες μιας χρήσης. Δεν υπήρχαν ειδικές κρέμες, ειδικά σαπούνια για την περιποίηση. Όταν δημιουργείτο παράτριμα (σύγκαμα), το καθάριζαν με χαμομήλι και λάδι, ή έκαιγαν ένα μάλλινο παλιό κομμάτι ύφασμα και έριχναν τη στάχτη, το λεγόμενο σκρούμπο. Όταν το κεφαλάκι του μωρού γέμιζε νινίδα (σμήγμα), το έλουζαν με νερό που είχαν βράσει πίτουρο. Αν τύχαινε και ήταν γιατρός στο χωριό και ήταν δύσκολη γέννα και το μωρό το έπαιρνε ο γιατρός με εμβρουολκό, τότε λέγανε ότι το πήρε ο γιατρός «με τις κουτάλες».

Μ' όλα αυτά, η θνησιμότητα, όχι μόνο των νεογνών, αλλά και των γυναικών, ήταν μεγάλη. Ακόμα, πριν σαραντίσει η γυναίκα, λεχώνα, πήγαινε στα χωράφια και ετοιμάζε μια κούνια με τριχιά σε δυο αντικρουστά δέντρα και με μια μαντανία γινόταν η κούνια του μωρού για να 'ναι λίγο ψηλά, για να μην το φτάνουν τα φίδια, αφού μύριζε γάλα.

Μ' αυτές τις συνθήκες, ας μην πάμε πολύ μακριά, ας γυρίσουμε πίσω μόνο δύο με τρεις αιώνες, τότε που μ' αυτές τις δυσκολίες και κάτω από δέντρα και σε καλύβες, γεννήθηκαν ήρωες, επιστήμονες, οι Έλληνες που ετοίμασαν την Ελλάδα, την ελεύθερη Ελλάδα, την Ελλάδα της τεχνολογίας και των ευκολιών που απολαμβάνουμε εμείς σήμερα.

Γκρινιάζουμε γιατί κόπηκε για μια ώρα το ρεύμα λόγω κακοκαιρίας... Και σε τί υπέροχες συνθήκες, στα μαιευτήρια, γεννιούνται σήμερα τα παιδιά και με τί ευκολίες μεγαλώνουν... Αυτές τις ηρωίδες γυναίκες, τις γιαγιάδες μας και τις προγιαγιάδες μας, όχι μόνο πρέπει να τις μνημονεύουμε, αλλά, κάθε γενιά, να τους στήνουμε αγάλματα. Στην κυριολεξία ήταν «Παναγίες». Ας τους απευθύνουμε ένα μεγάλο «ευχαριστώ».

Βασιλική Σαλούρου-Τροβά

ΕΚΛΟΓΙΚΑ ΤΕΡΨΙΘΕΑΣ

1) ΒΟΥΛΕΥΤΙΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ

Στις 2 διαδοχικές Βουλευτικές Εκλογές στις 21 Μαΐου 2023 και στις 25 Ιουνίου 2023, στο Εκλογικό Τμήμα 444 της Δημοτικής Ενότητας Τερψιθέας Ναυπακτίας, είχαμε τα εξής αποτελέσματα.

| ΒΟΥΛΕΥΤΙΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ ► | | 21/5/2023 | 25/6/2023 |
|-----------------------|-------------------|-----------|-----------|
| ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΟΙ | | 259 | 259 |
| ΨΗΦΙΣΑΝ | | 105 | 97 |
| ΑΚΥΡΑ | | 0 | 2 |
| ΛΕΥΚΑ | | 0 | 0 |
| ΕΓΚΥΡΑ | | 105 | 95 |
| ΕΛΑΒΑΝ | | | |
| A/A | ΚΟΜΜΑ | ΨΗΦΟΙ | ΨΗΦΟΙ |
| 1 | ΝΕΑ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ | 48 | 39 |
| 2 | ΣΥ.ΡΙ.ΖΑ | 23 | 16 |
| 3 | ΠΑΣΟΚ-ΚΙΝΑΛ | 12 | 16 |
| 4 | ΚΚΕ | 11 | 11 |
| 5 | ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΥΣΗ | 3 | 5 |
| 6 | ΝΙΚΗ | 2 | 2 |
| 7 | ΠΛΕΥΣΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ | 3 | 2 |
| 8 | ΜΕΡΑ 25 | | 2 |
| 9 | Μ-Λ ΚΚΕ | | 1 |
| 10 | ΠΝΟΗ | 1 | |
| 11 | ΑΝΤΑΡΣΥΑ | 1 | |
| 12 | ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΞΑΝΑ | 1 | |
| 13 | ΣΠΑΡΤΙΑΤΕΣ | | 1 |

2) ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΤΙΚΕΣ ΕΚΛΟΓΕΣ

Στις Δημοτικές Εκλογές της 8ης Οκτωβρίου 2023, στο Δήμο Ναυπακτίας, μέχρι τώρα, μάθαμε ότι κατεβαίνουν υποψήφιοι Δήμαρχοι, ο νυν Βασίλειος Γκίζας με τη «Συνεργασία Πολιτών», ο πρώην Παναγιώτης Λουκόπουλος με την «Ενωτική Πρωτοβουλία», ο Ανδρέας Κωνσταντόπουλος, η Μαρία Ζιαμπάρα με την «Ανεξάρτητη Δημοτική Κίνηση Ναυπακτίας».

Στο χωριό μας, μέχρι στιγμής, η Ενωτική Πρωτοβουλία επέλεξε υποψήφιους για το Τοπικό Συμβούλιο εκδίδοντας την εξής ανακοίνωση:



«Υποδεχόμαστε στην δημοτική μας παράταξη την Ενωτική Πρωτοβουλία τον Γιώργο Αγγελόπουλο τον Κώστα Αγγελόπουλο και τον Νίκο Μακρή οι οποίοι θα είναι υποψήφιοι στην Τ. Κ. Τερψιθέας στην Αποδοτία.

Ο Γιώργος είναι γιος του νυν και επί δύο θητείες Προέδρου της Τερψιθέας Σταύρου Αγγελόπουλου και ο Κώστας και ο Νίκος συνταξιούχοι και επί δύο θητείες ο καθένας μέλη του συμβουλίου της κοινότητας γνώστες των θεμάτων. Τους διακρίνει η προσφορά και η έμπρακτη αγάπη για το χωριό τους.

Θα είναι υποψήφιοι με την παράταξή μας στην Τ. Κ. Τερψιθέας!!!!

Γιώργο, Κώστα Νίκο καλώς ορίσατε!»

Βλέπουμε 2 παλιούς θεματοφύλακες να πλαισιώνουν έναν νέο και πολλά υποσχόμενο αγωνιστή της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, της τοπικής μας υπόστασης πλέον, σε αυτή την ερημοποίηση της υπαίθρου και των χωριών.

Στην τριάδα αυτή αλλά και σε όλους, όσοι κατέλθουν ως υποψήφιοι ευχόμαστε καλή επιτυχία και σιδερένιο!



ΠΑΣΧΑ ΣΤΗΝ ΤΕΡΨΙΘΕΑ

Κάθε χρόνο το Πάσχα στο χωριό μας είναι όμορφο, η αλήθεια είναι πως φέτος ο καιρός δεν βοήθησε καθόλου, οι σόμπες και τα τζάκια ήταν αναμμένα μέρα νύχτα και οι εξορμήσεις στις γειτονιές ήταν λίγες. Οι συγχωριανοί μας όμως ξεπερνώντας κάθε δυσκολία ήρθαν στο χωριό για να γιορτάσουν τη μεγάλη γιορτή της Χριστιανοσύνης. Όλα ήταν υπέροχα. Ο στολισμός και

η περιφορά του Επιταφίου, το Χριστός Ανέστη, οι ευχές και οι αγκαλιές του κόσμου, οι γειτονιές που μοσχοβόλησαν από τα εδέσματα των γυναικών, της μαγειρίτσας και του οβελιά!

Και του χρόνου να είμαστε όλοι καλά να γιορτάσουμε ξανά στο χωριό μας.



ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΡΤΑΣΜΟ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΑΣ



ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΡΤΑΣΜΟ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΠΡΟΔΡΟΜΟΥ

ΣΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΗΣ ΠΑΝΩ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ



The seventh page is translated and edited by Georgia N. Kollias - Daskalakis, M.P.A.



HOW ARE WE AT JOY?

By Father Nektarios

Joy is a sign of a spiritual life. It is one of the elements that the Holy Spirit gives to humankind. "Love, Joy, Peace." It is like a thermometer that measures your health. A life of faith is a life of joy. If you don't have joy, endless joy, permanent joy, then something is not right with you. It is not possible to have joy without love, without peace, without forbearance. The fruit of the Holy Spirit is one. If you do not love, it is impossible to have joy. That is how closely bonded they are. A person, closed in their own egoism, introverted, alone, cannot experience joy. When the New Testament speaks of joy, it refers to only one joy, the joy of Christ. The joy that He had.

The world gives joy. Material things in the world give joy. Sometimes we confuse hedonistic pleasure and enjoyment with joy. The joy that we get from a glass of beer, from a theater performance, or from a gift, has nothing to do with the joy of Christ.

We are in need of the love of Christ. It makes our life beautiful. It gives us the strength to fly. And a joyful, happy, laughing face gives us the finest representation of Christ. And it draws people in, and they are forced to recognize and confess Christ's glory. A life of faith is beautiful with the joy of Christ. It is not a form of speech. Or an internal renaction. It is not a self-submission. It is a gift from God and we thank Him.

SUMMER FOOD POISONING

by Dr. Cissie Kozonis

The fad of tropical travel, the overcrowding of tourists in resorts that contribute to the poor quality of the food on offer, frequent air travel with catered meals, all involve a significant health hazard that may not normally be life-threatening, but certainly spoils some precious vacation days.

The term food poisoning is very often used. Food poisoning is defined as a syndrome manifested by diarrhea, anorexia, nausea, vomiting and fever. These symptoms start suddenly and are accompanied by abdominal pain. The patient usually recovers, even without treatment, within one to three days.

CAUSE OF FOOD POISONING



Indeed there are many germs, germ toxins and viruses that, when grown in food, become causes of food poisoning. The heat of summer is an ideal factor for their rapid multiplication. The microorganisms responsible for summer food poisoning are salmonella, colibacillus, shigella, staphylococcus, vibrioparaheamolyticus, bacillus cereus, etc. Also, parasites such as lamblia and cryptosporidia, as well as rotaviruses, can be causes of gastroenteritis.

In countries with a low level of sanitation, the source of contamination can be water. Diarrhea is usually caused by fresh vegetables and fruits, seafood, dairy products and ice creams.

"TRAVELLER LEAKAGE"

The most common acute gastroenteritis occurs in travelers to tropical and semi-tropical countries as well as other regions. This occurs in individuals in the form of a small epidemic. It is a mild disease and the fact should not be ignored that due to spoilage of poorly preserved food, it also occurs in Mediterranean countries such as those in North Africa.

Its cause is enterotoxigenic colibacter. Traveller's diarrhea affects many tourists every year where there is a significant difference in climate, social conditions and level of hygiene different from the corresponding conditions prevailing in their place of origin.

TREATMENT OF FOOD POISONING

The doctor will recommend replenishing fluids by mouth (such as water, tea, chamomile) and replenishing electrolytes with light food with enough salt. Antiemetic, antipyretic, and antidiarrheal medications are given if needed, and a related diet must be followed for a speed recovery. Antibiotics are administered only on the order of the attending physician.

PRECAUTIONS NEED TO BE TAKEN BY SUMMER TRAVELERS

The main precaution is to avoid possible sources of contamination, such as suspected dairy products, ice cream, seafood, fresh vegetables and fruits. It is better to consume bottled water in tropical and subtropical countries. In general, travelers must be careful about their food and drink in terms of cleanliness and quality

INFANTS AND CHILDBIRTH IN OUR VILLAGE

by Vasiliki Salourou Trova

Nursing is known as the science of raising the infant, with what modern research and knowledge offers on hygiene and childcare. But, in our village and throughout rural Greece, the arrival of an infant into the world and its upbringing were the same as they have been since the time of man's appearance on earth.

If we go back almost a century, we will see that there was no "demographic problem" in our village. All families were large. Many children were born, but infant mortality was also high. First of all, women then were obliged to work during the entire period of pregnancy. It is no coincidence that the phrase they used to say, that "so and so works with her belly in her mouth". The pregnant woman, then, did not only have to take care of the other children, she also worked at home, kneading bread, cooking, washing clothes in the tub with "lye", hard work in the fields, tending the animals, carrying water from the tap with a heavy jug and, many times, a load of wood.

If by chance she got "the pains" at home, she was fine. Many times contractions happened while she was in the field, or at the river washing clothes. At home, elderly relatives or neighbors usually took on the role of midwife. In the middle of the 20th century, in our village, there was also a practical midwife, the late Krystallo. Of course, once the baby came and they cut the umbilical cord and, after the placenta was expelled, they would rehabilitate the mother, and take care of the newborn. The hygiene care that existed was almost nil. They washed the baby with lukewarm water, then salted it, and wrapped it with primitive shreds of cotton. Of course there was no baby scale to see how much the baby weighed. Everything was done by eye, empirically. If a baby was underweight or it was winter, they wrapped it in a skin with lamb's wool for warmth and gave it spoonfuls of sugar water until nursing began. If the mother did not have enough milk, they would give him the famous condensed sugary evaporated "gala Vlachas", which was procured from the village grocers. They also, little by little, gave milk from a cow, a goat or a sheep, depending on the season. Unfortunately, mortality was high in these primitive nursery conditions.

Of course, the rompers were made from worn-out grown-up clothes and were often too woolly and hard for such a tender little body. As there was no commercial wide cloth sash, one was prepared with woolen and colored thread. The crib was usually a sarmanitsa or a bisiki. They were wooden and well made to rock the baby. In the cities there were also iron swings, which are now museum items. Here begins another adventure for the baby. Changing was done with difficulty, since, of course, there were no ... disposable diapers. There were no special creams, special soaps for the treatment. When a paratrima (sygama) or rash appeared, it was cleaned with chamomile and oil, or an old woolen piece of cloth was burned and the ashes were used, the so-called scrubo. When the baby's head was full of ninida (sebum), they bathed it with water in which bran had been boiled. If it happened that there was a doctor in the village and it was a difficult birth and the baby was taken away by the doctor as an embryo, then it was said that the doctor took it "with the spoons". Despite all this, the

mortality, not only of newborns, but also of women, was high. New mothers would go to the fields and prepare a cradle of cloth tied to two opposite trees with a mandania for the baby's cradle. She would set it a little higher, so that the snakes would not reach it, since it smelled of milk.

Two or three centuries ago, despite these difficulties under trees and in huts, heroes were raised, scientists, the Greeks who defended Greece, freed Greece, heroes who eventually created the Greece of technology and the conveniences we enjoy today.

We complain because the power went out for an hour due to bad weather...? Yet we marvel at what wonderful maternity wards, children are born in today and with what ease they grow up... These heroic women, our grandmothers and our great-grandmothers, are not only to be remembered but should be commemorated with statues so that every generation understands the conditions that prevailed in olden times. It was literally "Virgin Mary" who looked over them. Let's give them a big "thank you".

TERPSITHEA IS REBORN

by Spyros Skaltsas

We were pleasantly surprised by the scrapbook sent to us from distant Australia by Stephen Stathis, great-grandson of Stavros Goliias. Let's take things from the beginning.



Stavros Goliias (1865-1967) married Vasiliki Sotiriou Koitsanou (1870-1973) in 1895 and had the six children: Konstantinos (1896-1947), Smaragdo (1898-1976), Sotiris (1901-1941), Lambrini (1902-2001), Christos (1907-1970) and Panagiotis (1909-1999). Dimitrios S. Makris (1876-1959) married Georgia N. Koitsanou (1881-1936) around 1904 and they had four children: Aikaterini (1908-1911), Eleni (1909-1993), Spyros (1910-1991) and Nikolaos (1912-2003).

From the 2 families, Christos St. Goliias married Eleni Dimitriou Makri on October 22, 1931 in Nafpaktos with Pericles D. Maragdoulis as best man. From their marriage they had two daughters, Vasiliki [Koula] (1933-2018) and Georgia (1935-2015).

Christos immigrated to Australia in 1937 to search for a better future. The rest of the family remained in the village, experienced the German Occupation and then the horror of the Civil War. When hostilities finally stopped in 1949, Koula came to Athens to live with her uncle Theodoros and Louisa Nikolaou Goliias, learning and perfecting the art of dressmaking. In 1952, Christos finally took the whole family to Australia. Later in Australia in 1955, Koula Christou Golia, married the Greek immigrant Charalambos Stathakopoulos (Harry Stathis), originally from Palaiostafida Akrata. From their marriage they had Eleni (1956) and Stavros [called Steven] (1957).

Stephen Stathis contacted me five years ago, asking to know details about his origin, his family tree, fulfilling the wish of his mother, who was still alive. In my reply, he received the "Golia family tree" (which also contained the Makri family tree). He promised that he would inform me of the latest information on the tree, concerning his immigrant relatives in Australia. So he sent me this nicely illustrated scrapbook with lots of details from his family's origin and lots of photos. So I am publishing for you its cover with a photo of his parents Harry and Koula Stathis (No. 1), and some additional photos of: (No. 2) Stavros K. Goliias-Vasiliki Sot. Koitsanou, (No.3) Dimitrios Sp. Makris-Georgia N. Koitsanou, (No. 4) Christos St. Goliias- Eleni D. Makris, and finally, a photo of the sender Stephen Stathis (no. 5).

As is apparent, Terpsithea lives and breathes; her heart beats among her emigrants. Presumptuously interpreting all our feelings, I am moved to send a big thumbs up to Terpsithea Stephen Stathis, for his patriotism and for this beautiful album that I hope reaches far into the future informing generations.

Περασμένα μεγαλεία!

Ας μεταφερθούμε στο χωριό στα τέλη της δεκαετία του '60. Η οικογένεια του Μήτσου του Γιαννέτσου είχε... μεταναστεύσει στην Άμφισσα όπου άνοιξε Εστιατόριο. Είχε 2 αγόρια και εκείνη την εποχή η σύζυγος Ελένη Ιω. Σαλούρου γέννησε άλλο ένα αγοράκι. Το χαρμόσυνο γεγονός ανέλαβε να κοινοποιήσει ο Μήτσος δια τηλεγραφήματος στον πεθερό του τον μπαρμπα-Γιάννη στο χωριό. Το τηλεγραφείο-τηλεφωνείο συσχετιζόταν με το ταχυδρομείο και γειτόνευε με το γραφείο της Κοινότητας. Έτσι ο Θανάσης ο Γκολιάς που αναπλήρωνε ή εξυπηρετούσε τον τηλεγραφήτη προσωρινά έγινε μάρτυς του εξής τηλεγραφήματος: «**Ιωάννη Μπάζαν stop. Ελένη έτεκε τρίτον τύραννον stop**».

Όπως φαίνεται στην οικογένεια περίμεναν το τρίτο να είναι κορίτσι για να σπάσει το σερί των 2 αγοριών, τα οποία μάλλον ήταν ζωηρά, σωστοί τύραννοι. Έτσι ο Μήτσος εξέφρασε μια μικρή δυσαρέσκεια, υπακούων και στην ολιγόλογη σύνταξη του τηλεγραφήματος. Πάντως ο Μήτσος δεν τό 'βαλε κάτω, μετά από λίγα χρόνια η Ελένη τού χάρισε το πολυπόθητο κοριτσάκι.



Πριν από μισό αιώνα όμως, προπολεμικά, ένα άλλο τηλεγράφημα χαροποιούσε τους Τερψιθιώτες.

Ας δούμε την ιστορία από την αρχή. Το Σχολαρχείο της Τερψιθέας είχε, εκείνη την εποχή, έλλειψη καθηγητή φιλόλογου. Δεν γνωρίζω ποιος πολιτικός έστειλε το τηλεγράφημα, για να γνωστοποιήσει το «δι' ενεργειών μου» και αν ήταν έτσι συντεταγμένο, πάντως το τελικό που κυκλοφόρησε από στόμα σε στόμα, ήταν το εξής:

«**Αγαπητοί Τερψιθεείς, έρχεται καθηγητής, μετά δόξης και τιμής, Ξενοφών Γκαβής**».

Τώρα για τον ίδιο καθηγητή ή για άλλον, κυκλοφόρησε και η εξής στιχομυθία:

«-Κύριε καθηγητά, είναι καλή η σούπα; -Σαν εσένα, σαν τα μούτρα σου». Ας το αναλύσω λίγο. Ο καθηγητής φιλοξενείτο στο σπίτι του Σταύρου Ηλ. Φινινή. Ένα βράδυ σεβρίροντας η οικοδέσποινα Βασιλική τον καθηγητή τον ερώτησε: «-Κύριε καθηγητά, είναι καλή η σούπα;». Ο καθηγητής κάνοντας και μία φιλοφρόνηση απάντησε: «-Είναι ωραιότατη σαν εσάς, αγαπητή κυρία!». Καλά και πώς κυκλοφόρησε η πρώτη εκδοχή; Είναι απλό, ο σύζυγος της Βασιλικής, ο Σταύρος, ήταν μεγάλο πειραχτήρι και δεν άφησε την ευκαιρία να πάει χαμένη...

Ο παλιο-δαιμόνιος ρεπόρτερ

ΦΩΤΟ ΚΟΥΖ

ΑΠΑΝΤΗΣΗ
ΣΤΟ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟ Τ. 140:

Από αριστερά προς δεξιά όρθιοι πίσω: Βασιλική Ρήγα, σύζυγος Ιωάννου Κ. Παναγιωτοπούλου (γιαγιά την Βασιλικής Τροβά), αγκαλίτσα η μικρή Βασιλική Ν. Παναγιωτοπούλου μετέπειτα σύζυγος Κ. Τσαούση (εξαδέλφη της Βασιλικής Τροβά), η μητέρα της Βασιλικούλας Σοφία Β. Σαλούρου σύζυγος Νικολάου Ιω. Παναγιωτοπούλου (θεία της Βασιλικής Τροβά), ο Ιωάννης Χρ. Σαλούρος και Αντωνία Ιω. Παναγιωτοπούλου (γονείς της Βασιλικής Τροβά).

Μπροστά από αριστερά: Βασιλική Αθ. Σφήκα, καθιστή, σύζυγος Χρ. Σαλούρου μητέρα του Ιωάννη (και γιαγιά της Βασιλικής Τροβά) και το όρθιο κοριτσάκι είναι η Βασιλική Ιω. Σαλούρου μετέπειτα σύζυγος Διον. Τροβά.

Η φωτογραφία έχει πολλά πρόσωπα που αναφέρονται στο οικογενειακό δένδρο Παναγιωτοπούλου. Την φωτογραφία και τη λύση μας παραχώρησε ευγενικά η Βασιλική Τροβά και ο υιός Νικόλαος Τροβάς, τους οποίους ευχαριστούμε θερμά.



ΦΩΤΟ ΚΟΥΖ



Εδώ νομίζω
ότι κάτι μπορείτε
να καταφέρετε.
Αν όχι, θα ιδώ
τι μπορώ να κάνω
για σας.

Επαγγελματίες Συγχωριανοί μας

| | | | |
|---|---|---|---------------------------|
| ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΚΑΦΕΝΕΙΟ - ΨΗΣΤΑΡΙΑ | ΤΕΡΨΙΘΕΑ | 2634053111, 6979209538 |
| ΑΝΔΡΕΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ | ΕΥΛΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ | ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ | 2634024194 |
| ΑΡΒΑΝΙΤΗ Κ. ΕΛΕΝΗ | ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ | ΗΟΥΣ 2, ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ | 6945955992 |
| ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ Α. ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ | ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ 3 | 2103806993 |
| ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ Α. ΝΙΚΟΛΑΟΣ | ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ | Α. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 10β, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ | 2109751895 |
| ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΤΑΞΙ | | 6974105052 |
| ΑΥΛΟΓΗΤΟΣ Σ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ | ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ - ΒΙΝΤΕΟ | Β. ΣΟΦΙΑΣ & ΛΑΜΨΑΚΟΥ 3 | 2107717496 |
| ΒΕΛΕΝΤΖΑ Χ. ΧΡΥΣΑ | ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΟΣ/ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΟΣ | ΠΑΤΗΣΙΩΝ 69 & ΑΝΙΑΝΟΣ | 2105244536 6976744731 |
| ΒΕΛΕΝΤΖΑΣ Ν. ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ | ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ | ΣΠΑΡΤΑΚΟΥ 12-14, ΚΑΛΛΙΘΕΑ | 2103453073 6944358049 |
| ΒΕΛΕΝΤΖΑΣ Ν. ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ | ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ | ΕΥΡΥΔΙΚΗΣ 4, ΚΑΛΛΙΘΕΑ | 2109598595 |
| ΒΕΛΕΝΤΖΑΣ Χ. ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ | ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ | ΠΑΤΗΣΙΩΝ 69 & ΑΝΙΑΝΟΣ | 2105244550 6944522827 |
| ΒΕΡΥΚΙΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ | ΔΙΣΚΟΙ ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ | ΑΙΓΙΟΥ 3 ΑΓ. ΙΕΡΟΘΕΟΣ | 2105149100 |
| ΓΙΑΝΝΕΤΣΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ | ΨΑΡΟΤΑΒΕΡΝΑ «ΕΝ ΠΛΩ» | ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟΥ 60Α, (ΜΑΡΙΝΑ ΠΑΤΡΑΣ) | 2610424319 6934912278 |
| ΓΚΟΛΙΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ dimgoliass@yahoo.gr | ALL4ONE - ΟΛΕΣ ΟΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΕ ΜΙΑ ΣΤΑΣΗ | ΤΙΜΟΛΟΕΝΤΟΣ 17, ΑΘΗΝΑ | 2109210188 |
| ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ | ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ | ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΤΡΙΑΣ 6, ΑΙΓΑΛΕΩ | 2105315800 |
| ΖΑΒΙΤΣΙΑΝΟΣ ΣΠΥΡΟΣ | ΙΑΤΡΟΣ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ | ΕΠΙΤΑΥΡΓΙΟΥ 17, ΓΚΥΖΗ | 2106433243 |
| ΚΑΛΛΙΑΜΒΑΚΟΣ Γ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ | ΜΑΡΜΑΡΑ | | 2102755381 |
| ΚΑΛΛΙΑΜΒΑΚΟΣ Λ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ | ΑΣΦΑΛ. ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ «ΕΥΡ. ΠΙΣΤΗ» | ΕΡΜΟΥ 89-91, ΠΑΤΡΑ | 2610278393 6945075899 |
| ΚΑΡΤΕΡΗ ΣΟΦΙΑ skarteri@gmail.com | ΙΑΤΡΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ | ΜΑΙΖΩΝΟΣ 94, ΠΑΤΡΑ | 2610622976 6976798839 |
| ΚΑΡΤΕΡΗΣ ΣΑΒΒΑΣ | ΤΟΠΟΓΡΑΦΟΣ | ΡΑΜΝΟΥΣΙΩΝ 4 | 6973406264 |
| ΚΟΝΙΔΑΡΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ | ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ «Η ΤΕΡΨΙΘΕΑ» ΤΕΡΨΙΘΕΑ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ | 6984196326, ΦΑΞ: 2634052629 | 2634053234 2634052629 |
| ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗ ΕΦΗ | ΚΑΡΤΕΣ-ΠΡΟΣΚΛΗΤΗΡΙΑ | ΕΠΙΔΑΥΡΟΥ 16, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ | 2130410317 |
| ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΤΑΠΕΤΣΑΡΙΕΣ ΕΠΙΠΛΩΝ www.g-kontogiannis.gr | ΑΛΚΕΤΟΥ 33, ΠΑΓΚΡΑΤΙ | 2107511824 |
| ΚΟΚΚΟΤΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ | ΛΟΓΙΣΤΙΚΑ-ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΑ | ΝΙΡΒΑΝΑ 5, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ | 2109762685 |
| ΛΙΑΚΩΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ gliakonis@yahoo.gr | ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ Insurance Group Ε.Ε. | ΠΕΝΤΕΛΗΣ 92, 15126 ΜΑΡΟΥΣΙ | 2106755641 6974477750 |
| ΛΥΠΑΡΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΑΞΙΔΙΩΝ- ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ | 28ης ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ & Λ. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ 267, Ν. ΙΩΝΙΑ | 2102724557 |
| ΜΑΡΑΓΔΟΥΛΗ Δ. ΑΛΕΞΙΑ | ΚΑΦΕΝΕΙΟ | ΤΕΡΨΙΘΕΑ | |
| ΜΑΡΙΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ | ΑΧΑΡΝΩΝ 232 | 2108613314 |
| ΜΑΥΡΟΓΟΝΑΤΟΣ ΣΠΥΡΟΣ | ΦΩΤΟ-ΦΑΝΗΣ | ΜΠΟΥΜΠΟΥΛΙΝΑΣ 12, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ | 2109915702 |
| ΜΗΛΟΥΛΗΣ Θ. ΘΕΟΦΑΝΗΣ | ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ | ΔΙΓΕΝΗ 16, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ | 2109738664 |
| ΜΟΥΖΑΚΙΩΤΗ-ΤΖΙΛΑΛΗ ΕΛΕΝΑ | ΜΑΙΕΥΤΡΑΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΓΥΝ/ΛΟΓΟΣ | Λ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 25Α, ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ | 2106401002 6944420728 |
| ΜΟΥΡΤΟΥ Κ. ΑΣΠΑΣΙΑ | ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ | ΠΛ. ΥΨΗΛΩΝ ΑΛΟΝΙΩΝ, ΠΑΤΡΑ | 2610330511 |
| ΜΠΑΚΑΛΗΣ Κ. ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ | ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ | ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 18, ΑΘΗΝΑ | 6946497614 |
| ΜΠΑΝΙΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ | ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ | ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ | 2634027534 |
| ΜΠΑΡΟΣ Κ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ | ΓΟΥΝΑΡΗ 21, ΠΑΤΡΑ | 2610278248 6932097683 |
| ΠΑΪΣΙΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ | ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ - ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ | ΑΘΗΝΩΝ 22, ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ | 2634022227 6944602745 |
| ΠΑΪΣΙΟΥ-ΒΟΥΚΕΛΑΤΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ | ΣΥΜΒΟΛΑΙΟΓΡΑΦΟΣ | ΠΑΤΡΕΩΣ 55, ΠΑΤΡΑ | 2610222404 |
| ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ ΕΠΑΜΕΙΝΩΝΔΑΣ | ΜΗΧ/ΤΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ | ΑΡΙΣΤΟΜΕΝΟΥΣ 10α, ΖΩΓΡΑΦΟΥ | 2107485461 |
| ΠΑΝΤΕΛΗ - ΧΟΡΜΟΒΑ ΣΟΦΙΑ | ΑΣΦΑΛΕΙΕΣ | ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΟΥ 31, ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ | 2102610676 |
| ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ | ΕΠΙΠΛΑ ΚΟΥΖΙΝΑΣ | ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ | 6943013252 |
| ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ Σ. ΙΩΑΝΝΗΣ | ΚΑΦΕ ΨΗΣΤΑΡΙΑ | ΤΕΡΨΙΘΕΑ | 2634053233 |
| ΠΑΠΑΛΙΒΕΡΙΟΥ Κ. ΕΙΡΗΝΗ | ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ | ΠΡΟΥΣΗΣ 19, ΧΑΡΑΥΓΗ | 2109755024 |
| ΣΕΡΕΤΗΣ Ι. ΛΕΩΝΙΔΑΣ LEONIL HELLAS | ΙΑΤΡΙΚΑ-ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΑ ΕΙΔΗ | ΕΛΛΗΝΟΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΟΥ 57, ΠΑΤΡΑ | 2610425205 2108839312 |
| ΣΕΡΕΤΗΣ Λ. ΙΩΑΝΝΗΣ | ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΣ | Γ' ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ | 2108839312 |
| ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ | ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ ΕΙΔΗ ΥΓΙΕΙΝΗΣ | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ 4, ΚΑΛΙΘΕΑ | 2109598523 |
| ΣΤΑΜΑΤΗΣ Π. ΚΩΝ/ΝΟΣ | ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ- ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ Animation & ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ & Sound Design | ΔΑΒΑΚΗ 17, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ e-mail: synchroni@otenet.gr | 2109733266, 6930783608 |
| ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ | ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ ΕΙΔΗ ΥΓΙΕΙΝΗΣ | ΧΑΡΟΚΟΠΟΥ 4, ΚΑΛΙΘΕΑ | 2109598523 |
| ΣΤΑΣΙΝΟΥ Α. ΜΑΡΙΑ | ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ | ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ 103 - 105 | 2103632023 |
| ΤΖΙΛΑΛΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ | ΑΡΧΙΑΤΡΟΣ ΑΓΓΕΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ | Λ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 25Α ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ | 2106401010 6944612162 |
| ΤΖΙΛΑΛΗΣ ΣΠΥΡΟΣ | ΠΟΛΙΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ | ΒΟΤΣΗ 36, ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ | 2109701094 |
| ΤΡΙΨΙΑΣ Β. ΝΙΚΟΛΑΟΣ | ΜΠΑΛΟΝΙΑ-ΠΥΡΟΤΕΧΝΗΜΑΤΑ | ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ- ΝΟΒΑ 39, ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ | 2634022321 6944728221 |
| ΤΣΟΥΚΑΛΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | ΛΟΓΙΣΤΙΚΑ- ΦΟΡΟΤΕΧΝΙΚΑ | ΑΙΣΧΥΛΟΥ 19, ΑΝΘ ΚΑΛΑΜΑΚΙ | 2109901650 6977801638 |
| ΦΗΜΗ ΚΩΝ/ΝΑ | ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΞΕΝ. ΓΛΩΣΣΩΝ | ΠΡΟΥΣΗΣ 19 ΧΑΡΑΥΓΗ | 2109767788 |
| ΦΟΥΣΕΚΗ ΖΩΗ | ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ | ΙΝΤΖΕ 3-5, ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ | 2634029310 |
| ΧΕΙΜΑΡΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ | ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ | ΓΑΛΛΗΝΗΣ 13, ΖΩΓΡΑΦΟΥ | 2107792280 |
| ΧΟΡΜΟΒΑΣ Δ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ | ΗΛΕΚΤΡ. ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ | ΑΡΜΑΤΩΛΩΝ ΚΛΕΦΤΩΝ 29 | 6978884152 |