

Τα νέα του ΚΑΠΗ Χαλανδρίου

Τ. 12

ΟΚΤΩΒΡΗΣ 2016

ΟΚΤΩΒΡΗΣ Ο ΜΗΝΑΣ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

ΒΡΑΔΙΑ ΤΙΜΗΣ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ



Κανένας δεν αγαπάει τη ζωή τόσο πολύ όσο ο γέρος.

Σοφοκλής, 496-406 π.Χ., τραγικός ποιητής



Γηράσκω αεί διδασκόμενος.
Σωκράτης, 470/469-399 π.Χ., φιλόσοφος



Η διατήρηση της νεότητας στην προχωρημένη ηλικία δεν είναι προσποίηση. Είναι τέχνη.
Γιόχαν Βόλφγκανγκ Φον Γκαίτε, 1749-1832, Γερμανός ποιητής



Ο γέρος που έζησε κοινωνικά, που έχει δυνατό μυαλό και μνήμη πιστή, είναι θησαυρός ανεκτίμητος.
Ζαν ντε λα Μπριγιέρ, 1645-1696, Γάλλος συγγραφέας



Πρέπει κανένας να γεράσει για να πεισθεί πόσο λιγόχρονη είναι η ζωή.
Αρτούρ Σοπενχάουερ, 1788-1860, Γερμανός φιλόσοφος



Γερνώντας κανείς γίνεται πιο τρελός και πιο σοφός.
Φρανσουά Ντε Λα Ροσφονκό, 1613-1680, Γάλλος συγγραφέας



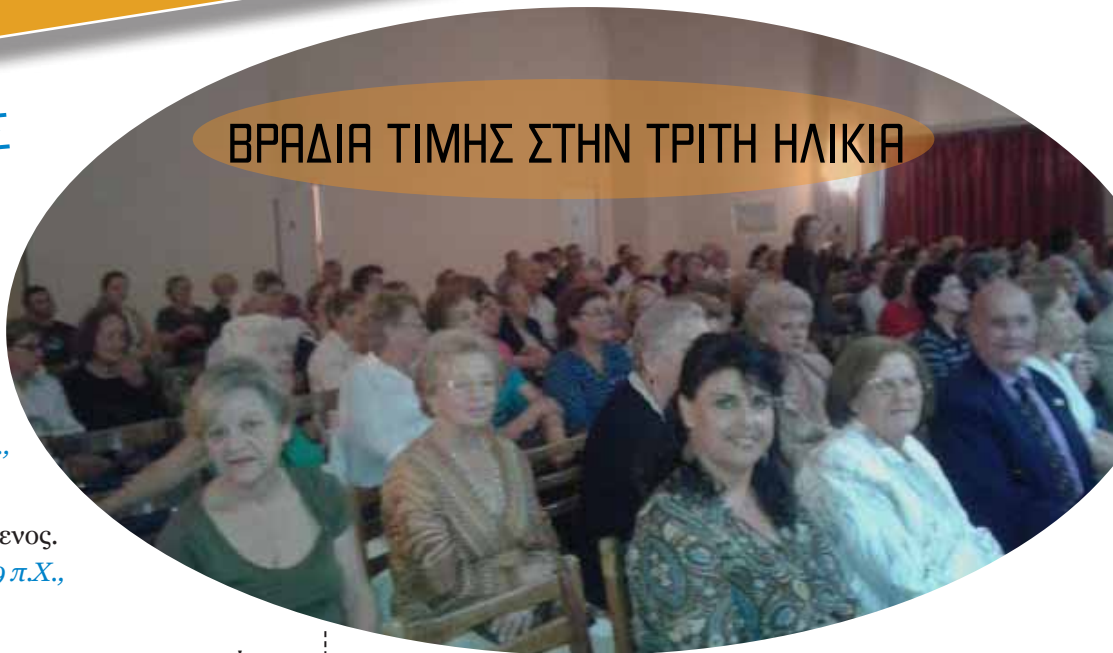
Όταν είναι κανείς νέος, είναι πολύ νωρίς. Όταν είναι γέρος, είναι πολύ αργά.
Διογένης, 410-323 π.Χ., Κυνικός φιλόσοφος



Οι άνθρωποι δεν σταματούν να παίζουν επειδή γερνάνε. Γερνάνε επειδή σταματούν να παίζουν.
Oliver W. Holmes, 1809-1894, Αμερικ. συγγρ.



Κάποιοι γερνούν, άλλοι ωριμάζουν.
Sean Connery, 1930, Σκωτσέζος ηθοποιός



Στις 30 Σεπτεμβρίου το απόγευμα, τα μέλη των ΚΑΠΗ Χαλανδρίου, με πρωτοβουλία του Δήμου, γιορτάσαμε την παγκόσμια ημέρα των γηρατειών ή της τρίτης ηλικίας, στην αίθουσα του ιδρύματος "Ζήση". Την εκδήλωση τίμησαν ο Δήμαρχος και μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου. Η χορωδία τρίτης ηλικίας, των ΚΑΠΗ υπό την διεύθυνση της κας Ρίας Θεοδώρου, μας ταξίδεψε στα χρόνια που πέρασαν με νοσταλγικές καντάδες. Ήταν θαυμάσια, αξίζουν συγχαρητήρια όλοι! Οι «νεαροί ενήλικες» μέλη των ΚΑΠΗ χορέψαμε με την ψυχή μας, τραγουδήσαμε και διασκεδάσαμε, με τη μουσική από τα μέλη της Φιλαρμονικής του δήμου Χαλανδρίου Χάρη Μπούτσικα και Γιώργο Ρετίκα. Το προσωπικό του τμήματος είχε φροντίσει για έναν πλούσιο μπουφέ. Ο μπουφές, τον οποίο τιμήσαμε όλοι, ήταν σύμφωνα με το διαιτολόγιο που πρέπει να ακολουθούν οι νεαροί... Εξυπηρετηθήκαμε άνετα από εργαζόμενες υπαλλήλους των ΚΑΠΗ που είχαν πολλή υπομονή και μεγάλο χαμόγελο. Ας ευχηθούμε να είμαστε όλοι καλά για να γιορτάσουμε και του χρόνου την ημέρα που όρισαν από τον ΟΗΕ ως ημέρα των γηρατειών ή της τρίτης ηλικίας.

Παρασκευή Στόιον Τύμη



Η ΧΟΡΩΔΙΑ...

...αποτελείται από 48 μέλη και είναι μεικτή. Κάθε χρόνο παρουσιάζει ένα χορωδιακό αφιέρωμα, οργανώνει και συμμετέχει στο φεστιβάλ τρίτης ηλικίας του Δήμου Χαλανδρίου αλλά και σε παραστάσεις κατόπιν προσκλήσεων άλλων Δήμων ή φορέων. Επίσης συμμετέχει σε αρκετές εορταστικές εκδηλώσεις κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς.

Τα ΚΑΠΗ ΜΕ ΤΑ ΠΕΡΗΦΑΝΑ ΓΗΡΑΤΕΙΑ και τη ΜΕΓΑΛΗ ΑΠΩΛΕΙΑ

Γράφει ο Σωτήρης Δημόπουλος

Απώλεια που δεν αντισταθμίζεται, που δεν αναπληρώνεται, με τίποτα. Φέρει όλα τα καλά του κόσμου. Φέρει όλο το χρυσάφι της γης. Φέρει τα πάντα βασιλεία και χλιδές και πλούτη. Τίποτα δεν "περνά", τίποτα δεν κάνει το θαύμα του. Η ιστορία τραβάει το δρόμο της. Το γήρας δεν "παύει" να έρχεται. Τα νιάτα δεν είναι αιώνια. Καθημερινά παραχωρούν τη θέση τους, στην ώριμη ηλικία κι ακόμα πιο πέρα. Από τη χάρη στην χοντροκοπιά. Απ' τη ρώμη στην αδυναμία. Απ' την ομορφιά στην ασχήμια. Η γήινη διαδρομή του ανθρώπινου είδους αυτήν την εικόνα παρουσιάζει. Αυγή φωτεινή περιλάμπρη. Δύση σκοτεινή αραχνιασμένη!

Το σκηνικό της ζωής μας σ' αυτά τα πλαίσια ξετυλιγεται. Με προκαθορισμένο χρονοδιάγραμμα, από το οποίο κανείς ποτέ δεν μπόρεσε να ξεφύγει. Για τίποτα άλλο δεν κλαίει και δεν οδύρεται ο άνθρωπος, όσο για την απώλεια της νιότης του.

Τα άλλα αναπληρώνονται. Κινητά και ακίνητα. Περιουσίες χάνονται, κι άλλες πάλι αποκτούνται. Τούτη δω όμως, η απώλεια, με τίποτα δεν καλύπτεται. Ούτε μπορείς να τη σκεπάσεις, να την καμουφλάρεις. Κακά τα ψέματα. Η νιότη δεν φέρνεται πίσω με μπογιές και βαψίματα η με ψευτοπαλληκαρισμούς αντρειοσύνης. Σαν περάσουν τα χρόνια σου, το δείχνουν όλα σου. Και τι δεν θα έδινε ο άνθρωπος ν' ανακτήσει την πρώτη του νιότη. Να γίνει παιδί αμούστακο. Να παίζει στα χώματα και στις λάσπες. Να νιώσει δυνατός μέσα του να κυκλοφορούν οι χυμοί της ζωής. Νιο φυτό ελαίας, να αστραφτοκοπούν τα φύλλα του στου ήλιου τα παιχνιδίσματα. Με τη φλόγα της ζωής να θερμαίνει την καρδιά,



να ζεσταίνει τα μέλη του. Πού, πέτρα να πατήσει, πού όρος να δρασκελίσει. Η ασφυξία η νωχέλια, άγνωστα. Ορμή και δράση το είναι του όλο.

Τέτοιες σκέψεις κάνει ο γέρος και πονά και δακρύζει. Ποιος ήταν, ποιος έγινε. Τι μπορούσε τι δεν μπορεί. Τι έφτιαχνε και τι δημιουργούσε. Τώρα παροπλισμένος, αργοσαπίζει στο αγκυροβόλιο της ζωής. Στα δημοτικά τραγούδια πηχτή σταλάζει η πίκρα στους στίχους που αναφέρονται στα γηρατειά. Το πασιγνωστο, «να 'ταν τα νιάτα δυο φορές, τα γηρατειά καμιά», εκφράζει με θλίψη την πραγματικότητα, τη μοίρα της ανθρώπινης ύπαρξης. Η απώλεια που δεν εξαγοράζεται με τίποτα. Η μοίρα του ανθρώπου... Να μεγαλώνει, να αντρειεύει, κι ύστερα να γερνά να εξαθλιώνεται. Η αρχή της ζωής, τελειώς διάφορη απ' την κατάληξη. Δροσερή, ροδαλή η πρώτη. Κάτισχηνη άθλια η δεύτερη.

Σ' ένα τέτοιο μέγεθος ζώντας ο άνθρωπος πλημμυρίζει αντίστοιχα αισθήματα, χαράς, ευφροσύνης, πόνου και θλίψης. Λίγοι όσοι δεν θλίβονται στα γηρατειά τους. Η εξαίρεση. Οι άλλοι ζουν τα γηρατειά, αναπλάθοντας και αναπολώντας νοερά νεανικές στιγμές και ώρες. Προκαθορισμένο, προσδιορισμένο, λες το κύκλωμα της ανθρώπινης ζωής. Δεν χωρεί προσφυγή, δεν χωρεί παρέκκλιση. Οι πάντες οδεύουμε προς τα ίσια. Με την ίδια για όλους διαδρομή. Με τους ίδιους σταθμούς τις ίδιες στάσεις. Με πιο οδυνηρή κι ανυπόφορη τη στάση. Τέρμα των γηρατειών. Εκεί φτάνουμε χωρίς δυνάμεις, χωρίς όργανα, χωρίς χάρη. Η μεγάλη μας απώλεια.

Τα νιάτα δεν περιφρονούν τα γηρατειά, όπως πολλοί νομίζουν. Η φοιτήτρια του Μαθηματικού Θεοδότη Παντισόδη με την κιθάρα της συντροφεύει το τραγούδι των μελών του ΚΑΠΗ.



ΕΝΑ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ ΣΤΟ ΚΑΠΗ ΤΟΥ ΚΑΤΩ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ

Κιθαρίτσα, χορός και μεζεδάκια! Όλα αυτά μας συντρόφευσαν στην αντάμωση όλων στο ΚΑΠΗ του ΚΑΤΩ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ την Πέμπτη 29 Σεπτεμβρίου. Το ανεξάντλητο κέφι των μελών εκδηλώθηκε με τραγούδι και χορό, θυμίζοντας σε όλους μας ότι η καρδιά είναι αυτή που μετράει και ΟΧΙ τα χρόνια μας. Αυτή η συνάντηση και η μεγάλη παρουσία των μελών είναι παράδειγμα ότι κάθε Πέμπτη απόγευμα πρέπει να βρισκόμαστε για να περνάμε κάποιες ώρες ξένοιαστες με κουβέντα και καφεδάκι, πράγματα που λείπουν από όλους μας. Επίσης ο Δήμος Χαλανδρίου πρέπει να φροντίζει ώστε η τρίτη ηλικία να έχει και κάποιες άλλες ευχάριστες εκδηλώσεις όπως εκδρομές κ.λ.π.

Καίτη Φαρσερώτη

Ένα απόγευμα χαρούμενο με φίλιες και ωραία μουσική, περάσαμε στο ΚΑΠΗ του Κάτω Χαλανδρίου. Και σε άλλα με υγεία!

Ελίζα Τσιρτσιμπαση

ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΛΑΥΡΙΟ



Την 13/10/2016 πραγματοποιήθηκε ημερήσια εκδρομή στην πόλη του Λαυρίου Αττικής με εκδρομείς από όλα τα ΚΑΠΗ του Δήμου Χαλανδρίου. Η ημέρα ήταν ηλιόλουστη και ωραία. Φτάσαμε στο Λαύριο γύρω στις 10:30 π.μ. Η διαδρομή ήταν υπέροχη. Επισκεφτήκαμε το μουσείο, όπου, ένας υπάλληλος μας μίλησε για την ιστορία των μεταλλευμάτων του Λαυρίου. Το Λαύριο από την αρχαιότητα είναι συνδεδεμένο με τα μεταλλεία. Είχε αξιόλογες μονάδες παραγω-



γής κλωστοϋφαντουργικών προϊόντων, χημικών, σπирτων, προϊόντων από μέταλλο, τελευταία δε και μεγάλης ισχύος θερμοηλεκτρικές μονάδες. Είχε εργαζόμενους για την εκμετάλλευση των κοιτασμάτων 12.000 χιλιάδες εργάτες.

Το μέταλλευμα που εξορύσσεται περιέχει διάφορα ορυκτά ψευδαργύρου και μόλυβδου αργυροφόρο γαληνίτη και κεραυνίτη καθώς και μικτά θειούχα μεταλλεύματα γαληνίτη, σφαλερίτη και σίδηρο περιίτης. Μεγάλη ήταν η παραγωγή αργύρου. Η μεγάλη ακμή του Λαυρίου άρχισε το 483 π.χ. οπότε ανακαλύφθηκαν τα πλουσιότερα κοιτάσματα της Μαρώνειας σημερινή Καμάριζα και κράτησε έως το 450 π.χ.

Η νεότερη ιστορία της εκμετάλλευσης των κοιτασμάτων του Λαυρίου αρχίζει το 1864 με την ίδρυση ενός μεταλλουργείου για την ανακαμίνευση των αρχαίων σκαριών. Περιηγηθήκαμε την πόλη και το λιμάνι, πίνοντας καφέ στα διάφορα καφενεία και ξεκινήσαμε για την επιστροφή στις 2:30 μ.μ.

Ευχαριστούμε θερμά τους υπεύθυνους για την εκδρομή αυτή.

Ιωάννης Λαγιόπουλος



ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΑ ΔΕΡΒΕΝΟΧΩΡΙΑ

Εκδρομή στα Δερβενοχώρια πραγματοποίησαν τα μέλη των ΚΑΠΗ Χαλανδρίου την Τρίτη 20 Σεπτεμβρίου. Επισκέφθηκαν τη μονή του οσίου Μελετίου (που χτίστηκε τον 11ο αιώνα), έφαγαν στο χωριό Πύλη και απόλαυσαν καφέ και παγωτό στη Φυλή (Χασιά). Επιστρέφοντας πέρασαν μέσα από τον εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας, η οποία, παρά τις πληγές που της άφησε η μεγάλη πυρκαγιά του 2007, εξακολουθεί να προσφέρει την ομορφιά, τη δροσιά και το οξυγόνο στους φυσιολάτρες και τους περαστικούς...

ΜΕΛΗ ΤΩΝ ΚΑΠΗ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ ΡΕΜΑΤΙΑΣ

Τα "γυαλιά" έβαλαν σε πολλούς νεότερους τα μέλη των ΚΑΠΗ που συμμετείχαν στον Αγώνα Δρόμου Ρεματίας, αποδεικνύοντας ότι ο αθλητισμός «δεν έχει ηλικία» και δίνοντας το καλό παράδειγμα στους νεότερους.

Η Βάσω Κάκου-Αλέστα (στην κάτω φωτο με το άσπρο παντελόνι) έτρεξε για 5η φορά και κατέκτησε μια από τις πρώτες θέσεις στην ηλικία της στον αγώνα των πέντε χιλιομέτρων. Καλά τα κατάφεραν όμως και ο Δώρος, η Ελευθερία, η Λούλα, η Ελένη, η Μαντώ και η Κική που κέρδισαν τις εντυπώσεις των θεατών.



14 ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΠΗ ΤΟΥΦΑΣ



Τα 14 χρόνια λειτουργίας αλλά και το (μερικώς) ανακαινισμένο κτήριο του γιόρτασε το ΚΑΠΗ Τούφας στις 16 Σεπτεμβρίου. Ο χώρος γέμισε απο χαρούμενα πρόσωπα που ξαναβρέθηκαν μετά τις διακοπές, νοστιμότητα εδέσματα και υπέροχες μελωδίες!!! Φυσικά στο τραγούδι διακρίθηκε -όπως πάντα- η κυρία Βάσω Ζανάκη με τη συνοδεία του Χάρη Μπούτσικα (μέλος της Φιλαρμονικής) στο πιάνο και του κ. Δημήτρη Κατσάρα (μέλος του ΚΑΠΗ) στο βιολί. Ο χορός απέδειξε πολλά... ταλέντα!