



ΕΛΛΗΝΙΔΕΣ ΣΟΡΟΠΤΙΜΙΣΤΡΙΕΣ

ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΣΟΡΟΠΤΙΜΙΣΤΙΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΤΕΥΧΟΣ #134



ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2020



ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΟΡΟΠΤΙΜΙΣΜΟΣ ΣΟΡΟΠΤΙΜΙΣΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΕΛΛΑΔΟΣ

Ο Διεθνής Σοροπτιμισμός (SI) είναι μία Παγκόσμια Γυναικεία μη Κυβερνητική Οργάνωση μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα. Απαρτίζεται από γυναίκες επαγγελματίες που εμπνέονται από την ευρύτητα και το υψηλό πνευματικό επίπεδο των στόχων του Σοροπτιμισμού. Μία οργάνωση με ιδιαίτερη ποιότητα παροχής υπηρεσιών προς τις γυναίκες, τα κορίτσια, τα παιδιά. Μια παγκόσμια φωνή μέσω της ενημέρωσης, της συνηγορίας, της δράσης. Διαθέτει πάνω από 76.000 μέλη σε περισσότερους από 3.000 Ομίλους σε 130 χώρες. Εκπροσωπείται στα Ηνωμένα Έθνη (ΟΗΕ) με μόνιμη συμβουλευτική θέση και συνεργάζεται με διάφορους διεθνείς φορείς και οργανώσεις όπως UNICEF, UNESCO, UNEP, ILO κ.ά.

Ο όρος Σοροπτιμισμός είναι λατινογενής και προέρχεται από το SOROR (αδελφή) και το OPTIMA (άριστη), δηλαδή αδελφή, φίλη για το καλύτερο.

Η Σοροπτιμιστική Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία (SI/E) είναι μια από τις τέσσερις Ομοσπονδίες του Διεθνούς Σοροπτιμισμού. Ιδρύτρια του πρώτου Ομίλου στην Ευρώπη και συγκεκριμένα στη Γαλλία το 1924 ήταν η πλαστική χειρουργός Dr. Susanne Noël, η οποία φρόντισε για την επέκταση του Σοροπτιμισμού στην Ευρώπη. Ο Ευρωπαϊκός Σοροπτιμισμός έχει πάνω από 35.000 μέλη και 1.265 Ομίλους σε Ευρώπη, Μέση Ανατολή και Αφρική.

Η Σοροπτιμιστική Ένωση Ελλάδος στοχεύει:

- > Στην προώθηση της θέσης της γυναίκας
- > Στα υψηλά ηθικά πρότυπα
- > Στα ανθρώπινα δικαιώματα για όλους
- > Στην ισότητα, ανάπτυξη και ειρήνη
- > Στην ενθάρρυνση των δεσμών μεταξύ των Ομίλων για την προώθηση των στόχων και των ιδανικών του Σοροπτιμισμού, όπως εκφράζονται από τους Σοροπτιμιστικούς Ομίλους όλου του κόσμου.

Το σύνθημα της διετίας μας είναι:

**ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ
ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ**

Συμβουλευτείτε την ιστοσελίδα μας

www.soroptimist.gr για περισσότερη πληροφόρηση.

f SoroptimistGreece

@ SoroptimistGreece

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

**Περιοδικό
Ελληνίδες Σοροπτιμίστριες**

**Τριμηνιαία έκδοση
της Σοροπτιμιστικής Ένωσης Ελλάδος**

Αριστοτέλους 47 - 49,
104 33 Αθήνα
τηλ.: 6943 594384,
e-mail: meropi23@gmail.com
www.soroptimist.gr

**Έτος 33ο
Αρ. Φύλλου 134
Οκτώβριος - Δεκέμβριος 2020**

Υπεύθυνη περιοδικού:

Ζανέτ Καλιακάτσου
Εκπαιδευτικός
Μπουμπουλίνας 9,
145 62 Κηφισιά, Αθήνα
Τ: 6974 429176
e-mail: janet2011@hotmail.gr

Περίοδος 2020-2022

Πρόεδρος Σ.Ε.Ε.:

Μερόπη Ορφανού
Μ. Μπότσαρη 6
566 26 Συκιές, Θεσσαλονίκη
Τ: 6937 355138
e-mail: meropi.orfanou@gmail.com

Αποστολή ύλης και φωτογραφιών (υψηλής ανάλυσης, άνω των 2MB)
επόμενου τεύχους (#135, Ιανουάριος - Φεβρουάριος - Μάρτιος 2021)
στην Υπεύθυνη του περιοδικού, Ζανέτ Καλιακάτσου και ταυτόχρονα στην Πρόεδρο της Ένωσης, Μερόπη Ορφανού, **έως 10 Μαρτίου 2021.**

Λόγω πληθώρας ύλης μερικά άρθρα δεν περιλαμβάνονται στην έκδοση και άλλα δημοσιεύονται με περικοπές.

Για πληροφορίες, διαφημίσεις και ό,τι σχετίζεται με το περιοδικό, παρακαλούμε επικοινωνείτε με την Πρόεδρο.

Κάθε ενυπόγραφο κείμενο εκφράζει τον συντάκτη του και το περιοδικό δεν φέρει ευθύνη για το περιεχόμενο του κειμένου.



Σ' ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ #134

- 2 Από την Υπεύθυνη του περιοδικού
- 3 Μήνυμα Προέδρου
- 4 Το απαραβίαστο των δικαιωμάτων του Ανθρώπου
- 7 Revenge Porn
- 8 Από τα δικαιώματα του Ανθρώπου μέχρι τα Δικαιώματα της Γυναίκας, δρόμος μακρύς και δύσβατος
- 10 Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και Ημέρα του Διεθνούς Σοροπτιμισμού
- 12 Gaslighting
- 14 Μισθολογικό χάσμα μεταξύ των φύλων στην Ευρωπαϊκή Ένωση
- ΔΡΑΣΕΙΣ Σ.Ε.Ε.
- 16 Τελετή παράδοσης - παραλαβής καθηκόντων Δ.Σ.
- 16 Ενσυναίσθηση
- 17 Οι γιορτές των Χριστουγέννων
- 18 Φώτισε τον κόσμο Πορτοκαλί
- 20 Διαδικτυακή ημερίδα για τη βία κατά των γυναικών
- 22 Τιμητική πρόταση στην Ελληνίδα Σοροπτιμίστρια Βύλλη Μάκου
- 23 ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ
- 39 Μια καλή μέρα, μια κακή μέρα
- 40 Η Σπουδαιότητα της Ελληνικής Γλώσσας και η συνέχειά της από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα
- 44 Λογική, Συναισθήμα, Γυναικεία αισθητική
- 46 Συνέντευξη του καθηγητή, κ. Βλάσιου Τσαντίλα
- 47 Σωματική άσκηση και ποιότητα ζωής
- 48 Με αισιοδοξία και αγάπη
- 48 Αλησμόνητες/οι





ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ
ZANET KALIAKATZOU

Αντιγράφω κάποιους
στίχους από το ποίημα της Κικής
Δημουλά, *Σημείο Αναγνώρισεως*
-άγαλμα γυναίκας με δεμένα
χέρια όπου η παράσταση
της αλυσοδεμένης γυναίκας
προσαμβάνεται όχι ως ιστορική
αλληγορία, αλλά ως σύμβολο της
καταπίεσης του γυναικείου φύλου.

Οι ποιητικές λέξεις
προσφέρονται για πολλαπλές
και ποικίλλες αναγνώσεις
ζητημάτων που αναδείχθηκαν
σε όλο αυτό το διάστημα της
δεκαεξαήμερης εκστρατείας
(trafficking, ενδοοικογενειακή βία,
παρενόχληση, βιασμός)

“Όλοι σέ λένε κατευθείαν άγαλμα,
έγώ σέ λέω γυναίκα άμέσως.
”Όχι γιατί γυναίκα σέ παρέδωσε
στό μάρμαρο ό γλύπτης
κι ύπόσχονται οί γοφοί σου
εύγονία άγαλμάτων,
καλή σοδειά άκινησίας.
Γιά τά δεμένα χέρια σου, πού έχεις
όσους πολλούς αιώνες σέ γνωρίζω,
σέ λέω γυναίκα.

Σέ λέω γυναίκα
γιατ' είς' αϊχμάλωτη.”

(Τό λίγο του κόσμου, 1971)

Αγαπημένες φίλες,
στο λυκαυγές του 2020, μιας χρονιάς ιδιαίτερα δύσκολης λόγω της
υγειονομικής κρίσης, το περιοδικό μας, *Ελληνίδες Σοροπτιμίστριες*,
ανοίγει τα πανιά του με μια ανανεωμένη, διαφορετική μορφή -παρά
τα ταραγμένα νερά που σίγουρα θα αναγκαστεί να διασχίσει και τους υφάλους που θα
πρέπει να αποφύγει, με την πανδημία και την οικονομική κατάσταση να είναι μερικούς
από τους πολλούς. Αισθάνομαι πραγματικά ευγνώμων που μου εμπιστευθήκατε αυτό το
εγχείρημα. Πιστεύω ακράδαντα ότι το περιοδικό είναι σημαντικό να διατηρήσει την πορεία
που έχει χαράξει όλα αυτά τα χρόνια και ελπίζω ότι θα μπορέσουμε να συνεχίσουμε την
έκδοση αυτού που μοιάζει δύσκολο μεν, αλλά είναι απολύτως αναγκαίο - ενός περιοδικού
που να μιλά από και για την Γυναίκα με την εγκυρότητα, σοβαρότητα και επιστημονική
που διακρίνει όλες εμάς τις Σοροπτιμίστριες. Είναι σημαντικό νομίζω να αναδειξουμε και
να ξεδιαλύνουμε τα ουσιαστικά θέματα που αφορούν τη σύγχρονη Γυναίκα, μέσα από
τον ορυμαγδό των μινιοποιημένων και υπερεκτεθειμένων εικόνων και φράσεων που
στρεβλώνουν στις μέρες μας την ταυτότητά της.

Τα άρθρα, οι δράσεις και οι εικόνες που συγκεντρώθηκαν στο παρόν τεύχος,
αποτυπώνουν μια τοπογραφία ακτιβισμού, με γνώμονα το πνεύμα των Orange Days,
εγκαθιδρύουν δυναμικές σχέσεις με τον κοινωνικό ιστό και απευθύνονται σε όλες εκείνες
τις αιχμάλωτες γυναίκες, παγωμένα, βουβά αγάλματα στον κλοιό της βίας. Κρίνοντας
κανείς από την κλίμακα, την ποικιλία και την ένταση των θερμών αντιδράσεων που λάβαμε
στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για τις Orange Days νιώθουμε ότι η εκστρατεία μας
χτύπησε κάποια φλέβα, καθώς επιχειρούσαμε να συμμετάσχουμε ευθέως στα συχνά
δραματικά γεγονότα που δημοσιοποιούνταν τόσο σε παγκόσμιο όσο και σε τοπικό επίπεδο.
Κι αυτή η φλέβα σχετίζεται με την ενδυνάμωση της φωνής που δεν βρίσκεται σε θέση
ισχύος. Στην ίδια κατεύθυνση η παρούσα έκδοση του περιοδικού επεξεργάζεται ένα ζεύγος
καίριων όρων. Εν προκειμένω, η βασική θεματική αυτού του τεύχους είναι «Βία κατά των
γυναικών και Ανθρώπινα Δικαιώματα». Επιδιώκουμε να αναδειχθούν διάφορες πτυχές
αυτού του φαινομένου ακολουθώντας μια διαδρομή διερεύνησης και ανασύνθεσης του
φαινομένου της βίας. Το ερώτημα που εμείς ως Σοροπτιμίστριες θέτουμε μέσα από την
πληθώρα και ποικιλία των δράσεων μας είναι το εξής: Τι θα μπορούσε να αντιπαρατεθεί σ'
αυτή την κουλτούρα της λεκτικής και έμπρακτης βίας; Με ποια αντίρροπη δύναμη και με
ποια μέσα μπορούμε να την αντιμετωπίσουμε;

Πολλά θα μπορούσαν ακόμα να γίνουν όσον αφορά την κοινωνική αφύπνιση,
συλλογική εγρήγορση, νομική πλαισίωση, την ψυχοκοινωνική στήριξη, και κυρίως τη
συμπάρασταση και αλληλεγγύη σε όλες εκείνες τις φωνές και εκείνα τα σώματα που έχουν
δεχτεί συγκάλυψη, φίμωση, έλεγχο. Αν και το νομικό μας σύστημα έχει θεωρακιστεί απέναντι
στην εμπειρία και το πνεύμα της βίας κατά των γυναικών, η γυναίκα που «έφταιγε», τα
«ήθελε», της «άξιζε» εξακολουθεί να συντηρείται στο συλλογικό φαντασιακό φιμώνοντας
και διασύροντας πολλές φορές το θύμα.

Παρά όλα αυτά κάτι έχει αλλάξει. Ομολογίες όπως αυτή της συγγραφέως Jessica
Knoll, δείχνουν πως κάποιες γυναίκες τόλμησαν να αποτινάξουν τα πέπλα ενοχής,
ντροπής, φόβου ή κοινωνικού στιγματισμού. Η ίδια θύμα ομαδικού βιασμού στο λύκειο,
σε συνέντευξή της αναφέρει πολύ χαρακτηριστικά: «Φοβάμαι πως οι άνθρωποι δε θα
πουν αυτό που μου συνέβη βιασμό, γιατί για ένα πολύ μεγάλο διάστημα κανένας δε το
έκανε. Όμως καθώς ετοιμάζομαι για την περιοδεία για τη προώθηση του βιβλίου μου, και
προετοιμάζομαι για τις γυναίκες που θα με ρωτήσουν, με νευρικό, γενναίο τόνο, τι εννοώ με
την αφιέρωση *Τι Ξέρω εγώ*;, φτάνω σε μια απλή, δυνατή ανακάλυψη: όλοι το λένε βιασμό
πλέον. Δεν υπάρχει λόγος να σκύβω το κεφάλι. Δεν υπάρχει λόγος να μη πω τι Ξέρω».

Η συγγραφέας μας μίλησε ανοιχτά για το τραύμα της, αλλά και για όλα όσα νιώθει,
επιθυμεί και δικαιούται μια νέα γυναίκα. Τα λόγια της μπορεί να μην μπορούν να ξερκίσουν
το κακό της σεξουαλικής κακοποίησης, αλλά πλάθουν συναισθήματα, έχουν δύναμη,
προκαλούν κραδασμούς, απελευθερώνουν ενέργεια, αρθρώσεων δικαιώματα, ξεμπουν
νωχελικές συνειδήσεις. Η αποκάλυψη είναι το πρώτο βήμα για να σπάσει ο κύκλος της βίας
κατά των γυναικών.

Μια τελευταία κουβέντα σε κάθε γυναίκα: πάντα πρόσω!

Για εσένα, για εμάς, για όλες!

Καλή ανάγνωση, με την αγάπη μου,
Ζανέτ



“

*Όταν μια γυναίκα, ένας άνθρωπος
συνταράσσεται στην ανάκληση
μιας οδυνηρής εμπειρίας,
μιας τρομακτικής ανάμνησης
ακόμα και δύο δεκαετίες μετά,
δεν τιμά την κοινωνία να
παραμένει αδιάφορη!*

”



ΠΡΟΕΔΡΟΣ Σ.Ε.Ε. 2020 - 2022

ΜΕΡΟΠΗ ΟΡΦΑΝΟΥ

Α

γαπημένες μου φίλες,
το 2020 είναι πια πίσω μας, αποτελεί παρελθόν.
Φεύγοντας μας άφησε δυσάρεστες εμπειρίες και με
αδυναμία επιζητούσαμε τη νέα χρονιά.

Το 2021 είναι εδώ και είναι το έτος, στο οποίο έχουμε εναποθέσει πολλές ελπίδες, για τον τομέα της υγείας, για την βελτίωση της οικονομίας και γενικά για το καλύτερο στη ζωή μας τόσο στην καθημερινότητά μας όσο και στο μέλλον. Το 2021 είναι ο αριθμός συμπλήρωσης των αγώνων του Σοροπτιμισμού. Ένας ολόκληρος αιώνας, που διάβηκε επάνω στο δρόμο για την ισότητα και τα δικαιώματα της γυναίκας. Καθώς επίσης είναι η χρονολογία σταθμός γιατί η χώρα μας συμπληρώνει διακόσια χρόνια από την έναρξη της επανάστασης για την απόκτηση της Ελευθερίας. Και η Σοροπτιμιστική Ένωση Ελλάδος πραγματοποιεί την έναρξη της επόμενης διετίας με νέο διοικητικό συμβούλιο.

Μια νέα προσπάθεια συντελείται και προκύπτουν αλλαγές στη σκυτάλη του περιοδικού, που κρατάτε στα χέρια σας. Η οικονομική κρίση, αλλά και η ρεαλιστική αντιμετώπιση της πραγματικότητας μας οδήγησε σε λύσεις οικονομικότερες και βιωσιμότερες, χωρίς βέβαια αυτό να σημαίνει υποβάθμιση στο περιεχόμενο και στις ιδέες που καλύπτει η έκδοση του περιοδικού μας.

Είμαστε πιστεύω ευτυχείς ως Σοροπτιμίστριες και μάλλον ως Σοροπτιμίστριες Ελλάδος, καθώς με την συμπλήρωση της συνεχούς παρουσίας μας επτά δεκαετιών στη χώρα μας βήματα προόδου και αναγνώρισης των Δικαιωμάτων της Γυναίκας έχουν αρχίσει να διαφαίνονται και να φανερώνονται αρκετοί υποστηρικτές, σε κυβερνήσεις, υπηρεσίες, οργανώσεις και μεμονωμένα πρόσωπα. Η οργάνωση όλα αυτά τα χρόνια δημιούργησε και σταθεροποίησε μια ατμόσφαιρα αντίστασης στο κατεστημένο, στην πατριαρχία και στην προκατάληψη της υποβάθμισης των γυναικείων δεξιοτήτων. Μέσω αυτής αναδείχθηκαν και ακούστηκαν καθαρά και δυνατά, για πρώτη φορά ίσως, όροι, όπως βία κατά των γυναικών, ενδοοικογενειακή βία, γυναικοκτονία, ναι στην εκπαίδευση και στην πρόοδο της γυναίκας. Όλα τούτα τα εβδομήντα χρόνια συστηματικά και με μεθοδικότητα, με αξιοπρέπεια, προσπαθούμε να αφυπνίσουμε με το πάθος μας, με την ακτιβιστική δράση μας τη γυναίκα της γενιάς μας και τη γυναίκα του αύριο.

Οι πληροφορίες, που δέχεται σήμερα η κοινωνία μας προερχόμενες από μύριες πηγές, αντιφατικές συχνά, και παραπλανητικές ακόμη συμβάλλουν στην δημιουργία απάθειας του κόσμου και διαμορφώνουν τις προσωπικότητες στα αυριανά άτομα του καναπέ. Η αποξένωση

από τα πραγματικά προβλήματα της ζωής, η απόσταση από τη φύση, η αστυφιλία, το κυνήγι της επιτυχίας οδηγούν στο να συμπιέζεται ο ρόλος της γυναίκας να εξευτελίζεται συστηματικά και βουβά σε καθημερινή βάση. Οι προασπιστές της προστασίας και της ασφάλειας συμβουλεύουν τη σιωπή και την αποδοχή χωρίς δεύτερη σκέψη.

Το θέμα της χρόνιας κακοποιητικής δραστηριότητας των κάθε λογής εξουσιαστών είναι το πιο σοβαρό ζήτημα της παιδείας και της κουλτούρας μας. Το να κλείνουμε τα μάτια και τα αυτιά μας, το να αδιαφορούμε και να μην έχουμε ενσυναίσθηση για το κορίτσι της διπλανής μας πόρτας είναι ακριβώς το αντίθετο από το ήθος και την αξιακή πλατφόρμα στην οποία κινούμαστε και δρούμε. Το ντόμινο κατακρήμνισης ιδεών και προτύπων βλέπουμε να έρχεται στη χώρα μας από όλα τα σημεία του κόσμου. Το «με τη Σοφία» συνταράσσει μεν δεν θα έπρεπε να εκπλήσσει, όμως, την Ελληνική κοινωνία, οι δήθεν πατρικές φιγούρες που εκμεταλλεύονται παιδιά, οι επιφανείς καταξιωμένοι καθηγητές που δε σέβονται τις περγαμνές τους και χρησιμοποιούν το σεβασμό των φοιτητριών για τις ορέξεις τους. Αρχίζει το πέπλο κάλυψης να ξεγλιστράει από τα κεφάλια τους και να δείχνει τα αληθινά πρόσωπα με ονοματεπώνυμο.

Μέσα από τις σελίδες του περιοδικού μας θα εκφράζεται η δυναμική των απολύτως δίκαιων αντιδράσεών μας. Οι orange days και διαλέξεις σε εξειδικευμένα θέματα ετοιμάζονται από τους ομίλους. Περιορίσαμε το φωτογραφικό υλικό σε φωτογραφίες που δεν επαναλαμβάνονται, ώστε να ελευθερώνεται χώρος χρήσιμος για τις θέσεις σας και τις απόψεις σας. Στο παρόν τεύχος δε στάθηκε δυνατόν να συμπεριληφθεί όλο το απεσταλμένο υλικό, αλλά ταξινομούνται και θα δημοσιευτούν σε επόμενο. Θα ήταν οπωσδήποτε λυπηρό το αντίθετο, να υπάρχει ένδεια ιδεών και υλικού, ώστε να αναγκάζομαστε να πλατειάζουμε και να ξεχειλώνουμε άρθρα ώστε να αποκτήσουμε ύλη.

Οι ιδέες μας και οι σκέψεις μας παραμένουν ακλόνητες και προσκολλημένες στο έργο μας, δομημένες προ πολλού και δοκιμασμένες στο χρόνο.

Εύχομαι να λειτουργήσουν οι δίαυλοι επικοινωνίας μας, να μένουμε σε αγαστή συνεργασία όλες μαζί χέρι - χέρι, οι παλαιότερες και οι νεότερες. Χρειαζόμαστε όλο μας το δυναμικό, ώστε να μη μας καταβάλλει το θηρίο της απομόνωσης το οποίο μας προκαλεί συχνά θλίψη.

Καλή και Δημιουργική Χρονιά!

Η ελπίδα είναι η φωνή της αλήθειας.

Μερόπη...



ΛΙΛΙΑΝ ΖΕΛΛΟΥ

Πολιτικός Επιστήμων
Πρόεδρος Σ.Ε.Ε. 2010 - 2012

Ακρογωνιαίος λίθος του Ευρωπαϊκού πολιτισμού Το απαραβίαστο των δικαιωμάτων του Ανθρώπου

Οι διακρίσεις κατά των γυναικών άρχισαν από πολύ παλιά. Οι πρώτες οργανωμένες κοινωνίες, λόγω των αναγκών τους, έδωσαν τον πρώτο λόγο, τον λόγο της επιβολής της σωματικής δύναμης, που ήταν σε μεγάλο βαθμό αναγκαία για την επιβίωση τους, στους άνδρες. Οι αιώνες περνούσαν και η θέση των γυναικών γινόταν όλο και πιο δύσκολη, καταλήγοντας στην πλήρη καταπάτηση όλων των θεμελιωδών δικαιωμάτων τους, σε σημείο να θεωρούνται αόρατες σε ότι αφορούσε την ανθρώπινη υπόστασή τους.

Ας δούμε, όμως, **πως ορίζει η επιστήμη το περιεχόμενο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, που αφορούν όλα τα ανθρώπινα όντα.**

> Τα θεμελιώδη δικαιώματα. Είναι αυτά που αναφέρονται σε όλα τα διεθνή νομικά κείμενα ως απαραβίαστα. Δηλαδή, το δικαίωμα στη ζωή, την τιμή και την ελευθερία της ανάπτυξης της προσωπικότητας του ανθρώπου, την απαγόρευση της παράνομης σύλληψης και κράτησης από τις αρχές, την δίκαιη δίκη, το δικαίωμα της ελεύθερης κίνησης εντός και εκτός της χώρας και την ανεμπόδιστη επιστροφή σε αυτήν. Είναι, δηλαδή, αμυντικά ανθρώπινα δικαιώματα, που προστατεύουν όλους ανεξαιρέτως από την αυθαιρεσία των ασκούντων την εξουσία.

> Τα ατομικά δικαιώματα. Αφορούν την ιδιοκτησία και το δικαίωμα του εκλέγειν και εκλέγεσθαι, όλων των πολιτών, με τις λίγες εξαιρέσεις που θέτουν η νομοθεσία και οι επί τούτοις αποφάσεις των δικαστηρίων.

> Τα κοινωνικά δικαιώματα. Λειτουργούν προς όφελος όλων των μελών της κοινωνίας και ορίζουν ρητά απαγόρευση της παρεμπόδισης της πρόσβασης στα δημόσια αγαθά της Υγείας, της Παιδείας και της εργασίας.

Η συνταγματική τάξη της χώρας μας απαγορεύει ρητά (αρθ.110),

την αναθεώρηση των άρθρων που προστατεύουν τα θεμελιώδη δικαιώματα, καθώς και την οργάνωση της Πολιτείας (αρθ.1, αρθ.2 παρ.1, αρθ.4 παρ.1 και 7, αρθ.5 παρ.1 και 3, αρθ.13 παρ.11 και αρθ.26). Ανάλογες διατάξεις υπάρχουν σε όλα τα ευρωπαϊκά συντάγματα.

Με αγώνες του ευρωπαϊκού γυναικείου κινήματος και βεβαίως και του ελληνικού, προστέθηκε στις αξίες του ευρωπαϊκού συντάγματος και η ισότητα των φύλων. Πρέπει να το αναφέρουμε παρά το γεγονός ότι δύο δημοψηφίσματα σε δύο χωριά της Γαλλίας και των Κάτω Χωρών εμπόδισαν την εφαρμογή του. Όλα αυτά δεν έγιναν ως δια μαγείας και αμέσως με την οργάνωση των κοινωνιών σε εθνότητες και κράτη.

Τις ατομικές ελευθερίες σαν νομικό θεσμό συναντάμε για πρώτη φορά στην Αγγλία τον 12ο αιώνα η Magna Carta Libertatum του Ιωάννη του Ακλήμονα το 1215 ήταν το αποτέλεσμα της επανάστασης των ευγενών που επεδίωκαν να περιορίσουν τις αυθαιρεσίες του Θρόνου. Ήταν η αρχή της καταγραφής των δικαιωμάτων του ανθρώπου. Ο 17ος αιώνας ήταν η εποχή σταθμός. Η αναφορά δικαιώματος (petition of Right), ο νόμος περί προσωπικής ελευθερίας (Habeas Corpus), η διακήρυξη των Δικαιωμάτων (Bill of Rights) και ο νόμος της Σκωτίας (Claim of Rights) ήταν το οπλοστάσιο για τον σεβασμό των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στον δυτικό κόσμο και η βάση του ευρωπαϊκού πολιτισμού.

Η ευρωπαϊκή διανόηση της εποχής τέθηκε επικεφαλής της μεγάλης αλλαγής στην διακυβέρνηση των λαών. Η Διακήρυξη της Αμερικανικής Ανεξαρτησίας και το μανιφέστο της Γαλλικής επανάστασης επέβαλαν τα αυτονόητα, τουλάχιστον σε θεωρητικό



επίπεδο, θέτοντας τους βασικούς κανόνες. Όλα τα ευρωπαϊκά συντάγματα βασίστηκαν στα προαναφερθέντα νομικά κείμενα και βεβαίως το πρώτο ελληνικό σύνταγμα της Τροιζήνας του 1827. Θα αναρωπιέται κανείς ποιες ήταν οι αναφορές στα δικαιώματα των γυναικών. Η επιστήμη είχε κάνει το χρέος της. Η διεθνής πρακτική, όμως, ακολούθησε άλλο δρόμο. Οι γυναίκες και τα παιδιά, κάπου χάνονταν, εξαφανίζονταν μέσα στο κοινωνικό σύνολο, σαν δεύτερης κατηγορίας πολίτες, που είχαν σαν σκοπό της ζωής τους μόνο την προσφορά, χωρίς να απολαμβάνουν κάποια από τα δικαιώματα τους.

Όπως ήταν φυσικό οι αγώνες εντάθηκαν και οι 19ος και 20ος αιώνες έφεραν, με πολλούς αγώνες, το ποθητό και δίκαιο αποτέλεσμα. **Σήμερα, από νομικής πλευράς η ισότητα έχει επιτευχθεί. Μπορεί η νομοθεσία να είναι ικανοποιητική για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, η κοινωνία, όμως, βραδυπορεί στην ηθική αφομοίωση των μηνυμάτων, στην ιδεολογική προσέγγιση και στην αλλαγή νοοτροπίας.**

Ο αγώνας συνεχίζεται προς την κατεύθυνση της ενημέρωσης και της συνηγορίας για την καθιέρωση της αντίληψης ότι τα δικαιώματα των γυναικών είναι ανθρώπινα δικαιώματα και τα ανθρωπίνια δικαιώματα είναι δικαιώματα των γυναικών. Ο ΟΗΕ συγκρότησε ειδική διακυβερνητική επιτροπή, το ECOSOC στην οποία συμμετέχει η Οργάνωσή μας, σε συμβουλευτική θέση. Το 2012 η επιτροπή άλλαξε ονομασία, αλλά διευρύνθηκε ως προς τις αρμοδιότητες, προς όφελος των γυναικών. **Η 10η Δεκεμβρίου 1948 είναι σταθμός για την μεταπολεμική ανθρωπότητα που προσπαθούσε απεγνωσμένα να ανασυγκροτηθεί. Με κινητήρια δύναμη την Ελεονώρα Ρούσβελτ, ψηφίστηκε η Παγκόσμια Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου. Με πρωτοπόρες τις Αμερικανίδες, οι γυναίκες κινητοποιούνται για την διεκδίκηση των δικαιωμάτων τους.**

Αποφασίστηκε η διοργάνωση παγκόσμιων διασκέψεων για την ανταλλαγή απόψεων και την εφαρμογή κοινών πρακτικών. Η πρώτη έγινε το 1975 στο Μεξικό, η δεύτερη στην Κοπεγχάγη το 1980 και η Τρίτη στο Ναϊρόμπι της Κένυας το 1985. Και οι τρεις είχαν ως αποκλειστικό τομέα διαβούλευσης την ισότητα των φύλων και την χειραφέτηση των γυναικών.

Το 1979 η Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ εγκρίνει την Σύμβαση για την εξάλειψη όλων των μορφών διακρίσεων κατά

των γυναικών, η γνωστή CEDAW, που είναι το πληρέστερο διεθνές κείμενο για την προστασία των δικαιωμάτων των γυναικών. Και όπως συνηθίζουμε να λέμε, είναι η βίβλος του γυναικείου κινήματος. Είναι η δεύτερη σε αριθμό επικύρωσης συνθήκη του ΟΗΕ για τα ανθρώπινα δικαιώματα, μετά τη Σύμβαση για τα δικαιώματα του παιδιού. Το 2015 είχε επικυρωθεί από 189 κράτη. Εδώ θα πρέπει να πούμε ότι πρόκειται περί εμπαιγμού από τα περισσότερα κράτη, γιατί ειδικά για αυτά της Ασίας και της Αφρικής αποτελεί κενό γράμμα, όπως προκύπτει από επίσημα στοιχεία. Και ασφαλώς ούτε λέξη για κυρώσεις από τον ΟΗΕ, του οποίου το κύρος καταρρακώνεται, με δική του ευθύνη.

Το 1993 η Παγκόσμια Διάσκεψη για τα ανθρώπινα δικαιώματα που έγινε στη Βιέννη, είναι ο δεύτερος σημαντικός σταθμός γιατί αναγνωρίζει την βία κατά των γυναικών, ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, ζητώντας την λήψη μέτρων για την εξάλειψη όλων των μορφών βίας.

Το 1994 η Διεθνής Διάσκεψη για τον πληθυσμό και την ανάπτυξη πραγματοποιήθηκε στο Κάιρο. Η ελληνική αντιπροσωπεία μαζί και με άλλες από την Ευρώπη, έδωσαν μάχη από τα χαρακώματα, γιατί στο άκουσμα του οικογενειακού προγραμματισμού και την συναίνεση των γυναικών για την αύξηση των μελών της οικογένειας ξεσάκωσε θύελλα αντιδράσεων από τις αντιπροσωπείες των υπό ανάπτυξη κρατών που συμμετείχαν. Παρά ταύτα η Cairo Consensus αποτελεί ορόσημο για τις γυναίκες, γιατί τέθηκε προς συζήτηση το δικαίωμα των ζευγαριών για τον έλεγχο της γονιμότητάς τους. Το όραμα αυτής της Διάσκεψης ήταν η ανάπτυξη και η ευημερία.

Η τελευταία παγκόσμια διάσκεψη για τις γυναίκες έγινε το 1995 στο Πεκίνο. Είχα την τιμή να συμμετέχω και στις δύο ειδικές επιτροπές που είχαν δημιουργηθεί για την σύνταξη των δύο εκθέσεων. Η μία ήταν για την σύνταξη της Εθνικής έκθεσης και η δεύτερη για την σύνταξη της έκθεσης των ΜΚΟ, εκπροσωπώντας την Σοροπτιμιστική Ένωση Ελλάδος.

Οι αποφάσεις της διάσκεψης του Πεκίνου καταγράφηκαν σε ένα κείμενο 300 σελίδων γεμάτο αγκύλες, που σημαίνει ότι δεν υπήρχε ομοφωνία. Παρά ταύτα η Διακήρυξη του Πεκίνου και η Πλατφόρμα δράσης θεωρούνται πολύ σημαντικά κείμενα, γιατί περιλαμβάνουν στόχους και δράσεις σε 12 αποφασιστικούς



ΑΚΡΟΓΩΝΙΑΙΟΣ ΛΗΘΟΣ ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΤΟ ΑΠΑΡΑΒΙΑΣΤΟ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

τομείς, προκειμένου να προωθηθούν τα δικαιώματα των γυναικών και η ενσωμάτωση της αρχής της ισότητας των φύλων σε όλες τις πολιτικές. Κάθε 5 χρόνια όλες οι χώρες μέλη του ΟΗΕ υποβάλουν λεπτομερή αναφορά στην αρμόδια επιτροπή του ΟΗΕ για την πρόοδο στην εφαρμογή της Απόφασης του Πεκίνου.

Σε ό,τι αφορά τη χώρα μας, ο εθνικός μηχανισμός Ισότητας υποβάλει ειδική έκθεση σύμφωνα με την υποχρέωση που έχει για την εφαρμογή του CEDAW. Η έκθεση αφορά την πρόοδο που έχει γίνει για την υλοποίηση της προβλεπόμενης πολιτικής για την επίτευξη της ουσιαστικής ισότητας των φύλων και για την προώθηση των γυναικών σε όλους τους επαγγελματικούς, επιστημονικούς, πολιτικούς και διοικητικούς τομείς της δημόσιας ζωής, με παράλληλη άρση των ανισοτήτων, όπως επέβαλε το Σύνταγμα του 1975, για πρώτη φορά στην Συνταγματική ιστορία της Ελλάδος.

Λόγω της ένταξης της χώρας μας στην Ευρωπαϊκή Ένωση, άρχισε η υποχρεωτική προσαρμογή της νομοθεσίας μας στα ευρωπαϊκά δεδομένα. Ήταν θεσμική υποχρέωση της χώρας μας. Δεν ήταν παραχώρηση και πραγματικά άρχισε μία πάρα πολύ πλούσια παραγωγή νομοθετικού έργου για τον εκσυγχρονισμό της νομοθεσίας μας. Η ένταξη της διάστασης του φύλου σε όλες τις πολιτικές (Gender-mainstreaming), είναι μία από τις πλέον σημαντικές εθνικές στρατηγικές. Για να επιτευχθεί ο στόχος, έπρεπε να συνεργαστούν όλες οι ιεραρχικές βαθμίδες όλων των δημοσίων φορέων. Ήταν και εξακολουθεί να είναι μία δύσκολη και χρονοβόρα διαδικασία. Όλοι γνωρίζουμε τις αγκυλώσεις του δημόσιου τομέα. Εξαιρετικό εργαλείο υπήρξε η ποσόστωση. Ήταν μία απαραίτητη νομοθετική πρωτοβουλία. Οι εγκυρότερες ΜΚΟ της Ελλάδας συνυπέγραψαν το ιστορικό κείμενο συνηγορίας για την ποσόστωση.

Η τελευταία αναθεώρηση του Συντάγματος ήταν η ευκαιρία που ζητούσαν οι ΜΚΟ για την συνταγματική κατοχύρωση της ποσόστωσης. Με την ένθερμη υποστήριξη του συνόλου του γυναικείου κινήματος η Αλίκη Μαραγκοπούλου και η Άννα Μπενάκη συνέταξαν το κείμενο του άρθρου 116 παρ.2, το οποίο ψηφίστηκε από την ολομέλεια της Βουλής, αφού πέρασε δια πυρός και αιδήρου. Έτσι η ποσόστωση δεν αποτελεί διάκριση λόγω φύλου. Όπως έχει γίνει κατανοητό το νομικό οπλοστάσιο είναι πλήρες.

Είναι, όμως, όλα ρόδινα; Εφαρμόζονται οι νόμοι; Ολόκληρη η κοινωνία απαντά ΟΧΙ. Η νοοτροπία πάρα πολλών ετών δεν αλλάζει εύκολα. Η διεθνής εμπειρία και οι στατιστικές

δείχνουν ότι, στις περισσότερες χώρες του πλανήτη, η παραβίαση των δικαιωμάτων του ανθρώπου και ειδικότερα των γυναικών, έχουν τη μορφή επιδημίας. Δυστυχώς, ακόμη και σε πολιτισμένες και ανεπτυγμένες κοινωνίες η έμφυλη βία σε όλες τις μορφές της όχι μόνο δεν μειώνεται, αλλά πολύ συχνά αυξάνεται και παίρνει μορφή χιονοστιβάδας σε εποχές οικονομικής ύφεσης ή εγκλεισμού, λόγω επιδημίας, όπως συμβαίνει τώρα. Οι δράστες ανεξάρτητα από μορφωτικό ή κοινωνικό επίπεδο περιφρονούν νόμους ηθικούς και τυπικούς, συνεχίζουν τη δράση τους, ακόμη και αν υποστούν τις συνέπειες του νόμου.

Στην πράξη το νομοθετικό πλαίσιο λειτουργεί κατασταλτικά και η νοοτροπία αλλάζει πάρα πολύ αργά και όλο το βάρος φέρουν η οικογένεια και το σχολείο. Και αυτό θέλει χρόνο και σωστό οικογενειακό περιβάλλον και αξιόπιστο εκπαιδευτικό σύστημα. Ο βιασμός, που είναι βαριά μορφή άσκησης βίας, η σεξουαλική παρενόχληση στους χώρους εργασίας με δυσκολία καταγγέλλονται από το φόβο του διασυρμού, της απώλειας της εργασίας και της δυσκολίας εξεύρεσης μαρτύρων και πειστηρίων κατάλληλων για την δικαστική διαδικασία. Οι βιασμοί αυξάνονται, η γυναικοκτονία (νέος όρος για την δολοφονία των γυναικών για να διαχωρίζονται από το σύνολο των φόνων) αυξάνεται.

Σε γειτονική χώρα αυτόν τον χρόνο δολοφονήθηκαν 372 γυναίκες. Σε άλλη χώρα της Νότιας Αμερικής ο αριθμός των γυναικοκτονιών ξεπερνά κατά πολύ τις 1.000 το τρέχον έτος.

Στη χώρα μας οι κλήσεις για βοήθεια στο SOS τηλέφωνο 15900 αυξήθηκαν κατά 230% αυτή τη χρονιά. Το 64% των καταγγελιών αφορά σε ενδοοικογενειακή βία, μέσα στο σπίτι, με μάρτυρες τα παιδιά. Όλοι μας αγωνιζόμαστε, Οργανώσεις και μεμονωμένα άτομα για να σταματήσουμε το φαινόμενο της βίας. Παρά τις γενναίες και συντονισμένες προσπάθειες, τα αποτελέσματα είναι πενιχρά.

Δεν πρόκειται να σταματήσουμε τον αγώνα ευαισθητοποίησης του κοινού, γιατί τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι δικαιώματα των γυναικών και τα γυναικεία δικαιώματα είναι ανθρώπινα δικαιώματα. Νέα πολύ σοβαρά προβλήματα εμφανίζονται, όπως ο πορνογραφικός εκβιασμός στον κυβερνοχώρο, καθώς και όσα διαρρέονται για κατάφωρη παραβίαση των θεμελιωδών δικαιωμάτων των εκδιδομένων γυναικών.

Με τα ζητήματα αυτά θα ασχοληθούμε σε άλλη παρουσίαση.





ΛΙΛΑ ΠΑΓΚΟΥΣΗ - ΒΑΡΟΤΣΗ

Δικηγόρος Αθηνών
LLM Human Rights, Conflict and Justice -
SOAS University of London
LLB Kingston University London
Μέλος Σ.Ο. Ψυχικού

REVENGE PORN

Το «revenge porn» είναι μια σύγχρονη παγκόσμια μορφή κακοποίησης της γυναίκας όπου σύντροφοί τους καταγράφουν, είτε με συναίνεση είτε χωρίς, τις ερωτικές τους στιγμές και στην συνέχεια χωρίς την συναίνεση των γυναικών δημοσιεύουν βίντεο ή φωτογραφίες σε ιστοσελίδες με πορνογραφικό περιεχόμενο.

Στην Ελλάδα αποκαλείται «εκδικητική πορνογραφία» αλλά πιο δόκιμος όρος είναι η «σεξουαλική κακοποίηση μέσω εικόνας» καθώς πέρα από την εκδίκηση μπορεί να συμβαίνει και για λόγους σεξουαλικού εκβιασμού, απειλών για βιασμό, κατά της ζωής, διαρροή προσωπικών δεδομένων ως και ψηφιακά υποστηριζόμενη εμπορία ανθρώπων.

Σύμφωνα με τον Γενικό Κανονισμό Προστασίας Δεδομένων (ΓΚΠΔ/ GDPR) «δεδομένα προσωπικού χαρακτήρα είναι κάθε πληροφορία που αφορά ταυτοποιημένο ή ταυτοποιήσιμο φυσικό πρόσωπο· το ταυτοποιήσιμο φυσικό πρόσωπο είναι εκείνο του οποίου η ταυτότητα μπορεί να εξακριβωθεί, άμεσα ή έμμεσα».

Το πρόβλημα με το διαδίκτυο είναι ότι οι ιστοσελίδες αυτές προσφέρουν ως υπηρεσία την δυνατότητα της κοινοποίησης και της προβολής τέτοιων βίντεο και φωτογραφιών και δεν φέρουν ευθύνη, βάσει και Προεδρικού Διατάγματος του 2003, παρά μόνο όταν και αν ενημερωθεί ο πάροχος ότι το υλικό είναι παράνομο και δεν το αποσύρει άμεσα. Σε αντίθετη περίπτωση, το θύμα δεν μπορεί να κινηθεί εναντίον της ιστοσελίδας.

Η ταυτοποίηση του θύτη και η νομική του ευθύνη αποτελεί ακόμα ένα πρόβλημα. Η πλειονότητα των ανθρώπων που μπαίνουν στην διαδικασία να κοινοποιήσουν για λόγους εκδίκησης και εξευτελισμού τις συντρόφους τους, φροντίζουν να καλύψουν την ταυτότητά τους και να χαθούν τα ηλεκτρονικά τους ίχνη.

Παράλληλα, οι θύτες, που στην συντριπτική τους πλειονότητα είναι άντρες, είναι σαφές ότι αναπαράγουν πατριαρχικά στερεότυπα



όπου η σεξουαλικότητα της γυναίκας ποινικοποιείται ενώ η δική τους τούς προσθέτει πόντους στον ανδρισμό τους και στην εικόνα τους. Είναι ίσως από τις πιο χαρακτηριστικές περιπτώσεις κακοποίησης όπου το θύμα ποινικοποιείται και μετακυλιεται η ευθύνη σε αυτό. Αφαιρούμε δηλαδή το δικαίωμα της γυναίκας στην ιδιωτικότητα και στην αυτοδιάθεσή της ώστε να προφυλαχθεί από ενδεχόμενη διαρροή των προσωπικών της στιγμών αντί να καταδικάσουμε καθαρά χωρίς αστερίσκους και «αλλά» την συμπεριφορά του θύτη ο οποίος χωρίς την συναίνεση της γυναίκας δημοσιεύει τις προσωπικές τους στιγμές.

Αυτό βεβαίως μας φέρνει προ των ευθυνών μας καθώς αυτά τα φαινόμενα δείχνουν ότι υπάρχει μία μεγάλη αξιακή κρίση και αν κρίνουμε από τα ιδιαίτερα αυξητικά νούμερα τέτοιων επιθέσεων μέσα στην πανδημία, είναι αναγκαίο να δράσουμε άμεσα. Τόσο αυτοί που τα ανεβάζουν όσο και αυτοί που τα βλέπουν και εν γνώσει τους μπαίνουν σε ιστοσελίδες όπου ανεβαίνει τέτοιο περιεχόμενο, λειτουργούν με μια ψυχρότητα, χωρίς κανένα όριο και φαίνεται να απολαμβάνουν το θέαμα σχεδόν με έναν σαδιστικό τρόπο.

Το θύμα οδηγείται σε μία απομόνωση, φοβάται τον κοινωνικό στιγματισμό και προτιμά να αποσιωπά το γεγονός αντί να κινείται άμεσα με καταγγελία στην Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος. Έτσι δυστυχώς ο θύτης επιτυγχάνει τον ψυχικό πόνο και την υποτίμηση του θύματος και βέβαια, το πιο σημαντικό για εκείνον, δημιουργεί «δεσμό» τα οποία μπορεί να ακολουθούν την γυναίκα σε όλη της την ζωή. Γιατί σε όλους τους κακοποιητικούς συντρόφους υπάρχει ένα κοινό χαρακτηριστικό, αυτό της προσπάθειας της απόλυτης κυριαρχίας και ελέγχου του θύματος.

Ως γυναίκες λοιπόν, οφείλουμε στους εαυτούς μας πρωτίστως αλλά και στο μέλλον των παιδιών μας να απομονώσουμε τέτοιες συμπεριφορές, να σταθούμε δίπλα στα θύματα τέτοιων επιθέσεων στον δύσκολο δρόμο της επιστροφής και να απαγορεύσουμε το γυναικείο σώμα να θεωρείται αντικείμενο, κυριολεκτικά και μεταφορικά, προς εκμετάλλευση.



ΕΛΕΝΗ ΜΠΡΕΔΑΚΗ - ΜΑΡΙΝΕΛΛΗ

Πρόεδρος
Σοροπτιμιστικού Ομίλου Ηρακλείου

Από τα Δικαιώματα του Ανθρώπου μέχρι τα Δικαιώματα της Γυναίκας, δρόμος μακρύς και δύσβατος!

Πριν λίγο καιρό, τιμήσαμε δύο Παγκόσμιες Ημέρες, που ήταν αφιερωμένες στα Δικαιώματα των Γυναικών και τα Δικαιώματα του Ανθρώπου: την 25η Νοεμβρίου, Παγκόσμια Ημέρα Εξάλειψης της βίας κατά των Γυναικών και τη 10η Δεκεμβρίου, Παγκόσμια Ημέρα των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου.

Η μεν πρώτη, για την εξάλειψη της βίας κατά των Γυναικών, ανακηρύχθηκε τον Δεκέμβριο του 1991, με σκοπό να αναδείξει ένα σημαντικό πρόβλημα με παγκόσμια διάσταση εις βάρος των Γυναικών.

Η δε δεύτερη, τιμάται κάθε χρόνο στις 10 Δεκεμβρίου, σε ανάμνηση της υπογραφής της Οικουμενικής Διακήρυξης των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ στις 10 Δεκεμβρίου 1948.

Η βία κατά των γυναικών, σωματική και ψυχολογική, δυστυχώς, αποτελεί ένα φαινόμενο που παρατηρείται σε όλους τους πολιτισμούς, όλες τις χώρες και τις κοινωνίες, ανεξάρτητα από έθιμα, παραδόσεις, κοινωνική τάξη, μορφωτικό ή οικονομικό επίπεδο, πολιτικό ή θρησκευτικό καθεστώς, και συνιστά παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των γυναικών.

Έχει κοινωνικές γενεσιουργές αιτίες, τις σχέσεις εξουσίας ανάμεσα στα φύλα, που αποτελούν δομικό στοιχείο της κοινωνίας.

Είναι εργαλείο ελέγχου και εκφράζεται σε όλους τους τομείς της κοινωνίας, όπως στην οικονομική και κοινωνική εξάρτηση της γυναίκας από τον άντρα, στη μειονεκτική θέση των γυναικών στον τόπο της εργασίας, στις χειρότερες ευκαιρίες μόρφωσης για κορίτσια και γυναίκες, στην υπο-εκπροσώπηση των γυναικών σε πολιτικές θέσεις και σε θέσεις ηγεσίας κ.ά.

Η βία κατά των γυναικών, σε καμία περίπτωση δεν συνιστά ατομικό πρόβλημα, αλλά είναι έντονα κοινωνικό φαινόμενο και αποτελεί μεγάλο κίνδυνο για τη δημόσια υγεία και σημαντική αιτία θανάτου και αναπηρίας για τις γυναίκες 16-44 ετών.

Ας περάσουμε τώρα στην έννοια των «Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων», η οποία, ως απόρροια πολυδιάστατης φιλοσοφικής, πολιτικής και κοινωνικής εξέλιξης, διαμορφώθηκε στην Δυτική Ευρώπη κατά τον 17ο αιώνα και καθιερώθηκε μέσα από εθνικές και διεθνείς διακηρύξεις. Αφετηρία ήταν η Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου (Bill of Rights) του 1689, με την οποία διακηρύχθηκε η

ανωτερότητα του νόμου έναντι του βασιλιά και περιορίστηκαν τα βασιλικά προνόμια.

Ακολούθησαν η Διακήρυξη της Αμερικανικής Ανεξαρτησίας της 4ης Ιουλίου 1776 και οι Διακηρύξεις των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου και του Πολίτη της Γαλλικής Επανάστασης (1789 και 1793).

Ακόμη και τα πρώτα Συντάγματα των επαναστατημένων Ελλήνων προστάτευαν τα βασικά ανθρώπινα δικαιώματα.

Οι τραγικές συνέπειες του Β' Παγκοσμίου Πολέμου επέδρασαν καταλυτικά για τη διεθνοποίηση της προστασίας των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, προκειμένου να αποφευχθούν στο μέλλον οι αγριότητες και η τραγωδία που επέφερε ο φονικός αυτός πόλεμος.

Αφετηρία για την νεότερη αυτή πορεία, αποτέλεσε ο Χάρτης του Ατλαντικού, που υπέγραψαν ο πρόεδρος των ΗΠΑ Φραγκλίνος Ρούσβελτ και ο Άγγλος πρωθυπουργός Γουίνστον Τσώρτσιλ στις 14 Αυγούστου 1941.

Ακολούθησε την 1η Ιανουαρίου 1942, η Διακήρυξη των Ηνωμένων Εθνών στην Ουάσινγκτον, και στη συνέχεια η Διακήρυξη της Τεχεράνης της 2ας Δεκεμβρίου 1943, στην οποία διαγραφόταν η ελπίδα ότι στο μέλλον «όλοι οι λαοί της γης θα μπορούν να ζουν ελεύθεροι, μακριά από την τυραννία, σύμφωνα με τις ιδιαίτερες επιθυμίες τους και τη συνείδησή τους».

Στο πλαίσιο αυτό εντάσσεται και η Διακήρυξη που εγκρίθηκε τον Μάιο του 1944 από τη Διεθνή Διάσκεψη Εργασίας στη σύνοδο της Φιλαδέλφειας. Με τη Διακήρυξη αυτή 41 κράτη διαβεβαίωσαν ότι «δεν μπορεί να υπάρξει διαρκής ειρήνη παρά μόνο αν είναι θεμελιωμένη στην κοινωνική δικαιοσύνη».

Η μακρά και επίπονη αυτή εξελικτική πορεία, οδήγησε καταληκτικά στην Οικουμενική Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου.

Έτσι, **στις 10 Δεκεμβρίου 1948 η Οικουμενική Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου**, που αποτελείται από το Προοίμιο και 30 άρθρα, **υιοθετήθηκε από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ**, που συνήλθε στο Παρίσι, με ψήφους 48 υπέρ, 0 κατά και 8 αποχές. Σε μια εποχή όπου ο κόσμος είχε χωριστεί στο Δυτικό και Ανατολικό μπλοκ, το να βρεθεί ένας κοινός τόπος επί της ουσίας του κειμένου, ήταν ένα **τεράστιο επίτευγμα**.

Το σύνολο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων που περιέχονται στην



Οικουμενική Διακήρυξη αποτελεί το μέτρο με το οποίο κρίνεται η γενική έννοια των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η Οικουμενική Διακήρυξη δεν έχει νομική ισχύ, ούτε τη μορφή διεθνούς σύμβασης που επικυρώνεται από τα κράτη. Είναι μια εξαγγελία αρχών, ενώ η συμμετοχή ενός κράτους στον ΟΗΕ συχνά θεωρείται ως σιωπηρή αποδοχή των αρχών της Διακήρυξης.

Αναλογιζόμενοι όλα τα προαναφερόμενα, μπορούμε αβίαστα να πούμε ότι το θέμα των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, ανεξαρτήτως φύλου, απασχολεί την κοινωνία των ανθρώπων αιώνες τώρα.

Όμως, όπως είναι εξίσου φανερό, υπήρξε η ανάγκη να «εξειδικευθούν» τα θέματα αυτά, εστιασμένα στη βία κατά των Γυναικών, προκειμένου να εξαλειφθεί ένα φαινόμενο, που αποτελεί καταπάτηση των βασικών ανθρωπίνων δικαιωμάτων και κατάφωρη διάκριση!

Οι Ελληνίδες Σοροπτιμίστριες, μαζί με τις Σοροπτιμίστριες στην Ευρώπη, ως Οργάνωση γυναικών για τις γυναίκες, δουλεύουμε όλες μαζί χρησιμοποιώντας το σύνθημα «Στηρίζουμε τις Γυναίκες (We stand up for Women)» και οργανώνουμε προγράμματα για την ενδυνάμωση της θέσης της γυναίκας και του κοριτσιού, σε τοπικό, εθνικό και παγκόσμιο επίπεδο.

Ο Σοροπτιμισμός, ως Διεθνής Μη Κυβερνητική Οργάνωση γυναικών επαγγελματιών και επιστημόνων, που πιστεύουν στον αναπτυξιακό εθελοντισμό, έχει ως βασικές Αρχές την προώθηση της θέσης της γυναίκας, τη διασφάλιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων για όλους, καθώς και την προώθηση της ισότητας, της ανάπτυξης και της ειρήνης, μέσω της διεθνούς καλής θέλησης, κατανόησης και φιλίας.

Λόγω ακριβώς των Αρχών αυτών, η 10η Δεκεμβρίου έχει καθιερωθεί από το 1956, και ως Ημέρα του Διεθνούς Σοροπτιμισμού.

Όμως, παρά τις πρωτοβουλίες που αναλαμβάνονται διεθνώς, από Οργανώσεις, Φορείς και Πολιτεία, τα στοιχεία καταδεικνύουν ότι το πρόβλημα της βίας κατά των γυναικών εξακολουθεί να υπάρχει, ίσως μάλιστα αποκαλύπτεται και εντονότερα, πιθανόν επειδή πλέον υπάρχουν Δομές και εργαλεία που μπορούν να «ακούσουν», να καταγράψουν, να αντιμετωπίσουν τις περιπτώσεις ή επειδή τα στόματα των θυμάτων ανοίγουν ευκολότερα τώρα.

Είναι ευτύχημα που υπάρχουν πλέον αυτές οι Δομές που παρέχουν στήριξη και προστασία όπου χρειαστεί, όμως η αντιμετώπιση αυτή δεν είναι τίποτε άλλο παρά καταστολή ενός απεχθούς κοινωνικού φαινομένου ΑΦΟΥ έχει ΗΔΗ εκδηλωθεί.

Δεν ξεχνάμε όμως πως, για να εξαλειφθεί ένα πρόβλημα, πρέπει να χτυπηθεί στη ρίζα του, κάτι που δεν είναι άλλο από την πρόληψη.

Πιστεύουμε ακράδαντα ότι βασικός πυλώνας γι' αυτό είναι η ΠΑΙΔΕΙΑ, η οποία πρέπει να ξεκινά από τις πολύ τρυφερές ηλικίες, προκειμένου να εξαλειφθούν πρωτίστως τα διάφορα κοινωνικά

στερεότυπα.

Και, επειδή η καλύτερη θεραπεία ενός προβλήματος είναι η ΠΡΟΛΗΨΗ του, στρέφουμε το ενδιαφέρον μας στην ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ για απόκτηση ΠΑΙΔΕΙΑΣ, με την οποία ευελπιστούμε να πατάξουμε εν τη γενέσει του, το φαινόμενο της δημιουργίας γυναικών θυμάτων βίας.

Στηρίζουμε λοιπόν:

Την **Εκπαίδευση** κοριτσιών και αγοριών από την πολύ τρυφερή ηλικία τους για να μάθουν να σέβονται ο ένας τον άλλο

Την **Εκπαίδευση** των μανάδων, για να μεγαλώσουν σωστά τα αγόρια και τα κορίτσια τους

Την **Εκπαίδευση** των κοριτσιών, για να ενδυναμωθεί η θέση τους ώστε να βασίζονται στη δική τους δύναμη!

Την **Εκπαίδευση** των γυναικών για να μην ανέχονται τον ρόλο του θύματος!

Την **Εκπαίδευση** των ανδρών για να σέβονται τις γυναίκες

Επειδή, η **Εκπαίδευση** προσφέρει **Γνώση**, η **Γνώση** είναι **Δύναμη** και η **Δύναμη** παρέχει **Προστασία!**

Οι κοινωνίες μας, παγκόσμια, ΤΟΤΕ ΚΑΙ ΜΟΝΟΝ θα είναι δίκαιες, όταν το μισό της ανθρωπότητας θα μπορεί να είναι ισότιμο με το άλλο μισό, και ελεύθερο και ασφαλές στην καθημερινότητά του.

Τότε δηλαδή που δεν θα μιλάμε για «ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ» αλλά για «ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ», που θα είναι έννοιες ΤΑΥΤΟΣΗΜΕΣ.

Δεν παραγνωρίζουμε βέβαια, το ότι ο δρόμος είναι μακρύς και δύσβατος, μέχρι να μπορούμε να αναφωνήσουμε αυτό το επαναστατικό που διακήρυξε ο Απόστολος των Εθνών, πριν από 2000 χρόνια, «ουκ έτι άρσεν ή θήλυ, πάντες υμείς έν εστέ»!

Και ακόμη, δεν μας διαφεύγουν τα σοφά λόγια του ποιητή, ότι, «για να γυρίσει ο ήλιος θέλει δουλειά πολλή»!!!

Όμως έχουμε τη θέληση και τη δύναμη!

Όλες και όλοι μαζί, θα τα καταφέρουμε!!!



ΑΣΗΜΙΝΑ ΣΕΓΚΛΙΑ

Πρόεδρος Σοροπτιμιστικού
Ομίλου Βόλου «ΘΕΤΙΣ»



Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και Ημέρα του Διεθνούς Σοροπτιμισμού

Η 10η Δεκεμβρίου είναι η 16η ημέρα δράσεων για την εξάλειψη της βίας κατά των Γυναικών ξεκινώντας από τις 25 Νοεμβρίου (Orange days) που έχουν καθιερωθεί διεθνώς για κινητοποίηση και ενημέρωση της κοινωνίας. Αυτό το 16ήμερο οι Σοροπτιμίστριες χρωματίζουν τον κόσμο πορτοκαλί για να αφυπνίσουν, να ταρακουνήσουν, να υπενθυμίσουν και να ενημερώσουν ώστε η καταπολέμηση της κάθε μορφής βίας να γίνει κυρίαρχο θέμα και άμεσης προτεραιότητας και αντιμετώπισης.

Κάθε χρόνο όμως, στις 10 Δεκεμβρίου γιορτάζεται και η Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (Human Rights Day) σε ανάμνηση της υπογραφής της Οικουμενικής Διακήρυξης των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ στις 10 Δεκεμβρίου 1948. Όραμα των εμπνευστών της, ένας κόσμος με δικαιώματα και ελευθερίες χωρίς διακρίσεις.

Η Διακήρυξη συντάχθηκε από εκπροσώπους απ' όλα τα μέρη του κόσμου και περιλάμβανε όλες τις νομικές παραδόσεις και είναι το μοναδικό οικουμενικό έγγραφο που υπάρχει σχετικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα, στο οποίο προσδιορίζονται τα τριάντα θεμελιώδη δικαιώματα που αποτελούν τη βάση για μια δημοκρατική κοινωνία.

Μετά την ιστορική αυτή πράξη, η Γενική Συνέλευση ζήτησε από όλα τα Κράτη Μέλη να δημοσιεύσουν το κείμενο της Διακήρυξης και να «κάνουν ενέργειες ώστε αυτό να διαδοθεί, να τεθεί σε κοινή θέα, να διαβαστεί και να παρουσιαστεί σε σχολεία και άλλους εκπαιδευτικούς οργανισμούς, ανεξάρτητα από την πολιτική κατάσταση που επικρατεί στις διάφορες χώρες και εδάφη».

Σήμερα, η Διακήρυξη είναι ένα έγγραφο που χρησιμοποιείται και έχει γίνει αποδεκτό ως σύμβαση μεταξύ της κυβέρνησης και του λαού της σε ολόκληρο τον κόσμο. Σύμφωνα με το Βιβλίο των Ρεκόν Γκίνες, είναι το κείμενο που έχει μεταφραστεί σε περισσότερες γλώσσες παγκοσμίως.

Η Διακήρυξη αποτελεί μια σημαντική τομή στην Ιστορία, καθώς τόλμησε να αναδείξει τα αναφαίρετα δικαιώματα που ανήκουν σε κάθε άνθρωπο μόνο και μόνο επειδή είναι άνθρωπος, ανεξάρτητα από φυλή, εθνικότητα, θρησκεία, πολιτική πεποίθηση. Για πρώτη φορά, μια διεθνής συμφωνία έβαλε στο επίκεντρο τα ανθρώπινα όντα αντί πολιτικών εξουσιών. Ωστόσο, η διακήρυξη αυτή δεν ήταν παρά μια αναγκαία απάντηση στις τραγικές συνθήκες που επέφερε ο Β' Παγκόσμιος Πόλεμος.

Τα Ανθρώπινα Δικαιώματα αποτελούν ηθικές αρχές που θέτουν συγκεκριμένα πρότυπα ανθρώπινης συμπεριφοράς και συνήθως προστατεύονται ως νόμιμα δικαιώματα κατά το εθνικό και διεθνές δίκαιο. Θεωρούνται ως «κοινώς αντιλαμβανόμενα αναπαλλοτρίωτα θεμελιώδη δικαιώματα που κάθε άτομο δικαιούται από τη στιγμή της γέννησής του, απλώς και μόνο επειδή είναι ανθρώπινο ον». Αυτά περιλαμβάνουν αστικά και πολιτικά δικαιώματα όπως το δικαίωμα στη ζωή και την ελευθερία, την ελευθερία σκέψης και έκφρασης, καθώς και την ισότητα ενώπιον του νόμου. Στα ανθρώπινα δικαιώματα περιλαμβάνονται, επίσης, οικονομικά, κοινωνικά και πολιτιστικά δικαιώματα, όπως το δικαίωμα στην εργασία, το δικαίωμα στην υγεία, το δικαίωμα στην τροφή, το δικαίωμα στην κατοικία, την ιατρική περίθαλψη, την εκπαίδευση και το δικαίωμα συμμετοχής στον πολιτισμό.

Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι διεθνή (εφαρμόζονται και ισχύουν παντού) και διαφυλάττουν την ισότητα (ισχύουν τα ίδια για όλους). Κατά την ιδέα των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, «αν ο δημόσιος διάλογος εν καιρώ ειρήνης στην παγκόσμια κοινότητα διαθέτει κοινή ηθική γλώσσα, είναι αυτή των ανθρωπίνων δικαιωμάτων».

Από το 1956 ο Διεθνής Σοροπτιμισμός καθιέρωσε την Ημέρα των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και ως Ημέρα του Σοροπτιμισμού καθώς πρεσβεύει και σέβεται τις αξίες αυτές. Οι Σοροπτιμίστριες ως οργάνωση γυναικών πιστεύουν και προωθούν την ελευθερία της σκέψης και της έκφρασης, τον σεβασμό στον συνάνθρωπο και στα δικαιώματά του.

Ο Διεθνής Σοροπτιμισμός, ο οποίος περιλαμβάνει τις Ομοσπονδίες της Ευρώπης (SI/E), της Αμερικής (SI/A), της Μεγάλης Βρετανίας και Ιρλανδίας (SIGBI) και του Νοτιοδυτικού Ειρηνικού (SISWP), είναι μία παγκόσμια οργάνωση εθελοντριών, οι οποίες δουλεύουν μαζί για να βελτιώσουν τις ζωές των γυναικών και των κοριτσιών. Το δίκτυο αριθμεί περίπου 90.000 μέλη σε 130 χώρες και περιοχές, δραστηριοποιείται σε τοπικό, εθνικό και παγκόσμιο επίπεδο για να εκπαιδεύσει, ενδυναμώσει και να δημιουργήσει ευκαιρίες για τις γυναίκες και τα κορίτσια.

Οι δράσεις που πραγματοποιούνται σε όλο τον κόσμο επικεντρώνονται σε θέματα όπως η Βία Κατά των Γυναικών, Κανόνες Ασφαλών Συνθηκών Υγιεινής, Ανθρώπινη Διακίνηση (trafficking), Εκπαίδευση, Ηγεσία- οτιδήποτε επηρεάζει τις ζωές των γυναικών και των κοριτσιών.

Οι Αξίες του Σοροπτιμισμού είναι:

- > Τα Ανθρώπινα δικαιώματα για όλους
- > Η προώθηση των γυναικείων δυνατοτήτων
- > Η ακεραιότητα και οι δημοκρατικές διαδικασίες λήψης αποφάσεων
- > Ο Εθελοντισμός και η φιλία

Οι Στόχοι είναι:

- > Εξάλειψη της φτώχειας και της διάκρισης λόγω φύλου με την εξασφάλιση των πλήρων κοινωνικών και οικονομικών δικαιωμάτων των γυναικών
- > Τέλος στη διακίνηση (trafficking) ανθρώπων και όλων των μορφών βίας κατά των γυναικών και των κοριτσιών.
- > Εξασφάλιση της πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας για τις γυναίκες και τα κορίτσια
- > Βελτίωση των συνθηκών πρόσβασης σε καθαρό πόσιμο νερό, υγιεινή και βασικούς πόρους διατροφής
- > Καταστολή των αποτελεσμάτων της κλιματικής αλλαγής και ένταξη της βιωσιμότητας στις προσωπικές επιλογές και τις κυβερνητικές πολιτικές και προγράμματα
- > Αντιμετώπιση των αναγκών των γυναικών και κοριτσιών κατά τη διάρκεια και μετά τις ένοπλες συγκρούσεις και τις φυσικές καταστροφές
- > Εξασφάλιση της ίσης πρόσβασης στην εκπαίδευση και την επαγγελματική κατάρτιση σε όλη τη διάρκεια της ζωής
- > Διευκόλυνση της προώθησης των γυναικών σε θέσεις διοίκησης, πολιτικής και θέσεις λήψης αποφάσεων.

Ο Διεθνής Σοροπτιμισμός παρακολουθεί συνεχώς την εξέλιξη του Κόσμου και συμμετέχει επιδιώκοντας την κατανόηση μεταξύ των λαών, την υπεράσπιση των ηθικών αξιών και την εξασφάλιση μιας καλύτερης ποιότητας ζωής.

Ο σεβασμός της ανθρώπινης αξιοπρέπειας είναι, πέρα από τα διεθνή και εσωτερικά κείμενα, υπόθεση όλων μας και αποτελεί θεμέλιο για την Ελευθερία, τη Δικαιοσύνη και την Ειρήνη.

ΜΑΡΙΑ - ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΚΑΤΣΙΟΓΙΑΝΝΗ

Διευθύντρια προγράμματος
Σοροπτιμιστικού Ομίλου
Θεσσαλονίκης «Βυζάντιο»

Gaslighting

Gaslighting

είναι ο αγγλικός όρος μιας μεθόδου ψυχολογικής χειραγώγησης με στόχο την σπορά αμφιβολιών εντός ατόμων ή ομάδων ατόμων, ώστε να μη είναι βέβαια για την ίδια τους την μνήμη, αντίληψη και λογική.



*Gaslight =
ζουρλώνω,
μουρλαίνω,
παλαβώνω*

Ο όρος οφείλει την ονομασία του στο θεατρικό έργο του 1938 με τίτλο «**Gaslight**» του Πάτρικ Χάμιλτον. Η υπόθεση αφορούσε την προσπάθεια ενός άντρα να πείσει την σύζυγό του και τον στενό κύκλο τους, πως είναι τρελή. Το έργο μεταφέρθηκε στο κινηματογράφο το 1940 και 1944 ως «**Gaslight**» (στην ελληνική γλώσσα κυκλοφόρησε ως «Εφιάλτης», το 1944) ενώ παρόμοια μεταφορά συναντάμε και στην ταινία «Το κορίτσι του Τρένου» (2016).

Ανεπίσημα από την δεκαετία του 1960 χρησιμοποιείται ο όρος «**Gaslighting**» για να περιγράψει τις προσπάθειες χειραγώγησης της πραγματικότητας μέσω της αμφισβήτησης της αντίληψης της πραγματικότητας στα θύματα της τεχνικής αυτής.

Τα περιστατικά ποικίλουν, απ' την άρνηση του θύτη πως συνέβησαν ποτέ κάποια γεγονότα παρενόχλησης ή κατάχρησης και μπορούν να φτάσουν έως και τη σκηνοθεσία αλλοπρόσαλλων γεγονότων από τον θύτη έτσι ώστε να αποπροσανατολίσει την προσοχή των θυμάτων.

Σύμφωνα με την Paige L.Sweet (2019) το **Gaslighting** ως κοινωνικό φαινόμενο έχει έμφυλη διάσταση. Ως πρακτική αποδίδει όταν λαμβάνει χώρα μέσα σε άνισες προσωπικές σχέσεις και οι δράστες ενεργοποιούν τα έμφυλα στερεότυπα για να επιτύχουν τον σκοπό τους (π.χ η στερεοτυπική αντίληψη ότι οι γυναίκες είναι πολύ συναισθηματικές, δεν ελέγχουν τα συναισθήματά τους).

Το **Gaslighting** συμβαίνει σταδιακά. Μπορεί να μην αξιολογηθεί σωστά από το θύμα και να το θεωρήσει ασήμαντο περιστατικό. Όμως σιγά-σιγά η γυναίκα θα αρχίσει να νιώθει μπερδεμένη και αγχωμένη καθώς θα νιώθει πως δεν μπορεί να καταλάβει τι γίνεται και δεν μπορεί να οριοθετήσει. Αυτό γίνεται γιατί ο δράστης αρνείται την αξιοπιστία της κρίσης της και παραβλέπει, απορρίπτει αποδείξεις με βάση τις οποίες τα δικά του λεγόμενα και κίνητρα δεν είναι ορθά.

Gaslighting Gaslighting Gaslighting Gaslighting Gaslighting Gaslighting



Διάφορες τεχνικές Gaslighting χρησιμοποιούνται από τους δράστες:

> Η άρνηση της πραγματικότητας:

«Εγώ ποτέ δεν είπα κάτι τέτοιο, απ' το μυαλό σου το έβγαλες»

> Η υποβάθμιση ενός θέματος:

«Παραείσαι ευαίσθητη»

> Η έλλειψη κατανόησης και συνεννόησης:

«Δεν μπορώ να συζητήσω πάλι τα ίδια και τα ίδια»

> Η αλλαγή του θέματος συζήτησης με στόχο τον έλεγχο της κατάστασης:

«Αρκετά, δεν θα το συζητήσουμε άλλο, το κάνεις επίτηδες.»

Υπάρχουσες έρευνες μας επιβεβαιώνουν ότι το Gaslighting είναι κοινή πρακτική εκεί όπου ασκείται ενδοοικογενειακή βία και μάλιστα μπορεί να αποτρέψει τις γυναίκες να αναζητήσουν βοήθεια. Αποτελέσματα έρευνας της τηλεφωνικής γραμμής για την ενδοοικογενειακή βία των Η.Π.Α. το έτος 2014, όπου συμμετείχαν 2500 ενήλικες γυναίκες επιζήσασες ενδοοικογενειακής βίας και απάντησαν σε μια σειρά ερωτήσεων:

Στην ερώτηση: «Σας έχει αποκαλέσει ο σύντροφος ή ο πρώην σύντροφος τρελή ή σας έχει κατηγορήσει ότι τρελαίνεστε;» καταφατικά απάντησε το 85,7% των συμμετεχουσών.

Στην ερώτηση: «Πιστεύετε ότι ο σύντροφος ή ο πρώην σύντροφος έκανε επίτηδες κάποια πράγματα για να σας κάνει να νιώσετε ότι τρελαίνεστε;» καταφατικά απάντησε το 73,8%.

Στην ερώτηση: «Σας έχει απειλήσει ποτέ ο σύντροφος ή ο πρώην σύντροφός σας ότι θα καταγγείλει στις αρχές πως είστε τρελή, για να μην καταφέρετε να αποκτήσετε κάτι που θέλετε ή χρειάζεστε (όπως η κηδεμονία των παιδιών ή φαρμακευτική αγωγή);» το 50% των γυναικών απάντησε καταφατικά.

Και καταλήγουμε ότι τα 3/4 των συμμετεχουσών υπέστησαν Gaslighting και περίπου οι μισές το θεώρησαν εμπόδιο στην αναζήτηση της υποστήριξης που χρειαζόταν.

Είναι σημαντικό ακόμα να σημειωθεί, ότι για να μιλήσουμε για το Gaslighting θα πρέπει να έχουμε ένα σταθερό, συστηματικό μοτίβο συμπεριφοράς. Όλες/οι μπορεί να έχουμε διαφωνήσει για το αν θυμόμαστε καλά κάτι ή όχι. Αυτό δεν σημαίνει ότι μια μεμονωμένη διαφωνία είναι τακτική χειραγώγησης.

ΠΗΓΕΣ: Βικιπαίδεια, Κ.Ε.Θ.Ι. Εναλλακτική Δράση



ΒΑΣΗ ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΥ

Δικηγόρος,
Πρόεδρος Σ.Ο. «Κηφισιά-Εκάλη»

Μισθολογικό χάσμα μεταξύ των φύλων στην Ευρωπαϊκή Ένωση

Παρότι η αρχή της «ίσης αμοιβής για ίση εργασία» θεσμοθετήθηκε ήδη το 1957, με τη Συνθήκη της Ρώμης, το χάσμα αμοιβών μεταξύ των δύο φύλων παραμένει πεισματικά ευρύ, με μικρές μόνο βελτιώσεις να έχουν σημειωθεί τη τελευταία δεκαετία.

Ενόψει της 64ης συνεδρίασης της Επιτροπής του ΟΗΕ για την Κατάσταση των Γυναικών στον Κόσμο στη Νέα Υόρκη στις 9 - 20 Μαρτίου, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο που συνεδρίασε σε Ολομέλεια στις 12/02/2020 και σε σχετικό ψήφισμά του, οι ευρωβουλευτές εξέφρασαν τη λύπη τους για το γεγονός ότι πολλοί από τους στόχους που είχαν αναγνωριστεί στη Διακήρυξη του Πεκίνου και την Πλατφόρμα Δράσης πριν από 25 χρόνια, δεν έχουν έως σήμερα εκπληρωθεί και αποφάσισαν να αιτηθούν, μεταξύ άλλων, τα ακόλουθα μέτρα για την προώθηση της οικονομικής και πολιτικής ενδυνάμωσης των γυναικών:

- > μεγαλύτερη ένταξη των γυναικών στην αγορά εργασίας,
- > μεγαλύτερη υποστήριξη ενίσχυση της γυναικείας επιχειρηματικότητας,
- > μείωση του έμφυλου χάσματος εις βάρος των γυναικών στους μισθούς (16%) και στις συντάξεις (37%).

Η ισότητα μεταξύ ανδρών και γυναικών αποτελεί θεμελιώδη αρχή του κοινοτικού δικαίου, σύμφωνα με τα άρθρα 2 και 3 παράγραφος 2 της Συνθήκης Ε.Ε. καθώς και με τη νομολογία του Ευρωπαϊκού Δικαστηρίου. Οι διατάξεις αυτές της Συνθήκης ανακηρύσσουν την ισότητα ανδρών και γυναικών ως «καθήκον» και «στόχο» της Κοινότητας και επιβάλλουν υποχρέωση προαγωγής της στο πλαίσιο όλων των κοινοτικών δραστηριοτήτων. Το άρθρο 141 παρ. 3 της Συνθήκης παρέχει μάλιστα ειδική νομική βάση για τη λήψη κοινοτικών μέτρων που εξασφαλίζουν την αρχή των ίσων ευκαιριών και της ίσης μεταχείρισης σε θέματα απασχόλησης και εργασίας, συμπεριλαμβανομένης της αρχής της ίσης αμοιβής για όμοια εργασία ή για εργασία της αυτής αξίας.

“
Το μισθολογικό χάσμα μεταξύ των φύλων είναι η διαφορά μεταξύ των μέσων ετήσιων αποδοχών μεταξύ γυναικών και ανδρών. Βασίζεται στους μισθούς που καταβάλλονται απευθείας στους εργαζόμενους πριν αφαιρεθεί ο φόρος εισοδήματος και οι εισφορές κοινωνικής ασφάλισης.”

Τα άρθρα 21 και 23 του Χάρτη των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης απαγορεύουν επίσης οποιαδήποτε διάκριση βασισμένη στο φύλο και κατοχυρώνουν το δικαίωμα ίσης μεταχείρισης ανδρών και γυναικών σε όλους τους τομείς, συμπεριλαμβανομένων της απασχόλησης, της εργασίας και της αμοιβής.

Η ίση αμοιβή ρυθμίζεται ήδη από την κοινοτική οδηγία 2006/54/ΕΚ «για την εφαρμογή της αρχής των ίσων ευκαιριών και της ίσης μεταχείρισης ανδρών και γυναικών σε θέματα εργασίας και απασχόλησης», το δε Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο έχει επανειλημμένως ζητήσει την αναθεώρησή της με τη λήψη περισσότερων μέτρων.

Κατά μέσο όρο, οι αποδοχές των γυναικών είναι κατά 16% χαμηλότερες από αυτές των ανδρών ανά ώρα εργασίας.

Το χάσμα αμοιβών μεταξύ αντρών και γυναικών διαφέρει σημαντικά από χώρα σε χώρα ανά την Ε.Ε., με το μεγαλύτερο χάσμα να σημειώνεται στην Εσθονία (25,6%), στην Τσεχία (21,1%), στη Γερμανία (21%), στη Μεγάλη Βρετανία (20,8%), στην Αυστρία (19%) και στη Σλοβακία (19,8%) το 2017. Το χάσμα είναι μικρότερο στη Σλοβενία (8%), στην Πολωνία (7,2%), στο Βέλγιο (6%), στην Ιταλία και στο Λουξεμβούργο (5% και στις δύο περιπτώσεις) και στη Ρουμανία (3,5%).

Το 2017, το μισθολογικό χάσμα στην Ελλάδα ανέρχεται σε 12,5%, ενώ στην Κύπρο σε 13,7%.

Η ερμηνεία όμως των αριθμών δεν είναι τόσο απλή όσο φαίνεται, καθώς ένα μικρότερο χάσμα αμοιβών σε μία χώρα δεν συνεπάγεται κατ' ανάγκην μεγαλύτερη ισότητα των φύλων. Σε ορισμένα κράτη μέλη, τα μειωμένα μισθολογικά χάσματα συνδέονται με τη χαμηλότερη συμμετοχή των γυναικών στην αγορά εργασίας. Με τη σειρά τους, τα μεγαλύτερα μισθολογικά χάσματα τείνουν να σχετίζονται με τα υψηλά ποσοστά γυναικών που εργάζονται σε θέσεις μερικής απασχόλησης ή με τη συγκέντρωσή τους σε περιορισμένο αριθμό επαγγελματιών.

Κατά μέσο όρο, οι γυναίκες συμπληρώνουν περισσότερες ώρες αμείωτης εργασίας (φροντίδα παιδιών ή οικιακές εργασίες) σε σχέση με τους άντρες: μόνο το 8,7% των ανδρών στην Ε.Ε. εργάζεται σε θέσεις μερικής απασχόλησης, σε σύγκριση με το ένα τρίτο των γυναικών ανά την Ε.Ε. (31,3%). Συνολικά, οι γυναίκες εργάζονται περισσότερες ώρες την εβδομάδα σε σχέση με τους άντρες.

Κατά συνέπεια, οι γυναίκες δεν αμείβονται μόνο λιγότερο ανά ώρα εργασίας αλλά συμπληρώνουν και περισσότερες ώρες αμείωτης εργασίας, ενώ λιγότερες γυναίκες αποτελούν μέρος του εργατικού δυναμικού. Όλοι αυτοί οι παράγοντες οδηγούν τη διαφορά των αποδοχών μεταξύ ανδρών και γυναικών σχεδόν στο 40% (για το έτος 2014).

Το 30% περίπου του συνολικού μισθολογικού χάσματος μπορεί να εξηγηθεί από την υπερεκπροσώπηση των γυναικών σε σχετικά χαμηλότερα εισοδηματικά στρώματα, όπως είναι ο τομέας των πωλήσεων και της εκπαίδευσης. Σε ορισμένους τομείς εργασίας, όπως είναι η επιστήμη ή η τεχνολογία, το ποσοστό απασχόλησης

ανδρών είναι εξαιρετικά υψηλό, ξεπερνώντας το 80%.

Οι γυναίκες κατέχουν επίσης λιγότερες εκτελεστικές θέσεις εργασίας: λιγότερο από το 6,9% των διευθυνόντων συμβούλων των μεγαλύτερων εταιρειών είναι γυναίκες. Τα στοιχεία της Eurostat δείχνουν ακόμη ότι οι γυναίκες που κατέχουν ανώτερες διευθυντικές θέσεις αμείβονται κατά 23% λιγότερο ανά ώρα σε σύγκριση με τους άνδρες που κατέχουν αντίστοιχες θέσεις.

Σύμφωνα με έρευνα της Independent, σε περίπου 118 χρόνια θα λυθεί εντελώς το μισθολογικό χάσμα μεταξύ των γυναικών, ενώ σήμερα από τους 500 πιο πλούσιους ανθρώπους του κόσμου, μόνο οι 55 είναι γυναίκες!

Το Παγκόσμιο Οικονομικό Φόρουμ επισημαίνει πως το παγκόσμιο γυναικείο εργατικό δυναμικό έχει αυξηθεί μεν κατά 1 δισεκατομμύριο τα τελευταία δέκα χρόνια, αλλά μεγάλο ποσοστό έχουν τα προνόμια που είχαν οι άντρες το 2006.

Στην Ελλάδα, σύμφωνα με τα στοιχεία του ΟΑΕΔ, οι γυναίκες αποτελούν το 63% του πληθυσμού των καταγεγραμμένων ανέργων. Το ποσοστό ανεργίας των γυναικών επί του γενικού πληθυσμού που δύναται να εργαστεί ανέρχεται στο 20%, ενώ το αντίστοιχο των ανδρών καταγράφεται στο 13%. Τα δύο τρίτα (2/3) των ανέργων στην Ελλάδα είναι γυναίκες. Το 39% των γυναικών ανέργων είναι ηλικίας 30 - 44 ετών, το 25% είναι ηλικίας 45 - 54 ετών και το 17% είναι ηλικίας 55 - 64 ετών.

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο (Ε.Κ.) έχει ζητήσει επανειλημμένως τη λήψη περισσότερων μέτρων για τη μείωση του μισθολογικού χάσματος και μάλιστα υιοθέτησε ψήφισμα, στις 30 Ιανουαρίου 2020, με το οποίο ζητά από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή να προτείνει δεσμευτικά μέτρα για το μισθολογικό χάσμα μεταξύ των φύλων και τη διαφάνεια των μισθών, τόσο για τον δημόσιο όσο και για τον ιδιωτικό τομέα. Στο πλαίσιο αυτό, η νέα Πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Ούρσουλα φον ντερ Λάιεν, δεσμεύθηκε με σχετική ανακοίνωσή της ότι η Επιτροπή θα αναπτύξει μια νέα ευρωπαϊκή στρατηγική για την ισότητα των φύλων και θα θεσπίσει μια σειρά δεσμευτικών μέτρων για τη διαφάνεια των αμοιβών.



Ειδικότερα, το Ε.Κ. ζητά με το Ψήφισμά του τα ακόλουθα:

- > Σαφείς στόχους για τα κράτη - μέλη, ώστε να μειωθεί το μισθολογικό χάσμα μεταξύ των δύο φύλων κατά τα επόμενα πέντε χρόνια (μέσω ενός επικαιροποιημένου σχεδίου δράσης για την αμοιβή των δύο φύλων).
- > Επενδύσεις σε υπηρεσίες εκπαίδευσης και φροντίδας προσχολικής ηλικίας.
- > Φιλικές ρυθμίσεις εργασίας προς τις οικογένειες και εξασφάλιση ίσης συμμετοχής των γυναικών στην αγορά εργασίας.
- > Επαρκείς παροχές για τις ηλικιωμένες γυναίκες, όπως η δωρεάν περίθαλψη και φροντίδα και η θέσπιση ελάχιστων συντάξεων και επιδομάτων.
- > Προώθηση της επαγγελματικής κατάρτισης και της διά βίου μάθησης των γυναικών, μεγαλύτερη προώθηση της επιχειρηματικότητας και ψηφιακή εκπαίδευση για τα κορίτσια από νεαρή ηλικία.
- > Επικύρωση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης από την Ε.Ε. για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών.
- > Διάθεση επαρκών πόρων για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας και για την προστασία των θυμάτων.



Το 2020 συνεχίζεται με μια σειρά από θέματα που χρήζουν δραστηκής αντιμετώπισης, σε όλα τα εθνικά και διεθνή Fora, οι υποχρεώσεις και τα δικαιώματα των γυναικών έχουν ακόμα δρόμο ώστε να εξισωθούν, για το λόγο αυτό δεν πρέπει να σταματήσουμε τις καθημερινές μάχες μας.

As αναλογισθούμε πόσα κατακτήσαμε ως τώρα ως γυναίκες, as πάrouμε ανάσα και as προχωρήσουμε.



Τελετή Παράδοσης - Παραλαβής καθηκόντων Δ.Σ.

Την 1η Οκτωβρίου 2020 στην όμορφη Θεσσαλονίκη, τόπο διαμονής της νέας εκλεγμένης Προέδρου Μερόπης Ορφανού, και με τον φόβο της πανδημίας, πραγματοποιήθηκε η τελετή παράδοσης - παραλαβής καθηκόντων του νέου Δ.Σ., παρουσία μελών της Ενωσης.

Η νέα πρόεδρος και τα μέλη του Δ.Σ. της Σ.Ε.Ε. ευχαρίστησαν την απερχόμενη Πρόεδρο, Μαρία Γκράτσιου και τα μέλη του Δ.Σ.

Στην καθιερωμένη διαδικασία τελετής, παράδοσης και παραλαβής, διαβιβάστηκε το χαρτοφυλάκιο στη νέα Πρόεδρο, Μερόπη Ορφανού και Γραμματέα, Αικατερίνη Τάχου, όπως επίσης και το ταμείο της Ενωσης στη Βάσω Βέλλιου.

Η διαδικασία διεξήχθη σε φιλική διάθεση, ήταν ιδιαίτερα ευχάριστη με ανάμεικτα συναισθήματα για όλες μας.

Η νέα Πρόεδρος, Μερόπη Ορφανού, συνεχάρη την απερχόμενη Πρόεδρο, Γκράτσιου Μαρία, για την προσφορά της στη διετία 2018 - 2020 και δεσμεύτηκε να συνεχίσουμε το έργο της Ενωσης με σεβασμό στις αξίες και στο όραμα του σороπτιμισμού.

Με ανάμεικτα συναισθήματα ανταλλάχτηκαν ευχές, ιδέες, προτάσεις και εμπειρίες.

Η νέα Πρόεδρος αναφέρθηκε στην εξωστρέφεια της Οργάνωσης, την συνέχιση της καλής πορείας της Ενωσης. Με την ευχή όλων μας να προσελκύσουμε νέα μέλη με διάθεση προσφοράς και κατανόησης και να ανοίξουμε διαύλους επικοινωνίας με άλλες συναφείς οργανώσεις.

Το κλίμα της συνάντησης ήταν φιλικό και τα συναισθήματα ικανοποίησης - ενθουσιασμού και προσωπικής αφοσίωσης καθόρισαν τις μετέπειτα ενέργειες.

Εκπληξη ήταν τα αναμνηστικά δώρα που προσφέρθηκαν στη νέα Πρόεδρο και τα μέλη του Δ.Σ. Ακολούθησε δέιπνο κερασμένο από την Πρόεδρο Μερόπη Ορφανού.

Με εκτίμηση,
Ιωάννα Κοτσαρίνη, Α' Αντιπρόεδρος Σ.Ε.Ε.

Ενσυναίσθηση...

Στις 15 Δεκεμβρίου 2020 οι Ελληνίδες Σοροπτιμίστριες επισκεφθήκαμε το νοσοκομείο Γ. Γεννηματάς.

Σε μια συμβολική κίνηση αγάπης προσφέραμε δώρα στις νοσοκόμες, εκφράζοντας τον σεβασμό και την αμέριστη συμπαράσταση όλων στον Τιτάνιο αγώνα τους.

Οι αδελφές νοσοκόμες μας υποδέχθηκαν με ειλικρινή χαρά!

Η επίσκεψη ανταποδώθηκε με αναπάντερη αγάπη και συγκίνηση!

Οι ευχές μας για έναν καλύτερο χρόνο, απαλλαγμένο από τον Covid-19, θα τις συνοδεύουν πάντα!

Συχαρητήρια σε όλο το προσωπικό του νοσοκομείου και στον διοικητή κ. Γ. Κούτρα.

Η σκέψη μας είναι κοντά τους!





ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

ON LINE



Οι γιορτές των Χριστουγέννων

Τα Χριστούγεννα αποτελούν μια ξεχωριστή γιορτή για όλους. Ιδιαίτερα αυτή τη χρονιά, το έτος που δοκιμάστηκε όλη η ανθρωπότητα από την πανδημία, μας έλειψε το πνεύμα των εορτών με τις οικογενειακές τους στιγμές. Αισθανόμαστε ότι χάνουμε την λαμπρότερη ημέρα του χρόνου και η προσπάθεια να αναπληρώσουμε το κενό της διά ζώσης επαφής ήταν μεγάλη.

Η χαρμόσυνη αυτή γιορτή, όμως, του Δεκεμβρίου του 2020 πραγματοποιήθηκε και φέτος, αλλά με άλλο τρόπο, διαδικτυακά.

Η χαρά και η ευφορία που ζήσαμε όλες μαζί παρέα για περισσότερο από δύο ώρες μπροστά στα ηλεκτρονικά μας μέσα ήταν πρωτόγνωρη.

Η διαδικτυακή μας γιορτή δεν έχασε τίποτε από την αίγλη μιας ζωντανής εκδήλωσης. Εορταστικά ντυμένες, με ένα ποτήρι κρασί στο χέρι με τα γιορτινά μας χαμόγελα, βρεθήκαμε όλες γύρω από ένα νοερό τραπέζι. Μέσα από τη ζεστασιά των σπιτιών μας, με τα στολισμένα έλατα και τα χρωματιστά κεράκια, ανταλλάξαμε τις ευχές μας, χαρήκαμε που είδαμε τις αγαπημένες φίλες μας. Πραγματικά περάσαμε μια ολόφωτη βραδιά Χριστουγέννων με παρουσία των αδελφών μας Σοροπτιμιστριών με ανταπόκριση από όλους τους όμιλους μας.

Η καρδιά μας γέμισε αγάπη και η ψυχή μας Σοροπτιμιστική υπερηφάνεια, όταν στη διαδικτυακή μας συνάντηση ακούσαμε τα Κάλαντα από τα προσφυγόπουλα της ελληνικής ορχήστρας El Sistema. Η πρωτοποριακή μας κίνηση του 2017, κατά την οποία ως βοηθός διευθύντρια προγράμματος μαζί με την Πρόεδρο της Ένωσης τότε Αμαλία Ραγκούση εμπνευστήκαμε και δραστηριοποιηθήκαμε χαρίζοντας μουσικά όργανα στα παιδιά που έρχονταν από εμπόλεμες περιοχές βρήκε μεγάλη ανταπόκριση και μιμητές, καθώς τα βοηθά σήμερα το ίδρυμα Νιάρχος. Ο διευθυντής της ορχήστρας, μαέστρος José Angel Salazar Marin μας ευχαρίστησε θερμά, επισημοποιώντας ότι έχουμε μια διαχρονική σχέση και δεν ξεχνούν τη στήριξη μας, παρουσία και της υπεύθυνης επικοινωνίας της ορχήστρας Σεβαστή Ματοακίδου.

Η έκπληξη, βέβαια, της βραδιάς στη σημαντική και υπέροχη εκδήλωση της Ένωσης μας ήταν η παρουσία της Προέδρου της Ευρώπης Anna Wszelaczynska. Βρέθηκε καλεσμένη, ανάμεσά μας και με διάθεση χορούμενη μας ευχήθηκε από καρδιάς για τον καινούργιο χρόνο. Ήταν μια μοναδική ευκαιρία, που δόθηκε στα μέλη των ομίλων να έρθουν κοντά με την πρόεδρο της Ομοσπονδίας της Ευρώπης. Η διαδικτυακή συνάντηση άνοιξε νέους διαύλους επικοινωνίας και μας δόθηκαν δυνατότητες που σε άλλες περιπτώσεις φάνταζαν απίθανες.

Ο όμιλος Ψυχικού έστειλε πρόσκληση στον όμιλο της Σουδίας και μας πλαισίωσαν οι αδελφές από τη Σουηδία, οι οποίες είχαν φιλοξενήσει ήδη πριν τρία χρόνια ομάδα Ελληνίδων Σοροπτιμιστριών. Τις εκπροσώπησαν η αντιπρόεδρος της Σοροπτιμιστικής Ένωσης Σουηδίας Karin Vilhelmsson και η Μελίνα Ανδρουλάκη, η οποία είναι μέλος του ομίλου Lylea.

Η Χριστουγεννιάτικη γιορτή μας κύλησε όμορφα, δίνοντας την ευκαιρία στον κάθε όμιλο να παίρνει το λόγο διά της εκπροσώπου του και να μοιράζεται σκέψεις και να εκφράζει τις εγκάρδιες ευχές της.





Φώτισε τον Κόσμο Πορτοκαλί

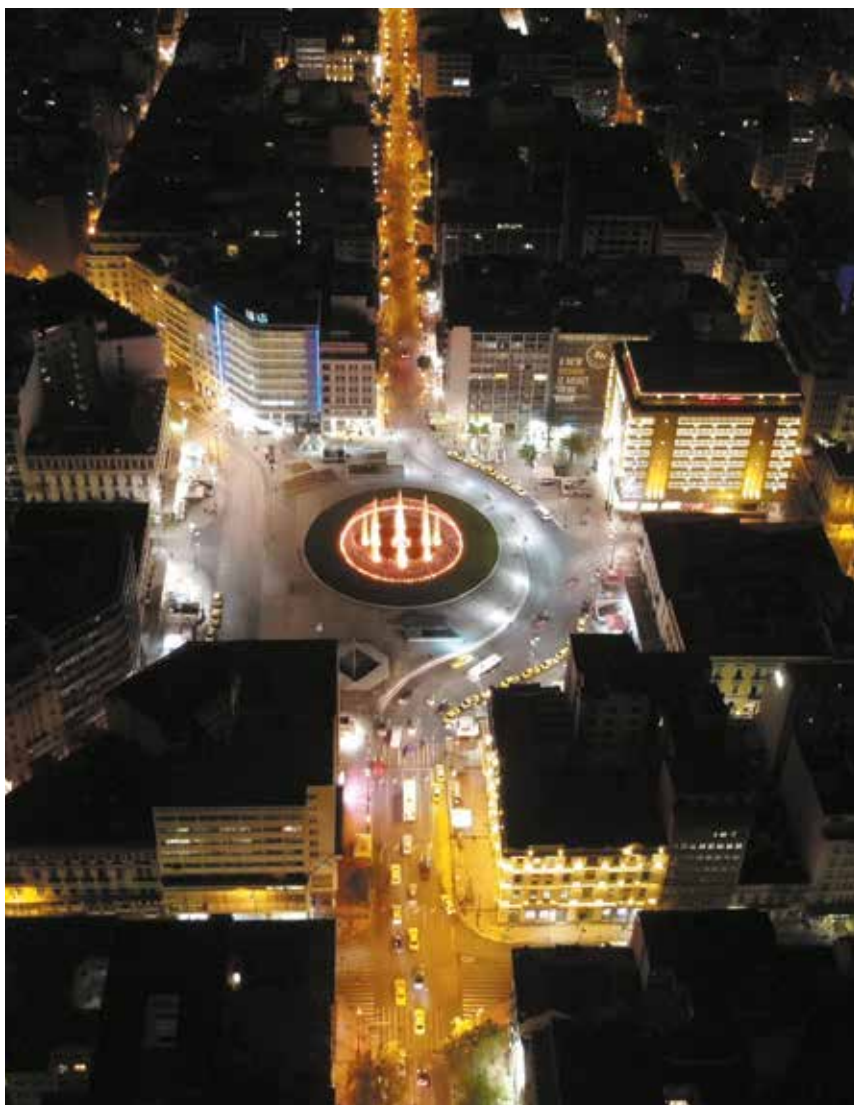
Η δεκαεξαήμερη ακτιβιστική μας δράση οργανώθηκε και πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή όλων σχεδόν των ομίλων. Τα μεγάλα σχέδια, τα οποία είχαμε κατά νου πολύ γρήγορα διαπιστώθηκε ότι δεν υπήρχε η δυνατότητα να πραγματοποιηθούν, εφόσον το ανθρώπινο δυναμικό ήταν αποκλεισμένο. Παρ' όλη όμως τη δυσκολία, προσαρμόσαμε τα σχέδιά μας σύμφωνα με τις απαγορεύσεις και προχωρήσαμε στην υλοποίησή τους.

Πρώτο ζητούμενο για την οποιαδήποτε μετακίνηση μας είναι η μάσκα. Έτσι με πολύ οργανωμένες κινήσεις παραγγείλαμε και εφοδιάσαμε τους ομίλους με περίπου 500 μάσκες σε χρώμα πορτοκαλί και το σήμα του Σοροπτιμισμού σε εμφανές σημείο.

Η αντιπρόεδρος Ιωάννα Κοτσαρίνη με τη συνδρομή και τη συνεργασία της ταμίας μας Βάσω Βέλλιου έδωσαν και πρόσφεραν μεγάλο αριθμό της χαρακτηριστικής πορτοκαλί κορδέλας τόσο στους ομίλους μας, όσο και σε φίλες και φίλους του Σοροπτιμισμού.

Δεύτερη μας κίνηση είναι η ενημέρωση. Ενημέρωση προς κάθε κατεύθυνση προς το Κοινοβούλιο, προς τους Κρατικούς λειτουργούς, τους Δημοτικούς άρχοντες προς τα μέσα ενημέρωσης (τηλεοράσεις, ραδιόφωνα, έντυπο τύπο) στέλνοντας σε κάθε μέσο δελτία τύπου με το περιεχόμενο και τους στόχους των Orange Days.

Πραγματικά οι όμιλοι με συνεργατικό πνεύμα έκαναν ωραίες δυναμικές δράσεις και ενημέρωσαν και φωταγώγησαν εμβληματικά κτίρια και σημαντικά τοπωνύμια των περιοχών, όπου δραστηριοποιούνται. Παράλληλα, με τη χρήση των μέσων ενημέρωσης, αλλά και των ηλεκτρονικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης της Ένωσης και των Ομίλων, όπως facebook, instagram και youtube παρουσιάστηκαν μέσα από κατατοπιστικές και ενδιαφέρουσες αναρτήσεις όλες οι πληροφορίες για τις παρεμβάσεις ενάντια στην Βία κατά των Γυναικών.



Orange the World#HearMeToo



Το φωτογραφικό υλικό που συγκεντρώθηκε προδίδει τη συλλογική προσπάθεια και την ακατάπαυστη θέλησή μας να μειωθεί και να σταματήσει το φαινόμενο.

Η Ένωση με τη σειρά της συνέβαλε στις ακτιβιστικές ενέργειες στη χώρα μας με βασική τη φωταγώγηση, η οποία κινεί την προσοχή των συμπολιτών μας, ώστε να πληροφορηθούν για την δεκαεξαήμερη δράση ενάντια στη βία κατά των γυναικών.

Το πρώτο αίτημά μας επιδόθηκε στον Πρόεδρο της Βουλής και έγινε δεκτό, ώστε να προβληθεί στην πρόσοψη της Βουλής το μήνυμά του να μη μείνουμε σιωπηλές, τιμώντας έτσι τον αγώνα του Σοροπτιμισμού σε συνεργασία με τη Γενική Γραμματεία Ισότητας ενάντια στη Βία των Γυναικών.

Μετά από αίτημά μας στο Δήμο των Αθηναίων φωτίστηκε πορτοκαλί για πρώτη φορά το συντριβάνι της πλατείας Ομόνοιας, δίνοντας δυνατά πλάνα για να στηρίξουμε το περιεχόμενο του μηνύματός μας, τα οποία φωτογραφήσαμε με την χρήση drone και τρομερή δυσκολία λόγω της απαγόρευσης της κυκλοφορίας στην πόλη.

Στη Βουλή των Ελλήνων μοιράσαμε τον ενημερωτικό φάκελο που ετοιμάσαμε και περιείχε επιστολή προς τους 300 βουλευτές με πληροφοριακό υλικό και μια πορτοκαλί κορδέλα στις θυρίδες του κάθε ενός προσωπικά εκπροσώπου του Κοινοβουλίου.

Προς την Πρόεδρο της Δημοκρατίας Κατερίνα Σακελλαροπούλου επιδώσαμε φάκελο επίσης με χειρόγραφη επιστολής της προέδρου Μερόπης Ορφανού για τη δράση μας για το φαινόμενο της Βίας κατά των Γυναικών, καθώς και φάκελο πρώτης κυκλοφορίας με τα γραμματόσημα από την επετειακή εκτύπωση των ΕΛΤΑ για τα 70χρονα της Σοροπτιμιστικής Ένωσης Ελλάδος.

Με προσωπική επίσκεψη της Προέδρου της Σοροπτιμιστικής Ένωσης Ελλάδος στο Υφυπουργείο Εσωτερικών - Μακεδονίας Θράκης ενημερώθηκε ο Υπουργός για την Ένωση και ζητήθηκε η φωταγώγηση του εμβληματικού κτίριου, που καλείται στη Θεσσαλονίκη Διοικητήριο. Και βέβαια η απάντηση ήταν θετική, οπότε και προστέθηκε και αυτό το κτίριο στην καρδιά της Θεσσαλονίκης.





ΜΕΡΟΠΗ ΟΡΦΑΝΟΥ

Πρόεδρος Σ.Ε.Ε.
2020 - 2022

Διαδικτυακή Ημερίδα για τη Βία κατά των Γυναικών

Μια από τις πιο σπουδαίες δράσεις που διοργανώνει τα τελευταία χρόνια η Ένωση αφορά στις 16 ημέρες ακτιβισμού για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών, με φωταγώγηση κτιρίων, ομιλίες στους ομίλους, διαδραστικές συναντήσεις. Η φετινή χρονιά, όμως, ήταν ιδιαίτερη. Ένα νέο καθεστώς έχει εγκατασταθεί στις ζωές μας και η μοναδική λύση πλέον προκύπτει μέσω του υπολογιστή.

Η διοργάνωση μιας ημερίδας με σημαντικές γυναίκες, επιστήμονες, διακεκριμένες σε θέματα που αφορούν τη βία, τις γυναικοκτονίες, την ενδοοικογενειακή βία αποτέλεσε βασικό μας στόχο για να διευρύνουμε όσο δυνατόν το φάσμα της ενημέρωσης. Η συμμετοχή των μελών μας και όχι μόνο ήταν πολύ σημαντική. Με αμείωτο ενδιαφέρον παρακολουθήσαμε τις ομιλήτριες να μας καθοδηγούν μέσα από στοιχεία επιστημονικών μελετών σε συμπεράσματα πραγματικά κατατοπιστικά. Ενδιάμεσου των ομιλητριών η Πέγκυ Σταθακοπούλου, η εξαιρετική ηθοποιός μας, έκανε μια υπέροχη επιλογή κειμένων, τα οποία παρουσίαζε εμβόλιμα με τη μοναδική της θεατρική απόδοση. Ο συντονισμός της ημερίδας έγινε από την έμπειρη δημοσιογράφο μας και Πρόεδρο του Πρώτου Ομίλου Βόλου **Ροσάνα Πώποτα**.

Η **Γεωργία Πετράκη**, κοινωνιολόγος, καθηγήτρια στο Πάντειο Πανεπιστήμιο, η οποία έχει εστιάσει εδώ και χρόνια στη μελέτη της βίας που ασκείται στη γυναίκα, με μεγάλη χαρά θέλησε να γνωρίσει την Σοροπτιμιστική Οργάνωση. Όταν βρέθηκε ανάμεσά μας μοιράστηκε την επιστημονική της γνώση με ενθουσιασμό, καθώς πιστεύει ότι το δημόσιο Πανεπιστήμιο πρέπει και οφείλει να συνδέεται με την κοινωνία και να μην σταματά η δράση του μόνο στην Ακαδημαϊκή κοινότητα. Ξεκινώντας την ομιλία της δηλώνει ότι η βία κατά των γυναικών είναι ένα πρόβλημα διαρκές, το οποίο όπως δείχνουν οι αριθμοί, γίνεται όλο και πιο έντονο, αλλά και πιο ορατό.

Η βία αποτελεί την πλέον ακραία άσκηση εξουσίας επάνω στον άλλο για την προσωπική επιβεβαίωση. Η βία αποτελεί σοβαρή παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και επιγραμματικά παραθέτω τις διάφορες μορφές βίας, την ενδοοικογενειακή, τη συναισθηματική βία, τα εγκλήματα τιμής, τις γυναικοκτονίες. Η έμφυλη βία έχει καταστεί για τις Ευρωπαίες η πρώτη αναπηρία των γυναικών αφήνοντας πίσω ακόμη και τα αυτοκινητιστικά ατυχήματα. Η σεξιστική βία επίσης στους χώρους εργασίας είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη, διότι συνδυάζεται με τη σχέση εξάρτησης, εργαζομένου και εργοδότη. Το φαινόμενο αυτό παραμένει αόρατο και είναι αντίστοιχο με την πραγματικότητα, καθώς ελάχιστος αριθμός το καταγγέλλει.

ΟΧΙ
στη Βία
κατά των
γυναικών



ΡΟΣΣΑΝΑ ΠΩΠΟΤΑ



ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΕΤΡΑΚΗ



ΠΕΓΚΥ ΣΤΑΘΑΚΟΠΟΥΛΟΥ



ΤΕΣΣΑ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ



ΛΙΛΑ ΡΑΓΚΟΥΣΗ



ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΜΑΝΟΣ

Η βία κατά των γυναικών είναι η έκφραση που οφείλεται απολύτως στην πάγια και από αιώνων αντίληψη κατωτερότητας των γυναικών.

Η Πέγκυ Σταθακοπούλου συνεχίζει τις διαπιστώσεις της Γ. Πετράκη διαβάζοντας ένα απόσπασμα της Πηνελόπης Δέλτα. Πρώτες ενθυμήσεις, η απόδοση τόσο παραστατική, ενός κειμένου καταθλιπτικού θα έλεγα, να μας κάνει να θέλουμε με μεγαλύτερο πάθος να ανατρέψουμε αυτή την τόσο καταπιεστική κατάσταση, να ανατρέψουμε τον τρόπο ζωής της γυναίκας, ακόμη και αυτής της υψηλής κοινωνίας.

Η Τέσσα Χριστοδούλου, η νευροψυχολόγος, η κλινική ψυχολόγος, η εγκληματολόγος, η γυναίκα που δίνει καθημερινές μάχες σε δίκες για παιδική κακοποίηση, για ενδοοικογενειακή βία, έρχεται να μας αναλύσει την ψυχολογική βία. Το πιο ανώδυνο θα μπορούσε κανείς να σκεφτεί. Κι όμως η εμπειριστωμένη ανάλυση της Δρ. Χριστοδούλου μας οδηγεί από τη συναισθηματική κακοποίηση, τον εκφοβισμό, το σαρκασμό, την απαξίωση και την ειρωνεία και καταλήγει στο ότι όλα αυτά συνδυαστικά οδηγούν και στη σωματική βία. Συνήθως ο θύτης δεν αποδέχεται τη βίαιη συμπεριφορά του και η έκφραση μετάνοιας προκαλεί σύγχυση στο θύμα και η αμφιβολία για το τί συνέβη και αν η ίδια έφταιγε και προκάλεσε τη βίαιη πράξη του.

*Η Αντιγόνη του Ζαν Ανουί.
Ένας πολύ σημαντικός θεατρικός συγγραφέας, του οποίου ένα από τα σημαντικότερα έργα θεωρείται η Αντιγόνη.
Ο μονόλογος του έργου αποδόθηκε με μια μοναδική ερμηνεία και μας άφησε άφωνες, κυριολεκτικά. Εμπειριέχει τη δύναμη μιας γυναίκας να σταθεί όρθια απέναντι στη βία του καιρού της.*

Η Λίλα Ραγκούση, νομικός και ποινικολόγος με σπουδές στο Ηνωμένο Βασίλειο και στην Ελλάδα, μάχιμη δικηγόρος με ειδικότητα στα ανθρώπινα δικαιώματα, μας κάνει μια ιστορική αναδρομή σε ό,τι αφορά τα δικαιώματα της γυναίκας. Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι ένα κείμενο, το οποίο μετρά ήδη 70 χρόνια, μετά τους καταστροφικούς πολέμους πια η Ευρώπη αποφασίζει ότι η ανθρώπινη ζωή πρέπει να διασφαλιστεί. Η ανάλυση και τα στοιχεία που μας κατέθεσε η Λ. Ραγκούση έθεσαν σοβαρούς προβληματισμούς στα μέλη μας και μας άνοιξαν νέα κεφάλαια, τα οποία το καθένα από μόνο του χρήζει έρευνας και μελέτης.

Συμπερασματικά κατέδειξε την ανάγκη για ακόμη πολλές συζητήσεις με εμβάθυνση στα γυναικεία ζητήματα, διότι η γυναίκα για να διεκδικήσει τα δικαιώματά της πρέπει να γνωρίζει ότι έχει δικαιώματα. Και καταλήγει με ένα αισιόδοξο μήνυμα η Phumzile Mlambo-Ngcuka, εκτελεστική Διευθύντρια στα Ηνωμένα Έθνη (UN Women), είπε ότι αυτό που πρέπει να αναγνωρίσουμε είναι ότι πλέον έχουμε αντιληφθεί τη δύναμη και την επίδραση της ανόδου του ακτιβισμού, και εν τέλει μετά από τόσα χρόνια αντιλαμβανόμαστε ότι πρέπει να βρεθούν κοινές λύσεις γιατί τα προβλήματα είναι κοινά. Η αυτοκυριαρχία και η αυτοδιάθεση είναι το πρώτο ζητούμενο και είναι πολύ σημαντικό να το συνειδητοποιήσουμε.

Η Μαργκερίτ Γιουρσενάρ, η πρώτη ακαδημαϊκός της Γαλλίας, η οποία έτρεφε βαθύ θαυμασμό για την Αρχαία Ελλάδα μας συγκίνησε με το τόσο σύγχρονο έργο της μέσω του μονολόγου της Αντιγόνης.

Η Ευαγγελία Μάνος, νομικός και ειδική στην ενδοοικογενειακή βία, τη δημόσια ασφάλεια και την εγκληματική δικαιοσύνη, βοηθός εισαγγελέα στην πολιτεία της Φιλαδέλφειας των ΗΠΑ. Η διαδικτυακή μας ένωση μας έδωσε και τη σπάνια ευκαιρία να συνδεθούμε με μια Ελληνίδα, που διαπρέπει στις Ηνωμένες Πολιτείες. Ένα αξιοσέβαστο μέλος της Ελληνικής ομογένειας θέλησε με ενθουσιασμό να μιλήσει για τη βία στον τόπο τον οποίο ζει, εργάζεται και μεγαλώνει τα παιδιά της.

Η αντιμετώπιση της βίας έχοντας απέναντί σου πυροβόλα όπλα είναι φυσικά ακόμη δυσκολότερη και απαιτεί ξεχωριστή έρευνα και μελέτη. Μας μίλησε για πολύ υψηλά ποσοστά γυναικοκτονιών και βίας, καθώς και για δομές κακοποιημένων γυναικών και παιδιών.

Η Φόνισσα του Παπαδιαμάντη, ένα βιβλίο που το διαβάζουμε νομίζω από το δημοτικό σχολείο ακόμη, κρύβει μέσα του την απελπισία της ανισότητας, της αδικίας της γυναίκας. Μας δίνει τόση τροφή για σκέψη όσες φορές κι αν ανατρέξουμε σε αυτό και για άλλη μια φορά μας πρόσφερε την αναδρομή στα γιατί υπάρχουν ακόμη και σήμερα αυτές οι αδικίες απέναντι στις γυναίκες.

Η πρώτη διαδικτυακή συνάντηση μας βρίσκεται αναρτημένη στο Youtube.



PRIX TALENTS DE FEMMES

Avec la participation
exceptionnelle de Villy
Makou artiste reconnue et
membre de l'union grecque,
présidente du jury



Τιμητική πρόταση

από την Σοροπτιμιστική Ένωση Γαλλίας
στην Ελληνίδα Σοροπτιμίστρια **Βύλλη Μάκου**,
Όμιλος Κηφισιά - Εκάλη.

Άκρως τιμητική ήταν η πρόταση της Γαλλικής Ένωσης και της Προέδρου 2018 - 2020, Dominique Babel, να συμμετέχω ως Πρόεδρος στην Εθνική Κριτική Επιτροπή της Γαλλικής Ένωσης για τα ετήσια θεσμοθετημένα Βραβεία:

SOROPTIMIST PRIX: «Talents de Femmes» 2020

Τα βραβεία εντάσσονται στο πλαίσιο του Προγράμματος της Γαλλικής Ένωσης -118 Ομίλων- «Ενδυνάμωση των Γυναικών και Ηγεσία», απονέμονται ετησίως και συνοδεύονται από χρηματικό έπαθλο. 1^ο Βραβείο: 3000€ - 2^ο Βραβείο: 1500€ - 3^ο Βραβείο: 1000€.

Τα βραβεία «Talents de Femmes» είναι ένας χαιρετισμός στη γυναικεία δημιουργία. Προωθούν το ταλέντο και τη δημιουργικότητα των γυναικών, αναδεικνύουν και αξιοποιούν τις δεξιότητές τους με τελικό στόχο την ενδυνάμωση των γυναικών στην άσκηση ηγεσίας και στην επαγγελματική τους εξέλιξη.

Κάθε χρόνο διοργανώνονται εκθέσεις «Talents de Femmes» από τους 118 Όμιλους της Γαλλικής Ένωσης σε πολλές πόλεις της Γαλλίας και δέχονται περισσότερους από 30.000 επισκέπτες, δίνοντας την ευκαιρία σε χιλιάδες γυναίκες δημιουργούς να αυξήσουν το δίκτυο των επαφών τους και να ενισχύσουν τις προϋποθέσεις που θα τις ευνοήσουν να αναλάβουν επιχειρηματικές πρωτοβουλίες.

Η τελετή απονομής Βραβείων πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά στις 10 Οκτωβρίου και τα βραβεία που απονεμήθηκαν είναι τα ακόλουθα: 1^ο Βραβείο: Uyzal Zeynep - Όμιλος Nancy, 2^ο Βραβείο: Alexandra Bauduin - Όμιλος Rouen, 3^ο Βραβείο: Jasmine Fayet - Όμιλος Agen.

Το Πρόγραμμα, Soroptimist Prize «Talents de Femmes», βραβεύτηκε από τον Διεθνή Σοροπτιμισμό της Ευρώπης ως ένα από τα καλύτερα προγράμματα στην κατηγορία «Women's Empowerment» SIE Best Practice Awards 2018.

Ήταν μεγάλη τιμή και χαρά για εμένα να συμμετέχω στην κριτική επιτροπή ενός τόσο σημαντικού Σοροπτιμιστικού Βραβείου που συμβάλλει ουσιαστικά στην ενδυνάμωση των γυναικών και στην επαγγελματική τους εξέλιξη.

Βύλλη Μάκου
Όμιλος Κηφισιά - Εκάλη



Οκτώβριος 2020

Στο πλαίσιο του προγράμματος «είμαι δίπλα σου» δωρίσαμε ρούχα σε οικογένειες στο Σχηματάρι Αττικής. Στην φωτογραφία είναι το μέλος του Ανατολικού Πέπη Δρούγκα με την Σίσυ Κρυστάλλη, μέλος του Συλλόγου Γυναικών Σχηματαρίου «Αντιγόνη».

Νοέμβριος 2020

Στο πλαίσιο των orange days η πρόεδρος του ομίλου που βρέθηκε στο Dubaί δώρισε στις φίλες του τοπικού ομίλου πορτοκαλί φιογκάκια τα οποία δέχτηκαν με χαρά.

Δεκέμβριος 2020

10 Δεκεμβρίου Παγκόσμια Ημέρα Ανθρώπινων Δικαιωμάτων και Διεθνούς Σοροπτιμισμού, τελευταία ημέρα των ακτιβιστικών δράσεων orange days, φωτίσαμε τις οθόνες μας με πορτοκαλί χρώμα. Διοργανώσαμε διαδικτυακή συνάντηση σε συνεργασία με την ηλεκτρονική πλατφόρμα Living Postcards και τίτλο «Τα Ανθρώπινα Δικαιώματα είναι Δικαιώματα των Γυναικών και τα Δικαιώματα των Γυναικών είναι Ανθρώπινα Δικαιώματα». Ο βουλευτής Χάρης Μαμουλάκης και ο επιστημονικός εμπειρογνώμων στην Δημοτική Επιτροπή Ισότητας του Δήμου Κηφισιάς, Χρήστος Μαντάς, ήταν μαζί μας. Η Λίλιαν Ζέλλου μας καθήλωσε με τις γνώσεις της και η Ιλιάδα Ευαγγελία Κοθρά μέσα από την καμπάνια της #dontacceptit μας μετέφερε ιστορίες γυναικών που δεν μένουν σιωπηλές. Το video με την ιστορία της Fatima από το Dubaί για τον ακρωτηριασμό των γεννητικών οργάνων μας υπενθύμισε ότι ο δρόμος για την ισότητα είναι μακρύς.

Την Πέμπτη 10 Δεκεμβρίου, η Πρόεδρος Βίκυ Κατσαρή έδωσε ραδιοφωνική συνέντευξη στον ραδιοφωνικό σταθμό της Κηφισιάς, Kifisia North City, όπου μίλησε για τον Σοροπτιμισμό, τις δράσεις του Ανατολικού και για το 16ήμερο των ακτιβιστικών δράσεων *Orange days*.

Στις 26 Νοεμβρίου 2020, ημέρα της Βίας κατά των Γυναικών, η Δ/ντρια Προγράμματος του Ομίλου μας Ανθούλα Ροδίου, η Βοηθός Προγράμματος Σωτηρία Ασάνιν - Ρίγα και η Πρόεδρος Ανθούλα Ανακέφαλου μοίρασαν στο Σύνταγμα, στο Χαϊδάρει και στο Χαλάνδρι, φυλλάδια για τη Βία κατά των Γυναικών, τυλιγμένα με πορτοκαλί κορδέλα και φορώντας πορτοκαλί μάρσες.

Στην Εκκλησία του Αγίου Νικολάου Αχαρνών, προσέφεραν διάφορα τρόφιμα για το Συσσίτιο των Απόρων, εις μνήμην της Ελένης Κοκκίνου, αδελφής της Αντιπροέδρου μας κας Τίτσας Νικοπούλου.

Στο «Δεύτερο Χέρι», το μέλος του Ομίλου μας Λίλα Γιαννοπούλου, κοινωνική λειτουργός, προσέφερε διάφορα αντικείμενα προς πώληση, για τα παιδιά που μεγαλώνουν χωρίς γονείς, με τη γιαγιά και τον παπού.



«Ευχές με άσκηση
για υγεία και ευρωστία»

Ο Σ.Ο. «Λ» Αθηνών μαζί με τις ευχές του για τη νέα χρονιά απέστειλε σε όλους τους Σ.Ο. της Ελλάδας ημερολόγιο με θέμα: «Φυσική δραστηριότητα, υγεία και ευρωστία».



Το ημερολόγιο που επιμελήθηκαν η πρόεδρος του ομίλου, Ε. Παλαιολόγου, και ο πρόεδρος της Π.Ε.Ν.Ε.Λ.Φ.Α., Νικόλαος Τριπόδης, δίνει απλές συμβουλές και προτείνει ασκησιολόγιο για καλύτερο και υγιή τρόπο ζωής.

Το ημερολόγιο θα σταλεί επίσης στα e-mail των προέδρων και διευθυντριών προγράμματος έτσι ώστε να μπορούν να το προωθήσουν στα μέλη αλλά και σε φίλες των ομίλων τους ή να το τυπώσουν και να το χαρίσουν.



Σαν όμιλος άνω των 30 χρόνων πέρνουμε τα πράγματα πιά χαλαρά...

Λόγω COVID19 ήμασταν υποχρεωμένες να βρούμε έναν άνετο χώρο για να γιορτάσουμε την αλλαγή Προεδρείας από την Χρυσούλα Βερέμη προς την αγαπημένη μας Τζένη Φούρλα και επιλέξαμε το «ΝΟΤΟΣ», κοντά στη θάλασσα.

Όπως κάθε χρόνο συζητήσαμε ποιο θα είναι το πρόγραμμα δράσης μας για την ερχόμενη σοροπτιμιστική χρονιά - προτεραιότητα θα έχει το πρόγραμμα της Ένωσης, δηλαδή του Διεθνή Σοροπτιμισμού «ORANGE THE WORLD!».

Παραγγείλαμε μάσκες πορτοκαλί της Ένωσης και σκεφτήκαμε φέτος να πιέσουμε το Δημαρχείο της Βούλας να συμμετέχει σε αυτή την εκστρατεία με το να φωτίσει το Δημαρχείο όπως το κάνει και η Γλυφάδα. Το πετύχαμε!

Κάτι πολύ προσωπικό: Να φοράω τη μάσκα μου είναι πολύ δύσκολο. Να φοράω τη μάσκα του Σοροπτιμισμού για το θέμα της εξάλειψης της βίας ενάντια γυναικών και παιδιών μου είναι ακόμα πιο δύσκολο! Γιατί; με ρωτάνε οι φίλες μου. Η μάσκα σκεπάζει το στόμα μου, την έκφραση του προσώπου. Όταν βιώνει κανείς βία στη ζωή του/της δεν πρέπει ποτέ να σκεπαστεί με μάσκα... ναι, να την φοράμε για άλλους λόγους, σωστά, αλλά με έκανε να σκεφτώ με ποιο τρόπο μπορώ να θέσω αυτό τον προβληματισμό και έτσι έγινε το βιντεάκι μου το οποίο έβαλα στο fb! Με σοροπτιμιστικούς χαιρετισμούς,
Brigit Hug
Διευθύντρια Προγράμματος 2020 - 22





Ο Όμιλος «Ολυμπιάς» έστειλε Δελτία Τύπου και φωταγώγησε με το φωτεινό και ελπιδοφόρο πορτοκαλί χρώμα τα Δημαρχεία Παπάγου - Χολαργού, Σπετσών και για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά το Δημαρχείο της Αγίας Παρασκευής, προκειμένου να αφυπνίσει τις τοπικές κοινωνίες. Κατασκεύασε και μοίρασε πορτοκαλί φιόγκους στο προσωπικό των Δήμων.

Έγινε ανάρτηση της αφίσας στα Δημαρχεία και σε διάφορα κεντρικά σημεία

της Αγίας Παρασκευής.

Η Προέδρος του Ομίλου μας επισκέφτηκε την βιομηχανία του Ομίλου Uni-Pharma, μοίρασε έντυπο υλικό και πορτοκαλί φιόγκους στους εργαζόμενους.

Η 16χρονη ταλαντούχα εγγονή της Προέδρου του Ομίλου δημιούργησε για τον όμιλό μας ένα εντυπωσιακό σκίτσο στέλνοντας το δικό της αισιόδοξο μήνυμα. Το έργο εστάλη στην Ευρώπη.

Στις 10 Δεκεμβρίου με όλες τις προφυλάξεις επισκεφτήκαμε τον Ξενώνα Κακοποιημένων Γυναικών «Η ΦΟΙΒΗ», όπου φιλοξενοούνται 10 γυναίκες με τα παιδιά τους και προσφέραμε λάδι, είδη πρώτης ανάγκης και ρούχα.

Η Πρόεδρος της Σ.Ε.Ε., Μερόπη Ορφανού, προσέφερε γούρια του 2021 μαζί με πολλές ευχές για μια Καλή Χρονιά σε τοπικούς φορείς. Ήταν μία ευγενική χορηγία του Σ.Ο. «Ολυμπιάς»



Στις 14.09.2020 ο Όμιλός μας με μεγάλη χαρά παρέδωσε στο Δήμο Βασιλικών (Δημοτική Κοινότητα Ληλαντίων) 33 σχολικές σάκες και 33 κασετίνες με μολύβια για τα παιδιά του Δημοτικού Σχολείου Αγίου Νικολάου, του πλημμυροπαθούς Μπουρτζίου, δηλώνοντας την αμέριστη συμπαράστασή του στη πληγείσα Κοινότητα, τονίζοντας ότι αυτή η προσφορά αποτελεί ένα μικρό δείγμα αγάπης και έμπρακτης συμπαράστασης στη δυστυχή και ατυχή ανατροφή της ζωής τους. Τον Όμιλό μας εκπροσώπησαν οι Φίλες Έλντα Φλέγκα και Βάλη Παλαιολόγου. Από το Σοροπτιμιστικό Όμιλο Χαλκίδας παρέστη κατά την παράδοση του σχολικού εξοπλισμού και η Φίλη Αγγελική Γαλάνη.

19.10.2020. Α΄ Συνεδρίαση του νέου ΔΣ 2020 -2022 και της Ολομέλειας του Σ.Ο.Κ.Ε. στο Ekalí Club (Α΄ Τακτική Ολομέλεια 2020, με φυσική παρουσία των μελών).



Πρώτη διαδικτυακή συνάντηση, μέσω της πλατφόρμας ZOOM, των μελών του Ομίλου, στις 18.11.2020 (Β' Τακτική Ολομέλεια, 2020). Η Μαρία Δάσκου, Υπότροφος SIE, υποδεικθείσα από τον Όμιλο, Υποψήφια Διδάκτορας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας, έκανε μια πολύ ενδιαφέρουσα και επίκαιρη παρουσίαση, με θέμα: «Στοιχεία για το νέο κορωνοϊό SARS-CoV2 και ενημέρωση για τη διάγνωση και πιθανή αντιμετώπισή του». Ακολούθησε παρουσίαση της Προέδρου Βάλης Παλαιολόγου με θέμα: «ORANGE DAYS - Ενδοοικογενειακή Βία», καθώς και ενημέρωση από τη Διευθύντρια Προγράμματος, Φίλη Κλαίρη Ζερζιβίλη, για το 16ήμερο δράσεων για την «Εξάλειψη της Βίας Κατά των Γυναικών».

Ο Όμιλος «Χρωμάτισε» στις 17.12.2020 με πορτοκαλί χρώμα το κτίριο της Δημοτικής Κοινότητας Εκάλης, φωνάζοντας ένα μεγάλο ΟΧΙ στη Βία κατά των γυναικών. Οι Σοροπτιμίστριες του Ομίλου «Κηφισιά - Εκάλη» δήλωσαν με την παρουσία τους πως δεν ξεχνάνε, δεν σταματούν τον αγώνα τους για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών μέχρι ο κόσμος να γίνει ασφαλής και ελεύθερος, να μας χωράει όλες.

Διαδικτυακή συνεδρίαση - εκδήλωση της Ολομέλειας του Ομίλου στις 7.12.2020 με θέμα εκδήλωσης: «Δομές για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Βίας: Ξενώνες Φιλοξενίας γυναικών θυμάτων βίας - Συμβουλευτικά Κέντρα για τη Βία κατά των Γυναικών της ΓΓΙΦ».

Διάχυση της Δράσης με διανομή πορτοκαλί κορδέλας σε γυναίκες - εργαζόμενες και δημιουργία ενός ημερολογίου, με όλες αυτές τις γυναίκες που κόσμησαν το πέτο τους με αυτό, διαμαρτυρούμενες για τη Βία κατά των Γυναικών και απεδέχθησαν να φωτογραφηθούν για τον σκοπό αυτό.

Δημιουργία βίντεο με θέμα: 16ήμερη Εκστρατεία για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών.

Παρουσίαση στη σελίδα του Ομίλου μας στο Facebook επίκαιρων θεμάτων στο πλαίσιο της 16ήμερης Εκστρατείας για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών:

> Ανάρτηση επιστολής της Προέδρου του Ομίλου με σχολιασμό της 25ης Νοεμβρίου - Παγκόσμιας Ημέρας για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών.

> Ανάρτηση της Ομιλίας της Προέδρου για την Ενδοοικογενειακή Βία, που παρουσίασε στις 18.11.2020 Συνεδρίαση της Ολομέλειας του Ομίλου.

> Ανάρτηση των συμπερασμάτων από την διαδικτυακή Ημερίδα που διοργάνωσε ο Όμιλος στις 7.12.2020 με την παρουσία της κας Συρεγγέλα και της κας Παπάζογλου.

> 10 Δεκεμβρίου, Διεθνής Ημέρα Σοροπτιμισμού - Παγκόσμια Ημέρα Προστασίας των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου: Ανάρτηση παρουσίασης της ιστορίας του Σοροπτιμιστικού Σήματος από την Πόπη Αθανασίου και παρουσίασης της Προέδρου για την Παγκόσμια Ημέρα Προστασίας των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου.





Orange days

Με πρωτοβουλία του ομίλου μας, συστρατεύτηκαν και συνεργάστηκαν οι σημαντικότεροι διοικητικοί και πολιτιστικοί φορείς της πόλης μας. Ο Δήμος Πειραιά, ο οργανισμός άθλησης και νεολαίας (ΟΓΠΑΝ), το Δημοτικό Θέατρο, η δημοτική ραδιοφωνία Πειραιά (ΔΗΡΑΠ) και η Πολύμορφη. Σκοπός, το μήνυμα για ένα κόσμο καλύτερο, χωρίς βία, να φθάσει σε όσο το δυνατόν περισσότερους αποδέκτες. Επιλέξαμε το πλέον εμβληματικό και ιστορικό κτίριο της πόλης μας και στις 25 Νοεμβρίου, το φωτίσαμε πορτοκαλί. Η δυναμική της εικόνας αυτής, ενισχυμένη από τα μηνύματα του δημάρχου κ. Μώραλη, του προέδρου του ΟΓΠΑΝ κ. Βουράκη, του διευθυντή του θεάτρου κ. Γιουβανίδη, του διευθυντή της ΔΗΡΑΠ κ. Τζαφεράκου, της προέδρου της Πολύμορφης, κας Μαντά και φυσικά της προέδρου μας, κας Γκομούζα, μεταδόθηκε στη διάρκεια των 16 ημερών και ενισχύθηκε με video από τη θεατρική ομάδα της πολύμορφης στις 10 Δεκεμβρίου.

Αξιοποιήσαμε, σαν διαύλους επικοινωνίας, τηλεοπτικούς και ραδιοφωνικούς σταθμούς πανελληνίας εμβέλειας, όπως ο ΣΚΑΙ tv, ο art tv, ο ΣΚΑΙ 100.3, το κανάλι 1 του Πειραιά, ηλεκτρονικές και έντυπες εφημερίδες, όπως η φωνή των Πειραιωτών, καθώς και σελίδες και ομάδες στο Facebook και το Instagram.

Η ικανοποίησή μας μεγάλη, καθώς υπολογίζεται ότι η εκστρατεία μας είχε περίπου 1.500.000 αποδέκτες, γεγονός που μας κάνει να ελπίζουμε ότι συμβάλαμε και εμείς στο να γίνει ο κόσμος καλύτερος. Χωρίς βία και με ίσα δικαιώματα για τις γυναίκες.

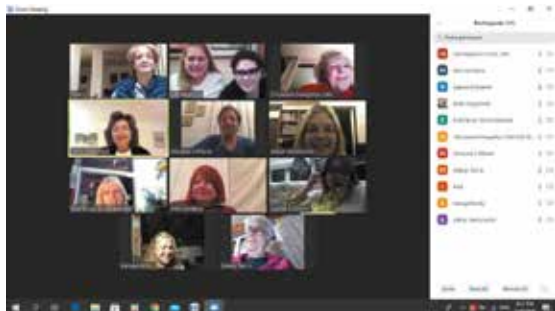
Ο Όμιλός μας στηρίζει το βιβλιοπωλείο των αστέγων. Τα μέλη του διοικητικού συμβουλίου Ευαγγελία Ρουγγέρη - Ανδρούλη και Χάρης Ρουγγέρη, παρέδωσαν 95 λογοτεχνικά βιβλία. Έπεται και συνέχεια...



Στις 12 Οκτωβρίου ο Όμιλός μας αποφάσισε η έναρξη της Σοροπτιμιστικής χρονιάς να γίνει δια ζώσης σε ανοιχτό χώρο τηρώντας τα μέτρα covid-19. Η Ολομέλεια αυτή ήταν εορταστική γιατί μαζί με την αλλαγή της Προεδρίας από την Ελένη Κυριακού - Κακκάβα στην Αμαλία Βαρότση - Ραγκούση, γιορτάστηκαν τα 32 χρόνια του Ομίλου, όπου κόπηκε και τούρτα και δόθηκε και σήμα στο δόκιμο μέλος, Μιμή Γρηγοριάδη.

Παράλληλα, αποφασίστηκαν τα διαδικαστικά για την διοργάνωση της Πανελληνίας Συνάντησης Προέδρων και Διευθυντριών Προγράμματος της ΣΕΕ, καθώς ο Όμιλός μας είχε ψηφιστεί να αναλάβει την διοργάνωσή της τον Νοέμβριο του 2020. Τηρώντας τα μέτρα για την πανδημία αποφασίστηκε:

- > Να μειωθεί το ποσό της οικονομικής υποχρέωσης των Ομίλων από 100 ευρώ σε 50.
- > Να αγοράσει συνδρομή στην πλατφόρμα zoom και να δημιουργήσει τις 3 «συναντήσεις».
- > Να αποσταλεί ταχυδρομικά το πρόγραμμα της συνάντησης καθώς και



3 αναμνηστικά δαχτυλίδια σεβαλιέ για την Πρόεδρο και τις Διευθύντριες Προγράμματος του κάθε Ομίλου.

> Την τελευταία μέρα της Συνάντησης να προσφερθεί Ομιλία από την Συγγραφέα - Ξεναγό, κα Άρτεμη Σκουμπουρδή, με θέμα «Ικνηλατώντας την Πλάκα».

> Τέλος αποφασίστηκε να αγοραστούν 60 μάσκες από την ΣΕΕ συμμετέχοντας στην δράση στο πλαίσιο των *Orange days*.

Στις 9 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε η πρώτη διαδικτυακή πια Ολομέλεια. Ανάμεσα στα θέματα αποφασίστηκε η δημιουργία προφίλ του Ομίλου μας στο Facebook και στο Instagram και η διαχείριση δόθηκε στο μέλος μας, Λίλα Ραγκούση - Βαρότση, ώστε να μπορέσουμε να εναρμονιστούμε με την εποχή και να έχουμε μεγαλύτερη εξωστρέφεια ως προς τις δράσεις μας.

Στις 14-15 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε η διαδικτυακή Πανελλήνια Συνάντηση Προέδρων και Διευθυντριών Προγράμματος της ΣΕΕ με μεγάλη επιτυχία.

Συμμετείχαμε στην καμπάνια *Orange days*, φωτίζοντας το εμβληματικό για τον Δήμο μας έργο «Ομπρέλες» του Ζογγολόπουλου. Αγοράσαμε και προσφέραμε την ειδική ζελατίνα στον Δήμο και σε συνεργασία με τον Δήμαρχο, κ. Γαλάνη, το έργο παρέμεινε φωτισμένο και τις 16 ημέρες. Παράλληλα, εκδόθηκε δελτίο τύπου το οποίο δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα «Έθνος» καθώς και στις τοπικές εφημερίδες.

Στις 28 Νοεμβρίου, το μέλος μας, Λίλα Ραγκούση - Βαρότση, συμμετείχε ως ομιλήτρια στην διαδικτυακή εκδήλωση της ΣΕΕ για την Βία κατά των Γυναικών, στο πλαίσιο των *Orange days*.

Στις 2 Δεκεμβρίου, η Πρόεδρος, Αμαλία Βαρότση - Ραγκούση, συμμετείχε στην διαδικτυακή εκδήλωση της Τοπικής Οργάνωσης της Νέας Δημοκρατίας σε συνεργασία με την Τοπική Κοινότητα του Δήμου Ψυχικού με θέμα «Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών», όπου παρουσίασε τον Σοροπτιμισμό και τις δράσεις του.

Στις 7 Δεκεμβρίου πραγματοποιήθηκε Ολομέλεια διαδικτυακή και στο τέλος το μέλος μας, Διονυσία Κωνσταντοπούλου πραγματοποίησε ομιλία με θέμα «Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντισμού».

Στις 10 Δεκεμβρίου, ο Όμιλος φωτογραφίστηκε, μέσω zoom, φορώντας τις πορτοκαλί μάσκες της ΣΕΕ, κλείνοντας το 16ήμερο των δράσεων *Orange days*.

Το ΔΣ του Ομίλου Ψυχικού αποφάσισε να καταθέσει το ποσό των 50 ευρώ στα Παδικά Χωριά SOS εις μνήμην του ιδρυτικού μέλους του Ομίλου μας, Μαίρης Νόμπελη, αντί στεφάνου.



Ο 1ος Σοροπτιμιστικός Όμιλος Βόλου με αυστηρή και πιστή τήρηση των κανόνων λόγω covid19, αλλά και τους περιορισμούς του lockdown προχώρησε σε πλήθος δράσεων, ενημερώσεων και ενεργειών το τελευταίο τρίμηνο με αποκορύφωμα τις εκδηλώσεις των *Orange days*.

Την Τετάρτη 15/10/2020 πραγματοποιήθηκε στο Ξενοδοχείο Park της πόλης μας η πρώτη ολομέλεια και ο καθιερωμένος αγιασμός. Στις 21/10/2020 τα μέλη του ομίλου μας ξεναγήθηκαν στο Μουσείο της Πόλης από την κα Μαρία Σπανού, πρόεδρο του Λυκείου Ελληνίδων, στην έκθεση με αφορμή το έργο του ζωγράφου Θεόφιλου, ενώ στις 25/10/2020 συμμετείχαμε στην εκδήλωση των μαθητών και γονέων του 12ου Δημοτικού Σχολείου Βόλου και την ανάβαση στο λόφο της Γορίτσας, με στόχο τη στήριξη του συλλόγου γονέων παιδιών με νεοπλασματικές ασθένειες ΦΛΟΓΑ Μαγνησίας και την πρόεδρό του και μέλος του ομίλου, κα Ντίνα Τριανταφύλλου.



Στο πλαίσιο των *Orange days* μαζί με το σοροπτιμιστικό όμιλο «Θέτις» και με τη συνεργασία του Οργανισμού Λιμένος Βόλου και του διευθύνοντος Συμβούλου του κ. Σωκράτη Αναγνώστου προχώρησαμε την Τετάρτη 25/11/2020 στη φωταγώγηση σε πορτοκαλί χρώμα τμήματος του λιμενοβραχίονα που είναι γνωστός ως «Κορδόνι». Την ίδια μέρα η πρόεδρος του ομίλου, Ροσσάνα Πώποτα, συμμετείχε σε δύο ραδιοφωνικές εκπομπές και η γραμματέας, Εύη Αποστολίδου, σε τηλεοπτική εκπομπή στο TRT με στόχο την επικοινωνία της συγκεκριμένης δράσης. Στις 16 ημέρες ακτιβισμού τοποθετήθηκαν αφίσες σε κεντρικά σημεία της πόλης όπως σε καταστήματα, στην Τράπεζα Ελλάδος, στο Δικαστικό Μέγαρο, ενώ πραγματοποιήθηκαν τρεις δημοσιεύσεις στον τοπικό τύπο από την Κίρκη Παπαδήμα, πρώην πρόεδρο για δύο δεκαετίες με θέμα «Covid 19- ο ρόλος των γυναικών στην αντιμετώπιση της κρίσης», την αντιπρόεδρο Λώρα Νασιάκα με θέμα «Εμφυλν Βία - Γνώση, Αφύπνιση, Ενδυνάμωση των Θυμάτων» και την αντιπρόεδρο, Χριστίνα - Μαρία Λαμπροπούλου, με θέμα «16 ημέρες ακτιβισμού 25/11 Ημέρα ενάντια στη Βία κατά των Γυναικών -19/12 Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και Διεθνούς Σοροπτιμισμού». Στις 28/11/2020 συμμετείχαμε ενεργά στη διαδικτυακή εκδήλωση της ΣΕΕ με θέμα «Οχι στη Βία κατά των Γυναικών» της οποίας ο συντονισμός έγινε από την πρόεδρο μας και δημοσιογράφο Ροσσάνα Πώποτα.

Το Σάββατο 19/12/2020 μέλη του Δ.Σ. του ομίλου μας συναντήθηκαν στο πάρκο των Αστεριών και τοποθέτησαν μπαλόνια κίτρινα και μπλε προκειμένου να γίνει ενημέρωση της τοπικής κοινωνίας για την ιστορία και προέλευση του έργου «Στη Μάνα» του γλύπτη Νίκου Ίκαρη και προσφορά του Σοροπτιμιστικού Ομίλου στην πόλη του Βόλου το έτος 1975. Το συγκεκριμένο άγαλμα αποτελεί και το κεντρικό θέμα του χριστουγεννιάτικου στολισμού του παραλιακού πάρκου και έχει αναδειχτεί με την όμορφη διαμόρφωση του χώρου που έγινε πρόσφατα από το Δήμο Βόλου.



Στις 7/10/2020 πραγματοποιήθηκε η πρώτη Ολομέλεια του Ομίλου Βόλου «ΘΕΤΙΣ» στο ξενοδοχείο PARK με μέτρα κοινωνικής προφύλαξης. Απόδοση τίτλου Επιτίμου μέλους στην Ελένη Λαζαρίδου που υπήρξε ιδρυτικό μέλος. Η νέα Πρόεδρος του Ομίλου, Ασημίνα Σέγκλια, ως ελάχιστη αναγνώριση της προσφοράς της στη Θέτιδα, της πρόσφερε εκ μέρους όλων, την καρφίτσα κόσμημα σε σχήμα σταγόνας δημιουργία της επίσης σοροπτιμίστριας ζωγράφου Βύλλης Μάκου του Ομίλου «Κηφισιά-Εκάλη».

Στις 21/10/20 Εκδήλωση ολοκλήρωσης του έργου «Φωτίζοντας τα βιβλία με τη γραφή μπράιγ» με τη διαδικτυακή παρουσία εκπροσώπου του Ιδρύματος Μποδοσάκη, για λογαριασμό του Προγράμματος Active Citizens Fund. Παράδοση στο ωφελούμενο Σωματείο «Μάγνητες Τυφλοί» 60 βιβλίων σε γραφή μπράιγ.

Δράσεις στο πλαίσιο της 16ήμερης εκστρατείας για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών (Orange days)

> 25/11/2020. Φωταγώγηση του λιμενοβραχίονα με πορτοκαλί χρώμα στην παραλία του Βόλου, σε συνεργασία των δύο Σοροπτιμιστικών Ομίλων, 1ου Βόλου και

«ΘΕΤΙΣ» Βόλου. Φωτογράφιση των μελών με πορτοκαλί μάσκες και άλλα πορτοκαλί αξεσουάρ. Συνεντεύξεις και άρθρα σε τοπικά ΜΜΕ (τηλεοράσεις, ραδιόφωνα, εφημερίδες και sites).

> 26 και 27/11/2020. Ενημέρωση των Δημοσίων υπαλλήλων της Περιφερειακής Ενότητας Μαγνησίας στο Βόλο και υπαλλήλων στο Δήμο Νοτίου Πηλίου σχετικά με τη βία κατά των γυναικών από μέλη του Σ.Ο. Βόλου «ΘΕΤΙΣ», με την τήρηση των προβλεπόμενων κανόνων ασφαλείας. Διανομή αφισών και ενημερωτικού υλικού με σχετικό περιεχόμενο.

> Η Αντιπρόεδρος Νένα Ζήση και τα μέλη Ελένη Βαΐου, Φωτεινή Κωστοπούλου και Μαρία Μπρουσοβάνα δάνεισαν τη φωνή τους και δημιουργήθηκε ένα τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό σποτ (και με αγγλικούς υπότιτλους) που λέει «ΟΧΙ στη Βία κατά των γυναικών»

Στις 7/12/2020 η Πρόεδρος του ομίλου μας, Ασημίνα Σέγκλια, η Αντιπρόεδρος, Νένα Ζήση, και η β' Αντιπρόεδρος, Γιάννα Οικονομίδου, έχοντας πάρει όλα τα μέτρα προστασίας, παρέδωσαν στην «Κουζίνα Αλληλεγγύης» της πόλης μας είδη πρώτης ανάγκης.

Αναγνωρίζοντας τις υπηρεσίες του Γηροκομείου στην κοινωνία του Βόλου, στις 14/12/2020 η πρόεδρος Ασημίνα Σέγκλια, η Ντόρα Σαμαρά - επιτροπή επέκτασης και η γραμματέας Κική Παπαευσταθίου, για λογαριασμό του ομίλου μας και θέλοντας να στηρίξουμε τους 107 φιλοξενούμενους (75 άνδρες, 32 γυναίκες) του Γηροκομείου Βόλου παραδώσαμε «είδη ανάγκης» για την κάλυψη μέρους των αναγκών του ιδρύματος.



ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ



Σ. Ο. Α' Θεσσαλονίκης

Ο Α' Σοροπτιμιστικός Όμιλος Θεσσαλονίκης, στα πλαίσια των δραστηριοτήτων του, συμμετείχε στις δύσκολες, λόγω πανδημίας κοινωνικές καταστάσεις, και ενεργοποιήθηκε κατά το δυνατόν στο κάλεσμα της Ένωσης για την επέτειο κατά της βίας των γυναικών.

> Κατ' αρχάς προσπάθησαν η πρόεδρος και τα μέλη του Ομίλου να διαμηνύσουν και να ευαισθητοποιήσουν και μέλη άλλων συνδέσμων της πόλης με ευαισθησία και συνεχές ενδιαφέρον για θέματα που αφορούν γυναικεία προβλήματα. Αυτό το πέτυχαν ενημερώνοντας διαδικτυακά τις προέδρους τους για την δράση που θα μπορούσαν να ακολουθήσουν.

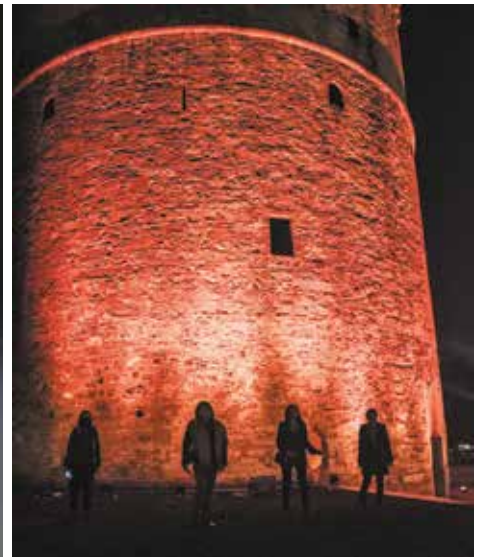
> Η δράση που συλλογικά αποφάσισαν τα μέλη του Α'

Σοροπτιμιστικού Ομίλου Θεσσαλονίκης ήταν η διαδικτυακή παρακολούθηση στις 25 Νοεμβρίου 2020 της θεατρικής παράστασης «Όλγα, μια κακοποιημένη γυναίκα» του ΔΗΠΕΘΕ Σερρών, υπό τη διοργάνωση του Κέντρου Πολιτισμού της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας, με σκοπό την οικονομική βοήθεια στον αναρτημένο στην πλατφόρμα τραπεζικό λογαριασμό του Ορθόδοξου Εκκλησιαστικού Ιδρύματος Κοινωνικών και Παιδαγωγικών Εφαρμογών «Ο Ευαγγελιστής Μάρκος», που διακονεί τον εκκλησιαστικό ξενώνα «Το Σπίτι της Μαρίας» για άγαμες κοπέλες που εγκυμονούν. Με την ανωτέρω εκδήλωση έστειλαν το μήνυμα κατά της βίας των γυναικών και παράλληλα με την ανωτέρω δράση του Ομίλου, συνέβαλαν στην γνωστοποίηση σε ευρύτερο επίπεδο του συγκεκριμένου ξενώνα, και την ένταξή του σε δίκτυο αλληλεγγύης.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ



Σ. Ο. Θεσσαλονίκης “Βυζάντιο”



Σε μια δύσκολη εποχή λόγω του Covid 19, ο Όμιλός μας, τηρώντας όλα τα μέτρα προστασίας, συμμετείχε στο 16ήμερο των **Orange days** με σκοπό την ενημέρωση των συμπολιτών μας για τη βία κατά των Γυναικών.

Γι' αυτόν τον λόγο:

> Επικοινωνήσαμε με τα τοπικά - εθνικά μέσα μαζικής ενημέρωσης (ΕΡΤ3, «Ράδιο Θεσσαλονίκη», sites κ.λπ.), προκειμένου να ενημερώσουμε με στοιχεία για τη βία κατά των Γυναικών.

> Η Διευθύντρια Προγράμματος του Ομίλου μας έδωσε συνέντευξη στον ραδιοφωνικό σταθμό «Ράδιο Θεσσαλονίκη», παρουσιάζοντας τα στοιχεία για τη βία κατά των Γυναικών.

> Παραδώσαμε πορτοκαλί κορδελάκια και μάσκες στις/ους δημοσιογράφους της ΕΡΤ3, προκειμένου να τα φορέσουν στις 25

Νοεμβρίου, Παγκόσμια Ημέρα Κατά της Βίας των Γυναικών.

> Δημοσιεύσαμε στα social media του Ομίλου μας, (Facebook & Instagram) στοιχεία από την πρώτη (1η) Ετήσια Έκθεση για την Βία Κατά των Γυναικών της Γενικής Γραμματείας Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων, αφιερωμένη στην Ελένη Τοπαλούδη.

> Στις 25 Νοεμβρίου φωταγωγήσαμε τον Λευκό Πύργο με χρώμα πορτοκαλί, υπενθυμίζοντας και ευαισθητοποιώντας τις/τους Θεσσαλονικιές/είς για το παγκόσμιο θέμα της Εξάλειψης της Βίας Κατά των Γυναικών.

> Με δεδομένο ότι Ολομέλειες κάτω από τις συνθήκες της πανδημίας είναι δύσκολο να πραγματοποιηθούν, πραγματοποιούμε διαδικτυακές ολομέλειες.



Φέτος ο όμιλός μας πήρε μια τιμητική διάκριση, στο πρόσωπο της Ελένης Παπαδημητρίου. Το Ευρωπαϊκό ταμείο των υποτροφιών έδωσε στην υποψήφια υπότροφο του ομίλου μας, το ποσό των τεσσαράμισι χιλιάδων ευρώ για τις μεταπτυχιακές της σπουδές στο Άμστερνταμ.

Τον μήνα Ιούνιο 2020 συμμετείχαμε στο πρόγραμμα «Μένουμε Ελλάδα», και «Ενισχύουμε την Ελληνική Οικονομία». Επισκεφθήκαμε τα καταστήματα των Πεύκων του Δήμου Νεάπολης - Συκεών και κρεμάσαμε στις προθήκες των καταστημάτων αφίσες, ώστε να προσελκύσουμε το κοινό να ψωνίζει ελληνικά προϊόντα, να κάνει τις διακοπές του στην Ελλάδα και να βοηθήσει έτσι στην άνοδο της Ελληνικής Οικονομίας.

Στις 7 Οκτωβρίου 2020 πραγματοποιήσαμε την πρώτη μας ολομέλεια στο ξενοδοχείο «Bahar». Καλωσορίσαμε την νέα Πρόεδρο της Ένωσης, Μερόπη Ορφανού, μέλος του Ομίλου μας, της ευχηθήκαμε θερμά συγχαρητήρια για την εκλογή της και καλή δύναμη στα νέα της καθήκοντα. Επίσης συγχαρήκαμε και την Καίτη Τάκου, Γραμματέα της Ένωσης.

Κατόπιν δώσαμε τα σήματα στα νέα μας μέλη, Ζιζή Αυγουστήδου και Κική Παπαδημητρίου και τις εντάξαμε στην Σοροπτιμιστική μας οικογένεια.

Λόγω των ειδικών συνθηκών που επικρατούν με την πανδημία, δεν μπορέσαμε να υποδεχτούμε τα νέα μας δόκιμα μέλη. Αυτά είναι οι: Αρχοντή Χριστίνα, Σιδηροπούλου Κλαίρη, Ταξίδου Σοφία, Ζούρου Βάγια, Καλογεροπούλου Αικατερίνη, Παρτσινεβέλου Σταματίνα, Σουζάννα Μαρτιροσιάν, Δέσποινα Μαστιχίδου, Άννα - Μαρία Μουζά.

Ο Όμιλος ξεκίνησε ένα έργο. Η Βοηθός Διευθύντρια Προγράμματος, Κική Παπαδημητρίου, προσέφερε στον Όμιλο μια σειρά παραμυθιών και αποφασίσαμε να τα εκδώσουμε. Τα παραμύθια αυτά θα τα δωρίσουμε στις βιβλιοθήκες ακριτικών χωριών, ορφανοτροφείων, παιδικών χωριών και όπου αλλού μας ζητηθεί.

Συνεχίζουμε το πρόγραμμα για την γυναίκα της υπαίθρου, σε συνεργασία με το «Εργάνη».

Ξεκινάμε ένα πρόγραμμα στον τομέα του Περιβάλλοντος, για το μηδενικό αποτύπωμα και την αειφόρο ανάπτυξη, σε συνεργασία με την Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης.





Την Τετάρτη 25 Νοεμβρίου, συμμετέχοντας στο πρόγραμμα της καμπάνιας *Orange days*, παγκόσμια ημέρα εορτασμού για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών, ο όμιλός μας προέβη στις εξής δράσεις:

> Σε συνεργασία με τον δήμο Πυλαίας - Χορτιάτη φωταγωγήθηκε το κτίριο του δήμου με πορτοκαλί χρώμα παρουσία της κας Ρέας Λουφάκη, αντιπροέδρου της ΣΕΕ και μέλος του ομίλου μας, της κας Αγάπης Καϊτεζίδου, μέλος και σύζυγος του Δημάρχου και της Αντιδημάρχου Πολιτισμού Αθλητισμού και Νεολαίας, κας Βασιλικής Κανέλλου, εκ μέρους του δήμου.

> Το πρωί της 25ης Νοεμβρίου παραδόθηκαν πορτοκαλί φιογκάκια στις εργαζόμενες στο supermarket Μασούτης Πανοράματος, με την παρουσία του υπευθύνου των καταστημάτων Μασούτης κας Ν. Καρακολέτση και τριών μελών του ομίλου μας της κας Ρέας Λουφάκη, Αντιπροέδρου ΣΕΕ, της κας Δέσποινας Αμαραντίδου, Αντιπροέδρου του ομίλου μας και της κας Μαρσώς Σπανοπούλου, κόρη μέλους του ομίλου μας.

> Την επόμενη ημέρα έγινε ανάρτηση στο site του Δημαρχείου των δράσεών μας καθώς και ανάρτηση της αφίσσας με θέμα «ΟΧΙ ΣΤΗΝ ΒΙΑ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ».

ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ

Σ. Ο. Καβάλας

Μένουμε σπίτι αλλά μένουμε ασφαλείς και ενωμένες!

Ο εγκλεισμός και η απομόνωση αντιστρατεύεται την ανθρώπινη φύση και δημιουργεί μία σειρά από κοινωνικά, οικονομικά, σωματικά και ψυχολογικά προβλήματα.

Ειδικά σ' αυτή τη δεύτερη περίοδο κοινωνικής απομόνωσης, όλες είμαστε πιο κουρασμένες με κίνδυνο να μείνουμε περισσότερο αδρανείς και να μας «πάρει από κάτω». Ας ανακαλύψουμε μία σειρά από απλά πράγματα προκειμένου να μείνουμε ασφαλείς μεν αλλά ήρεμες, δημιουργικές και αισιόδοξες επίσης.

Ενημερώνομαι από πηγές που θεωρώ και έχω τσεκάρει ως έγκυρες μία φορά την ημέρα. Αυτό με προφυλάσσει από τον πανικό, την μεγαλοποίηση και τις ψευδείς ειδήσεις.

Διαβάζω βιβλία που με ενθουσιασμό αγόρασα κάποια στιγμή στο παρελθόν με την ευκαιρία μίας έκθεσης, μιας βιβλιοπαρουσίασης αλλά μέχρι τώρα μένουν ξεχασμένα στη βιβλιοθήκη. Στην περίπτωση που έχουν εξαντληθεί στην προηγούμενη καραντίνα καταφεύγω σε ηλεκτρονικά, παραγγέλνω διαδικτυακά ή ανακαλύπτω τα ηχητικά βιβλία.

Πολλές από εμάς έχουμε ένα ταλέντο. Ακόμη και αν έχουμε χρόνια να ασχοληθούμε με αυτό, δεν είναι μόνο το ποδήλατο που δεν ξεχνιέται. Η δημιουργία είναι ευχάριστη και ψυχοθεραπευτική.

Κρατώ επαφή με φίλες και φίλους. Θα ήταν καλύτερα να τους έχω κοντά μου αλλά ευτυχώς με την τεχνολογία μπορώ να τους δω, να τους ακούσω, να μοιραστώ τις σκέψεις μου και τα συναισθήματά μου και να ακούσω τις δικές τους...

Ασχολούμαι με το σώμα μου όσο μπορώ και όσο επιτρέπουν οι συνθήκες. Μία μάσκα προσώπου ας πούμε ή λίγες ασκήσεις διατάσεων με βοηθούν να μείνω σε φόρμα και σε καλή διάθεση.

Αν η δουλειά μου το επιτρέπει, την ασκώ ή την προβάλλω διαδικτυακά. Αν κάτι τέτοιο δεν είναι εφικτό ενημερώνομαι για τις νέες τάσεις, για τυχόν οικονομικές εξελίξεις γύρω απ' αυτή (επιδόματα, ενισχύσεις) και σχεδιάζω πλάνα για την μετά-καραντίνα εποχή.

Αν παρόλα αυτά αδυνατώ να νοιώσω ήρεμη ή να απαλλαγώ από



άσχημες σκέψεις υπάρχουν συμβουλευτικές γραμμές ψυχολογικής υποστήριξης που μπορώ να απευθύνομαι (πχ. η γραμμή 1018).

Δεν κάνω το λάθος να καταφύγω στο υπερβολικό φαγητό, ποτό ή το κάπνισμα. Καμία εξάρτηση δεν απελευθερώνει και κρατώ μέτρο ή αποστάσεις.

Τέλος φροντίζω και συναισθάνομαι τα μέλη της οικογένειάς μου που συγκατοικούν μαζί μου. Συζητώ μαζί τους, προσπαθώ να κάνουμε από κοινού δραστηριότητες (επιτραπέζια παιχνίδια, μαγειρική κ.λπ.). Με ενσυναίσθηση και κατανόηση δικαιολογώ τις «κακές» στιγμές τους. Για κανέναν μας δεν είναι εύκολη η κατάσταση αυτή του εγκλεισμού.

Δεν επιτρέπω όμως συμπεριφορές που ξεφεύγουν και αν, ακόμη χειρότερα, προϋπάρχοντα προβλήματα εξωθούν τους οικείους μου σε βίαιες ή ανάρμοστες συμπεριφορές, απευθύνομαι στις αρμόδιες δομές ή τις γραμμές βοήθειας που ασχολούνται με την ενδοοικογενειακή βία (όπως η γραμμή 15900).

Και στην καραντίνα η κάθε μία από μας, πρώτα εκείνη θα παλέψει για τη ζωή της, αλλά καμιά δεν πρέπει να μένει ή να νοιώθει μόνη. Κι αυτό θα περάσει...

της Ζωής Χατζηγεωργίου, Δόκιμου μέλους του Ομίλου Καβάλας

ΔΡΑΣΕΙΣ
ΟΜΙΛΩΝ

Σ. Ο. Κέρκυρας



10 Οκτωβρίου 2020: Ξεκίνησε η νέα χρονιά με λειτουργία στον Ι.Ν. της Αγίας Παρασκευής και ακολούθησε επίσκεψή μας στο ανακαινισμένο αρχαιολογικό μουσείο όπου ξεναγηθήκαμε από την Προϊσταμένη Εφορίας Αρχαιοτήτων Κέρκυρας, κα Δ. Ρηγάκου. Η μέρα μας τελείωσε με καφέ στον κήπο του ξενοδοχείου Corfu Palace.

24 Οκτωβρίου 2020: τα μέλη του ομίλου μας μοίρασαν κάρτες αυτοεξέτασης μαστού, (δημιουργία της ιατρού κυτταρολόγου Νίκης Αγκνάντη) σε κεντρικό σημείο της πόλης μας.

6 Νοεμβρίου 2020: Στην δεύτερη ολομέλεια του έτους πήραν το σήμα τους δύο νέα μέλη, η Μαριλίου Δολιανίτη και η Ειρήνη Α. Λαβράνου.

16ήμερο ακτιβιστικών δράσεων:

Στις 25.11.2020 έγινε η έναρξη ηλεκτροφωτισμού του Παλαιού Δημαρχείου (San Giacomo), με φωτογράφιση μελών μας με πορτοκαλί στοιχεία (μάσκες, κονκάρδες, κορδέλες). Ο Δήμος Κεντρικής Κέρκυρας ανέλαβε τα έξοδα φωτισμού. Παρευρέθηκαν η Δήμαρχος, κα Μερόπη Υδραίου, η Αντιδήμαρχος Πολιτισμού, κα Χρυσούλα Τόμπρου και η Αντιδήμαρχος Ευρωπαϊκών προγραμμάτων, κα Παναγιώτα Τζάννε. Έγινε επαναπροβολή του spot και στους δύο τοπικούς, τηλεοπτικούς σταθμούς (Corfu και Start). Το μεσημέρι της ίδιας μέρας παραχώρησε τηλεφωνική συνέντευξη στο Start η Δ.Π. και Ε.Π., Χριστίνα Χαϊδόγλου.

Τέλος, τοποθετήθηκαν αφίσες σε κεντρικά σημεία της πόλης.



ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ



Σ. Ο. Κομοτηνής “Αρμονία”



Στα πλαίσια των **Orange days**, τα μέλη του Ομίλου μας κατασκεύασαν πορτοκαλί φιογκάκια ακολουθώντας το παράδειγμα της ΣΕΕ και τα μοιράσαμε σε φαρμακοποιούς της πόλης μας και σε πωλήτριες φούρνων, super markets, οπωροπωλείων, παντοπωλείων για να τα φορούν στο πέτο τους κατά την 16ήμερη καμπάνια μας, εξηγώντας ποιες είμαστε και την καμπάνια που τρέχουμε.

Δημιουργήσαμε δύο videos για την εξάλειψη της έμφυλης βίας, εκ των οποίων το ένα έγινε σε συνεργασία με τον Όμιλο Ξάνθης.

Τα videos ανέβηκαν σε κανάλι youtube του Ομίλου Ξάνθης και σε facebook. Τα videos δημιουργήθηκαν από το μέλος του Ομίλου μας και Governor 2020 - 2022 Μαρία - Ευρυδίκη Γκράτζιου. Ο Όμιλος δέχτηκε συγχαρητήρια από πολλές γυναικείες οργανώσεις και το ΚΕΣΟ - Ίδρυμα της Αρχιεπισκοπής Αθηνών φιλοξένησε το video μας στο site και το facebook του.

Φωταγωγήθηκε το παλιό κτήριο του δημοτικού θεάτρου.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΟΜΙΛΩΝ



Σ. Ο. Ηρακλείου “Αρετούσα”

Εν μέσω πανδημίας Covid19 ο Όμιλος κατέβαλε μεγάλες προσπάθειες υλοποίησης έστω και μέρους των προγραμματισμένων δράσεων, προσαρμόζοντάς τις στις τρέχουσες συνθήκες με ευρεία χρήση του διαδικτύου και των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης.

30 χρόνια από την ίδρυσή του Ομίλου μας [15.09.1990]
Ο Όμιλός μας φέτος γιόρτασε την επέτειο με ποικίλες δράσεις.

Στις 5 Οκτωβρίου 2020, σε πανηγυρική ατμόσφαιρα, συνδυάσαμε τον εορτασμό των γενεθλίων μας με την πρώτη Ολομέλεια της σοροπτιμιστικής διετίας 2020 - 2022 και την αλλαγή σκυτάλης στον Όμιλο. Στην όμορφη εορταστική βραδιά που οργανώθηκε σε αίθριο ξενοδοχείο της πόλης μας με όλα τα μέτρα που επιβάλλουν οι υγειονομικές συνθήκες, η απερχόμενη Πρόεδρος, Γεωργία Αθουσάκη καλωσόρισε τη νέα Πρόεδρο, Ελένη Μπρεδάκη - Μαρινέλλη και το νέο Δ.Σ. και έγινε εισδοχή νέου μέλους. Παράλληλα δόθηκαν Δελτία Τύπου με συνοπτική αναφορά στο πλούσιο έργο του Ομίλου αυτήν

την τριακονταετία. Ενδεικτικά μπορούμε να αναφέρουμε τις δράσεις υποστήριξης των ανάπηρων αθλητών της πόλης μας για τη συμμετοχή τους στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του 2004, τη διενέργεια προγραμμάτων προστασίας του Περιβάλλοντος σε συνεργασία με τη HELMEPA και το ΙΘΑΒΙΚ, την οργάνωση εκδηλώσεων προληπτικής ιατρικής σε αγροτικές περιοχές του Νομού Ηρακλείου, τις πολιτισμικές ανταλλαγές με τους ελληνοφώνους της Κάτω Ιταλίας, την προώθηση της πολιτιστικής κληρονομιάς, την υποστήριξη διαφόρων φιλανθρωπικών ιδρυμάτων, τη συμμετοχή σε προγράμματα κατά του Trafficking των γυναικών, κ.ά.

Τα τελευταία χρόνια ο Όμιλος επικεντρώθηκε σε δραστηριότητες για την μέριμνα για το παιδί με κορωνίδα την στήριξη της ίδρυσης και





λειτουργίας του Παιδικού Χωριού SOS Κρήτης αλλά και σε δράσεις για την υποστήριξη της γυναίκας, όπως το μηνιαίο επιμορφωτικό πρόγραμμα για «Γυναίκες 65+, ...αεί διδασκόμενες»

Στις 24/10/2020, ο Όμιλός μας συμμετείχε στην ακτιβιστική δράση του Ομίλου Εθελοντών κατά του καρκίνου Αγκαλιά-ζω, με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας πρόληψης του καρκίνου του μαστού.

Πολύ σημαντικές ήταν οι προγραμματισμένες επισκέψεις από 29.10 έως 4.11.20, που πραγματοποίησε η Πρόεδρος με το Δ.Σ. στις Αρχές του τόπου μας, στους οποίους επιδώσαμε επιστολή με ενημερωτικά στοιχεία για τον Σοροπτιισμό και τον Όμιλό μας και προτείναμε διάφορα προγράμματα με τη συνεργασία τους. Η ανταπόκρισή τους ήταν εξαιρετικά ένθερμη, αλλά δυστυχώς ο ρυθμός ανακόπηκε λόγω των απαγορευτικών διατάξεων του lock down.

Στις 19.11.2020, ο Όμιλος δια της Προέδρου του συμμετείχε στη συνεδρίαση της Δημοτικής Επιτροπής Ισότητας (Δ.ΕΠ.ΙΣ), του Δήμου Ηρακλείου, όπου και ανέπτυξε το πανευρωπαϊκό σοροπτιμιστικό Πρόγραμμα των *Orange days*.

Ο Όμιλός μας συμμετείχε ενεργά στις 16ήμερες δράσεις των *Orange days*, από 25.11 έως 10.12.20, για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, σε στενή συνεργασία με την Περιφέρεια Κρήτης και το Δήμο Ηρακλείου. Στο πλαίσιο αυτών των δραστηριοτήτων ετοιμάσαμε πορτοκαλί φιογκάκια με τυπωμένο το όνομα και το λογότυπο του Ομίλου και έντυπο υλικό, αλλά η διανομή

τους αναβλήθηκε, όπως ήταν επιβεβλημένο, μαζί και με άλλες δράσεις που είχαμε προγραμματίσει αλλά απαιτούσαν συμμετοχή κοινού. Στις 25.11.2020, Παγκόσμια Ημέρα για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών, φωτίστηκαν σε χρώμα πορτοκαλί το κτίριο της Περιφέρειας Κρήτης και του Δημαρχείου Ηρακλείου κατόπιν γραπτού αιτήματος του Ομίλου μας, ενώ στις 26.11.20 παρακολούθησαμε διαδικτυακή Ημερίδα του Δήμου Ηρακλείου για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών. Τέλος, στις 10.12.20, ο Όμιλός μας δια της Προέδρου παρουσίασε εισήγηση με τίτλο «Τα γυναικεία δικαιώματα είναι τα ανθρώπινα δικαιώματα», στη διαδικτυακή Ημερίδα που οργάνωσε η Περιφέρεια για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα. Παράλληλα υπήρξε έντονη δραστηριότητα με δημοσιεύσεις στα ΜΜΕ και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Στις 23.12.20, τα μέλη του Ομίλου μας ανταλλάξαμε διαδικτυακά τις εορταστικές ευχές μας, με τη συμμετοχή της Προέδρου της Ένωσης Μερόπης Ορφανού και με προσκεκλημένες την Πρόεδρο και μέλη του Σοροπτιμιστικού Ομίλου Ρεθύμνου και τη φίλη σοροπτιμίστρια Lydia Isola από τον Όμιλο Murau Αυστρίας.

Στις 30.12.20, μετείχαμε σε διαδικτυακή εκδήλωση της Περιφέρειας Κρήτης με θέμα «Μια αγκαλιά για τα παιδιά».

Ο Όμιλός μας καταβάλλει μεγάλη προσπάθεια και πραγματοποιεί διαδικτυακές συναντήσεις τόσο για το Δ.Σ. όσο και για τις Ολομέλειες, αλλά περιμένει με ανυπομονησία τη μέρα εκείνη που θα μπορέσουμε με χαρά να συναντηθούμε από κοντά.



Σε συνεργασία με την Αντιπεριφέρεια της πόλης μας γυρίστηκε ντοκιμαντέρ με θέμα την 28η Οκτωβρίου 1940. Η συνεργασία αυτή έγινε με αίτημα της Αντιπεριφέρειας, σκηνές γυρίστηκαν στο σπίτι της προέδρου και μελών του Ομίλου μας. Το δε σενάριο και σκηνοθεσία ήταν της δημοσιογράφου κας Εύας Λαδιά.

Η ΧΕΝ της πόλης μας κυκλοφόρησε έντυπο με θέμα «Ιστορικός περίπατος στο Ρέθυμνο των σπουδαίων γυναικών» όπου περιλαμβάνεται και ο όμιλός μας.

Η σοροπτιμίστρια Κατερίνα Δουλγεράκη έραψε και προσέφερε μάσκες στο νηπιαγωγείο της Πηγής (χωρίς λίγο έξω από την πόλη μας).





Το μέλος μας Μαρία Πασιαδοπούλου κατασκεύασε πορτοκαλί φιογκάκια ακολουθώντας το παράδειγμα της ΣΕΕ και τα μοιράσαμε σε φαρμακοποιούς της πόλης μας και σε πωλήτριες καταστημάτων τροφίμων για να τα φορούν στο πέτο τους κατά την 16ήμερη καμπάνια μας, εξηγώντας τους ποιες είμαστε και την καμπάνια που τρέχουμε.

Το μέλος μας Αλίκη Τοντικίδου χάρισε στα μέλη του Ομίλου μας καθώς και στα μέλη των όμορων ΣΙ Ομίλων Κομοτηνής και Καβάλας από μια τσάντα για ψώνια σε κόκκινο - πορτοκαλί χρώμα για να μας υπενθυμίζει ότι πάντα πρέπει να είμαστε alert για την εξάλειψη της βίας εναντίον των γυναικών. Η Αλίκη χάρισε επίσης τσάντες στα σοροππιστικά χρώματα στις ασθενείς της και στις ιατρούς και νοσοκόμες του ΓΝ Ξάνθης ως ευχαριστώ για τις υπηρεσίες που

προσφέρουν στον αγώνα για την καταπολέμηση του COVID-19.

Φωταγωγίσαμε με πορτοκαλί φωτισμό το Δημαρχείο Ξάνθης που βρίσκεται στην κεντρική πλατεία της πόλης καθώς και το παραδοσιακό κτήριο του Ιστορικού και Λαογραφικού Μουσείου.

Δημιουργήσαμε δύο videos για την εξάλειψη της έμφυλης βίας, εκ των οποίων το ένα έγινε σε συνεργασία με τον Όμιλο Κομοτηνής, ως μέρος της 16ήμερης καμπάνιας μας. Τα videos ανέβηκαν σε κανάλι youtube του Ομίλου και σε FB. Το video της Ξάνθης έγινε από την Διευθύντρια Προγράμματος του Ομίλου Σοφία Καρακού και την Μαρία Γκράτζου, το video Κομοτηνής- Ξάνθης από την Μαρία Γκράτζου.



Οκτώβριος:

> Πρώτη Ολομέλεια ως νέο ΔΣ με όρεξη και όραμα.
> Συμμετοχή μας με φωτογραφία με ροζ μπλουζάκια στη διαδικτυακή καμπάνια για τον καρκίνο μαστού από το Άλμα Ζωής Πάτρας.

Νοέμβριος:

> Δράσεις μας στο πλαίσιο της καμπάνιας Orange Days: φωτισμός κτιρίου της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας, (υποστήριξη από Πρόεδρο Περιφερειακού Συμβουλίου, κ. Παπαδόπουλο και Αντιπεριφερειάρχη

Υγείας, κ. Μπονάνο), παραγωγή ολιγόλεπτου video (Ευτυχίας Μπάρλου) με το μήνυμα «Όχι στη βία κατά των γυναικών», κατασκευή και διανομή 100 πορτοκαλί φιογκάκια, επικοινωνία με δομές υποστήριξης για μελλοντικές δράσεις.

> Συμμετοχή σε διαδικτυακές ενημερωτικές εκδηλώσεις (Μίνα Ταγκαλάκη, Διευθύντρια προγράμματος Ομίλου).

Δεκέμβριος:

> Διαδικτυακή εκδήλωση με 11 ομιλήτες, με θέμα «Η ευφυΐα της προσαρμοστικότητας», στο πλαίσιο του ετήσιου πολυσυνεδρίου





Forum Ανάπτυξης που οργανώνει η Πατρινή εβδομαδιαία εφημερίδα ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ Επιχειρήσεων. Ομιλητές: Χρήστος Γιανναράς, Ομότιμος Καθηγητής Φιλοσοφίας του Παντείου Πανεπιστημίου Αθηνών, Εβελίνα Μπάκιντα, Σύμβουλος Επιχειρήσεων σε θέματα Marketing και Ανάπτυξης, Ιδρύτρια Chic Greek Gifts, μέλος Σοροπτιμιστικού Ομίλου Ηρακλείου «ΑΡΕΤΟΥΣΑ», Δημήτριος Δρογίδης, Διδάκτορας Ιστορίας του Πανεπιστημίου της Σορβόνης, Συγγραφέας (Θεσσαλονίκη), Χριστίνα Γαρίδη, ιδρύτρια Eudaimonia coaching, (Λονδίνο), Αναστασοπούλου Χαρίκλεια, MSc Λογοπαθολόγος SLP/SLT, Medical Wellbeing executive coach (EMCC), Σάντρα Σαββανή, εκπαιδευτικός φιλόλογος & θεολόγος, Αρχιμανδρίτης Ίωνας Μούρτος, από την ορθόδοξη εκκλησία της Ταιβάν (Ασία), Τάκης Παπαδόπουλος, δικηγόρος, πρόεδρος Περιφερειακού Συμβουλίου Δυτικής Ελλάδος. Την εκδήλωση παρακολούθησε και έκλεισε με χαιρετισμό η πρόεδρος της Ένωσης, Μερόπη Ορφανού από τη Θεσσαλονίκη, ενώ τη θεματική προσέγγιση και το συντονισμό της διαδικτυακής εκδήλωσης διεκπεραίωσε η Ελένη Γκέκα, οικονομολόγος (πρόεδρος Ομίλου 1.10.2020 - 30.9.2022)

> Επίσκεψη στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Ρίου, ως ένδειξη εκτίμησης και αναγνώρισης στις Νοσηλεύτριες της μονάδας covid (συντονισμός Χαρά Αναστασοπούλου), προσφέροντας χειροποίητα Χριστουγεννιάτικα αναμνηστικά (Γεωργίας Μαντέλη) και γλυκίσματα (Παυλίνα Μπαρτζίλα).

> Προσφορά τροφίμων στην Πατρινή εθελοντική Ομάδα Φωτεινό Αστέρι (συντονισμός Γωγώ Μοσχονά, Άννα Καλλιόφα), προσφορά παιδικά γάλατα στους Γιατρούς του κόσμου (Λίλιαν Παντελή - Χριστοπούλου).

Ιανουάριος:

> Διαδικτυακή κοπή βασιλόπιτας από το πάντα φιλόξενο ξενοδοχείο ΑΣΤΗΡ της οικογένειας Μεντζελοπούλου με τη συμμετοχή εκπροσώπων τοπικών φορέων και μελών της Πανελληνίας Σοροπτιμιστικής οικογένειας. Τυχερή της πίτας η Γεωργία Κηπουργού, με το βιβλίο - προσφορά της συγγραφέως Βαρβάρας Ασημακοπούλου «Εσωτερική χειραφέτηση».



Στις 7 - 8 Νοεμβρίου, η πρόεδρος και η Δ/Π συμμετείχαν στην ετήσια συνάντηση Προέδρων και Διευθυντριών Προγραμμάτων μέσω τηλεδιάσκεψης.

Στις 25 Νοεμβρίου, πραγματοποιήθηκε διανομή έντυπου υλικού και αφισών σε δημόσια κτίρια του πόλης. Επιπλέον, δημοσιοποιήθηκε φωτογραφικό υλικό με μέλη του Ομίλου να δηλώνουν ΟΧΙ στη βία κατά των γυναικών σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Συμμετείχαμε στις εκδηλώσεις της Ένωσης, του Ομίλου «Κηφισιά-Εκάλη» και του Ομίλου «Ανατολικός» που έγιναν μέσω τηλεδιάσκεψης με αφορμή την 16ημερη πορτοκαλί καμπάνια

Στις 19 Δεκεμβρίου στα πλαίσια Καλής Θέλησης, επισκεφτήκαμε το Γηροκομείο Χαλκίδας και προσφέραμε ένα γεύμα και φρούτα για τους τρόφιμους μαζί με τις ευχές μας για Καλά Χριστούγεννα με Υγεία.



Μια Καλή μέρα, μια Κακή μέρα

ΕΒΕΛΥΝ ΜΠΑΚΙΝΤΑ

Επιχειρηματίας, Marketing MSc,
Branding expert, Founder Chic Greek Gifts
Μέλος Σοροπτιμιστικού Ομίλου Ηρακλείου «Αρετούσα»

Καλωσόρισες 2021 (στο καλό να πας 2020, ουφ!)

Η θεραπεία της ψυχής είναι πολύ μεγάλο πράγμα σιγοτραγουδούσα όταν είδα το ημερολόγιο του 2021 της κλινικής Άγιος Χαράλαμπος με τίτλο «μια Καλή μέρα, μια Κακή μέρα». Η φροντίδα της ψυχικής υγείας εκεί περνάει και μέσα από την τέχνη. Η κάθε ζωγραφιά στο ημερολόγιο αποτελεί μία κατάθεση ψυχής, όπου ο καλλιτέχνης/ασθενής αποτυπώνει τα συναισθήματά του και τα επικοινωνεί στους υπόλοιπους κερδίζοντας την «σπάνια απόλαυση και ηρεμία που προσφέρει στον οιονδήποτε ασθενή επιθυμεί να συμμετάσχει σε κάθε είδος και μορφή εργοθεραπείας, για την τέρψη τόσο του ίδιου, όσο και ενός περιβάλλοντος που σπεύδει να επαινέσει την προσπάθειά του».

Μια Καλή μέρα, μια Κακή μέρα

Πώς μοιάζει σήμερα μια καλή μέρα και πώς μια κακή μέρα για όλους εμάς; Αποκλείεται να μη σας έχει συμβεί... Κατά το «η καλή μέρα από το πρωί φαίνεται», υπάρχουν μέρες που όλα δείχνουν από το πρωί να πηγαινούν στραβά. Και δεν εννοώ just having a «bad hair day». Παρ' όλα αυτά, προσπαθούμε να πάμε παρακάτω χωρίς να επηρεαστούμε. Όμως οι αναποδιές συνεχίζονται ή είναι τόσο έντονες που πια νιώθουμε πως έχουν κυριεύσει τη μέρα και τη διάθεσή μας.

Χρώματα και πινέλα

Η αποτύπωση των εμπειριών των ασθενών μέσα από την εικαστική δημιουργία μας εκφράζει όλους, στους δύσκολους καιρούς που ζούμε και επιχειρούμε. Τι χρώματα θα διαλέγαμε εμείς για να περιγράψουμε τις καλές και τις κακές μέρες μας; Η υγεία μας έχει έρθει σε πρώτο πλάνο και η ανησυχία όλων για τους αγαπημένους μας αναθεωρεί τις προτεραιότητές μας. Όλη μέρα σε μια οθόνη, ακούμε και διαβάζουμε για τα κρούσματα του ιού και τον κλυδωνισμό της παγκόσμιας οικονομίας. Έχουμε όλοι μας ανάμικτα αισθήματα, επιβίωσης, ανασφάλειας, φόβου αλλά και ελπίδας. Με τα χρώματα και τα σχήματα, ας προσπαθήσουμε να πετύχουμε την πολυπόθητη ένωση με την ελπίδα. Όπως έγραψε και ο Νίκος Καζαντζάκης «έχεις τα πινέλα, έχεις τα χρώματα, ζωγράφισε τον παράδεισο και μπες μέσα».

Κι αυτό θα περάσει είπαμε. Κι ήρθε η ώρα του. Στο καλό 2020. Επιλέγω σε πείσμα των καιρών να ζωγραφίσω το 2021 με τα χρώματα του ουράνιου τόξου. Διαλέγω να πυροδοτήσω ένα αισιόδοξο συναίσθημα με πράσινα και κίτρινα χρώματα. Προτιμώ να ξεκουραστώ από τις έγνοιες με τις αποχρώσεις του μπλε. Αυξάνω το αίσθημα του ρομαντισμού με το κόκκινο. Παίρνω ένα μολύβι και κάνω γραμμές, γράφω λέξεις, σχεδιάζω ό,τι μου έρχεται στο μυαλό και σας διαβεβαιώ δεν είμαι από αυτούς που «πιάνει το χέρι τους». Θέλω όμως διακαώς, ο εγκέφαλός μου να αρχίσει να λειτουργεί αλλιώς: αισιόδοξα. Να εστιάσει σε αυτή τη σύνθετη κατά βάθος λειτουργία και τα αρνητικά συναισθήματα να υποχωρήσουν και να δώσουν χώρο στα θετικά. Ναι, έτσι απλά! «After all tomorrow is another day!» Ξεστόμισε η Scarlet ο' Hara στο θρυλικό «Όσα παίρνει ο άνεμος».

Η χαρά της ζωής και της δημιουργίας

Έτσι θέλω να είναι το 2021. Με κάμποσες κακές (ε, ναι, δεκτόν!) και πάμπολλες καλές μέρες. Με χρώματα και μουσική. Να διεγείρουν τα συναισθήματα και να «αφυπνίζουν» τις αισθήσεις. Και με αμέτρητα New Year's Resolutions που θα οδηγήσουν σε αποτυχίες και επιτυχίες, σε Κακές και Καλές μέρες! Κι αυτή είναι η χαρά της ζωής και της δημιουργίας.



Η Σπουδαιότητα της Ελληνικής Γλώσσας και η συνέχειά της από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα

ΠΕΓΚΥ ΞΑΝΘΑΚΗ - ΜΠΑΛΑΜΠΙΝΗ

Συγγραφέας - Φιλολόγος
Πρόεδρος Σοροπτιμιστικού Ομίλου
Παλαιού Φαλήρου



Η γλώσσα μας αποτελεί το δομικό στοιχείο της παράδοσής μας. Συμπεριέχεται με την ιστορία μας και πάνω στη γλώσσα στηρίζεται η ταυτότητα μας και τα πολιτιστικά μας στοιχεία. Θα πρέπει να τονίζεται η σπουδαιότητα της ελληνικής γλώσσας, η συνέχεια της μακρόχρονης ζωής της έως τη σημερινή εποχή και η ελληνική καταγωγή όλων των άλλων γλωσσών, ιδίως των γλωσσών της Ευρώπης. Όλοι σχεδόν οι επιστημονικοί όροι όπως της ιατρικής, της αστρονομίας, της φυσικής κ.λπ. είναι ελληνικοί ή έχουν ρίζα ελληνική. Όλες σχεδόν οι παγκόσμιες γλώσσες χρησιμοποιούν στο λεξιλόγιό τους ελληνικές λέξεις. Η Αγγλική πχ χρησιμοποιεί πάνω από 50.000 λέξεις ελληνικής προέλευσης πχ: **Αλφάβητο -Alphabet, Πρόγραμμα -programme κ.ά..**

Εδώ πρέπει να αναφέρω το γλωσσικό άθλο του κυρίου Ζολώτα που ήταν ο λόγος που εκφώνησε στους συνέδρους της **Διεθνούς Τράπεζας Ανασυγκρότησης και Ανάπτυξης**. Υποτίθεται ότι η γλώσσα του λόγου ήταν η Αγγλική. Κατ' ουσίαν όμως με την αφαίρεση λίγων συνδέσμων άρθρων και προθέσεων η γλώσσα είναι ελληνική.

Δεν πρέπει να αδιαφορούμε και να εφησυχάζουμε, η γλώσσα μας κινδυνεύει, πολεμιέται, κουρσεύεται από παντού. Θα πρέπει πάντα να θυμόμαστε ότι:

«αν θέλεις να καταστρέψεις ένα έθνος, αφάνισε τη γλώσσα του».

Στα σχολεία μας δεν διδάσκεται όπως πρέπει και όσο πρέπει. Δημιουργείται μια λεξιπενία και μια τάση να χρησιμοποιούνται ξένες λέξεις. Η λεξιπενία προκαλεί νωθρότητα στο νου, αφού ο νους δεν δουλεύει, δεν ενεργοποιείται, για να βρει και να χρησιμοποιήσει την καίρια λέξη, την κατάλληλη και αρμόζουσα σε κάθε περίπτωση.

Οι ελληνικές λέξεις έχουν λεπτές εννοιολογικές διαφορές μεταξύ τους και σε αυτό οφείλεται η κυριολεξία και η ακριβολογία της ελληνικής γλώσσας. Πχ τα ρήματα **κεράννυμι, μινύω** και **φύρω** σημαίνουν ανακατεύω. **Όμως το κεράννυμι σημαίνει ανακατεύω δύο υγρά και φπάχνω ένα νέο δηλ. οίνος και νερό = το νερωμένο κρασί. Το μινύω = ανακατεύω δύο στερεά ή υγρά χωρίς να συνεπάγεται νέα ένωση (λάδι με νερό). Φύρω = ανακατεύω υγρό με στερεό (Αίμα + χύμα) Αιμόφυρτος.**

Ακόμα τα ρήματα **υπανδρεύομαι - νυμφεύομαι, οι λέξεις ζωή - βίος, δυστύχημα - ατύχημα, αγάπη - έρως**. Το ρήμα **υπανδρεύομαι**, που σημαίνει τίθεται υπό την εξουσία του ανδρός, πρέπει να χρησιμοποιείται για τη γυναίκα, ενώ το **νυμφεύομαι** πρέπει να χρησιμοποιείται για τον άνδρα. **Ζωή** είναι η βιολογική διάρκεια, ενώ **βίος** είναι τρόπος ζωής πχ **έκλυτος βίος**. **Δυστύχημα** είναι κάθε κακή στιγμή, ενώ **ατύχημα** είναι μια ζημιά, μια κακοτυχία πχ **χθες είχα**

Σοφοί απ' όλο τον κόσμο
διακηρύττουν και ομολογούν:

“ *κι αν ακόμα τίποτε άλλο
δεν δημιουργούσαν οι Έλληνες,
η Ελλάδα θα ήταν μεγάλο έθνος μόνο
εξ αιτίας της γλώσσας της* ”

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ



ένα ατύχημα με το αυτοκίνητο μου, τσαλάκωσα το μπροστινό του φτερό. Ακόμη το ρήμα **φέρω** χρησιμοποιείται για τα **αντικείμενα**, ενώ το **άγω** χρησιμοποιείται για **πρόσωπα**. Η γλώσσα βέβαια σαν ζωντανός οργανισμός δέχεται επιδράσεις, αφομοιώνει στοιχεία, αλλά και αποβάλλει άλλα, όμως η γλώσσα δεν βιάζεται.

Η νεοελληνική εξακολουθεί από τα αρχαία χρόνια έως σήμερα να έχει πλαστικότητα και πολύμορφη συντακτική δομή, ευλυγισία και πλούτο. Είναι καταπληκτική η παραγωγική δύναμη των ελληνικών προθέσεων, που μπορούν εύκολα να δημιουργήσουν νέες λέξεις με τη σύνθεση τους με ρήματα πχ **Βάλλω: αναβάλλω, συμβάλλω, περιβάλλω, εκβάλλω, καταβάλλω, υπερβάλλω, αμφιβάλλω, αντικατάβαλλω τα βάλλω (έχουμε και σύνθεση με δύο προθέσεις), κ.ά..** Παρεμπιπτόντως το ρήμα βάλλω είναι το μοναδικό που συντίθεται με όλες τις προθέσεις. Πολλές είναι οι γλώσσες που δέχονται μόνο μία συντακτική διάταξη για τα διάφορα μέρη του λόγου. Έτσι η γερμανική θέλει μια αυστηρά καθορισμένη θέση του ρήματος. Η αγγλική θέλει το επίθετο μπροστά από το ουσιαστικό. Η ελληνική δεν έχει τέτοιους περιορισμούς, μπορεί πχ να πει **ένα ωραίο βιβλίο ή ένα βιβλίο ωραίο. Είμαι στο δωμάτιο ή στο δωμάτιο είμαι.** Βλέπουμε λοιπόν ότι η γλώσσα μας έχει ευλυγισία. Ακόμη έχει και σαφήνεια, αφού έχει καταλήξεις στα ρήματα και πτώσεις στα ονόματα. Έτσι είναι σαφές και το υποκείμενο να το αντικείμενο στη πρόταση. Εν αντιθέσει στην αγγλική υπάρχει ασάφεια, αφού ένας τύπος πχ Drink μπορεί να σημαίνει **πίνω, πίνουμε, πεις κ.λπ.** η ελληνική γλώσσα έχει την ικανότητα με μία μόνο λέξη και όχι περιφραστικό να αποδίδει το νόημα.

Στην Ιλιάδα του Ομήρου αντί του περιφραστικού (αυτή που έχει ζωντανό βλέμμα), χρησιμοποιείται η μία μόνο λέξη **Γλαυκώπης (Γλαυς + ώψ)**. Αντί του περιφραστικού (αυτός που τρέχει γρήγορα) χρησιμοποιείται η μία λέξη **Ωκύπους (Ωκύς + πους)**. Και στην νέα ελληνική έχουμε τέτοιες λέξεις πχ **Ολοταχώς, αντί του περιφραστικού πολύ γρήγορα, πολύφερνη νέα,** αντί του περιφραστικού **νύφη με μεγάλη προίκα, αυτοπροσώπως,** αντί του περιφραστικού **εγώ ο ίδιος κ.ά..** Ακόμα η ελληνική γλώσσα έχει μαθηματική δομή, πράγμα που ανέδειξε ο καθηγητής Ελευθέριος Αργυρόπουλος. Απέδειξε ότι το κάθε γράμμα αντιπροσωπεύεται από έναν αριθμό και έτσι σχηματίζεται για κάθε λέξη ένα αριθμητικό σύνολο που οδηγεί σε εντυπωσιακές αλληλουχίες και συμπεράσματα πχ η λέξη Θεός εκφράζεται λεξαριθμικά από τους αριθμούς: **Θ= 9 + ε=5 + 0 = 70 + Σ =200 σύνολον 284.** Το ίδιο άθροισμα έχουν οι λέξεις **Άγιος** και **αγαθός** που αποτελούν ιδιότητες του Θεού. Ακόμα η ελληνική γλώσσα έχει μουσικότητα. Ο διάσημος Έλληνας μουσικός Ιάν **Ξαννάκης** είχε τονίσει ότι η μουσικότητα της ελληνικής είναι εφάμιλλη της Συμπαντικής. Οι

ρωμαίοι πολίτες, όταν προτάκουσαν στη ρώμη τους Έλληνες ρήτορες, ακόμα και όσοι δεν ήξεραν την ελληνική, έλεγαν ότι οι Έλληνες ελάλουν σαν απδόνια.

Λέγεται ότι η αρχαία ελληνική διαπιστώθηκε από τους επιστήμονες πληροφορικής ότι οι Η/Υ (**Ηλεκτρονικοί/Υπολογιστές**) προχωρημένης τεχνολογίας δέχονται ως νοηματική γλώσσα μόνο την ελληνική. Όλες οι άλλες γλώσσες χαρακτηρίστηκαν σημειολογικές - συμβατικές.

Νοηματική γλώσσα θεωρείται η γλώσσα που **το σημαίνουν**, δηλαδή η **λέξη** και το **σημαινόμενο**, δηλαδή αυτό που η **λέξη** εκφράζει (**πράγμα, ιδέα, κατάσταση**) έχουν μεταξύ τους πρωτογενή σχέση. Ενώ σε όλες τις άλλες γλώσσες οι λέξεις είναι σημειολογικές, συμβατικές, δηλαδή επιλέγεται κάποια λέξη, η οποία εκ των προτέρων έχει συμφωνηθεί, για να σημαίνει πράγμα, ιδέα κ.λπ..

Ενδιαφέρον είναι ότι πολλές φορές η λέξη περιγράφει ιδιότητες της έννοιας, την οποία εκφράζει πχ φθόνος, ετυμολογικά παράγεται από το ρήμα φθίνω = μειώνομαι. Ο φθόνος σαν συναίσθημα μειώνει και καταστρέφει τον άνθρωπο. Όταν θέλουμε να εκφράσουμε κάτι όχι μειωμένο, αλλά πλούσιο χρησιμοποιούμε τη λέξη άφθονο (α στερητικό + φθόνος - φθίνω).

Το επίθετο ωραίος προέρχεται από το ουσιαστικό ώρα. Οτιδήποτε λοιπόν είναι στην ώρα του είναι καλό, ωραίο. Πχ το φρούτο είναι καλό, όταν είναι στην ώρα του, δηλαδή ούτε πολύ άγουρο ούτε πολύ γινωμένο, δηλαδή ώριμο.

Η λέξη άγαλμα στην ελληνική παράγεται από το ρήμα αγάλλομαι. Στην λατινική το άγαλμα λέγεται Statua, παραγόμενο από το ελληνικό ρήμα ίστημι. Οι Λατίνοι το ονόμασαν έτσι, επειδή στέκει ακίνητο. Τεράστια διαφορά στη φιλοσοφία μεταξύ των δύο γλωσσών, κάτι που η λέξη στα ελληνικά εκφράζει κάτι το βαθύ εννοιολογικά, για τους Λατίνους είναι απλά ένα ακίνητο πράγμα.

Ο άνθρωπος στην ελληνική ετυμολογείται ως ον που κοιτάζει προς τα επάνω (Ανω + θρώσκω). Κατά τον Σωκράτη «**στον Κρατύλο**» η λέξη άνθρωπος ετυμολογείται ως ον, το οποίον «**αναθρέι α όωπε**». Αυτές οι ετυμολογίες μπορούν να προκαλέσουν ατελείωτες φιλοσοφικές συζητήσεις. Στα λατινικά ο Άνθρωπος λέγεται Homo και ετυμολογείται από το χώμα.

Ακόμη αξιοπρόσεκτο είναι ότι οι σύνθετες λέξεις με δεύτερο συνθετικό το έργο, εάν τονίζονται στη λήγουσα εκφράζουν αγαθή ενέργεια. Πχ χειρουργός, δημιουργός, μουσουργός, υφαντουργός κ.ά.. Ενώ αν τονίζεται στη παραλήγουσα εκφράζει κακή ενέργεια,

ΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΓΛΩΣΣΑΚΥΡΙΟΛΕΞΙΑ
ΑΚΡΙΒΟΛΟΓΙΑ

ν

ξ
ς

ο

π

ρ

σ

κακή πράξη. Πχ ραδιούργος, πανούργος, κακούργος κ.ά..

Οι τόνοι και τα πνεύματα, αλλά και τα φωνήεντα είναι πολλοί σημαντικοί παράγοντες στην ελληνική γλώσσα, γιατί, αν αλλάξει ένα πνεύμα ή ένας τόνος ή ένα φωνήεν, αυτομάτως έχουμε διαφορετική σημασία. Πχ το ρήμα είργω με φιλή σημαίνει εμποδίζω την είσοδο, ενώ με δασεία σημαίνει εμποδίζω την έξοδο (κάθειρξη). Σύρος με περισπωμένη είναι το νησί, ενώ Σύρος με οξεία είναι ο κάτοικος της Συρίας. Η λέξη φορά σημαίνει την κατεύθυνση ενός πράγματος, η λέξη **φωρά** σημαίνει την κλοπή κ.ά..

Το πανεπιστήμιο **IPBAIN** της Καλιφόρνιας ανέλαβε την αποθησαύριση του λεκτικού πλούτου της ελληνικής γλώσσας με επικεφαλής του εγχειρήματος την ελληνίστρια γλωσσολόγο **MacDonald**. Στο πρόγραμμα **IBIKOS** αποθησαυρίστηκαν 6 Εκατομμύρια Λήμματα και 78 εκατομμύρια λεκτικοί τύποι της αρχαίας ελληνικής. Όταν δε ολοκληρωθεί η αποθησαύριση της ελληνικής γλώσσας θα περιλάβει περίπου 90 εκατομμύρια λεκτικούς τύπους. Λεκτικό πλούτο υπερεκατονταπλάσιο της αγγλικής που διαθέτει 400.000 λέξεις και 300.000 τεχνικούς όρους.

Για τη φθορά της γλώσσας μας και την λεξιπενία της τα μέγιστα συνετέλεσαν οι αλλαγές και οι μεταρρυθμίσεις στην παιδεία μας. Όπως η ελάττωση των ωρών διδασκαλίας των αρχαίων και των νέων ελληνικών. Απαλείφθηκαν πολλές λέξεις από το λεξιλόγιο μας, επειδή δήθεν προέρχονταν από την καθαρεύουσα. Πολλοί υποστηρίζουν να απλουστευθεί η γλώσσα, για να διευκολυνθούν δήθεν οι μη έχοντες αρκετή μόρφωση. Και γιατί να μην βοηθήσουμε με την παιδεία πάσης μορφής να ανεβάσουμε το επίπεδο του Έλληνα. Αφού, όταν κάποιος ακούει σωστά να ομιλείται η γλώσσα του και όταν βλέπει σωστά να γράφεται, συνηθίζει να αντιλαμβάνεται υποσυνείδητα την ορθότητα της μητρικής του γλώσσας και το ένστικτο του τον οδηγεί σωστά. Άλλωστε υπάρχει σχέση γλώσσας και σκέψης. Κάθε δε προσπάθεια περιορισμού της γλώσσας και κατάργησης των λέξεων, περιορίζει τη σκέψη. Γιατί το να μιλάς σωστά είναι μαρτυρία ότι σκέπτεσαι σωστά. Γενικά όλη η προσπάθεια απλοποίησης της γλώσσας μας είναι η αιτία να γίνει φτωχή και απειθαρχητη. Θα πρέπει πρώτον να μην χρησιμοποιούμε ξενόγλωσσους όρους. Ας χρησιμοποιούμε πχ **όχι στυλ αλλά ρυθμό, όχι πρόζα, αλλά πεζός λόγος, όχι πάνελ, αλλά τηλεοπτική συντροφιά, όχι ρεπορτάζ, αλλά δημοσιογραφική έρευνα, όχι μπλακ άουτ, αλλά συσκότιση, όχι καριέρα, αλλά σταδιοδρομία, όχι κόμπλεξ, αλλά σύμπλεγμα, όχι κουλτούρα, αλλά καλλιέργεια** κ.ά.. Και δεύτερον να μην απλοποιήσουμε την ορθογραφία μας, διότι δεν θα μπορούσαμε να ξεχωρίσουμε το νόημα των λέξεων πχ **λοιμός - λιμός, ίσως - ίσος, λείπει - λύπη - λίπη, σήκω - σύκο** κ.ά.. Άλλωστε κανένα άλλο κράτος στο κόσμο δεν έχει αλλάξει ούτε τόνο από τη γλώσσα του.

Η κακοποίηση της γλώσσας μας είναι γεγονός. Υπάρχουν γλωσσικοί βιασμοί και στο προφορικό και στο γραπτό λόγο. Υπάρχουν τα γραμματικά λάθη πχ χρονική αύξηση στη προστακτική (**το σωστό είναι διάταξε και όχι διέταξε πχ διάταξε τον στρατιώτη (προστακτική). Χθες ο υπουργός διέταξε...(αόριστος). Τον πατέρα Ιάκωβο κι όχι τον πάτερ Ιάκωβο. Την οδό Συγγρού και όχι την οδός Συγγρού**). Υπάρχουν συντακτικά λάθη όπως πχ (**Μετά Χριστόν και όχι μετά Χριστού. Όχι εγώ μου αρέσει, αλλά μου αρέσει**).

Στη συνέχεια θα παραθέσω στοιχεία, με τα οποία θα αποδεικνύεται ότι η νέα ελληνική γλώσσα είναι συνέχεια αυτής του Ομήρου. Έτσι λοιπόν υπάρχουν πολλές λέξεις στη πτώση δοτική και επιρρήματα που χρησιμοποιούνται στη σημερινή νέα ελληνική όπως ακριβώς χρησιμοποιούνταν και στην αρχαία πχ **συν τω χρόνω, συν τοις άλλοις, επί τη ευκαιρία, εν τω μεταξύ, λόγω, μέσω, τη απουσία, εν τοις ουρανοίς, άλλοθι, άπαξ, εφάπαξ, αυθημερόν, βαθμυδόν, ασυζητητί και τις μετοχές παρακειμένου, κατεψυγμένος, υπογεγραμμένος, συνηθισμένος, υποθηκευμένος** κ.ά..

Σήμερα στη καθημερινή μας ομιλία χρησιμοποιούμε άλλοτε κάποιες αυτούσιες αρχαίες ελληνικές λέξεις όπως **βασιλεύς, αστήρ, ουρανός, Ακρόπολις κ.ά.** και άλλοτε δεν χρησιμοποιούμε απόφτες αρχαίες λέξεις, όμως χρησιμοποιούμε παράγωγες από τις αρχαίες. Δεν λέμε το αρχαίο **κήδομαι** = φροντίζω, όμως λέμε **κηδεία**, δεν λέμε **όλλυμαι** = χάνομαι λέμε όμως **απώλεια**, δεν λέμε **θαμά** = συχνά, λέμε όμως **θαμώνας**, δεν λέμε **αυδή** = φωνή, όμως λέμε **άναυδος - άφωνος**, δεν λέμε **λώπη** = ρούχο, όμως λέμε **λωποδύτης**, δεν λέμε **κυνώ** = φιλώ, όμως λέμε **προσκυνώ** (από την ίδια ρίζα έχουμε το αγγλικό **kiss**),



δεν λέμε **κύλιξ** = ποτήρι, όμως λέμε **κυλικείο**, δεν λέμε **ύδωρ** = νερό, όμως λέμε **υδραγωγείο**, **υδραυλικό**, **υδρορροή**, **εταιρεία υδάτων** και **όχι εταιρεία νερών**. Δεν λέμε **άχθος** = βάρος, όμως λέμε **αχθοφόρος**. Δεν λέμε **άγχω** = σφίγγω, όμως λέμε **αγχόνη**. Δεν λέμε **ών**, όμως λέμε **ωοθήκη**. Δεν λέμε **φέρνη** = προίκα, όμως λέμε **πολύφερνη νύφη**, δεν λέμε **φρην** = λογική, όμως λέμε **φρενοκομείο** κ.ά.. Ακόμα χρησιμοποιούμε σύνθετες λέξεις με πρώτα συνθετικά τα αρχαία προσφύματα, **Τήλε** = μακριά, λέμε **τηλεόραση**, **τηλέφωνο**, **τηλεσκόπιο** και το **Αλέξω** = απομακρύνω, **αλεξικέραυνο**, **αλεξίφαιρο**, **Αλέξανδρος** κ.ά..

Δεν είναι όμως οι λέξεις μόνο που αποδεικνύουν την αδιάλειπτη συνέχεια της ελληνικής γλώσσας και την ελληνικότητα της φυλής μας, αλλά οι συνήθειες, τα ήθη και έθιμα των αρχαίων προγόνων μας. Από την εξαιρετική εργασία της ελληνίστριας φιλόλογου Άννας Τζιροπούλου-Ευσταθίου παραθέτω μερικά παραδείγματα. Στις αρχαίες γειτονίες **«λακερολογούσαν»**, δηλαδή **φλυαρούσαν**, **κουτσομπόλευαν** εξ ου το σημερινό **λακριντί**, έκαναν ποδαρικό όπως και εμείς οι νεοέλληνες **«πρώτω ποδί οιωνιζόμενοι λέγειν ειώθασι»**. Έπαιζαν τυχερά παιχνίδια όπως **μονά - ζυγά**, δηλαδή **αρτίζαν**, **«πεντέλιθους» = πεντόβολα**, **«βέμβικα» = σβούρα**, **«τη χαλκή μύια» = τυφλόμυγα**. Εύχονταν όπως σήμερα **εβίβα** με το **«ευάν ευοί»**. Έλυναν γρίφους και αινίγματα, όπως **«πότερον η όρνις ή το ωόν εγένετο»**, **«των Πριάμου παίδων τις πατήρ»** κ.ά.. Ακόμα συνήθιζαν να δίνουν παρατσούκλια σε κάποιον που είχε κάποια ιδιαιτερότητα πχ **«δια πάχος σώματος ασκόν καλούσιν»**, ή **«καλούσαν λακκόπλουτους»** τους απόγονους του **Καλίου**, επειδή είχαν πλουτίσει από θαμμένο θησαυρό. Το γνωστό **μίνι** φόρεμα υπήρχε στην αρχαιότητα, ιδίως οι Σπαρτιάτισσες φορούσαν κοντό φόρεμα και φαινόταν ο μηρός τους, γι' αυτό ονομάζονταν **φαινομηρίδες**.

Γεύονταν μαρίδα του Φαλήρου, **«αθερίνα και αφυή εν εσώλπωσιν φαλήρου»**. Πρόσφεραν **«οβελίσκους»**, δηλαδή σουβλάκια. Όσο για επιδόρπιο προτιμούσαν **«ξανθόν μέλι και γάλα συμπακτόν»**, δηλαδή γιαούρτι με μέλι ή **«τρωγάλια»**, δηλαδή στραγάλια. Τελείωναν με **«τυρόν σικελιώτην»**.

Ένα από τα αγαπημένα τους φαγητά ήταν το **οίνιστρον**, δηλαδή ο **πατσάς**. Χόρευαν τους κύκλιους χορούς. Συνήθως οι ερωτευμένοι επιστρέφοντας στο σπίτι τους **σκνίποι**, δηλαδή σκνίπα στο μεθύσι τραγουδούσαν στη πόρτα της αγαπημένης τους το **παρακλαυσίθυρον ή θυροκοπικόν**, δηλαδή καντάδα στην κόρη. Ακόμα τραγουδούσαν **«έλικας δι' ελευθέρου πλοκάμων άτακτα συνθείς, άφες ως θέλωσι κείσθαι»** (Ανακρέων), δηλαδή το σημερινό άστα τα μαλάκια σου ανακατεμένα. Ακόμη τραγουδούσαν **«γεννοίμαν αιετός υψιπέτας»**, δηλαδή να ήμουν απτός να πέταγα (Αριστοφάνης όρνιθες). Ακόμα χρησιμοποιούσαν όρκους **«ψευδή λέγων θάνοιμιν»**, δηλαδή να πεθάνω αν λέω ψέματα ή **«μη μέγα λέγε»**, δηλαδή μη λες μεγάλο λόγο. Ακόμα χρησιμοποιούσαν λέξεις που προέρχονταν από κάποιες ενέργειες των αρχαίων και που σήμερα χρησιμοποιούμε και εμείς. Πχ την λέξη **ευσπλαχνία**, η οποία προέρχεται από την εποχή που οι ιερείς των θυσιών έδιναν τα σπλάχνα από τα θυσιαζόμενα ζώα στους φτωχούς που έρχονταν πλησίον του βωμού. Ακόμα τη λέξη **σπληνέω** = στιγματίζω από τότε που οι αρχαίοι έγραφαν σε στήλες που βρίσκονταν στους δρόμους τα ονόματα όσων είχαν διαπράξει ηθικά παραπτώματα, ώστε να τους γνωρίζουν οι συμπολίτες του. Ακόμα χρησιμοποιούμε τη λέξη **συκοφάντης** από την εποχή που οι άρχοντες απαγόρευαν την εξαγωγή σύκων από την Αττική, και πολλοί

παραγωγοί έκρυβαν τα σύκα τους, για να τα διαθέσουν κρυφά, και γι' αυτό καταγγέλλονταν από πολλούς συμπατριώτες τους, οι οποίοι ονομάζονταν **συκοφάντες**. Ακόμα χρησιμοποιούμε τη λέξη **πανικό**, από το γεγονός ότι ο θεός Παν ήταν άσχημος και προκαλούσε τον φόβο, τον πανικό. Ακόμα χρησιμοποιούμε τη λέξη **συνασπισμό**, επειδή οι πολεμιστές τοποθετούσαν μπροστά από τα κορμιά τους, αλλά και πάνω από τα κεφάλια τους τις ασπίδες τους τη μία δίπλα στην άλλη, προκειμένου να αποφύγουν τα θανατηφόρα βέλη των εχθρών τους.

Τέλος χρησιμοποιούμε φράσεις που παραπλήσιες οι πρόγονοι μας χρησιμοποιούσαν, από την εποχή του Ομήρου, όπως **«Ανήρ, στέγης στύλος» (Αγαμέμνων)**, **το δικό μας η κολόνα του σπιτιού**. **«Μη μοι σύγχεις»** το δικό μας μη με συγχύξεις (Ομηρος), **«Λύεται γούνατα»** το δικό μας λύθηκαν τα γόνατα (Ομηρος), **«Μία χελιδών έαρ ου ποιεί»** το δικό μας ένα χελιδόνι δεν φέρνει την άνοιξη, **«αβίωτων ζώμεν βίον»**, δηλαδή το δικό μας βίο αβίωτο, **«γάλα ορνίθων»**, το δικό μας του πουλιού το γάλα, ή **«αεί τα πέρυσι βελτίω»**, δηλαδή κάθε πέρυσι και καλύτερα.

Απ' όλα τα παραπάνω βλέπουμε ότι η γλώσσα μας είναι μία και ενιαία από τότε που δημιουργήθηκε μέχρι σήμερα. Πλουσιότατη, μοναδική, διαχρονική. Πάντοτε υπήρχαν και θα υπάρχουν άνθρωποι που υψώνουν τη φωνή τους και υπερασπίζονται τη γλώσσα και τονίζουν τη μεγάλη σημασία που έχει για όλο τον κόσμο. Έτσι ο **Άγγελος Σικελιανός** ενώπιον του διεθνούς συνεδρίου στο Μόντρεαλ κατέθεσε: **«σας προτείνω σήμερα ως διεθνή γλώσσα της ομοσπονδίας την νεοελληνική που είναι αληθινή θυγατέρα και η νόμιμη κληρονόμος της αρχαίας, από την οποία όλοι οι πολιτισμένοι λαοί άντλησαν, ως από πηγή των πηγών, το αληθινό νόημα του ανθρώπινου πολιτισμού στο σύνολο του»**. Και ο **Ιωάννης Γκαίτε** είχε πει: **«άκουσα στον Άγιο Πέτρο της Ρώμης το Ευαγγέλιο σε όλες τις γλώσσες. Η ελληνική αντίκησε άστρο λαμπερό μέσα στη νύχτα»**.

Ακόμα ο αείμνηστος σπουδαίος **Νικηφόρος Βρεττάκος** τονίζει ότι: **«Η κατεδάφιση της γλώσσας μας ισοδυναμεί με κατεδάφιση του εαυτού μας»**.

Ακόμα ο **Καζαντζάκης** είπε: **«η γλώσσα είναι πατρίδα»** και ο **Γεώργιος Σεφέρης** γράφει: **«από την εποχή που μίλησε ο Όμηρος ως τα σήμερα, μιλούμε, ανασαίνουμε και τραγουδούμε την ίδια γλώσσα»**.

Η γλώσσα μας κινδυνεύει να αφανιστεί. Ας προσπαθήσουμε να την προστατεύσουμε. Πρέπει να θυμόμαστε ότι ο Έλληνας σε κάθε προσπάθεια του και αγώνα του νίκησε δεν νικήθηκε. Έπεσε και σηκώθηκε. Πληγώθηκε και επουλώθηκε. Βυθίστηκε και στο τέλος επέπλευσε.

Πράγματι **οι Ρωμαίοι ήλθαν, οι Γότθοι ήλθαν, οι Άβαροι ήλθαν, οι Φράγγοι ήλθαν, οι Τούρκοι ήλθαν, οι Άραβες ήλθαν, οι Γερμανοί ήλθαν** και άλλοι πολλοί... Όμως η απάντηση του Μαντείου των Δελφών ότι η Ελλάς είναι: **«Ασκός κλιδωνιζόμενος και μηδέποτε βυθιζόμενος»** θα ισχύει εσαεί.

Θα ήθελα να τελειώσω με μια υπενθύμιση για όλους ανά τον κόσμο και ας μην θεωρηθεί υπερβολή:

Υπάρχετε, γιατί υπήρξαμε - ομιλείτε, γιατί μιλήσαμε - πράττετε, γιατί διαλογιστήκαμε - απολαμβάνετε, γιατί ανακαλύψαμε!

ΞΑΝΘΕΝΙΑ ΜΑΝΤΑ

Διευθύντρια Προγράμματος
Ομίλου Πειραιά

Λογική, γυναίεθμα... ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ...!

«Οι αμέτρητες όψεις του Ωραίου»!

Έκθεση του Εθνικού Αρχαιολογικού Μουσείου κι εγώ έτοιμη να βυθιστώ στην αιώνια αισθητική, να καταγράψω νοερά το ωραίο και επιθυμητό, να προσεγγίσω την προβολή του σώματος και να αφεθώ στην ατέρμονη αναζήτηση...

Η παρουσία και φωνή της διευθύντριας του Μουσείου Dr Μαρία Λαγογιάννη, συμπλήρωνε μοναδικά την μεταφορά μου στον χωροχρόνο, δίνοντάς μου εικόνες για τα αντικείμενα, τον καλλωπισμό, τις τεχνοτροπίες, την εικαστική απεικόνιση, τον συσχετισμό του εγώ με το εμείς του τότε και πάντα, την σημασία της ομορφιάς και ιδιαίτερα της γυναικείας φιλαρέσκειας και την εσωτερική ηρεμία για εξωτερική επιθυμία. Ένα κράμα συνισταμένων με έντονη αυτή την ενεργοποίηση της όσφρησης μέσα από τα εμπνευσμένα από αρχαίες πηγές αρώματα αλλά και τη χρήση των ειδικών φωτισμών σε εναλλαγή με τα ψηφιακά μέσα εγκλωβισαν απότομα το νου και του έθεσαν το πλαίσιο εξερεύνησης μιας γυναίκας του άλλοτε... μία όμορφη καρφίτσα, ένα ζευγάρι σκουλαρίκια, μια πλεξούδα τόσο περίτεχνα πλεγμένη, χρώματα της γης για maquillage...κάθε εκθεσιακή βιτρίνα έμοιαζε με βιβλίο που εξιστορούσε το δικό του μοτίβο...

Τα αγάλματα στην δική μου φαντασία μπορούσαν να πάρουν άξαφνα ζωή και να αποτελέσουν street art project για νέους εναλλακτικούς φωτογράφους στο κέντρο της πόλης... στο σήμερα! Κι έτσι με τα ίδια βασικά δεδομένα να διαδραματιστεί μια καινούρια ιστορία! Η τέχνη δεν έχει σύνορα...ευτυχώς... και η σφαίρα της δεν έχει αγκυλώσεις... λειτουργεί με το συναίσθημα ή με το ένστικτο ή με το «τάλαντο»... Ευτυχισμένοι οι καλλιτέχνες! Αντιμάχονται την λογική! Είναι αλήθεια; Αναρίθμητες είναι οι αναλύσεις πινάκων ζωγραφικής, αρχιτεκτονημάτων, γλυπτών, μουσικών συνθέσεων και πολλών εκφραστικών μορφών τέχνης που ιδιώματά τους όπως η αρμονία, η ισορροπία, η επαγωγική επαλληλία τα αναδεικνύουν σε δεύτερο επίπεδο διείσδυσης και αναρωτιέμαι στοχαστικά πόσο μαγικά κρύβεται η λογική μέσα στον αυθορμητισμό της δημιουργίας με μια διεργασία μοναδική.



.....
Αν θελήσω να διαρθρώσω ένα status για την γυναίκα του σήμερα, θα προσπαθούσα να την εντάξω σε αυτό το πλαίσιο... κάπου ανάμεσα στη λογική και στο συναίσθημα...ή στον συγκερασμό των δύο με αισθητικό στοχασμό. Αν θελήσω να προσθέσω ένα ακόμα στοιχείο στην σιλουέτα αυτή με την επιρροή της covid19 θα δανειζόμουν σίγουρα δεδομένα από τον Ιονέσκο και το Θέατρο του Παραλόγου. Αντιπαρέρχομαι τον ισχυρισμό μου, για να αποδείξω πως η λογική μπορεί να γίνει κατά συνθήκη παράλογη.
.....

Ετοιμάζοντας σκηνοθετικά ένα θεατρικό έργο, μελετώ και σκέφτομαι τον καλύτερο δυνατό τρόπο που ο κάθε ηθοποιός θα αποδώσει ιδανικά τον χαρακτήρα του και πως η διάδραση όλων σαν σύνολο θα ενσωματώσει την προσπάθεια σε μία οντότητα με κοινό γίνεσθαι και τελικό σωστό αποτέλεσμα για τον αποδέκτη κοινό. Η σκηνή λοιπόν μετατρέπεται σε μια σκακιέρα όπου οι ρόλοι εναλλάσσονται και δραστηριοποιούνται, κινούνται, μιλούν, φωνάζουν, κλαίνε, γελούν, αγαπιούνται, εκθρεύονται, απομονώνονται, συναναστρέφονται, δουλεύουν, ερωτεύονται, μαγειρεύουν, κοιμούνται... ΖΟΥΝ...! Αν η σκακιέρα είναι η ζωή και εγώ επέλεγα έναν μόνο ρόλο ...αυτόν της γυναίκας... πόσους ηθοποιούς θα χρειαζόμουν; Δεν έχω απάντηση...

Δεν είμαι μπτέρα αλλά λάτρευα την δική μου και θέλω να πιστεύω πως είναι κοντά μου. Δεν έχω παιδιά αλλά τα αγαπώ και βρίσκομαι κοντά στα παιδιά του κόσμου με τον δικό μου τρόπο. Δεν είμαι παντρεμένη αλλά αγαπώ τους άντρες και τους θαυμάζω κι εύχομαι να με αξιώσει ο Θεός να μοιραστώ κομμάτι της ζωής μου με έναν σύντροφο. Είμαι Αρχιπέκτων Μηχανικός και αγαπώ την δουλειά μου γιατί γεινιάζει με την τέχνη, την σμιλεύει με την επιστήμη και με αντιπροσωπεύει απόλυτα. Έμαθα από μικρή να αντλώ χαρά μέσα από την προσφορά κι αυτό αποτέλεσε εφελτήριο ζωής. Δοτική στην οικογένεια, στους φίλους, στον κοινωνικό περίγυρο. Δημιουργική, με ανησυχίες, με αναζητήσεις, με τάσεις φυγής, με διάθεση να κάτσω στον καναπέ μου και να χαζέψω μια παλιά ελληνική ταινία και να ξεχαστώ σε μια θέα που θα συνεπάρει την ματιά μου... Δεν είναι η αυτοβιογραφία μου... σας έδωσα όμως μερικά tips για να ξεκινήσετε

το σενάριο...σαν ένα teaser που λέμε... σαν το προσεχώς που βλέπαμε στον κινηματογράφο.

Πρόσφατα παρακολούθησα την ομώνυμη ταινία και κατόπιν διάβασα για την Γκόλντα Μέρ, δασκάλα - πρωθυπουργό του Ισραήλ, με μια διαδρομή ανά τον κόσμο, παντρεμένη με δύο παιδιά, με πολιτικά πιστεύω και έντονο ταπεραμέντο, με ερωτική ζωή, με καθηλωτικό λόγο, με δράση, με χιούμορ, με μαγειρική. Μια γυναίκα - άντρας. Μια γυναίκα μπτέρα κράτους. Για αυτούς τους δύο χαρακτηρισμούς επιλέγω τον σχολιασμό της, ταπεινά και με θαυμασμό. Μετά από μια γεμάτη ζωή αναρωτήθηκε αν έβαλε σε δεύτερη μοίρα τα παιδιά της; Μετά από μια οξύκορυφη σταδιοδρομία έφθασε σε σημείο απελπισίας και σκέφθηκε ακόμα και την αυτοκτονία. Υπάρχει η μέση οδός; Μπορεί η γυναικεία φύση να αναδειξεί το συναίσθημα βασιζόμενη στη λογική εμπλουτίζοντας το όλον με την δική της αισθητική; Ακούω συχνά πως ο κόσμος θα ήταν καλύτερος αν τον κυβερνούσαν γυναίκες και δεν διαφωνώ...όμως ρωτώ και τα παιδιά μας ποιος θα τα μεγαλώσει; Σε πόσους ρόλους μπορεί να ανταποκριθεί άριστα μια γυναίκα; Μπτέρα, σύντροφος, ερωμένη, αδελφή, επαγγελματίας, νοικοκυρά, συνδικαλίστρια, συμβουλάτορας, κόρη, φίλη, γιαγιά, παιδαγωγός...η λίστα είναι μεγάλη και είναι πρωταγωνίστρια! Δύο παραδείγματα: μίας πρωθυπουργού, μίας απλής Ξανθένιας ...πολλά κοινά... κοινά με την καθεμία από εμάς... και σε όλη αυτή την εναλλαγή προσωπικοτήτων που σαν κυκεώνας κορυφώνεται... το πλαίσιο: το σημερινό πλαίσιο είναι ο εγκλωβισμός! Το τώρα οριοθετεί πολλούς από αυτούς τους ρόλους να διαδραματίζονται μέσα σε ένα σπίτι, γιατί η εργασία είναι τηλε, οι αγορές είναι τηλε, οι επαφές είναι τηλε, όλα είναι τηλε!

Κι όμως... η ζωή είναι πολύ όμορφη και η γυναικεία φύση που είναι η ανθρώπινη βρίσκει αυτή τη μικρή χαραμάδα για να βγει στο φως. Έτσι η Γκόλντα καταπολέμησε την απελπισία της την κρίσιμη στιγμή και έκανε διάσημη την κοτόσουπα της στο μικρό της κουζίνακι και η κάθε Ξανθένια ανακαλύπτει κρύπτες δύναμης σε μια καρφίτσα σαν αυτή της έκθεσης... σε ένα χαμόγελο σαν αυτό του παιδιού σου... σε μια αγκαλιά σαν αυτή του άντρα σου... σε μια φωτογραφία σαν αυτή της μπτέρας σου που σε νοιάζεται από ψηλά... σε ένα πατρικό χάδι... στον Θεό... Δεν ξέρω πως... αλλά νομίζω πως η γυναίκα όλα τα μπορεί. Υπάρχει λοιπόν η λογική, υπάρχει και το συναίσθημα υπάρχει και η αισθητική της γυναίκας για να ντύσει τον κόσμο παρέα με τον άντρα και το ισοζύγιο του καθενός είναι μοναδικό.

Κι όμως...

η ζωή είναι πολύ όμορφη και η γυναικεία φύση που είναι η ανθρώπινη βρίσκει αυτή τη μικρή χαραμάδα για να βγει στο φως.





Συνέντευξη

του καθηγητή
κ. Βλάσιου Τσαντήλα
από την πρόεδρο
της Ένωσης
κα Μερόπη Ορφανού

Πρόεδρος: Αυτό το σήμα μας αναγκάζει όλες να σκεφτούμε, να θυμηθούμε αυτό που πρέπει να μας πείτε εσείς. Είναι καθήκον μας, είναι κάτι που πρέπει να το βάζουμε στη ζωή μας; Ο έλεγχος για τον καρκίνο του μαστού.

Τσαντήλας: Είναι όχι καθήκον είναι υποχρέωσή σας να εξασφαλίσετε ότι θα είναι υγιής ο μαστός σας εφ' όρου ζωής. Είναι πάρα πολύ εύκολο. Και ο λόγος που ο μήνας Οκτώβριος έχει αφιερωθεί στην πρόληψη του καρκίνου του μαστού. Και καλούμαστε εμείς ως πούμε οι επαίοντες να σας υπενθυμίσουμε τον τρόπο με τον οποίο θα εξασφαλίσετε ένα ασπτό έλεγχο για το μαστό σας, προληπτικό.

Πρόεδρος: Πόσο συχνός είναι ο καρκίνος του μαστού;

Τσαντήλας: Ο καρκίνος του μαστού είναι ο πιο συχνός καρκίνος της γυναίκας. Σε κάθε 8 γυναίκες η μια κάποια στιγμή στη ζωή της θα νοσήσει από καρκίνο του μαστού. Τα μόρια είναι λίγο έτσι θορυβώδη, αλλά αν σε εισαγωγικά να πούμε ότι το καλό, αν μπορεί να υπάρξει καλό σ' αυτό, είναι ότι πλέον είναι μια νόσος η οποία επειδή έχουμε εξασκηθεί να τη θεραπεύουμε έχει γίνει ρουτίνα η θεραπεία της. Οπότε είμαστε κι εμείς πιο έτοιμοι να τη θεραπεύσουμε και η γυναίκα είναι πιο εξοικειωμένη στο άκουσμα της πληροφορίας.

Πρόεδρος: Εμείς ενδιαφερόμαστε γιατί σαν οργάνωση εκπροσωπούμε τις γυναίκες. Και θέλουμε να μας δώσετε συμβουλές πρακτικές. Ποιοι είναι αυτοί οι παράγοντες που προκαλούν τον καρκίνο;

Τσαντήλας: Υπάρχουν προδιαθεσικοί παράγοντες οι οποίοι αυξάνουν τον καρκίνο του μαστού. Είναι απλοί παράγοντες αλλά μπορεί να μην τους έχουμε συνειδητοποιήσει. Ένας πιο σπουδαίος παράγοντας είναι η ατεκνία. Δηλαδή οι γυναίκες που δεν έχουν τεκνοποιήσει έχουν αυξημένο κίνδυνο να νοσήσουν από τον καρκίνο του μαστού. Άλλος παράγοντας είναι η πρώτη εμμηναρχή. Δηλαδή αν ξεκινήσει η περίοδος πριν τα 11 ή η καθυστερημένη εμμηνοπαυση. Δηλαδή να σταματήσει η περίοδος μετά τα 52 περίπου. Όσο μεγαλύτερη είναι η γυναίκα εκτεθειμένη στα οιστρογόνα, γιατί όταν έχει περίοδο η γυναίκα έχει οιστρογόνα, τα οιστρογόνα είναι βασικοί παράγοντας ο οποίος προάγει τον καρκίνο του μαστού. Είναι πιο επιρρεπής στον καρκίνο του μαστού. Άλλος παράγοντας είναι η παχυσαρκία. Το σωματικό λίπος οι αποθήκες περιέχουν οιστρογόνα μέσα οπότε κατά συνέπεια έχουν πιο πολύ αποθήκη για οιστρογόνα, άρα υπάρχει προδιάθεση για καρκίνο του μαστού. Συνεπαγόμενη της παχυσαρκίας είναι η έλλειψη άσκησης. Η κατάχρηση αλκοόλ. Το κάπνισμα. Ο λόγος που έχει αυξηθεί ο καρκίνος του μαστού είναι αν αυτά τα βάλουμε σε μια σειρά θα δούμε ότι ευτυχώς ή δυστυχώς ο σύγχρονος τρόπος ζωής της γυναίκας η οποία καλείται να δουλέψει να σπουδάσει να κάνει οικογένεια να φέρει εισόδημα στο σπίτι, αναγκαστικά θα τεκνοποιήσει αργά ή δεν θα τεκνοποιήσει. Κι επειδή είναι στον αβεβαιωτικό κόσμο, θα στρεσαριστεί, θα καπνίσει θα βγει στην αγορά εργασίας οπότε δεν θα έχει και χρόνο να γυμναστεί. Οπότε όλοι αυτοί οι παράγοντες συντελούν στο να έχει αυξηθεί ο καρκίνος του μαστού σε αριθμούς και συχνότητα τα τελευταία χρόνια.



Πρόεδρος: Εσείς τότε συστήνετε να γίνονται οι έλεγχοι, υπέρηχος και μαστογραφίας;

Τσαντήλας: Η μαστογραφία, κάθε γυναίκα πρέπει να κάνει μια μαστογραφία αναφοράς από την ηλικία των 35-39 ετών. Από τα 40 και μετά ξεκινάει ο τακτικός έλεγχος της γυναίκας με ετήσια μαστογραφία. Δηλαδή κάθε χρόνο. Τώρα η μαστογραφία είναι ένα screen test οπότε λέμε κάθε πότε πρέπει να γίνεται, υπάρχει ένας κανόνας. Ο υπέρηχος των μαστών γίνεται κατ' επίκληση. Δηλαδή αν ψηλαφίσει κάτι ο γιατρός στη γυναίκα ή αν δούμε κάτι στη μαστογραφία το οποίο χρειάζεται και υπέρηχο για να διευκρινιστεί.

Πρόεδρος: Το ποσοστό θεραπείας;

Τσαντήλας: Το ποσοστό θεραπείας του πρώιμου καρκίνου του μαστού, πρώιμος καρκίνος του μαστού είναι αυτός ο οποίος έχει συνήθως μέγεθος κάτω από ένα εκατοστό και δεν έχει μεταστατηθεί σε άλλο όργανο και είναι τοπικός. Ο πρώιμος καρκίνος του μαστού έχει ποσοστό θεραπείας γύρω στο 97%.

Πρόεδρος: Είναι πολύ μεγάλο ποσοστό.

Τσαντήλας: Και ο πρώιμος καρκίνος του μαστού είναι αυτός που γίνεται εμπειρικά μέσα στο έτος. Γι' αυτό εμείς επιμένουμε στον ετήσιο έλεγχο.

Πρόεδρος: Έχετε κάποιο μήνυμα αισιοδοξίας να μας δώσετε;

Τσαντήλας: Το μήνυμα που έχουμε να δώσουμε είναι ότι πρόληψη σημαίνει έγκαιρη διάγνωση. Και έγκαιρη διάγνωση σημαίνει έγκαιρη θεραπεία. Άρα πολύ μεγάλο ποσοστό επιτυχίας.

Πρόεδρος: Ωραία, σας ευχαριστούμε πολύ. Και θα φροντίσουμε να το μεταδώσουμε παντού σε όλες τις γυναίκες, γιατί απ' ό,τι φαίνεται αυτό βοηθάει πραγματικά.

Σωματική Άσκηση και Ποιότητας Ζωής

*Αν η Άσκηση μπορούσε να δοθεί σε μορφή χαπιού,
θα ήταν το πιο ευρέως χρησιμοποιούμενο και ωφέλιμο φάρμακο για τον κόσμο*

Στα τέλη του 20ου αιώνα και στις αρχές του 21ου αιώνα ο άνθρωπος αντιμετωπίζει μια νέα επιδημία, την επιδημία της υποκινητικότητας. Η υποκινητικότητα αυξάνεται με την ηλικία και είναι μεγαλύτερη στις γυναίκες και στις οικονομικά ασθενέστερες τάξεις.

Η απουσία της άσκησης αποτελεί την τέταρτη κύρια εστία κινδύνου για την παγκόσμια θνησιμότητα (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, 2010). Η δε πανδημία και το lockdown το 2020 - 2021 περιόρισαν ακόμα περισσότερο τις μετακινήσεις και ενθάρρυναν την καθιστική ζωή.

Οι συνέπειες της καθιστικής ζωής μπορούν να καταπολεμηθούν με την προαγωγή της σωματικής άσκησης. Η μακροχρόνια άσκηση μπορεί να είναι ο πιο σημαντικός παράγοντας στη μείωση γενικής θνησιμότητας από όλες τις αίτιες.

Άσκηση είναι το οποιοδήποτε είδος μυϊκής προσπάθειας προσχεδιασμένης έντασης, διάρκειας και συχνότητας που εντάσσεται σ' ένα μακροπρόθεσμο πρόγραμμα με σκοπό τη βελτίωση ή διατήρηση της ευρωστίας, της υγείας ή και της σωματικής απόδοσης.

> Η έκθεση Global recommendations on physical activity for health (2010), για τα παιδιά και τους εφήβους, ηλικίας 5 έως 17 ετών, προβλέπει καθημερινή σωματική άσκηση ήπιας ή απαιτητικής έντασης και διάρκειας 60 λεπτών με θεμιτή επιπρόσθετη άσκηση και την αερόβια γυμναστική να κατέχει τη μερίδα του λέοντος. Επίσης, προβλέπεται 3 φορές την εβδομάδα ενσωμάτωση ασκήσεων έντονης έντασης στο εβδομαδιαίο πρόγραμμα οι οποίες συνδράμουν στην ενδυνάμωση των μυών και των οστών. Σε παιδιά και εφήβους που είναι ενεργοί και δραστήριοι στις σωματικές ασκήσεις σε σύγκριση με τους συνομηλίκους τους που επιδεικνύουν οκνηρία και απάθεια, διαπιστώνονται υψηλότερα επίπεδα καρδιοαναπνευστικής και μυϊκής αντοχής, αύξηση της μυϊκής δύναμης, μείωση του σωματικού λίπους και παρατηρείται ενισχυμένη υγεία των οστών,

καθώς και μειωμένα συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης.

> Για τον ενήλικο πληθυσμό ηλικίας 18 έως 64 ετών, προτρέπει να πραγματοποιούν τουλάχιστον 150 λεπτά μέτριας έντασης αερόβια σωματική δραστηριότητα καθ' όλη την εβδομάδα ή 75 λεπτά έντονης έντασης αεροβική φυσική άσκηση ή ένας ισοδύναμος συνδυασμός ασκήσεων μέτριας και έντονης έντασης. Η αερόβια δραστηριότητα πρέπει να διεξάγεται σε κύκλους που θα έχουν ελάχιστη διάρκεια τα 10 λεπτά. Για την αποκόμιση επιπρόσθετων οφελών για την υγεία, οι ενήλικες θα πρέπει να αυξήσουν την αερόβια σωματική τους δραστηριότητα (σταδιακά) σε 300 λεπτά καθ' όλη την εβδομάδα, ή σε 150 λεπτά έντονης έντασης αεροβικής φυσικής δραστηριότητας την εβδομάδα, ή ένας ισοδύναμος συνδυασμός ασκήσεων μέτριας και έντονης έντασης. Παράλληλα, ασκήσεις που συμβάλλουν στη μυϊκή αύξηση θα ήταν ωφέλιμο να διεξάγονται τουλάχιστον σε 2 ημέρες για την αποκόμιση επιπρόσθετων οφελών για την υγεία. Θέτει όμως περιορισμούς στο προτεινόμενο πρόγραμμα για τις έγκυες γυναίκες και τα άτομα με καρδιακά προβλήματα. Στόχος του προτεινόμενου προγράμματος, είναι η βελτίωση της καρδιοαναπνευστικής και μυϊκής αντοχής, η υγεία των οστών και η

μείωση του κινδύνου των μη μεταδιδόμενων νόσων και της κατάθλιψης.

> Για την ηλικιακή ομάδα άνω των 65, στόχος του προγράμματος είναι η βελτίωση της καρδιοαναπνευστικής και μυϊκής κατάστασης, η διατήρηση της ακεραιότητας των οστών, η μείωση του κινδύνου των μη μεταδοτικών ασθενειών και η αντιμετώπιση της κατάθλιψης και της γνωστικής εξασθένησης. Προτείνει να εκτελούν τουλάχιστον 150 λεπτά μέτριας έντασης αερόβια σωματική δραστηριότητα καθ' όλη τη διάρκεια της εβδομάδας ή τουλάχιστον 75 λεπτά έντονης έντασης αερόβια σωματική δραστηριότητα ή ένα ισοδύναμο συνδυασμό μέτριας και έντονης έντασης άσκησης. Η αερόβια δραστηριότητα πρέπει να διεξάγεται σε περιόδους τουλάχιστον 10 λεπτών διάρκειας.

Για την αποκόμιση επιπρόσθετων οφελών για την υγεία, οι ενήλικες άνω των 65 θα πρέπει να αυξήσουν την αερόβια σωματική τους δραστηριότητα (σταδιακά) σε 300 λεπτά καθ' όλη την εβδομάδα, ή σε 150 λεπτά έντονης έντασης αεροβικής φυσικής δραστηριότητας την εβδομάδα, ή ένας ισοδύναμος συνδυασμός ασκήσεων μέτριας και έντονης έντασης.

“Όποιος παραμένει φυσικά δραστήριος και ενεργός σε μεγάλη ηλικία θα είναι και λειτουργικά ανεξάρτητος”
Shephard R.J. Geriatrics 1993





Με αισιοδοξία και αγάπη

Τα μέλη του Ομίλου Καβάλας συγχαίρουν την **Αννα - Μαρία Χατζή**, μεταπτυχιακή φοιτήτρια στον Αστικό Σχεδιασμό στο Πολυτεχνείο του Αμβούργου, για την Υποτροφία που έλαβε από την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία για το τρέχον Ακαδημαϊκό Έτος, με την ευχή ότι θα έχει μια επιτυχημένη ακαδημαϊκή και επαγγελματική πορεία. Ευχαριστούμε ιδιαίτερα και το μέλος μας και μητέρα της **Αννα - Μαρίας**, **Μελίνα Ευθυμιάδη - Χατζή**, για την φιλόξενη βραδιά στο σπίτι της, όπου μέλη του Δ.Σ. είχαμε τη δυνατότητα να γνωρίσουμε και να ανταλλάξουμε απόψεις με την νεαρή Υπότροφο.



Ο Σοροπτιμιστικός Όμιλος «Ανατολικός» θα ήθελε να εκφράσει τα θερμά συγχαρητήριά του στον **κ. Χρήστο Δημητρίου Ταραντίλη**, γιο του μέλους του Δ.Σ. του Ομίλου μας, **κας Ντίνας Ταραντίλη**, για την ανάληψη των νέων του καθηκόντων ως υφυπουργού παρά τω πρωθυπουργώ, αρμόδιου για θέματα επικοινωνίας και ενημέρωσης και κυβερνητικού εκπροσώπου. Με τις καλύτερες ευχές μας για μια ανοδική και δημιουργική πορεία.

Ευχαριστήρια επιστολή της υποτρόφου Ελένης Παπαδημητρίου

Αγαπητές Σοροπτιμίστριες,
Σας γράφω από το Άμστερνταμ. Το δεύτερο έτος των σπουδών μου έχει ξεκινήσει εδώ και κάποιες μέρες. Όλοι είμαστε πολύ μουδιασμένοι και ανήσυχoi. Κάθε μέρα τα πράγματα αλλάζουν. Τα μέτρα γίνονται όλο και πιο αυστηρά, έχουμε συνεχώς περισσότερους περιορισμούς. Το ελπιδοφόρο είναι πως όλοι προσπαθούμε να κρατήσουμε τη σχολή ανοικτή – να παραμείνει ένας ζωντανός χώρος μάθησης και ανταλλαγής ιδεών, ζύμωσης μεταξύ ανθρώπων που έρχονται από τόσο διαφορετικά μέρη του κόσμου και έχουν ως κοινή επιθυμία να γίνουν καλύτεροι και να φανούν χρήσιμοι.

Ακόμη πιο ελπιδοφόρο για μένα ήταν πως χάρη στη δική σας στήριξη κατάφερα να πάρω την υποτροφία και να συνεχίσω τις σπουδές μου. Με βοηθήσατε να κάνω την στροφή στη ζωή μου που ονειρευόμουν για χρόνια. Σας είμαι ευγνώμων για τον κόπο

που βάλατε και για την ζεστασιά που είχατε στην επικοινωνία μας. Θυμάμαι το παράδειγμά σας και θέλω να φανώ αντάξια. Πιστεύω πως αυτά είναι δανεικά στη ζωή, δεν μας ανήκουν και όταν έρθει η ώρα προσφέρουμε σε κάποιον άλλο. Θα ήθελα να ξέρετε πως είμαι στη διάθεσή σας να στηρίξω τους σκοπούς του Σοροπτιμισμού με οποιοδήποτε τρόπο μπορώ. Με μεγάλη μου χαρά.

Θέλω να ευχαριστήσω από καρδιάς τον όμιλο Μακεδονία, την πρόεδρο Σταυρούλα Ανδρεάδου και τα μέλη του ομίλου, την πρόεδρο της ΣΕΕ **Μαρία - Ευρυδίκη Γκράτζου**, τα μέλη της επιτροπής για τις υποτροφίες **Μαριάννα Αυγερινού - Τζιώγα**, **Ευαγγελία - Μαρίνα Τσίλαγα** και **Βαϊά Οικονομίδου - Τάσσου** και την **Αικατερίνη Τάχου** που με πρότεινε και με στήριξε σαν μητέρα.

Με εκτίμηση και εγκάρδιους χαιρετισμούς,
Ελένη Παπαδημητρίου

Αλυσμόνητες / οι

Στη φίλη που έχασα
Το **αντίο στη Δέσποινα** είναι για μένα φορτίο αβάσταχτο. Την γνώρισα στην οργάνωσή μας, όμως στη Συνάντηση Προέδρων και Συντονιστριών στην Βουλιαγμένη, έγινε το καθοριστικό πλησίασμά μας, αμοιβαίο και αυθόρμητο και για τις δυο μας. Σαν δυο φίλες από χρόνια.
Η Δέσποινα ήταν η γυναίκα για το καλύτερο, μια σωστή Σοροπτιμίστρια. Δεν είχα την τύχη να ανήκω στον Όμιλό της, πορευτήκαμε όμως μαζί στις αντιπροεδρίες του Δ.Σ. της Ένωσής μας διετίας 2010 - 2012 και είδα από κοντά πώς δούλευε: Ακούραστα, με μεθοδικότητα, οργάνωση, ανοικτό και κυρίως αδελφικό πνεύμα.
Κι όταν πήγαμε στην Αθήνα, για προσωπικούς λόγους, πάντα βρισκόμαστε, έχοντας δημιουργήσει και οικογενειακές σχέσεις. Ειλικρινά θα μου λείψεις Δέσποινα, όμως στο νου και την καρδιά μου θα ζεις για πάντα.
Δέσποινά μου, καλή μου φίλη, ας είναι ελαφρύ το χώμα που σε σκεπάζει.

Χριστίνα Χαϊδόγλου
Δ/ντρια Προγράμματος Ομίλου Κέρκυρας

Η **Ευγενία Τσουμάνη** πρώην Γενική Γραμματέας Ισότητας των Φύλων και Βουλευτής, έφυγε από την ζωή τον Δεκέμβριο του 2020. Υπήρξε μία ευγενική προσωπικότητα, μετριοπαθής, με ευαισθησία για τα κοινωνικά προβλήματα και με δημοκρατική κοσμοπολία. Σημαντική ήταν η συμβολή της σε Εθνικές Γενικές Συλλογικές Συμβάσεις για την προώθηση της ισότητας των φύλων στον κοινωνικό διάλογο. Υπήρξε ιδρυτικό μέλος και μέλος του Δ.Σ. του Πολιτικού Συνδέσμου Γυναικών. Οι σοροπτιμίστριες συνεργάστηκαν μαζί της όταν εκείνη ήταν Γ.Γ. της Ισότητας.

Η Σοροπτιμιστική οικογένεια εκφράζει θερμά συλλυπητήρια στην οικογένεια της Ευγενίας για την απώλεια της.

Μ. Γκράτζου
Πρόεδρος ΣΕΕ 2018 - 2020,
Governor 2020 - 2022

Αλυσμόνντες / οι

Μία φίλη έφυγε

Μαίρη Νόμπελν

Η οδυνηρή στιγμή, αγαπημένη φίλη, που η κοινή μας πορεία έγινε ανάμνηση, μας βρήκε απροετοίμαστες. Αρκετές από μας είχαμε μιλήσει τελευταία μαζί σου στο τηλέφωνο, ήσουν ευδιάθετη, αισιόδοξη.

Συναισθηματικός ο φόρτος μας καθώς μαθαίνουμε για την ευαίσθητη κατάσταση της υγείας σου τα τελευταία χρόνια. Σου δίναμε ευχές για περαστικά και γυρίζαμε πίσω τον χρόνο στη δεκαετία του '80. Πόσες δεκαετίες από το 1988 που ιδρύθηκε ο Όμιλος Ψυχικού!

Ευτύχησες να έχεις ολοκληρωμένη πορεία στη ζωή σου. Γάμος, παιδιά, εγγόνια, επαγγελματική και άλλες δραστηριότητες. Όμως, ποια μοίρα το έφερε και αποχαιρέτησες αγαπημένα μέλη της οικογένειάς σου που έφυγαν πρόωρα;

Η απουσία σου στοιχίζει σε όλες. Κρατάμε από σένα την ενεργό συμμετοχή στα δρώμενα του Ομίλου, από ιδρυτικό μέλος μέχρι το αξίωμα της Προέδρου, ενώ επωμίστηκες και διάφορες άλλες ευθύνες και συνεργάστηκες μαζί μας. Κρατάμε ακόμη πόσο απολαβίναμε τη θερμή φιλοξενία στο σπίτι σου.

Μαίρη, κι αν έφυγες η μορφή σου θα έχει πάντα θέση ανάμεσά μας.

Βάσω Κωσταρίδη και
οι φίλες του Ομίλου Ψυχικού

Αλυσμόνντη και πολυαγαπημένη μας Αδελφή **Μαρία**,
Μια θάλασσα δακρύων, είναι ο πόνος μας, ένα σκληρό αλέτρι, σκάβει βαθιά την ψυχή μας, για ΣΕΝΑ, που πήρες το δρόμο για το ταξίδι, χωρίς επιστροφή.
Σ' αυτό το φτηνό ΠΑΝΔΟΧΕΙΟ, που λέγεται «ΓΗ», έχεις για κατοικία σου τώρα το άπειρο και έχεις περάσει το κατώφλι της αιωνιότητας.

Πονάμε και ο πόνος μας αυτός είναι ένα ηφαίστειο που η λάβα του γυρίζει στην καρδιά μας.

Στου χρόνου μας το κομπολόι, έρχονται και ξανάρχονται στα χέρια μας, οι χάντρες των αναμνήσεων για ΣΕΝΑ.

Υπηρετήσες τον Όμιλό μας 2 φορές ως Πρόεδρος και 8 χρόνια ως Συντονίστρια Καλής Θέλησης. Προσέφερες επί 8 συνεχή έτη μουσική με τραγούδια στο Άσυλο Ανιάτων και επί συνεχή χρόνια στις Γυναικείες Φυλακές του Κορυδαλλού.

Δημιούργησες μια υποδειγματική οικογένεια, αντάξια των προσδοκιών σου μέσα στην κοινωνία.

Υπήρξες ένας χαρισματικός άνθρωπος με μια αγνή ψυχή, που ονειρευόσουν μέσα από αγώνες να καταφέρεις τη χρησιμότητα για τον παράγοντα Άνθρωπο.

Είχες την ευγένεια της ανοιξιότικης βροχής, που είναι σπάνια και περιζήτητη, την καλοσύνη του ήλιου που σκορπάει το χρυσάφι του, χωρίς να περιμένει κάποια ανταπόκριση.

Γαλννεμένη θάλασσα τα μάτια σου, και το χαμόγελό σου ανθισμένο κόκκινο τριαντάφυλλο, θρεμμένο με το αίμα της αγάπης.

Μαρία μου, αγνοούμε το αλφάβητο της γλώσσας των ΑΓΓΕΛΩΝ, όπως είσαι εσύ, για να μπορέσουμε να σε περιγράψουμε.

Οι Αδελφές σου του Σ.Ο. Αθηνών «Ιδρυτικός» σου εύχονται καλό ταξίδι.

Και από μένα, καλή αντάμωση...

Ανθούλα

Ο Όμιλος Αθηνών "Ιδρυτικός" προσέφερε 50 ευρώ στην Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών - Γενικό Φιλόπτωχο Ταμείο, αντί στεφάνου, εις μνήμην της αλυσμόνντης και πολυαγαπημένης μας Μαρίας Κωνσταντινίδου.

Η κα Λίλα Γιαννοπούλου προσέφερε 50 ευρώ στην Πειραιϊκή Εκκλησία, αντί στεφάνου, εις μνήμην της αγαπημένης της Μαρίας Κωνσταντινίδου.

Η κα Καίτη Παπαδάκου προσέφερε 100 ευρώ στους Φίλους των Αγίων Αναργύρων - Αντικαρκινικό Κηφισιάς, αντί στεφάνου, εις μνήμην της αγαπημένης της Μαρίας Κωνσταντινίδου.

Τα μέλη του Σοροπτιμιστικού Ομίλου Παλαιού Φαλήρου ευχαριστούν τον Όμιλο Πειραιά για την ευγενική του προσφορά του ποσού των 50 ευρώ στο ΠΕΚΑΜΕΑ, στη μνήμη της φίλης μας και Σοποπτιμίστριας Δέσποινας Βλαχοπούλου.
Η πρόεδρος, Πέγκυ Ξανθάκη - Μπαλαμπίνη
Η γραμματέας, Ευαγγελία Καπνίδου

Τα μέλη του Σοροπτιμιστικού Ομίλου Παλαιού Φαλήρου ευχαριστούν το μέλος του Σοροπτιμιστικού Ομίλου της Κέρκυρας, κα Χαϊδόγλου, για την ευγενική του προσφορά του ποσού των 50 ευρώ στον Όμιλό μας στη μνήμη της φίλης μας και Σοποπτιμίστριας Δέσποινας Βλαχοπούλου.
Η πρόεδρος, Πέγκυ Ξανθάκη - Μπαλαμπίνη
Η γραμματέας, Ευαγγελία Καπνίδου

Εις μνήμην της Δέσποινας Βλαχοπούλου ο Σοροπτιμιστικός Όμιλος Παλαιού Φαλήρου παρέδωσε τρόφιμα στο κοινωνικό παντοπωλείο του Δήμου μας αξίας 350 ευρώ.
Η πρόεδρος, Πέγκυ Ξανθάκη - Μπαλαμπίνη
Η γραμματέας, Ευαγγελία Καπνίδου

Εις μνήμην του συζύγου της αγαπημένης μας Λένας Κουτσελίνη, Αντωνίου Κουτσελίνη, καθηγητή Ιατροδικαστικής και τοξικολογίας, ο Όμιλος «Λυκαβηττός» κατέθεσε 140 ευρώ στο Γηροκομείο Βόλου, τόπο καταγωγής του εκλιπόντος.
Ερατώ Παλαιολόγου, εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής,
πρόεδρος Σ.Ο. «Λυκαβηττός»

Με τη συμπλήρωση 6 μηνών από την απώλεια του συζύγου της Αντώνης Κουτσελίνη, η αντιπρόεδρος του Σ.Ο. «Λυκαβηττός», Λένα Κουτσελίνη, προσέφερε για τα παιδιά του Λύρειου ιδρύματος το ποσό των 200 ευρώ για τις άμεσες ανάγκες τους. Επιπλέον και ύστερα από απόφαση του Δ.Σ. του ομίλου, κατατέθηκε το ποσό των 100 ευρώ για τον ίδιο λόγο. Τα χρήματα δόθηκαν σε επιταγές από γνωστό σούπερ μάρκετ, όπως μας ζητήθηκε.

Πέρασαν πάνω από είκοσι χρόνια που ο Παύλος και η Λώρα Κάστρο, οι πολυαγαπημένοι μου γονείς, βρίσκονται σ' άλλους ουρανούς. Κι όμως καθημερινά τους σκέπτομαι, μπορώ να πω ότι ζω στιγμές μαζί τους, κάτω από τη σκέπη τους, κι αυτό με βοηθάει, νιώθω πως έχω την ευχή τους και συνεχίζω να πορεύομαι πάντα με τη σκέψη τους και τις ευχές τους.
Με αφορμή το μνημόσυνο που κάνουμε κάθε χρόνο την πρώτη Κυριακή του Νοεμβρίου.
Αιωνία η μνήμη τους!
Καίτη Κάστρο - Λογοθέτη
(κατέθεσε 100 ευρώ για τις ανάγκες του περιοδικού)



ΤΑ
ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ
ΤΗΣ
ΓΥΝΑΙΚΑΣ
ΕΙΝΑΙ
ΤΑ
ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ
ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ

100 ΧΡΟΝΙΑ
ΣΟΡΟΠΤΙΜΙΣΜΟΣ



ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο
ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ
Αριθμός Έκδοσης
254