



ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

WORLD PHARMACISTS



ΚΩΔΙΚΟΣ 015805
ISSN 1791-0226

Μη κερδοσκοπική,
Ανθρωπιστική Οργάνωση
ΝΠΙΔ
Έτος ίδρύσεως 1997

Ευαισθησία, Προσφορά στην προσφυγική Κρίση

Τα τελευταία χρόνια το προσφυγικό- μεταναστευτικό πρόβλημα ήδη υπήρχε παλαιότερα με εισροές από διάφορες χώρες. Γιγαντώθηκε όμως με την αθρόα έξοδο εκατοντάδων χιλιάδων ή και εκατομμυρίων τρομοκρατημένων ανθρώπων κυρίως από τη Συρία, με κατεύθυνση την καρδιά της Ευρώπης προελαύνοντας απελπισμένα προς τα Βαλκανικά όρια και ειδικότερα προς τα θαλάσσια σύνορα της Ελλάδας.

Ο κάθε Σύριος πρόσφυγας παραδίδει στα πρώτα αμφίβολα Ευρωπαϊκά σύνορα (συνήθως στην Τουρκία), την αξιοπρέπεια που έχασε στην πατρίδα του πιστεύοντας ότι η ελπίδα και η λύση βρίσκονται μπροστά και κοντά. Η διαχείριση όμως των πεδίων που προκύπτουν από την κρίση, δεν είναι καθόλου εύκολη.

Ίσως αυτή η νέα κατάσταση να είναι αποτέλεσμα από σωρεία παλαιότερων πολιτικών, κοινωνικών και προγραμματικών λαθών της Ευρώπης, που επέτρεψε να διαμορφωθούν πολύ γρήγορα νέα ασταθή κράτη, υπαρξιακές / πολιτικοθρησκευτικές ανισότητες και μη ομαλοποιημένες κοινωνίες.

Για ένα μεγάλο μερίδιο αντιμετώπισης αυτής της λαίλαπας εισροής και αναγκών των προσφύγων και μεταναστών στην Ελλάδα, έπρεπε να ορθωθεί άμεσα και αναγκαστικά ένα τείχος με το σύνθημα «Εθελοντισμός - Προ-

σφορά -Ελπίδα» από το Κράτος και ειδικότερα από μία σειρά υγιείς Ανθρωπιστικές, μη κυβερνητικές Οργανώσεις. Υποχρέωση που έπρεπε να επέλυε προβλήματα επιβίωσης, προστασίας της ανθρώπινης αξιοπρέπειας, οικονομικής δυσανεξίας και προσφοράς υπηρεσιών υγείας όλων αυτών των ανθρώπων.

Το έργο αυτό, όντως με ταχύτητα και αντικειμενικές διαδικασίες ανέλαβαν να διαχειριστούν υπεύθυνα μικρότερες ή μεγαλύτερες Ελληνικές ΜΚΟ και εθελοντικές ομάδες, προσφέροντας το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα παντοειδούς βοήθειας.

Ως γνωστόν η ανθρωπιστική Οργάνωση των «Φαρμακοποιών του Κόσμου» μαζί με όλους τους άλλους Φορείς, βρέθηκαν άμεσα στο στίβο βοήθειας και προσφοράς στα Κέντρα Υποδοχής και Φιλοξενίας Προσφύγων -Μεταναστών, πρόχειρους καταυλισμούς διαμονής, Κοινωνικά Ιατρεία/Φαρμακεία (Ελαιώνας, Ελληνικό, Λιμάνι Πειραιά, Παρανέστι, Νησιά Αιγαίου κ.α) σε συνεργασία με ΕΚΕΠΥ, ΚΕΕΛΠΝΟ, Ελληνική Αστυνομία, Δημοτικές Αρχές, Φαρμακευτικούς, Ιατρικούς Συλλόγους, άλλες ΜΚΟ κ.λπ.

Αντίστοιχα και το παράρτημα της Οργάνωσης, οι «Φαρμακοποιοί του Κόσμου -Κύπρου» ευαισθητοποιήθηκαν προωθώντας φάρμακα

Συνέχεια στη σελ. 2

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ

Υψηλάντου 41 Γλυφάδα 166 75 Τηλ.: 210-3816720 - 210-9623845, Fax: 210-9652386,
e-mail: worldpharmacists@yahoo.com, www.worldpharmacists.org

75 ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ -
ΙΟΥΛΙΟΣ 2016



Δ.Σ. «ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ»

Πρόεδρος: Θωμάς Μπαμπάλης

Αντ/δρος: Δώρα Μανωλάκου

Γ. Γραμ/τές: Ελένη Βλάχου

Ταμίας: Υβόννη Χασιώτη

Μέλη: Σπύρος Σερεμιδής, Άννα Ποριώτη,

Αγγελίνα Βελακούλη

Αναπλ. Μέλη Δ.Σ.: Ελένη Παπασιροπούλου (Αναπλ.

Γραμματέας), Σταύρος Χιλιόπουλος, Λία Κοττίνη,

Αγγελική Κοψίνη, Σοφία Νικηφορίδου

Γραφεία Αθηνών:

• Χαλκοκονδύλη 1 - Αθήνα 10677

Τηλ./Φαξ: 210-3816720, 210-9969722

Κιν.: 6984-366827, 6937-440959

e-mail: worldpharmacists@yahoo.com

http://www.worldpharmacists.org

• Υψηλάντου 41 - Γλυφάδα 16675

Τηλ.: 210-9623845, Φαξ: 210-9652386

e-mail: worldpharmacists@yahoo.com, serio@hol.gr

skyre: worldpharmacists3933

Εκπρόσωποι Ελλάδος:

ΒΟΛΟΣ Ιωλκού 289 Α - Βόλος 38333

Τηλ./Φαξ: 24210-40913, κιν.: 6948-076477

e-mail: vbirlirakis@yahoo.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ Αλεξ. Σβώλου 23 -

Θεσ/νίκη 54622, e-mail: info@angelline.gr

Τηλ.: 2310-276120/268268, Φαξ: 2310-244930

ΚΑΛΑΜΑΤΑ Ηρώων 68 - Καλαμάτα 24132

Τηλ.: 27210-24230, Κιν: 6977-091171

ΚΕΡΚΥΡΑ Πλατεία Γ. Θεοτόκη 9 - Κέρκυρα 49100

Τηλ.: 27210-24230, Φαξ: 26610-37872

e-mail: vretsi@gmail.com, kvrettou@otenet.gr

ΛΑΡΙΣΑ Δευκαλίωνος 9 - Λάρισα 41222

Τηλ./Φαξ: 2410-536559, Κιν.: 6977-297662

e-mail: imak60@otenet.gr, sfarmak@lar.forhnet.gr

ΡΟΔΟΣ Φαρμακευτικός Σύλλογος Δωδεκανήσου

Περιοχή Ζέφυρος - Ρόδος 85100

Τηλ.: 22410-67567, Φαξ: 22410-38151

e-mail: fsd@otenet.gr

Παραρτήματα Εξωτερικού:

ΖΑΜΠΙΑ

• Όλγα Γεωργίτση - Δημ. Σχέσεις/Υπευθ. Οικονομικών

• Prof. Chifumbe Chintu, Esnat Mwape,

Lloyd Chingambo, Enzo Rossi, Dr. Paul Ravi,

Dr. Lanina Prashar - Σύμβουλοι

PO Box 310021 - Chelston-Lusaka

Τηλ.: + 260-211-213367/0966-747790

e-mail: yiayiageorgitsis@gmail.com

ΚΥΠΡΟΣ

• Διαμάντω Παναγιωτίδου-Πρόεδρος - Κυκλαμίνων 5Α

Λακαταρία Λευκωσία 2322,

Τηλ.: + 357-22-721408, κιν.: + 357-99-489067

e-mail: diamanto1@cytanet.com.cy

worldpharmacists@gmail.com,

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ «Φ.Τ.Κ.»

□ **ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:** «ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ» ΜΚΟ

Τριμηνιαία έκδοση - Διανέμεται δωρεάν

□ **ΕΚΔΟΤΗΣ-ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ:** Σπ. Σερεμιδής,

Υψηλάντου 41 - Γλυφάδα 16675

Τηλ.: 210-9623845, Φαξ: 210-9652386

κιν.: 6945-434005, 6977-660436

e-mail: serio@hol.gr, ooVoo: spyrosseremidis

facebook: Spyros Seremidis

□ **ΔΗΜ. ΣΧΕΣΕΙΣ - ΕΚΔΟΣΕΙΣ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ:**

Σπ. Σερεμιδής, Ελ. Παπασιροπούλου, Αγ. Βελακούλη,

Αν. Ποριώτη, Λία Κοττίνη, Ελ. Βλάχου

□ **ΥΠΕΥΘ. WEBSITE:** Rainhost Solutions

□ **ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ:** ΜΕΜΦΙΣ Α.Ε.

Τηλ.: 210-5240739, Φαξ: 210-5224556

e-mail: memfisae@otenet.gr

□ **ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:** Γ. Χρυσοβιτσιάνος



ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΙ
ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Ευαισθησία, προσφορά στην προσφυγική κρίση

Συνέχεια από τη σελ. 1

και υγειονομικό υλικό αρκετές φορές σε ιατρικές μονάδες και Οργανώσεις περίθαλψης προσφύγων βασικά στην Κύπρο, αλλά και προς την Ελλάδα.

Μία πολύ μεγάλη όμως ποσότητα υγειονομικού υλικού Ρονιδόνη από την Κύπρο - ευγενική δωρεά της εταιρίας Mundipharma Ltd - για τους Σύριους πρόσφυγες, με προσφορά μεταφοράς από την Ναυτιλιακή εταιρία «Σαλαμίς» και ευγενική κάλυψη εξόδων στην Κύπρο από άλλους χορηγούς, έφθανε στο λιμάνι του Πειραιά στις 18 Ιουνίου 2016. Χρειάστηκε βέβαια μεγάλος συντονισμός των προσπαθειών των Φ.τ.Κ. στην Κύπρο για την εξεύρεση χορηγών καθώς τα έξοδα μιας τέτοιας αποστολής ήταν εξαιρετικά υψηλά (Μεταφορές, Free of charge sea freight, εκτελωνισμός-έξοδα λιμένος Λεμεσού, discharging port expenses), αλλά και αντίστοιχα και με την άφιξη στην Ελλάδα.

Η τεράστια ποσότητα που έφθασε των 19 παλετών (25 m³) των διαφορετικών σκευασμάτων και αντισηπτικών Betadine (Ρονιδόνη) έγινε με προσωπικές ενέργειες μελών, αλλά και κάλυψη των αντίστοιχων εξόδων από τα Κεντρικά Γραφεία των Φ.τ.Κ. Το φορ-



τίο παραδόθηκε σε εκπροσώπους του Κέντρου Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων/ (ΚΕΕΛΠΝΟ), για να καλυφθούν οι υγειονομικές ανάγκες των φιλοξενούμενων προσφύγων και μεταναστών στις εγκαταστάσεις των διάφορων ΚΥΦΠ, Hot spots και καταυλισμών σε ολόκληρη την Ελλάδα. Ήταν μία πολύ σημαντική ανθρωπιστική προσφορά.

ΣΠ. ΣΕΡΕΜΙΔΗΣ
Φαρμακοποιός

Αρ. Πρωτ.: ΟΥ 19246
Μαρούσι 14/3/2016

Γραφείο : Πρόεδρου
Πληροφορίες :
Διεύθυνση : Αγράφων 3-5, Μαρούσι
Τ.Κ. : 15123
Τηλέφωνο : 210 5212007-2010
Fax : 210 5212064
Email : president@keelpno.gr

ΠΡΟΣ: 1. Φαρμακοποιοί του Κόσμου - Κύπρου
2. Mundipharma Ltd

ΚΟΙΝ.: Φαρμακοποιοί του Κόσμου - Αθήνα

ΘΕΜΑ : «ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΓΙΑ ΤΗ ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ»

Αξιότιμοι κύριοι,

Σε ένδειξη ελάχιστης ευγνωμοσύνης για τη δωρεάν διάθεση υγειονομικού υλικού προς το ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ. προκειμένου να καλυφθούν σημαντικές υγειονομικές ανάγκες των Κέντρων Υποδοχής και Φιλοξενίας, θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές ευχαριστίες μου για την πολύτιμη συμβολή σας στη δύσκολη αποστολή που επιτελεί καθημερινά ο Οργανισμός μας.

Η προσφορά σας από τη δωρεάν εταιρία ΜΥΝΔΙΦΑΡΜΑ LTD αποτελεί δείγμα κοινωνικής ευθύνης και θα αξιολογηθεί πλήρως.

Σας ευχαριστούμε για τη συμβολή σας στην προστασία και προαγωγή της Δημόσιας Υγείας και ευελπιστούμε η πράξη σας να αποτελέσει παράδειγμα προς μίμηση.

Με εκτίμηση,
Ο Πρόεδρος Δ.Σ. του ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.
Οδός Σιαφές 3, Μαρούσι

ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ
Η Υπεύθυνη Γραμματέας
Σοφία Ε. Γεωργιάδου

Θαύμιλος Ρόζιμπεργκ
Αν. Καθηγητής Χειρουργικής
Πανεπιστημίου Αθηνών



ΕΜΜΗΝΟΠΑΥΣΗ

Αν γνωρίζει και προετοιμάσει έγκαιρα και κατάλληλα η κάθε γυναίκα τον εαυτό της, η περίοδος της εμμηνόπαυσης θα περάσει πιο εύκολα. Άλλωστε, δεν είναι το τέλος του κόσμου... Είναι μια δεύτερη αρχή. Οι γυναίκες φτάνουν στην εμμηνόπαυση κατά μέσο όρο γύρω στα 51 τους χρόνια, εν τούτοις η ακριβής ημερομηνία μπορεί να διαφέρει αισθητά από γυναίκα σε γυναίκα. Εμμηνόπαυση



το φούσκωμα, το μαλάκωμα του στήθους καθώς και η αλλαγή διάθεσης μπορεί να αρχίσουν να υποχωρούν.

– Η εμμηνόπαυση μπορεί να προκαλέσει ψυχολογικά συμπτώματα όπως ελάτωση της libido, εκνευρισμό, κατάθλιψη, κούραση.

Εν τούτοις, πολλές έρευνες έδειξαν ότι η ζωή κάποιων γυναικών αλλάζει μάλλον προς το καλύτερο με την εμμηνόπαυση. Περίπου το 65%

πριν τα 45 θεωρείται πρώιμη, ενώ πολύ λίγες γυναίκες δεν μπαίνουν σε αυτή τη φάση πριν τα εξήντα τους. Πριν από αυτό υπάρχει μια χρονική περίοδος η προεμμηνόπαυση, που μπορεί να αρχίσει οποιαδήποτε στιγμή μετά τα 35, ενώ συχνά δεν υπάρχουν συμπτώματα πριν τα 40 χρόνια.

Τυπικά υπάρχουν 5 φάσεις για τέτοιες σωματικές, βιολογικές μεταβολές. Ας τις αναλύσουμε:

Φάση 1: Θα παρατηρήσετε μικρές αλλαγές στο μηνιαίο κύκλο, οι περίοδοί σας γίνονται συντομότερες και ο χρόνος μεταξύ τους θα μεγαλώνει.

Φάση 2: Μπορεί να έχετε δύσκολες και επίπονες περιόδους, ημικρανίες και νυχτερινή εφίδρωση.

Φάση 3: Ο μηνιαίος κύκλος σας γίνεται ακατάστατος. Μπορεί να παθαίνετε ουρολοιμώξεις ή να αποκαλυφθεί μετά από εξετάσεις ότι υπάρχουν και κάποια ινομυώματα, όλα αυτά λόγω του μεγάλου κύματος οιστρογόνων που χαρακτηρίζουν αυτή τη φάση.

Φάση 4: Μπορεί να έχετε ίσως και 4 μόνο περιόδους το χρόνο, αλλά τις περισσότερες στιγμές με αίσθημα καύσου και νυχτερινές εφιδρώσεις. Τα επίπεδα των οιστρογόνων, επιτέλους αρχίζουν και να πέφτουν.

Φάση 5: Αυτή η φάση αρχίζει με την τελευταία σας περίοδο και διαρκεί περίπου ένα χρόνο, χωρίς όμως εσείς να γνωρίζετε ότι είναι η τελευταία σας περίοδος. Μπορεί να νιώθετε κάθε μήνα κράμπες, να έχετε πόνους και προεμμηνορροϊκό σύνδρομο, αλλά όχι περίοδο. Τα πρηξίματα,

των γυναικών δήλωσαν πιο χαρούμενες. Σε απαντήσεις τους το 76% είπαν ότι η υγεία τους ήταν καλύτερη, το 75% ότι διασκέδαζαν περισσότερο και το 93% ότι αισθάνονταν πιο ανεξάρτητες και απελευθερωμένες. Ωστόσο πολλές γυναίκες ανησυχούν ότι θα αισθάνονται λιγότερο sexy, αλλά αφού ξεμπερδέψουν με τα ενοχλητικά συμπτώματα της προεμμηνόπαυσης θα συμβαίνει το αντίθετο.

Την περίοδο αυτή βοηθήστε φυσικά τις ορμόνες σας.

Τρώτε 2-3 μερίδες ημερησίως πιο πολλά λαχανικά, μπρόκολο, κουνουπίδι, λαχανίδες, σπανάκι, λάχανο. Αυτά περιέχουν indole-3-carbinol, που βοηθάει τον οργανισμό να απαλλαγεί από τα επιπλέον οιστρογόνα. Επίσης, φυτικές διαλυτές ίνες υπάρχουν στα φρούτα και τα λαχανικά. Οι φράουλες, τα μήλα, τα αχλάδια, η βρώμη είναι πλούσιες πηγές, προσκολλώνται στα οιστρογόνα μέσα στο πεπτικό σύστημα και τα αποβάλουν από τον οργανισμό. Φάτε 1 μερίδα την ημέρα εσπεριδοειδή. Περιέχουν D-limonene, που είναι μια ουσία που συντελεί στην αποτοξίνωση από τα οιστρογόνα.

Μειώστε την πρόσληψη καφεΐνης, γιατί τα 2 ή περισσότερα φλυτζάνια ημερησίως ανεβάζουν τα επίπεδα οιστρογόνων. Το αλκοόλ ανεβάζει επίσης τα οιστρογόνα.

Κρατήστε το βάρος σας σε σωστά και σε υγιή επίπεδα, γιατί το λίπος δημιουργεί οιστρογόνα που θα προστεθούν στα ήδη προϋπάρχοντα.

Ι. ΚΥΡΙΑΔΗΣ
Φαρμακοποιός

Ευχαριστούμε



Οι «Φαρμακοποιοί του Κόσμου» ευχαριστούμε θερμά ευαισθητοποιημένα άτομα, επιχειρήσεις, Συλλόγους και Φορείς που βοηθούν και στηρίζουν τα υγειονομικά Ανθρωπιστικά μας Προγράμματα:

Mundipharma-Cyprus Ltd, Λεόντειο Λύκειο Πατισίων, Salamis Lines, Αταλιώτης Comp., Thasmar Comp., Φ.τ.Κ. Κύπρου, Πανελ. Φαρμακευτικός Σύλλογος, Α/Β Βασιλόπουλος (Ελληνικού και Γλυφάδας), Συστ. Φαρμακεία Α. & Λ. Αθανασίου Ο.Ε., Συστ. Φαρμακεία Π. & Μ. Κολλιάνη Ο.Ε., Φαρμ. Φ. Βεντούρη, Α. Tontoronic-Πέτρου, Θ. Ρόζεμπεργκ, Α. Σεστρίνη, Δ. Αναγνωστοπούλου, Α. Ρωμανός, Κ. Τσέγκου, Ι. Δαμκαλίδης, Δ. Παναγιωτίδου, Τ. Πέτρουλα.



ΛΕΟΝΤΕΙΟΣ ΠΑΤΗΣΙΩΝ

Δύο αιώνες προσφοράς στην Παιδεία



4 Η Λεόντειος Πατησίων είναι ένα ιστορικό σχολείο της πόλης των Αθηνών, καταξιωμένο στη συνείδηση των περισσότερων από εμάς για το σπουδαίο παιδαγωγικό έργο του και τις υψηλές επιδόσεις των μαθητών του. Ίσως να είναι επίσης ευρύτερα γνωστό ότι το σχολείο αυτό ανήκει σε ένα παγκόσμιο δίκτυο εκπαιδευτηρίων, τα οποία εδώ και δύο αιώνες δραστηριοποιούνται σε 80 χώρες του κόσμου, υπηρετώντας το όραμα της παροχής ολοκληρωμένης εκπαίδευσης στα παιδιά και τους νέους. Ωστόσο, ένα ιδιαίτερο γνώρισμα της Λεοντείου ίσως λιγότερο προβλεπόμενο αλλά εξίσου ενδιαφέρον, είναι η μακρόχρονη κοινωνική και ανθρωπιστική προσφορά της, η οποία είναι συνυφα-

σμένη με την πορεία του τόπου μας και συνδέεται με την ίδια την ιστορία της πόλης των Αθηνών.

Η προσφορά αυτή προς τις ευάλωτες πληθυσμιακές ομάδες σχετίζεται άμεσα με την ταυτότητα και τη φυσιογνωμία του ιστορικού αυτού σχολείου. Το όραμά του για την εκπαίδευση, γίνεται πράξη μέσα από τη διαπαιδαγώγηση των νέων στις πανανθρώπινες αξίες του σεβασμού και της αλληλεγγύης. Και αυτό γιατί είναι κοινή πεποίθηση των εκπαιδευτικών που διδάσκουν στο συγκεκριμένο σχολείο, ότι τα παιδιά αναπτύσσονται ολοκληρωτικά όταν αναγνωρίζουν τον συνάνθρωπο και τις ανάγκες του. Οι εμπειρίες αλληλεγγύης διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη

διαδικασία ωρίμανσής τους, ενώ παράλληλα δρουν ευεργετικά για το κοινωνικό σύνολο, καθώς συμβάλλουν στην οικοδόμηση μιας κοινωνίας που σέβεται τις πολιτισμικές διαφορές και προάγει την ειρήνη.

Στο πλαίσιο αυτό εντάσσεται η μακρόχρονη κοινωνική δράση του σχολείου που συνεχίζεται αδιάλειπτα από το έτος 1923. Τότε, εγκαινιάστηκε ο θεσμός του «Φιλόπτωχου Μαθητή», καθώς οργανώθηκε για πρώτη φορά ένας έρανος σε σταθερή βάση με σκοπό τη συγκέντρωση χρημάτων για την ανακούφιση των προσφύγων των θυμάτων της Μικρασιατικής Καταστροφής. Η ίδια η θέση του σχολείου κοντά στους πρόσφυγικούς συνοικισμούς που ανεγέρ-



Το όραμά μας:

Η διαπαιδαγώγηση των μαθητών, ώστε να αποκτήσουν γνώσεις και να γίνουν ολοκληρωμένες προσωπικότητες που λειτουργούν με γνώμονα ηθικές αξίες.

Η πορεία μέσα στον χρόνο...

- Ένα ιδιωτικό εκπαιδευτικό Ίδρυμα μη κερδοσκοπικού προσανατολισμού με παράδοση δύο αιώνων.
- Ανήκει σε ένα παγκόσμιο δίκτυο Μαριανών σχολείων.
- Έχει ως παιδαγωγικό πρότυπο το σχέδιο της Μαριανής Παιδαγωγικής, όπως διαμορφώθηκε από τον ιδρυτή των Μαριανών Αδελφών, Άγιο Μαρκελλίνο Champaignat.

θηκαν μετά την ανταλλαγή των πληθυσμών, αποτέλεσε έναυσμα για τη διαρκή ευαισθητοποίηση των μαθητών της εποχής, οι οποίοι με αυτόν τον τρόπο έρχονταν σε επαφή με τη δύσκολη κοινωνική πραγματικότητα.

Τα έργα αλληλεγγύης δεν σταμάτησαν εκεί. Καθώς οι κοινωνικές συνθήκες μεταβάλλονταν, η φιλανθρωπική δραστηριότητα των μαθητών επεκτάθηκε και προς άλλους αποδέκτες, μέσα από τη διανομή σε σταθερή βάση τροφίμων και ρούχων σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες. Το προαναφερθέν έργο, ενισχύθηκε κατά την κρίσιμη ιστορική συγκυρία του Ελληνοϊταλικού πολέμου του 1940. Εκείνη την εποχή η Λεόντειος υποχρεώθηκε να σταματήσει να προσφέρει εκπαιδευτικές υπηρεσίες, αλλά λειτούργησε ως έκτακτο Νοσοκομείο του Στρατού για την περίθαλψη των τραυματιών του Αλβανικού μετώπου. Τα έπιπλα, οι κλίνες, τα μαγειρικά σκεύη και οι εγκαταστάσεις του κτιρίου τέθηκαν στη διάθεση του Νοσοκομείου, ενώ επιπλέον η διεύθυνση του σχολείου φρόντισε να εφοδιάσει το Νοσοκομείο με ακτινοδιαγνωστικό μηχάνημα για να καλυφθούν οι ανάγκες των νοσηλευομένων. Παράλληλα κατά τα δύσκολα χρόνια της Γερμανικής Κατοχής όταν ο Αθηναϊκός λαός λιμοκτονούσε, το εκπαιδευτήριο έγινε κέντρο διανομής συσσιτίου του Οργανισμού «Εστία της Θείας Πρόνοιας», προσφέροντας καθημερινά 3000 μερίδες φαγητού σε κατοίκους της ευρύτερης περιοχής. Αξίζει να σημειωθεί ότι σε εκείνες τις εξαιρετικά δύσκολες εποχές, ελήφθη ιδιαίτερη μέριμνα για την προσφορά κατάλληλης τροφής σε ελκοπαθείς και νεφροπαθείς. Μάλιστα στη Λεόντειο είχε την έδρα του και ο Ερυθρός Σταυρός, ο οποίος φρόντιζε για τη διανομή γάλακτος σε εγκυμονούσες, ασθενείς και φτωχά παιδιά –όχι μόνο κατά τη διάρκεια του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου–, αλλά και στα χρόνια του Εμφυλίου που επακολούθησε.

Σχεδόν ογδόντα χρόνια έχουν περάσει από τότε. Η Ελληνική κοινωνία με-



ταβλήθηκε σε πολλά επίπεδα, αλλά ποτέ δεν έπαψαν άνθρωποι γύρω μας να βρίσκονται σε ανάγκη. Πιστή στις αρχές της η Λεόντειος συνεχίζει να συμπαραστέκεται σε ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού, δίνοντας έτσι στους μαθητές της ένα «Μάθημα ζωής». Από τη δεκαετία του 1980, πολλές δράσεις αλληλεγγύης του σχολείου στράφηκαν προς τα παιδιά, που ζουν στο περιθώριο της κοινωνίας και στερούνται τα απαραίτητα αγαθά. Αλλά και στις μέρες μας, η Λεόντειος με ένα ευρύ έργο κοινωνικής συμπάρσασης, καλλιεργεί στους μαθητές της την αξία του εθελοντισμού και της ανιδιοτελούς προσφοράς, ενώ παράλληλα στέκεται αρωγός σε ανθρώπους που βασανίζονται από τη φτώχεια, την ασθένεια, την προσφυγιά ή τον κοινωνικό αποκλεισμό. Μάλιστα κατά τα τελευταία χρόνια, οι δράσεις αυτές απαντώντας στις σύγχρονες επιτακτικές ανάγκες της Ελληνικής κοινωνίας, στοχεύουν κυρίως στην ανακούφιση των θυμάτων της μεγάλης οικονομικής κρίσης και των απελπισμένων προσφύγων, προσφέροντας υποστήριξη και συνεργαζόμενοι με Ιδρύματα και ανθρωπιστικές, μη κυβερνητικές Οργανώσεις (ΜΚΟ).

Αναμφίβολα, το έργο αυτό προσφέρει σε πολλά επίπεδα. Αφενός συμβάλει στην ανακούφιση ευάλωτων κοινω-

νικών ομάδων. Αφετέρου όμως, το μεγαλύτερο όφελος είναι οι πανανθρώπινες αρχές και οι αξίες που βιώνονται και στην πράξη από τους μαθητές του εκπαιδευτηρίου αυτού, το οποίο παράγει ήθος και πολιτισμό.

Την καλύτερη μαρτυρία για το γεγονός αυτό αποτελούν οι απόφοιτοι του σχολείου που εδώ και έναν αιώνα στελεχώνουν επάξια σημαντικούς τομείς της Ελληνικής κοινωνίας πάντοτε με σεμνότητα, ταπεινότητα, σεβασμό στις ανθρώπινες αξίες, απομακρυσμένοι από αλαζονικές και υπερβίαιες συμπεριφορές. Όλα αυτά σε έναν κόσμο και μια κοινωνία, που διψάνε για ανθρωπιά. Όπως λέει χαρακτηριστικά ο Νομπελίστας ποιητής Γ. Σεφέρης: *«Σ' αυτό τον κόσμο που όλο στενεύει, ο καθένας μας χρειάζεται όλους τους άλλους. Πρέπει ν' αναζητήσουμε τον άνθρωπο όπου και να βρίσκεται. Όταν στο δρόμο της θήβας ο Οιδίπους συνάντησε τη Σφίγγα και όταν αυτή του έθεσε το αίνιγμά της, η απόκρισή του ήταν: ο άνθρωπος. Τούτη η απλή λέξη, χάλασε το τέρας. Έχουμε πολλά τέρατα να καταστρέψουμε. Ας συλλογιστούμε την απόκριση του Οιδίποδα»*. Ίσως τελικά η διαπαιδαγώγηση των νέων ανθρώπων στην αλληλεγγύη και την ανθρωπιά, να είναι η διαχρονική απάντηση στα προβλήματα της Κοινωνίας μας.





✓ Αρχείο Μελών - Συνδρομές:

Με απόφαση του Δ.Σ., ανακοινώνεται η αναγκαία ενημέρωση/αναθεώρηση του Αρχείου της Οργάνωσης, καθώς και η μείωση της ετήσιας συνδρομής σε 20€ για οικονομική διευκόλυνση των μελών.

• **Γραμματεία:** Ελ. Βλάχου (Γ. Γραμματέας) κιν. 6984-366827, e-mail: eleni_vlachou@hotmail.com, Ελ. Παπασπυροπούλου (Αν. Γραμματέας) 210-8835411, κιν. 6937-440959, e-mail: eleni_worldpharm@hotmail.com.

• **Ρύθμιση Συνδρομών:** Παρακαλούνται τα μέλη που έχουν καθυστερημένες συνδρομές, όπως επικοινωνήσουν άμεσα με την Υβ. Χασιώτη (Ταμίας), Τηλ. 210-7785890, κιν. 6972-384317, 6974-406646, e-mail: yvonixa@hotmail.com για άμεση οικονομική τακτοποίησή τους.

• **Καταθέσεις:** Alpha Bank 154-00-2320-012695, Eurobank 0026-0450-83-0200143254, Τράπεζα Πειραιώς 5019017-261283, ταχυδρομικές επιταγές & πιστωτικές κάρτες VISA και American Express.

✓ Οι Φ.τ.Κ συνεχίζουν να συγκεντρώνουν και να προσφέρουν και ποσότητες απαραίτητων φαρμάκων και υγειονομικού υλικού για τις ανάγκες Κοινωνικών Φαρμακείων /Ιατρείων Δήμων, Φορέων και άλλων ΜΚΟ (Αλληλέγγυο Ιατρείο Πειραιά, Άσυλο Ανιάτων, Κοινωνικά φαρμακεία Ύδρας, Βριλησίων και Βύρωνα, Γηροκομεία Αθηνών, Άρτας και Σπάρτης, Ίδρυμα Αγ. Στυλιανός Γκύζη, Αντικαρκ. Τμήμα Νοσοκομείου Γ. Γεννηματάς, κ.α). Επίσης, από τα Γραφεία της Οργάνωσης θα συνεχίσουν να εξυπηρετούνται με φάρμακα άπορα και ανασφάλιστα άτομα καθώς και πρόσφυγες βάσει προκαθορισμένων δικαιολογητικών και σχετικής ιατρικής συνταγής μέχρι την 1/9/2016.



✓ Συμμετοχή σε Εκδηλώσεις, Συνέδρια:

Η Οργάνωση ανταποκρίθηκε και συμμετείχε το προηγούμενο τρίμηνο σε προσκλήσεις από Φορείς, ΜΚΟ κ.λπ. για ειδικές εκδηλώσεις, Ημερίδες και Εκθέσεις / Συνέδρια, όπως: «Capital Link», «Ελλην. Ένωση Φίλων Μαδαγασκάρης», «Ελληνική Πλατφόρμα Ανάπτυξης», «Quality Net/Brano», «Σύλλογος Αθηναίων», «Ινστιτούτο Δημοκρατίας», «Αφρικανικό Φεστιβάλ», «Λεόντειο Λύκειο», «Volunteer 4Greece».

Πρόσκληση προς τα Μέλη

✓ Ως γνωστόν οι «Φ.τ.Κ.» εκτός της βοήθειας που απαιτείται για τις γραμματειακές υποχρεώσεις και διαδικασίες στα κεντρικά Γραφεία, λαμβάνουν τακτικά επίσημες προσκλήσεις/προτάσεις για παρουσία ή συμμετοχή σε σημαντικές εκδηλώσεις, Ημερίδες, Συνέδρια ΜΚΟ Οργανώσεων, Δήμων, Φορέων κ.λπ. Επειδή η επίσημη εκπροσώπησή μας στις εν λόγω προσκλήσεις διατηρεί και το υψηλό επίπεδο των Δημοσίων Σχέσεων και την σωστή εικόνα της Οργάνωσης, προσκαλούμε τα μέλη όπως προσφέρουν εθελοντική παρουσία και την πολύτιμη βοήθειά τους όποτε περιστασιακά απαιτηθεί για τις εσωτερικές και τις εξωτερικές ανάγκες και απαιτήσεις της Οργάνωσης.

Για πληρέστερη ενημέρωση, επικοινωνήστε:

κιν. 6974-906646 (Θ. Μπαμπάλης),

κιν. 6974-904855 (Δ. Μανωλάκου),

κιν. 6937-440959 (Ε. Παπασπυροπούλου) .

✓ **Πένθος:** Απεβίωσε την Τετάρτη 20 Ιουλίου 2016 ο Δημήτριος Μαρσέλλος, παλιό μέλος των Φαρμακοποιών του Κόσμου. Εκ μέρους του Δ.Σ. της Οργάνωσης εκφράζονται τα ειλικρινή συλλυπητήρια στην οικογένεια.

ΑΙΤΗΣΗ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΜΕΛΟΥΣ

Όνοματεπώνυμο:
 Όνομα πατρός: Ημερ. γέννησης:
 Υγειονομικός:
 Άλλο επάγγελμα (αναφέρατε αναλυτικά):
 Σπουδές/ Ξένες γλώσσες:
 Διευθ. Κατοικίας: Τ.Κ.
 Τηλ.: Fax: Κινητό:
 e-mail: Skype/οοVoo:
 Διευθ. Εργασίας:
 Τηλ.: FAX:
 (Σημειώσατε προτίμηση διεύθυνσης παραλαβής αλληλογραφίας)

Συμπληρ. πληροφορίες:
 Παρακαλώ να με εγγράψετε ως Τακτικό μέλος της Οργάνωσης «Φαρμακοποιοί του Κόσμου» (World Pharmacists), της οποίας γνωρίζω τους Ανθρωπιστικούς σκοπούς και δραστηριότητες και επιθυμώ να συμβάλλω στην πραγματοποίησή τους.

ΑΘΗΝΑ / / 2016

Ο/Η Αιτ.....

Χαλκοκονδύλη 1 - Αθήνα 106 77
 Τηλ.: 210-3816720/9969722
 Κιν.: 6984-366827/6937-440959
 Φαξ: 210-9652386

e-mail: worldpharmacists @ yahoo.com
 skype: worldpharmacist3933 http://: worldpharmacists.org

ΑΡ. ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΩΝ «Φαρμακοποιοί του Κόσμου»
 Alpha Bank 154-00-2320-012695
 Eurobank 0026.0450.83.0200143254
 Τράπεζα Πειραιώς 5019-017-261283

Εγγραφή 10 €
 Ετήσια Συνδρομή 20 €

Κάνε τη σωστή κίνηση! Φέρε στους «Φαρμακοποιούς του Κόσμου» όσα φάρμακα σου περισσεύουν. Ένας συνάνθρωπός μας τα χρειάζεται...

NEWS IN BRIEF...NEWS IN BRIEF...



UNITED NATIONS NEWS SERVICE



★ **UN condemns resurgence of violence, ahead of South Sudan's 5th Anniversary of independence:** As South Sudan prepares to make its 5th anniversary of independence, UN officials expressed concern over the continuing violence in parts

of the country and the resulting forced displacement of people both internally and throughout the neighboring region. The UN chief Ban Ki-Moon, underscored that he is also gravely concerned by the resurgence of violence in Wau and Bentiu, which he said could lead to a "dramatic deterioration" of the security situation across the country. Demanding that international humanitarian law be respected and that unfettered access to those in need by UN and humanitarian partners be ensured, Mr. Ban also strongly condemned attacks on UN and humanitarian operations, the latest of which was on a senior UN Agency official in the capital.

★ **Thousands fleeing violent clashes in Central African Republic:** UNHCR and partners register new refugees arriving from Central African Republic (CAR) in the Chadian village of Mini, one of the three locations near the borders hosting new arrivals. Thus, far more than 5,643 refugees have been registered in the villages of Sourouh and Mini in southern Chad. Screening and registration of new arrivals is continuing. The fighting this year has also affected a further 25,000-30,000 people within CAR, including many internally displaced in addition to those fleeing.



★ **UN and partners, warn of growing poverty for Syrian refugees:** While significant progress has been made in providing assistance, the number of Syrian refugees living in poverty continues to rise in

host countries in the region and access to basic services remains a critical challenge. With the Syria conflict entering its sixth year, host governments and communities continue to bear a heavy political, economic, social and security burden. Public institutions are under extreme pressure to deliver basic services to an increasingly large number of vulnerable people, testing the limits of existing infrastructure. The report finds that with the generous support of donors partners in the plan, have in 2016 delivered cash assistance to 102,853 households, food to 2,035,767 individuals, 1,090,795 primary health care consultations, shelter assistance to 25,148 households and other forms of emergency assistance to refugees and host populations.

Support was provided to 5,603 people to find employment.

★ **World Population Day:** Leaders and Communities, must focus on and stand up for the rights of teenage girls particularly those who are poor, out of school, exploited, or subjected to harmful traditional practices. The U.N. has said marking World Population Day with a call to bolster the success of the 2030 Agenda for Sustainable Development, by investing in better opportunities for teen girls.

Despite significant gains made in reducing poverty and improving opportunity and well-being for many people around the world, hundreds of millions remain desperate for a chance of a better future, said Secretary-General Ban Ki-Moon in his message on the Day celebrated annually on 11 July.

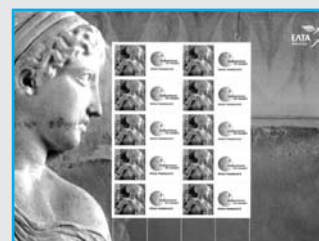
WORLD PHARMACISTS NGO NEWS

★ **Refugees and migrants health support:** With the closure of the so-called Balkan route for the Europe, more than 55.000 refugees and migrants trapped in Greece (mainly young men, women and children) having the immediately need of food, health support and living assistance from Greek Authorities and NGO's volunteers.



The «World Pharmacists» NGO Athens Headquarters offer a continuous help to many refugee installations, Camps, Hot spots and social Clinics/Pharmacies, donating medicines and other necessary health supplies from 2014 till today. On the other hand, the «World Pharmacists» Cyprus Branch was a long time an aid-giver for supporting the health problems of the Syrian refugees arriving in Cyprus and Greece. Further, during July 2016 «Mundipharma Ltd» Pharmaceutical Company (World Pharmacists - Cyprus NGO member), forwarded to Greece a quantity of various products of the antiseptic medicine Povidone (19 custom pallets). That was a generous donation to the «Hellenic Center for Disease Control and Prevention» (KEELPNO), to cover the needs of refugees and migrants hosted in Greek mainland and island camps.

★ **Organization's philatelic stamps:** A beautiful serie of philatelic «World Pharmacists» stamps (representing Greek ancient figures, pictures from islands e.t.c) had already printed and distributed to members and collectors during 2014. Due the celebration of the 20th «World Pharmacists NGO» Anniversary Day (November 27, 2016) our Organization would produce a new serie of the said stamps.



Καλοκαιρινή διατροφή

Μόλις αρχίσουν οι ζέστες, ίσως η επιθυμία μας για βαριά φαγητά εξαφανίζεται. Ο οργανισμός μας έχει ανάγκη από κάτι πιο δροσερό, πιο ανάλαφρο. Είναι μια πολύ καλή ευκαιρία να επιστρέψουμε σε έναν πιο υγιεινό τρόπο διατροφής, με σκοπό να «καθαρίσουμε» τον οργανισμό μας από τις βλαβερές τοξίνες και να τον προστατεύσουμε από την αφυδάτωση, την εξάντληση, τη θερμοπληξία και όλες γενικά τις δυσάρεστες συνέπειες της αυξημένης θερμοκρασίας.

Πρέπει να λάβουμε ορισμένα μέτρα εστιάζοντας στην επαρκή ενυδάτωση, ώστε να προστατευθούμε από τη θερμοπληξία. Απαραίτητη είναι η συνεχής κατανάλωση υγρών και ροφημάτων με βασικό φυσικά το νερό. Σύμφωνα με την Κινέζικη ιατρική, το ζεστό νερό προάγει την αρμονία ενώ το κρύο πόσιμο νερό αποδιοργανώνει τον οργανισμό. Επιπλέον ένα σωστό μέσο ενυδάτωσης αποτελούν και οι φρέσκοι φυσικοί χυμοί, το ανθρακούχο μεταλλικό νερό και το κρύο πράσινο τσάι.

Καλό είναι να εστιάζουμε σε τροφές οι οποίες είναι πλούσιες σε νερό, όπως τα φρούτα και τα λαχανικά. Παρόλο που δεν είναι ιδιαίτερα γνωστό, περίπου το 20% των υγρών που χρειαζόμαστε καθημερινά το προσλαμβάνουμε από τρόφιμα ενώ το υπόλοιπο 80% από ροφήματα και ποτά.

Επίσης είναι σημαντικό να αποφεύγουμε τους επιβαρυντικούς τρόπους μαγειρέματος, ώστε να μην ξοδεύεται άσκοπα ενέργεια του οργανισμού μας. Η επιβάρυνση έχει να κάνει με την αύξηση περιεκτικότητας του φαγητού σε λίπος, καθιστώντας τα τρόφιμα πιο δύσπεπτα, με αποτέλεσμα να «κουράζεται» ο οργανισμός για να ολοκληρωθεί η πέψη τους, ενώ αυξάνει περισσότερο και την θερμοκρασία του σώματος. Λιγότερο επιβαρυντικά για τον οργανισμό στα τρόφιμα είναι το ψήσιμο και το βράσιμο, σε σχέση με το τηγάνισμα. Φυσικά σημαντική είναι και η αποφυγή της υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ, το οποίο αυξάνει τη σωματική θερμοκρασία και εντείνει την αφυδάτωση. Ας επιλέγουμε ποτά με σχετικά χαμηλή περιεκτικότητα σε οινόπνευμα.

Και επειδή πολύ από τον χρόνο μας το καλοκαίρι τον περνάμε στην παραλία, καλό θα είναι να παραθέσουμε κάποιες χρήσιμες ιδέες για σνακ που συνήθως έχουμε μαζί μας. Ιδανικά είναι τα φρέσκα φρούτα εποχής, τα αποξηραμένα φρούτα, οι ανάλατοι ξηροί καρποί, οι μπάρες δημητριακών, οι φρέσκες σαλάτες, τα βραστά αυγά και τα απλά τοστ. Πάντως όχι υπερβολή.

Ολοκληρώνοντας δεν μπορούμε να μην αναφερθούμε στο βασιλιά των καλοκαιρινών γλυκών, το παγωτό. Η γλυκιά του γεύση είναι αναμφίβολα απολαυστική ενώ οι υδατάνθρακες που περιέχει δίνουν στον οργανισμό μας την ενέργεια που του είναι τόσο απαραίτητη. Ένα απλό παγωτό (π.χ. ξυλάκι) περιέχει λιγότερες θερμίδες από μια πάστα ζαχαροπλαστείου και

είναι μια καλή και υγιεινή επιλογή για το καλοκαίρι, ενώ μας δίνει την ενέργεια που χρειαζόμαστε.

Καλή όρεξη λοιπόν, για ένα χαλαρό και πολύ απολαυστικό καλοκαίρι!

ΕΛ. ΒΛΑΧΟΥ
Φαρμακοποιός



Πώς μπορείτε να βοηθήσετε

ΑΡ. ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΩΝ (Φαρμακοποιοί του Κόσμου)

Alpha Bank 154-00-2320-0126-96
Eurobank 0026.0450.83.0200143254
Πειραιώς 5019-017-261283

Κατάθεση μέσω Internet: www.winlife.gr
ΑΦΜ 090191054 • ΔΟΥ Α' Αθηνών

■ Με πιστωτική κάρτα

ΟΝΟΜ/ΜΟ (κατόχου).....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΤΚ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ

ΤΗΛ. FAX e-mail:

Συμπληρώστε το ποσό που θέλετε να δωρίσετε:

10 € 30 € Άλλο ποσόν...

VISA AMER. EXPRESS

Αρ. Κάρτας Ημερ. Λήξης

Ημ/νία Υπογραφή

Ταχυδρομήστε:

ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ (WORLD PHARMACISTS)

Χαλκοκονδύλη 1 - Αθήνα 106 77

ή με φαξ 210-3816720 / 9652386

e-mail: worldpharmacists@yahoo.com

■ Στους χρηματοσυλλέκτες που είναι εγκατεστημένοι:



Mega A/B Βασιλόπουλος/Ελληνικό

A/B Βασιλόπουλος / Γλυφάδα

Γκίνης Travel / Ερμού - Σύνταγμα

Τράπεζα Eurobank / Κέρκυρα

Ιδιωτικά Φαρμακεία Αθήνας, Πειραιά,

Θεσ/νίκης, Κέρκυρας, Βόλου.

■ Με κάρτα VISA/Winlife

Αποκτήστε τώρα την κάρτα VISA/winlife και δηλώστε στην Τράπεζα Πειραιώς, ότι υποστηρίζετε τους «Φαρμακοποιούς του Κόσμου».



Η Τράπεζα μέσω του Κοινωνικού της Προγράμματος καταθέτει το 50% της εγγραφής και το 0,3% των ποσών των αγορών σας, για τις Ανθρωπιστικές δραστηριότητες και Αποστολές των «Φαρμακοποιών του Κόσμου».

Οι οικονομικοί πόροι των Φ.τ.Κ. προέρχονται μόνο από συνδρομές και δωρεές, οι οποίοι χρησιμοποιούνται για την οργάνωση και υλοποίηση Κοινωνικών δράσεων και Ανθρωπιστικών Αποστολών.

★ Οι δωρεές προς τους «Φαρμακοποιούς του Κόσμου», εκκρίπουν από το φορολογητέο εισόδημα.