



Λίγα λόγια από το Διοικητικό Συμβούλιο

Το **2021** σε λίγο μας αποχαιρετά. Ήταν μια πολύ δύσκολη χρονιά για όλους μας. Ελάχιστες εκδηλώσεις, όπως η διήμερη εκδρομή μας στην Καλαμάτα και η μάζωξή μας στο ΣΑΕ, όπου ο χορός, η διασκέδαση, το γέλιο και το καλό φαγητό μας έκανε να ξεχάσουμε, για λίγο, τις αγωνίες μας.

Το **2022** είναι επετειακή χρονιά αφού συμπληρώνουμε **55** συναπτά έτη λειτουργίας της Ένωσης μας. Αποφασίσαμε λοιπόν να εκδώσουμε ένα **λευκωμα-βιβλίο** για την πορεία από την πολύ δύσκολη αρχή μέχρι σήμερα, με ενδιαφέρουσες πληροφορίες, αναμνήσεις και εκδηλώσεις.

Σας ευχόμαστε ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ και ελπίζουμε ότι ο COVID 19 θα μας επιτρέψει να συναντηθούμε για την κοπή της πίτας μας.

Καλά Χριστούγεννα



και .



Με Υγεία

Μελλοντικές Εκδηλώσεις

Αρχίσαμε ήδη το πρωτάθλημα τάβλι, και συνεχίζουμε με τόμππολα, Ντόμινο και μπιρίμπα.

Σύμφωνα με τους νέους κανόνες των εκδηλώσεων και μέχρι νεωτέρας, ο αριθμός των συμμετεχόντων θα είναι περιορισμένος.

Συγκροτείστε τις παρέες σας και ενημερώστε μας.

Μονοήμερη εκδρομή στην Αττική.



Ενέργειες Γυναικείας Συντροφιάς



Η γυναικεία συντροφιά θα μας ενημερώσει εγκαίρως για τις ενέργειές της.

Ενέργειες της Γραμματείας Νεολαίας



Μην ξεχνάτε κάθε Σάββατο στο Σύλλογο μετά τις 11:00 προσφέρουμε **καφέ, ποτό** και **κουβεντούλα**. Μπορείτε να οργανώσετε τα **reunion** σας στο χώρο μας, σύμφωνα πάντα με τις νέες οδηγίες περί υγείας.



Για να θυμούνται οι παλιοί και να μαθαίνουν οι νέοι

Αναπολώντας τα μαθητικά μου χρόνια σταμάτησα σ' αυτές τις φωτογραφίες. Πόσες αναμνήσεις, τι χρονιά ήταν κι αυτή.

Μια χρονιά με λύπες, αλλά και μια χρονιά με πολλές χαρές.

Τελευταία μέρα εξετάσεων εξαμήνου, 15ήμερο διακοπών Χριστουγέννων, και βέβαια τι σχεδιάστηκε αμέσως; Party στο σπίτι της **Μαίρης Κοντή**. Μουσική από το rock up με τα 45ρια δισκάκια που ο καθένας μας είχε φέρει επιστρέφοντας από τα καλοκαιρινά μας ταξίδια στην Ελλάδα. **Μουσική Beatles, Doors, Rolling Stones, Albano, Charms, Olympians**, Τρελοκόριτσο και πόσα άλλα..... Ασταμάτητος χορός στο μωσαϊκό στη μεγάλη βεράντα που μοσχοβολούσε γιασεμί και φούλι.



Το **Party** αυτής της χρονιάς που για εμάς είχε μεγάλη σημασία διαλύθηκε νωρίτερα γιατί γεννήθηκε ο **Χρήστος Κρητικόπουλος** και έτσι η Άννα κι η Ματίλντα έφυγαν νωρίτερα από τις έντεκα που ήταν το όριο, και σιγά σιγά φύγαμε κι εμείς. Ξέραμε όμως ότι από τις 24/12 μέχρι τις 7/1 θα είμαστε συνέχεια μαζί στη λέσχη, στο σύλλογο, σε σπίτια που θα οργανώναμε party's στις αυλές και στις βεράντες που θα χορεύαμε με υποτυπώδη φωτισμό πίνοντας **Frouto by Pascianos, Martini Vermout** και τρώγοντας χειροποίητα

κεφτεδάκια, chips, τυροπιτάκια, φούλια, τασάλι κι άλλα πολλά.

Ξένοιαστοι μακριά από τις αγωνίες, με μόνη μας έννοια πού θα πάμε, τι θα φορέσουμε και πώς πήγαμε στις εξετάσεις.

Τι να πρωτοθυμηθούμε από αυτά τα χρόνια τους έρωτες, τις απογοητεύσεις τα πρώτα δειλά βηματάκια και το πώς θα «παίρναμε» το αυτοκίνητο του μπαμπά μας το Σαββάτο το μεσημέρι για βόλτες στον υπέροχο **Νείλο**.

Σημαντική χρονιά το **1968** για όλους μας. Δεν το ξέραμε βέβαια αλλά ήταν η τελευταία χρονιά που είμασταν όλοι οι συμμαθητές μαζί. Την επόμενη χρονιά άρχισε ο μαζικός ξεριζωμός της όμορφης κοινότητας μας.

Χρόνο με το χρόνο έφευγαν οι Έλληνες κι εμείς τα παιδιά, χάναμε τους αγαπημένους μας φίλους και συμμαθητές.

Πιστεύαμε ότι ερχόμενοι στη μητέρα πατρίδα, όλα θα ήταν όμορφα και ήρεμα και θα ζούσαμε όπως ζούσαμε στο όμορφο κι αγαπημένο μας **Χαρτούμ**. Όμως, η πραγματικότητα για πολλούς από μας, ήταν καθοριστικά διαφορετική.

Κτύπησε η πόρτα. Ήρθαν για την απογραφή!!!! Πάνε οι αναμνήσεις, πάει και το ταξίδι στο παρελθόν.

Γ. Κωνσταντίνου-Μπουλέ



Φωτο του σήμερα



30/10/21
Εκδήλωση στο ΣΑΕ



27/11/21
Τουρνουά ταβλιού



Αποχαιρετώντας το 2021

Αποχαιρετώντας το 2021 και ζυγίζοντας τα ευχάριστα, αλλά και τις δυσκολίες που περάσαμε εξ αιτίας του κορωνοϊού, η ζυγαριά γέρνει σαφώς προς τη δυσάρεστη πλευρά.

Διαπάλη και δισταγμοί για τον εμβολιασμό, αντιφατικές προσεγγίσεις του όλου θέματος από ειδικούς και μη, παθιασμένες, σχεδόν οπαδικές θέσεις και από τις δύο πλευρές, δίχασαν βαθύτατα την κοινωνία μας. Η αλήθεια είναι ότι η επιστημονική κοινότητα βρέθηκε προ αχαρτογράφητων πεδίων. Η προσέγγιση, βλέποντας και κάνοντας. Εμβόλια ή φάρμακα; Πλούσιος βοράς και φτωχός νότος. Λήψη μέτρων περιορισμού της κοινωνικότητας, τα οποία όπως αποδείχτηκε μετά την εφαρμογή τους δεν ανάσχεσαν αποτελεσματικά τα επιδημικά κύματα. Η οικονομική δραστηριότητα σε τέλμα, και η υποστήριξη από τις κυβερνήσεις κατώτερη των προσδοκιών.

Μέσα σε αυτό το κλίμα στην ελληνική κοινωνία «καθιερώθηκαν» νέες ορολογίες
«**Εμβολιασμένοι – ανεμβολίαστοι**».

Η οικονομική δυσπραγία που ακολούθησε τη μνημονιακή δεκαετία εντάθηκε με αποτέλεσμα πολλοί να χάσουν την εργασία τους και άλλοι να διαβιούν οριακά. Το πελατολόγιο των ψυχολόγων και των ψυχιάτρων αυξήθηκε, με μεγάλο τμήμα της κοινωνίας να φλερτάρει εκτός από την κατάθλιψη και με άλλες ασθένειες με ψυχολογικό υπόβαθρο..

Παρατηρώ διαβάτες να μονολογούν δυνατά, άλλους να τηλεφωνούν σε ανύπαρκτα πρόσωπα, βλέμματα σκυθρωπά και απλανή. Θεωρώ συνεπακόλουθο της πίεσης αυτής, την αντικοινωνική συμπεριφορά πολλών, αλλά και την άρνηση να υπακούουν σε απλούς κανόνες λογικής και ασφάλειας. Η οδηγική συμπεριφορά τείνει να γίνει άναρχη και η παραβίαση του ερυθρού σηματοδότη για μερικούς είναι «must». Η εναλλαγή των συναισθημάτων θεαματική. Μια κοινωνία που ζει μέσα από τις ζωές των άλλων. Κέρδισε ο τενίστας, κέρδισε όλη η Ελλάδα και το γότητρό της... Έχασε η εθνική ομάδα, απογοήτευση απ' άκρου εις άκρον.

Έχουμε περάσει εδώ και πολύ καιρό στην εποχή που η ύλη εκδικείται το πνεύμα. Δεν προσδιοριζόμαστε με την ιδιότητά μας, αλλά με την οικονομική μας επιφάνεια και δη, την εμφανιζόμενη. «Ο Τάκης που έχει τη μερσεντές την κάμπριο», και όχι «ο Τάκης ο καθηγητής». Κοινωνία σε βαθιά παρακμή. Αν δεν αντιδράσουμε άμεσα, να ανακόψουμε τον κατήφορο, θα υποδουλωθούμε πλήρως στην ασύστολη βλακεία των καιρών μας.

Με αυτές τις σκέψεις σας εύχομαι υγεία και ευδαιμονία για την ερχόμενη χρονιά, και προσμονή για τα καλλίτερα.

Γ.Μουτζούρης

Στην απλότητα κρύβεται η ευτυχία

«Μπορώ να γίνω ευτυχισμένος
με τα πιο απλά πράγματα
και με τα πιο μικρά..
Και με τα καθημερινότερα των καθημερινών.

Μου φτάνει που οι εβδομάδες έχουν Κυριακές.
Μου φτάνει που τα χρόνια φυλάνε
Τα Χριστούγεννα για το τέλος τους.
Που οι χειμώνες έχουν πέτρινα, χιονισμένα σπίτια.

Μου φτάνει που μ' αγαπάνε τέσσερις άνθρωποι. Πολύ...
Μου φτάνει που αγαπάω τέσσερις ανθρώπους. Πολύ...
Που ξοδεύω τις ανάσες μου μόνο γι' αυτούς.

Που δεν φοβάμαι να θυμάμαι.
Που δε με νοιάζει να με θυμούνται.
Που μπορώ και κλαίω ακόμα.
Και που τραγουδάω... μερικές φορές...
Που υπάρχουν μουσικές που με συναρπάζουν.
Και ευωδιές που με γοητεύουν...».



Χρηστικά

Θ Ε Ρ Μ Α Ν Σ Η

Για να εξοικονομήσουμε χρήματα από τη θέρμανση, τώρα που οι τιμές πετρελαίου και φυσικού αερίου εκτινάχτηκαν στα ύψη.

1. Συντήρηση λέβητα – καυστήρα και ρύθμιση για αποδοτικότερη λειτουργία. Απευθυνόμαστε σε έμπειρους «καυσηρατζήδες». Για τις πολυκατοικίες με κεντρικό σύστημα θέρμανσης οι ώρες συνεχούς λειτουργίας δεν θα πρέπει να είναι λιγότερες από δύο ή τρεις. Σε κάθε άλλη περίπτωση απλώς πετάμε τα χρήματά μας. Επίσης η διατήρηση της θερμοκρασίας νερού του κυκλώματος θέρμανσης άνω των 25–35°C είναι πολύ σημαντική στην εξοικονόμηση. Η ενέργεια που απαιτείται για να θερμάνουμε το νερό από τους 10^ο- έως τους 70^οC είναι πολύ μεγαλύτερη από αυτήν που απαιτείται για να το θερμάνουμε από τους 35^οC στους 70^οC. Ειδικά στις παλιές πολυκατοικίες τα θερμαντικά σώματα έχουν σχεδιαστεί για νερό προσαγωγής άνω των 75^οC. Επομένως όταν σύστημα ρυθμιστεί ώστε να κυκλοφορεί νερό στους 60^οC τα θερμαντικά σώματα δεν «αποδίδουν» την απαιτούμενη θερμότητα για να ζεσταθεί η κατοικία.
2. Ρύθμιση του θερμοστάτη στην κατοικία στους 20^οC. Όλα τα συστήματα είναι σχεδιασμένα για να καλύπτουν θερμοκρασία εσωτερικών χώρων 20^οC. Συνεπώς υψηλότερες ρυθμίσεις, μεγαλύτερες καταναλώσεις.
3. Εξαέρωση των θερμαντικών σωμάτων, ώστε να κυκλοφορεί ζεστό νερό και όχι αέρας στα σώματα.
4. Ελευθερώνουμε τους χώρους γύρω από τα θερμαντικά σώματα ώστε να κυκλοφορεί ελεύθερα ο αέρας γύρω και πάνω από αυτά. Τα διακοσμητικά καφασωτά και τα μαρμαράκια πάνω από αυτά μειώνουν την απόδοσή τους. Επιπροσθέτως τα θερμαντικά σώματα δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως απλώς στρες για στέγνωμα ρούχων.
5. Στις κατοικίες που έχουν τζάκι, βεβαιωνόμαστε ότι έχει φραγή η καπνοδόχος τους, διότι από εκεί έχουμε απώλειες θερμότητας έως και 20%.
6. Φροντίζουμε να μην εισέρχεται κρύος αέρας στην κατοικία από παράθυρα ή πόρτες.

Γ. ΜΟΥΤΖΟΥΡΗΣ
ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ

Κοινωνικά

ΔΩΡΕΕΣ ΣΕ ΜΝΗΜΗ	Σπ. Κανελλόπουλο συζ. Αθ. Δεληγιάννη	από	Ανώνυμο
	Λούλα Παπακώστα-Ρηγοπούλου	από	Ανώνυμο
	Ρίτσα Φάλαρη	από	Χρήστο Φάλαρη

ΔΩΡΕΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΤΑΜΕΙΟ ΠΡΟΝΟΙΑΣ : **Ανώνυμος, Ακάμας Ανδρέας, Τσιρόπουλος Ν.**

- Ευχαριστούμε θερμά τα μέλη μας για τις επώνυμες και ανώνυμες προσφορές τους για το ταμείο της «ΠΡΟΝΟΙΑΣ».

ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΙΑ ΜΑΖΙ ΜΑΣ Σιδερή Θεοδώρα, Χατζημιχάλης Γιώργος (Μέντανι), Φλαγγίνη Δέσποινα, Κωνσταντινίδου- Ιωαννίδου Ελένη (Κύπρος), Φάλαρη Ρίτσα, Αποστολίδης Γιώργος (Λονδίνο)

Οι ανακοινώσεις θανάτου συντοπιτών μας μέσω sms, γίνονται μόνο με συγκατάθεση των συγγενών.

ΟΦΕΙΛΟΜΕΝΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Παρακαλούμε τα μέλη που οφείλουν συνδρομές να τις καταβάλουν μιας και οι υποχρεώσεις της Πρόνοιας έχουν αυξηθεί. Για να συνεχίσει η Ένωση τη λειτουργία της χρειαζόμαστε τη βοήθεια και τη συνδρομή σας.

Η ετήσια συνδρομή στην Ένωσή μας είναι 20 ΕΥΡΩ.

ΤΡΑΠΕΖΑ ALPHA

Αρ. Λογ/μού 813002002000295 IBAN GR 6401408130813002002000295

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Αρ. Λογ/μού 5029-039506-242 IBAN GR 4401720290005029039506242

Με την κατάθεση στην Τράπεζα της συνδρομής ή της δωρεάς σας παρακαλούμε να ενημερώνετε το γραφείο της Ενώσεώς μας στα τηλέφωνα 210-381550 & 210-3827106 για να σας σταλεί η σχετική απόδειξη.

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

Ενημερωτικό Έντυπο της Ένωσης των εκ Σουδάν Ελλήνων.
Διανέμεται δωρεάν
Σύνταξη: Ιρέν Παπαγεωργίου
Σχεδιασμός: Ιρέν Παπαγεωργίου
Φωτο: Γιώργος Μουτζούρης
Site: Κώστας Καπέλλος
Ένωση των εκ Σουδάν Ελλήνων
Ακαδημίας 84, Αθήνα
Τηλ. 210 3827106 – 210 381550 www.sees.gr
e-mail: info@sees.gr