

Ο Παλιός του Κασιώτη

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΕΝ ΕΛΛΑΔΙ ΚΑΣΙΩΝ • Γ' Σεπτεμβρίου 56, Αθήνα 104 33
Έτος Ιδρύσεως 1928 • Απρίλιος - Ιούνιος 2025 • Αρ. Φύλλου 444 (108) • Χρόνος 46ος



Minas El. Perselis



201^{ος} εορτασμός
Ολοκαυτώματος
της Ηρωικής Νήσου Κάσου

Ο Παλμός του Κασιώτη

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ
ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΕΝ ΕΛΛΑΔΙ ΚΑΣΙΩΝ

Έτος Ιδρύσεως 1928

Γ' Σεπτεμβρίου 56, Αθήνα 104 33

Τηλ./Φαξ: 210 88.30.606

E-mail: sylogoskasion@gmail.com

<http://kasos.weebly.com>

FB: <https://www.facebook.com/sylogoskasion>

<https://www.facebook.com/sylogosenelladikasion/>

Απρίλιος - Ιούνιος 2025

Αρ. Φύλλου 444 (108) • Χρόνος 46^{ος}

ΕΚΔΟΤΗΣ:

Μαρία Τσανάκη - Σορώτου

ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΤΡΙΣ ΚΑΣΟΥ:

Μαρία Τσακίρη - Νικολέττα Σοφίλα

ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΤΗΣ ΝΕΑΣ ΥΟΡΚΗΣ:

N. B. Παπαγεωργίου

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΕΚΔΟΣΗ:

Γιάννης Ζαχαριάδης

Εμμανουήλ Π. Περσελής

Ανθούλα Ρουκουνάκη

Γιώργος Στρατιώτης

Ευδοκία Δ. Φραγκούλη

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:

Γιάννης Βαρβαρέσσος

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ:

ΗΛΙΑΙΑ - Κων. Κύρκος

ΤΙΜΗ ΦΥΛΛΟΥ: 2,5 €

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:

Εσωτερικού, για τα μέλη	25€
Εσωτερικού για μη μέλη.....	30€
Εξωτερικού για συνδρομή μέλους	45€
Εσωτερικού, για έντυπο περιοδικό	25€
Εξωτερικού για έντυπο περιοδικό, (Ευρώπη)	30€
Εσωτερικού για περιοδικό σε ηλεκτρονική μορφή...20€	
Εξωτερικού, για έντυπο περιοδικό (ΗΠΑ)	40\$

- Τα ενυπόγραφα άρθρα που δημοσιεύονται στον «Παλμό του Κασιώτη», απηχούν τις προσωπικές θέσεις και απόψεις των συντακτών τους.

- Η σύνταξη διατηρεί το δικαίωμα της περικοπής ή σύντμησης μακροσκελών κειμένων, σύμφωνα με τον εσωτερικό κανονισμό λειτουργίας του εντύπου, λόγω χώρου.

- Κείμενα και φωτογραφίες που υποβάλλονται για δημοσίευση, δεν επιστρέφονται.

- Κατά τους Ν. 2387/20, και Ν. 2121/93, απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή μέρος ή ολόκληρου του εντύπου με οποιονδήποτε τρόπο χωρίς τη γραπτή άδεια του εκδότη και των συντακτών του.

Τραπεζικοί λογαριασμοί του Συλλόγου όπου μπορείτε να καταθέτετε τις συνδρομές/εισφορές σας:

ALPHA BANK:

(Σε ευρώ) GR7301403330333002002000058

(Σε ευρώ) GR2601403330333002002000031

(Σε USD) GR1801403330333015009000029

EUROBANK:

(Σε ευρώ) GR4902600440000410201474426

(Σε ευρώ) GR6302600440000410202160158



ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΤΩΝ ΕΝ ΕΛΛΑΔΙ ΚΑΣΙΩΝ
ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΜΗ ΚΕΡΔΟΣΚΟΠΙΚΟ
ΟΔΟΣ Γ' ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 56
ΑΘΗΝΑ 104 33
Τ: 210 88 30 606
M: sylogoskasion@gmail.com
W: <https://kasos.weebly.com>

ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΒΡΑΒΕΥΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΘΗΝΩΝ 29-12-1988

Νέα σελίδα για το Σύλλογο των εν Ελλάδι Κασίων Απόσπασμα Πρακτικών της 27^{ης} Μαΐου 2025

Σήμερα **Τρίτη 27 Μαΐου 2025**, συνεδρίασαν στα γραφεία του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων (3^{ης} Σεπτεμβρίου 56, Αθήνα 10433), οι 7 εκλεγέντες στις εκλογές της 25^{ης} Μαΐου 2025, μετά από κλήση της πρώτης σε ψήφους κυρίας **Μαρίας Τσανάκη-Σορώτου**, προκειμένου να συσταθούν σε σώμα. Μετά από μυστική ψηφοφορία, το νέο προεδρείο που ανεδείχθη έχει ως εξής:

ΠΡΟΕΔΡΟΣ: ΜΑΡΙΑ ΤΣΑΝΑΚΗ-ΣΟΡΩΤΟΥ

ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΤΑΧΑΝΑΣ

ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΡΚΟΥΛΗΣ

ΤΑΜΙΑΣ: ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΕΥΔΗΣ

ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ: ANNA ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ-ΠΑΠΑΖΗΣΗ

ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΩΣΤΑΡΑΣ

ΜΥΡΣΙΝΗ ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ

Για το Δ.Σ. του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων

Η Πρόεδρος
Μαρία Τσανάκη - Σορώτου

Ο Γραμματέας
Γιώργος Μαρκουλής

Πληρώνοντας τη Συνδρομή σας ενισχύετε το Φιλανθρωπικό έργο του Ιστορικού μας Συλλόγου. Όταν καταθέτετε στην τράπεζα Θερμή παράκληση να γράφετε το Ονοματεπώνυμό σας στο Καταθετήριο (στην αιτιολογία).

Το Δ.Σ.

Το παρόν τεύχος εκδίδεται κατόπιν ευγενικής χορηγίας του Δήμου Η.Ν. Κάσου που ευχαριστούμε θερμά.

Το Δ.Σ. του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων

Στο εξώφυλλο: Η γαλανόλευκη στο λιμανάκι της γραφικής Μπούκας, Φρυ, 7 Ιουνίου 2025. (Φωτ. Μηνά Περσελή)

Χαιρετισμός

*Από τον επίτιμο πρόεδρο του Συλλόγου «Των εν Ελλάδι Κασίων»
κ. Γιάννη Ζαχαριάδη*

ράττομαι της ευκαιρίας με την εκλογή του νέου Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου μας και την επανακυκλοφορία του «Παλμού του Κασιώτη» να τους ευχηθώ καλή επιτυχία στο δύσκολο έργο τους, μιας και ο σύλλογος της καρδιάς μας προσπαθεί να σταθεί και πάλι στα πόδια του ύστερα από ένα τσουνάμι που τ' απόνερα του ακόμα τον ταλανίζουν.

Μιλάμε για έναν Σύλλογο ιστορικό που κοντεύει τα 100 χρόνια παρουσίας του, έναν Σύλλογο που μας ενώνει, μας συσπειρώνει και κατάφερε να μας ξυπνήσει μνήμες σκονισμένες αλλά όχι ξεχασμένες.

Συμπατριώτες μου, υπέρτατο αγαθό της ανθρώπινης ύπαρξης είναι η επικοινωνία, η κοινωνικότητα και η συντροφικότητα, 3 αγαθά που κοντεύει να μας στερήσει η αδιαφορία και ο στρουθοκαμηλισμός των συμπατριωτών μας.

Ας μην ξεχνάμε πόσο μεγάλο κοινωνικό, φιλανθρωπικό, πολιτιστικό και ψυχαγωγικό έργο μας προσέφερε στα 97 τόσα χρόνια ύπαρξης του.

Αναρωτηθήκατε άραγε πώς άντεξε να παραμείνει ζωντανός ύστερα από δύο χρόνια λόγω της πανδημίας και κυρίως λόγω των τελευταίων γεγονότων που δεν θέλω να αναφερθώ αυτήν τη στιγμή;

Πιστέψτε με είναι πολύ επώδυνο για εμένα να σας κρούω τον κώδωνα του κινδύνου, έναν άνθρωπο που υπήρξε για 35 χρόνια μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου και για 24 χρόνια πρόεδρος του Ιστορικού αυτού Συλλόγου.

Δεν ωφελεί όμως φίλοι μου να κλαίμε για χαμένους παραδείσους γιατί η ζωή αλλάζει και προχωρά, ουσιαστικά όμως παραμένει η ίδια.

Τι μπορούμε να κάνουμε εμείς όμως για να τον σώσουμε και να τον βοηθήσουμε να σταθεί αγέρωχος όπως πάντα στα πόδια του;

Έχουμε πρώτα-πρώτα υποχρέωση απέναντι στον εαυτό μας και μετά απέναντι του με όποιες δυνατότητες έχει ο καθένας μας να τον βοηθήσουμε.

Αγαπητοί μου συμπατριώτισσες και συμπατριώτες οφείλουμε να κρατήσουμε ζωντανή την νοσταλγία για να κρατηθεί ζωντανή και η μνήμη δεν ξέρουμε δυστυχώς τι θα συναντήσουμε στο επόμενο καντούνι.

Ζητώ συγγνώμη που με το άρθρο μου αυτό σας χαλάω την καλοκαιρινή σας ραστώνη αλλά θεωρήστε το άρθρο αυτό σαν ελάχιστη τιμή στο Σύλλογό μας.

Καλή επιτυχία στα νέα μέλη και στην άξια Τιμονιέρησα για το δύσκολο πρόγραμμα εργασίας τους και ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ.

Γιάννης Ζαχαριάδης
επίτιμος πρόεδρος του Συλλόγου «Των εν Ελλάδι Κασίων»

Επέτειος 201 χρόνων από το Ολοκαύτωμα Ηρωικής νήσου Κάσου Εκδηλώσεις στην Αττική

Η Ομοσπονδία Δωδεκανησιακών Σωματείων Αθηνών-Πειραιώς συνδιοργάνωσε τις εκδηλώσεις της επετείου των 201 χρόνων από το Ολοκαύτωμα της Ηρωικής Νήσου Κάσου.

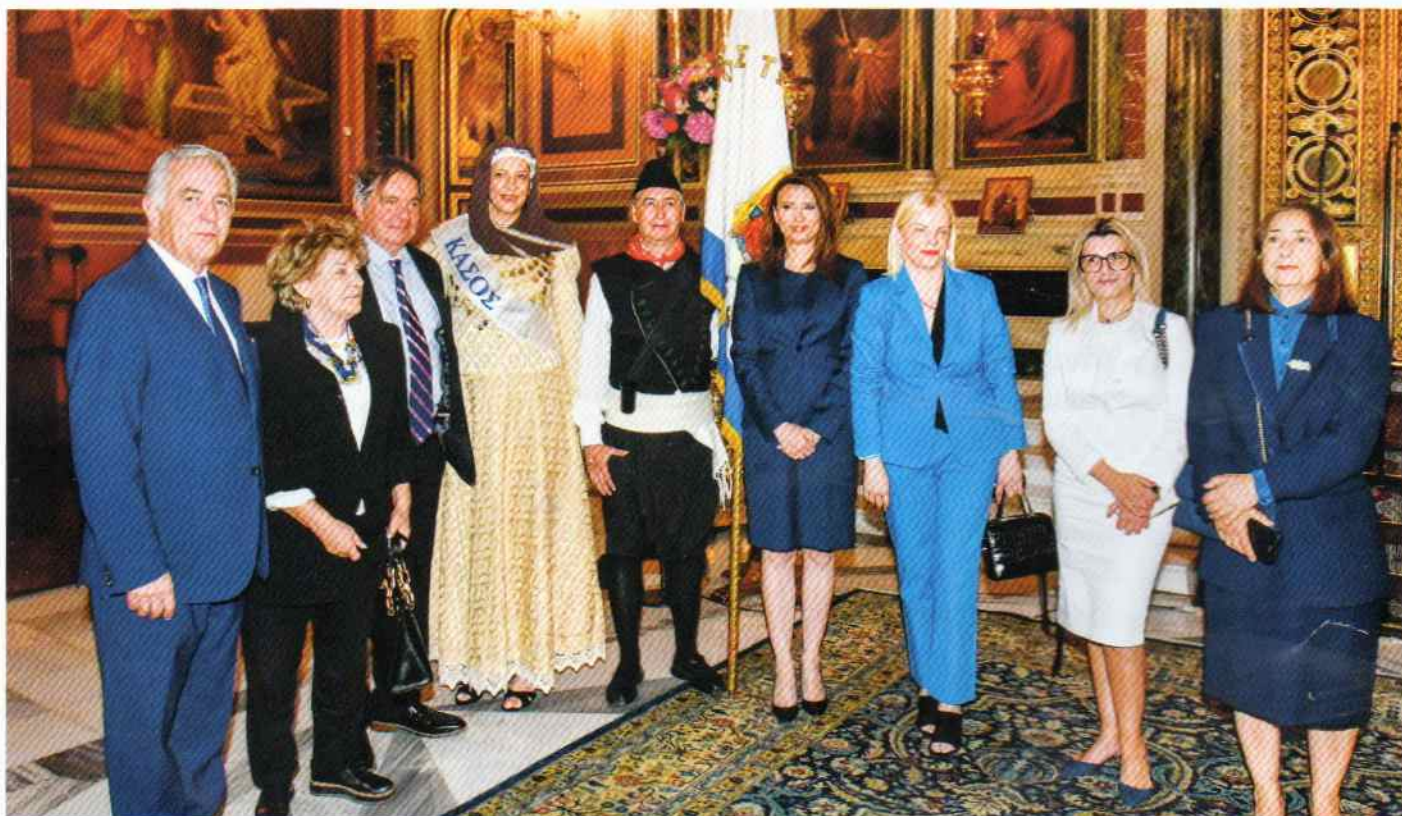
Ο εορτασμός άρχισε με την τέλεση επιμνημόσυνης δέησης στον Καθεδρικό Αθηνών. Ακολούθησε η καθιερωμένη πομπή με την συνοδεία της Φιλαρμονικής του Δήμου Αθηναίων από τον Καθεδρικό Ναό Αθηνών μέχρι το Μνημείο του Αγνώστου Στρατιώτη στο Σύνταγμα, όπου η Προεδρική φρουρά έφερε τη στολή του Βρακοφόρου του Αιγαίου Αρχιπελάγους.

Η κατάθεση στεφάνων έγινε με την επιμέλεια του Χαράλαμπου Ξύδη και της Άγγελας Γλύτση, Κασιακής καταγωγής, παρουσία μεγάλου πλήθους, από τους:

- κ. **Βασίλη - Νικόλαο Υψηλάντη**, βουλευτή ΝΔ Δωδεκανήσου, εκ μέρους του Προέδρου της Βουλής
- κ. **Κατερίνα Γαβαλά**, αναπληρώτρια Γραμματέας Νησιωτικής Πολιτικής του ΠΑΣΟΚ - Κινήματος Αλλαγής,
- κ. **Μαρία Αθανασίου**, Βουλευτή Δυτικού Τομέα Αθηνών της Ελληνική Λύσης
- κ. **Αλέξανδρο Καζαμία**, Βουλευτή Επικρατείας της Πλεύσης Ελευθερίας
- Ταξίαρχο κ. **Άγγελο Τσοροβά**, Διοικητή Εθνικής Στρατιωτι-

κής Αρχής Αξιοπολοίας, εκ μέρους του Αρχηγού ΓΕΕΘΑ Στρατηγού Δημητρίου Χούπη,

- κ. **Σταυρούλα Μακρή**, Αντιπρόεδρο του Περιφερειακού Ταμείου Ανάπτυξης, εκ μέρους του Περιφερειάρχη Αττικής.
- κ. **Μιχάλη Ερωτόκριτο**, Δήμαρχο Ηρωικής Νήσου Κάσου
- κ. **Νικόλαο Ψυχίδη**, Αντιδήμαρχο Κέντρων Εξυπηρέτησης Πολιτών Δήμου Καλλιθέας (αδελφοποιημένο Δήμο με Δήμο Η.Ν. Κάσου)
- κ. **Νίκο Λαλιώτη**, Πρόεδρο του 9,84 και Εντεταλμένο Δημοτικό Σύμβουλο Εθελοντισμού και Κοινωνίας των Πολιτών, εκ μέρους του Δημάρχου Αθήνας
- κ. **Γιάννη Καραϊτιανό**, πρόεδρο του Συλλόγου Απανταχού Καρπαθίων
- κ. **Μανώλη Κολεζάκη**, πρόεδρο της Ένωσης Ροδίων Αττικής
- κ. **Παύλο Καπάτο**, αντιπρόεδρο της Ένωσης Χαλκιδών Αθηνών - Πειραιά
- κ. **Ηλία Περσελή**, πρόεδρο του Συλλόγου Κασίων Νέων,
- κ. **Άγγελα Γλύτση**, μέλος του ΔΣ του παραρτήματος Κάσου του Λυκείου Ελληνίδων
- κ. **Μαίρη Σορώτου Τσανάκη**, πρόεδρο του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων
- κ. **Γιάννη Φραγκούλη**, πρόεδρο Ομοσπονδίας Δωδεκανησιακών Σωματείων Αθηνών - Πειραιώς.





Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε εκδήλωση τιμής και μνήμης στην αίθουσα εκδηλώσεων του Εμπορικού και Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Αθήνας (ΕΒΕΑ).

Η έναρξη της εκδήλωσης έγινε με την προβολή ενός σύντομου τηλεοπτικού σποτ, που ετοίμασε ο αγαπητός συμπατριώτης μας σκηνοθέτης κ. **Βασίλης Χριστοφυλλάκης**, με θέμα την επέτειο των 200 χρόνων από το Ολοκαύτωμα της Ηρωικής Νήσου Κάσου. Παίρνοντας τον λόγο, ο πρόεδρος της Ομοσπονδίας κ. **Γιάννης Φραγκούλης**, καλωσόρισε τους παρευρισκόμενους και ευχήθηκε για την επέτειό μας.

Στη συνέχεια, ο Δήμαρχος Η.Ν. Κάσου κ. **Μιχάλης Ερωτόκριτος** έκανε έναν χαιρετισμό και αναφέρθηκε στις δραστηριότητες που έγιναν από πέρυσι μέχρι και σήμερα, με αφορμή την επέτειο των 200 χρόνων.

Ακολούθησαν δύο εξαιρετικές ομιλίες από την ειδική παιδαγωγό συμπατριώτισσα μας κ. **Ειρήνη Κυριάκου** και από την ιστορικό κ. **Μαρία Σαμπατακάκη**, συνεργάτιδα του ANYMASYROS, η οποία και παρουσίασε το πολύ ενδιαφέρον βίντεο για την Η.Ν. Κάσο.

Αμέσως μετά η κ. **Κατερίνα Γαβαλά** και η κ. **Μαίρη Σορώτου Τσανάκη** απηύθυναν σύντομους χαιρετισμούς και η εκδήλωση έκλεισε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, με την προβολή ενός εξαιρετικά συγκινητικού βίντεο που είχε ετοιμάσει το νηπιαγωγείο της Αγίας Μαρίας Η.Ν. Κάσου.

Στην εκδήλωση, παραβρέθηκαν επίσης, εκτός από τους εκπροσώπους όλων των Δωδεκανησιακών Σωματείων της Αττικής, η βουλευτής Β' Πειραιά κ. **Ειρήνη Κασσιμάτη**, ο κ. **Κώστας Γρηγοριάδης**, Δημοτικός σύμβουλος συνδυασμού «ΜΑΖΙ



ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΣΟ» και η κυρία **Μαρία Κουρκουλάκου**, συντονίστρια Εθελοντικών Αιμοδοσιών του ΕΕΣ.

Γραπτά μηνύματα απέστειλαν οι βουλευτές Δωδεκανήσου κ.κ. **Γιάννης Παππάς**, **Μάνος Κόνσολας** και **Τσαμπίκα Ιατρίδη**.

Θερμές ευχαριστίες αποστέλλουμε:

- στον Δήμο Αθήνας, που κάθε χρόνο συμβάλλει καθοριστικά στην επιτυχημένη πραγματοποίηση των εκδηλώσεών μας
- στην πολιτιστική ομάδα «ΑΡΧΙΠΕΛΑΓΟΣ», που χάρη σε δικές της ενέργειες, καμαρώνουμε σε κάθε επέτειό μας, την προεδρική φρου-

ρά με τη στολή του βρακοφόρου του Αιγαίου

- στην εταιρεία ΒΑΠ – ΚΟΥΤΙΟΣ ΑΒΕΕ, για την ευγενική χορηγία των αναψυκτικών, σε κάθε εκδήλωσή μας
 - στην εταιρεία ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ, για την ευγενική χορηγία προϊόντων της σε κάθε εκδήλωσή μας
- το ΔΣ της Ομοσπονδίας



25 Μαΐου 2025

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ

ΤΟΥ

ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΤΩΝ ΕΝ ΕΛΛΑΔΙ ΚΑΣΙΩΝ

Ο Πρόεδρος της Γενικής Συνέλευσης κ. **Γιάννης Φραγκούλης** καλεί τον κ. **Καραϊτιανό** πρόεδρο του Συλλόγου Απανταχού Καρπαθίων, που παρευρίσκεται στη Συνέλευση για ένα σύντομο χαιρετισμό. Ο κ. Καραϊτιανός αναφέρει ότι ο Σύλλογος Εν Ελλάδι Κασίων είναι πολύ σημαντικός συμπαράστατης και συμμετόχος στα Δωδεκανησιακά δρώμενα και πιστεύει και η ανερχόμενη διοίκηση θα κρατήσει το ίδιο επίπεδο συνεργασίας. Περνώντας με δύσκολες περιόδους διεθνώς και στη χώρα μας και για αυτό πρέπει να είμαστε ενωμένοι και συσπειρωμένοι γύρω από τους Συλλόγους, αναφέρει. Στη συνέχεια προτείνει στο νέο Διοικητικό Συμβούλιο να ασφαλίσει για αστική ευθύνη τα κτήρια που έχει στην κατοχή του για πυρκαγιές και σεισμούς, κλπ, μία πράξη ευθύνης που επιπλέον επιφέρει και έκπτωση στον ΕΝΦΙΑ.

Ο κ. Φραγκούλης προσκαλεί τη Γραμματέα της Γενικής Συνέλευσης κ. Αγγελα Γλύτση να αναγνώσει τα πρακτικά της προηγούμενης συνεδρίασης. Με την ολοκλήρωση της ανάγνωσης, συμπληρώνει ότι ακολούθησαν ακόμα δύο έκτακτες Γενικές Συνελεύσεις με θέμα τα οικονομικά και τις προσφυγές του Συλλόγου κατά του πρώην Ταμία κ. Βασίλη Κακομανώλη.

Τα μέλη της Γενικής Συνέλευσης εγκρίνουν την ανάγνωση των πρακτικών και στη συνέχεια ο Πρόεδρος της Γ. Σ. & Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Δωδεκανησιακών Σωματείων Αθηνών-Πειραιά, ευχαριστεί όσους βοήθησαν και βοηθούν στο έργο της που κύρια προτεραιότητα της είναι ο τομέας της Υγείας. Σε συνεργασία με τον Ελληνικό Ερυθρό Σταυρό οργανώνονται τουλάχιστον δύο αιμοδοσίες ανά έτος στην Παροικία και από φέτος θα συνεχιστούν και στα νησιά της Δωδεκανήσου ξεκινώντας από την Η. Ν. Κάσο στις αρχές του Ιουλίου. Ταυτόχρονα αναφέρει, έχει ξεκινήσει ένα φιλόδοξο πρόγραμμα κάλυψης ελλείψεων ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού στα ιατρεία των πιο απομακρυσμένων νησιών. Στους υπόλοιπους τομείς δυστυχώς τα προβλήματα είναι πολλά, υπάρχουν εκκρεμότητες σε κτηματολόγιο, δασικούς χάρτες, συγκοινωνίες, κατάργηση υποθηκοφυλακείων βάσει προεδρικού διατάγματος 194/2025, κλπ. Προβλήματα υπάρχουν και στην ακτοπλοϊκή σύνδεση της Η. Ν. Κάσου ενώ παράλληλα τα αεροπορικά εισιτήρια είναι πανάκριβα. Κλείνοντας, αναφέρεται στην συμπλήρωση των 201 χρόνων από την Επέτειο του Ολοκαυτώματος της Η. Ν. Κάσου

και καλεί όλα τα Δωδεκανησιακά Σωματεία για τη συμμετοχή τους στις εκδηλώσεις μνήμης και τιμής.

Το λόγο έπειτα παίρνει ο Πρόεδρος του Συλλόγου των Εν Ελλάδι Κασίων κ. **Μίνος Κομνηνός** και προτείνει ως Εφορευτική Επιτροπή τους κ. **Δρανδάκη**, κ. **Μανώλη Δημητρίου** και κ. **Νίτσα Δράκου**. Τα μέλη της Γ. Σ. εγκρίνουν και ο Πρόεδρος προχωρά σε έναν απολογισμό.

Αναφέρει, ότι έχει διατελέσει Πρόεδρος στο Σύλλογο Εν Ελλάδι Κασίων από το 2019 έως σήμερα καθώς έχει υπηρετήσει επιπλέον ως μέλος του Δ. Σ. από 1984-2000. Με την ιδιότητα του εκδότη των δημοσιογραφικών οργάνων του Ιστορικού Συλλόγου «Κασιώτικος Παλμός» από το 1985-2001 και έπειτα ως «Παλμός του Κασιώτη» από το 2019-σήμερα, παρείχε αμισθί ενημέρωση. Το Διοικητικό Συμβούλιο συμπληρώνει, συνήλθε σε 44 συνεδριάσεις, ενίσχυσε οικονομικά εκδρομές του Γυμνασίου-Λυκείου Η. Ν. Κάσου και συνέβαλε στην έγκριση νοσηλίων Κασιωτών συμπατριωτών που υπέβαλαν αιτήσεις στο Ίδρυμα η «Αδελφότης Κασίων», ενώ ο ίδιος συμμετείχε σε διαδικοτυακές συνεδριάσεις της Επιτροπής που συστήθηκε για τη διοργάνωση της 200^{ης} επετείου από το Ολοκαύτωμα της Η. Ν. Κάσου.

Απολογισμός Εκδηλώσεων

Οκτώβριος 2024

- Συμμετοχή στην Εκδήλωση του Τμήματος Προσκόπων Αιγύπτου στο Εντευκτήριο Συνδέσμου Αιγυπτιωτών Ελλήνων
- Τιμητική εκδήλωση για τα 200 χρόνια από το Ολοκαύτωμα της Η. Ν. Κάσου

Νοέμβριος 2024

- Βιβλιοπαρουσίαση του βιβλίου «Ιστορία της Η. Ν. Κάσου» του συμπατριώτη και Προέδρου του Συλλόγου Κασιωτών Ρόδου, Νίκου Κωνσταντινίδη
- Εκδήλωση στο Εντευκτήριο Συνδέσμου Αιγυπτιωτών Ελλήνων συνδιοργάνωση με Σύλλογο Ισμαηλίας
- Συμμετοχή σε Εκδήλωση στην Πινακοθήκη Πειραιά, Έκθεση με ζωγραφικά έργα του συμπατριώτη Μαγο & βιβλιοπαρουσιάσεις

Ιανουάριος 2025

– Κοπή βασιλόπιτας & Τροποποίηση Καταστατικού στο Εντευκτήριο του Συλλόγου

Φεβρουάριος 2025

– Συμμετοχή σε Κοπή πίτας Ένωσης Καστελοριζίων στο Εντευκτήριο του Συλλόγου

– Συμμετοχή σε Εκδήλωση Κασιωτών Δημιουργών και παρουσίαση βιβλίου Μανώλη Λαμπρίδη στο Εντευκτήριο του Συλλόγου

Μάρτιος 2025

– Συμμετοχή στην Επέτειο Ενσωμάτωσης Δωδεκανήσου στο θέατρο ΙΖΟΛΑ με παρουσίαση παραδοσιακών χορών της Κάσου

– Συμμετοχή στην Επέτειο Ενσωμάτωσης Δωδεκανήσου - Δοξολογία στη Μητρόπολη Αθηνών

– Παραχώρηση Εντευκτηρίου σε Εκδήλωση του νεοιδρυθέντος Συλλόγου Νεολαίας ο Αφούσης στο Εντευκτήριο του Συλλόγου με παραδοσιακό πιάτο και μουσική

– Συμμετοχή στο 5^ο Γλέντι Δωδεκανησιακής Νεολαίας στην Δωδεκανησιακή Εστία στον Πειραιά με αφιέρωμα στην Η. Ν. Κάσο

Απρίλιος 2025

– Πασχαλινό Μπαζαρ στο Εντευκτήριο του Συλλόγου
– Συνδιοργάνωση με Σύλλογο Ισμαηλίας Εκδήλωσης στο Εντευκτήριο Συνδέσμου Αιγυπτιωτών Ελλήνων,

Με το πέρας του απολογισμού του Προέδρου του Συλλόγου Εν Ελλάδι Κασίων ο Πρόεδρος της Γ. Σ. δίνει το λόγο στα μέλη.

Ο κ. **Βιντιάδης** διαπιστώνει τη μεγάλη αποχή των συμπατριωτών από τη Γ. Σ. και θέλει να ενημερωθεί για την αύξηση στην τιμή του περιοδικού «Ο Παλμός του Κασιώτη». Επισημαίνει επίσης ότι το περιοδικό δεν καταλήγει στους παραλήπτες. Ο Πρόεδρος του Συλλόγου Εν Ελλάδι Κασίων απαντά ότι η αύξηση οφείλεται σε αύξηση του τιμαρίθμου και ταχυδρομικών τελών και ανέρχεται από τα 20€ στα 25€. Ο Δήμος Κάσου είναι γεγονός ότι χορηγεί την έκδοση του περιοδικού συνεχίζει, και επισημαίνει ότι, η αύξηση αυτή οφείλεται στην κάλυψη των εξόδων αποστολής και στην ενίσχυση του Συλλόγου. Η αποστολή του εντύπου στοιχίζει 2,30€ ανά τεύχος για το εσωτερικό, σχεδόν τα διπλάσια για το εξωτερικό και η συνολική δαπάνη των ταχυδρομικών αποστολών του περιοδικού ανέρχεται περίπου 250€ ανά τεύχος.

Η κ. **Τσανάκη** ζητάει το λόγο και αναφέρει ότι όλοι πρέπει να εστιάσουν στο νέο Διοικητικό Συμβούλιο, γιατί αυτό θα είναι το μέλλον του Συλλόγου και τονίζει ότι κάθε διαφορά που υφίσταται πρέπει να παραμείνει στην άκρη. Η ίδια είναι στην πρώτη γραμμή από παιδί, τον τίμησε και τον τιμά και έχει θέσει ως στόχο να υπηρετήσει το Διοικητικό Συμβούλιο. Ο μεγαλύτερος τίτλος που έχει ο κάθε συμπατριώτης δε, είναι η κασιακή καταγωγή.

Στη συνέχεια ο Πρόεδρος της Γ. Σ. απαλλάσσει το Διοικητικό Συμβούλιο και καλεί τον πρώην ταμία κ. **Χαράλαμπο Ξύδη** για την παρουσίαση του Οικονομικού Απολογισμού-Προϋπολογισμού. Ο κ. Ξύδης ενημερώνει ότι ο Σύλλογος δεν έχει καμία οφειλή αυτή τη στιγμή, αλλά είναι σαν να ξεκινάει για πρώτη φορά. Επισημαίνει ότι πέρασε μια μεγάλη οικονομική φουρτούνα, έχει σωθεί εν μέρει, αλλά χρειάζεται τη στήριξη όλων προκειμένου να συνεχίσει την πορεία του.

Ο κ. Βιντιάδης εκφράζει την ανησυχία του για το Ίδρυμα η «Αδελφότης Κασίων» και τη συνδρομή του στους συμπατριώτες που χρήζουν στήριξης.

Ο κ. **Στρατιώτης** θέλει να ενημερωθεί για τα έσοδα από το ταμείο διαμερισμάτων και ο κ. Ξύδης αναφέρει ότι ο Σύλλογος οφείλει να επιστρέψει το ποσό που χρησιμοποιήθηκε από το ταμείο αυτό για τη διάσωσή του. Ο κ. Στρατιώτης ζητά να ακουστούν τα ονόματα όσων βοήθησαν το Σύλλογο αυτή τη δύσκολη στιγμή και ο κ. Ξύδης τον ενημερώνει ότι τα ονόματα αυτά έχουν ήδη ακουστεί και δημοσιοποιηθεί στον «Παλμό του Κασιώτη».

Στη συνέχεια ο κ. **Κωσταράς**, που έχει διατελέσει λογιστής του Συλλόγου στο παρελθόν, επιβεβαιώνει ότι η μόνη λύση για να καταστεί βιώσιμος ο Σύλλογος ήταν να χρησιμοποιηθεί το απόθεμα των κληροδοτημάτων.

Τέλος, ο Πρόεδρος της Γενικής Συνέλευσης κ. **Γιάννης Φραγκούλης** με ομόφωνη απόφαση των μελών της Γενικής Συνέλευσης απαλλάσσει το Δ.Σ. από τον οικονομικό απολογισμό και προϋπολογισμό.

Ακολούθως, παρουσιάστηκαν ονομαστικά οι υποψήφιοι για τις εκλογές:

ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ ΓΙΑ ΤΟ Δ.Σ. 1-7 ΨΗΦΟΙ

ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ-ΠΑΠΑΖΗΣΗ ANNA
ΚΑΤΑΧΑΝΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΚΩΣΤΑΡΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΜΑΡΚΟΥΛΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
ΜΗΝΑΚΟΥΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (ΜΙΜΗΣ)
ΞΥΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ
ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ ΜΥΡΣΙΝΗ (ΤΟΥΛΑ)
ΤΣΑΝΑΚΗ-ΣΟΡΩΤΟΥ ΜΑΡΙΑ (ΜΑΙΡΗ)
ΦΟΥΝΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ (ΝΤΙΝΟΣ)

ΥΠΟΨΗΦΙΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΓΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ 1-3 ΨΗΦΟΙ

ΑΡΑΠΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ
ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΖΑΜΠΟΥΝΙΑΡΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΚΑΡΒΟΥΝΑΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ

Στη συνέχεια ο Πρόεδρος της Γενικής Συνέλευσης κήρυξε τη λήξη της.

Ο Πρόεδρος της Γ. Συνέλευσης **Η Γ. Γραμματέας**
Γιάννης Φραγκούλης *Άγκελα-Πατρούλα Γλύτση*

Επέτειος 201 χρόνων από το Ολοκαύτωμα Ηρωικής νήσου Κάσου Εορτασμός στην Κάσο





Συμπληρώθηκαν φέτος 201 χρόνια από το ηρωικό Ολοκαύτωμα της Κάσου, όταν τον Ιούνιο του 1824 οι Κασιώτες αντιστάθηκαν με απaráμιλλο θάρρος απέναντι στις υπέρτερες οθωμανικές και αιγυπτιακές δυνάμεις, γράφοντας μια από τις πιο συγκλονιστικές σελίδες της Ελληνικής Επανάστασης.

Η ημέρα αυτή δεν είναι απλώς μια επέτειος, είναι ένα κάλεσμα σε όλους μας προκειμένου να θυμηθούμε τις θυσίες, να εμπνευστούμε από την αυτοθυσία και την αγάπη για την ελευθερία που χαρακτήρισαν τους προγόνους μας. Η Κάσος, μικρό νησί αλλά με τεράστιο φρόνημα, έγινε σύμβολο αντίστασης και πατριωτισμού.

Οι εκδηλώσεις ξεκίνησαν την Τετάρτη 4 Ιουνίου με τον Αγώνα Δρόμου προς τιμήν των Κασίων Αγωνιστών και ολοκληρώθηκαν την Κυριακή 8 Ιουνίου.

Στις 5 Ιουνίου έγινε Επιμνημόσυνη Δέηση και κατάθεση στεφάνων. Εκ μέρους της κυβέρνησης κατέθεσε ο Γ.Γ. Νησιωτικής πολιτικής Εμμ. Κουτουλάκης. Στη συνέχεια κατέθεσε ο Δήμαρχος της Η.Ν. Κάσου Μιχάλης Ερωτόκριτος και εκ μέρους του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων η κ. Μυρσίνη (Τούλα) Σουλτανάκη. Ακολούθησαν καταθέσεις στεφάνων από τους Τοπικούς Φορείς, τις Ένοπλες Δυνάμεις και τα Σώματα Ασφαλείας.

Το απόγευμα στη Δημοτική Βιβλιοθήκη «Ν. Μαυρής» μίλησαν:

- Τζελίνα Χαρλαύτη καθηγή-

τρια Πανεπιστημίου Κρήτης και Διευθύντρια ΙΜΣ-ΙΤΕ, με θέμα «Η Ναυτιλία και ναυτιλιακές επιχειρήσεις του μεγάλου ναυότοπου της Κάσου, 18^{ος} -21^{ος} αι.».

- Δρ Δήμητρα Καρδακάρη ΚΝΙ/ΙΜΣ-ΙΤΕ με θέμα «Το νησί που δεν έμεινε νησί» η εξέλιξη των ναυτιλιακών επιχειρήσεων της Κάσου από το τοπικό στο παγκόσμιο μέσα από το παράδειγμα της οικογένειας Κουλουκουνητή (1920-1939).

- Μαίρη Βιγλιράκη, υποψ. διδάκτωρ Ιονίου Πανεπιστημίου και ΚΝΙ/ΙΜΣ-ΙΤΕ, με θέμα «Η Κάσος ψιθυρίζει: Μνήμες που αναδύονται από την ψηφιακή άμμο του χρόνου».

Την Παρασκευή έγινε επιμνημόσυνη δέηση στην Αντιπέρατο. Το Σάββατο 7 Ιουνίου, ημέρα της Επετείου, έγινε Θεία Λειτουργία και μνημόσυνο των Αγωνιστών στην Παναγία της Μαίρης και η επίσημη δοξολογία στον Ιερό Ναό του Αγίου Σπυρίδωνα χοροστατούντος του Μητροπολίτη Καρπάθου και Η.Ν. Κάσου κ.κ. Αμβροσίου. Τον Πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε η καθηγήτρια Πανεπιστημίου Κρήτης και Διευθύντρια ΙΜΣ-ΙΤΕ κ. Τζελίνα Χαρλαύτη.

Οι εκδηλώσεις ολοκληρώθηκαν την Κυριακή 8 Ιουνίου με την παρουσίαση στη Δημοτική Βιβλιοθήκη «Ν. Μαυρής» του βιβλίου «Οι Ανδρειωμένοι της Κάσου» του Μανώλη Λαμπρίδη από τον Μηνά Βιντιάδη.

Σε όλες τις εκδηλώσεις παρέστησαν οι Βουλευτές Δωδεκανήσου κ.κ. Κόνσολας, Παππάς, Ιατρίδης, Υψηλάντης και η έπαρχος Καρθάθου - Κάσου κ. Νικολαΐδου.



Πρόσφατα κυκλοφορήθηκε ο τόμος ΜΕ' (45) (2021-2024) του περιοδικού ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ. Δελτίον της Ελληνικής Λαογραφικής Εταιρείας, όπου στις σελίδες 425-434 δημοσιεύεται άρθρο του συμπατριώτη μας Εμμανουήλ Π. Περσελή, ομότιμου καθηγητή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών με τίτλο «ΑΝΤΩΝΗΣ ΜΗΝΑ ΣΟΦΟΣ (1913-2009)». Ο φιλόλογος-παιδαγωγός και ο ερευνητής-ιστοριοδίφης της κασιώτικης λαϊκής παράδοσης». Το άρθρο αυτό είναι το κείμενο της ομιλίας του κ. Εμμ. Π. Περσελή στην εκδήλωση που ο Σύλλογος των εν Ελλάδι Κασίων οργάνωσε στο εντευκτήριό του στις 19 Νοεμβρίου 2022 για να τιμήσει τη μνήμη του αείμνηστου συμπατριώτη μας Αντώνη Μ. Σοφού. Ζητήσαμε από τον κ. Περσελή να δημοσιεύσουμε στις στήλες του περιοδικού μας «Παλμός του Κασιώτη» μέρος του εμπεριστατωμένου άρθρου του, ο οποίος ευχαρίστως ανταποκρίθηκε στο αίτημά μας και τον ευχαριστούμε πολύ γι' αυτό.

Η Συντακτική Επιτροπή του περιοδικού «Κασιώτικος Παλμός».

ΑΝΤΩΝΗΣ Μ. ΣΟΦΟΣ

Ο ερευνητής-ιστοριοδίφης της κασιώτικης λαϊκής παράδοσης

Του Εμμανουήλ Π. Περσελή

Ομότιμου Καθηγητή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

Στις 16 Αυγούστου 1994 στην αίθουσα διαλέξεων του Εθνικού Κέντρου Νεότητας στο Φρυ της Κάσου οργανώθηκε, με δική μου πρωτοβουλία και υπό την αιγίδα του Δήμου Κάσου, πνευματική εκδήλωση με τον τίτλο «Μνήμη και τιμή στον Κασιώτη δάσκαλο και την Κασιώτισσα δασκάλα». Στην εκδήλωση αυτή μεταξύ των ομιλητών ήταν και, ο παρρησιόχης εκείνη τη θερινή περίοδο στην Κάσο, Αντώνης Σοφός, ο οποίος πρόθυμα ανέλαβε, μετά από δική μου πρόσκληση, να αναπτύξει το θέμα «Πνευματική και εκπαιδευτική κίνηση στην Κάσο τον 19ο αιώνα».

Στην εισήγησή του ο Αντώνης Σοφός παρουσίασε ενδιαφέροντα στοιχεία, σύμφωνα με τα οποία οι κάτοικοι της Κάσου, λίγα χρόνια μετά την καταστροφή που υπέστησαν από τους Τούρκους το 1824, δεν ολιγώρησαν «όταν οι συνθήκες το επέτρεψαν» να οργανώσουν τον τομέα της εκπαίδευσης των παιδιών τους και γενικά της πνευματικής αναγέννησης του τόπου τους. Αντίθετα, μάλιστα, η πνευματική και εκπαιδευτική δραστηριότητα στο νησί τον 19ο αιώνα υπήρξε σημαντική και σπουδαία, σε σχέση με άλλους ελληνικούς χώρους, που είχαν παραμείνει υπό τουρκική κατοχή μέχρι τις αρχές του 20ού αιώνα, όπως και η Κάσος.

Θεωρώ ότι ο Αντώνης Σοφός, εξ όσων τουλάχιστον γνωρίζω, είναι ο πρώτος ιστοριοδίφης-ερευνητής που ανέδειξε, με τρόπο τεκμηριωμένο, το θέμα της σημασίας και της οργάνωσης της εκπαίδευσης στην Κάσο και γενικά της πνευματικής κίνησης του νησιού, μετά το Ολοκαύτωμα του 1824, και καθόλη την υπόλοιπη περίοδο του 19ου αιώνα μέχρι σχεδόν τις αρχές του 20ού αιώνα, οπότε η Κάσος, όπως και ολόκληρη η Δωδεκάνησος, κατελήφθη από τους Ιταλούς.

Η παραπάνω διαπίστωση μου άνετα τεκμαίρεται από κείμενο ανακοίνωσης/εισήγησης του Αντώνη Σοφού με τον τίτλο «Η εκπαίδευση στην Κάσο κατά τον 19ο αιώνα», που έγινε στο Η' Πολιτιστικό Συμπόσιο Δωδεκανήσου στο Απέρι Καπάθου, τον Αύγουστο του 1993 και πρωτοδημοσιεύτηκε τον επόμενο χρόνο στο περιοδικό «Κασιώτικος Παλμός», όργανο

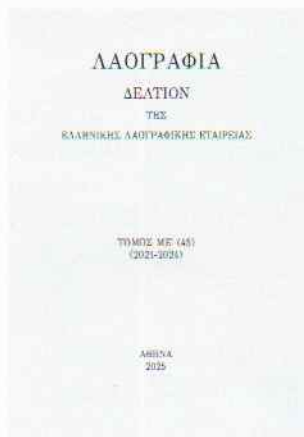
του Συλλόγου των εν Ελλάδι Κασίων, τεύχος 67 (1994), σ. 710-716 και 68 (1994), σ. 736-740. Η εισήγηση αναδημοσιεύεται, μαζί με άλλα αξιόλογα ιστορικά κείμενα/εισηγήσεις του συγγραφέα, στο βιβλίο του με τον τίτλο «Ιστορικά Μελετήματα», που αποτελεί «Παράρτημα 2» της σειράς «Τα Λαογραφικά της Κάσου», Αθήνα 1998.

Ο Αντώνης Σοφός είχε ήδη ασχοληθεί με το θέμα της εκπαίδευσης των κατοίκων της Κάσου, διαχρονικά και συγχρονικά, ήδη από το έτος 1972, όπως μαρτυρείται από το σύντομο, αλλά περιεκτικό κείμενο εισήγησης του με τίτλο «Εκπαιδευτικόν», που περιλαμβάνεται στα τυπωμένα πρακτικά του Α' «Παγκασιακού Συνεδρίου» που πραγματοποιήθηκε στην Κάσο στις 8 Ιουνίου 1972, (σ. 15-21).

Θεωρώ σκόπιμο να αναφέρω ότι στην εισήγησή του στο Α' Παγκασιακό Συνέδριο, το 1972, ο Αντώνης Σοφός πρότεινε, μεταξύ των άλλων, να ιδρυθεί στην Κάσο Ναυτικό Γυμνάσιο. Αξίζει να μεταφέρω εδώ ένα από τα τρία μόνο επιχειρήματά του για την ίδρυση Ναυτικού Γυμνασίου, ειδικά στην Κάσο, γιατί νομίζω ότι η λογική του επιχειρήματος εξακολουθεί και σήμερα να είναι άκρως επίκαιρη.

Αναφέρει, λοιπόν, ο Αντώνης Σοφός, το 1972, τα εξής:

«Γιατί όμως εδώ στην Κάσο και όχι σε μια άλλη πόλη ή σε άλλο νησί, που πιθανόν να το διεκδικούν, πρέπει να ιδρυθεί το Ναυτικό Γυμνάσιο; Δεν είναι ένας τοπικισμός που υπαγορεύει την διεκδίκηση αυτή. Κι ούτε γιατί καλύπτει τις ανάγκες μιας επαγγελματικής εκπαίδευσης. Είναι γιατί το ακραίο μας νησί κλείνει τα σύνορα στις νότιες περιοχές της Ελληνικής επικράτειας και πρέπει να προσεχτεί ιδιαίτερα, πρέπει να κρατηθεί στη ζωή, πρέπει να δημιουργηθούν εδώ οι προϋποθέσεις μιας σφύζουσας ζωής, πρέπει, τέλος, γιατί είναι δίκιο, το κράτος να ξεπληρώσει το χρέος του για την ολοσχερή καταστροφή του [νησιού], τότε που σαν ακριτική περιοχή πλήρωσε τη θέση του. Κι ακριτικές περιοχές δεν είναι μονάχα της βόρειας Ελλάδας, είναι και της νότιας, που δεν έχουν καθόλου λιγότερα δικαιώματα». (σ. 19)



Άγχος - νεύρωση - στρες

Του Γιάννη Ζαχαριάδη, Ιατρού και επίτιμου Προέδρου του Συλλόγου των Εν Ελλάδι Κασίων

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ

Αγαπητοί φίλοι και φίλες,

Επέλεξα ν' αναφερθώ στο άγχος - νεύρωση - στρες (στεσάρισμα) διότι από μία πρόσφατη έρευνα που διενήργησε η ψυχιατρική κλινική του πανεπιστημίου Αθηνών προκύπτει ότι ο ένας στους τρεις Αθηναίους, με άλλα λόγια το 31% του πληθυσμού υποφέρει από άγχος, δυστυχία ή κατάθλιψη ή διάφορα ψυχοσωματικά προβλήματα.

Στατιστικά το 60% των ασθενών που προσέρχονται στα παθολογικά και άλλα ιατρεία είναι νευρωτικά ή ψυχοσωματικά άτομα και το 55% των κλινών των γενικών νοσοκομείων καταλαμβάνονται από την κατηγορία αυτή των ασθενών.

Όλοι μας, περισσότερο ή λιγότερο, υποφέρουμε από άγχος, λίγα όμως ή ελάχιστα γνωρίζουμε για την φυσιολογία του και το χημικό ή ορμονικό του υπόστρωμα. Θα προσπαθήσω λοιπόν από την πλευρά του παθολόγου με όσο πιο απλά λόγια μπορώ να θίξω αυτό το τεράστιο πρόβλημα τ' οποίο πληρώνουμε με βιολογικό κόστος.

Ο άνθρωπος το τελειότερο αυτό βιολογικό ον ζει μόνο του σαν μονάδα, απροστάτευτο μέσα σ' ένα στρεσογόνο, κοινωνικό, οικογενειακό και εργασιακό περίγυρο και γίνεται δέκτης μικρών ή μεγάλων καθημερινών ερεθισμάτων. Δέχεται δηλαδή από παντού ζορίσματα και πρώτα από όλα πιέσεις από τον ίδιο του τον εαυτό, όταν για παράδειγμα, πρόκειται να πάρει μία σοβαρή απόφαση, ή από τη συνείδηση του αν έπραξε ορθά ή αδικήσε κάποιον, επίσης από την οικογένειά του τα παιδιά ή την πεθερά του ας πούμε, από το μποτιλιάρισμα και τους κακούς οδηγούς στο δρόμο, από τους συνεργάτες του ή τον προϊστάμενο του, από την εφορία και την οικονομική δυσπραγία, την ακρίβεια καθώς και την άθλια ποιότητα της ζωής και την υποकुλτούρα. Απέναντι λοιπόν σε αυτή την πραγματικότητα επιλέγει θεληματικά ή άθελα του τον τρόπο που θα σκεφτεί ν' αντιδράσει, ο οποίος είναι ανάλογος με την θωράκιση που του έγινε από την οικογένεια ή το σχολείο.

Διαμόρφωσε με τα χρόνια, ένα χαρακτήρα και μία προσωπικότητα που θα μπορεί, ανάλογα, να δεχτεί ή όχι, ν' αμβλύνει ή ν' αποκρούσει τα καθημερινά αυτά ερεθίσματα ή να συγκρουστεί με το εξωτερικό περιβάλλον.

Κάποτε, στην παλαιολιθική εποχή, όταν ο άνθρωπος ζούσε στη ζούγκλα αντιμετώπιζε μόνον προβλήματα επιβίωσης, το πώς να τραφεί και να επιζήσει δηλαδή. Όταν δεχόταν επιθέσεις από τ' άλλα θηρία κινητοποιούσε τον έμφυτο

μηχανισμό άμυνας του, πλημμύριζε με αδρεναλίνη και άλλες κατεχολαμίνες στο αίμα του όπως επινεφρίνη, ντοπαμίνη και νοραδρεναλίνη καθώς και κορτιζόλη, γέμιζε τους μυς του με γλυκογόνο και το έβαζε στα πόδια γιατί δεν είχε άλλη επιλογή από την φυγή με το τρέξιμο ή την πάλη. Το περίφημο FIGHT OR FLIGHT. Με το τρέξιμο όμως ο οργανισμός του έκαιγε τις κατεχολαμίνες και το γλυκογόνο και το άτομο με τον τρόπο αυτό εξασφάλιζε τη σωτηρία του και παράλληλα και την ηρεμία του.

Σήμερα η ζούγκλα αντικαταστάθηκε από μία κοινωνία συγκροτημένη από εξευγενισμένα θηρία που φορούν κοστούμια και γραβάτες ή φορέματα, διαθέτουν αγγελικά πρόσωπα και δεν ορμούν να κατασπαράξουν το ένα το άλλο.

Πάλι όμως ο άνθρωπος της πόλης δέχεται ένα σωρό επιθέσεις και ζορίσματα, πάλι θέτει σε λειτουργία τον ίδιο έμφυτο μηχανισμό άμυνας που του έδωσε η φύση, δηλαδή τα γονίδια του, γεμίζει το αίμα με αδρεναλίνη και τις άλλες ουσίες που προανέφερα χωρίς να χρειάζεται όμως γλυκογόνο για τους μύς του γιατί απλούστατα δεν θα το βάλει στα πόδια προκειμένου να φύγει μια και ο σύγχρονος ρυθμός ζωής δεν απαιτεί δύναμη αλλά νευρική αντοχή και άλλους τρόπους αντίδρασης, θα κατεβάσει το κεφάλι και θα πει στον σύντροφό του ή στην

σύντροφό του "ότι πεις εσύ" δεν θα τσακωθούμε, στον προϊστάμενο του "μάλιστα κύριε προϊστάμενε", στον ατζαμί οδηγό που θα συναντήσει στον δρόμο για την δουλειά του θα τον αποκαλέσει... ηλίθιο ή ενεργώντας με μεγαλύτερη επιείκεια σαν γνήσιος ρωμιός θα τον μουτζώσει, από τον δε εφοριακό του θα ζητήσει συμβιβασμό ή όπως αλλιώς θέλετε να το αποκαλέσετε.

Τις περισσότερες λοιπόν φορές η αντίδραση είναι αντίδραση συμβιβασμού συνθηκολόγησης ή μερικής εκτόνωσης και υποταγής ή σύγκρουσης. Οι κατεχολαμίνες του όμως δεν καίγονται αλλά αθροίζονται μέσα του και κάπου χτυπούν στα ευαίσθητα όργανα στόχους που είναι τα νεύρα μας, τ' αγγεία μας, η καρδιά μας, το στομάχι μας, το παχύ έντερο, το δέρμα μας. Έτσι με αδρές γραμμές προσπάθησα να σας δώσω να καταλάβετε πώς γεννιέται το άγχος. Σταματώ εδώ για σήμερα για να μην σας κουράσω πολύ σε συνδιασμό με τον μίνι καύσωνα και στην επόμενη ανάρτηση μου θα σας περιγράψω πως σωματοποιείται το άγχος και το στρες.

Θα συνεχίσουμε στο επόμενο

“
Ο ΣΥΓΧΡΟΝΟΣ
ΡΥΘΜΟΣ ΖΩΗΣ
ΔΕΝ ΑΠΑΙΤΕΙ ΔΥΝΑΜΗ
ΑΛΛΑ
ΝΕΥΡΙΚΗ ΑΝΤΟΧΗ
”



11^η Εορτή της Σιτάκας

Ο Πολιτιστικός Σύλλογος Αρβανιτοχωρίου, με ιδιαίτερη χαρά ανακοινώνει την 11η Εορτή της Σιτάκας, που θα πραγματοποιηθεί το Σάββατο 26 Ιουλίου 2025, στην πλατεία του χωριού μας.

Η Σιτάκα, ένα μοναδικό γαλακτοκομικό προϊόν του νησιού μας, αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της γαστρονομικής μας παράδοσης και ένα από τα πιο χαρακτηριστικά και διαδεδομένα τοπικά προϊόντα μας. Μέσα από αυτή την ετήσια γιορτή, τιμούμε τη διατροφική και πολιτιστική της αξία, ενώ ταυτόχρονα την προβάλλουμε πέρα από τα σύνορα του τόπου μας.

Η εκδήλωση θα περιλαμβάνει:

- * Παραδοσιακά εδέσματα βασισμένα στη Σιτάκα
- * Αφθονο ποτό
- * Ζωντανή παραδοσιακή μουσική και χορό.

Η Εορτή της Σιτάκας δεν είναι απλώς μια γιορτή γεύσης· είναι ένας θεσμός που συμβάλλει στην ανάδειξη της τοπικής γαστρονομίας, στην προώθηση του πολιτισμού μας και στη στήριξη της τοπικής παραγωγής. Μέσα από τέτοιες εκδηλώσεις, αναδεικνύεται η ταυτότητα του τόπου μας και μεταφέρεται η πλούσια παράδοσή μας σε κάθε επισκέπτη.

Σας περιμένουμε όλους για να γιορτάσουμε μαζί, να απολαύσουμε τοπικές γεύσεις και να κρατήσουμε ζωντανές τις παραδόσεις μας!

Με τιμή,

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Πολιτιστικού Συλλόγου

ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025,
ΩΡΑ 12.15 μ.μ.

ΣΤΟ ΣΥΝΔΕΣΜΟ ΑΙΓΥΠΤΙΩΤΩΝ
ΕΛΛΗΝΩΝ,
3^{ης} Σεπτεμβρίου 56 β' όροφος, Αθήνα 10433

Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΤΩΝ ΕΝ ΕΛΛΑΔΙ ΚΑΣΙΩΝ
ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ
ΜΟΥΣΙΚΟ-ΚΑΣΙΩΤΙΚΟ ΓΛΕΝΤΑΚΙ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ:
2108830606 & syllogoskasion@gmail.com

Νιώθουμε την ανάγκη να ευχαριστήσουμε

τα 37 νέα μέλη

που από τις αρχές του 2025

έχουν αγκαλιάσει το Σύλλογο

στις προσπάθειες & τα νέα πλάνα του

Συμμετοχή του Δήμου της Η.Ν Κάσου στην τουριστική έκθεση στη Λυών της Γαλλίας



Ο Δήμος της Ηρωικής Νήσου Κάσου στο πλαίσιο στοχευμένων δράσεων προβολής του νησιού μας συμμετείχε στην τουριστική έκθεση Salon du randonneur από τις 21 μέχρι τις 23 Μαρτίου στη Λυών της Γαλλίας. Είναι η τρίτη συνεχόμενη χρονιά που ο Δήμος συμμετέχει σε ανάλογες εκθέσεις εναλλακτικού τουρισμού (περιπατητικού).

Οι επτά περιπατητικές διαδρομές που ισχύουν σήμερα και συγκεντρώνουν αρκετούς επισκέπτες στο άμεσο μέλλον θα συμπληρωθούν με άλλες πέντε ούτως ώστε το νησί να έχει ένα εκτεταμένο και ολοκληρωμένο δίκτυο οργανωμένων μονοπατιών.

Ο Δήμος στοχεύει στην ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού με έμφαση στην προστασία του περιβάλλοντος και στη διατήρηση της πλούσιας πολιτιστικής κληρονομιάς του μέσα από ήπιες μορφές τουρισμού, όπως και αυτή που θα ξεκινήσει το αμέσως προσεχές διάστημα, αυτή του ποδηλατικού μέσα από έξι επιλεγμένες διαδρομές.

Στην έκθεση ήταν παρών και εκπροσώπησε την Η.Ν Κάσο ο κύριος Eric Kamblock, κάτοικος και δημότης του νησιού.

Εξωραϊστικός Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίας Μαρίνας Κάσου «Η ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ»

Ηρωική Νήσος Κάσος 08 Ιουνίου 2025

Συμμετοχή του Εξωραϊστικού Πολιτιστικού Συλλόγου «Η Αγία Μαρίνα» στις εκδηλώσεις για το Ολοκαύτωμα της Ηρωικής Νήσου Κάσου.

Ο Εξωραϊστικός Πολιτιστικός Σύλλογος «Η ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ» συμμετείχε με σεμνότητα και περηφάνια στις φετινές εκδηλώσεις μνήμης για το Ολοκαύτωμα της Η.Ν. Κάσου.

Κατάθεση στεφάνου από την Πρόεδρο του Συλλόγου στο ιστορικό σημείο «ΛΑΓΚΑ» Αγίας Μαρίνας όπου εδόθη η γνωστή μάχη με τους Τούρκους.

Έδωσε το παρών με δύο κοπέλες ντυμένες παραδοσιακά την Σοφία Ασπρά και Ευαγγελία Ασπρά κατά την άφιξη και περιφορά στην Κάσο της εικόνας της «Παναγίας Βρυσιανής» από το Μεσοχώρι Καρπάθου.

Το πρωί της επετείου επίσημοι, μέλη και φίλοι του Συλλόγου παρευρέθηκαν στη συγκινητική λειτουργία και μνημοσύνου που τελέστηκε στον ιστορικό ναό της «Παναγίας της Μαί-

ρης» αποδίδοντας τιμή στους Κασιώτες που Θυσιάστηκαν για τη Πατρίδα.

Ακολούθησε μικρή φιλοξενία με παραδοσιακά κεράσματα σ' ένα ζεστό και ανθρώπινο κλίμα, όπως αρμόζει στη μνήμη των ηρώων μας.

Στη συνέχεια ο Σύλλογος συμμετείχε με υπερηφάνεια στην επίσημη παρέλαση φέροντας το λάβαρο και τη σημαία του Συλλόγου, τα οποία κρατούσαν με τιμή και συγκίνηση εκπρόσωποι της νεολαίας του χωριού.

Η παρουσία τους αποτέλεσε ένα συγκινητικό σύμβολο συνέχειας των γενεών αποδεικνύοντας πως η νέα γενιά δεν ξέχνα, αλλά στέκεται με σεβασμό και περηφάνια απέναντι στην ιστορία και τις θυσίες των προγόνων μας.

Μέσα από αυτό το συμβολικό ρόλο τα παιδιά τίμησαν όλους εκείνους που πολέμησαν με αυταπάρνηση για την ελευθερία, μεταφέροντας το μήνυμα πως η μνήμη παραμένει ζωντανή και παραδίδεται από καρδιά σε καρδιά από γενιά σε γενιά.

Η συμμετοχή μας δεν είναι μόνο μια πράξη τιμής προς το παρελθόν, αλλά και μία συνειδητή επιλογή διατήρησης της μνήμης, της ταυτότητας και της πολιτιστικής συνέχειας του τόπου μας.

Αιώνια η μνήμη των Κασίων Ηρώων

Τιμή και δόξα στους αγώνες τους.

Η πρόεδρος και το Διοικητικό Συμβούλιο

Επιστολή γνωστοποίησης σύστασης του Συλλόγου Κασίων Νέων «Ο Αφούσης»



Ο ΑΦΟΥΣΗΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΣΙΩΝ ΝΕΩΝ

Με μεγάλη χαρά σας ανακοινώνουμε τη σύσταση του Συλλόγου Κασίων Νέων «Ο Αφούσης». Ενός συλλόγου που δημιουργήθηκε από νέους με καταγωγή την Ηρωική Νήσο Κάσο, με στόχο και όραμα την προώθηση της πολιτιστικής μας κληρονομιάς, τη στήριξη των Κασίων νέων κα-

θώς και του νησιού μας.

Ο Σύλλογός μας ιδρύθηκε με σκοπό να αποτελέσει έναν πυρήνα δράσης, συνεργασίας και δημιουργίας, εστιάζοντας στα παρακάτω:

Την προώθηση δράσεων που ενδυναμώνουν τους δεσμούς μεταξύ των νέων της Κάσου και της διασποράς.

Την ενίσχυση της συμμετοχής των νέων στις πολιτιστικές, κοινωνικές και περιβαλλοντικές πρωτοβουλίες.

Τη διατήρηση και προβολή της Κασιώτικης παράδοσης και των ηθών του τόπου μας.

Ο Σύλλογος μας φιλοδοξεί να συνεργαστεί στενά με φορείς, συλλόγους και άτομα που έχουν κοινό όραμα και επιθυμία για ένα καλύτερο αύριο για την Κάσο.

Σας προσκαλούμε λοιπόν, να γίνετε μέρος της νέας αυτής προσπάθειας, στηρίζοντας το έργο μας με ιδέες, προτάσεις και

Ειδήσεις της Παροικίας & Νέα της Κάσου

συνεργασίες. Είμαστε βέβαιοι ότι μαζί θα μπορέσουμε να καταφέρουμε πολλά για την Κάσο μας.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας μέσω email στη διεύθυνση: afousis@afousis.gr ή μέσω της ιστοσελίδας μας www.afousis.gr

Για το Διοικητικό Συμβούλιο
του Συλλόγου Κασίων Νέων «Ο Αφούσης»

Με εκτίμηση,
Περσελής Ηλίας – Πρόεδρος
Τόμα Ευαγγελία – Αντιπρόεδρος
Σακέλλη Ειρήνη – Γενική Γραμματέας
Πέπης Εμμανουήλ – Ταμίας
Στρατιώτης Ευάγγελος - Μέλος
Χριστοφόρου Φραγκίσκος - Μέλος
Τσουκαλά Αθηνά - Μέλος
Καλπογιάννη Αθηνά – Αναπληρωματικό μέλος
Κυριάκου Ειρήνη – Αναπληρωματικό μέλος
Μαστροπαύλος Γιώργος – Αναπληρωματικό μέλος

Επιστολή διαμαρτυρίας για τα αεροπορικά δρομολόγια εξυπηρέτησης της Η.Ν. Κάσου

Μετά την έναρξη των νέων αεροπορικών δρομολογίων και την μη εξυπηρέτηση των επιβατών με προορισμό την Η.Ν. Κάσο από Αθήνα, ο Δήμαρχος της Η.Ν. Κάσου Μιχάλης Ερωτοκρίτος απέστειλε την παρακάτω επιστολή διαμαρτυρίας στην αεροπορική εταιρεία AEGEAN- OLYMPIC AIR κοινοποιώντας την στους Βουλευτές Δωδεκανήσου, Γιάννη Παππά, Μάνο Κόνσολα, Βασίλη Υψηλάντη, Μίκα Ιατρίδη και Γιώργο Νικητιάδη καθώς στον Περιφερειάρχη Νοτίου Αιγαίου Γιώργο Χατζημάρκο ζητώντας την παρέμβασή τους.

«Με αφορμή την έναρξη των νέων δρομολογίων είμαστε αναγκασμένοι να εκφράσουμε την εντονότατη διαμαρτυρία μας καθώς διαπιστώνουμε για πολλοστή φορά ότι δεν έχει ληφθεί μέριμνα για την αυθημερόν εξυπηρέτηση των επιβατών από Αθήνα με προορισμό την Η.Ν. Κάσο.

Πιο συγκεκριμένα με τα υπάρχοντα δρομολόγια ο επιβάτης από Αθήνα με προορισμό την Κάσο αναγκάζεται να διανυκτερεύσει σε ενδιάμεσο σταθμό είτε στη Ρόδο είτε στη Κάρπαθο είτε στη Σητεία ώστε να επιβιβαστεί σε πτήση της επομένης ημέρας για να φτάσει στον προορισμό του.

Παρά τις αλληπάλληλες επιστολές μας κάθε φορά στον προγραμματισμό των πτήσεων αντιμετωπίζουμε το ίδιο ζήτημα καθώς ουδέποτε λαμβάνεται υπόψη το γεγονός ότι θα πρέπει να υπάρξει μέριμνα για τη διασφάλιση ύπαρξης ανταποκρίσεων που θα επιτρέψουν την αυθημερόν εξυπηρέτηση των επιβατών με προορισμό την Κάσο από Αθήνα.

Παρακαλούμε λοιπόν όπως προβείτε στις απαραίτητες ενέργειες προκειμένου να εξασφαλιστεί η αυθημερόν εξυπηρέτηση των εν λόγω επιβατών».

17 Ιουνίου, 2025. Ευχαριστήρια επιστολή για την δωρεά επίπλων γραφείου

Ο Δήμος Ηρωικής Νήσου Κάσου εκφράζει τις θερμές του ευχαριστίες στον Όμιλο Quest και συγκεκριμένα την εταιρεία του Ομίλου iSquare για την γενναιόδωρη πράξη τους.

Η δωρεά αφορά στη διάθεση 20 επίπλων / γραφείων στον Δήμο μας, τα οποία θα καλύψουν σημαντικές ανάγκες των σχολείων μας και άλλων δομών του Δήμου, συμβάλλοντας στη βελτίωση των συνθηκών εκπαίδευσης και εργασίας.

Ευχαριστούμε θερμά τον Μάνο Πέπη, στέλεχος του Ομίλου Quest και Δημοτικό Σύμβουλο του Δήμου Η.Ν. Κάσου, ο οποίος ενήργησε για την υλοποίηση αυτής της δωρεάς.

Η Δημοτική Αρχή της Ηρωικής Νήσου Κάσου ευχαριστεί ακόμα θερμά όλους όσους συνέβαλαν σε αυτή την πρωτοβουλία και προσβλέπει σε περαιτέρω συνεργασίες που θα ενισχύσουν την ανάπτυξη και ευημερία του νησιού μας.

3 Ιουνίου, 2025 Το παρελθόν και το μέλλον της ξερολιθιάς στην Κάσο

Ο Δήμος της Ηρωικής Νήσου Κάσου, αυτές τις μέρες υλοποίησε τη δράση *“Το Παρελθόν και το Μέλλον της Ξερολιθιάς στην Κάσο”* που αποσκοπεί να καταγράψει και να προβάλει τον πολιτισμό της πέτρας που έχει σχέση με την ιστορία της τέχνης της ξερολιθιάς στο νησί και να ευαισθητοποιήσει την τοπική κοινότητα πάνω στη συγκεκριμένη τέχνη.

Στο πλαίσιο της δράσης πραγματοποιείται η παραγωγή ενός μικρού μήκους ντοκιμαντέρ με τον τίτλο *“Τυρεύοντας την Αργαδιά”* που στοχεύει να καταγράψει το έθιμο, να ευαισθητοποιήσει την τοπική κοινωνία σχετικά με την τέχνη της ξερολιθιάς αλλά και να την παρακινήσει να ανακαλύψει τα πετρώχιστα μονοπάτια και τις ξερολιθικές κατασκευές που χαρακτηρίζουν το Κασιώτικο τοπίο.

Με αφορμή την παραγωγή του ντοκιμαντέρ, την Κυριακή 25 Μαΐου, στον Άγιο Γεώργιο στις Χαδιές έγινε αναβίωση του εθίμου της αργαδιάς. Περίπου 25 άτομα, ντόπιοι τεχνίτες της πέτρας, μικροί και μεγάλοι βρέθηκαν μαζί, έχτισαν χαλασμές σε





– βασταούς στα κτήματα του Αγίου και στη συνέχεια, όπως προτάζει το έθιμο ακολούθησε αυτοσχέδιο γλέντι με φαγητό.

Η δράση “Το Παρελθόν και το

Μέλλον της Ξερολιθιάς στην Κάσο” υλοποιείται από το Δήμο της Η.Ν.Κάσου, με την υποστήριξη της ΑΜΚΕ COMM’ON, την συνεργασία των Περιπατητών της Κάσου, υπό την αιγίδα και την επιχορήγηση του Υπουργείου Πολιτισμού.

Ευχαριστούμε τους ντόπιους κτίστες Γιάννη Βοναπάρτη, ο οποίος παραχώρησε δωρεάν αρνί για το αυτοσχέδιο γλέντι, τον Ηλία και Γιώργη Κουκλάκη για την συμμετοχή τους. Τους τοπικούς οργανοπαίχτες Νεκτάριο Σταματάκη λύρα και Ηλία Διακάκη λαούτο και τον Χρήστο Ψαρουδάκη για την δωρεάν παραχώρηση λαχανικών για την σαλάτα.

Η συμμετοχή των δημοτών και ιδιαίτερα των παιδιών ήταν συγκινητική. Να επισημάνουμε την παρουσία των δημοτικών συμβούλων του Δήμου την Η.Ν. Κάσου Ιουλίας Δασκαλάκη και Μανώλη Παρλή.

Είμαστε ευγνώμονες στον Δημητρίου Μιχαήλ ή Μαρκαυτώνη για τις δωρεάν μαγειρικές υπηρεσίες του και στον.

Τέλος συγχαίρουμε τον άμισθο σύμβουλο πολιτισμού του Δημάρχου Ηλία Μαστροπαύλο για την άσωση διοργάνωσης.

Συνάντηση εργασίας εκπρόσωπων των μικρών νησιών στο Ευρωκοινοβούλιο.

Συνάντηση εργασίας εκπρόσωπων των μικρών νησιών στο Ευρωκοινοβούλιο

Ο Αντιδήμαρχος Τεχνικών Έργων, Κώστα Δημ. Περσελή, εκπροσωπώντας τον Δήμο Ηρωικής Νήσου Κάσου συμμετείχε, μαζί με περισσότερους από 40 δημάρχους μικρών νησιών και ορεινών δήμων της Ελλάδας, σε μια σημαντική αποστολή στις Βρυξέλλες από τις 12 έως 14 Μαΐου 2025, με πρωτοβουλία της Ομάδας των Σοσιαλιστών και Δημοκρατών του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του ευρωβουλευτή του ΠΑΣΟΚ, Σάκη Αρναούτογλου.

Στις διήμερες εργασίες υπήρξαν σειρά συναντήσεων με Επιτρόπους του Ευρωκοινοβουλίου, στους οποίους τέθηκαν κρίσιμα ζητήματα και τα μεγάλα διαρθρωτικά προβλήματα που αντιμετωπίζουμε όπως το δημογραφικό, η κλιματική κρίση και οι επιπτώσεις της, η διαχείριση του νερού και η λειψυδρία, η ελλιπής πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες, οι υψηλές μεταφορικές δαπάνες, το ανεπαρκές δίκτυο υγείας και παιδείας, και η δυσκολία απορρόφησης ευρωπαϊκών κονδυλίων λόγω γραφειοκρατικών και τεχνικών περιορισμών.

Με τον Εκτελεστικό Αντιπρόεδρο, αρμόδιο για τη Συνοχή και τις Μεταρρυθμίσεις, Ραφαэле Φίτο, συζητήθηκε η ανά-



γκη για μια πιο δίκαιη και στοχευμένη Πολιτική Συνοχής που να λαμβάνει υπόψη τις ανάγκες των μικρών και απομακρυσμένων περιοχών, τη νέα Στρατηγική για τα ευρωπαϊκά νησιά, την αύξηση της χρηματοδότησης της Τεχνικής Βοήθειας για την Ύδρευση σε μικρούς δήμους, την αναδιαμόρφωση του προγράμματος σχετικά με τη στέγαση, την ενέργεια και την ανταγωνιστικότητα.

Με τον Επίτροπο Αλιείας και Ωκεανών Κώστα Καδή, συζητήθηκαν τα οξυμένα προβλήματα που αντιμετωπίζει η παράκτια αλιεία, η εξάπλωση επιθετικών μεταναστευτικών ειδών και η ανάγκη προστασίας των θαλάσσιων οικοσυστημάτων.

Με τον Επίτροπο Βιώσιμων Μεταφορών και Τουρισμού Απόστολο Τζιτζικώστα, συζητήθηκε η αναγκαιότητα διασύνδεσης απομονωμένων νησιών και ορεινών περιοχών με βιώσιμες λύσεις μεταφοράς και υποδομών και ζήτησε την συνεργασία των δήμων στη δημιουργία και χάραξη νέων στρατηγικών.

Δεσμεύθηκε ότι θα συζητήσει με την κυβέρνηση τον τρόπο καλύτερης εφαρμογής του μεταφορικού ισοδύναμου, την ανάγκη καθιέρωσης πολυετών συμβάσεων στις επιδοτούμενες γραμμές και βέβαια τον συντονισμό διαφορετικών μέσων μεταφοράς με στόχο την απρόσκοπτη χρήση τους από τους επιβάτες.

Ανάμεσα στα αιτήματα που διατυπώθηκαν ήταν:

– Δημιουργία ειδικού πλαισίου συνοχής για τους μικρούς νησιωτικούς και ορεινούς δήμους με αυξημένα ποσοστά συγχρηματοδότησης.

– Διεύρυνση του τεχνικού μηχανισμού υποστήριξης μικρών δήμων για την προετοιμασία ευρωπαϊκών έργων.

– Στήριξη της νησιωτικής ακτοπλοΐας και των δημόσιων μεταφορών σε ορεινές περιοχές.

– Ενίσχυση του αλιευτικού τουρισμού και των δράσεων προστασίας του θαλάσσιου περιβάλλοντος και η Στήριξη των Παράκτιων περιοχών που ασχολούνται με την αλιεία.

– Ανάδειξη του προγράμματος “Διατηρώ” ως ευρωπαϊκού εργαλείου για τη διαφύλαξη της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής σε ιστορικούς οικισμούς.

Οι Επίτροποι αναγνώρισαν τη σοβαρότητα των ζητημάτων και δεσμεύθηκαν να τα εξετάσουν με προσοχή, δηλώνοντας πρόθυμοι να εξετάσουν προσαρμοσμένες λύσεις και ειδικά χρηματοδοτικά εργαλεία για τις μικρές νησιωτικές και ορεινές κοινότητες.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΓΑΜΟΙ

– Η Ευαγγελία Δ. Ερωτόκριτου και ο Φίλιππος Νικολάου Γλύτσης παντρεύτηκαν στις 28 Ιουνίου στην Κάσο.

Τους ευχόμαστε βίο ανθόσπαρτο.

ΓΕΝΝΗΣΕΙΣ

– Ο Ιωάννης και η Ευγενία Νικολακοπούλου απέκτησαν στις 17 Μαρτίου δίδυμα αγοράκι και κοριτσάκι

– Ο Αντώνης και η Αικατερίνη Ποιμενίδη απέκτησαν στις 20 Μαρτίου ένα χαριτωμένο κοριτσάκι

– Ο Μάρκος και η Ευαγγελία Ιερομονάχου απέκτησαν στις 23 Μαρτίου ένα χαριτωμένο κοριτσάκι.

– Ο Εμμανουήλ Κρητικός και η Άννα Λαθουράκη απέκτησαν στις 29 Απριλίου ένα χαριτωμένο κοριτσάκι.

– Ο Μιχάλης Κ Σκαρβέλης και η Φωτεινή Παντελιδάκη στις 20 Μαΐου απέκτησαν ένα χαριτωμένο κοριτσάκι

– Ο Γιώργος Ραπτάκης και η Χαριτωμένη Μηνά απέκτησαν στις 2 Ιουνίου ένα χαριτωμένο κοριτσάκι.

– Ο Χρήστος Κοκκόλης και η Ελένη Ξυδιάρη απέκτησαν τις 5 Ιουνίου ένα χαριτωμένο αγοράκι

– Ο Γιώργος Ν. Δελλαγραμμάτικας και η Δήμητρα Γρ. Τσόγκα απέκτησαν στις 2 Ιουνίου ένα χαριτωμένο κοριτσάκι.

– Ο Ανέστης Θ. Τσαμπής και η Ελένη Γ. Στρατιώτη απέκτησαν στις 20 Ιουνίου ένα χαριτωμένο αγοράκι.

Στους ευτυχείς γονείς τους ευχόμαστε να τους ζήσουν τα νεογέννητα.

ΒΑΠΤΙΣΗ

– Ο Φραγκίσκος Οικονόμου και η Βιργινία Μαγιτορκίνου βάπτισαν στις 26 Απριλίου το γιό τους και τον ονόμασαν Εμμανουήλ

– Η Ευαγγελία Δ. Ερωτόκριτου και ο Φίλιππος Νικολάου Γλύτσης βάπτισαν στις 29 Ιουνίου το κοριτσάκι τους και το ονόμασαν Αικατερίνη - Μαρίνα

ΘΑΝΑΤΟΙ

– Απεβίωσε ο Μάνος Μηνακάς στην Κάρπαθο και κηδεύτηκε στις 11 Μαΐου στην Κάσο

– Απεβίωσε ο Στέργος Κρητικός στην Κάρπαθο και κηδεύτηκε στις 17 Μαΐου στην Κάσο

– Απεβίωσε ο Κωνσταντίνος Γ. Περσελής στην Κάρπαθο και κηδεύτηκε στις 20 Ιουνίου στην Κάσο

– Απεβίωσε ο Αδαμάντιος (Μάντης) Βαρθολομαίος στις 27 Ιουνίου και κηδεύτηκε την 1η Ιουλίου στο νεκροταφείο του Κόκκινου Μύλου

– Απεβίωσε η Μαρκέλλα Σαράβα (το γένος Νομικού) από Πορτ Φουάτ στις 9 Απριλίου και κηδεύτηκε στην Αθήνα στις 11 Απριλίου

ΨΗΦΙΣΜΑ ΤΟΥ Δ.Σ. ΤΗΣ ΗΡΩΙΚΗΣ ΝΗΣΟΥ ΚΑΣΟΥ για τον θάνατο του επίτιμου Δημότη **Pierre Mutin**



Το Δημοτικό Συμβούλιο της Ηρωικής Νήσου Κάσου, μετά τη θλιβερή είδηση του θανάτου του αγαπητού συμπατριώτη μας – επίτιμου Δημότη - Pierre Mutin συνήλθε σε έκτακτη δια περιφοράς συνεδρίαση και αποφάσισε ομόφωνα τα παρακάτω:

– Να εκφράσει τα θερμά συλλυπητήρια στην οικογένεια του εκλιπόντος.

– Να παραστεί ο Δήμαρχος της Η.Ν. Κάσου στην νεκρώσιμη ακολουθία.

– Να αναγνωρίσει δημόσια μέσω ενός πολιτικού μνημοσύνου την τεράστια προσφορά του στην τοπική κοινωνία, καθώς υπήρξε ο άνθρωπος, που με τις ενέργειες, τις υποδείξεις και τις γνώσεις του, συνέβαλε καθοριστικά στην ανεύρεση πόσιμου νερού μέσω γεωτρήσεων, δίνοντας λύση σε ένα χρόνιο πρόβλημα για το νησί μας.

– Να τηρηθεί ενός λεπτού σιγή στο επόμενο Δημοτικό Συμβούλιο.

– Να κυματίσει μεσίστια η σημαία της Η.Ν. Κάσου για τρεις μέρες στα δημοτικά κτίρια.

– Να δημοσιευτεί το παρόν ψήφισμα στον τοπικό τύπο, έντυπο και ηλεκτρονικό.

Ο Δήμαρχος Η. Ν. Κάσου Ο Πρόεδρος του Δ.Σ. της Η. Ν. Κάσου
Μιχάλης Εμμ. Ερωτόκριτος Τούσουνης Η. Νικόλαος

>>> Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΤΗΣ ΑΓΘΟΥΛΑΣ

Φιογκάκια με Σολομό

Τα υλικά

500 γρ. μακαρόνια φιογκάκια

200 γρ. σολομό καπνιστό,

κομμένο σε μικρά κομμάτια.

6 κρεμμυδάκια φρέσκα, άνηθο ψιλοκομμένο, πιπέρι.

1 κρέμα γάλακτος 250 ml. light.

Εκτέλεση

Βράζουμε τα μακαρόνια σε μπόλικο αλατισμένο νερό.

Σ' ένα αντικολλητικό τηγάνι, βάζουμε 2 κουταλιές λάδι, και τσιγαρίζουμε τα κρεμμυδάκια. Προσθέτουμε τον σολομό και μετά από 2-3 λεπτά την κρέμα γάλακτος, τον ψιλοκομμένο άνηθο και το πιπέρι.

Στραγγίζουμε τα μακαρόνια καλά και τα προσθέτουμε στο μίγμα τού σολομού.

Ανακατεύουμε τα υλικά και τα σερβίρουμε.

Καλή Επιτυχία