

# NEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

*Les Nouvelles Grecques Canadiennes*  
*The Greek Canadian News*

**ONGOING REGISTRATION**

Health & Business Centre  
Choose Shadd. Choose Success.

**514-484-0485**  
1000 Old Orchard Avenue  
Located near Vendôme metro & train station  
[shadd.com/admissions](http://shadd.com/admissions)

**newsfirst**  
MULTIMEDIA

Vol. 19-13

4 ΑΠΡΙΛΙΟΥ, 2025 / APRIL 4, 2025

450 978-9999 | [www.tanea.ca](http://www.tanea.ca) | [info@newsfirst.ca](mailto:info@newsfirst.ca)



ΣΕΛΙΔΑ 12

**Ν.Δ.: Επιστροφή στις... ρίζες**  
«Στροφή» στο παραδοσιακό κοινό του κόμματος



ΣΕΛΙΔΑ 3

Σε κρίση οι Αγορές από **τους Δασμούς του Τραμπ**



ΣΕΛΙΔΑ 11

**Κεμπέκ: Με το πόδι στο... γκάζι για εξορύξεις**

Η Κυβέρνηση επιταχύνει τις διαδικασίες για την εκμετάλλευση των φυσικών πόρων



ΣΕΛΙΔΑ 6

**Μόντρεαλ: Ένα στοίχημα για το μέλλον**

**Ανακοινώθηκε το μεγαλύτερο οικιστικό σχέδιο**

Thinking of **selling** or **downsizing**? I can help!

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS

**ROYAL LEPAGE**  
HUMANIA CENTRE  
AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121

**FREE EVALUATION WITH NO OBLIGATION**

**VOULA KOTTARIDIS | (514) 993-5010 | [AGENTVK@GMAIL.COM](mailto:AGENTVK@GMAIL.COM)**

# ROGERS SPRING EVENT



**SAMSUNG**  
Galaxy S25  
Galaxy AI ✨

## Get the Galaxy S25

for as low as

Full Price:

**\$1**  
/mo.

**\$1,449<sup>58</sup>**

After bill credit, for 24 months with financing, eligible trade-in and phone returned on select plans. Setup Service Fee (\$75) may apply.

**ROGERS** Authorized Dealer

### Visit [planetemobile.ca](https://planetemobile.ca) to see all current offers

#### MONTREAL

2100, Marcel-Laurin Blvd.  
Ville St-Laurent | 514-856-1884

9012, l'Acadie Blvd.  
514-387-9999

Place Alexis-Nihon  
1500, Atwater St | 514-939-5552

Complexe Desjardins  
175 René-Lévesque Blvd. West  
514-669-1880

7600 Boul Viau, Unit 331  
(514) 376-6667

#### NORTH SHORE

Centre Laval  
1600, boul. Le Corbusier | 450-978-1081

Galeries Terrebonne  
1185, boul. Moody | 450-964-8403

#### SOUTH SHORE

Chateauguay Regional Centre  
200, d'Anjou Blvd. | 450-692-5136

Centre Valleyfield  
50, Dufferin | 450-373-0519

#### LANAUDIERE

Galeries Joliette  
1075 Firestone Blvd.  
Joliette | 450-760-3000

#### OUTAOUAIS

Les Galeries de Hull  
320, St-Joseph blvd | 819-205-1390

**PLANÈTE  
MOBILE**

Offer subject to change without notice. A Setup Service Fee of \$75 applies to set-up your device and related services. Shipping fee (\$25) may apply. Taxes extra. Samsung Galaxy S24 128 GB: 0% APR, \$0 down OAC with 24 mo. financing agreement, eligible mobile plan and Save & Return (S&R). S&R Amount (\$280) will be deducted from full device price (\$1,358.63) before calculating 24 equal monthly payments (\$44.94 mo.). \$28.94/mo. credit will be applied to account for 24 mos. Device must be returned in good working condition within 24 mos. (fail-ure to do so will result in S&R Amount becoming due). Cancellation of financing or mobile plan results in outstanding financing balance and S&R Amount becoming due and loss of \$28.94/mo. credit. \$360 credit available on Samsung Galaxy S23 trade-in or \$360 down payment. Offer not valid at all locations. Rogers & De-sign and related brand names and logos are trademarks of Rogers Communications Inc. or an affiliate used under license. © 2025 Rogers Communications.



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

# Καταιγίδα δασμών ανακοίνωσε ο Τραμπ

**Χρυσή εποχή και ολική επάνοδο της Αμερικανικής οικονομίας υπόσχεται ο Τραμπ, με την αύξηση του ανταγωνισμού και την πτώση των τιμών για τους Αμερικανούς πολίτες. Για δεκαετίες οι ΗΠΑ ήταν τα εμπόδια στο ξένο εμπόριο, ενώ οι άλλες χώρες έκαναν το αντίθετο για της ΗΠΑ, ισχυρίζεται ο Αμερικανός πρόεδρος.**

Ο Τραμπ καταγγέλλει κλοπή πνευματικής ιδιοκτησίας, μη τήρηση περιβαλλοντικών κανονισμών και άδικους φόρους στα αμερικανικά προϊόντα, τα οποία έτσι τίθενται σε μειονεκτική θέση και δεν μπορούν να ανταγωνιστούν τα διεθνή.

Οι ΗΠΑ επιβάλλουν δασμό 2,5% στις μοτοσυκλέτες ξένης κατασκευής, έναντι 10% της ΕΕ, 60% της Ταϊλάνδης, 70% η Ινδία και 75% το Βιετνάμ. Ο Τραμπ καταγγέλλει ακόμη και μη υλικούς περιορισμούς, που καθιστά απαγορευτική τη διείσδυση των αμερικανικών αυτοκινητοβιομηχανιών στην Ιαπωνία και τη Νότια Κορέα. Εν τέλει, ανακοίνωσε δασμό 25% σε όλα τα αυτοκίνητα ξένης κατασκευής.

**«Στο εμπόριο, ο φίλος είναι συχνά χειρότερος από τον εχθρό», σημείωσε ο πρόεδρος Τραμπ.**

Στον τομέα της διατροφής, ο Τραμπ ισχυρίστηκε ότι ο Καναδάς επιβάλλει δασμό 250-300% στα αμερικανικά γαλακτοκομικά μετά από μία ποσότητα, ενώ η ΕΕ αρνείται να εισάγει αμερικανικά πουλερικά και η Αυστραλία βοδινό κρέας. Η Κίνα επιβάλλει φόρο 65% στο αμερικανικό ρύζι και η Νότια Κορέα μεταξύ 50-513%, η δε Ιαπωνία 700%, για να απαγορεύσουν την πρόσβαση των ΗΠΑ στην αγορά του.

Κάνοντας μία ιστορική αναδρομή, ο Τραμπ ανέφερε ότι από το 1789 ως το 1913 η αμερικανική οικονομία στηρίχθηκε στην επιβολή δασμών. Οι ΗΠΑ είχαν τέτοιο πλούτο, που τη δεκαετία του 1880 συγκροτήθηκε επιτροπή για την αξιοποίηση αυτού του υπερ-πλεονάζοντος πλούτου. Το 1913 όμως επιβλήθηκε ο φόρος εισοδήματος και το βάρος συντήρησης της κυβέρνησης μετακλήθηκε από τα ξένα κράτη στους Αμερικανούς πολίτες.

Ο Τραμπ χαρακτήρισε την τρέχουσα οικονομική κατάσταση ως μονομερή παράδοση των ΗΠΑ στους εμπορικούς ανταγωνιστές, των οποίων χρηματοδοτεί τα ελλείμματα. Η επιβολή δασμών στηρίζει τον Αμερικανό εργάτη και βάζει το αμερικανικό συμφέρον πρώτο (America First). Κατηγόρησε τον Μπάιντεν για την αύξηση του εμπορικού ελλείμματος και την εμπορική συμφωνία NAFTA της βόρειας Αμερικής, για την απώλεια 90.000 εργοστασίων και 5.000.000 εργασιών στη μεταποίηση, με έλλειμμα 19 τρισεκατομμυρίων δολαρίων.

Οι ΗΠΑ έχουν πρόβλημα στην παραγωγή επαρκών αντιβιοτικών και εισάγουν όλες τις ηλεκτρονικές συσκευές, έναν κλάδο όπου κάποτε κυριαρχούσαν. Ένα μόνο κινεζικό ναυπηγείο κατασκευάζει περισσότερα πλοία από ότι όλα τα αμερικανικά μαζί.

Ο Αμερικανός πρόεδρος πήρε ανά χείρας ένα μεγάλο πίνακα και ξεκίνησε να ανακοινώνει δασμούς σε κάθε χώρα, ισχυριζόμενος ότι επιβάλλει πολύ λιγότερους, το μισό από ότι θα δικαιολογείτο από τα ξένα εμπόδια στο αμερικανικό εμπόριο.

**Ενδεικτικά, επέβαλλε δασμούς σε: Κίνα 34% / ΕΕ 20% / Βιετνάμ 46% / Ταϊβάν 32% / Ιαπωνία 24% / Ινδία 26% / Νότια Κορέα 25% / Ταϊλάνδη 36% / Ελβετία 31% / Μεγάλη Βρετανία 10% / Νότια Αφρική 30%.**

Οι εξαγγελίες του προέδρου τραμπ έμειναν μέχρι την τελευταία στιγμή απόρρητες, με ελάχιστες διαρροές στον Τύπο. Σύμφωνα με την εφημερίδα Washington Post, οι σύμβουλοι του Τραμπ επεξεργάζονταν ένα σχέδιο με το οποίο θα αυξηθούν οι δασμοί στα προϊόντα κατά περίπου 20% σχεδόν για όλες τις χώρες, αντί για την πιο στοχευμένη προσέγγιση που εξεταζόταν επίσης. Η αμερικανική κυβέρνηση υπολογίζει ότι με τους νέους δασμούς θα αποκομίσει 6 τρισεκατομμύρια δολάρια, τα οποία θα μπορούσαν να επιστραφούν στους Αμερικανούς πολίτες.

Ο Αμερικανός πρόεδρος επέλεξε να προβεί στις ανακοινώσεις σε μία επίσημη και πάνδημη εκδήλωση, στον κήπο των Ρόδων του Λευκού Οίκου, υπό τον τίτλο **Make America Wealthy Again (Αμερική ευημερούσα ξανά)**. Ο Ντόναλντ Τραμπ χαρακτήρισε πως η επιβολή δασμών από την αρχή του Απριλίου φέρνει μία «μέρα απελευθέρωσης» για τις ΗΠΑ.

Ο Τραμπ επί μακρόν υπερασπίστηκε μία πολιτική δασμών, ώστε να καταπολεμήσει το εξαιρετικά δυσμενές για τις ΗΠΑ εμπορικό ισοζύγιο, με πολύ περισσότερες εισαγωγές από ότι εξαγωγές. Έχει δηλώσει δε πως η λέξη δασμός (tariff) είναι η ομορφότερη της αγγλικής γλώσσας και πως η αύξησή τους θα μπορούσε να οδηγήσει στη μείωση, ακόμα και στην κατάργηση άμεσων φόρων.

Οι δασμοί θα υπολογίζονται ανταποδοτικά, όχι μόνο εν σχέσει με τους δασμούς ξένων χωρών αλλά και με τα μη δασμολογικά εμπόδια που θέτουν στις ΗΠΑ.

### ΟΙ ΔΑΣΜΟΙ ΤΟΥ ΤΡΑΜΠ ΑΝΗΣΥΧΟΥΝ ΤΙΣ ΑΓΟΡΕΣ

Αυτός ο κυοφορούμενος εμπορικός πόλεμος πάντως έχει ανησυχήσει πολλούς οικονομολόγους και παράγοντες της αγοράς, καθώς τα ετοιμαζόμενα αντίποινα της ΕΕ και άλλων χωρών απειλούν και την αμερικανική οικονομία και την αγοραστική δύναμη των Αμερικανών καταναλωτών. Ένας εκτεταμένος, παγκόσμιος εμπορικός πόλεμος, μπορεί να επιβραδύνει τη διεθνή οικονομία, ακόμη και να φέρει τις ΗΠΑ σε ύφεση.

Ο Ρεπουμπλικάνος πρόεδρος είχε ήδη επιβάλει δασμούς στις εισαγωγές χάλυβα και αλουμινίου και αύξησε τους δασμούς για όλα τα εισαγόμενα κινεζικά προϊόντα, επιτείνοντας τις εντάσεις με τους μεγαλύτερους εμπορικούς εταίρους της χώρας του.

| Country                | Tariffs Charged to the U.S.A. Including Currency Manipulation and Trade Barriers | U.S.A. Discounted Reciprocal Tariffs |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Algeria                | 59%                                                                              | 30%                                  |
| Oman                   | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Uruguay                | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Bahamas                | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Lesotho                | 99%                                                                              | 50%                                  |
| Ukraine                | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Bahrain                | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Qatar                  | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Mauritius              | 80%                                                                              | 40%                                  |
| Fiji                   | 63%                                                                              | 32%                                  |
| Iceland                | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Kenya                  | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Liechtenstein          | 73%                                                                              | 37%                                  |
| Guyana                 | 76%                                                                              | 38%                                  |
| Haiti                  | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Bosnia and Herzegovina | 70%                                                                              | 35%                                  |
| Nigeria                | 27%                                                                              | 14%                                  |
| Namibia                | 42%                                                                              | 21%                                  |
| Brunei                 | 47%                                                                              | 24%                                  |
| Bolivia                | 20%                                                                              | 10%                                  |
| Panama                 | 10%                                                                              | 10%                                  |
| Venezuela              | 29%                                                                              | 15%                                  |

Στον πίνακα φαίνεται η διαφορά μεταξύ των δασμών που βάζουν οι τρίτες χώρες στις ΗΠΑ (στήλη αριστερά) και οι ανταποδοτικοί δασμοί που βάζουν οι ΗΠΑ (στήλη δεξιά). Η διαφορά είναι εμφανής...

**Toutes en plastique.  
Toutes consignées.**

# Rapportez-les!

**consignation**

Contenants de boisson de 100 ml à 2 l

Balayez pour trouver un lieu de retour

# Εσείς τι λέτε;

του Μιχάλη Τελλίδη



## Γιατί αλλάζουμε άποψη;

**Σ**ωστή ή λανθασμένη, είναι γνωστό ότι κάθε άνθρωπος έχει στην προσωπική του άποψη γι' αυτά που συμβαίνουν. Ωστόσο, όσο άκαμπτοι και αν είμαστε, πολλές φορές έρευνες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι αλλάζουν πολύ συχνά άποψη, ακόμη και όσον αφορά τις πολιτικές τους πεποιθήσεις.

Στις Αμερικανικές εκλογές του 2016, ο Donald Trump είχε τη μικρότερη αποδοχή από τον κόσμο στις δημοσκοπήσεις, συγκριτικά με οποιονδήποτε υποψήφιο Αμερικανό πρόεδρο από την εποχή του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Ωστόσο, μετά την εκλογή του, οι ίδιοι άνθρωποι που τον απέρριπταν άρχισαν να έχουν πιο θετική στάση απέναντί του.

Μία εξήγηση γι' αυτό ήταν, ότι ο εναρκτήριο λόγος του ήταν αυτός που έδωσε στο κοινό την αυτοπεποίθηση που έψαχνε.

Βέβαια ο κόσμος δεν ξεκίνησε να τον αγαπά μόλις ανέλαβε την εξουσία, αλλά απλώς ξεκίνησε να τον αντιπαθεί λιγότερο από πριν. Στην ουσία συνειδητοποίησαν όλοι ότι δεν τους ωφελούσε να συνεχίσουν να αισθάνονται θυμωμένοι με την εκλογή του, γι' αυτό υποσυνείδητα έψαξαν τρόπους να πείσουν τον εαυτό τους ότι όλα θα ήταν καλά με αυτό το αποτέλεσμα.

Μόλις πριν λίγους μήνες, η δημοτικότητα του πρώην Καναδού πρωθυπουργού, Justin Trudeau, μετά από τρεις διαδοχικές εκλογικές νίκες έφτασε στην απόλυτη παρακμή και το Φιλελεύθερο κόμμα κατέγραψε τα χαμηλότερα ποσοστά. Τη στιγμή που γράφεται το παρόν άρθρο, ο αντικαταστάτης του και Φιλελεύθερος υποψήφιος στις επερχόμενες ομοσπονδιακές εκλογές, Mark Carney, έχει το προβάδισμα, συγκεντρώνοντας τη μεγαλύτερη στήριξη από τα μέλη του κόμματος και τους ψηφοφόρους.

Γιατί άραγε οι εκλογές τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει πιο απρόβλεπτες;

Σύμφωνα με πολιτικούς αναλυτές και κοινωνιολόγους, οι κοινωνίες σήμερα είναι πιο διχασμένες από ποτέ, με αποτέλεσμα οι ψηφοφόροι να αλλάζουν στάση την τελευταία στιγμή ή να επηρεάζονται από έντονες αντιπαραθέσεις. Οι πληροφορίες και η παραπληροφόρηση διαδίδονται ταχύτατα, επηρεάζοντας απόψεις, ακόμα και λίγο πριν τις εκλογές.

Οι ψηφοφόροι δεν είναι πλέον πιστοί σε συγκεκριμένες πολιτικές παρατάξεις, αλλάζουν προτιμήσεις ανάλογα με την επικαιρότητα και τις προσωπικότητες των υποψηφίων.

Ακόμη, οικονομικές κρίσεις, σκάνδαλα και διεθνείς εξελίξεις, μπορούν να αλλάξουν απότομα την κοινή γνώμη.

Πολλές δημοσκοπήσεις είτε αποτυγχάνουν να προβλέψουν τη συμπεριφορά των ψηφοφόρων, είτε τους επηρεάζουν αντί να τους καταγράφουν. Η κινητοποίηση διαφορετικών κοινωνικών ομάδων τέλος, μπορεί να φέρει απρόσμενα αποτελέσματα.

Έρευνες εξάλλου καταδεικνύουν, ότι οι άνθρωποι αλλάζουν γνώμη εύκολα για πολλούς λόγους, ανάλογα με τις συνθήκες, τα συναισθήματά τους και τις πληροφορίες που λαμβάνουν.

Όταν π.χ. μαθαίνουν κάτι καινούργιο, μπορεί να συνειδητοποιήσουν ότι η προηγούμενη άποψή τους δεν ήταν σωστή ή ολοκληρωμένη. Τα συναισθήματα επηρεάζουν την κρίση μας. Όταν αλλάζει η διάθεσή μας, μπορεί να αλλάξει και η γνώμη μας.

Οι άνθρωποι γύρω μας μπορούν να επηρεάσουν τις απόψεις μας, είτε άμεσα είτε έμμεσα. Μερικές φορές αλλάζουμε γνώμη για να μην έρθουμε σε δύσκολη θέση ή για να προσαρμοστούμε σε μια νέα κατάσταση...

Εσείς τι λέτε;  
Μιχάλης Τελλίδης  
mtellides@gmail.com

# ΕΛΕΥΘΕΡΟΣΤΟΜΙΕΣ

τον Γεωργίου Στυλ. Γκιούσμα



## Οι ευκαιρίες δεν γυρίζουν πίσω

**Ο**ι ευκαιρίες που μας παρουσιάζονται σπανίζονται. Και όταν δεν τις «αρπάξουμε» τις χάνουμε. Για να θυμίσω και την ταινία του Φώσκολου του 1967 «Οι σφαίρες δεν γυρίζουν πίσω», έτσι δεν γυρίζουν πίσω και οι... ευκαιρίες!

Σίγουρα το έχουμε διαπιστώσει όλοι μας, στην προσωπική μας ζωή αλλά και στην επαγγελματική. Όλοι κάποτε έχουμε πει μέσα μας «έπρεπε να αρπάξω την ευκαιρία, τώρα το πουλάκι πέταξε...». Το ίδιο λοιπόν συνέβηκε και στη «μαμά κοινότητα».

### ΤΑ 10 ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ...

Όσο και να μην το παραδέχεται η διοίκηση, η ευκαιρία που δόθηκε από την καναδική κυβέρνηση για επιχορήγηση 10 εκατομμυρίων -αλλά με πολλούς όρους- δεν πρόκειται να ξαναπαρουσιαστεί.

Όλοι θυμάστε τον ενθουσιασμό που νιώσαμε όταν πέρι στο κοινοτικό κέντρο -όταν η στέγη καλά κρατούσε και δεν έσταζε- ο πρώην πρωθυπουργός Justin Trudeau παρουσία του Έλληνα πρωθυπουργού Κυριάκου Μητσοτάκη, ανακοίνωσε ότι χορηγεί στην Ελληνική κοινότητα 10 εκατομμύρια για να κτίσει κοινοτικό κέντρο στο Λαβάλ.

Από τότε ως και πρόσφατα, σε προηγούμενα άρθρα μου, έχω παρουσιάσει με στοιχεία το όλο θέμα, και με κάθε λεπτομέρεια των όρων που έπρεπε να εκπληρωθούν. Ένας από τους όρους ήταν, ότι η κοινότητα θα έπρεπε να παρουσιάσει ότι έχει να επενδύσει 17 εκατομμύρια στο όλο έργο που εγκρίθηκε από το κυβερνητικό γραφείο για 27 εκατομμύρια δολάρια.

Από την άλλη μεριά, η κοινότητα του Βανκούβερ ήταν πολύ πιο αποτελεσματική με τις κυβερνητικές επιχορηγήσεις. Πήρε 5 εκατομμύρια -χωρίς όρους- για να ανακαινίσει τα κτίρια της!

Πιστεύω ότι αν υπήρχε καλύτερη συνεννόηση και συνεργασία με την κοινότητα του Βανκούβερ, θα μπορούσε και η δικιά μας κοινότητα να επωφελούνταν και να κατέθετε αίτηση για κυβερνητικό πρό-

γραμμα ανακαινίσεων κοινοτικών κτιρίων από την καναδική κυβέρνηση. Αλλά για να γίνει κάτι τέτοιο, θα έπρεπε να υπήρχε το κατάλληλο άτομο, που θα έβρισκε αυτά και παρόμοια κυβερνητικά προγράμματα, προς οικονομικό όφελος της κοινότητας.

Το ξαναγράφω. Κάποτε υπήρχε το κατάλληλο άτομο. Αλλά απηύδησε από τη συμπεριφορά πρώην διοίκησης, που όχι μόνο δεν ανταμείφθηκε όπως είχε συμφωνηθεί αλλά και το ανάγκασαν να κάνει από αντίγραφο ως... καφέ. Κι έτσι παραιτήθηκε.

Είναι αναγκαίο η κοινότητα να προσλάβει το δυνατότερο δυνατόν άτομο υπεύθυνο για να ανακαλύπτει τι προγράμματα οικονομικής ενίσχυσης υπάρχουν από κυβερνήσεις και από ιδρύματα. Οι αποδοχές του ατόμου θα πρέπει να είναι μικτές, όπως ένας αξιόλογος μισθός και ποσοστά σύμφωνά από τα ποσά εύρεσης των προγραμμάτων.

### ΤΑ 30 ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ...

Στην πρόσφατη ειδική γενική συνέλευση της 11 Μαρτίου, η διοίκηση ανέφερε ότι υπάρχει προσφορά ύψους 30 εκατομμυρίων δολαρίων, για την αγορά του οικοπέδου της ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΑΣ και των τριών σχολικών κτηρίων που βρίσκονται στο Λαβάλ. Η προσφορά εγγυάται ότι για 3 χρόνια θα μπορούν να λειτουργούν τα σχολεία, ούτως ώστε να δοθεί αρκετός χρόνος για την οικοδόμηση νέου σχολικού συγκροτήματος.

Η προθεσμία για την προσφορά αυτή λήγει -όπως επιδόθηκε στη γενική συνέλευση- στις 30 Απριλίου 2025.

Αν αυτό αληθεύει, θα πρέπει τα μέλη της κοινότητας να καλεστούν το αργότερο την Κυριακή 27 Απριλίου σε έκτακτη γενική συνέλευση για να εγκρίνουν την προσφορά αγοράς.

Νομίζω ότι τα 30 εκατομμύρια θα είναι αρκετά, για να κτιστεί ένα υπερσύγχρονο σχολείο για τα παιδιά των σχολείων μας.

Ας μην χάσουμε και αυτή την ευκαιρία.

## ΟΧΙ ΤΖΑΜΠΑ ΚΑΙ ΒΕΡΕΣΕ

**Η** πρόσφατη προσπάθεια του προέδρου της κοινότητας μας Δρ. Γιώργου Τσούκα να προβάλει τον ιατρικό τουρισμό της Ελλάδας μέσω διαφόρων εξαιρετικών ιατρών σε διάφορους κλάδους, είναι αξιόπαινη.

Ο Δρ. Τσούκας γνωρίζει την ταλαιπωρία που υπάρχει τα τελευταία 20 χρόνια στον τομέα περίθαλψης στο Κεμπέκ. Πολλοί είναι αυτοί που συνάντησαν τον... ΑΓΙΟ ΠΙΕΤΡΟ, επειδή καθυστερούσε η επέμβαση που έπρεπε να έκαναν για να αναρρώσουν.

Μια λύση λοιπόν είναι ένα ταξιδάκι στην Ελλάδα, για να κάνετε την επέμβαση που χρειάζεστε.

Φυσικά τα ποσά που αναφέρθηκαν από τους ιατρούς δεν είναι και προσιτά σε περισσότερους από εσάς. Πρόκειται για ποσά των 75.000. Τώρα σε δολάρια ή ευρώ, αυτό δε διευκρινίστηκε από τον ιατρό που το ανέφερε.

Δεν είμαι γνώστης και ούτε μπορώ να συγκρίνω τι ποσά χρεώνονται σε άλλες χώρες για ιατρικές επεμβάσεις τουριστών. Αυτό δεν είναι το θέμα μου. Με πειράζει -έστω και να μην το κάνουν ηθελήμενα- ότι οι εξαιρέτοι αυτοί ιατροί με τις υπέροχες

ιδιωτικές κλινικές τους, με την καλύτερη τεχνολογία και με άριστο ειδικευμένο προσωπικό, προβάλλονται από την κοινότητα μας ΤΖΑΜΠΑ ΚΑΙ ΒΕΡΕΣΕ για κάτι που θα κερδίσουν εκατοντάδες χιλιάδες.

Σε οποιαδήποτε έκθεση προϊόντων και υπηρεσιών, οι εταιρίες και άτομα που συμμετέχουν ξέρουν ότι θα τους κοστίζει από 2 με 3 χιλιάδες δολάρια.

Η τιμή συμμετοχής εξαρτάται από την τιμή πώλησης των προϊόντων ή και υπηρεσιών τους.

Βάση αυτού, πιστεύω ότι θα έπρεπε οι εξαιρέτοι ιατροί να έκαναν μια αξιολογία χρηματική προσφορά στο ταμείο της κοινότητας μας που έχει μεγάλες οικονομικές ανάγκες.

Υπενθυμίζω ότι επί διοίκηση Παγώνη είχε ξαναγίνει μια παρόμοια προώθηση ιατρικού τουρισμού με υποσχέσεις ότι 10% από τα καταβαλλόμενα έσοδα των επεμβάσεων στην Ελλάδα, θα πήγαιναν για τα Ελληνικά μας σχολεία.

Άγνωστο είναι αν και ποιο ποσό πήγε στα σχολεία μας. Δεν το μάθαμε ποτέ. Γι' αυτό, μια χρηματική «προσφορά» για κάθε ιατρό θα ήταν δίκαιη και σύγουρη.

# NEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

3860, boul. Notre-Dame, # 304,  
Laval, QC H7V 1S1  
Tel: (450) 978-9999 • Fax: (450) 687-6330  
E-mail: info@newsfirst.ca

Project funded in part by

# Canada

### Εκδότες / Publishers:

Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis  
Γεώργιος Στυλ. Γκιούσματος • George S. Guzman

### Γενικός Διευθυντής / General Director:

Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis

### Διευθυντής Διαφήμισης / Advertising Director:

Γεώργιος Στυλ. Γκιούσματος • George S. Guzman

### Δημόσιες Σχέσεις / Public Relations:

Δημήτριος Ι. Γιαντσούλης • Demetris J. Yantsulis

### Καλλιτεχνική Επιμέλεια / Graphic Design:

Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas

Lareine Zakhour

Elena Molter

Θωμάς Μπακογιάννης • Thomas Bakoyannis

### Σύμβουλοι Διαφήμισης / Advertising Consultants:

Jean Paul Chamberland

### Συντάκτες / Editorial Staff:

Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas

Δημήτρης Ηλιάς

Μιχάλης Τελλίδης • Michael Tellides

Martin C. Barry

Dylan Adams Lemaçon

### Μακέτα / Layout: Media-Trek

Διανομή / Distribution: MediaTrek•Canada Post

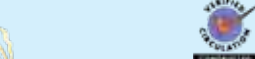
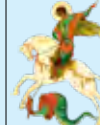
Εκτύπωση / Printing: TC. TRANSCONTINENTAL

Οι γνώμες αυτής της σελίδας αντιπροσωπεύουν την ολομέλεια των συντακτών.  
The opinions on THIS PAGE reflect the consensus of Editorial Board.

### National Representatives:

RS RÉSEAU SÉLECT  
PARTENAIRE PUBLICITAIRE

info@reseausselect.ca



Publishers' Liability for Error: The publishers shall not be liable for slight changes or typographical errors that do not lessen the value of an advertisement. The publishers' liability for other errors or omissions in connection with any advertisement is strictly limited to publication of the advertisement in any subsequent issues or the refund of any monies paid for the advertisement. Articles published reflect writers' opinions, but not necessarily the opinion of this newspaper.

ISSN number : 1923-0621 Annual subscription : \$184 TX Incl. Per copy : \$1

Entire Contents Copyright 2025





**NO COMMITMENT.  
NO CREDIT CHECKS.  
NO OVERAGES.  
NO BRAINER.**

**chatr**<sup>TM</sup>  
AUTHORIZED DEALER

Offer is subject to change without notice. Taxes extra. <sup>TM</sup> Trademarks used under license ©2025

- Laval & North Shore**  
*Carrefour Laval & Centre Laval.*
- Greater Montreal**  
*Alexis Nihon, Carrefour Angrignon,  
Carrefour de la Pointe, Centre commercial Forest,  
Centre Commercial Village Montpellier,  
Centre Rockland, Fairview Pointe Claire,  
Mail Champlain, Place Bourassa, Place Longueuil,  
Plaza Côte-des-Neiges, YUL airport.*
- Head Office**  
*12053 Laurentien Blvd, Montreal.*
- (438) 992 2002**



## ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΟΙΚΙΣΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΤΟΥ ΜΟΝΤΡΕΑΛ

# 13.500 Νέα Σπίτια στο BRIDGE-BONAVENTURE

**Το Μόντρεαλ ανακοίνωσε τη Δευτέρα 31 Μαρτίου ένα φιλόδοξο σχέδιο για τη μεταμόρφωση της περιοχής Bridge-Bonaventure, που βρίσκεται νότια του Griffintown.**

**Του Δημήτρη Ηλία**

Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA  
dimitri@newsfirst.ca

Σύμφωνα με την πρόταση, η περιοχή θα φιλοξενήσει 13.500 νέες κατοικίες, σχεδόν διπλάσιες από τις αρχικά προγραμματισμένες 7.500. Η τελευταία αναθεώρηση του σχεδίου, αντικατοπτρίζει τη δέσμευση της πόλης να αντιμετωπίσει την κρίση στέγασης, παρέχοντας ταυτόχρονα υποδομές και πράσινους χώρους για τους κατοίκους.

### ΣΤΟΧΟΣ: ΠΡΟΣΙΤΗ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Η νέα πρόταση προβλέπει, ότι το 40% των νέων κατοικιών θα είναι εκτός ελεύθερης αγοράς, δηλαδή θα διατίθενται σε προσιτές τιμές για ενοικίαση. Η δήμαρχος του Μόντρεαλ, Valérie Plante, τόνισε τη σημασία αυτής της πρωτοβουλίας, δηλώ-

νοντας: «Η κρίση στέγασης πλήττει σκληρά το Μόντρεαλ και δεν πρόκειται να την αφήσουμε ανεξέλεγκτη. Συνεχίζουμε να αγωνιζόμαστε για τους κατοίκους μας».

Η Vision Bridge-Bonaventure Consortium, που είναι υπεύθυνη για την ανάπτυξη, εξέφρασε την υποστήριξη της στην αύξηση των κατοικιών.

«Αυτή η απόφαση προσφέρει βέλτιστες προοπτικές ανάπτυξης και αντικατοπτρίζει μία προσεκτικά μελετημένη στρατηγική για το μέλλον των κατοίκων», ανέφερε σε ανακοίνωσή του.

### ΠΙΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΑΜΕΣΗ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ

Οργανώσεις όπως η Action-Gardien, που εκπροσωπεί 26 κοινοτικές ομάδες στην Pointe Saint-Charles, χαιρέτισαν την πρόβλεψη για προσιτές κατοικίες, αλλά ανησυχούν για την πυκνότητα πληθυσμού που θα προκύψει. Παράλληλα, ζητούν από τις κυβερνήσεις του Κεμπέκ και του Καναδά να επιταχύνουν τη χρηματοδότηση, ώστε να προχωρήσει το έργο χωρίς καθυστερήσεις.

Σημαντικό είναι επίσης το γεγονός, ότι η

περιοχή Bridge-Bonaventure βρίσκεται σε ένα από τα πιο προνομακιά σημεία του Μόντρεαλ, με άμεση πρόσβαση στο κέντρο της πόλης.

Η ανάγκη για κοινωνικές κατοικίες είναι πειστική, καθώς το αυξανόμενο κόστος στέγασης έχει οδηγήσει σε μαζικές μετακινήσεις νοικοκυριών προς πιο απομακρυσμένες περιοχές.

Παράλληλα, η πόλη διαβεβαιώνει, ότι οι νέες κατοικίες θα είναι υψηλής ποιότητας, ακολουθώντας οικολογικά πρότυπα δόμησης. Οι σχεδιαστές του έργου προτείνουν τη χρήση βιώσιμων υλικών και την εφαρμογή «έξυπνων» ενεργειακών λύσεων, όπως ηλιακά πάνελ και προηγμένα συστήματα θέρμανσης και ψύξης.

### ΕΝΑ ΠΡΟΤΥΠΟ ΑΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Πέρα από τις κατοικίες, το σχέδιο προβλέπει 43 εκτάρια πράσινου χώρου, ποδηλατοδρόμους 12 χιλιομέτρων, πρόσβαση στον ποταμό St. Lawrence και το κανάλι Lachine, καθώς και χώρο κολύμβησης στη λεκάνη Wellington. Επιπλέον, προβλέπεται η δημιουργία σταθμού του Réseau express métropolitain (REM), ενισχύοντας τη συνδεσιμότητα της περιοχής με το υπόλοιπο Μόντρεαλ.

Η δημιουργία ενός ολοκληρωμένου δικτύου ποδηλατοδρόμων, πεζοδρομήσεων και χώρων πράσινου, αναμένεται να αυξήσει την ποιότητα ζωής των κατοίκων, καθιστώντας το Bridge-Bonaventure μία από τις πιο ελκυστικές συνοικίες για κατοίκηση. Παράλληλα, το έργο φιλοδοξεί να δημιουργήσει ένα πρότυπο βιώσιμης ανάπτυξης, που θα μπορούσε να εφαρμοστεί και σε άλλες περιοχές του Μόντρεαλ.

Ο Benoit Dorais, μέλος του εκτελεστικού συμβουλίου της πόλης, δήλωσε πως το σχέδιο «ισορροπεί ανάμεσα στις ανάγκες για στέγαση, τις ανάγκες των επιχειρήσεων και τις απαραίτητες υποδομές για μετακινήσεις».

Εξήγησε επίσης ότι η πόλη στοχεύει στη δημιουργία μιας ζωντανής γειτονιάς, που θα προσφέρει όχι μόνο στέγαση, αλλά και ποιοτικές δημόσιες υπηρεσίες, σχολεία και εμπορικούς χώρους.

### ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΗΜΑ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

Η δήμαρχος Plante υπενθύμισε, πως η πρωτοβουλία αυτή είναι μέρος μιας ευρύτερης στρατηγικής, που περιλαμβάνει και άλλα μεγάλα σχέδια ανάπτυξης, όπως το Louvain-Est, το Lachine-Est και την επέκταση της γραμμής του μετρό. «Δίνουμε στις κυβερνήσεις ένα έτοιμο πλάνο. Είναι στο χέρι τους να αναλάβουν δράση», δήλωσε.

Ο βουλευτής του Québec solidaire, Guillaume Cliche-Rivard, χαρακτήρισε το σχέδιο «εξαιρετική είδηση» για το νοτιοδυτικό Μόντρεαλ και ζήτησε από την κυβέρνηση του Κεμπέκ να διασφαλίσει πως το έργο δε θα επαναλάβει τα λάθη της ανάπτυξης του Griffintown, όπου αγνοήθηκαν οι ανάγκες των οικογενειών.

Εκτός από την ανάπτυξη κατοικιών, η πόλη σχεδιάζει τη δημιουργία 600.000 τετραγωνικών μέτρων για οικονομικές και θεσμικές δραστηριότητες, που θα ενισχύσουν την τοπική επιχειρηματικότητα. Αυτό περιλαμβάνει τη δημιουργία εμπορικών κέντρων, χώρων γραφείων και κοινόχρηστων εγκαταστάσεων, που θα λειτουργούν προς όφελος της κοινότητας.



### ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ

Παρά τις θετικές προβλέψεις, υπάρχουν ανησυχίες για την οικονομική βιωσιμότητα του έργου. Το ακριβές κόστος της ανάπτυξης δεν έχει ακόμα καθοριστεί και απαιτείται συνεργασία μεταξύ δημόσιου και ιδιωτικού τομέα για τη διασφάλιση χρηματοδότησης.

Η επιτυχία του έργου εξαρτάται επίσης από τη διατήρηση της κοινωνικής ποικιλομορφίας. Οι ακτιβιστές υποστηρίζουν ότι πρέπει να αποτραπεί η γκετοποίηση της περιοχής, διατηρώντας έναν ισορροπημένο συνδυασμό προσιτών και εμπορικών κατοικιών.

Αν και το οικονομικό πλαίσιο του έργου δεν έχει ακόμα ξεκαθαριστεί, η Plante διαβεβαίωσε πως η πόλη είναι αποφασισμένη να προχωρήσει.

«Είναι ένα δώρο για τους κατοίκους του Μόντρεαλ και ελπίζω ότι όλοι θα στηρίξουν αυτό το όραμα», κατέληξε.

Αυτό το μεγαλόπνοο σχέδιο δεν είναι μόνο μια απάντηση στην κρίση στέγασης, αλλά και μια ευκαιρία για τη δημιουργία ενός νέου μοντέλου αστικής ανάπτυξης, βασισμένου στην προσιτή κατοικία, την περιβαλλοντική βιωσιμότητα και την κοινωνική συνοχή.

Laval English-speaking Senior Wellness Centre

# SPRING 2025 CENTRE ACTIVITIES

*Sign up today!*

Annual membership fee: \$20 per year



3860 blvd. Notre-Dame, Suite 204, Chomedey, Laval H7V 1S1  
3131 blvd. de la Concorde, Suite 203, Duvernay, Laval H7E 4W4  
450.934.1122 • agapeassociationinc.com



ΗΠΑ – ΚΑΝΑΔΑΣ

## Τηλεφωνική επικοινωνία Κάρνεϊ-Τραμπ: Αμοιβαία βήματα προσέγγισης παρά τις εμπορικές εντάσεις

© EPOCH TIMES

**Ο** πρωθυπουργός του Καναδά, Μαρκ Κάρνεϊ, χαρακτήρισε «ουσιαστική» την τηλεφωνική επικοινωνία που είχε στις 28 Μαρτίου με τον πρόεδρο των ΗΠΑ, Ντόναλντ Τραμπ, λέγοντας ότι συμφωνήθηκε η έναρξη διαπραγματεύσεων για μια νέα διμερή συμφωνία στους τομείς της οικονομίας και της ασφάλειας.

Μιλώντας στους δημοσιογράφους στο Μόντρεαλ, ο κ. Κάρνεϊ σημείωσε, ότι κατά την τηλεφωνική συνομιλία ο πρόεδρος Τραμπ «σεβάστηκε σήμερα την κυριαρχία του Καναδά τόσο στις ιδιωτικές όσο και στις δημόσιες δηλώσεις του».

Πρόσθεσε ακόμη ότι είναι αναγκαία μια νέα συμφωνία με τις ΗΠΑ, δεδομένου ότι «υπάρχουν πάρα πολλές μεταβολές, υπερβολικοί δασμοί, συνεχείς απειλές και μεγάλη αστάθεια αυτή τη στιγμή στη μεταξύ μας σχέση».

Η επικοινωνία έγινε μετά από πρωτοβουλία Τραμπ και ενώ οι εντάσεις μεταξύ Οτάβα και Ουάσινγκτον έχουν κλιμακωθεί τις τελευταίες εβδομάδες.

Στις 26 Μαρτίου, η αμερικανική πλευρά ανακοίνωσε την επιβολή δασμού ύψους 25% στα εισαγόμενα στις ΗΠΑ οχήματα και σε ορισμένα εξαρτήματά τους. Παράλληλα, προηγήθηκε πρόσφατη επιβολή δασμών σε χάλυβα και αλουμίνιο που εισάγονται στον Καναδά, κίνηση που έχει

ενοχλήσει έντονα την канаδική κυβέρνηση.

Ωστόσο, τόσο ο Καναδός πρωθυπουργός όσο και ο πρόεδρος Τραμπ, εμφανίστηκαν συγκρατημένα αισιόδοξοι μετά τη συνομιλία τους. Σε ανάρτησή του στο κοινωνικό δίκτυο Truth Social, ο Ντόναλντ Τραμπ έκανε λόγο για «μια εξαιρετικά παραγωγική συνομιλία», ανακοινώνοντας επίσης ότι **θα συναντήσει τον Καναδό πρωθυπουργό «καμέσως μετά τη διεξαγωγή των επερχόμενων εκλογών στον Καναδά»**. [...]

«Αυτή η συζήτηση τελικά θα καταλήξει πολύ θετική, τόσο για τις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής όσο και για τον Καναδά», επισήμανε στην ανάρτησή του ο Αμερικανός πρόεδρος.

Από τη μεριά του Καναδά, ο κ. Κάρνεϊ ανέφερε ότι η χώρα του έχει διαμορφώσει με ξεκάθαρο τρόπο τις προτεραιότητες και τη στρατηγική της ενόψει των επικείμενων διαπραγματεύσεων. Τόνισε μάλιστα ότι, παρά την καλή διάθεση και τους ήπιους τόνους μετά το τηλεφώνημα, ο Καναδάς παραμένει ανοιχτός στην αναζήτηση εναλλακτικών εμπορικών συνεργασιών με άλλες χώρες. «Ίσως τώρα είναι πιο ξεκάθαρο πόσο ισχυρός είναι στην πραγματικότητα ο Καναδάς», τόνισε χαρακτηριστικά ο κ. Κάρνεϊ.

**ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΕ ΔΑΣΜΟΥΣ ΚΑΙ ΦΟΡΟΥΣ**

Παρά τη θετική ατμόσφαιρα της συζήτησης, οι διαφορές γύρω από βασικά θέματα των εμπορικών σχέσεων παραμένουν σαφείς. Ο Καναδός πρωθυπουργός ξεκαθάρισε, ότι ο πρόεδρος Τραμπ δεν ανέφερε πιθανότητα άμεσης άρσης των πρόσφατων δασμών για οχήματα, χάλυβα και αλουμίνιο. Ο ίδιος επέμεινε ότι πρόκειται για την «αρχή μιας διαδικασίας» πιο εντατικών συνομιλιών μεταξύ των δύο πλευρών.

Αναφορικά με το ζήτημα του συστήματος διαχείρισης εφοδιασμού του Καναδά, το οποίο έχει γίνει στόχος σφοδρών επικρίσεων από την κυβέρνηση Τραμπ, λόγω υψηλών δασμών στα αμερικανικά αγροτικά και γαλακτοκομικά προϊόντα, ο κ. Κάρνεϊ ήταν σαφής: «Έχω ξεκαθαρίσει ότι δε θα υπάρξει συζήτηση για το σύστημα διαχείρισης εφοδιασμού. Αυτό το θέμα είναι εκτός τραπέζιού διαπραγματεύσεων», διευκρίνισε.

Παρόμοια ήταν και η στάση του Καναδά στον αμφιλεγόμενο φόρο ψηφιακών υπηρεσιών, ο οποίος πλήττει μεγάλες αμερικανικές εταιρείες όπως το Netflix.

Ο Καναδός πρωθυπουργός επισήμανε, ότι για ορισμένα θέματα υπάρχει περιθώριο συζήτησης και διαπραγμάτευσης,

ωστόσο «θα συμφωνούμε μόνο σε ζητήματα που εξυπηρετούν αποκλειστικά το εθνικό συμφέρον του Καναδά».

**ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΟΜΕΝΑ ΒΗΜΑΤΑ**

Η συνεννόηση μεταξύ Καναδά και ΗΠΑ κρίνεται απαραίτητη, τόσο για τη Βόρεια Αμερική, όσο και για τις διεθνείς εμπορικές σχέσεις των δύο χωρών. Η δήλωση του πρωθυπουργικού γραφείου του Καναδά ανέφερε ότι «οι ηγέτες συμφώνησαν στην έναρξη διεξοδικών διαπραγματεύσεων μετά από τις канаδικές εκλογές της 28<sup>ης</sup> Απριλίου», προσθέτοντας ότι έως τότε οι υπουργοί Εμπορίου των δύο χωρών – Ντόμινικ ΛεΜπλανκ και Χάουαρντ Λούτνικ αντίστοιχα – θα συνεχίσουν και θα εντείνουν το διάλογο για άμεσα ζητήματα.

Η αρχή των συστηματικών συνομιλιών, παρά τις σοβαρές διαφωνίες και τις συνεχιζόμενες εντάσεις, αποτελεί θετικό βήμα για την αποκλιμάκωση της κρίσης, καθώς και για τη διασφάλιση της μακροπρόθεσμης οικονομικής σταθερότητας και των δύο πλευρών.

Το επόμενο διάστημα αναμένεται με ενδιαφέρον, καθώς οι εξελίξεις στα επιμέρους ζητήματα θα καθορίσουν το μέλλον των σχέσεων των δύο σημαντικών εμπορικών εταίρων της Αμερικής.

**CREATIVE STEAM CENTER IN LAVAL**  
Reserve your children's party today!

**FUN  
2DO.**

[www.fun2do.ca](http://www.fun2do.ca)

Mega Centre LAVAL 2202 Autoroute 13 Chomedey, H7P5T7 514-506-4430

@fun2do.ca

# Που οδηγεί την Ευρώπη η αντιρωσική υστερία

Γράφει ο δημοσιογράφος  
Δημήτρης Χρήστου  
© slpress.gr



**Κ**άθε μέρα που περνάει, όλο και περισσότερο μας εκπλήσσουν οι Ευρωπαίοι ηγέτες, σχεδόν όλοι υπόδουλοι στο «κόμμα του Πολέμου», που χάνοντας την επιρροή στο Λευκό Οίκο, έριξε όλο το βάρος στις μαριονέτες των Βρυξελλών. Τελευταίο επίτευγμα η αποστολή γαλλο-βρετανικής στρατιωτικής αντιπροσωπείας στην Ουκρανία, που ανακοινώθηκε από τον Μακρόν στη Σύνοδο του Παρισιού.

Προηγήθηκε η οδηγία προς όλους τους πολίτες στην Ευρώπη να διατηρούν προμήθειες επαρκείς για διάστημα τουλάχιστον 72 ωρών (!) για περιπτώσεις εκτάκτων καταστάσεων, διότι όπως ανακοίνωσε η Κομισιόν υπό την ηγεσία της «φύρερ Ούρσουλα», θεωρεί πως η ήπειρός μας αντιμετωπίζει πρωτοφανείς απειλές – από γεωπολιτικές εντάσεις και συγκρούσεις. Και για να γλυκάνει το χάπι, στους ευρωπαϊκούς κινδύνους συμπεριλαμβάνει εκείνους της κυβερνοασφάλειας και χειραγώγησης πληροφοριών, έως την κλιματική αλλαγή και τους αυξανόμενους κινδύνους φυσικών κινδύνων. Και τι θα γίνει με την κλιματική αλλαγή αν γίνει πυρηνικός πόλεμος;

Και για να ετοιμαστούμε, θα χρειαστεί να δανειστούμε πάνω από 800 δισεκατομμύρια ευρώ, τη στιγμή που οι μεγάλες ευρωπαϊκές οικονομίες είναι χρεωμένες στο

όριο συναγερμού. Ποιοι θα πληρώσουν τα σπασμένα και από ποιους τομείς θα κοπούν δαπάνες; Όπως είπε πρόσφατα ο Γενικός Γραμματέας του NATO, Μαρκ Ρούτε, τα χρήματα αυτά, εκτός από δανεισμό, μπορεί να εξασφαλιστούν από περικοπές στην Υγεία, την Παιδεία και τις συντάξεις. Και πρέπει να συμφωνήσουμε όλοι, διότι η κακιά Ρωσία απειλεί την ευημερία και την ελευθερία μας. Με λίγα λόγια, ασκούν τρομοκρατία για να αποδεχτούμε τα συμφέροντα των πολεμικών βιομηχανιών.

Και αν για παράδειγμα ο κολοσσός της Volkswagen από τη μείωση των πωλήσεων αυτοκινήτων απειλείται, καθώς τα εισοδήματα των νοικοκυριών θα μειωθούν, ως μετατρέψει τα εργοστάσια σε μονάδες παραγωγής αρμάτων, όπου θα βρουν δουλειά ο Πίτερ, ο Γιόχαν και ο Φραντς. Ποιος να σκεφτεί εδώ στην Ελλάδα ποιες θα είναι οι οικονομικές συνέπειες, αν ο τουρισμός γίνει απρόσιτη πολυτέλεια; Ο Κυριάκος θα έχει φύγει για οικονομικούς και κλιματικούς παραδείσους και οι επιχειρηματίες του Τουρισμού θα ψάχνουν πελάτες με το... τουφέκι!

Και ενώ μας δείχνουν τη Ρωσία ως απειλή, ήρθε νέα επίθεση από τον Τραμπ, που κάποιιο νόμιζαν ότι μπλοφάρει. Οι νέοι δασμοί τέθηκαν ήδη σε ισχύ από τις 2 Απριλίου. Ο σύμβουλος του Λευκού Οίκου, Γουίλ Σαρφ, εξήγησε ότι οι δασμοί

θα εφαρμόζονται στα «αυτοκίνητα και ελαφρά φορτηγά που κατασκευάζονται στο εξωτερικό», επιπλέον των ήδη υπαρχόντων δασμών. Οι δασμοί αναμένεται επίσης να αποφέρουν πάνω από 100 δισεκατομμύρια δολάρια νέων ετήσιων εσόδων στις ΗΠΑ, σύμφωνα με τις εκτιμήσεις του Σαρφ.

## ΑΝΑΖΗΤΟΥΝ ΡΕΒΑΝΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ ΟΙ ΓΕΡΜΑΝΟΙ;

Τί οδήγησε σχεδόν όλο το πολιτικό σύστημα της Γερμανίας σε αυτή τη... ρωσομανία; Τι άλλο κρύβεται και οι Γερμανοί πολίτες αποδέχονται επιλογές, που δύο φορές στην πρόσφατη ιστορία των Παγκοσμίων Πολέμων κατέστρεψαν και δυσφήμισαν τη χώρα τους; Θέλουν να πάρουν ρεβάνς από τη Μόσχα. Και καλά τα δύο μεγάλα κυβερνητικά κόμματα.

► **Γιατί είναι τόσο φιλοπόλεμο το κόμμα των Πρασίνων;**

► **Γιατί συμφώνησε στα εξοπλιστικά προγράμματα και η Αριστερά;**

► **Γιατί άφησαν όλο το χώρο της αντιπολίτευσης στο ακροδεξιό AfD που ήδη είναι δεύτερο σε δύναμη κόμμα που συνεχώς ανεβαίνει και αν τα άλλα κόμματα συνεχίσουν έτσι, μπορεί στις επόμενες εκλογές να έχει και αυτοδυναμία;**

► **Γιατί οι Γάλλοι αδιαφορούν για την κατάσταση της οικονομίας τους, το χρέ-**

**ος της οποίας έχει φτάσει στο 112% του ΑΕΠ και οι πολιτικές δυνάμεις επιτρέπουν στην κυβέρνηση μειοψηφίας του Μακρόν να οδηγεί την κατάσταση στα βράχια;**

Σε μια πρόσφατη έρευνα του ευρωβαρόμετρου και στο ερώτημα προς τους πολίτες των 27 χωρών, πως κρίνουν την τωρινή κατάσταση της οικονομίας των χωρών τους, στην τελευταία χειρότερη θέση βρίσκεται η Ελλάδα του Μητσοτάκη, στην προτελευταία θέση είναι η Γαλλία (!) και κάτω από το μέσο όρο η Γερμανία, στη 18<sup>η</sup> θέση.

Που το πάνε τελικά; Γιατί ενισχύουν τον Ζελένσκι να συνεχίσει έναν πόλεμο που δεν μπορεί να κερδίσει, απέναντι στην ισχυρότερη πυρηνική δύναμη του κόσμου; Δύσκολες οι απαντήσεις.

Στο μεταξύ, η νέα αμερικανική ηγεσία σχεδιάζει, πέρα από την εκμετάλλευση ουκρανικών πόρων, ανάπτυξη της συνεργασίας με τη Ρωσία, και επιστροφή των αμερικανικών επιχειρήσεων που αποχώρησαν λόγω των κυρώσεων του Μπάιντεν. Και όχι μόνο αυτό, οι Αμερικανοί ετοιμάζονται να αναλάβουν, αντί των Γερμανών, την επισκευή και εκμετάλλευση των δύο αγωγών Nord Stream που μετέφεραν το ρωσικό φυσικό αέριο στην Ευρώπη! Που σημαίνει, κορόιδα Ευρωπαίοι, εσείς χάνετε.

**CJLV**  
**1570 AM**  
**Ράδιο Ακρίτες**  
Του Μόντρεαλ

με τον **Κώστα Δανιηλίδη**  
και την **Βασιλική Λαντζανάκη**



Εκφράστε ελεύθερα τη γνώμη σας  
για όλα τα θέματα που σας ενδιαφέρουν  
Κάθε Σάββατο και Κυριακή από τις  
3 μέχρι τις 5 το απόγευμα Τηλ: 514 617-0077

Ένα ποικίλο  
και ευχάριστο  
πρόγραμμα  
στο 1570 AM  
Πληροφορίες:  
514 617 0077



# Ατέλειωτα τα φέσια στην εφορία: Οι «μεγαλοκαρχαρίες» οφείλουν τα πολλά!

Πληρώνουν οι μικροί – Φεσώνουν οι μεσαίοι και οι μεγάλοι

**Κ**αταιγιστική αύξηση 3,6 δισ. ευρώ κατέγραψαν τα ληξιπρόθεσμα χρέη προς την εφορία φθάνοντας στο αμύθητο ποσό των 110,6 δισ. ευρώ! Τα φέσια πνίγουν την αγορά... Μόλις το 4% όσων χρωστούν είναι σε ρύθμιση οφειλής.

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Γραφείου Προϋπολογισμού της Βουλής, η τρελή αυτή αύξηση αποδίδεται στις νέες ληξιπρόθεσμες οφειλές ύψους 8,6 δισ. ευρώ αλλά και σε χρέη που βεβαιώθηκαν μεταγενέστερα το 2024 και φτάνουν τα 2,2 δισ. ευρώ.

Ωστόσο, το 23,8% του συνολικού ληξιπρόθεσμου υπολοίπου, που αντιστοιχεί σε 26,3 δισ. ευρώ, χαρακτηρίζεται ως ανεπίδεκτο είσπραξης.

Μόλις 9.830 φορολογούμενοι – φυσικά και νομικά πρόσωπα – σε σύνολο 3,8 εκατομμυρίων οφειλετών, χρωστάνε το 76,2% (84,2 δισ. ευρώ) του συνολικού ληξιπρόθεσμου χρέους των ιδιωτών προς την Εφορία, το οποίο ξεπέρασε πλέον τα 110 δισεκ. ευρώ.

Ο κάθε φορολογούμενος εξ αυτών «φέσωσε» το Δημόσιο με τουλάχιστον 8,5 εκατ. ευρώ, ενώ η συνολική οφειλή τους διογκώθηκε κατά 2,012 δισ. ευρώ, με την πλειοψηφία της συγκεκριμένης ομάδας να αποτελούν οι επιχειρήσεις.

Αντιθέτως, το 90% των οφειλετών συγκεντρώνεται στις οφειλές έως 10.000 ευρώ, με το συνολικό τους ληξιπρόθεσμο υπό-

λοιπο να αγγίζει το 3,6% των συνολικών οφειλών. Όπως προκύπτει από το «χάρτη» των «κόκκινων» οφειλών, οι φορολογούμενοι με ληξιπρόθεσμο χρέη άνω των 10.000 ευρώ αυξήθηκαν περαιτέρω, ενώ αντίθετα μείωση σημείωσε ο αριθμός των «μικρών» οφειλετών.

Τον τελευταίο χρόνο, ο αριθμός των μεσαίων και μεγάλων οφειλετών έσπασε το φράγμα του 1,864 εκατ. με το χρέος τους τον Ιανουάριο να είναι φουσκωμένο κατά 3,577 δισ. ευρώ.

Και ενώ το συνολικό ληξιπρόθεσμο χρέος έφθασε τα 110,6 δισεκ. ευρώ, μόλις το 4,4% του πραγματικού (εξαιρείται το ανεπίδεκτο είσπραξης ύψους 26,3 δισ. ευρώ) ληξιπρόθεσμου υπολοίπου ή σε απόλυτα ποσά 3,7 δισ. ευρώ βρίσκεται σε ρύθμιση, με το υψηλότερο ποσοστό των συνολικών ρυθμισμένων οφειλών (17,2%) να εντοπίζεται στο εύρος 500 με 10.000 ευρώ.

## ΠΟΣΑ ΧΡΩΣΤΟΥΝ ΦΥΣΙΚΑ ΚΑΙ ΝΟΜΙΚΑ ΠΡΟΣΩΠΑ

■ Το υψηλότερο ποσοστό των συνολικών ρυθμισμένων οφειλών (17,2%) εντοπίζεται στο εύρος 500 με 10.000 ευρώ.

■ Το ποσοστό των ρυθμισμένων οφειλών αγγίζει το 19,3% για ποσά από 2.000 έως 3.000 ευρώ.

■ Τα ποσοστά ωστόσο διαφέρουν μεταξύ φυσικών και νομικών προσώπων, με το υψηλότερο ποσοστό ρυθμισμέ-



νων οφειλών φυσικών προσώπων να εντοπίζεται μεταξύ 500 και 10.000 ευρώ (17,2%) και να αγγίζει το 19,7% για ποσά από 2.000 έως 3.000 ευρώ.

■ Τα νομικά πρόσωπα ρυθμίζουν σε υψηλότερο ποσοστό (23,4%) οφειλές που ανήκουν στο εύρος από 10.000 έως 100.000 ευρώ. Το εν λόγω ποσοστό φτάνει στο 26,8% στην κατηγορία 10.000 με 20.000 ευρώ, ενώ χαμηλά ποσοστά ρύθμισης οφειλών διαπιστώνονται τόσο σε χαμηλά ποσά οφειλής (ιδιαίτερα κάτω των 500 ευρώ), όσο και σε υψηλά ποσά οφειλής (άνω των 20.000 ευρώ για φυσικά πρόσωπα και άνω των 150.000 ευρώ για νομικά πρόσωπα.

Είναι χαρακτηριστικό, ότι μετά το 2015 το Κενό Είσπραξης παρουσιάζει μείωση (με εξαίρεση το 2020 που αυξήθηκε λόγω των οικονομικών επιπτώσεων της κρίσης

του COVID-19), ενώ το ίδιο χρονικό διάστημα ο ρυθμός αύξησης του συνολικού ληξιπρόθεσμου σταδιακά μειώνεται.

Το 2024 μάλιστα, που το Κενό Είσπραξης αγγίζει το χαμηλότερο του σημείο (0,8%), παρατηρείται μείωση του συνολικού ληξιπρόθεσμου υπολοίπου σε ετήσια βάση κατά 7%.

Αναλύοντας δε τις επιμέρους κατηγορίες από τις οποίες προέρχεται το Κενό Είσπραξης διαπιστώνεται, ότι σε όλα τα έτη το μεγαλύτερο μέρος του Κενού Είσπραξης πηγάζει από τις μη φορολογικές οφειλές και τα πρόστιμα (57,3% κατά μέσο όρο), ακολουθούν οι έμμεσοι φόροι με μέσο ποσοστό συμμετοχής 24,3%, ενώ τη μικρότερη συμμετοχή στη διαμόρφωση του Κενού Είσπραξης, έχουν οι άμεσοι φόροι (18,4%).

© NEWSBREAK.GR

## Χαμηλά ο ρυθμός ανάπτυξης και ψηλά οι τιμές στην παγκόσμια οικονομία

Γράφει ο Κώστας Μελάς  
[Καθηγητής οικονομικών  
στο Πάντειο πανεπιστήμιο]

**Η** παγκόσμια οικονομία αναπτύσσεται με μικρότερο ρυθμό, ενώ οι τιμές παραμένουν πάνω από τους στόχους. Αναφέρονται στοιχεία του Οργανισμού Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης (ΟΟΣΑ).

Οι τελευταίες προβλέψεις του ΟΟΣΑ, που αποτελούν μια πιθανή εξέλιξη της παγκόσμιας οικονομίας (είναι πάντα καλύτερα να το θυμόμαστε) σκιαγραφούν το σενάριο ενός κόσμου που φαίνεται να κινείται σταθερά προς μια οικονομία που μεγεθύνεται με μικρότερους βαθμούς, ενώ παράλληλα οι τιμές παραμένουν ακόμη υψηλές, πολύ πάνω από τους στόχους σε πολλές χώρες.

Μπορεί να μην είναι ακόμα στασιμότητα, αλλά μοιάζει πολύ. Και υπάρχουν επίσης ορισμένες αξιοσημείωτες αποκλίσεις: Η οικονομία της ευρωζώνης αναπτύσσεται με μικρότερο ρυθμό, αλλά τουλάχιστον οι τιμές φαίνεται να ομαλοποιούνται. Στις ΗΠΑ επίσης ο ρυθμός μεγέθυνσης είναι μικρότερος, αλλά οι τιμές συνεχίζουν να παραμένουν πάνω από τους στόχους.

Αυτές οι προβλέψεις λαμβάνουν υπόψη, στο μέτρο του δυνατού, την απειλή των δασμών, η οποία τώρα αρχίζει να γίνεται πραγματικότητα για πολλές χώρες, η οποία θα έχει σαφή αντίκτυπο στη δυναμική των τιμών και στην παγκόσμια μεγέθυνση. Ουσιαστικά, οι δασμοί κινδυνεύουν να επιβραδύνουν το εμπόριο,

το οποίο ήταν ένας από τους κύριους μοχλούς της παγκόσμιας ανάπτυξης μέχρι το 2024.

Φέτος, ωστόσο, γράφει ο ΟΟΣΑ, θα πρέπει να αρχίσουμε να αντιμετωπίζουμε την αύξηση των εντάσεων και οι δείκτες δείχνουν ήδη επιβράδυνση της μεγέθυνσης ήδη από αυτό το πρώτο τρίμηνο.

Προς το παρόν, έχει παρατηρηθεί κάποια αδυναμία στον τομέα των υπηρεσιών, ενώ παρατηρείται κάποια ανάκαμψη του δείκτη της μεταποίησης σε ορισμένες περιοχές.

Από την πλευρά της ζήτησης, μπορούμε αντίθετα να παρατηρήσουμε μείωση της εμπιστοσύνης των καταναλωτών και επίσης μείωση της κατανάλωσης στις Ηνωμένες Πολιτείες τον Ιανουάριο, και αυτό, παρά τη θετική τάση στα εισοδήματα.

Είναι σίγουρα πρόωρο να εξαχθούν συμπεράσματα, με βάση αυτά τα προκαταρκτικά δεδομένα, αλλά είναι σαφές ότι το κλίμα δεν είναι το καλύτερο.

Το αν τα σύννεφα θα φέρουν καταιγίδα, μένει να φανεί. Εν τω μεταξύ, η αίσθηση είναι ότι χρειάζεται προετοιμασία για τις αβέβαιες μελλοντικές εξελίξεις. Και αφήστε το παλιό ρητό που συνιστά να πηγαίνετε αργά για να φτάσετε μακριά.

Μόνο που στα οικονομικά το να πηγαίνεις αργά, που σημαίνει να μεγεθύνεις λίγο, δεν είναι πάντα επιθυμητό. Ειδικά όταν οι κίνδυνοι αυξάνονται στο μεταξύ.

FEATURING

# THE GREATEST SHOWMAN

Dancing • Vocal Training  
Acting • Masterclasses  
Theatrical Make-up & Costumes  
Fully Staged Shows • Studio Recording

**LAVAL**  
30th of June to July 18th 2025 excluding weekends  
École Démosthène: 1565 boul. St-Martin O.  
In collaboration with the Hellenic Community of Greater Montreal

Info & Registration: <https://www.chromapanarmonia.com/voice-camp>

10:00am to 4:00pm (supervision from 8:30am to 5 pm available) | Ages: 7 to 16 years old  
Info: 514-616-6919 dimil@videotron.ca | Directors: Maria Diamantis BMus, Dimitris Ilias BFA, DAMPS



# Υγεία και Διατροφή



## Πώς οι Υδατάνθρακες επηρεάζουν τη Φλεγμονή στο Έντερο;

Του Αλέξανδρου Δασκαλάκη  
(Διαιτολόγος – διατροφολόγος)

**Τ**ο έντερο είναι πολλά περισσότερα από το κέντρο πέψης του σώματός σου, είναι ένας εξαιρετικά πολύπλοκος μηχανισμός που παίζει κρίσιμο ρόλο στη διατήρηση της συνολικής υγείας.

Σκέψου το σαν ένα «νευραλγικό κέντρο» που συνδέεται με το ανοσοποιητικό σου σύστημα, τον εγκέφαλο και το μεταβολισμό. Αν η υγεία του διαταραχθεί, η επίδραση μπορεί να είναι εκτεταμένη και να επηρεάσει την ενέργεια, τη διάθεση και τη μακροχρόνια ευεξία σου.

Σε αυτό το άρθρο θα σου πω, πώς οι υδατάνθρακες – το πιο διαδεδομένο ή και κοινό μακροθρεπτικό συστατικό στη διατροφή σου – επηρεάζουν την υγεία του εντέρου σου!

Θα ανακαλύψεις ποιοι τύποι υδατανθράκων βοηθούν το σώμα σου να λειτουργεί σωστά και ποιοι επιβαρύνουν το έντερο προκαλώντας φλεγμονή. Στο τέλος, για να μη σε αφήσω παραπονεμένο, θα σου δώσω πρακτικές συμβουλές για να εφαρμόσεις άμεσα όλα όσα θα μάθεις.

### ΠΩΣ ΔΡΟΥΝ ΟΙ ΥΔΑΤΑΝΘΡΑΚΕΣ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ;

Οι υδατάνθρακες είναι η κύρια πηγή ενέργειας για τον οργανισμό σου. Το ήξερες όμως ότι η επίδρασή τους στο έντερο εξαρτάται από τον τύπο τους; Είναι σημαντικό να κατανοήσεις ότι δεν είναι όλοι οι υδατάνθρακες ίδιοι, και ο διαχωρισμός τους σε σύνθετους και απλούς βοηθάει να δεις πώς επηρεάζουν τη λειτουργία του εντέρου. Ας πάμε λοιπόν να τους «γνωρίσουμε»!

### Σύνθετοι Υδατάνθρακες: Ο Σύντροφος της Υγείας

Οι σύνθετοι υδατάνθρακες, που περιέχονται σε τροφές όπως τα όσπρια, τα λαχανικά, τα φρούτα και τα δημητριακά ολικής άλεσης, είναι ιδιαίτερα ωφέλιμοι. Αυτές οι τροφές είναι πλούσιες σε φυτικές ίνες, οι οποίες δεν πέπτονται από τον οργανισμό σου αλλά καταλήγουν στο παχύ έντερο, όπου λειτουργούν σαν «τροφή» για τα καλά βακτήρια του μικροβιώματος.

Όταν τα βακτήρια ζυμώνουν αυτές τις φυτικές ίνες, παράγονται βραχείας αλυσού λιπαρά οξέα (SCFAs), όπως το βουτυρικό, το οξικό και το προπιονικό οξύ.

Αυτές οι ουσίες είναι ιδιαίτερα ευεργετικές επειδή:

- Καταπολεμούν τη φλεγμονή
- Μειώνουν την παραγωγή κυτοκινών που σχετίζονται με φλεγμονώδεις καταστάσεις.
- Ενισχύουν τον εντερικό φραγμό.
- Βελτιώνουν τη λειτουργία των tight junctions, μειώνοντας τον κίνδυνο διαρροής τοξινών στο αίμα.
- Υποστηρίζουν την εντερική άμυνα.
- Προάγουν τη δραστηριότητα των ρυθμιστικών T-κυττάρων, που ρυθμίζουν την ανοσολογική απόκριση.

Τα SCFAs δεν είναι όλα ίδια. Το βουτυρικό, για παράδειγμα, είναι απαραίτητο για την ενίσχυση της δομής του εντερικού τοιχώματος και την υποστήριξη της εντερικής ανοσολογικής άμυνας. Το προπιονικό βοηθά στη ρύθμιση του μεταβολισμού της γλυκόζης, ενώ το οξικό συμμετέχει στον έλεγχο της όρεξης.

### Απλοί Υδατάνθρακες: Ο Εχθρός της Ισορροπίας

Οι απλοί υδατάνθρακες, που βρίσκονται σε τροφές όπως η ζάχαρη, το λευκό ψωμί, τα γλυκά και τα αναψυκτικά, είναι μια γρήγορη πηγή ενέργειας. Όμως, η συνεχής κατανάλωσή τους μπορεί να χαρακτηριστεί και ως καταστροφική για το έντερό σου. Αυτά τα τρόφιμα προκαλούν απότομες αυξήσεις στη γλυκόζη του αίματος, γεγονός που επηρεάζει αρνητικά το μικροβίωμα. Όταν τα κακά βακτήρια, όπως τα Bacteroides, τρέφονται με αυτούς τους υδατάνθρακες, πολλαπλασιάζονται, προκαλώντας δυσβίωση. Αυτή η ανισορροπία μπορεί να οδηγήσει σε:

- Αυξημένη παραγωγή τοξινών, όπως τα λιποπολυσακχαρίδια (LPS), που εισέρχονται στην κυκλοφορία του αίματος και προκαλούν συστηματική φλεγμονή.
- Εντερική διαπερατότητα (leaky gut), όπου οι τοξίνες και τα βακτήρια περνούν στο αίμα.

**Πρακτική Συμβουλή:** Προσπάθησε να αντικαταστήσεις τροφές όπως το λευκό ψωμί με ψωμί ολικής άλεσης ή προϊόντα από κινόα. Στόχευσε να προσθέσεις φυτικές ίνες σε κάθε γεύμα – για παράδειγμα, με λίγους σπόρους chia ή λαχανικά, όπως μπρόκολο και καρότα.

### Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑΤΟΣ: ΤΟ ΑΟΡΑΤΟ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ

Το μικροβίωμα του εντέρου θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως ένας αρκετά πολύπλοκος κήπος γεμάτος δισεκατομμύρια μικρο-οργανισμούς! Ορισμένα από αυτά τα βακτήρια λειτουργούν σαν «κήπουροι», διατηρώντας το οικοσύστημα σε ισορροπία, ενώ άλλα είναι σαν «παράσιτα», έτοιμα να προκαλέσουν βλάβη αν βρουν την ευκαιρία. Πώς λειτουργεί το Υγιές Μικροβίωμα;

### Ένα ισορροπημένο μικροβίωμα:

- Προάγει την παραγωγή SCFAs, που είναι ζωτικής σημασίας για τη μείωση της φλεγμονής και την ενίσχυση του εντερικού φραγμού.
- Ρυθμίζει το ανοσοποιητικό σύστημα, διασφαλίζοντας ότι δεν αντιδρά υπερβολικά σε μη επικίνδυνες ουσίες, όπως η τροφή.
- Επικοινωνεί με τον εγκέφαλο μέσω του άξονα έντερο-εγκέφαλος, επηρεάζοντας τη διάθεση, το άγχος και τη γνωστική σου λειτουργία.

Η σύνδεση ανάμεσα στο έντερο και τον εγκέφαλο είναι ένας μηχανισμός που μόλις πρόσφατα κατανοήθηκε πλήρως. Το μικροβίωμα επηρεάζει τη σύνθεση νευροδιαβιβαστών, όπως η σεροτονίνη, που ρυθμίζει τη διάθεση και τον ύπνο. Έτσι, μια φλεγμονή στο έντερο μπορεί να εκδηλωθεί ως άγχος, κατάθλιψη ή προβλήματα συγκέντρωσης.

### Βιωματικό Παράδειγμα:

Αν ξεκινήσεις τη μέρα σου με ένα μπουρμπούρι βρώμης, αναμεμιγμένο με φρούτα και λίγους ξηρούς καρπούς, θα νιώσεις χορτάτος για περισσότερο και θα δώσεις στο έντερό σου τα θρεπτικά συστατικά που χρειάζεται. Αντίθετα, αν καταναλώσεις ένα γλυκό με καφέ, το έντερό σου θα αντιδράσει με πρήξιμο και πιθανή δυσφορία αργότερα μέσα στη μέρα.

### ΠΩΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙΤΑΙ Η ΦΛΕΓΜΟΝΗ;

Η φλεγμονή στο έντερο ξεκινά όταν το εντερικό περιβάλλον σου διαταράσσεται, συνήθως από μια διαίτα που είναι πλούσια σε επεξεργασμένα τρόφιμα και προφανώς... χαμηλή σε φυτικές ίνες.

Η αποδυνάμωση του εντερικού φραγμού επιτρέπει στις τοξίνες, όπως τα LPS, να εισχωρήσουν στο αίμα σου.

Αυτό προκαλεί:

- Υπερδιέγερση του ανοσοποιητικού σου, οδηγώντας σε χρόνια φλεγμονή.
- Δευτερογενή συμπτώματα, όπως φούσκωμα, εντερικούς πόνους, κόπωση και μειωμένη διάθεση.

**Πρακτική Συμβουλή:** Πίνε νερό εμπλουτισμένο με φυσικά συστατικά, όπως αγγούρι και μέντα, αντί για αναψυκτικά. Αυτή η μικρή αλλαγή μειώνει τη φλεγμονή και προστατεύει τον εντερικό σου φραγμό.

### ΠΩΣ ΝΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΕΙΣ ΕΝΑ ΥΓΙΕΣ ΕΝΤΕΡΟ

**Ενσωμάτωσε φυτικές ίνες στην καθημερινότητά σου:** Ξεκίνα τη μέρα σου με ένα smoothie φρούτων και σπόρους chia. Πρόσθεσε λαχανικά σε κάθε γεύμα.

**Περιορίσε τη ζάχαρη:** Αντικατάστησε τα γλυκά με φυσικά σνακ, όπως μαύρη σοκολάτα ή φρέσκα φρούτα.

**Χρησιμοποίησε προβιοτικά και πρεβιοτικά:** Κατανάλωσε τροφές όπως κεφίρ, γιαούρτι και ξινολάχανο.

**Πειραματίσου με διαφορετικά δημητριακά:** Αντί για λευκό ρύζι, δοκίμασε καστανό ή κινόα.

**Προσάρμοσε τις συνήθειες σου σταδιακά:** Αντικατάστησε ένα μόνο επεξεργασμένο τρόφιμο κάθε εβδομάδα με κάτι θρεπτικό. Η αργή προσαρμογή είναι πιο βιώσιμη και αποδίδει μακροπρόθεσμα.

### ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΟΥ

Σε αυτό το άρθρο σου εξήγησα πώς οι υδατάνθρακες επηρεάζουν τη φλεγμονή στο έντερο. Οι επιλογές σου έχουν τεράστια σημασία – μικρές αλλαγές, όπως η ενσωμάτωση φυτικών ινών ή η αποφυγή ζάχαρης, μπορούν να κάνουν μεγάλη διαφορά.

Ξεκίνα σήμερα να φροντίζεις το έντερό σου. Το αποτέλεσμα δε θα είναι μόνο ένα υγιέστερο σώμα αλλά και μια βελτιωμένη ποιότητα ζωής. Το έντερό σου είναι ο πυλώνας της υγείας σου – φρόντισέ το και αυτό θα σου το ανταποδώσει!

[www.mednutrition.gr/portal/yegeia/pathiseis-peptikoy/18253-pos-oi-ydatanthrakes-epireazoun-ti-flegmoni-sto-entero](http://www.mednutrition.gr/portal/yegeia/pathiseis-peptikoy/18253-pos-oi-ydatanthrakes-epireazoun-ti-flegmoni-sto-entero)

## Jean Coustu

Η ιδιοκτήτρια φαρμακοποιός  
Κατερίνα Καραϊνδρος σας περιμένει  
να σας εξυπηρετήσει



- Ανανέωση των συνταγών φαρμάκων και φαρμακευτική παρακολούθηση
- Φαρμακοποιός πάντα στην διάθεση σας
- Εχέμυθες φαρμακευτικές συμβουλές με η χωρίς ραντεβού
- Ορθοπεδικά είδη, βιταμίνες, καλλυντικά (Lise watier, Biotherma), κολώνιες
- Δωρεάν διανομή
- Μεταφορά του φακέλου σας από οποιοδήποτε άλλο φαρμακείο. Επίσης αλλάζετε υποκατάστημα Jean-Coutu χωρίς σκοτούρες. Ο φάκελος σας θα σας ακολουθήσει.

## ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

### ΑΠΟ ΝΟΣΟΚΟΜΑ

ΓΙΑ ΣΑΚΧΑΡΟ, ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ,  
ΠΙΕΣΗ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑ

ΤΡΙΤΗ: ΑΠΟ 9 Π.Μ. - 3 Μ.Μ.

ΑΝΟΙΚΤΑ 7 ΗΜΕΡΕΣ

ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ

9:00π.μ.-8:00 μ.μ.

4691 Samson blvd.  
(Corner 100th Ave)  
450 686-2347

Δωρεάν διανομή  
με τα φάρμακα  
και ότι άλλο  
χρειαζόσαστε  
από το φαρμακείο μόνο  
με ένα τηλέφωνο στο  
450-686-2347



# Κεμπέκ: Επιτάχυνση μεταλλευτικών έργων

## Ο François Legault πατάει γκάζι στις εξορύξεις

**Ο** πρωθυπουργός του Κεμπέκ, François Legault, βρίσκεται σε οικονομική αποστολή στη Γερμανία, επιχειρώντας να προωθήσει τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της επαρχίας του, εστιάζοντας στα κρίσιμα ορυκτά.

**Του Δημήτρη Ηλία**  
Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA  
dimitri@newsfirst.ca

Η αυξανόμενη αβεβαιότητα που προκαλείται από τους δασμούς του Donald Trump και οι ενδεχόμενες απώλειες θέσεων εργασίας, ωθούν τον Legault να επιταχύνει τις διαδικασίες για την εκμετάλλευση των φυσικών πόρων του Κεμπέκ.

### ΜΙΑ «ΧΡΥΣΗ ΕΥΚΑΙΡΙΑ» ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΞΟΡΥΚΤΙΚΟ ΤΟΜΕΑ

«Πρέπει να μειώσουμε τις καθυστερήσεις. Η διαδικασία απόκτησης αδειών, η γραφειοκρατία – όλα αυτά πρέπει να απλοποιηθούν. Είναι επείγον να δράσουμε!» δήλωσε τη Δευτέρα 31 Μαρτίου ο πρωθυπουργός.

Ο Legault χαρακτήρισε τη συγκυρία ως «χρυσή ευκαιρία» για την εξορυκτική βιομηχανία του Κεμπέκ, τονίζοντας ότι πολλές γερμανικές εταιρείες εξέφρασαν το ενδιαφέρον τους για τα κρίσιμα ορυκτά της περιοχής, τα οποία είναι απαραίτητα για την αμυντική βιομηχανία και την αυτοκινητοβιομηχανία.

«Πρέπει να παραδώσουμε τα έργα πιο γρήγορα», ανέφερε χαρακτηριστικά.

### Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΑΜΥΝΤΙΚΗ ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΕΜΠΕΚ

Με τις Ηνωμένες Πολιτείες να απειλούν να αποσυρθούν από το ΝΑΤΟ και τη Ρωσία να γίνεται όλο και πιο επιθετική, η Ευρωπαϊκή Ένωση ανακοίνωσε πρόσφατα την πρόθεσή της να επενδύσει το κολοσσιαίο ποσό των 800 δισεκατομμυρίων ευρώ (1,238 τρισεκατομμύρια канаδικά δολάρια) στην ενίσχυση της άμυνάς της.

Ο πρωθυπουργός του Κεμπέκ βλέπει σε αυτή την εξέλιξη μια σημαντική ευκαιρία για την επαρχία του, καθώς θα μπορούσε να κερδίσει συμβόλαια που σχετίζονται με την ευρωπαϊκή άμυνα.

«Βρισκόμαστε σε μια κατάσταση όπου μας επιτίθεται ο κύριος Trump. Θα χάσουμε θέσεις εργασίας. Ωστόσο, υπάρχει μια μεγάλη ευκαιρία να αναπτύξουμε και να μεταποιήσουμε κρίσιμα ορυκτά στο Κεμπέκ, δημιουργώντας ποιοτικές θέσεις εργασίας στις περιφέρειες της επαρχίας», σημείωσε ο Legault.

### ΕΠΙΤΑΧΥΝΣΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΩΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΑΠΟΦΥΓΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

Μία από τις βασικές προτάσεις του πρωθυπουργού είναι η επιτάχυνση των διαδικασιών αξιολόγησης από το Bureau

d'audiences publiques sur l'environnement (BAPE), δηλαδή το Γραφείο Δημόσιων Ακροάσεων για το Περιβάλλον, ώστε να μην αποτελούν εμπόδιο στην ανάπτυξη των μεταλλευτικών έργων.

Από την πλευρά του, ο επικεφαλής του Συντηρητικού Κόμματος του Καναδά, Pierre Poilievre, πρότεινε τη δημιουργία ενός «ενεργειακού διαδρόμου» που θα επιτάχυνε την έγκριση των βασικών υποδομών της χώρας.

Επιπλέον, νωρίτερα μέσα στο μήνα Μάρτιο, είχε προτείνει τη θέσπιση «καναδικών ζωνών έτοιμων προς ανάπτυξη», όπου ορισμένες περιοχές θα θεωρούνταν εκ των προτέρων εγκεκριμένες για έργα όπως μεταλλεία, κέντρα δεδομένων, εργοστάσια ηλεκτρικής ενέργειας και εγκαταστάσεις υδροποιημένου φυσικού αερίου (GNL).

Ο Legault, αν και υποστηρίζει την επιτάχυνση των διαδικασιών, δεν είναι διατεθειμένος να υιοθετήσει το μοντέλο του Poilievre.

«Κάθε έργο πρέπει να εξετάζεται ξεχωριστά. Πρέπει να μελετώνται οι περιβαλλοντικές επιπτώσεις, η κοινωνική αποδοχή και η ασφάλεια των εργαζομένων. Δεν μπορούμε να παρακάμψουμε πλήρως τις μελέτες για κάθε έργο, αλλά πρέπει να τις ολοκληρώνουμε πολύ πιο γρήγορα και να σταματήσουμε τις επικαλυπτόμενες διαδικασίες. Η ομοσπονδιακή κυβέρνηση

πρέπει να αποχωρήσει από αυτό το πεδίο», δήλωσε χαρακτηριστικά.

### ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΑΠΟ ΤΗ ΓΕΡΜΑΝΙΑ

Ο Legault αναμένονταν να επιστρέψει από τη Γερμανία στις 2 Απριλίου, την ίδια ημέρα που ο πρόεδρος των Ηνωμένων Πολιτειών επρόκειτο να επιβάλει ένα νέο κύμα δασμών.

Πρόκειται για την πρώτη του αποστολή στη Γερμανία, αν και έχει επισκεφθεί επανειλημμένα τη Γαλλία και δεν αποκλείει μια ακόμη επίσκεψη στο μέλλον.

Η Γερμανία αποτελεί το σημαντικότερο εμπορικό εταίρο του Κεμπέκ στην Ευρώπη, με την επαρχία να εξαγει αγαθά αξίας 1,6 δισεκατομμυρίων δολαρίων το 2024.

Η επίσπευση των μεταλλευτικών έργων θα μπορούσε να έχει σημαντικές οικονομικές επιπτώσεις για το Κεμπέκ, ενισχύοντας τις επενδύσεις και δημιουργώντας νέες θέσεις εργασίας, σε μια περίοδο αβεβαιότητας λόγω των αμερικανικών πολιτικών προστατευτισμού.

Ωστόσο, παραμένει ανοιχτό το ερώτημα, αν η ισορροπία μεταξύ ανάπτυξης και περιβαλλοντικής προστασίας θα διατηρηθεί, καθώς η κυβέρνηση Legault καλείται να επιταχύνει τις διαδικασίες χωρίς να παραμελήσει τις ανησυχίες των τοπικών κοινωνιών και των περιβαλλοντικών οργανώσεων.

**PANIER DU FERMIER**

**BASKET OF Fruits and Vegetables**

16 to 20 VARIETIES

**(514) 244-9885**  
3151-B boul. DAGENAI'S OUEST  
(near Curé-Labelle) Laval, Québec H7P 1T8  
[panierdufermier.ca](http://panierdufermier.ca)  
[panierdufermier@gmail.com](mailto:panierdufermier@gmail.com)  
@PANIERDUFERMIER

Our weekly customers **save up to \$1,700 per year**

A value of \$70+ at the supermarket **You pay only \$40**

**ΓΛΙΤΩΣΤΕ \$1700 ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΤΑ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΕΛΑΤΕ ΤΗΝ ΠΕΜΠΤΗ ΝΑ ΠΑΡΑΛΑΒΕΤΕ ΤΟ ΚΟΥΤΙ ΣΑΣ 10 ΤΟ ΠΡΩΪ ΩΣ 7 ΤΟ ΒΡΑΔΥ ΜΕ 16 ΩΣ 20 ΕΙΔΗ ΜΟΝΟ \$40**

**3151-B boul. Dagenais Ouest**



ΕΛΛΑΔΑ ► ΠΟΛΙΤΙΚΗ

# Η Κυβέρνηση «κλείνει» το μάτι στο παραδοσιακό κοινό

Στη συνεδρίαση της Παρασκευής 4/4 στρέφεται η προσοχή τής Κοινοβουλευτικής Ομάδας του κόμματος

**Βουλευτές της Νέας Δημοκρατίας επιμένουν για την ανάγκη επανασύνδεσης με ένα παραδοσιακό ακροατήριο και θέτουν ξανά θέμα επιστροφής στις... ρίζες του κόμματος.**

Με τα «γαλάζια» ποσοστά να μην επανακάμπουν στις δημοσκοπήσεις και τα κόμματα στα δεξιά της Ν.Δ. να εμφανίζουν ποσοστά από 18% έως 20% στην εκτίμηση ψήφου, βουλευτές ζητούν να ενταθεί το... φλερτ προς παραδοσιακούς ψηφοφόρους, που ωστόσο στην πορεία έχουν απομακρυνθεί.

Στην κυβέρνηση αναζητούν αντίδοτο στην εσωστρέφεια, μετά από τα όσα έγιναν τις τελευταίες ημέρες με δύο υπουργούς (Β. Κικίλια και Αδ. Γεωργιάδη) και 17 βουλευτές να θέτουν θέμα αυξήσεων για τα σώματα ασφαλείας (όπως έγινε με τα στελέχη των ενόπλων δυνάμεων). Το γεγονός αυτό προκάλεσε έντονη δυσαρέσκεια στο Μαξίμου, με δεδομένο πως πρόκειται

για ένα θέμα που άνοιξε αιφνιδιαστικά και μάλιστα σε μια χρονική συγκυρία που η κυβέρνηση ήθελε να βρει βηματισμό μετά από μια δύσκολη περίοδο.

Η προσοχή τώρα στρέφεται στη συνεδρίαση της Κοινοβουλευτικής Ομάδας της Νέας Δημοκρατίας την Παρασκευή 4 Απριλίου (για τη θέση του γραμματέα της Κοινοβουλευτικής Ομάδας ο Κυριάκος Μητσοτάκης έχει προτείνει τον Απόστολο Βεσυρόπουλο). Το βασικό σενάριο είναι πως η ψηφοφορία θα γίνει διά βοής (με το επιχείρημα πως υπάρχει μόνο ένας υποψήφιος), ωστόσο μένει να φανεί αν κάποιοι βουλευτές θα θέσουν θέμα για εκλογή με κάλπη.

Σύμφωνα με πληροφορίες, στην πρόσκληση που έχει αποσταλεί σημειώνεται πως αποκλειστικό θέμα είναι η εκλογή γραμματέα της Κ.Ο. και θα έχει ενδιαφέρον τι θα γίνει αν βουλευτές επιλέξουν να ζητήσουν τελικά το λόγο. Πάντως ένα

ενδεχόμενο είναι να γίνει μια πιο αναλυτική συζήτηση το επόμενο διάστημα, για παράδειγμα σε συνεδρίαση της Πολιτικής Επιτροπής του κόμματος.

Υπενθυμίζεται πως στη συνεδρίαση της Κοινοβουλευτικής Ομάδας που είχε γίνει μετά τις ευρωεκλογές, βουλευτές είχαν πάρει το λόγο, ζητώντας μεταξύ άλλων επιστροφή στις ρίζες. Μάλιστα υπάρχουν «γαλάζιοι» που στέλνουν εκ νέου ανάλογα μηνύματα, εστιάζοντας στην ανάγκη σύνδεσης και με ένα παραδοσιακό ακροατήριο του κόμματος.

«Υπάρχει πρόβλημα με το παραδοσιακό ακροατήριο, το έχω πει και δημοσίως το ξαναλέω και πάλι, σαφέστατα και υπάρχει. Γίνανε λάθος επιλογές, πολύ λάθος επιλογές και έχουμε τεράστιο πρόβλημα. Ότι για πρώτη φορά δεξιότερά μας έχουμε τρία κόμματα και κάτι ψιλά, τα οποία αθροίζουν περίπου στο 20% δεν έχει ξαναγίνει ιστορικά» σημείωσε ο **Θόδωρος Καραόγλου**.

Λίγες ημέρες νωρίτερα, ο **Ευρυπίδης Στυλιανίδης** είχε επισημάνει πως «η προσπάθεια όλων στη Ν.Δ. θα πρέπει να είναι να είμαστε μια γροθιά. Όταν έχεις διαγράψει έναν πρωθυπουργό και ακολουθείς κάποιες επιμέρους πολιτικές, οι οποίες είναι κόντρα στον βασικό αξιακό κώδικα της παράταξης. Το βλέπετε εσείς αυτό καλό; Εγώ δεν το βλέπω καλό. Εγώ έχω γεννηθεί στη Ν.Δ. και θέλω όλοι να είναι μαζί».

Να σημειωθεί πως υπήρξε την προηγούμενη εβδομάδα ερώτηση έντεκα βουλευτών – μεταξύ των οποίων ήταν ο Ευρ. Στυλιανίδης και ο Θ. Καραόγλου – για «εκτίναξη επιθετικών αγορών ακινήτων και επιχειρήσεων στις ακριτικές περιοχές από τουρκικά κεφάλαια που εμφανίζονται με τη μορφή ελληνικών ή ευρωπαϊκών επιχειρήσεων». Μάλιστα, βουλευτές του κυβερνώντος κόμματος έχουν καταστήσει σαφές, πως θα επιμείνουν στην ανάδειξη

συγκεκριμένων θεμάτων και σύμφωνα με πληροφορίες ετοιμάζονται και άλλες τέτοιες κινήσεις (είχαν άλλωστε προηγηθεί ομαδικές ερωτήσεις και το φθινόπωρο).

## ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΤΙΣ ΡΙΖΕΣ

Με μια σειρά κινήσεων, οι «γαλάζιοι» θέλουν να μιλήσουν σε ένα κοινό που στο παρελθόν είχε ψηφίσει Νέα Δημοκρατία αλλά τώρα κοιτά προς κόμματα στα δεξιά της ή σκέφτεται την αποχή. Έμφαση δίνεται σε θέματα που ενδιαφέρουν το συγκεκριμένο ακροατήριο, παράλληλα βέβαια με τις κινήσεις στο πεδίο της οικονομίας.

Να σημειωθεί πως την Τετάρτη 2 Απριλίου ο πρωθυπουργός στη Βουλή παρουσίασε το αμυντικό δόγμα της χώρας για την επόμενη 12ετία και εξέπεμψε το μήνυμα πως οι Ένοπλες Δυνάμεις και η Άμυνα της χώρας περνούν στη νέα εποχή. Παράλληλα ψηλά στην ατζέντα της κυβέρνησης είναι θέματα, όπως το μεταναστευτικό.

Στο μεταξύ, με διάταξη που προωθεί το υπουργείο Δικαιοσύνης, δε θα μπορούν τα ομόφυλα ζευγάρια ανδρών ή οι μοναχικοί άνδρες να αποκοτούν παιδί μέσω παρένθετης μητρότητας. Όπως επισημάνθηκε, η νομοθεσία αν και δεν προβλέπει τη δυνατότητα τα ομόφυλα ζευγάρια να υιοθετούν μέσω παρένθετης μητέρας, παρ' όλα αυτά, υπήρξαν δικαστήρια που εξέδωσαν αντίθετες αποφάσεις επί του θέματος αυτού.

Υπενθυμίζεται πως πριν από περίπου ένα χρόνο είχε ψηφιστεί νομοσχέδιο για το γάμο των ομόφυλων ζευγαριών, το οποίο 20 βουλευτές της Ν.Δ. είχαν καταψηφίσει ενώ υπήρξαν και 31 αποχές. Μάλιστα, τότε είχε ξεκινήσει να ακούγονται εντονότερα «γαλάζιοι» που ζητούσαν να υπάρξει στενότερη προσέγγιση με ένα παραδοσιακό κοινό του κόμματος.

**Κατερίνα Κοκκαλιάρη**

© ΕΘΝΟΣ



## Ο σταθμός της ζωής σας!

**55 χρόνια έγκυρη και υπεύθυνη ενημέρωση**

- Τελευταίες ειδήσεις και έκτακτη επικαιρότητα...
- Ενδιαφέρουσες συνεντεύξεις με εκλεκτούς φιλοξενούμενους...
- Ποιοτική μουσική...

**Κάθε Σάββατο 9:00 π.μ. - 2:00 μ.μ.**

Με μία έμπειρη ομάδα συνεργατών, υπό τη διεύθυνση και τον συντονισμό του Μιχάλη Τελλίδη



**ΧΟΝΔΡΙΚΗ ΚΑΙ ΛΙΑΝΙΚΗ ΠΩΛΗΣΗ**  
• ΤΙΜΕΣ ΑΣΥΝΑΓΩΝΙΣΤΕΣ •

**Είδη για γάμους και βαπτίσεις από το Α ως το Ω**

- Εκκλησιαστικά και Θρησκευτικά είδη
- Μπομπονιέρες και είδη δώρων σε αποκλειστικότητα



**937 rue Saint-Roch  
Montréal, Qc.  
Tel. (514) 274-4907**

**4901 Notre Dame  
Laval, Qc.  
Tel. (450) 902-0142**



# Τα Καναδικά «Χιονοπούλια» επαναξιολογούν τις διακοπές τους στις ΗΠΑ

**Οι Καναδοί συνταξιούχοι, «Χιονοπούλια» όπως αποκαλούνται χαϊδευτικά, που παραδοσιακά περνούν τους χειμερινούς μήνες σε ηλιόλουστες πολιτείες των ΗΠΑ, όπως η Φλόριντα και η Αριζόνα, επανεξετάζουν την επιλογή τους να διατηρούν δεύτερη κατοικία στη γειτονική χώρα.**

**Του Δημήτρη Ηλία**

Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA  
dimitri@newsfirst.ca

Η αυξανόμενη ένταση μεταξύ Καναδά και Ηνωμένων Πολιτειών, λόγω εμπορικών διενέξεων, έχει οδηγήσει πολλούς να αναρωτιούνται αν η συνέχιση των διακοπών τους στο νότο εξακολουθεί να είναι βιώσιμη επιλογή.

## ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

Η εμπορική διαμάχη μεταξύ των δύο χωρών έχει οξυνθεί, μετά την ανακοίνωση του Αμερικανού Προέδρου, Ντόναλντ Τραμπ, για επιπλέον δασμούς.

Ο Καναδός Πρωθυπουργός, Μαρκ Κάρνι, χαρακτήρισε την κίνηση αυτή ως «άμεση επίθεση» και ανακοίνωσε αντίποινα, επιβάλλοντας δασμούς σε αμερικανικά προϊόντα. Αυτή η ανταλλαγή οικονομικών μέτρων έχει επηρεάσει άμεσα την καταναλωτική συμπεριφορά των Καναδών, οι

οποίο πλέον αποφεύγουν τα αμερικανικά προϊόντα και περιορίζουν τα ταξίδια τους στις ΗΠΑ.

Οι επιπτώσεις αυτής της έντασης είναι ήδη εμφανείς στον τουρισμό. Σύμφωνα με τη Στατιστική Υπηρεσία του Καναδά, οι αεροπορικές μετακινήσεις προς τις Ηνωμένες Πολιτείες μειώθηκαν κατά 13% το Φεβρουάριο, ενώ τα ταξίδια οδικώς σημείωσαν πτώση 23% σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος. Επιπλέον, σύμφωνα με την ταξιδιωτική εταιρεία OAG, οι κρατήσεις πτήσεων από τον Καναδά προς τις ΗΠΑ έχουν μειωθεί κατά 70% για την περίοδο Μαρτίου – Σεπτεμβρίου.

## Η ΚΡΙΣΗ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Η πτώση του ενδιαφέροντος των Καναδών για παρατεταμένες διαμονές στις ΗΠΑ, έχει ήδη αντίκτυπο στην αγορά ακινήτων.

Σύμφωνα με την Ένωση Αμερικανών Μεσιτών, οι Καναδοί ήταν οι κορυφαίοι ξένοι αγοραστές ακινήτων στις ΗΠΑ το 2024, αντιπροσωπεύοντας το 13% των συνολικών αγορών, κυρίως στη Φλόριντα και την Αριζόνα. Ωστόσο, οι μεσίτες σε αυτές τις περιοχές αναφέρουν αυξανόμενες κλήσεις από Καναδούς που επιθυμούν να πουλήσουν τα σπίτια τους.

Η οικονομική αβεβαιότητα έχει επίσης παίξει ρόλο. Η υποτίμηση του καναδικού

δολαρίου σε σχέση με το αμερικανικό, το οποίο έχει φτάσει στα χαμηλότερα επίπεδα από το 2003, καθιστά τις διακοπές στις ΗΠΑ πιο ακριβές. Για κάποιους, η πώληση της περιουσίας τους στην Αμερική και η μετατροπή των εσόδων σε καναδικά δολάρια, φαίνεται να είναι μια ελκυστική επιλογή.

Η Φλόριντα, όπου χιλιάδες Καναδοί περνούν τους χειμώνας τους, ήδη βιώνει πτώση στη ζήτηση ενοικιαζόμενων κατοικιών. Τοπικοί μεσίτες αναφέρουν ότι η αγορά έχει «παγώσει», με ορισμένους ιδιοκτήτες να πουλούν τα ακίνητά τους ακόμη και με ζημία, ώστε να απαλλαγούν από το βάρος των υψηλών ασφαλιστικών εξόδων και του κόστους συντήρησης.

## ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΗΠΑ

Η μείωση των ταξιδιών από τον Καναδά θα μπορούσε να έχει σοβαρό αντίκτυπο στην αμερικανική οικονομία, ιδιαίτερα στον τομέα του τουρισμού.

Ο Καναδάς είναι η κορυφαία πηγή διεθνών επισκεπτών στις Ηνωμένες Πολιτείες και μια πιθανή μείωση 10% στις αφίξεις Καναδών τουριστών θα μπορούσε να προκαλέσει απώλειες ύψους 2,1 δισεκατομμυρίων δολαρίων και να οδηγήσει σε απώλεια 14.000 θέσεων εργασίας.

Ταυτόχρονα, η αγορά ακινήτων στις τουριστικές πολιτείες θα μπορούσε να πληγεί

ακόμα περισσότερο, καθώς η προσφορά κατοικιών αυξάνεται ενώ η ζήτηση μειώνεται. Ήδη, η Φλόριντα αντιμετωπίζει δυσκολίες με τις ασφαλιστικές εταιρείες, που αυξάνουν τις τιμές λόγω του αυξημένου κινδύνου καταστροφών που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή.

## ΤΙ ΕΠΙΦΥΛΑΣΣΕΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ;

Αν και η κατάσταση παραμένει ρευστή, η πιθανότητα τα Καναδικά «χιονοπούλια» να στραφούν προς εναλλακτικούς προορισμούς, όπως το Μεξικό ή η Καραϊβική, γίνεται όλο και πιο πιθανή. Η οικονομική και πολιτική αβεβαιότητα καθιστά δύσκολο για πολλούς να προγραμματίσουν το μέλλον τους στις ΗΠΑ, και αν η εμπορική σύγκρουση συνεχιστεί, η τάση αυτή θα μπορούσε να μετατραπεί σε μόνιμη αλλαγή.

Με τις δύο χώρες να βρίσκονται σε εμπορική διαμάχη και την αμερικανική κυβέρνηση να προχωρά σε προστατευτικά μέτρα που πλήττουν τον Καναδά, οι Καναδοί εξετάζουν πιο προσεκτικά πού επενδύουν τα χρήματά τους και πού επιλέγουν να περνούν τους χειμώνας τους.

Εάν οι τρέχουσες τάσεις συνεχιστούν, η εικόνα των χιλιάδων Καναδών συνταξιούχων που απολαμβάνουν τον ήλιο της Φλόριντα μπορεί σύντομα να ανήκει στο παρελθόν.

## FOR SALE

**Laval:** Beautiful ground floor condo, open concept with private entrance and garage. Offering 1 huge master, 1 bath with shower and tub, possibility of second bedroom. Rented semi-furnished with fridge, stove, dishwasher, washer, dryer. Close to highways and schools.

**Montréal:** Large duplex situated in excellent location. Offering 3+1 bedrooms 2 baths, kitchen and separate dining area. Possibility of intergenerational. Double garage. Quick occupancy.

**Montréal:** 4 ½ available for April 1st, and 5 ½ available for May 1st, with all appliances included. Many renovations are being done, to be completed soon. Please call me for more info.

**Laval:** Cottage for rent, situated in a nice quiet area. Offering 3 bedrooms, 1 1/2 baths. Inground pool, exterior parking. \*Occupancy May 10, 2025\* Call me for more details.

**Laval:** Large bright unit situated close to all amenities and steps away from shopping, coffee shops and metro Montmorency. Ideal for professionals or couples looking to relax in the heart of everything. Open concept, living room, kitchen, oak floors, and freshly painted. Inclusions in unit: fridge, stove, microwave washer and dryer balcony with space for barbecue and one car parking. Close to all highways. Call me for an appointment. Please allow 24 to 48 hours for all visits.

NEW LISTING

NEW LISTING



**VOULA KOTTARIDIS**  
**(514) 993-5010**  
**AGENTVK@GMAIL.COM**

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS



**ROYAL LEPAGE**

HUMANIA CENTRE

AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121

# ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ ΤΑ ΠΑΡΑΞΕΝΑ

## ΗΠΑ: Το εκκεντρικό κτίριο που έχει σχήμα... γιγαντιαίου καλαθιού!



Ένα από τα πιο παράξενα κτίρια στον κόσμο βρίσκεται στις ΗΠΑ. Το επτάωρο κτίριο έχει το σχήμα ενός γιγαντιαίου καλαθιού πικνίκ, αποτελώντας εξαιρετικό δείγμα της νεωτερικότητας αρχιτεκτονικής.

Είναι χτισμένο στο Νιούαρκ του Οχάιο και αποτελούσε την έδρα της εταιρείας Longaberger, η οποία ειδικευόταν στην κατασκευή χειροποίητων ξύλινων καλαθιών. Το κτίριο ολοκληρώθηκε το 1997, ενώ το κόστος του ανήλθε περίπου στα 30 εκατομμύρια δολάρια.

Η ιδέα για τον εκκεντρικό σχεδιασμό του κτιρίου ανήκε στον ιδρυτή της εταιρείας, Dave Longaberger, ο οποίος ήθελε να μετατρέψει τα κεντρικά γραφεία της εταιρείας σε ακριβές αντίγραφο ενός καλαθιού.

Έτσι, το κτίριο σχεδιάστηκε ώστε να μοιάζει με το δημοφιλές προϊόν της εταιρείας, δηλαδή, το «medium market

basket», αλλά 160 φορές μεγαλύτερο σε μέγεθος. Όμως, δύο χρόνια αργότερα, ο ιδρυτής της εταιρείας έφυγε από τη ζωή.

Εκτός από τα γραφεία των υπαλλήλων, το κτίριο περιλαμβάνει αίθουσες συνεδριάσεων, υπόγειους χώρους parking, γυμναστήριο, ιατρικές εγκαταστάσεις, καφετέρια και εστιατόριο. Αξιοσημείωτο είναι δε το γεγονός, ότι οι δύο τεράστιες λαβές στην κορυφή του κτιρίου, βάρους 150 τόνων, θερμαίνονται το χειμώνα για να λιώνει το χιόνι.

Μέχρι το τέλος του 2000, το προσωπικό της εταιρείας ξεπερνούσε τους 8.000 υπαλλήλους, ενώ τα έσοδα της έφθαναν το 1 δισεκατομμύριο δολάρια.

Μετά, όμως, από λίγα χρόνια, οι πωλήσεις έπεσαν κακόρυφα και η εταιρεία αντιμετώπισε τεράστια οικονομικά προβλήματα. Ένα βήμα πριν την πτώχευση, η εταιρεία αναγκάστηκε το 2015 να το διαθέσει προς πώληση.

Το κτίριο είχε μετατραπεί σε σήμα κατετεθέν της πολιτείας των ΗΠΑ και οι κάτοικοι της περιοχής το αγαπούσαν ιδιαίτερα, ωστόσο, το 2016 εγκαταλείφθηκε. Τελικά, το Δεκέμβριο του 2017 το παράξενο κτίριο πέρασε στα χέρια του Steve Coon, ενός προγραμματιστή από το Οχάιο και του συνεργάτη του, Bobby George από το Κλίβελαντ, έναντι 1,2 εκατομμυρίων δολαρίων – συν τους φόρους που όφειλε η εταιρεία που έφθαναν τα 800.000 δολάρια – παρ' όλο που η αρχική τιμή πώλησης ήταν στα 75 εκατομμύρια δολάρια.

Στο μεταξύ, τα ηνία της εταιρείας είχαν αναλάβει οι δύο κόρες του Dave, Tami και Rachel, ωστόσο, χωρίς την παρουσία του χαρισματικού ιδρυτή, και σε συνδυασμό με την οικονομική ύφεση, η εταιρεία σταμάτησε τη λειτουργία της στις 4 Μαΐου 2018. Μετά από ένα μήνα, η εταιρεία υπέβαλλε αίτηση πτώχευσης.

Το Νοέμβριο του 2018, οι νέοι ιδιοκτήτες αποφάσισαν να πουλήσουν το κτίριο, χωρίς καμιά επιτυχία. Το 2019, ο Coon επεδίωξε να μετατρέψει το κτίριο σε πολυτελές ξενοδοχείο, όμως, με τον ερχομό της πανδημίας τα σχέδια του ναυάγησαν. Έτσι, την ίδια χρονιά, ο ίδιος ξεκίνησε και τις διαδικασίες ώστε το κτίριο να χαρακτηριστεί διατηρητέο και να ενταχθεί στο Εθνικό Αρχείο Ιστορικών Τόπων των ΗΠΑ.

Στις 20 Οκτωβρίου 2019, ο οργανισμός διατήρησης ιστορικών μνημείων της πολιτείας (Heritage Ohio) πρόσφερε τη δυνατότητα στο κοινό να επισκεφθεί το κτίριο και να ξεναγηθεί στους χώρους του, για πρώτη φορά από το 2016 που παρέμενε κλειστό. Μέχρι σήμερα το κτίριο παραμένει αναξιοποίητο, ωστόσο, συνεχίζει να κεντρίζει τα βλέμματα των περαστικών για τον ιδιαίτερο σχεδιασμό του.



## Το blobfish αναδεικνύεται Ψάρι της Χρονιάς ως το «πιο άσχημο ζώο του κόσμου»

Το blobfish, το οποίο έχει χαρακτηριστεί ως το πιο άσχημο ζώο του κόσμου λόγω της μοναδικής εμφάνισής του, έκανε μια εντυπωσιακή επιστροφή στα μέσα Μαρτίου, κατακτώντας τον τίτλο του ψαριού της χρονιάς στη Νέα Ζηλανδία.

Ο ετήσιος διαγωνισμός, που οργανώνεται από την περιβαλλοντική ομάδα Mountain to Sea Conservation Trust, σκοπεύει στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τη θαλάσσια ζωή της Νέας Ζηλανδίας.

Το blobfish κέρδισε φέτος τη διάκριση συγκεντρώνοντας σχεδόν 1.300 ψήφους από τις 5.500 συνολικά που καταμετρήθηκαν. Αυτή η νίκη είναι ιδιαίτερα σημαντική για το blobfish, το οποίο έγινε γνωστό όταν έγινε η μασκόντ της Εταιρείας Διατήρησης Άσχημων Ζώων το 2013.

Το blobfish ζει στα βάθη της θάλασσας, φτάνοντας τα 30 εκατοστά σε μή-

κος και βρίσκεται κυρίως κοντά στις ακτές της Αυστραλίας, σε βάθη 600-1.200 μέτρων.

Αν και το blobfish είναι γνωστό για την παραμορφωμένη εμφάνισή του, στην πραγματικότητα, στο φυσικό του περιβάλλον στο βυθό της θάλασσας μοιάζει με ένα κανονικό ψάρι, με τη σιλουέτα του να διατηρείται σταθερή λόγω της υψηλής πίεσης του νερού.

Όταν όμως ανέβει στην επιφάνεια, το σώμα του παραμορφώνεται και αποκτά τη γλοιώδη του μορφή, η οποία το καθιστά γνωστό ως ένα από τα πιο άσχημα πλάσματα στον κόσμο.

### ΠΟΙΟ ΨΑΡΙ ΚΑΤΕΧΕΙ ΤΗ ΔΕΥΤΕΡΗ ΘΕΣΗ

Στη δεύτερη θέση του διαγωνισμού βρέθηκε το πορτοκαλί roughy [φωτ. δεξιά], ένα ψάρι της οικογένειας των γλοιωδών, το οποίο διακρίνεται για τα βλε-

νογόνα κανάλια στο κεφάλι του.

«Μια μάχη μεταξύ δύο παράξενων θαλάσσιων πλασμάτων του βυθού, με την ασυνήθιστη ομορφιά του blobfish να εντυπωσιάζει τους ψηφοφόρους», δήλωσε η Κιμ Τζούντ, συνδιευθύντρια της οργάνωσης Mountain to Sea Conservation Trust.

Το roughy φαινόταν να προηγείται, αλλά οι παρουσιαστές τοπικών ραδιοφωνικών σταθμών ξεκίνησαν εκστρατεία υπέρ του blobfish.

«Υπάρχει ένα ανερχόμενο ψάρι, χρειάζεται την ψήφο σας», προέτρεπαν τους ακροατές τους η Σάρα Γκάντι και ο Πολ Φλιν, οικοδεσπότες του ραδιοφωνικού δικτύου More FM. «Το blobfish πρέπει να κερδίσει».

Με την ανακοίνωση της νίκης, οι ραδιοφωνικοί παραγωγοί εκφράστηκαν με ενθουσιασμό για το blobfish.

«Το blobfish καθόταν υπομονετικά στον πυθμένα του ωκεανού, με το στόμα ανοιχτό, περιμένοντας το επόμενο μαλάκιο να περάσει για να φάει», ανέφεραν. «Ήρθε η ώρα να σταματήσουμε την υποτίμηση και να δώσουμε στο blobfish τη στιγμή του στον ήλιο!».

Εκτός από μαλάκια, το blobfish καταναλώνει επίσης καβούρια, αστακούς και αχινούς. Αντί για σκελετό και λέπια, το blobfish έχει μαλακό σώμα και πλαδαρό δέρμα.



Είμαστε η μοναδική Ελληνική εταιρεία παρακολούθησης συστημάτων συναγερμού στον Καναδά!

Διαθέτουμε 6 ιδιόκτητα κέντρα Υψηλής τεχνολογίας

Halifax • Quebec • Montreal  
Ottawa • Toronto • Vancouver

HEAD OFFICE

5200 Charleroi Montreal-North, H1G 3A1



40 Χρόνια πείρα στην παρακολούθηση συστημάτων συναγερμού σ'όλον τον Καναδά

40 YEARS ANS

www.lanvac.com

LANVAC SURVEILLANCE

INCORPORATED  
BURGLARY  
FIRE  
FINANCIAL  
Shared Certificate Listing

# Φον ντερ Λάιεν: «Η Ευρώπη έχει όλα όσα χρειάζεται για να ξεπεράσει την καταιγίδα»

Από τη Σαμαρκάνδη του Ουζμπεκιστάν, όπου κάνει επίσημη επίσκεψη, η πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Ούρσουλα φον ντερ Λάιεν, έκανε δι-άγγελμα για τους τελωνειακούς δασμούς που ανακοίνωσε την Τετάρτη 2 Απριλίου ο αμερικανός πρόεδρος Ντόναλντ Τραμπ, προειδοποιώντας σε δραματικό τόνο για τις συνέπειες που θα έχουν στην παγκόσμια οικονομία, στους καταναλωτές και στις επιχειρήσεις.

Για την κυρία φον ντερ Λάιεν, «η ανακοίνωση του προέδρου Τραμπ για καθολικούς δασμούς σε ολόκληρο τον κόσμο, συμπεριλαμβανομένης της ΕΕ, αποτελεί σημαντικό πλήγμα για την παγκόσμια οικονομία. Λυπάμαι βαθύτατα για την επιλογή αυτή. Ας είμαστε ξεκάθαροι όσον αφορά τις τεράστιες συνέπειες. Η παγκόσμια οικονομία θα υποφέρει πάρα πολύ. Η αβεβαιότητα θα διογκωθεί και θα πυροδοτήσει άνοδο περαιτέρω προστατευτισμού. Οι συνέπειες θα είναι τρομερές για εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο. Επίσης, για τις πιο ευάλωτες χώρες, οι οποίες υπόκεινται τώρα σε μερικούς από τους υψηλότερους δασμούς των ΗΠΑ».

Η πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής μίλησε για τις συνέπειες στην καθημερινότητα των καταναλωτών, ιδίως στις αγορές τους, στα φάρμακα, στις μεταφορές. «Οι δασμοί θα πλήξουν τους καταναλωτές σε όλο τον κόσμο. Αυτό θα γίνει άμεσα αισθητό. Εκατομμύρια πολίτες θα βρεθούν αντιμέτωποι με υψηλότερους λογαριασμούς στα καταστήματα όπου προμηθεύονται αγαθά. Τα φάρμακα θα κοστίζουν

περισσότερο, όπως και οι μεταφορές. Ο πληθωρισμός θα αυξηθεί».

«Όλες οι επιχειρήσεις -μικρές και μεγάλες- θα υποφέρουν από την πρώτη μέρα. Από τη μεγαλύτερη αβεβαιότητα μέχρι τη διαταραχή των αλυσίδων εφοδιασμού και την επαχθή γραφειοκρατία. Το κόστος της επιχειρηματικής δραστηριότητας που αφορά την αγορά των ΗΠΑ θα αυξηθεί δραστηρικά».

Η πρόεδρος της Κομισιόν μίλησε για «χάος», για «αταξία», σημειώνοντας πως παρότι συμφωνεί με τον πρόεδρο Τραμπ για τον αθέμιτο ανταγωνισμό, οι δασμοί δεν είναι η απάντηση. «Δε φαίνεται να υπάρχει καμία τάξη στην αταξία. Δεν υπάρχει σαφής πορεία μέσα από την πολυπλοκότητα και το χάος που δημιουργείται, καθώς πλήττονται όλοι οι εμπορικοί εταίροι των ΗΠΑ», είπε χαρακτηριστικά.

«Συμφωνώ με τον πρόεδρο Τραμπ, ότι άλλοι εκμεταλλεύονται αθέμιτα τους ισχύοντες κανόνες. Και είμαι έτοιμη να στηρίξω κάθε προσπάθεια για να καταστεί το παγκόσμιο εμπορικό σύστημα πιο προσαρμοσμένο στις πραγματικότητες της παγκόσμιας οικονομίας. Αλλά θέλω επίσης να είμαι σαφής: Το να καταφύγετε σε δασμούς ως το πρώτο και τελευταίο εργαλείο σας, δε θα διορθώσει τα πράγματα», επέμεινε.

## ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΕΙΣ ΚΑΙ... ΑΝΤΑΠΟΔΟΣΗ ΔΑΣΜΩΝ

Η πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής επισήμανε ότι θα συνεχιστούν οι διαπραγματεύσεις, ενώ ταυτόχρονα η Ευρώπη θα παρουσιάσει την ανταπόδοση. «Αυτός εί-

ναι ο λόγος για τον οποίο, από την αρχή, ήμασταν πάντα έτοιμοι να διαπραγματευτούμε με τις ΗΠΑ, ώστε να αρθούν όλα τα εναπομείναντα εμπόδια στο διατλαντικό εμπόριο. Ταυτόχρονα, είμαστε έτοιμοι να αντιδράσουμε. Ολοκληρώνουμε ήδη μια πρώτη δέσμη αντιμέτρων ως ανταπόδοση στους δασμούς στο χάλυβα. Και τώρα προετοιμαζόμαστε για περαιτέρω αντίμετρα, για να προστατεύσουμε τα συμφέροντα και τις επιχειρήσεις μας, εάν οι διαπραγματεύσεις αποτύχουν. Θα παρακολουθούμε επίσης στενά τις έμμεσες επιπτώσεις που θα μπορούσαν να έχουν αυτοί οι δασμοί, διότι δεν μπορούμε να απορροφήσουμε την παγκόσμια πλεονάζουσα παραγωγική ικανότητα, ούτε θα δεχθούμε ντάμπινγκ στην αγορά μας».

«Δεν είναι πολύ αργά για να αντιμετωπίσουμε τις ανησυχίες μέσω διαπραγματεύσεων. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ο Επίτροπος Εμπορίου μας, Μάρκος Σέφτσον, είναι μόνιμα απασχολημένος με τους ομολόγους του στις ΗΠΑ. Θα εργαστούμε για τη μείωση των εμποδίων, όχι για την αύξησή τους. Ας περάσουμε από την αντιπαράθεση στη διαπραγμάτευση», συμπλήρωσε.

Στη δήλωσή της, η Ούρσουλα φον ντερ Λάιεν απευθυνόμενη στους Ευρωπαίους πολίτες δήλωσε ότι «οι Ευρωπαίοι αισθάνονται απογοητευμένοι από τον παλαιότερο σύμμαχό μας», επισημαινώντας τη σημασία της ενότητας της Ευρώπης. «Ναι, πρέπει να προετοιμαστούμε για τον αντίκτυπο που αυτό θα έχει αναπόφευκτα. Η Ευρώπη έχει όλα όσα χρειάζεται για να ξεπεράσει αυτή την καταιγίδα».



Είμαστε μαζί σε αυτό. Αν τα βάζετε με έναν από εμάς, τα βάζετε με όλους μας. Γι' αυτό θα μείνουμε ενωμένοι και θα υπερασπιστούμε ο ένας τον άλλον. Η ενότητά μας είναι η δύναμή μας. Η Ευρώπη διαθέτει τη μεγαλύτερη ενιαία αγορά στον κόσμο -450 εκατομμύρια καταναλωτές- που αποτελεί το ασφαλές λιμάνι μας σε ταραγμένους καιρούς. Και η Ευρώπη θα σταθεί στο πλευρό εκείνων που επηρεάζονται άμεσα».

Μίλησε ακόμη για μέτρα που έχουν ανακοινωθεί αλλά και νέα το επόμενο διάστημα, αφού προηγήθει στρατηγικός διάλογος για να προστατευτούν βασικοί τομείς της αγοράς. «Έχουμε ήδη ανακοινώσει νέα μέτρα για τη στήριξη των τομέων του χάλυβα και των αυτοκινήτων. Την περασμένη εβδομάδα, περιορίσαμε την ποσότητα χάλυβα που μπορεί να εισαχθεί στην Ευρώπη χωρίς δασμούς. Αυτό θα δώσει μεγαλύτερη ανάσα σε αυτές τις στρατηγικές βιομηχανίες. Τώρα θα συγκαλέσουμε επίσης στρατηγικούς διαλόγους με τον τομέα του χάλυβα, της αυτοκινητοβιομηχανίας και του φαρμάκου. Και άλλοι θα ακολουθήσουν», εξήγησε.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ



## PROFESSIONAL AUTO BODY REPAIR & PAINTING

Insurance Work Accepted • All Work Guaranteed • Expert Color Matching  
Factory Genuine Parts • Import Car Specialists • Major & Minor Repairs



514 476-4565

1385, Boul. des Laurentides,  
Local 103 Vimont, Laval

A2 AUTO



## Οι συντηρητικοί εναποθέτουν τις ελπίδες τους στον υποψήφιο του Laval-Les Îles Κωνσταντίνο Μεράκο

Τοπικοί Συντηρητικοί και Grits συμφωνούν να διαφωνήσουν για τα πλεονεκτήματα του Poilievre και του Carney

**Του Martin C. Barry**  
marty@newsfirst.ca

Για απόλυτη αντίθεση, οι Συντηρητικοί και οι Φιλελεύθεροι του Laval δε θα μπορούσαν να απέχουν πολύ περισσότερο στο γεγονός, με τον τρόπο που βλέπουν τους αντίστοιχους ηγέτες τους και τους υποψήφιους πρωθυπουργούς.

### «ΟΙ ΙΔΙΟΙ ΠΑΛΙΟΙ ΦΙΛΕΛΕΥΘΕΡΟΙ», ΛΕΕΙ Ο ΓΕΡΟΥΣΙΑΣΤΗΣ

«Προσπαθούν να πείσουν τους ανθρώπους ότι ο κ. Carney αντιπροσωπεύει την αλλαγή – αλλά δεν ισχύει καθόλου – είναι το ίδιο Φιλελεύθερο κόμμα με τους ίδιους υπουργούς», δήλωσε ο γερουσιαστής των Συντηρητικών, Λεωνίδας Χουσιάκος, κατά τη διάρκεια ομιλίας του στην έναρξη της προεκλογικής εκστρατείας του Κωνσταντίνου Μεράκου, ως υποψήφιο του κόμματος στην περιοχή Laval-Les Îles.

Συγκρίνοντας την αλλαγή στην ηγεσία των Φιλελευθέρων, με έναν ελιγμό αντικατάστασης του οδηγού σε ένα ταξί, σημείωσε ότι οι πρώην υπουργοί του Trudeau, François-Philippe Champagne, Mélanie Joly και Steven Guilbeault είναι στο υπουργικό συμβούλιο του Carney.

«Μόλις άλλαξαν τον οδηγό της Uber. Είναι η ίδια κυβέρνηση, οι ίδιοι άνθρωποι που αποφασίζουν την κατεύθυνση της κυβέρνησης, το ίδιο πλήθος που πρόκειται να κρατήσει τον Καναδά στο ίδιο μέρος που ήταν τα τελευταία 10 χρόνια», δήλωσε ο Χουσιάκος.

### Ο ΧΟΥΣΑΚΟΣ ΚΑΤΗΓΟΡΕΙ ΤΗ ΦΙΛΕΛΕΥΘΕΡΗ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ

«Προσπαθούν να μας πείσουν ότι δεν είναι η κυβέρνηση που μας έδωσε το διογκούμενο χρέος και τα ελλείμματα και τα κεφαλαιακά κέρδη και το φόρο άνθρακα και καταστρέφει τις ίνες αυτής της χώρας», συνέχισε.

«Και ο λόγος που ο Καναδάς είναι εύλωτος ενώπιον του Ντόναλντ Τραμπ είναι

εξαιτίας αυτής της κυβέρνησης».

Ενώ οι τοπικοί Φιλελεύθεροι αμφισβητούν εάν ο ηγέτης των Συντηρητικών Pierre Poilievre έχει αρκετή ωριμότητα για να υπηρετήσει ως πρωθυπουργός του Καναδά, ο Χουσιάκος υποστήριξε ότι το είδος της σκληρής ομιλίας στην οποία ο Poilievre τείνει να εμπλέκεται από τότε που έγινε ηγέτης των Τόρις, είναι ακριβώς αυτό που τον καθιστά κατάλληλο να αντιμετωπίσει κάποιον τόσο κακό όσο ο Donald Trump. «Αν έχουμε να επιλέξουμε ανάμεσα σε δύο άτομα για να αντισταθούμε σε έναν νταή όπως ο Ντόναλντ Τραμπ, χρειαζόμαστε κάποιον με πολιτική εμπειρία και κάποιον που έχει περάσει τα τελευταία 20 χρόνια, λέγοντας αυτό που σκέφτεται και σκέφτεται αυτό που λέει», δήλωσε ο Χουσιάκος.

### ΑΝΤΙΣΤΕΚΟΜΕΝΟΙ ΣΤΟΝ ΤΡΑΜΠ

«Ξέρετε, υπάρχουν αρκετοί Καναδοί που λένε ότι ο Pierre Poilievre είναι λίγο πολύ επιθετικός, λίγο πολύ σκληρός, λίγο πολύ τραχύς στα άκρα. Βλέπει κανείς τι έχουμε να κάνουμε με τον Ντόναλντ Τραμπ; Χρειαζόμαστε ακριβώς έναν Καναδό που να μπορεί να σταθεί απέναντί του. Και αυτός είναι ο Pierre Poilievre».

Τούτου λεχθέντος, ο Μεράκος επέμεινε ότι η ψηφοφορία της 28ης Απριλίου δε θα αφορά, στην πραγματικότητα, εξ ολοκλήρου τον πολεμοχαρή πρόεδρο των ΗΠΑ. «Οι επόμενες εκλογές δεν αφορούν τον Τραμπ», είπε, σημειώνοντας ότι ο Τραμπ μπήκε στον κόπο πριν από αρκετές εβδομάδες να δηλώσει την προτίμησή του για τον Carney ως πρωθυπουργό.

Ο Μεράκος είπε ότι το πραγματικό ζήτημα τις επόμενες εβδομάδες θα είναι «είμαστε καλύτερα σήμερα από ό,τι ήμασταν πριν από 20 χρόνια; Είναι η πολιτική και οικονομική μας κατάσταση χειρότερη από πριν; Αυτή είναι η ερώτηση. Και μην αφήσετε κανέναν να σας πει το αντίθετο. Επειδή δεν μπορούμε να αντέξουμε άλλα τέσσερα χρόνια φιλελευθέρων πολιτικών».

### ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΗ ΣΥΝΔΡΟΜΗ

Ο Μεράκος είναι δικηγόρος και απόφοιτος του Πανεπιστημίου McGill και του London School of Economics and Political Science. Απέκτησε επίσης πτυχία νομικής από το Πανεπιστήμιο του Μόντρεαλ και το Πανεπιστήμιο της Οτάβα.

Ως δικηγόρος και πρώην νομοθετικός βοηθός στο Κοινοβούλιο του Καναδά, έχει εργαστεί σε θέματα που αφορούν τα ανθρώπινα δικαιώματα και τις ελευθερίες, την προστασία των νέων, τις υποθέσεις των βετεράνων και το συνταγματικό δικαιο.

Σε συνέντευξή του στα NEA, είπε ότι αισθάνεται βέβαιος ότι οι Συντηρητικοί

μπορούν να κερδίσουν το Laval-Les Îles, το οποίο είναι εδώ και καιρό ένα φιλελεύθερο φρούριο, εκτός από τις εκλογές του 2011, όταν κερδήθηκαν από το NDP κατά τη διάρκεια της βραχύβιας «πορτοκαλί συντριβής».

Ο Μεράκος είπε ότι ένας από τους λόγους που είναι υποψήφιος «είναι επειδή χάσαμε μια δεκαετία με το κόμμα των Φιλελευθέρων».

Είπε ότι μια ιδιαίτερη ανησυχία που εγείρεται από πολλούς κατοίκους του Λαβάλ την οποία έχει ακούσει, είναι η αύξηση της εγκληματικότητας, συμπεριλαμβανομένων των κλοπών αυτοκινήτων, των διαρρήξεων σπιτιών, των εκβιασμών και των βομβιστικών επιθέσεων.



Από αριστερά, ο ηγέτης του Συντηρητικού Κόμματος του Κεμπέκ Éric Duhaime, ο συντηρητικός υποψήφιος Laval-Les Îles Κωνσταντίνος Μεράκος, ο συντηρητικός γερουσιαστής Λεωνίδας Χουσιάκος και ο συντηρητικός στρατηγικός αναλυτής του Laval, Agor Evereklian, φαίνονται εδώ στην εκδήλωση έναρξης της προεκλογικής εκστρατείας του Μεράκου (Φωτογραφία: Martin C. Barry)

## Πλήρη ασφαλιστικά στοιχεία



Τυπώνουμε όλα τα είδη **Επιταγές Επιχειρήσεων Καναδά ΗΠΑ**

|      |     |       |
|------|-----|-------|
| 200  | για | \$84  |
| 400  | για | \$134 |
| 1000 | για | \$204 |

## ΓΛΥΤΩΣΤΕ ΧΡΗΜΑΤΑ

Τυπώστε τις επιταγές σας σ'εμάς με σιγουριά  
ΖΗΤΗΣΤΕ ΤΟΝ ΓΙΩΡΓΟ ΓΚΙΟΥΣΜΑ

**MEDIA-TREK**  
Communications - Promotions - Marketing

mediatrek.ca

450-978-0070 | info@mediatrek.ca





# ΕΚΛΟΓΕΣ 2025



## Η νυν βουλευτής των Φιλελευθέρων στο Vimy Άννυ Κουτράκη επιδιώκει τρίτη θητεία

### Ο νέος ηγέτης των Φιλελευθέρων Μαρκ Κάρνεϊ «άλλαξε το κόμμα μας εν μία νυκτί», υποστηρίζει

Σύμφωνα με τον επί μακρόν πολιτικό γνώστη της περιοχής του Λαβάλ, Frank Mansi, το Φιλελεύθερο Κόμμα του Καναδά βοηθήθηκε όχι μόνο από την άφιξη του νέου ηγέτη του Mark Carney, αλλά και (αν και ακούσια) από τον πρόεδρο των ΗΠΑ Donald Trump.

Του Martin C. Barry  
marty@newsfirst.ca

«Νομίζω ότι ο Τραμπ μας βοήθησε, επειδή ακόμη και οι αυτονομιστές συνειδητοποιούν ότι, hey, ο Καναδάς είναι εδώ για να μας προστατεύσει», δήλωσε ο Mansi σε συνέντευξή του κατά τη διάρκεια εκδήλωσης το Σάββατο 29 Μαρτίου, για τα εγκαίνια του γραφείου της νυν βουλευτού Liberal στο Vimy, Άννυ Κουτράκη. Βλέπει τις εκλογές της 28ης Απριλίου ως εν μέρει αντι-Τραμπ, αν και κυρίως μια εκκρεμή έκφραση φιλοκαναδικού αισθήματος που είναι βέβαιο ότι θα δημιουργήσει υψηλότερη από τη συνηθισμένη προσέλευση ψηφοφόρων.

#### ΟΛΟΙ ΣΥΜΦΩΝΟΥΝ ΣΕ ΜΙΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΕΚΛΟΓΗ

Ο Mansi ήταν ένας από τους αφοσιωμένους Φιλελευθέρους οπαδούς που εμφανίστηκαν στη συγκέντρωση. Στην ομιλία της, η Κουτράκη ανέφερε τους δασμούς Τραμπ, οι οποίοι αναμένεται να έχουν τεράστιο αντίκτυπο στην καναδική οικονομία, και η απειλή για την κυριαρχία του Καναδά που θέτει η αξίωση του Ρεπουμπλικάνου προέδρου για τον Καναδά ως την 51η πολιτεία των ΗΠΑ. Φυσικά δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στον ηγέτη των Συντηρητικών Pierre Poilievre. Σχετικά με τον νεοεκλεγέντα ηγέτη των Φιλελευ-

θέρων, Mark Carney, η κ. Κουτράκη δήλωσε ότι «άλλαξε το κόμμα μας εν μία νυκτί. Τώρα επιστρέφουμε σε αυτό που βρίσκεται στο κέντρο οικονομικά και πολιτικά».

#### Η ΕΚΛΟΓΙΚΗ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ CARNEY

Η Κουτράκη, η οποία είναι υποψήφια για τρίτη θητεία, σημείωσε ότι η πλατφόρμα των Φιλελευθέρων υπό τον Carney περιλαμβάνει μια προτεινόμενη φορολογική περικοπή της μεσαίας τάξης έως και 825 δολάρια ανά οικογένεια, την ανοικοδόμηση και τον επανεξοπλισμό των καναδικών ενόπλων δυνάμεων, ένα ταμείο στρατηγικής αντίδρασης 2 δισεκατομμυρίων δολαρίων για την καταπολέμηση των δασμών και την προστασία των απειλούμενων θέσεων εργασίας των εργαζομένων στην αυτοκινητοβιομηχανία και μια ομοσπονδιακή επένδυση 5 δισεκατομμυρίων δολαρίων για τη διαφοροποίηση των διαεπαρχιακών εμπορικών διαδρόμων.

«Πιστεύουμε σε μια ισχυρή οικονομία για να κάνουμε τους ανθρώπους μας καλύτερους», είπε. «Και μια ισχυρή οικονομία για τη χρηματοδότηση των κοινωνικών προγραμμάτων και των αμυντικών συστημάτων που χρειαζόμαστε. Εκεί κερδίζουν οι εκλογές. Αν πρέπει να βρεις κάποιον στον κόσμο που να ταιριάζει στη στιγμή, θα ήταν πραγματικά δύσκολο να τα καταφέρεις καλύτερα από τον Mark Carney».

Η Κουτράκη είπε ότι θυμάται τη νομισματική παρέμβαση του Carney το 2008 κατά τη διάρκεια της παγκόσμιας χρηματοπιστωτικής κρίσης, όταν ήταν διοικητής της Τράπεζας του Καναδά. Εκείνη την εποχή, η ίδια εργαζόταν στον τομέα των επενδύσεων ως βοηθός διευθυντής υποκαταστήματος CIBC Wood Gundy και

έπρεπε να δέχεται καθημερινά ερωτήσεις από αναξιοπαθόντες πελάτες που ανησυχούσαν για τις συνταξιοδοτικές τους αποταμιεύσεις.

#### ΚΑΘΗΣΥΧΑΣΤΗΚΕ ΑΠΟ ΤΟΝ CARNEY

«Το να έχεις κάποιον εκείνη την εποχή στο τιμόνι, όπως ο κυβερνήτης Carney, ήταν πολύ καθυστερητικό», δήλωσε η Κουτράκη. «Και νομίζω ότι ως χώρα των G7 βγήκαμε αρκετά δυνατοί». Με αυτά τα λόγια για τον Carney, η Κουτράκη έριξε μερικές αιχμές στον Poilievre, υποδηλώνοντας ότι τα διαπιστευτήρια του ηγέτη των Συντηρητικών είναι τόσο σχετικά λίγα

σε σύγκριση με του Carney.

Ενώ σημείωσε ότι δεν της αρέσει να συμμετέχει στην κομματική πολιτική, αναγνώρισε την αναγκαιότητα να είναι σε θέση να συνεργαστεί με έναν αντίπαλο «που είναι, ξέρετε, αχ, ώριμος, ισορροπημένος. Στην πραγματικότητα, αν έχεις να κάνεις με κάποιον που είναι πάντα αρνητικός και τοξικός και δεν προσφέρει λύσεις αλλά απλώς συνθήματα, είναι πολύ δύσκολο να κάνεις μη κομματική δουλειά με αυτό το άτομο», συνέχισε.

«Έτσι, θα συνεχίσω να κάνω ό,τι καλύτερο μπορώ, αλλά σε αυτή την ομιλία, πρόσθεσα λίγο κομματισμό».



Η βουλευτής Άννυ Κουτράκη, η οποία επιδιώκει τρίτη θητεία, εμφανίζεται εδώ με υποστηρικτές κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης έναρξης της εκστρατείας της (Φωτογραφία: Martin C. Barry, Laval News)

**PANIER DU FERMIER**

FRUITS ET LÉGUMES

*Fresh products! Nice variety! Excellent value!*

BASKET OF  
*Fruits and Vegetables*

16 to 20 VARIETIES

**2 EASY STEPS:**

- 1 Book your basket online or by phone from Monday to Thursday
- 2 Pickup Thursday, Friday or Saturday. Delivery available

**Reserve yours TODAY**

**(514) 244-9885**

[www.panierdufermier.ca](http://www.panierdufermier.ca) | [panierdufermier@gmail.com](mailto:panierdufermier@gmail.com)

**3151-B boul. DAGENAI OUEST**  
(near Curé-Labelle) Laval

**@panierdufermier**

A value of **\$70+** at the supermarket  
**You pay only \$40**



# Πεζοπορία στις παραλίες της Κορώνης

## Μια ιδανική δραστηριότητα για όλους τους λάτρεις της φύσης και της χαλάρωσης

**Η πεζοπορία στις παραλίες της Κορώνης προσφέρει κάτι περισσότερο από μια απλή βόλτα δίπλα στη θάλασσα. Είναι μια εμπειρία που συνδυάζει τη φυσική άσκηση, την ηρεμία της Φύσης και τα μοναδικά οφέλη για την υγεία.**

Η Κορώνη, με τις ατελείωτες αμμώδεις παραλίες της, είναι ένας προορισμός που συνδυάζει την ομορφιά της Μεσογείου με την ευκαιρία για αναζωογόνηση και χαλάρωση. Στη σημερινή εποχή, οι ευεργετικές ιδιότητες της πεζοπορίας είναι πλέον γνωστές. Όμως, το περπάτημα στις παραλίες κατά τη διάρκεια των καλοκαιρινών μηνών, προσφέρει επιπλέον οφέλη που δεν μπορούν να συγκριθούν με τις συνήθεις μορφές άσκησης. Αυτή η δραστηριότητα είναι ιδιαίτερα κατάλληλη για άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα στη μέση, τον αυχένα, αλλά και για εκείνους που βρίσκονται στην τρίτη ηλικία και πρέπει να γυμνάζουν την καρδιά τους.

### ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΜΜΟΥ

Η πεζοπορία στις παραλίες, ειδικά όταν γίνεται ξυπόλητος πάνω στην άμμο, αποτελεί ένα φυσικό θεραπευτήριο. Το βάδισμα πάνω στην άμμο ενεργοποιεί τους μύες της μέσης και του αυχένα, ενώ η μαλακή επιφάνεια μειώνει την καταπόνηση στις αρθρώσεις. Το μαλακό έδαφος ενισχύει τους μύες, χωρίς να τους επιβαρύνει με υπερβολικές καταπονήσεις, καθιστώντας την άσκηση πιο ήπια και ασφαλή, ιδιαίτερα για τα άτομα που πάσχουν από αρθρίτιδα ή προβλήματα στη σπονδυλική στήλη. Παράλληλα, η φυσική επαφή με την άμμο και το νερό προσφέρει μια αίσθηση ανανέωσης και γειώσης, βοηθώντας στην αντιμετώπιση του άγχους και της ψυχικής κόπωσης.

Οι παραλίες της Κορώνης προσφέρουν το ιδανικό περιβάλλον γι' αυτή την εμπειρία, καθώς συνδυάζουν το ηλιόλουστο τοπίο της Μεσσηνίας με την ηρεμία που αποπνέουν τα κρυστάλλινα νερά του Ιονίου. Ο απαλός ήχος των κυμάτων, η αίσθηση της άμμου κάτω από τα πόδια και η δροσερή θαλασσινή αύρα, δημιουργούν μια ατμόσφαιρα που όχι μόνο ανακουφίζει το σώμα αλλά και αναζωογονεί την ψυχή. Το περπάτημα στην παραλία – στην ήπια και βατή απόσταση των 2,5 χλμ. + 2,5 χλμ. «πήγαινελα» που σας προτείνουμε, αποτελεί μια δραστηριότητα που μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της αρτηριακής

πίεσης, ενώ ταυτόχρονα ενισχύει την ευεξία και τη γενικότερη φυσική κατάσταση.

### ΦΥΣΙΚΟ ΣΚΗΝΙΚΟ ΕΥΕΞΙΑΣ ΟΙ ΠΑΡΑΛΙΕΣ ΤΗΣ ΚΟΡΩΝΗΣ

Η περιοχή της Κορώνης φιλοξενεί μερικές από τις πιο όμορφες και ανέγγιχτες παραλίες της Ελλάδας. Κάθε παραλία της Κορώνης προσφέρει μια μοναδική εμπειρία, ιδανική για πεζοπορία.

### ΠΕΡΟΥΛΙΑ: ΜΙΑ... ΥΨΗΛΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΠΑΡΑΛΙΑ ΜΕ ΑΣΥΓΚΡΙΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ

Μια από τις πιο εντυπωσιακές παραλίες κοντά στην Κορώνη είναι η παραλία Περούλια. Αυτή η αμμώδης ακτή, με τα ρηχά κρυστάλλινα νερά, είναι ιδανική για οικογένειες και παιδιά αλλά και για... μεγαλύτερης ηλικίας άτομα που νιώθουν σαν παιδιά. Αυτό που καθιστά τη συγκεκριμένη παραλία μοναδική, είναι το γεγονός ότι διαθέτει ακόμη και... ασανσέρ(!) για την εύκολη πρόσβαση των επισκεπτών, γεγονός που την κάνει ιδιαίτερα φιλική για άτομα με κινητικά προβλήματα ή ηλικιωμένους.

Η παραλία Περούλια είναι επίσης γνωστή για την ηρεμία της. Λόγω της προστατευμένης τοποθεσίας της, η παραλία αυτή είναι σχεδόν πάντα απαλλαγμένη από κύματα, προσφέροντας ιδανικές συνθήκες για πεζοπορία δίπλα στη θάλασσα. Οι επισκέπτες μπορούν να επιλέξουν να περπατήσουν είτε στην οργανωμένη πλευρά της παραλίας με τις ξαπλώστρες και τις ομπρέλες, είτε στην πιο απομονωμένη πλευρά για μια πιο αυθεντική εμπειρία.

### ΠΑΡΑΛΙΕΣ ΖΑΓΚΑ ΚΑΙ ΜΕΜΙ: ΠΕΡΠΑΤΩΝΤΑΣ ΔΙΠΛΑ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ

Η παραλία Ζάγκα, που ξεκινά από τους νότιους πρόποδες του κάστρου της Κορώνης, είναι μια απέραντη αμμώδης παραλία μήκους 4 χιλιομέτρων. Η διαδρομή κατά μήκος της παραλίας Ζάγκα είναι γεμάτη φυσική ομορφιά, με τη χρυσή άμμο και τα καθαρά, γαλάζια νερά να δημιουργούν μια γραφική εικόνα, που χαλαρώνει το μυαλό και το σώμα.

Στη δυτική προέκταση της Ζάγκας βρίσκεται η παραλία Μεμί, που είναι εξίσου πανέμορφη. Η περιοχή γύρω από αυτές τις παραλίες είναι κατάφυτη από αμπέλια και ελαιώνες, γεγονός που προσθέτει στη γοητεία της περιοχής. Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού, η δροσερή θαλασσινή

αύρα και η σκιά που προσφέρουν τα αρμυρικά δημιουργούν το ιδανικό περιβάλλον για πεζοπορία.

### ΤΟ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟ ΑΚΡΙΤΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΤΣΑΠΙ: ΜΙΑ ΑΓΡΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Όσο ταξιδεύει κανείς δυτικότερα, οι παραλίες γίνονται πιο άγριες και απομονωμένες, προσφέροντας μοναδικές ευκαιρίες για περιπέτεια και ανακάλυψη. Το Ακρωτήριο Ακρίτας, που βρίσκεται στην άκρη της Μεσσηνίας, είναι μια από τις πιο απομονωμένες και εντυπωσιακές παραλίες της περιοχής. Ο χωμάτινος δρόμος που οδηγεί στο ακρωτήριο προσφέρει μια ξεχωριστή εμπειρία, καθώς ο επισκέπτης περνά μέσα από την άγρια μεσογειακή φύση, περιβαλλόμενος από γκρεμούς και καταγάλανα νερά.

Το Τσαπί, με τις άγριες ακτές του και την ήρεμη ατμόσφαιρα, είναι μια άλλη παραλία που προσφέρει μια πραγματική απόδραση από την καθημερινότητα. Αυτή η παραλία παραμένει ανεξερεύνητη για τους περισσότερους, προσφέροντας όμως σημαντικές ανέσεις, όπως ταβέρνες και κάμπινγκ. Η πεζοπορία σε αυτό το σημείο είναι μια ευκαιρία να έρθει κανείς σε άμεση επαφή με τη Φύση, μακριά από την ένταση και το θόρυβο των πιο τουριστικών περιοχών.

### ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΠΕΖΟΠΟΡΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΛΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Η πεζοπορία στις παραλίες της Κορώνης είναι μια δραστηριότητα που μπορεί να ωφελήσει άτομα όλων των ηλικιών και φυσικής κατάστασης.

**1]** Η ήπια άσκηση που προσφέρει η πεζοπορία στην άμμο ενισχύει τη μυϊκή δύναμη, ιδιαίτερα στους μύες των ποδιών και της μέσης, ενώ ταυτόχρονα βοηθά στη βελτίωση της στάσης του σώματος και στην ανακούφιση από πόνους στην πλάτη και τον αυχένα.

**2]** Η πεζοπορία στην άμμο είναι επίσης μια καλή άσκηση για τις αρθρώσεις, καθώς η μαλακή επιφάνεια μειώνει την καταπόνηση στα γόνατα και τους αστραγάλους. Αυτό την καθιστά ιδιαίτερα κατάλληλη για άτομα με αρθρίτιδα ή άλλα κινητικά προβλήματα.

Επιπλέον, το περπάτημα δίπλα στη θάλασσα έχει αποδειχθεί ότι συμβάλλει στη βελτίωση της διάθεσης, μειώνει το άγχος και την κατάθλιψη, ενώ βοηθά στη διατήρηση της γενικής ευεξίας.

### ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΗ ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΣΤΙΣ ΠΑΡΑΛΙΕΣ ΤΗΣ ΚΟΡΩΝΗΣ

Παρά τα πολυάριθμα οφέλη, η πεζοπορία στις παραλίες απαιτεί και προσοχή, ειδικά κατά τους ζεστούς μήνες του καλοκαιριού. Για να απολαύσετε με ασφάλεια τη δραστηριότητα αυτή, καλό είναι να ακολουθήσετε μερικές βασικές προφυλάξεις.

**Ενυδάτωση και Προστασία από τον Ήλιο:** Η ζέση του καλοκαιριού μπορεί να είναι ιδιαίτερα έντονη στις παραλίες της Μεσσηνίας. Επομένως, είναι απαραίτητο να φροντίζετε για την επαρκή ενυδάτωση του σώματός σας. Καλό είναι να έχετε πάντα μαζί σας ένα μπουκάλι νερό και να πίνετε συχνά, για να αποφύγετε την αφυδάτωση.

Επιπλέον, η χρήση αντηλιακού με υψηλό δείκτη προστασίας είναι απαραίτητη. Το αντηλιακό πρέπει να εφαρμόζεται τουλάχιστον 20 λεπτά πριν την έκθεση στον ήλιο και να ανανεώνεται κάθε δύο ώρες, ιδιαίτερα αν ιδρώνετε ή κολυμπάτε.

**Άνετη Ένδυση και Προστατευτικά Αξεσουάρ:** Η άνετη ένδυση παίζει επίσης σημαντικό ρόλο στην αποφυγή ηλιακών εγκαυμάτων και στη διατήρηση της θερμοκρασίας του σώματος σε φυσιολογικά επίπεδα. Επιλέξτε ρούχα από ανοιχτόχρωμα, διαπνέοντα υφάσματα, που προστατεύουν το δέρμα από την άμεση έκθεση στον ήλιο. Ένα πλατύγυρο καπέλο και γυαλιά ηλίου με προστασία από τις UV ακτίνες είναι εξίσου σημαντικά.

**Ώρες Κατάλληλες για Πεζοπορία:** Αποφύγετε την πεζοπορία κατά τις μεσημεριανές ώρες, όταν ο ήλιος βρίσκεται στην κορυφή του. Οι πρωινές και απογευματινές ώρες είναι ιδανικές για περπάτημα στις παραλίες, καθώς ο καιρός είναι πιο δροσερός και η ατμόσφαιρα πιο ήρεμη.

Η πεζοπορία στις παραλίες της Κορώνης αποτελεί μια ιδανική δραστηριότητα για όλους τους λάτρεις της φύσης και της χαλάρωσης.

Από τις πολυσύχναστες αμμουδιές της Ζάγκα μέχρι τις απομονωμένες ακτές του Τσαπιού και του Ακρίτα, οι παραλίες της Κορώνης προσφέρουν αμέτρητες δυνατότητες για φυσική άσκηση, χαλάρωση και αναζωογόνηση.

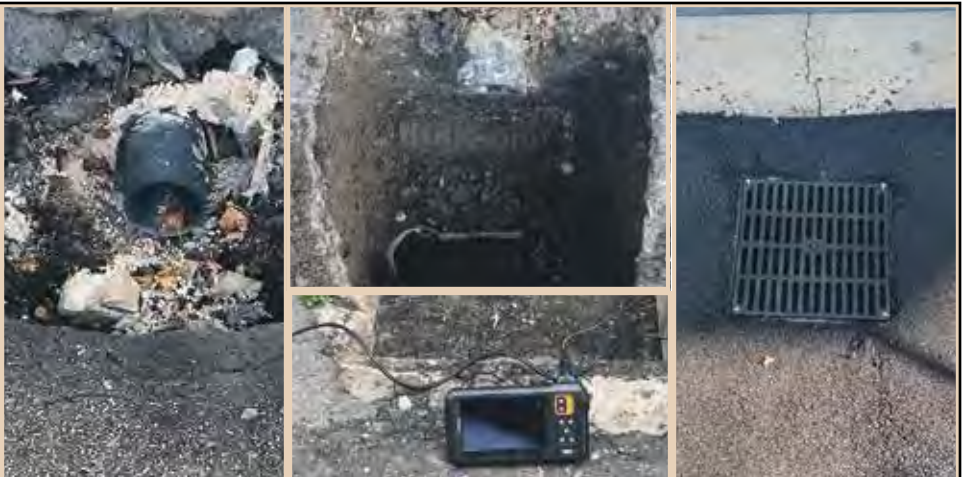
Προσφέρει οφέλη όχι μόνο για το σώμα αλλά και για την ψυχή, καθιστώντας την μια δραστηριότητα που συνδυάζει τον αθλητισμό με την ευεξία σε ένα μοναδικό φυσικό περιβάλλον.

## DRAIN REPAIR

**CRACKS  
POT HOLES  
EDGES OF GARAGE ENTRANCES AND FOUNDATIONS  
REPLACEMENT OF DRAINS**



Call Natale for a  
FREE ESTIMATE  
(514) 777-3774



# «Πλημμύρισαν» τη Λέσβο 2.000 Τούρκοι για το μπαϊράμι Τούρκοι επισκέπτες και στη Χίο



Άνοιξε το Σάββατο 29 Μαρτίου η τουριστική περίοδος στη Λέσβο, με σχεδόν 2.000 Τούρκους τουρίστες να καταφθάνουν στη Μυτιλήνη για να γιορτάσουν το μουσουλμανικό «σεκέρ μπαϊράμ».

Συγκεκριμένα, με δρομολόγια από το απέναντι λιμάνι του Αϊβαλί έφθασαν στη Μυτιλήνη στις 29/3 περί τους 1.000 επισκέπτες, ενώ άλλοι τόσοι πήγαν την επόμενη μέρα. Στο σύνολο τους πραγματοποιήσαν ολιγοήμερες διακοπές, εφόσον η θρησκευτική γιορτή είναι τριήμερη αλλά η Τουρκική κυβέρνηση έδωσε «άδεια» για τη γιορτή που κρατά μέχρι και την Κυριακή 6 Απριλίου.

«Σήμερα [σ.σ.: 29/3] είναι η πρώτη μέρα αφίξεων Τούρκων επισκεπτών στη Μυτιλήνη» είτε μιλώντας στο ΑΠΕ ΜΠΕ ο τουριστικός πράκτορας και Πρόεδρος του τμήματος τουρισμού του Επιμελητηρίου Λέσβου Άρης Λαζαράς. Μια πολύ χρήσιμη οικονομική «ένεση» στη Λεσβιακή αγορά». Όπως είπε ο κ. Λαζαράς, η τουριστική αγορά της Τουρκίας αποτελεί πυλώνα πλέον για την τοπική Λεσβιακή οικονομία και σημειώνει τη θετική εξέλιξη της προ ολίγων ημερών παράτασης της έκδοσης θεώρησης τουριστικής εισόδου, της λεγόμενης **viza express** στα λιμάνια των νησιών του ανατολικού Αιγαίου. Η εξέλιξη αυτή έγινε δεκτή από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή με εισήγηση της Ελληνικής Κυβέρνησης. «Βέβαια», σημειώνει ο κ. Λαζαράς, «πρέπει να λάβουμε υπόψη την οικονομική κρίση και την ταυτόχρονη πολιτική κρίση αυτή την περίοδο στη γειτονική χώρα, δύο παράγοντες που δεν ευνοούν για πολυήμερες ή και ολιγοήμερες διακοπές, ακόμα και από κατοίκους των Μικρασιατικών παραλίων και της Κωνσταντινούπολης με υψηλό εισόδημα».



## ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ Η ΑΦΙΞΗ ΤΩΝ ΤΟΥΡΚΩΝ ΤΟΥΡΙΣΤΩΝ

Ο πρόεδρος της Ένωσης Τουριστικών και Ταξιδιωτικών Πρακτόρων Λέσβου, Παναγιώτης Χατζηκυριάκος, μιλώντας και αυτός στο ΑΠΕ ΜΠΕ υποστήριξε ότι «η έναρξη της τουριστικής περιόδου με την άφιξη των Τούρκων τουριστών είναι ιδιαίτερα σημαντική οικονομικά. Αν και τα πολιτικά και οικονομικά προβλήματα στην Τουρκία ίσως περιορίσουν τον αριθμό των επισκεπτών που μπορούν να αντέξουν οικονομικά ένα ταξίδι στο εξωτερικό».

Παράλληλα τόνισε, ότι η Λέσβος έχει αναβαθμίσει τις τουριστικές της υπηρεσίες, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη εμπειρία φιλοξενίας στους Τούρκους επισκέπτες.

Ας σημειωθεί και το άνοιγμα το Μάιο του λιμανιού της Πέτρας στη βόρεια Λέσβο, με τέσσερα δρομολόγια πλοίων από Αϊβαλί, το άνοιγμα των λιμανιών στο Δικελί, απέναντι από τη Μυτιλήνη, και στον Αλί Αγά, κοντά στη Σμύρνη, με καθημερινά δρομολόγια τον Ιούνιο και τέλος ένα εβδομαδιαίο δρομολόγιο που θα συνδέει απευθείας τη Σμύρνη με τη Μυτιλήνη την ίδια περίοδο.

«Με δεδομένες τις συνθήκες στην Τουρκία, στόχος μας φέτος είναι να διατηρήσουμε τις περσινές αφίξεις, που ξεπέρασαν κάθε προηγούμενο ρεκόρ, και έφτασαν τις 122.000 επισκέπτες», κατέληξε ο κ. Χατζηκυριάκος.

Σύμφωνα με τον κ. Χατζηκυριάκο, ξεκινάει και οι πτήσεις τσάρτερ προς τη Λέσβο με Ευρωπαίους επισκέπτες.

## ΤΟΥΡΚΟΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ ΚΑΙ ΣΤΗ ΧΙΟ

Ανάλογη με αυτήν στη Λέσβο, η κατάσταση από πλευράς Τούρκων επισκεπτών και στη Χίο, όπου τουλάχιστον 3.500 επισκέπτες αναμένεται να κάνουν ολιγοήμερες διακοπές.

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Προέδρου της Ένωσης Ξενοδόχων Χίου, Μίση Παϊδούση και του Προέδρου του Συλλόγου Ενοικιαζόμενων Δωματίων Χίου, Γιώργου Μυλωνάδη, αναμένονταν στη Χίο μέχρι και την Τρίτη 1<sup>η</sup> Απριλίου, περί τους 3.500 Τούρκους επισκέπτες.

Πηγή: [www.papapolitika.gr/ellada/article/1535798/mutilini-plimmurisan-to-nisi-2000-tourkoι-gia-to-bairami-eikones/](http://www.papapolitika.gr/ellada/article/1535798/mutilini-plimmurisan-to-nisi-2000-tourkoι-gia-to-bairami-eikones/)



# Καλημέρα Πατρίδα

Το ημερήσιο τηλεοπτικό πρόγραμμα της παροικίας μας του Γιώργου Στυλ. Γκιούσμα και των συνεργατών του

**ΣΤΟ ΚΑΝΑΛΙ  
ΜΕ ΑΠΛΗ ΚΕΡΑΙΑ  
ΚΑΝΑΛΙ 47,1**



**VIDEOTRON ΚΑΝΑΛΙ 238/838**

**HELI X ΚΑΝΑΛΙ 389**

**Bell SATELLITE TV ΣΤΟ 232/1034**

**FIBE TV ΣΤΟ 216/1216**

**Απ' ευθείας μετάδοση  
και στο [icitelevision.ca](http://icitelevision.ca)**

## ΩΡΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

**Κυριακή 6 Απριλίου**

**7:30 το πρωί και 9:30 το βράδυ**

## ΕΠΑΝΑΛΗΨΕΙΣ

**Δευτέρα 7 Απριλίου: 9:30 το πρωί**

**Τρίτη 8 Απριλίου: 8:30 το πρωί**

**Τετάρτη 9 Απριλίου: 5:30 το πρωί**

**Πέμπτη 10 Απριλίου: 7:30 το πρωί**

**Παρασκευή 11 Απριλίου: 3:30 και 8:30 το πρωί**

**Σάββατο 12 Απριλίου: 4:30 το απόγευμα**

**Κυριακή 13 Απριλίου: 3:30 το πρωί**

**Αυτή την εβδομάδα**

**Στιγμιότυπα των Εορτασμών για  
την 25η Μαρτίου 1821 (Β' ΜΕΡΟΣ)**



**Πληροφορίες - Συμμετοχή - Διαφημίσεις:  
514 437-0898 • [kalimerapatrida@gmail.com](mailto:kalimerapatrida@gmail.com)**



# GOSSIP!



## Jennifer Lopez: Δηλώνει έτοιμη να ξαναφτιάξει τη ζωή της...

...μετά το διαζύγιο με τον Ben Affleck ■ Η τραγουδίστρια σκέφτεται μάλιστα να βρει κάποιον σύντροφο που βρίσκεται εκτός χώρου



**Η Τζένιφερ Λόπεζ (Jennifer Lopez)** φαίνεται να είναι και πάλι ανοιχτή σε νέες γνωριμίες, μετά το διαζύγιο και τον οριστικό χωρισμό της από τον Μπεν Άφλεκ (Ben Affleck).

Σύμφωνα με δημοσίευμα της PageSix,

η Λατίνα σταρ θέλει να αρχίσει να βγαίνει και πάλι ραντεβού, μόλις δύο μήνες μετά τη διευθέτηση του διαζυγίου της από τον ηθοποιό. «Η Τζένιφερ είναι έτοιμη να βγει ξανά και δεν έχει σταματήσει να αναζητά την αγάπη», ανέφερε άτομο από το περιβάλλον της. «Οι φίλοι της την ενθαρρύνουν να γνωρίσει κάποιον νέο και είναι σίγουρα ανοιχτή σε αυτή την ιδέα», πρόσθεσε. Η τραγουδίστρια φέρεται να εξετάζει το ενδεχόμενο να βγει ραντεβού με κάποιον που δεν ανήκει στο χώρο της σόουμπιζ. «Σκέφτεται να γνωρίσει κάποιον εκτός δημοσιότητας, αλλά δεν βάζει περιορισμούς στον εαυτό της», πρόσθεσε το ίδιο άτομο. Το διαζύγιο της 55χρονης τραγουδίστριας διευθετήθη-

κε στις 6 Ιανουαρίου. Παρόλα αυτά, η επίσημη ισχύς της απόφασης τέθηκε σε εφαρμογή στις 21 Φεβρουαρίου, έξι μήνες μετά την αρχική αίτηση διαζυγίου που υπέβαλε η Τζένιφερ Λόπεζ, ανήμερα της δεύτερης επετείου του γάμου τους.

Ενώ εκείνη φαίνεται να αφήνει πίσω το παρελθόν, ο Μπεν Άφλεκ φαίνεται να κάνει το αντίθετο και γυρνάει σε αυτό. Σύμφωνα με το ίδιο άτομο από το περιβάλλον των δύο σταρ, ο 52χρονος ηθοποιός περνάει περισσότερο χρόνο με την πρώην σύζυγό του, Τζένιφερ Γκάρνερ, γεγονός που έχει πυροδοτήσει φήμες για ενδεχόμενη επανασύνδεση.

Ωστόσο, ούτε η Τζένιφερ Λόπεζ, αλλά ούτε η Τζένιφερ Γκάρνερ, η οποία διατη-

ρεί σχέση με τον Τζον Μίλερ από το 2018, φαίνεται να έχουν τέτοιο ενδιαφέρον. «Θα έλεγα ότι και οι δύο νιώθουν ανακούφιση που τελείωσε όλο αυτό», ανέφερε η πηγή, προσθέτοντας πως ο Μπεν Άφλεκ «είναι ένας συναισθηματικός ανεμοστρόβιλος» και πως πρόσφατα προσπάθησε να επικοινωνήσει ξανά με την Τζένιφερ Λόπεζ. Αξιοσημείωτο είναι πως η Τζένιφερ Λόπεζ και η Τζένιφερ Γκάρνερ έχουν αναπτύξει μια πολύ καλή σχέση, καθώς τις έχει ενώσει η κοινή τους εμπειρία στην ανατροφή των παιδιών τους. «Δεν καταλαβαίνω γιατί ο τύπος νιώθει την ανάγκη να φέρνει αυτές τις γυναίκες αντιμέτωπες μεταξύ τους», σχολίασε ο ίδιος άνθρωπος.

## ΗΠΑ: Πλήθος κόσμου στην ελληνική παρέλαση στη Νέα Υόρκη



πραγματοποιήθηκε στις 29/3 στη Νέα Υόρκη από την Ένωση των ομογενειακών οργανώσεων Αμερικής. Στο πλαίσιο της εκδήλωσης, τιμήθηκαν οι τελευταίους της παρέλασης για την 25<sup>η</sup> Μαρτίου, Βαγγέλης Μαρινάκης, πρόεδρος του Ολυμπιακού και Andrew Porras, ο πρώτος Ελληνοαμερικανός στρατηγός του αμερικανικού στρατού και διοικητής των δυνάμεων των ΗΠΑ. Επίσης, ο Μητροπολίτης Πατρών Χρυσόστομος και ο Πύρρος Δήμας, που ήταν και αυτοί τιμώμενα πρόσωπα στην παρέλαση.

**Π**λήθος κόσμου συγκεντρώθηκε για να παρακολουθήσει την 86<sup>η</sup> ελληνική παρέλαση στην 5<sup>η</sup> Λεωφόρο στο Μανχάταν της Νέας Υόρκης για την εθνική επέτειο της 25<sup>ης</sup> Μαρτίου. Τελευταίους ήταν ο πρόεδρος του Ολυμπιακού, Βαγγέλης Μαρινάκης, ο οποίος έδωσε το παρών και παρακολούθησε με συγκίνηση την παρέλαση για τα 204 χρόνια από την έναρξη της Ελληνικής Επανάστασης για την απελευθέρωση της χώρας από τον τουρκικό ζυγό.

Η ετήσια ελληνική παρέλαση διοργανώνεται υπό την αιγίδα της Ομοσπονδίας Ελληνικών Σωματείων Μείζονος Νέας Υόρκης. Στην παρέλαση παρευρίσκονται διακεκριμένοι προσκεκλημένοι, μεταξύ άλλων ο σεβασμιώτατος Αρχιεπίσκοπος Αμερικής Ελπιδοφόρος, ο μόνιμος αντιπρόσωπος της Ελλάδας στα Ηνωμένα Έθνη πρέσβης Ευάγγελος Σέκερης, η πρέσβης της Ελλάδας στην Ουάσινγκτον Αικατερίνη Νάσικα, η γενική πρόξενος της Ελλάδας στη Νέα Υόρκη, Ιφιγένεια Καναρά, και ο πρώην πρέσβης των ΗΠΑ στην Ελλάδα, Τζορτζ Τσούνης.

### ΤΙΜΗΘΗΚΕ Ο ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΜΑΡΙΝΑΚΗΣ

Το επίσημο gala για τον εορτασμό της επετείου για την ελληνική επανάσταση

«Είμαι πολύ χαρούμενος που βρίσκομαι μαζί σας απόψε και για ακόμη μία φορά επισκέπτομαι τις ΗΠΑ και τη Νέα Υόρκη. Νιώθω ξεχωριστά όποτε έρχομαι στην όμορφη χώρα σας, επειδή έχετε την ενέργεια, τη δημοκρατία και νιώθω πως αυτή η χώρα βοηθάει οποιονδήποτε έρχεται για να εργασθεί εδώ, να κάνει καριέρα, να μπορέσει να χρησιμοποιήσει τα ταλέντα του, να είναι χρήσιμος και να κάνει το «Αμερικανικό όνειρο», δικό του όνειρο. Είναι πράγματι ένα πολύ ωραίο συναίσθημα και ιδιαίτερα για τους ανθρώπους που τους αρέσει να δουλεύουν, τους αρέσει να πετυχαίνουν, τους αρέσει να κάνουν πράγματα για την κοινωνία και τις χώρες τους» ανέφερε μεταξύ άλλων ο Βαγγέλης Μαρινάκης.

Στον προσωπικό του λογαριασμό στο Instagram μοιράστηκε φωτογραφίες και βίντεο από τη λαμπερή βραδιά.

## Σκέτη... φωτιά οι καμπύλες της Stefanie Gurzanski

**Η Stefanie Gurzanski είναι μια γυναίκα που διαθέτει ισχυρά «όπλα» τα οποία ξέρει πως να τα χρησιμοποιεί, προκειμένου να «τρελάνει» τον ανδρικό πληθυσμό.**

Η 30χρονη ξανθιά καλλονή γεννήθηκε στον Καναδά (Thunder Bay, Ontario) και ξεκίνησε το μόντελινγκ όταν ήταν ακόμα στο λύκειο. Έκανε την πρώτη της γυμνή φωτογράφιση τον Ιανουάριο του

2014 για το Playboy Plus, ενώ ψηφίστηκε Cybergirl του Playboy για το μήνα Μάρτιο 2014. Όπως βλέπετε άλλωστε, η Stefanie ή Baby G, όπως είναι το ψευδώνυμο της στο Instagram, είναι μία γυναίκα που διαθέτει απίστευτες καμπύλες και ένα πανέμορφο πρόσωπο.

Αυτή τη στιγμή διαθέτει 3,5 εκατομμύρια οπαδούς, οι οποίοι την αποθεώνουν σε κάθε της ανάρτηση.



Από το 1969 έγκυρη και υπεύθυνη ενημέρωση στη συχνότητα των γεγονότων



Ο Σταθμός της ζωής σας!



Hellenic Radio CFMB

5877 Av. Papineau, Montréal, QC H2G 2W3

Tél.: 514 483-2362 ext. 115

Cell.: 514 258-1775 | Fax: 514 483-1362

www.cfmb.ca | mtellides@gmail.com

## ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΕΡΙΣΚΟΠΙΟ

Κάθε Σάββατο, 9:00 π.μ. - 2:00 μ.μ.  
Με μία υπεύθυνη ομάδα συνεργατών  
υπό τη διεύθυνση και το συντονισμό  
του Μιχάλη Τελλίδη



**ΑΛΕΚΑ & ΜΑΓΔΑΛΩ**  
**ΚΟΥΣ-ΚΟΥΣ**  
 Του Γιώργου Στυλ. Γκιούσμα

**ΚΑΛΕ; ΔΕΝ ΤΑΜΑΘΕΣ;**

**Η** παροιμία μας, όπως κάθε γειτονιά, έχει τις δικές της κουτσομπολιές... Στις μέρες μας, χάρις στα κοινωνικά δίκτυα, τα κουτσομπολιά, και οι συκοφαντίες είναι πολύ της «μόδας». Οι «Αλέκα και Μαγδάλω» πρωτοεμφανίστηκαν στην παροιμία μας αρχές του '69 στο περιοδικό «ΝΕΑ ΕΛΛΑΣ», όπου Αρχισυντάκτης ήταν ο Στυλιανός Γκιούσμας, που πίστευε ότι το γέλιο κάνει καλό στη ζωή. Συνέχισαν τα «κουτσομπολιά» τους το 1971, στη μηνιαία εφημερίδα του «Ελληνοκαναδική ΔΡΑΣΗ». Επανήρθαν στα ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ ΝΕΑ το 2017, για να σχολιάσουν ωμά τα πάντα και τους πάντες. Τώρα δεν είναι οι νεοφερμένες κοπέλες του '70. Είναι παντρεμένες με παιδιά. Μία επίσης – η Μαγδάλω – είναι και γιαγιά! Απολαύστε τες λοιπόν.

Κάθε παρομοίωση με υπαρκτά ή ανύπαρκτα πρόσωπα και ονόματα είναι απλώς συμπωματική, και δε φέρνει καμία ευθύνη η διεύθυνση της εφημερίδας και οι συνεργάτες της.

Μ-Καλημέρα Αλέκα μου.

Α-Και σε είχα στο μυαλό μου, μόλις τώρα.

Μ-Είδες, τα μεγάλα μυαλά επικοινωνούν. Τι με ήθελες;

Α-Τη γνώμη σου για τους δασμούς που ανακοίνωσε ο Τραμπ.

Μ- Είναι πραγματικά ανησυχητικό. Οι δασμοί αυτοί θα επηρεάσουν την οικονομία μας και όλους μας με πολλούς τρόπους.

Α- Οι δασμοί που επέβαλε ο Τραμπ στα καναδικά προϊόντα είναι 25%. Αυτό σημαίνει ότι τα προϊόντα μας θα γίνουν πιο ακριβά στις ΗΠΑ, και αυτό θα μειώσει τις εξαγωγές μας.

Μ-Σε διορθώνω.

Α-Τι, δεν είναι έτσι;

Μ-Καθόλου. Το 25% το έβαλε στην αυτοκινητοβιομηχανία. Ενώ όλοι περιμέναμε να βάλει δασμούς στα πάντα.

Α-Φαντάσου πόσοι εργάτες σε αυτό τον κλάδο θα χάσουν τις δουλειές τους.

Μ-Πιστεύω η κυβέρνηση θα καλύψει τους εργάτες με ειδικά προγράμματα.

Α-Αυτό που είναι σίγουρο, ότι οι δασμοί θα επηρεάσουν και τις μικρές επιχειρήσεις που εξαρτώνται από τις εξαγωγές. Πάντως εξεπλάγην, όταν είδα ότι ο Καναδάς δεν ήταν στον κατάλογο που παρουσίασε. Γιατί δεν μας έβαλε τους δασμούς που έλεγε;

Μ-Θα σου πω εγώ.

Α-Το ξέρεις; Για λέγε;

Μ-Λοιπόν, φαίνεται ο Τραμπ δεν είναι και τόσο απαίσιος όπως τον παρουσιάζουν. Νομίζω ότι η απάντηση που δεν έβαλε τους δασμούς που περιμέναμε είναι ότι χρωστάει στον Κάρνεϊ.

Α-Τι του χρωστά;

Μ-Εδώ και χρόνια, ο γαμπρός του παρλίγο θα κήρυττε πτώχευση. Αλλά σώθηκε από μια επέμβαση του Κάρνεϊ.

Α-Δε σε καταλαβαίνω.

Μ-Λοιπόν, ο γαμπρός του Τραμπ θα έχανε τα πάντα, και ως από μηχανής θεός ο Κάρνεϊ τον έσωσε όταν διοικούσε την εταιρεία Brookfield.

Α-Πως;

Μ-Πλήρωσε προκαταβολικά τα ενοίκια για 99 χρόνια! Λέγεται ότι το ποσό ήταν περίπου 1,4 δις. Κατάλαβες τώρα;

Α-Δηλαδή μου λες, ότι υπάρχει περίπτωση στη συνομιλία με τον Τραμπ να του υπενθύμισε την «ευκολία» που έκανε στο γαμπρό του;

Μ-Ναι. Ή μπορεί ο Τραμπ να του είπε «θυμάμαι τι έκανες για το γαμπρό μου και μην ανησυχείς για τους δασμούς...».

Α-Άκουσα ότι ο Τραμπ δε συμφωνεί με το γλωσσικό νόμο του Κεμπέκ 96, όσον αφορά ότι οι εταιρίες είναι υποχρεωμέ-

νες όλες οι οδηγίες προϊόντων να είναι στη γαλλική.

Μ-Λες να ξεμπερδεύουμε με αυτό το νόμο, χάρις στον Τραμπ;

Α-Μακάρι. Από το στόμα σου και στου Θεού τ' αυτί. Πάντως δήλωσε, ότι αυτός ο νόμος είναι απαράδεκτος, διότι εμποδίζει τις αμερικανικές εταιρίες να πουλούν τα προϊόντα τους στο Κεμπέκ, μια και όλα είναι γραμμένα στην Αγγλική.

Μ-Σε αυτό έχει δίκιο. Ξέρεις πόσες φορές ο Αγαμέμνων μου προσπάθησε να αγοράσει από ιστοσελίδες καναδικών μαγαζιών, και του έλεγαν ότι δεν πουλάμε στο Κεμπέκ λόγω του νόμου 96;

Α-Το ίδιο και ο δικός μου. Τις προάλλες βρήκε έναν εκτυπωτή, αλλά τα κεντρικά δεν του το πουλούσαν διότι όλα ήταν στην αγγλική.

Μ-Πάλι καλά δε λες, που δε μας υποχρεώνουν να μιλούμε γαλλικά και μέσα στο σπίτι μας.

Α-Μην το σκέπτεσαι, διότι ποτέ δεν ξέρεις που θα φτάσουν για τη διατήρηση της γαλλικής.

Μ-Μου ανάβεις τα λαμπάκια...

Α-Γιατί;

Μ-Εδώ η νεολαία τους δε μιλά ούτε καλά γαλλικά. Κι εγώ δεν ξέρω τι μιλούν. Ακαταλαβίστικα πράγματα. Και θέλουν από εμάς στα 60 να μιλούμε γαλλικά;

Α-Ετσι είναι.

Μ-Με τον Τραμπ όμως θα τους κοπεί ο βήχας.

Α-Λες;

Μ-Είμαι σίγουρη γι αυτό.

Α-Όμως δε βλέπω ο δικός σου να τερματίζει μια και καλή τον πόλεμο στην Ουκρανία, και αυτόν που συνεχίζεται στη Γάζα, παρόλο την εκκενρία που υπογράφηκε.

Μ-Λέγεται ότι το τέλος θα έρθει κατά τον Ιούνιο ή και πριν.

Α-Το εύχομαι.

Μ-Δε μου λες τώρα, πως είδες αυτό που γινόταν στη Ρόδο;

Α-Δε νομίζω να είναι μόνο η Ρόδος. Παντού υπάρχει δολιοφθορά, το λεγόμενο λάδωμα.

Μ-Συμφωνώ.

Α-Αν ψάξεις και πρέπει να γίνει η δουλειά σου γρήγορα και αποτελεσματικά – λίγο «λαδάκι» κινεί τα γρανάζια της γραφειοκρατίας και αφιψάει τις διάφορες νομοθεσίες.

Μ-Τώρα που το είπες, θυμήθηκα την εποχή που όλοι «λάδωναν» για να πάρουν την άδεια οδήγησης που τους ερχόταν ταχυδρομικώς στο σπίτι.

Α-Κτυπάει το κουδούνι. Μάλλον ο ταχυδρόμος έφερε το δέμα που περιμένω. Σ' αφήνω και τα ξαναλέμε...



ΕΠΙΣΗΜΕΣ ΜΕΤΑΦΡΑΣΕΙΣ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ-ΕΛΛΗΝΙΚΑ

**ΒΑΣΙΛΙΚΗ Α. ΛΑΝΤΖΑΝΑΚΗ**

Πιστοποιημένη Μεταφράστρια (C. Tr.), BA, MA, ΟΤΤΙΑQ, ΑΤΙQ, ΡΑΤ-FIT

Έγκυρες και πιστοποιημένες μεταφράσεις όλων των εγγράφων σας για τις υποθέσεις σας σε Ελλάδα και Καναδά.

**Αναλαμβάνουμε:**

- Επίσημα έγγραφα: πιστοποιητικά γεννήσεως, θανάτου, γάμου κλπ.
- Νομικά έγγραφα: διαθήκες, πληρεξούσια, συμβόλαια κλπ.
- Ιατρικά έγγραφα
- Φορολογικά έγγραφα

Παρέχουμε επίσης υπηρεσίες διερμηνείας σε Προξενείο, νοσοκομεία, δικαστήρια κ.α.

1002, rue St. Roch, Montreal, QC H3N 1M1 | 514 294-7204 | info@lantzanakis.com

**HERMES OVERSEAS TRAFFIC INC.**

**H.O.T.** [www.hermesoverseas.com](http://www.hermesoverseas.com)  
 ΝΑΥΤΙΛΙΑΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΔΙΕΘΝΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ



Η εταιρεία μας διαθέτει το μεγαλύτερο δίκτυο γραφείων στην Ελλάδα, προκειμένου να μεταφέρει το λάδι σας από το χωριό σας μέχρι Μόντρεαλ με αναχωρήσεις, τουλάχιστον μία φορά το μήνα από την Ελλάδα.



Προσέχουμε τα πράγματά σας...  
 σεβόμαστε το όνομά μας.

Μεταφέρουμε βαλίτσες και μικρά κουτιά στην Ελλάδα, ανεξάρτητα από το βάρος και χωρίς πρόσθετο κόστος στην Ελλάδα.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπό μας στον Πειραιά, στο τηλέφωνο 210 4833-594

Tél.: (514) 270-1961 • Fax: (514) 274-2600

1449 Begin, Ville St-Laurent, Québec H4R 1V8 (corner Thimens)  
 info@hermesoverseas.com • katherine@hermesoverseas.com

Problems with pests, insects or rodents???



Why suffer with infestation!

All kinds of insects and rodents

- Free Estimate
- Written Guarantee

- Residential
- Commercial
- Industrial

[www.sdxtermination.com](http://www.sdxtermination.com)



**S.D. Exterminating Service Inc.**

220 Jean-Talon Ouest, Montréal, Qc. H2R 2X5  
 Call 514 274-1100 or 514 274-1459

Serving the community for over 55 years

**VASILIOS**  
 GREEK DJ | PRODUCER

[/VASILIOSMTL](https://www.instagram.com/vasiliosmtl)

**DJ SERVICES**  
**514 743-8799**

ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΑΣ  
 FOR ALL YOUR PRIVATE EVENTS

**ΕΛΛΑΔΑ ► BASKET LEAGUE**

**Ο Χάρης έστειλε το Περιστέρι στα play off**

**Κ**αλύτερο, στη μεγαλύτερη διάρκεια της αναμέτρησης, το Περιστέρι κέρδισε (Τρίτη 1 Απριλίου) στο Αλεξάνδρειο, για τα play-in της Greek Basketball League, τον Άρη με 83-78. Αποτέλεσμα που του έδωσε θέση στα play off του πρωταθλήματος, όπου θα αντιμετωπίσει, με μειονέκτημα έδρας, τον Παναθηναϊκό. Στα play out, μαζί με τους Λαύριο, Κολοσσό Ρόδου, Μαρούσι, θα συμμετέχουν οι Θεσσαλονικείς.

Κορυφαίος για τους νικητές ήταν ο Σι Τζέι Χάρης (18 πόντοι, με 4/6 τρίποντα, 5 ασίστ), το έργο του οποίου στήριξε ο Τζάρελ Έντι (16 πόντους, 7 ριμπάουντ, 1 ασίστ). Με νταμπλ-νταμπλ τελείωσε, επίσης, το ματς ο Κρις Κόφι (10 πόντοι, 10 ριμπάουντ, 3 ασίστ).

Πρώτος σκόρερ για τους «κιτρινόμαυρους» ήταν ο Σαρίφ Κούπερ (18 πόντοι).

**Τα δεκάλεπτα:** 16-25, 33-48, 58-64, 78-83

**Οι συνθέσεις των ομάδων:**

**ΑΡΗΣ (Νίκος Βετούλας):** Φίλλιος, Κούπερ 18 (2), Τολιόπουλος 9 (1), Χατζηδάκης 2, Μποχωρίδης 7 (1), Γουίλις 15 (1), Γούντμπερι 8 (1), Ρόμπερτς 2, Φιγκερόα 2, Τζούστον 15 (1)  
**ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ (Γιώργος Λημνιάτης):** Γκακ, Χιλ 12 (2), Κόφι 10, Πάπας 7 (1), Αβδάλας, Χάρης 18 (4), Κάρμπερι 7, Έντι 16 (4), Γιάνκοβιτς, Ζούγρης 13

**■ Νωρίτερα (29/3), στη διαδικασία των play-in, ο Πανιώνιος στην έδρα του είχε κερδίσει τον ΑΡΗ με 92-78 και είχε πάρει την πρόκριση, ενώ το Περιστέρι (για να παίξει κόντρα στον ΑΡΗ) είχε επιβληθεί εντός έδρας του Λαυρίου με 90-77.**

**ΤΑ ΖΕΥΓΑΡΙΑ ΣΤΑ ΠΛΕΪ – ΟΦ (Η ΠΡΟΚΡΙΣΗ ΣΤΙΣ ΔΥΟ ΝΙΚΕΣ)**

- [1] ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ – [8] ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ
- [2] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ – [7] ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ
- [3] ΑΕΚ – [6] ΠΑΟΚ
- [4] ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ – [5] ΚΑΡΔΙΤΣΑ

**ΟΙ ΟΜΑΔΕΣ ΤΩΝ ΠΛΕΪ – ΑΟΥΤ:**

|          |      |
|----------|------|
| ΑΡΗΣ     | 9-13 |
| ΛΑΥΡΙΟ   | 7-15 |
| ΚΟΛΟΣΣΟΣ | 6-16 |
| ΜΑΡΟΥΣΙ  | 5-17 |



**ΑΕΛ: Παράταση... ανόδου**

Ο Ηρακλής «φρέναρε» τη Λάρισα (1-1) η οποία με νίκη την επόμενη αγωνιστική «κλειδώνει» και μαθηματικά την άνοδο στη ΣΛ1

**Ο** ΗΡΑΚΛΗΣ δεν κατάφερε να πάρει το διπλό στην έδρα της Λάρισας, ώστε να διατηρήσει τις ελπίδες του για άνοδο.

Οι «βυσσινί» με το 1-1 στο ντέρμπι με τον «γηραιό» βρίσκονται μια... ανάσα από την επιστροφή τους στη ΣΛ1. Θα το πετύχουν και μαθηματικά, αν νικήσουν την επόμενη αγωνιστική στην έδρα του Καμπανιακού. Στο 11' ο Βαφέας έκανε το 1-0 στο ντέρμπι με τον Ηρακλή, για να φέρει το ματς στα ίσια ο Τσιριγώτης

στο 64', δίνοντας απλά... παράταση στην άνοδο της ΑΕΛ.

Στο νότο, Κηφισιά και Καλαμάτα συνέχισαν με νίκες και τη διαφορά τους να παραμένει στον ένα βαθμό, προμηνύοντας άκρως... ενδιαφέρον φινάλε.

Στα γκρουπ του υποβιβασμού, ο Διαγόρας συνεχίζει να το... παλεύει στο βορρά, ενώ στο νότο, με τις δύο ισοπαλίες συνεχίζεται ο... χαμός, με τέσσερις ομάδες να «παλεύουν» να αποφύγουν τις δύο θέσεις που οδηγούν στη Γ' εθνική.

**ΘΕΜΑ: Οι κορυφαίοι 20 που μένουν ελεύθεροι το καλοκαίρι**

**Μ**πορεί η σεζόν 2024/25 να έχει μπει στην τελική της ευθεία, ωστόσο οι περισσότεροι σύλλογοι έχουν ήδη ξεκινήσει τον προγραμματισμό για την επόμενη. Προγραμματισμός που περιλαμβάνει συζητήσεις (και) με παίκτες τα συμβόλαια των οποίων ολοκληρώνονται στις 30 Ιουνίου.

Τα ονόματα που μένουν ελεύθερα και είναι περιζήτητα από κορυφαίους συλλόγους στην Ευρώπη, είναι πάρα πολλά. Στην προσπάθεια να καταρτίσει ένας – επίσης ελεύθερος – προπονητής μία 20μελή αποστολή, θα αντιμετωπίσει αρκετά... προβλήματα στην τελική επιλογή.

Βάσει του transfermarkt.com αλλά και του βιογραφικού τους, οι κορυφαίοι ανά θέση σε ένα σύστημα 4-3-3 στους οποίους μπορεί κάποιος να καταλήξει, είναι οι εξής:

**Τερματοφύλακες:** Άλεξ Μερέτ (27, Νάπολι, 12.000.000), Νταβίντ ντε Χέα (34, Φιορεντίνα, 5.000.000)

**Δεξιό Αμυντικό:** Τρεντ-Αλεξάντερ Άρνολντ (26, Λίβερπουλ, 75.000.000), Βλάντιμιρ Τσουφάλ (32, Γουέστ Χαμ, 7.000.000)

**Αριστερό Αμυντικό:** Ρεϊνίλντο Μαντάβα (31, Ατλέτικο Μαδρίτης, 8.000.000), Νικολάς Ταλιαφίκο (32, Λυών, 7.000.000)

**Κεντρικοί Αμυντικοί:** Τζόνθαν Τα (29, Λεβερκούζεν, 30.000.000), Φέργκιλ φαν Ντάικ (33, Λίβερπουλ, 28.000.000), Σέαντ Κολάσινατς (31, Αταλάντα, 10.000.000)

**Αμυντικό Μέσο:** Τόμας Παρτέι (31, Άρσεναλ, 15.000.000)

**Κεντρικό Μέσο:** Φρανκ Ανγκισά (29, Νάπολι, 27.000.000), Μάριο Πάσαλιτς (30, Αταλάντα, 13.000.000), Ιλκάλ Γκιουντογάν (34, Μάντσεστερ Σίτι, 10.000.000)

**Επιτελικό Μέσο:** Κέβιν ντε Μπρόν (33, Μάντσεστερ Σίτι, 35.000.000)

**Δεξιό Επιθετικό:** Μοχάμεντ Σαλάχ (32, Λίβερπουλ, 55.000.000), Λιονέλ Μέσι (37, Μαϊάμι, 20.000.000)

**Αριστερό Επιθετικό:** Νεϊμάρ (33, Σάντος, 15.000.000), Στεφάν Ελ Σααραουί (32, Ρόμα, 5.000.000)

**Κεντρικό Επιθετικό:** Τζόνθαν Ντέιβιντ (25, Λιλ, 45.000.000), Κριστιάνο Ρονάλντο (40, Αλ Νασρ, 12.000.000)

**Προπονητές:** Έρικ τεν Χαγκ (55), Μασιμιλιάνο Αλέγκρι (57)

Φυσικά υπάρχουν και άλλοι ποδοσφαιριστές που απλά... δε χωρούσαν στην 20άδα, όπως για παράδειγμα οι Λιρόι Σανέ, Μάρκο Βεράτι, Βίκτορ Λίντελοφ, Έρικ Ντάιερ κ.α.

Πηγή: ΑΠΕ-ΜΠΕ ΚΩΣΤΑΣ ΒΡΟΥΛΗΣ

**MLS: Το Μαϊάμι πήρε το ντέρμπι με τη Φιλαδέλφεια και έπιασε κορυφή**

**Μ**ε την 4η συνεχόμενη νίκη του με 2-1, αυτή τη φορά στο ντέρμπι κόντρα στη Φιλαδέλφεια, το Μαϊάμι του Λιονέλ Μέσι έπιασε με 13 βαθμούς την κορυφή στον όμιλο της Ανατολής του MLS Soccer, έχοντας και αγώνα λιγότερο.

Οι γηπεδούχοι είχαν το... πάνω χέρι σχεδόν σε όλη τη διάρκεια του παιχνιδιού, πήραν προβάδισμα δύο τερμάτων με τους Τέιλορ (23') και Μέσι (57'), ενώ το μόνο που κατάφεραν οι φιλοξενούμενοι ήταν να μειώσουν στο 80' με τον Γκάζντακ και να ξαναμπούν στο παιχνίδι, χωρίς όμως να καταφέρουν κάτι περισσότερο από αυτό, μένοντας στο -1 από την κορυφή (μαζί με το Κολούμπους).

**ΣΤΟΝ ΟΜΙΛΟ ΤΗΣ ΔΥΣΗΣ,** το Βανκούβερ είχε νέα απώλεια βαθμών, και το Όστιν με την 3η συνεχόμενη νίκη του το εκμεταλλεύτηκε, φτάνοντας σε απόστα-

ση... βολής από την κορυφή, στο -1, ενώ στο -2 από την κορυφή ακολουθούν τρεις ομάδες.

**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

**Σάββατο 29 Μαρτίου:** New England-NY Red Bulls 2-1, Toronto-Vancouver 0-0, Colorado-Charlotte 2-0, Atlanta-NY City 4-3, DC United-Columbus 1-2, Inter Miami-Philadelphia 2-1, Chicago-Montreal 1-1, Dallas-Kansas City 2-1, Minnesota-Salt Lake 2-0, Nashville-Cincinnati 1-2, LA Galaxy-Orlando 1-2, San Diego-LAFC 3-2, San Jose-Seattle 1-1

**Κυριακή 30 Μαρτίου:** St. Louis City-Austin 0-1, Portland-Houston 3-1

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 6 αγώνες)**

**ΔΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ:** Vancouver 13, Austin 12, San Diego 11, Minnesota 11, Colorado 11, Portland 10, FC Dallas 10,

LAFC 9, St. Louis City 8, San Jose 7, Salt Lake 6, Seattle 6, LA Galaxy 2, Houston 2, Kansas City 1

**ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ:** Inter Miami 13 (5), Philadelphia 12, Columbus 12, Chicago 11, Charlotte 10, Nashville 10, Orlando 10, Cincinnati 10, NY Red Bulls 8, NY City 8, Atlanta Utd 8, DC United 6, New England 4 (5), Toronto 2, Montreal 2

**ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

**Σάββατο 5 Απριλίου:** Charlotte-Nashville, Salt Lake-LA Galaxy, Atlanta Utd-FC Dallas, Columbus-Montreal, FC Cincinnati-New England, NY Red Bulls-Chicago, Philadelphia-Orlando, Austin FC-Portland, Houston-LAFC, Kansas City-St. Louis City, Vancouver-Colorado, San Diego-Seattle  
**Κυριακή 6 Απριλίου:** New York City-Minnesota, San Jose-DC United, Inter Miami-Toronto

**SUPER LEAGUE 2**

**ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ, ΟΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΕΣ ΚΑΙ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ, ΕΧΟΥΝ ΩΣ ΕΞΗΣ:**

**Α' ΟΜΙΛΟΣ PLAYOFF 6<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Λάρισα-Ηρακλής 1-1  
Μακεδονικός-Καμπανιακός 1-1  
Ρεπό: ΠΑΣ Γιάννινα

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 5 αγώνες)**

**ΛΑΡΙΣΑ 33**  
ΗΡΑΚΛΗΣ 27  
ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ 21 (4 αγ.)  
ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ 18  
ΚΑΜΠΑΝΙΑΚΟΣ 17

**7<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Καμπανιακός-Λάρισα  
ΠΑΣ Γιάννινα-Μακεδονικός  
Ρεπό: Ηρακλής

**Β' ΟΜΙΛΟΣ PLAYOFF 6<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Αιγάλεω-Κηφισιά 0-1  
Πανιώνιος-Καλαμάτα 1-2  
Ρεπό: Ηλιούπολη

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 5 αγώνες)**

**ΚΗΦΙΣΙΑ 36**  
ΚΑΛΑΜΑΤΑ 35  
ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ 23  
ΑΙΓΑΛΕΩ 15  
ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ 10 (4 αγ.)

**7<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Ηλιούπολη-Αιγάλεω  
Κηφισιά-Πανιώνιος  
Ρεπό: Καλαμάτα

**Α' ΟΜΙΛΟΣ PLAYOUT 6<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Εθνικός Ν.Κ.-Διαγόρας Ρόδου 0-1  
Καβάλα-Νίκη Βόλου 0-0  
Ρεπό: ΠΑΟΚ Β'

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 5 αγώνες)**

**ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 18**  
ΠΑΟΚ Β' 17 (4 αγ.)  
ΚΑΒΑΛΑ 17  
**ΔΙΑΓΟΡΑΣ ΡΟΔΟΥ 14**  
ΕΘΝΙΚΟΣ Ν.Κ. 5

**7<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Νίκη Βόλου-Εθνικός Ν.Κ.  
ΠΑΟΚ Β'-Καβάλα  
Ρεπό: Διαγόρας Ρόδου

**Β' ΟΜΙΛΟΣ PLAYOUT 6<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

ΑΕΚ Β'-Παναργειακός 2-2  
Παναχαϊκή-Χανιά 2-2  
Ρεπό: Αστέρας Τρίπολης Β'

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 5 αγώνες)**

**ΧΑΝΙΑ 22**  
ΠΑΝΑΧΑΪΚΗ 15  
ΠΑΝΑΡΓΕΙΑΚΟΣ 13  
**ΑΕΚ Β' 13**  
**ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ. Β' 11 (4 αγ.)**

**7<sup>η</sup> ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

Χανιά-ΑΕΚ Β'  
Παναχαϊκή-Αστέρας Τρίπολης Β'  
Ρεπό: Παναργειακός



ΕΛΛΑΔΑ ► ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ / ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ

## Πάρτι... τίτλου για τον Ολυμπιακό στο Φάληρο με καλεσμένο τον... Παναθηναϊκό!

Στο... κόλπο για τη 2<sup>η</sup> θέση ο ΠΑΟΚ, απίστευτη ανατροπή στην ΟΡΑΡ Arena κόντρα στην ΑΕΚ με 2-3 από 2-0!!!

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΒΗΜΑ** για την κατάκτηση του πρωταθλήματος έκανε ο Ολυμπιακός, με τη νίκη του με 4-2 επί του Παναθηναϊκού στο «ντέρμπι» του Γεώργιος Καραϊσκάκης.

Ένας... σεληνιασμένος Ρόμαν Γιάρεμτσουκ, ένας Μπάμπης Κωστούλας για... φίλημα, ένας Πιρόλα που δεν πέραγε... κουνούπι και ένας Τζολάκης Κέρβερος όταν χρειάστηκε, με απόκρουση που θέλει επιστημονική... ανάλυση, υπέγραψαν τη σημαντικότερη ερυθρόλευκη νίκη που έδωσε απόσταση στον Ολυμπιακό δέκα βαθμών από την ΑΕΚ, δεκατριών από τον Παναθηναϊκό και 14 από τον ΠΑΟΚ.

Οι ερυθρόλευκοι με δύο γκολ του Γιάρεμτσουκ (1', 51'), ένα του Τσικίνιο (16') και ένα του Κωστούλα στο 82, νίκησε πιο δύσκολα απ' όσο δείχνει το τελικό σκορ, καθώς ο Παναθηναϊκός είχε μειώσει το σκορ δύο φορές στο ένα

γκολ, με τον Μλαντένοβιτς (25') και τον Ιωαννίδη (75') με πέναλτι.

Να σημειωθεί ότι με δέκα παίκτες τελείωσε την αναμέτρηση ο Παναθηναϊκός, καθώς ο Φώτης Ιωαννίδης αποβλήθηκε με δεύτερη κίτρινη, για φάουλ στον Μπάμπη Κωστούλα, ενώ ο παίκτης του Ολυμπιακού έβγαине μόνος του στον κενό χώρο.

Πολλά νεύρα από τον Ιωαννίδη σε έναν ακόμα αγώνα και όσο δεν μπορεί να το διαχειριστεί κάνει κακό στον εαυτό του και την ομάδα του.

Ο διεθνής επιθετικός των «πρασίνων» είδε την πρώτη κίτρινη επειδή έπιασε από το... γιακά τον Ροντινέι, μετά το γκολ του «πράσινου» επιθετικού που μείωσε σε 3-2 και ενώ προσπαθούσε να πάρει την μπάλα από τα δίχτυα του Τζολάκη, για να συνεχιστεί γρήγορα το παιχνίδι.

Άλλος ένας τραυματισμός για τον Ολυμπιακό αυτή τη φορά του πολύ καλού

όσο αγωνίστηκε Ορτέγκα. Τη θέση του πήρε ο Μπρούνο, ενώ συγκλονιστικός ήταν ο Πιρόλα, ο οποίος κέρδισε σχεδόν όλες τις προσωπικές μονομαχίες στο έδαφος και στον αέρα, με τους αντιπάλους του.

**ΣΤΗΝ ΟΡΑΡ ARENA**, τίποτα δεν προμήνυε τον επίλογο που γράφτηκε στο ντέρμπι των «δικεφάλων». Η ΕΝΩΣΗ πήρα προβάδισμα στο σκορ με δύο τέρματα στο ξεκίνημα του 2<sup>ου</sup> μέρους, και άπαντες πίστεψαν πως όλα τελείωσαν.

Οι παίκτες του Λουτσέσκου όμως είχαν αντίθετη... άποψη, συν ότι οι γηπεδούχοι νόμισαν ότι «καθάρισαν» το ματς και... έφυγαν από το γήπεδο!

Ο ΠΑΟΚ εκμεταλλεύτηκε τη... χαλάρωση της ΑΕΚ και από το 58' μέχρι το 85' ολοκλήρωσε τη μεγάλη ανατροπή, που τον βάζει για τα καλά στη διεκδίκηση της 2<sup>ης</sup> θέσης που οδηγεί στα προκριματικά του Τσάμπιονς Λιγκ!

### ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ

## Ο Κωστούλας ο νεότερος, ο Γιάρεμτσουκ ο γρηγορότερος

Τα τρία από τα τέσσερα τέρματα που σημείωσε ο Ολυμπιακός το βράδυ της Κυριακής (30/3), είχαν ιστορικό χαρακτήρα και «έγραψαν» ιδιαίτερα ρεκόρ για τις αναμετρήσεις των «αιωνίων» αντιπάλων.

#### ΝΕΟΤΕΡΟΣ ΣΚΟΡΕΡ ΣΕ ΝΤΕΡΜΠΙ Ο ΚΩΣΤΟΥΛΑΣ

Ο Χρήστος Μουζακίτης είχε σκοράρει στις 5 Φεβρουαρίου 2025 στην αναμέτρηση του Ολυμπιακού με τον Παναθηναϊκό για τα προημιτελικά του Κυπέλλου Ελλάδος και έγινε τότε ο νεότερος σκόρερ σε ντέρμπι «αιωνίων» (18 ετών και 43 ημερών).

Είχε πάρει το ρεκόρ από τα χέρια του Γιώργου Βαϊτση, ο οποίος είχε σκοράρει στη νίκη του Ολυμπιακού με 2-1 στο ΟΑΚΑ, στις 16 Μαρτίου 1986, για το πρωτάθλημα σε ηλικία 18 ετών και 227 ημερών. Ο Μουζακίτης, όμως, διατήρησε το ρεκόρ λιγότερο από δύο μήνες, αφού το

βράδυ της Κυριακής (30/3), ο Μπάμπης Κωστούλας σημείωσε γκολ σε ηλικία 17 ετών και 295 ημερών.

**Ο ΓΙΑΡΕΜΤΣΟΥΚ ΤΟ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΟ ΓΚΟΛ**  
Μόλις στο 47<sup>ο</sup> δευτερόλεπτο άνοιξε το σκορ ο Ρόμαν Γιάρεμτσουκ και αυτό είναι το πιο γρήγορο γκολ σε ντέρμπι ανάμεσα στον Ολυμπιακό και τον Παναθηναϊκό.

Ο Τάκης Περίσας είχε το ρεκόρ, αφού είχε ανοίξει το σκορ στο 58<sup>ο</sup> δευτερόλεπτο του ντέρμπι για το Κύπελλο Ελλάδος στις 13 Ιανουαρίου 1982 στο γήπεδο της Λεωφόρου Αλεξάνδρας, όπου επικράτησε ο Παναθηναϊκός με 3-2 στην παράταση.

**ΤΟ ΓΚΟΛ ΝΟΥΜΕΡΟ 1.000 ΠΟΥ ΔΕΧΘΗΚΕ Ο ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ**  
Το δεύτερο γκολ που σημείωσε ο Ρόμαν Γιάρεμτσουκ ήταν το γκολ αριθμός 1.000 που δέχεται ο Παναθηναϊκός σε εκτός έδρας αναμετρήσεις στο πρωτάθλημα



της Α' Εθνικής/ Super League.

Οι Πράσινοι έφτασαν αυτό το ορόσημο στις τελευταίες στροφές της 66<sup>ης</sup> σεζόν και ο Ουκρανός επιθετικός έβαλε το όνομα του δίπλα σε αυτό το γκολ.

Είναι η τέταρτη ομάδα από τους BIG 5 που φτάνει σε τετραψήφιο αριθμό γκολ, αφού ο Άρης έχει δεχθεί 2.028, ο ΠΑΟΚ 1.322 και η ΑΕΚ 1.096 γκολ.

Το πρώτο γκολ της ιστορίας του σε εκτός έδρας αναμέτρηση το είχε δεχθεί από τον Νίκο Μυτώση στην 6<sup>η</sup> αγωνιστική του πρωταθλήματος 1959-60 στην αναμέτρηση της 29<sup>ης</sup> Νοεμβρίου 1959 (Προοδευτική - Παναθηναϊκός 1-1).

### ΑΓΩΝΕΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

1η αγωνιστική  
ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4

Κυριακή 30 Μαρτίου 2025

ΑΕΚ-ΠΑΟΚ 2-3

[22' πέν. Μάνταλος, 47' Λαμέλα - 58' Κωνσταντέλιας, 67' Ζίβκοβιτς, 85' Πέλλκας]

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ 4-2

[1', 51' Γιάρεμτσουκ, 16' Τσικίνιο, 82' Κωστούλας - 25' Μλαντένοβιτς, 75' πέν. Ιωαννίδης]

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8

Σάββατο 29 Μαρτίου 2025

ΟΦΗ-ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘΗΝΩΝ 1-2

[12' Νους - 6' Τζοβάρας, 87' Μπακού]

ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ-ΑΡΗΣ 0-2

[37' Μπράμπετς, 58' Σαβέριο]

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ

Σάββατο 29 Μαρτίου 2025

ΚΑΛΛΙΘΕΑ-ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ 1-1

[90+5' Λεμπόν - 64' αυτ. Εντιαγέ]

ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ-ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ 1-2

[31' πέν. Λιάθας - 72' Ρόμο, 90+3' Βήχος]

Κυριακή 30 Μαρτίου 2025

ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ-ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ 1-1

[67' Σαλαζάρ - 78' πέν. Βλαχομήτρος]

### ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΕΣ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ (σε 27 αγώνες)

ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4

|                  |            |
|------------------|------------|
| 01] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ   | 63 (49-18) |
| 02] ΑΕΚ          | 53 (46-19) |
| 03] ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ | 50 (33-26) |
| 04] ΠΑΟΚ         | 49 (54-28) |

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8

|                   |            |
|-------------------|------------|
| 05] ΑΡΗΣ          | 24 (33-28) |
| 06] ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ. | 21 (34-33) |
| 07] ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ. | 18 (27-31) |
| 08] ΟΦΗ           | 18 (38-40) |

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ

|                  |            |
|------------------|------------|
| 09] ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ | 33 (21-24) |
| 10] ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ  | 31 (32-35) |
| 11] ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ | 29 (31-48) |
| 12] ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ    | 23 (21-43) |
| 13] ΚΑΛΛΙΘΕΑ     | 22 (25-41) |
| 14] ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ    | 16 (15-45) |

2η αγωνιστική  
ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4

Κυριακή 6 Απριλίου 2025

12:30 ΠΑΟΚ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ

14:30 ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΑΕΚ

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8

Σάββατο 5 Απριλίου 2025

12:30 ΑΡΗΣ-ΟΦΗ

ΔΕΥΤΕΡΑ 7 Απριλίου 2025

11:00 ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.-ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ

Σάββατο 5 Απριλίου 2025

10:00 ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ-ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ

13:00 ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ-ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Κυριακή 6 Απριλίου 2025

10:00 ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ

Alexandros

### ΖΩΝΤΑΝΗ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ

Για όλες τις εκδηλώσεις σας, γάμους, βαπτίσεις, χορούς

Μουσικά σύνολα 2 ατόμων και άνω, με δυνατότητα επιλογής ύφους ρεπερτορίου

ΛΑΪΚΑ • ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ • ΡΕΜΠΕΤΙΚΑ • ΧΟΡΕΥΤΙΚΑ

514-991-7408

info@alexandroslive.com  
www.alexandroslive.com





# ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΕΚΜΜ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΜΕΙΖΟΝΟΣ ΜΟΝΤΡΕΑΛ

## Πασχαλινές ανακοινώσεις



### ΑΥΣΤΗΡΗ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Απαγορεύονται τα πυροτεχνήματα το βράδυ της Ανάστασης

Υπενθυμίζεται σε όλους τους συμπατριώτες ότι απαγορεύονται αυστηρώς τα κάθε είδους πυροτεχνήματα το Μεγάλο Σάββατο, 19 Απριλίου, το βράδυ, στις εκκλησίες της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ. Οι Αστυνομικές Αρχές έχουν εκδώσει προειδοποίηση για την απαγόρευση πυροτεχνημάτων (κροτίδων) και όποιος συλληφθεί να παραβαίνει το νόμο θα υποστεί τις συνέπειες.

Με τις καλύτερες ευχές για το Πάσχα. Από την Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ

### STRICT WARNING

Fireworks are prohibited during Easter Mass

We wish to remind everyone that the use of fireworks is strictly prohibited during Holy Saturday night's mass on April 19th at all HCGM churches. The Police and Fire Department have issued a warning that all fireworks are banned, and anyone caught violating the rules will suffer the consequences.

Wishing everyone a great Easter. Hellenic Community of Greater Montreal

### STRICT AVERTISSEMENT

Les feux d'artifices sont interdits pendant la messe de Pâques.

Nous tenons à vous rappeler à tous que l'utilisation de feux d'artifice est strictement interdite pendant la messe de Samedi saint au soir (le 19 avril) à toutes les églises de la HCGM. Le service de Police, ainsi que celui de Sécurité incendie ont émis un avertissement d'interdiction totale de tous les feux d'artifice, précisant que les contrevenants à cette règle en subiront les conséquences.

Nous vous souhaitons de joyeuses Pâques. Communauté hellénique du Grand Montréal



## Τα παιδιά μας! Η Ελλάδα μας!



Εξερεύνησαν, διδάχτηκαν και έκλεισαν μέσα στην καρδιά τους την Ιστορία της Επανάστασης της 25ης Μαρτίου 1821 για την Ανεξαρτησία της Ελλάδας, χαρίζοντας το πολύτιμο δώρο της ελπίδας σε όλους μας. Με πίστη, αγάπη και νεανική ορμή υπερηφάνειας, οι μαθητές όλων των παραρτημάτων του καθημερινού σχολείου "Σωκράτης-Δημοσθένης", των σχολείων της Συμπληρωματικής Εκπαίδευσης και του Λαογραφικού Εργαστηρίου "Δ. Τζώτζης" της ΕΚΜΜ έδωσαν το βροντερό ελπιδοφόρο "παρών" τους σε όλες τις επετειακές εκδηλώσεις. Μέσα από τις σχολικές γιορτές ενσάρκωσαν τα ιστορικά γεγονότα και τους Ήρωες του 1821, τραγούδησαν και χόρεψαν παραδοσιακούς χορούς.

Τα παιδιά μας, αυτή η ζωντανή Ελλάδα της παροικίας μας, τίμησαν την εθνική μας επέτειο, δίνοντας τον ελληνικό παλμό με τη φρεσκάδα της νιότης τους στην παρέλαση στην Jean Talon. Μοναδική, επίσης, και η συμμετοχή των τυμπανιστών του σχολείου "Σωκράτης-Δημοσθένης" στην παρέλαση για την Ελληνική Ανεξαρτησία στη θρυλική 5η Λεωφόρο της Νέας Υόρκης.

Συγχαρητήρια, στους δασκάλους όλων των σχολείων, στους εθnikοτοπικούς συλλόγους, στις Επιτροπές Γονέων και στον κάθε γονέα ξεχωριστά, που δίνει την ελληνική πνοή στις καρδιές της νέας γενιάς!



## ΒΟΥΛΗ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

### Η ΕΚΜΜ στα θέματα συζήτησης για οικονομική και υλικοτεχνική υποστήριξη

Η δεύτερη συζήτηση του αιτήματος για υλικοτεχνική και οικονομική υποστήριξη της ΕΚΜΜ από την ελληνική κυβέρνηση, πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα, 31 Μαρτίου, στη Βουλή των Ελλήνων.

Ο Ανεξάρτητος Βουλευτής, Χαράλαμπος Κατσιβαρδάς, που έχει αναλάβει την παρουσίαση του αιτήματος, έθεσε ερώτηση προς τον Υπουργό Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού. Η ερώτηση επικεντρώθηκε στην οικονομική και υλικοτεχνική υποστήριξη προς την Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ (ΕΚΜΜ), συγκεκριμένα για την ανέγερση ενός γυμνασίου στην περιοχή του Λαβάλ. Ο κ. Κατσιβαρδάς υπογράμμισε τη σημασία της ελληνικής ομογένειας και τις αξίες που διατηρεί, σημειώνοντας ότι η ενίσχυση της εκπαίδευσης στην κοινότητα μας αποτελεί κρίσιμο μέσο για τη διατήρηση της ελληνικής ταυτότητας και πολιτιστικής κληρονομιάς.

Ο Υφυπουργός Παιδείας, Κωνσταντίνος Βλάσης, απαντώντας, αναγνώρισε τη στρατηγική αξία της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ ως ένα από τα πιο ζωντανά κύτταρα της ελληνικής διασποράς. Παρόλο που οι άμεσες αρμοδιότητες του Υπουργείου Παιδείας περιλαμβάνουν την κατασκευή σχολείων εντός Ελλάδας, ο κ. Βλάσης δήλωσε ότι υπάρχει ισχυρή δέσμευση για την υποστήριξη των προσπαθειών της κοινότητας. Συγκεκριμένα, ανέφερε ότι η ελληνική κυβέρνηση, πέρα από τη συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας, θα κινητοποιήσει το Υπουργείο Οικονομικών και το Υπουργείο Εξωτερικών για να εξασφαλίσει τη οικονομική και υλικοτεχνική υποστήριξη που απαιτείται. Αυτή η συνεργασία στοχεύει να ενισχύσει τους δεσμούς της Κοινότητας μας με την Ελλάδα και να διατηρήσει την ελληνική πολιτιστική κληρονομιά στο Μόντρεαλ.



## ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΜΜ

### Έντυπιακό το ενδιαφέρον με μεγάλη συμμετοχή

Με εντυπωσιακό ενδιαφέρον αγκάλιασε το κοινό το 1ο Διαδικτυακό Συνέδριο Ιατρικού Τουρισμού, που πραγματοποιήθηκε την Κυριακή, 16 Μαρτίου, από την ΕΚΜΜ, μέσω της πλατφόρμας Zoom. Οι προσκεκλημένοι ομιλητές, ο Καθηγητής Θεόδωρος Κωφίδης (καρδιοχειρουργός), ο Δρ. Θεοδόσης Αρκουλής (γυναικολόγος, ειδικός στην εξωσωματική γονιμοποίηση), ο Δρ. Στέλιος Γιασάς (ογκολόγος, παθολόγος), και ο Δρ. Ανδρέας Λαρεντζάκης (ογκολόγος, χειρουργός) μετά τις ομιλίες τους απάντησαν σε πολλές και ουσιαστικές ερωτήσεις των θεατών. Ο Πρόεδρος της ΕΚΜΜ και Πρόεδρος του συνεδρίου Δρ. Γεώργιος Τσούκας καλωσόρισε τους ομιλητές και αναφέρθηκε, ανάμεσα σε άλλα, στη σπουδαιότητα του ιατρικού τουρισμού στην Ελλάδα.

Τη συζήτηση συντόνισε η Ελληνίδα δημοσιογράφος Τζένη Παντελή και ο Πάρις Πέτρου Διευθυντής Δημοσίων Σχέσεων και Μάρκετινγκ της ΕΚΜΜ.

Μετά τη μεγάλη επιτυχία του πρώτου συνεδρίου, την **Κυριακή, 6 Απριλίου θα πραγματοποιηθεί το 2ο Διαδικτυακό Συνέδριο Ιατρικού Τουρισμού**, στις 3 μ.μ. ώρα Ανατολικού Καναδά, μέσω της πλατφόρμας Zoom με τους ίδιους οικοδεσπότες και με ομιλητές τους **Δρ. Κωνσταντίνο Μιχαήλ Κωνσταντινίδη** (γενικός χειρουργός, πρωτοπόρος στη ρομποτική χειρουργική), **Δρ. Γεώργιο Βασταρδή** (χειρουργός σπονδυλικής στήλης με ειδικότητα στην ενδοσκοπική και ελάχιστα επεμβατική χειρουργική)

και **Δρ. Βασίλη Αθανασίου** (γυναικολόγος, με ειδίκευση στην αναπαραγωγική ενδοκρινολογία και υπογονιμότητα). Οι συμμετέχοντες, θα έχουν την ευκαιρία να απευθύνουν ερωτήσεις στους ομιλητές μετά από κάθε παρουσίαση. Για δωρεάν εγγραφές συμμετοχής, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας [hcgm.org](http://hcgm.org) ή σκανάρετε το QR code.







ÉGLISE GRECQUE ORTHODOXE ST-NICOLAS  
ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ  
ST. NICHOLAS GREEK ORTHODOX CHURCH  
3780, chemin du Souvenir, Chomedey QC H7V 1Y3  
Tél : 450-973-3480 • Fax : 450-973-1326 • www.hcgm.org

## ΜΕΓΑΛΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ

|                 |                                                                                                                                                          |                                            |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 13 Κυριακή      | ΤΩΝ ΒΑΙΩΝ - Όρθρος, Θ. Λειτουργία                                                                                                                        | 8:30π.μ                                    |
| 13 Κυριακή      | Ρούφου, Θεοχάρους, Η Ακολουθία του Νυμφίου                                                                                                               | 6:30μ.μ                                    |
| 14 Μ. Δευτέρα   | Ιωσήφ Παγκάλου - Η Ακολουθία του Νυμφίου                                                                                                                 | 6:30μ.μ                                    |
| 15 Μ. Τρίτη     | Των 10 Παρθένων - Η Ακολουθία του Νυμφίου                                                                                                                | 6:30μ.μ                                    |
| 16 Μ. Τετάρτη   | Της Αλειψάσης τον Κύριον μύρω – Το Μυστήριον Ιερ. Ευχελαίου<br>– Η Ακολουθία του Νυπτήριος                                                               | 4:00μ.μ<br>6:30μ.μ                         |
| 17 Μ. Πέμπτη    | Ο Μυστικός Δείπνος – Εσπερινός, Θεία Λειτουργία<br>– Η Ακολουθία των Αγίων Παθών                                                                         | 8:00π.μ<br>6:30μ.μ                         |
| 18 Μ. Παρασκευή | Τα Αγία Πάθη του Κυρίου – Η Ακολουθία των Μεγάλων Ωρών<br>– Η Ακολουθία της Αποκαθήλωσης<br>– Η Ακολουθία του Επιταφίου Θρήνου<br>– Εξοδος του Επιταφίου | 10:00π.μ<br>12:00μ.μ<br>6:30μ.μ<br>8:30μ.μ |
| 19 Μ. Σάββατο   | Η εις Άδου Κάθοδος – Εσπερινός, Θεία Λειτουργία<br>– Τελετή Αναστάσεως και Θ. Λειτουργία                                                                 | 8:00π.μ<br>11:00μ.μ                        |
| 20 Κυριακή      | ΑΓΙΟΝ ΠΑΣΧΑ – Εσπερινός της Αγάπης                                                                                                                       | 11:00π.μ                                   |

### ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

- Την Μ. Τετάρτη τα ονόματα υπέρ υγείας θα διαβαστούν στις 4:00μ.μ
- Την Μ. Τετάρτη το μύρωμα δια του Αγίου Ελαίου θα γίνει: 5:00μ.μ – 6:30μ.μ
- Την Μ. Πέμπτη η Θ. Κοινωνία θα γίνει: 6:00π.μ - 8:00π.μ και 9:30π.μ - 11:00π.μ
- Το Μ. Σάββατο η Θ. Κοινωνία θα γίνει: 6:00π.μ - 11:00π.μ
- Την Μ. Παρασκευή τα ονόματα υπέρ αναπαύσεως θα διαβαστούν στις 12:00μ.μ



## ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ



Ο Οργανισμός Τρίτης Ηλικίας η «Φιλία» όπως κάθε χρόνο, θα συμπληρώσει **Φορολογικές Δηλώσεις για το 2024**.  
Εάν έχετε λάβει όλα τα απαραίτητα χαρτιά, μπορείτε να τα φέρνετε στο γραφείο μας στο 821 Ogilvy, γωνία Outremont, από τώρα και κάθε μέρα μεταξύ 1.30 και 4.30 μ.μ.

Το τηλέφωνο για πληροφορίες είναι 514-948-3021 ή αφήστε όνομα και τηλέφωνο, για να σας πάρουμε πίσω.

**ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ «ΦΙΛΙΑ»**  
**821 OGILVY AVE. MTL, QUE. H3N 1N9**  
**Tel: (514) 948 3021 • fax: (514) 948 6063**  
**filia@bellnet.ca**



L'ARCHIDIOCÈSE GREC ORTHODOXE DU CANADA  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΗ ΤΟΡΟΝΤΟ (ΚΑΝΑΔΑ)  
LA COMMUNAUTE GRECQUE ORTHODOXE DE LA REGION OUEST DE MONTREAL  
PAROISE GRECQUE ORTHODOXE SAINTS CONSTANTINE ET HELENE  
GREEK ORTHODOX COMMUNITY OF WEST ISLAND OF MONTREAL  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΚΟΙΝΟΤΗΣ ΤΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΔΥΤΙΚΑ ΤΟΥ ΜΟΝΤΡΕΑΛ  
**ΕΝΟΡΙΑ ΑΓΙΩΝ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΚΑΙ ΕΛΕΝΗΣ**

20 BRUNSWICK BLVD, DOLLARD DES ORMEAUX, QC, H9B 2N8  
TEL: 514-684-6462, FAX: 514-421-6788  
E-mail: [helleniccommunity@bellnet.ca](mailto:helleniccommunity@bellnet.ca)  
Website: <http://www.greekwestisland.org>  
Facebook: Greek-Orthodox-Community-of-West-Island-of-Montreal  
Facebook: PythagorasGreekSchoolWestIsland



Ο Ιερατικός Προϊστάμενος της Ορθοδόξου Κοινότητας του West Island, πατήρ Λάμπρος Καμπερίδης, ο Πρόεδρος της Κοινότητας Κώστας Καλογερόπουλος, το Διοικητικόν Συμβούλιον, τα μέλη της Φιλοπτώχου, το Διδακτικόν προσωπικόν, η Νεολαία, η Επιτροπή Γονέων του σχολείου Πυθαγόρας, η Εκκλησιαστική Επιτροπή και όσοι εργάζονται δια την Κοινότητα, εύχονται στα μέλη της Κοινότητας, τους Έλληνες κάτοικους του West Island και σε όλη την Παροικία

**ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ  
ΚΑΙ ΠΑΣΧΑ ΤΕΡΠΝΟΝ**



ÉGLISE GRECQUE ORTHODOXE TIMIOS STAVROS  
ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΤΙΜΙΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥ  
TIMIOS STAVROS GREEK ORTHODOX CHURCH  
4865, chemin du Souvenir, Laval QC H7W 1E1  
Tél : 450-973-3773 • Fax : 450-973-3754 • www.hcgm.org

### ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Η Φιλόπτωχος Αδελφότης Κυριών του Ιερού Ναού Τιμίου Σταυρού στο Λαβάλ θα προσφέρει γεύμα με ψάρι και σκορδαλιά την Κυριακή των Βαΐων 13 Απριλίου αμέσως μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας στην αίθουσα του Ιερού Ναού. Διαθέτουμε το γεύμα και σε πακέτο το οποίο θα μπορείτε να παραλάβετε από τις 11:00 έως τις 1:00 μ.μ.

Για τις παραγγελίες σας τηλεφωνήστε στο 438-879-5554.

Τιμή φαγητού 30\$, παιδικό 15\$

Η παρουσία σας και η οικονομική σας προσφορά θα μας βοηθήσει ώστε να φέρουμε εις πέρας τα διάφορα έργα που συνεχίζονται για τον εξωραϊσμό της Εκκλησίας μας.

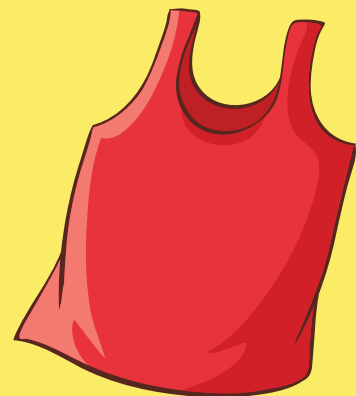
Ευχαριστούμε θερμά τις κάτωθι επιχειρήσεις για τη συνεχή υποστήριξη τους στις εκδηλώσεις μας:

Σας ευχόμεθα ΚΑΛΗ ΑΝΑΣΤΑΣΗ!!!

Από τη Φιλόπτωχο Αδελφότητα Κυριών  
Ιερού Ναού Τιμίου Σταυρού στο Λαβάλ



# ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ



Το *Magic Mission* σας προσκαλεί σε ένα:

## ΜΕΓΑΛΟ ΞΕΠΟΥΛΗΜΑ

Ρούχων από Ισπανία

Ρούχα ανδρικά, γυναικεία και παιδικά όλες των Εποχών (χειμωνιάτικα, ανοιξιιάτικα και καλοκαιρινά) σε ΠΟΛΥ ΧΑΜΗΛΕΣ ΤΙΜΕΣ

Η εταιρεία AGENCY RAGAL CANADA INC. δωρίζει στο *Magic Mission* όλο το στοκ της επιχείρησης για να στηρίξει τις αποστολές Αγάπης και Αλληλεγγύης προς την Πατρίδα.

Όλα τα έσοδα θα διατεθούν για αγορές πρώτης ανάγκης που θα σταλούν στους οργανισμούς που στηρίζει το *Magic Mission* στην Ελλάδα μαζί με την παροικία των Ελλήνων του Μόντρεαλ.

### Σας περιμένουμε:

**Το** : Σάββατο 12 Απριλίου & την Κυριακή 13 Απριλίου 2025

**Στο** : Foyer της Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μόντρεαλ - 5757 av. Wilderton

**Από** : 10 το πρωί μέχρι 6 το απόγευμα

Από τους εθελοντές του *Magic Mission*



# ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ: ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΚΑ ΧΡΟΝΙΑ ΕΩΣ ΤΟΝ 21<sup>Ο</sup> ΑΙΩΝΑ

## ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΜΕΣΑΙΩΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΝΕΟΤΕΡΟΥ ΚΟΣΜΟΥ (565 ΕΩΣ 1815)

Υπουργείο Παιδείας & Θρησκευμάτων / Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής / Β' Γενικού Λυκείου Γενικής Παιδείας

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

## ΑΠΟ ΤΟ ΣΧΙΣΜΑ ΤΩΝ ΔΥΟ ΕΚΚΛΗΣΙΩΝ ΩΣ ΤΗΝ ΑΛΩΣΗ ΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΦΟΡΟΥΣ (1054-1204)

Η περίοδος 1054-1204 χαρακτηρίζεται από μεγάλες ανακατατάξεις, τόσο στη Βυζαντινή αυτοκρατορία όσο και έξω από αυτήν. Τα κύρια χαρακτηριστικά της είναι η ανάπτυξη της μεγάλης γαιοκτησίας και η εντεινόμενη οικονομική διείσδυση των Ιταλών στη βυζαντινή επικράτεια. Οι Κομνηνοί κατόρθωσαν με μεγάλες προσπάθειες να ανασυγκροτήσουν προσωρινά το κράτος (1081-1185), αλλά το τίμημα που πληρώθηκε ήταν βαρύ. Η διάδοχη δυναστεία των Αγγέλων δεν μπόρεσε να ανακόψει την καθοδική πορεία του κράτους. Στον τομέα της εξωτερικής πολιτικής η Βυζαντινή Αυτοκρατορία υπέστη, κατά την ίδια περίοδο, μια σειρά από ανεπανόρθωτες καταστροφές, όπως ήταν η απώλεια των κτήσεων της στην Ιταλία και η κατάκτηση ενός μεγάλου μέρους της Μικράς Ασίας από τους Σελτζούκους Τούρκους. Στη Δύση, έλαβαν χώρα σημαντικές μεταβολές: οι κλιματολογικές αλλαγές, η δημογραφική ανάπτυξη και τα τεχνολογικά επιτεύγματα, συνέβαλαν στην αύξηση της αγροτικής παραγωγής και κατέστησαν δυνατή την ανάπτυξη του εσωτερικού και διεθνούς εμπορίου και την αναβίωση των πόλεων. Η εξουσία του πάπα ενισχύθηκε και επιβλήθηκε σε βάρος της κοσμικής εξουσίας των γερμανών βασιλέων. Ένα από τα σημαντικότερα γεγονότα της εξεταζόμενης περιόδου υπήρξαν οι Σταυροφορίες, που εξέφρασαν την ισχύ της παπικής εξουσίας και τον οικονομικό επεκτατισμό της Ευρώπης, ενώ παράλληλα υπονόμισαν το Βυζάντιο και συνέβαλαν στην πτώση του.

## 5. Οικονομικές μεταβολές στη Δυτική Ευρώπη



Εμπορικός δρόμος μεσαιωνικής πόλης. Μικρογραφία σε χειρόγραφο του 15ου αι.

### Α. Ο ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ ΚΑΙ Η ΓΕΩΡΓΙΑ

Στα μέσα του 11<sup>ου</sup> αιώνα παρουσιάζονται στη Δυτική Ευρώπη και τη Βόρεια Ιταλία οι πρώτες ενδείξεις μιας αρχόμενης ακμής. Ο πληθυσμός αυξάνεται και οι καλλιεργούμενες εκτάσεις επεκτείνονται με εκχερσώσεις και αποξηράνσεις.

Συγχρόνως, ζωντανεύουν το εμπόριο και η βιοτεχνία και ιδρύονται νέες πόλεις. Το χρήμα χρησιμοποιείται και πάλι στις συναλλαγές. Ουσιαστικά πραγματοποιείται μια γεωργική επανάσταση, η οποία εκφράζεται με την αύξηση των καλλιεργούμενων εκτάσεων και της συγκομιδής και με τεχνολογικές καινοτομίες, όπως είναι το τροχοφόρο άροτρο και η τετράτροχη άμαξα. Η έλλειψη λιπάσματος επιβάλλει την τριζωνική καλλιέργεια.

Το χωράφι χωρίζεται σε τρεις ζώνες που καλλιεργούνται εκ περιτροπής. Επιτυγχάνεται έτσι καλύτερη αξιοποίηση των δυνατοτήτων του αγρού και ο πληθυσμός εξασφαλίζει περισσότερη και καλύτερης

ποιότητας τροφή. Οι μεταβολές συνέβαλαν στην πραγματοποίηση του αγροτικού εοικισμού και στο σχηματισμό αστικών κοινοτήτων.

### Β. ΟΙ ΠΟΛΕΙΣ

Κατά την περίοδο αυτή ιδρύονται πολλές νέες πόλεις και επεκτείνονται οι παλαιοί οικιστικοί πυρήνες, ενώ ανεγείρονται φρούρια. Ο έντονος ρυθμός ανάπτυξης των πόλεων επηρεάζει με τη σειρά του την ύπαιθρο. Βάση της ζωής στην πόλη είναι ο καταμερισμός της εργασίας, ο οποίος επιβάλλεται από την πρόοδο της τεχνολογίας. Ο νερόμυλος, του οποίου η χρήση επεκτείνεται στη Δύση, γίνεται πλέον η κύρια πηγή ενέργειας. Στα τέλη του 12<sup>ου</sup> αιώνα προστίθεται ο ανεμόμυλος. Οι πόλεις γίνονται κέντρα εντατικής οικοδόμησης και συναλλαγών, κινητήριες δυνάμεις της παραγωγής. Παράγουν και θέτουν σε κυκλοφορία εμπορεύματα, διδίδουν τεχνικές και νέες ιδέες.

Αναλαμβάνουν τον κοινωνικο-οικονομικό και πνευματικό ρόλο που διαδραμάτιζαν οι μονές στον Πρώιμο Μεσαίωνα.

### Γ. ΤΟ ΕΜΠΟΡΙΟ

Αυτή την εποχή σημειώνεται πρόοδος του εμπορίου, αφού το αγροτικό πλεόνασμα διατίθεται στις πόλεις. Οι εμπορικές δραστηριότητες εμφανίζονται στα μέσα του 11<sup>ου</sup> αιώνα και αναπτύσσονται ιδιαίτερα στη διάρκεια του 12<sup>ου</sup> αιώνα. Πρόκειται για ένα εμπόριο με ευρεία ακτίνα δράσης. Αναπτύσσεται κατά μήκος των οδικών αξόνων που συνδέουν τα έσχατα σημεία της Χριστιανοσύνης, ενώ άλλοι δρόμοι κατευθύνονται προς τα μεγάλα μουσουλμανικά και βυζαντινά κέντρα της Μεσογείου. Μεγάλα εμπορικά κέντρα είναι οι ιταλικές ναυτικές πόλεις, ενώ στο Βορρά ακμάζουν η Μπρυζ και η Βρέμη.

Πρωταγωνιστούν εβραίοι και χριστιανοί έμποροι από τη Βενετία και την Πράγα, οι οποίοι διακινούν κυρίως δούλους, προϊόντα πολυτελείας και καταναλωτικά αγαθά (γούνες, μπαχαρικά, χρωματιστά υφάσματα της Φλάνδρας, αλάτι, ξύλο, σίδηρος, σιτάρι κ.ά.). Για τη μεταφορά των εμπορευμάτων στην ξηρά χρησιμοποιούνται μεγάλες τετρατροχες άμαξες ή καραβάνια ημιόνων. Στη θάλασσα το εμπόριο διεξάγεται με γαλέρες και κόγκες (τύπος πλοίων του Βορρά). Ας σημειωθεί, ότι περί το 1200 καθιερώνεται η χρήση της πυξίδας και του πρυμναίου πηδαλίου.

Από τα τέλη του 12<sup>ου</sup> αιώνα αρχίζει να διαδίδεται ο θεσμός των εμποροπανηγύρεων, ιδιαίτερα στη Φλάνδρα και στη γαλλική Καμπανία. Προικισμένες με πρόνομα, οι εμποροπανηγύρεις αποτελούν στην ουσία μια διαρκή αγορά, όπου δεν προσφέρονται μόνο εμπορεύματα, αλλά

γίνονται και ανταλλαγές νομισμάτων από ειδικευμένους αργυραμοιβούς – τραπεζίτες και χορηγούνται πιστώσεις, κυρίως από εβραίους επιχειρηματίες και από τις πλούσιες μονές. Είναι οι πρώτες εκδηλώσεις του χρηματοπιστωτικού συστήματος. Στο μεσογειακό κόσμο, και ιδιαίτερα στη Βενετία και στη Γένουα, γενικεύεται από το 12<sup>ο</sup> αιώνα η πρακτική της συγκρότησης ναυτικών εταιρειών, που επενδύουν στο θαλάσσιο εμπόριο, αποκομίζοντας τεράστια κέρδη.

### ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΙΔΡΥΣΗΣ ΝΑΥΤΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

Μάρτυρες: Σιμόνε Μπουκούτσιο, Οτζέριο, Πελόζο, Ριμπάλντο ντι Σάουρο και Τζενοάρντο Τόσκα.

Ο Σταμπίλε και ο Αρσάλντο Τζεραπόν συγκρότησαν εταιρεία, στην οποία, όπως εξηγούν, ο Σταμπίλε συνεισέφερε ποσό 88 λιρών και ο Αρσάλντο ποσό 44 λιρών. Ο Αρσάλντο παίρνει το ποσό αυτό μαζί του για να το επενδύσει στην Τύνιδα ή όπου αλλού πλεύσει το πλοίο του Μπαλντιτζίνο Γκράσσο και του Τζιράρδο, που ο ίδιος χρησιμοποιεί. Επιστρέφοντας παραδίδει τα κέρδη στον Σταμπίλε ή στον αντιπρόσωπό του για τη διανομή. Μετά την αφαίρεση του κεφαλαίου μοιράζουν τα κέρδη εξ ημισείας. Το συμβόλαιο κλείστηκε στον Οίκο του Κεφαλαίου στις 29 Σεπτεμβρίου 1163. Πέραν αυτών, ο Σταμπίλε εξουσιοδοτεί τον Αρσάλντο να στείλει χρήματα με πλοίο της επιλογής του στη Γένουα.

J. Le Goff, *Das Hochmittelalter, Fischer Weltgeschichte 11, Φραγκφούρτη 1965, 50.*

## Custom made printing

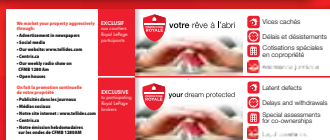
1000 Post Cards ..... \$118  
4" x 6", Full colour, 2 sided

1000 Flyers ..... \$168  
8.5 x 11, 100lb, 2 sided

100 Posters ..... \$108  
12" x 18", One sided



Post Cards



Flyers



Posters

**MEDIA-TREK**

Taxes extra. Prices are for PDF files. Format based on specifications. Graphic design not included but very affordable. Minimum order \$100. Delivery charges may apply.

mediatrek.ca | (450) 978-0070 | info@mediatrek.ca

**Η** αμυντική και εξωτερική πολιτική της κυβέρνησης του κ. Μητσοτάκη έχει δύο όψεις, μια θεατή και μία αθέατη. Η μία όψη σχετίζεται με μια Ελλάδα που βαυκαλίζεται ότι βρίσκεται στη «σωστή πλευρά της ιστορίας», ενώ στην πραγματικότητα ικανοποιεί το ρόλο του δεδομένου εταίρου σε όλο το φάσμα των διεθνών σχέσεων. Ειδικά στον τομέα της αμυντικής πολιτικής, η Ελλάδα έχει αποδεχθεί το ρόλο του κράτους-πελάτη τα έξι χρόνια διακυβέρνησης Μητσοτάκη.

Η δεύτερη όψη, που αρχίζει πλέον να γίνεται ορατή, είναι η δορυφοριοποίηση της Ελλάδας έναντι της Τουρκίας, η παραίτηση της Ελλάδας από τα κυριαρχικά της δικαιώματα, αλλά και από την άσκηση των δικαιωμάτων της στα πλαίσια της συμμετοχής της στην Ευρωπαϊκή Ένωση αλλά και σε άλλους διεθνείς οργανισμούς. Το τελευταίο διάστημα και μετά τη μεταστροφή της πολιτικής των ΗΠΑ, άνοιξε στην Ευρώπη μια συζήτηση για τη δημιουργία ενός Ευρωπαϊκού Αμυντικού Μηχανισμού, στον οποίο, μεταξύ άλλων, θα μπορεί να συμμετάσχει και η Τουρκία, ως «ομοϊδέατος εταίρος».

Ταυτόχρονα, με γνωστή την πρόθεση της Τουρκίας να συμμετάσχει σε προγράμματα της PESCO, ανοικτή είναι η συζήτηση για την πρόσβαση στην ευρωπαϊκή χρηματοδότηση των 150 δισ. ευρώ, χωρών εκτός ΕΕ – όπως είναι η Τουρκία – που θέλουν να ενισχύσουν την αμυντική τους παραγωγή.

Η αποδοχή αυτής της προοπτικής συνιστά μια εθνική αυτοχειρία ιστορικών διαστάσεων, απέναντι στην οποία όχι μόνο δεν αντιδρά η κυβέρνηση, αλλά τηρεί απόλυτη σιωπή.

Ο κυβερνητικός εκπρόσωπος αρκέστηκε στα αναμασήματα περί «ισχυρής Ελλάδας, πολιτικά και διπλωματικά», ενώ υποτονική ήταν η δημόσια τοποθέτηση του Πρωθυπουργού κατά το πρόσφατο Ευρωπαϊκό Συμβούλιο στις 6 Μαρτίου.



## Γιατί η Τουρκία δεν έχει θέση στον Ευρωπαϊκό Αμυντικό Μηχανισμό

### Η «ΙΣΧΥΡΗ ΕΛΛΑΔΑ»

Ας δούμε, όμως, ποια είναι η «Ισχυρή Ελλάδα, πολιτικά και διπλωματικά» του κ. Μητσοτάκη.

Συγκαλείται στο Λονδίνο συνάντηση κορυφής για την Ευρωπαϊκή Άμυνα στην οποία συμμετέχουν 12 μόνο χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, δεν προσκαλείται η Ελλάδα, αλλά συμμετέχει η Τουρκία που δεν είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Άλλωστε, όλα ξεκίνησαν από την περίφημη «Διακήρυξη των Αθηνών», η οποία χρησιμοποιήθηκε από την Τουρκία για να πάρει το «πράσινο φως» από εταίρους και συμμάχους, ώστε να ενισχυθεί με νέα και σύγχρονα οπτικά συστήματα.

Το ότι η Γαλλία παραχωρεί τους πυραύλους Meteor στην Τουρκία, όπως και η παραχώρηση F-16 στην Τουρκία από τις ΗΠΑ, είναι φυσική απόληξη της χρησιμο-

ποίησης της «Διακήρυξης των Αθηνών» από την Τουρκία.

Είναι σαφές σε όλους, ότι ο κ. Μητσοτάκης παρακολουθεί με αμηχανία την πρόθεση κάποιων να εντάξουν την Τουρκία, ως «ομοιοσύνη» εταίρο (όπως αναγράφεται στο προσχέδιο της Λευκής Βίβλου της ΕΕ) στον Ευρωπαϊκό Αμυντικό Μηχανισμό. Η Τουρκία, όμως, δεν μπορεί να είναι μέλος του Ευρωπαϊκού Αμυντικού Μηχανισμού γιατί:

**1] Δεν ανήκει στην ΕΕ, βρίσκεται σε μεγάλη απόσταση από τις ευρωπαϊκές αρχές και αξίες, δεν πληροί πολιτικά, νομικά και θεσμικά κριτήρια της Ένωσης.**

**2] Δε σέβεται τις διεθνείς συνθήκες, αμφισβητεί την εθνική κυριαρχία και απειλεί την εθνική ακεραιότητα δύο χωρών-μελών της ΕΕ, όπως είναι η Ελλάδα και η Κύπρος.**

**3] Στο θέμα του πολέμου στην Ουκρανία, κινήθηκε στον αντίποδα των ευρωπαϊκών πολιτικών.**

**4] Διατηρεί σε ισχύ το casus belli εναντίον της Ελλάδας και κατέχει παράνομα το 40% της Κύπρου, εισβάλλοντας σε αυτή με τον ίδιο τρόπο που εισέβαλε η Ρωσία στην Ουκρανία.**

Αν κάποιος στην Ευρώπη έχουν αποφασίσει όλα αυτά να τα βάλουν στο ράφι, Ελλάδα αλλά και Κύπρος έχουν τον τρόπο να αντιδράσουν. Ευτυχώς, το βέτο εξακολουθεί να είναι ακόμα ένα διαθέσιμο όπλο, για όσους θέλουν να το ασκήσουν και να περιφρουρήσουν τη λογική, τις ευρωπαϊκές αξίες αλλά και το εθνικό συμφέρον.

\*Ο Μιχάλης Κατρίνης είναι βουλευτής Ηλείας και Τομεάρχης Εθνικής Άμυνας του ΠΑΣΟΚ-ΚΙΝΑΛ

**CHROMAMUSIKA studios**

**SINGING and PIANO LESSONS**

**PRO RECORDINGS and VIDEOCLIPS for SOCIAL MEDIA**

**ONLINE CONCERTS and PRESENTATIONS**

**514.616.6919**

**dimil@videotron.ca**

**chromapanarmonia.com/private-lessons**

Directors: Maria Diamantis BMus,  
Dimitris Ilias BFA, DAMPS

## ΠΕΝΤΑΕΤΕΣ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Την Κυριακή 6 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό Της Κοίμησης Της Θεοτόκου, θα λάβει χώρα το πενταετές μνημόσυνο υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της χήρας του αείμνηστου ιεροψάλτη, δασκάλου και δημοσιογράφου-Εκδότη της Ελληνοκαναδικής Δράσης, Στυλιανού Γκιούσμα και λατρευτή μητέρα και γιαγιά, που υπέστη θύμα του κορωνοϊού τον Απρίλιο του 2020



## ΣΟΦΙΑΣ ΓΚΙΟΥΣΜΑ

(το γένος Καλλιγά,  
από Κωνσταντινούπολη, ετών 86)

Τα παιδιά:

Γιώργος Στυλ. Γκιούσμας  
και Κωνσταντίνα  
Καλογεροπούλου

Οι λοιποί συγγενείς και φίλοι.

*Παρακαλούνται οι  
συγγενείς και οι φίλοι  
όπως παρευρεθούν.*



### ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ

Ευχαριστούμε θερμά τον πρωτοπρεσβύτερο Νικόλαο Παπαγεωργίου του Ιερού Ναού Της Κοίμησης Της Θεοτόκου και την πρεσβυτέρα για τη συνεχή συμπαράσταση τους στο βαρύ μας πένθος.

## ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Αγίου Νικολάου  
(3780 Chemin du Souvenir, Laval)  
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της



## ΜΑΡΙΑ ΑΓΓΕΛΑΚΟΣ

(από Μόντρεαλ)

## ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Την Κυριακή 6 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού  
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)  
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του



## ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΚΥΡΙΑΚΑΚΗΣ

(από Αγία Μαρίνα, Χανίων Κρήτης)

## ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Αγίου Νικολάου  
(3780 Chemin du Souvenir, Laval)  
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της



## ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΜΠΑΚΟΥ

(από Μεθώνη Μεσσηνίας)

## ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού  
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)  
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του



## ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΜΑΚΡΙΔΗΣ

(από Θολοποτάμι Χίου)

## ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκου  
(7700 Avenue de l'Érée, Montreal)  
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του



## ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΚΟΣΣΥΒΑ

(από Πειραιά)

## ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου  
(777 Rue Saint-Roch Montreal)  
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της



## ΝΙΚΟΛΕΤΑΣ ΚΑΠΙΟΓΛΗ

(από Αρφαρά Μεσσηνίας)

## ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 5 Απριλίου 2025

Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού  
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)  
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο  
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της



## ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΖΟΡΜΠΑΣ

(από Βαμβακού, Βρέστενα Λακωνίας)





## 4 ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ ΑΠΡΙΛΙΟΥ

**1913:** Ο υπολοχαγός Εμμανουήλ Αργυρόπουλος, πιλοτάροντας ένα «Μπλεριό 11», χάνει τη ζωή του λόγω πτώσης του αεροσκάφους του. Είναι ο πρώτος νεκρός της ελληνικής πολεμικής αεροπορίας.

**1917:** Ο Βλάντιμιρ Λένιν, έχοντας επιστρέψει στην Αγία Πετρούπολη από την Ελβετία, λαμβάνει ηγετικό ρόλο στο κίνημα των Μπολσεβίκων, δημοσιεύοντας τις «Θέσεις του Απριλίη».

**1932:** Ο αμερικανός χημικός, Τσαρλς Γκλεν Κινγκ, κατορθώνει να απομονώσει τη βιταμίνη C.

**1949:** Δώδεκα έθνη υπογράφουν τη Διακήρυξη του Βορείου Ατλαντικού, δημιουργώντας το ΝΑΤΟ.

**1968:** Η ΑΕΚ στέφεται κυπελλούχος Ευρώπης στο μπάσκετ και γίνεται η πρώτη ελληνική ομάδα που καταφέρνει κάτι τέτοιο. Νικά στο Παναθηναϊκό Στάδιο τη Σλάβια Πράγας με 89-82, ενώπιον 80.000 θεατών – ρεκόρ όλων των εποχών για αγώνα μπάσκετ στην Ελλάδα και ολόκληρη την Ευρώπη.

### ΣΟΥΝΤΟΚΟΥ Grid 977

|   |   |   |   |   |   |  |  |     |
|---|---|---|---|---|---|--|--|-----|
|   |   |   | 6 |   |   |  |  | 4   |
| 5 |   | 3 | 1 | 7 |   |  |  |     |
|   | 7 | 2 | 8 |   |   |  |  |     |
| 1 |   |   | 2 |   | 8 |  |  | 5   |
| 9 | 5 |   | 7 |   |   |  |  | 8 3 |
|   |   |   |   | 4 | 3 |  |  | 1   |
| 7 | 9 | 8 |   |   | 1 |  |  | 3   |
|   |   |   |   |   | 7 |  |  | 1 9 |
|   | 6 |   |   |   | 5 |  |  | 8   |

### Η ΛΥΣΗ ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ

### Answer Grid 976 Η ΛΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΦΥΛΛΟΥ

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 1 | 9 | 4 | 2 | 8 | 3 | 7 | 5 |
| 3 | 5 | 4 | 1 | 7 | 9 | 2 | 8 | 6 |
| 8 | 2 | 7 | 3 | 5 | 6 | 9 | 1 | 4 |
| 1 | 4 | 3 | 7 | 6 | 2 | 5 | 9 | 8 |
| 5 | 9 | 6 | 8 | 1 | 4 | 7 | 2 | 3 |
| 2 | 7 | 8 | 5 | 9 | 3 | 4 | 6 | 1 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 3 | 1 | 8 | 4 | 2 |
| 4 | 3 | 2 | 6 | 8 | 7 | 1 | 5 | 9 |
| 9 | 8 | 1 | 2 | 4 | 5 | 6 | 3 | 7 |

## ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ 7/4/2025 - 13/4/2025

**ΚΡΙΟΣ • Μάρ 21 - Απρ 20**  
 Ο Ερμής γυρίζει άμεσος στις 7 και πράγματα που έμοιαζαν άπιαστα αρχίζουν ξαφνικά να βγάζουν νόημα. Στις 12 η Πανσέληνος στο Ζυγό αποκαλύπτει ανισοροπίες στις σχέσεις. Η κυβερνήτης της Πανσελήνου Αφροδίτη, γυρίζει άμεση, ενισχύοντας τη διαύγεια. Αποκτάτε ξαφνικά σαφήνεια σε αποφάσεις που κάποτε φαίνονταν αδύνατες.

**ΛΕΩΝ • Ιούλ 23 - Αύγ 22**  
 Στις 7 ο Ερμής γυρίζει σε ορθή πορεία, φέρνοντας απαντήσεις και δι-αφωτιστικά νέα. Στις 12 Απριλίου μια Ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό, πυροδοτεί τον τρόπο που ερμηνεύετε και επεξεργάζεστε τον κόσμο γύρω σας. Μπορεί να βγουν στην επιφάνεια ανείπωτες αλήθειες και να γίνουν συζητήσεις που έχουν καθυστερήσει πολύ.

**ΤΟΞΟΤΗΣ • Νοέμ 23 - Δεκ 21**  
 Ο Ερμής γυρίζει άμεσος στους Ιχθύες στις 7, ξεκαθαρίζοντας κάθε σύγχυση που υπήρχε στο παρασκήνιο. Τώρα είναι η ώρα να επανεξετάσετε τις καθυστερημένες συζητήσεις με καινούργια προοπτική. Θα κατανοήσετε καλύτερα τους κοινωνικούς σας κύκλους, με τη ροζ Πανσέληνο στο Ζυγό στις 12 Απριλίου.

**ΤΑΥΡΟΣ • Απρ 21 - Μάι 21**  
 Στις 7 του μήνα ο Κρόνος σας αναγκάζει να αντιμετωπίσετε την πραγματικότητά σας. Μια όμορφη ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό στις 12 Απριλίου, φωτίζει την καθημερινότητά σας, τις συνήθειες και τις δεσμεύσεις σας. Επιπλέον, η Αφροδίτη στρέφεται άμεση, εστιάζοντας στα μακροπρόθεσμα οράματά σας.

**ΠΑΡΘΕΝΟΣ • Αύγ 23 - Σέπτ 22**  
 Με την ορθή πορεία του Ερμή στις 7 προκύπτει μια σαφέστερη εικόνα αλλά μη βιαστείτε ακόμα. Ο Ερμής χρειάζεται χρόνο για να επανέλθει σε κίνηση. Μια υπέροχη Ροζ Πανσέληνος στις 12 Απριλίου, φέρνει την απαραίτητη εστίαση στους πόρους και την αυτοεκτίμησή σας.

**ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ • Δεκ 22 - Ιαν 20**  
 Στις 7 Απριλίου η Αφροδίτη ευθυγραμμίζεται με τον Κρόνο και αμέσως μετά ο Ερμής στρέφεται άμεσος. Η σύγχυση και η αβεβαιότητα αρχίζουν να ξεκαθαρίζουν. Μια στιγμή αποκάλυψης, ολοκλήρωσης και αλήθειας έρχεται με τη μαγική Ροζ Πανσέληνο στο Ζυγό στις 12 Απριλίου!

**ΔΙΔΥΜΟΙ • Μάι 22 - Ιούν 21**  
 Στις 7 ο Ερμής στρέφεται σε ορθή πορεία. Αν ήσασταν αβέβαιοι για τα επόμενα βήματά σας, αυτή η αλλαγή θα σας βοηθήσει να προχωρήσετε με σχέδια που έχουν σταματήσει και ανεπίλυτες αποφάσεις. Μια Ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό στις 12 είναι μια στιγμή δημιουργικής αφύπνισης.

**ΖΥΓΟΣ • Σέπτ 23 - Οκτ 23**  
 Ο Ερμής γυρίζει άμεσος στις 7, φέρνοντας διαύγεια. Την ίδια στιγμή, η Αφροδίτη σε σύνοδο με τον Κρόνο και σε εξάγωνο με τον Ουρανό συνδυάζει την πειθαρχία και το απρόβλεπτο. Η ενέργεια αυξάνεται στις 12 με τη Ροζ Πανσέληνο στο ζώδιό σας που φωτίζει όλα όσα επεξεργάζεστε.

**ΥΔΡΟΧΟΟΣ • Ιαν 21-Φεβ 19**  
 Η συνάντηση της Αφροδίτης με τον Κρόνο στις 7 του μήνα, σταθεροποιεί ό,τι είχε κλονιστεί στο παρελθόν στα οικονομικά ή τα ερωτικά σας. Μια μαγική Ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό στις 12, φέρνει αποκάλυψεις και σημαντικές αλλαγές στη σχέση σας με τον κόσμο.

**ΚΑΡΚΙΝΟΣ • Ιούν 22 - Ιούλ 22**  
 Στις 7 Απριλίου ο Ερμής στρέφεται άμεσος και σχέδια που είχαν παγώσει τώρα προχωρούν. Μια Ροζ Πανσέληνος στον Ζυγό στις 12 Απριλίου εστιάζει στην ασφάλεια, το σπίτι και τους προγονικούς δεσμούς. Τώρα είναι ώρα να εξετάσετε τις σχέσεις που σας διαμορφώνουν και τις συναισθηματικές ρίζες που σας δένουν με το παρελθόν.

**ΣΚΟΡΠΙΟΣ • Οκτ 24 - Νοέμ 22**  
 Όταν ο Ερμής γυρίσει σε ορθή πορεία στις 7, σηκώνει την ομίχλη και αποκαλύπτει ό,τι είχε σταματήσει κατά τη διάρκεια της ανάδρομής του. Οι παρεξηγήσεις αρχίζουν να ξεκαθαρίζουν και ξαφνικά όλα γίνονται κατανοητά. Μια Ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό στις 12, φωτίζει τις βαθύτερες γωνίες της ψυχής σας.

**ΙΧΘΥΕΣ • Φεβ 20-Μάρ 20**  
 Στις 7 Απριλίου, ο Ερμής συνδέεται με τον Κρόνο στο ζώδιό σας, φέρνοντας μια καθοριστική στιγμή διαύγειας και δομής. Στις 12 Απριλίου, μια Ροζ Πανσέληνος στο Ζυγό φωτίζει τις βαθύτερες πτυχές της ζωής σας, φέρνοντας στο φως θέματα συναισθηματικών εμπλοκών, κοινής ενέργειας και κύκλων που χρειάζονται κλείσιμο.

## ΕΔΩ ΓΕΛΑΜΕ

**ΕΝΑ ΠΡΩΙΝΟ** ένας άντρας σηκώνεται από το κρεβάτι του και πηγαίνει στο μπάνιο. Ενώ κοιτάζει στον καθρέφτη, διαπιστώνει ότι το... πουλί του είναι πράσινο!  
 Ντύνεται και πηγαίνει στο γιατρό, όπου στο θάλαμο αναμονής περιμένει και ένας άλλος άντρας που κρατάει το κεφάλι του και ξεφυσάει.  
 -Τι συμβαίνει; τον ρωτάει.  
 -Ξύπνησα το πρωί και το... πουλί μου ήταν κόκκινο!  
 -Κι εμένα ήταν πράσινο!  
 Εκείνη τη στιγμή βγαίνει ο γιατρός και φωνάζει για εξέταση αυτόν με το κόκκινο πουλί, ο οποίος ύστερα από λίγο φεύγει... χαμογελώντας.

-Τι έγινε; τον ρωτάει ο άλλος.  
 -Τίποτα, όλα ήταν μια χαρά!  
 -Περάστε, λέει ο γιατρός στο δεύτερο.  
 Τι σας συμβαίνει;  
 -Τίποτα, απλώς το πουλί μου είναι πράσινο.  
 -Χμ, λέει ο γιατρός κοιτάζοντάς το. Νομίζω πως θέλει κόψιμο...  
 -Μα τι λέτε γιατρέ, αφού ο προηγούμενος που είχε κόκκινο πουλί, μού είπε ότι δεν είναι τίποτα.  
 -Κοιτάξτε να δείτε, λέει ο γιατρός. Άλλο κραγιόν και άλλο... μούχλα!

☺ ☺ ☺

**ΜΙΑ ΜΕΡΑ**, καθώς η Μαρία καθάριζε κάτω από το κρεβάτι,

βρήκε ένα μικρό κουτί. Από περιέργεια το άνοιξε και βρήκε... τρία αυγά και 10.000 ευρώ.  
 Λίγο καχύποπτη όπως ήταν, ρωτάει τον άντρα της, με τον οποίο ήταν 25 χρόνια παντρεμένοι, για το κουτί. «Α, αυτό;» της λέει. «Ε, να... κάθε φορά που σε... κεράτωνα, έβαζα στο κουτί ένα... αυγό».  
 Η Μαρία στενοχωρήθηκε, αλλά σκέφτηκε ότι τουλάχιστον ήταν ειλικρινείς, ενώ και τρεις απιστίες στα 25 χρόνια γάμου, δεν ήταν και πολλές...  
 «Και τι είναι αυτά τα 10.000 ευρώ;» ρωτάει ξανά.  
 «Ε, να... αυτά είναι... γιατί κάθε φορά που μάζευα 12 αυγά, τα πούλαγα!!!».



SÉCURITÉ

# SPARTAN

SECURITY

A COMPANY YOU CAN TRUST

**(514) 289-8585**

25 years at your service!

- Burglar
- Fire
- Cameras
- Intercoms

**ALARM SYSTEM INSTALLATION + 12 MONTHS MONITORING!**



**24 HOUR MONITORING**

# Αυτοί είναι οι πιο πλούσιοι Έλληνες δισεκατομμυριούχοι στη λίστα Forbes

Κυριαρχούν, βεβαίως, οι εφοπλιστές ■ Η μερίδα του λέοντος για τους Αμερικανούς, που διαθέτουν συνολικά 902 δισεκατομμυριούχους ■ Ακολουθούν Κίνα και Ινδία

Το Forbes συγκέντρωσε για μία ακόμα φορά τους δισεκατομμυριούχους ολόκληρου του πλανήτη. Στη νέα του λίστα, για το 2025, περιλαμβάνονται 3.028 επιχειρηματίες, επενδυτές και κληρονόμοι, 247 περισσότεροι συγκριτικά με την προηγούμενη χρονιά.

Όπως προκύπτει από τα στοιχεία, οι πλουσιότεροι του πλανήτη έγιναν ακόμα πιο πλούσιοι, αφού η περιουσία τους υπερβαίνει τα 16,1 τρισεκατομμύρια δολάρια. Αξίζει να σημειωθεί, ότι το συνολικό ποσό της περιουσίας τους είναι αυξημένο σε σχέση με το 2024.

Οι Ηνωμένες Πολιτείες έχουν τη μερίδα του λέοντος στη λίστα του Forbes, με σύνολο 902 δισεκατομμυριούχων. Ακολουθούν η Κίνα, με 516 δισεκατομμυριούχους (συμπεριλαμβανομένου του Χονγκ Κονγκ) και η Ινδία, με 205 δισεκατομμυριούχους.

Από τα στοιχεία του περιοδικού προκύπτει ότι πλουσιότερη Ελληνίδα είναι η Μαρία Αγγελικούση με 7,6 δισ. δολάρια. Η 43χρονη εφοπλιστής βρίσκεται στην 418<sup>η</sup> θέση της συνολικής λίστας. Στη συνέχεια συναντάμε την οικογένεια του Βαγγέλη Μαρινάκη, με 4,9 δισ. δολάρια στην 734<sup>η</sup> θέση.

Στη λίστα κυρίαρχη είναι η παρουσία των εφοπλιστών, αφού συναντάμε επίσης την

οικογένεια της Άννας Αγγελικούση με με 2,5 δισ., αυτή του Κωνσταντίνου Μαρτίνου με 2,2 δισ., της Μαριάννας Λάτση με 2,1 δισ., του Ανδρέα Μαρτίνου με 1,8 δισ. και του Αθανάσιου Μαρτίνου επίσης με 1,8 δισ. Ο Ευάγγελος Μυτιληναίος με περιουσία 1,3 δισ. δολάρια βρίσκεται στη λίστα, ενώ στην 2.933<sup>η</sup> θέση της παγκόσμιας κατάταξης η οικογένεια του Διαμαντή Διαμαντίδη με περιουσία 1 δισ. δολάρια.

## ΠΡΩΤΟΣ Ο ΜΑΣΚ ΜΕ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 300 ΔΙΣ. ■ ΔΙΠΛΑΣΙΑΣΕ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑ ΤΟΥ Ο ΤΡΑΜΠ

Ο Έλον Μασκ κατέκτησε και πάλι την πρώτη θέση, εκθρονίζοντας τον Γάλλο μεγιστάνα των ειδών πολυτελείας Μπερνάρντ Αρνό, καθώς η περιουσία του αυξήθηκε κατά 75%, φτάνοντας τα 342 δισεκατομμύρια δολάρια. Η εκτόξευση της καθαρής του αξίας οφείλεται στην ανατίμηση της xAI, της SpaceX, καθώς και στην ανοδική πορεία της μετοχής της Tesla κατά τη διάρκεια του περασμένου 12μήνου, παρά την πρόσφατη υποχώρηση.

Ο Μασκ γίνεται ο πρώτος άνθρωπος που έχει ξεπεράσει τα 300 δισεκατομμύρια δολάρια σε προσωπική περιουσία.

Ο Πρόεδρος των ΗΠΑ, Ντόναλντ Τραμπ, είδε την περιουσία του να διπλασιάζεται,

αγγίζοντας πλέον τα 5,1 δισ. δολάρια, χάρη στις μετοχές του στην Trump Media & Technology Group και τα μεγάλα έσοδα από πρόσφατες επενδύσεις του στο χώρο των κρυπτονομισμάτων.

«Είναι μία ακόμη χρονιά ρεκόρ για τους πλουσιότερους του κόσμου, παρά την οικονομική αβεβαιότητα και την αύξηση των γεωπολιτικών εντάσεων», δήλωσε ο Τσέις Πίτερσον-Γουίθορν, συντάκτης του Forbes για θέματα πλούτου. «Και από τον Έλον Μασκ ως τον Χάουαρντ Λάντικ και τους άλλους δισεκατομμυριούχους που διεισδύουν ολοένα και περισσότερο στην αμερικανική διακυβέρνηση, η επιρροή τους διευρύνεται διαρκώς».

## ΟΙ ΔΕΚΑ ΠΙΟ ΠΛΟΥΣΙΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΟ 2025

- 1. Elon Musk** ► Καθαρή αξία: 342 δισ. δολάρια | Ηλικία: 53 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Αυτοκινητοβιομηχανία
- 2. Mark Zuckerberg** ► Καθαρή αξία: 216 δισ. δολάρια | Ηλικία: 40 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία
- 3. Jeff Bezos** ► Καθαρή αξία: 215 δισ. δολάρια | Ηλικία: 61 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία
- 4. Larry Ellison** ► Καθαρή αξία: 192 δισ. δολάρια | Ηλικία: 80 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία



- δος: Τεχνολογία
- 5. Bernard Arnault & Οικογένεια** ► Καθαρή αξία: 178 δισ. δολάρια | Ηλικία: 76 | Χώρα: Γαλλία | Κλάδος: Μόδα/Λιανικές πωλήσεις
  - 6. Warren Buffett** ► Καθαρή αξία: 154 δισ. δολάρια | Ηλικία: 94 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Χρηματο-οικονομικά & επενδύσεις
  - 7. Larry Page** ► Καθαρή αξία: 144 δισ. δολάρια | Ηλικία: 52 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία
  - 8. Sergey Brin** ► Καθαρή αξία: 138 δισ. δολάρια | Ηλικία: 51 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία
  - 9. Amancio Ortega** ► Καθαρή αξία: 124 δισ. δολάρια | Ηλικία: 89 | Χώρα: Ισπανία | Κλάδος: Μόδα/Λιανικές πωλήσεις
  - 10. Steve Ballmer** ► Καθαρή αξία: 118 δισ. δολάρια | Ηλικία: 69 | Χώρα: ΗΠΑ | Κλάδος: Τεχνολογία

# Απ'όλα για όλους

450 978 9999

## ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ / ΒΑΦΕΣ

Εγγυημένη εργασία  
Ειδικευμένο προσωπικό  
Παραχώρηση αυτοκινήτου  
Γρήγορη και άψογη εξυπηρέτηση

5449 Ave. Royalmount  
Mont-Royal, QC H4P 1V4  
**514.731.6391**  
www.lazaros.ca

## PROFESSIONAL AUTO BODY REPAIR & PAINTING

Insurance Work Accepted • All Work Guaranteed • Expert Color Matching  
Factory Genuine Parts • Import Car Specialists • Major & Minor Repairs

**514 476-4565**  
1385, Boul. des Laurentides,  
Local 103, Vimont, Laval

**A2 AUTO**

## DJ - ΜΟΥΣΙΚΗ

**514-800-0666**

## ΛΟΓΙΣΤΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ

**ALEVRAS**  
Comptable professionnel agréé  
Chartered professional Accountant

**Andreas Alevras**  
CPA, CA

657 boul. Curé-Labelle, Suite 290  
Laval, Québec, H7V 2T8  
Tel.: 450.688.8686 Fax: 450.688.5638

E-mail: info@alevras.ca

## MENTIOYM

Αυτός ο χώρος είναι διαθέσιμος  
Πληροφορίες  
**450 978-9999**

## ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

**Jean Coutu**

**ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΠΟ ΝΟΣΟΚΟΜΑ**  
ΓΙΑ ΣΑΚΧΑΡΟ, ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ, ΠΙΕΣΗ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑ

ΑΝΟΙΚΤΑ 7 ΗΜΕΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ  
9:00π.μ.-8:00 μ.μ.  
4691 Samson Blvd. | 450 686-2347

## ΚΕΝΤΡΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

SURVEILLANCE

**LANVAC**

Halifax • Quebec • Montreal  
Ottawa • Toronto • Vancouver

www.lanvac.com

## ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

• SPICES • SEASONINGS • SAUCES • SOUPS

Tel.: **514-745-1153**  
info@rosehillfoods.com  
www.rosehillfoods.com

## WE BUY GOLD AND DIAMONDS

450-681-1363 - For over 38 years -

Before selling elsewhere, come see us!

Mon. to Wed. - 10am to 5:30pm  
Thurs. and Fri. - 10am to 7:00pm  
Saturday - Closed  
Sunday - Closed

achatorlaval.ca

Same address since 1989  
1799, boul. Curé-Labelle,  
Chomedey (North of St-Martin)

fido 

# CUE THE CONFETTI



\$ **0**  
DOWN

## SAMSUNG Galaxy S24 FE

On approved credit and 0% interest with **Fido Payment Program**,<sup>1</sup> on select plans.

Setup Service Fee (\$75) applies.

**FOR A LIMITED TIME**

Visit **mobifone.ca**  
to see all current offers

**Place Forest**  
10539, Pie-IX Blvd.  
514 325-7100

**Decarie Square**  
6900 Decarie, Unit K001  
514 739-6838

**436, Jean-Talon St West**  
du Parc Metro  
514 272-2355

**680, Jarry St East**  
Jarry Metro  
514 490-0099

### MONTREAL

Complexe Desjardins  
175, René-Lévesque Blvd. West  
Place-des-Arts Metro  
514 669-1880

Place du Quartier  
(Chinatown)  
1111, St-Urbain St  
Place-des-Arts Metro  
514 667-0077

Place Alexis Nihon  
1500, Atwater Av.  
Atwater Metro  
514 939-5552

4257 Boul. St-Laurent  
Mont-Royal Metro  
514 439-9934

Place Viau  
7600, Viau Blvd.  
514 376-6667

### SOUTH SHORE

Valleyfield Centre  
50 Dufferin, Unit 1200  
Valleyfield  
450 373-0519

Châteauguay Regional Centre  
200 d'Anjou Blvd.,  
Châteauguay  
450 692-7769

### NORTH SHORE

Galleries Terrebonne  
1185, Moody Blvd.  
Terrebonne  
450 964-8403

### LANAUDIERE

Galleries Joliette  
1075 Firestone Blvd.  
Joliette  
450 760-3000

### OUTAOUAIS

Les Galeries de Hull  
320, St-Joseph Blvd.  
Hull  
819 205-1390



**EXCLUSIVE DEALER** fido 

Offer subject to change without notice. A Setup Service Fee of \$75 applies to set up your device and related services. Taxes extra. 1. 0% Annual Percentage Rate (APR) on approved credit with a Fido Payment Program Agreement (FPPA) and an eligible Fido mobile plan. A larger down payment may be required based on our evaluation of your credit. FPPA based on full price less any down payment plus taxes (excluding promo credits, if applicable, which are applied monthly on your bill for as long as your FPPA and an eligible mobile plan are in place). Any down payment plus taxes is due in full upon purchase. If your FPPA is terminated or your mobile plan is cancelled, the outstanding Fido Payment Program balance becomes due, subject to any applicable adjustments to reduce your balance, and the promo credit (if applicable) will end. TMFido related names & logos are trademarks used under licence. ©2025 Fido