

PROFESSIONAL AUTO BODY REPAIR & PAINTING

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

A2 AUTO



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

NEEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

Les Nouvelles Grecques Canadiennes
The Greek Canadian News

Maison à la 

Ellinika

Με ελληνική καρδιά για κάθε σπίτι

- Βιβλία
- Παιχνίδια
- Διακοσμητικά
- Δώρα
- Κερίά
- Χαρτικά

4621 Ch. du Souvenir, Laval, Qc, H7W 1C5
Tel: 579-640-4610 • alaellinika.com



Vol. 20-18

8 Μαΐου 2026 / MAY 8, 2026

450 978-9999

www.tanea.ca

info@newsfirst.ca



ΣΕΛΙΔΑ 11

ΚΑΝΑΔΑΣ

Νέα Γενική Κυβερνήτης
η εμβληματική Louise Arbour



ΣΕΛΙΔΕΣ 16-17

ΚΑΝΑΔΑΣ

ΓΙΑ ΤΟ ΣΤΕΓΑΣΤΙΚΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

Σε αναζήτηση λύσης
η Κυβέρνηση Κάρνει



ΕΛΛΑΔΑ

Μητσοτάκης
σε Κ.Ο.: «Να
ιδρώσουμε μαζί
τη φανέλα»

Το παρασκήνιο από
τη συνεδρίαση της
Κ.Ο. της Ν.Δ. □ ΤΤΕ:
«Εκτόξευση του χρέους»

ΣΕΛΙΔΕΣ 6-7



ΣΕΛΙΔΑ 3

ΚΑΝΑΔΑΣ

Καθηγητές στον Καναδά

made in USA

Ακαδημαϊκοί μετακομίζουν από τις ΗΠΑ
στον Καναδά ζητώντας «ακαδημαϊκή ελευθερία»

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



5G+ PLANS

Roaming to US and Mexico included for 12 months

FROM

\$35 /MO.

Conditions apply. With a home service. \$80 Setup Service Fee may apply.

ADD A 2ND LINE FOR AS LOW AS \$40 /MO.

Conditions apply. With a home service. \$80 Setup Service Fee may apply.

 **ROGERS** Authorized Dealer

Visit 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
m **b**ile

Offer available for a limited time. Subject to change without notice. New activations only. \$80 Setup Service applies to setup device and related services. Taxes extra. 5G+ plans from \$50/mo. Add a 2nd line for as low as \$45/mo after Auto-Pay and with a home service. 1 Where applicable, provincial 9-1-1 fees are extra and billed monthly. 2 \$15/mo. discount for Rogers customers with an eligible home service activating the mobile plan above. Discount will be removed if you move to an ineligible mobile plan or cancel your home services. 3 Pricing available with a Essential 5G plan. 4 \$10/mo Auto-Pay Discount available with eligible plans (must be set up on account and remain active to get discount). Discount not retroactive. Rogers & Design and related brand names and logos are trademarks of Rogers Communications Inc. or an affiliate used under license. © 2026 Rogers Communications



Οι ειδικοί αναφέρουν αύξηση του ενδιαφέροντος μεταξύ των Αμερικανών ακαδημαϊκών που θέλουν να μετακομίσουν στον Καναδά

Ο Jason Stanley μετακόμισε από τις Ηνωμένες Πολιτείες στον Καναδά τον περασμένο Σεπτέμβριο, αφήνοντας πίσω του μια θέση υψηλού προφίλ στο Yale για να πιάσει δουλειά στο Munk School of Global Affairs στο Τορόντο.

Ο ερευνητής του φασισμού είπε ότι έκανε την κίνηση για ένα λόγο: **την ακαδημαϊκή ελευθερία.**

«Αυτός είναι ο μόνος λόγος. Κανείς δεν έρχεται στον Καναδά για υψηλότερους μισθούς, επειδή δεν παίρνεις υψηλότερους μισθούς. Παίρνεις χαμηλότερη σύνταξη, χαμηλότερους μισθούς, μερικές φορές περισσότερη διδασκαλία. Άρα είναι ακαδημαϊκή ελευθερία», είπε ο Stanley **σε συνέντευξή του στο The Canadian Press.**

«Ο Καναδάς δε θα μπορέσει ποτέ να ταιριάξει με τα κορυφαία ιδιωτικά πανεπιστήμια στις Ηνωμένες Πολιτείες σε μισθούς και παροχές. Θα πρέπει να κάνει όσα περισσότερα μπορεί, αλλά ποτέ δε θα τα ταιριάξει. Αυτό που μπορεί να κάνει λοιπόν ο Καναδάς είναι να προσφέρει ελευθερία λόγου, ακαδημαϊκή ελευθερία και δημοκρατία».

Ο Stanley δεν είναι μόνος. Οι μεταδευτεροβάθμιες ενώσεις και στις δύο πλευρές των συνόρων αναφέρουν αυξημένο ενδιαφέρον μεταξύ των Αμερικανών ερευνητών για ακαδημαϊκές θέσεις βόρεια του 49^{ου} παραλλήλου.

Η Lynn Pasquerella, πρόεδρος της Αμερικανικής Ένωσης Κολλεγίων και Πανεπιστημίων, είπε στον Καναδικό Τύπο ότι πολλοί ακαδημαϊκοί αισθάνονται πολιτική πίεση από τις πολιτειακές και ομοσπονδιακές κυβερνήσεις να αλλάξουν αυτό που διδάσκουν και σπουδάζουν. Επεσήμανε την υψηλού προφίλ περίπτωση ενός καθηγητή φιλοσοφίας του Texas A&M, στον οποίο είπαν ότι δεν μπορούσε να διδάξει ορισμένα έργα του Πλάτωνα – που θεωρείται ο πατέρας της δυτικής φιλοσοφίας – επειδή ασχολούνταν με το φύλο και τη σεξουαλικότητα.

«Τα μέλη ΔΕΠ δε βιώνουν μόνο επαγγελματική εξουθένωση αλλά εξαιρετική ηθική δυσφορία, όπου αισθάνονται εξαναγκασμένοι να λάβουν αποφάσεις που πιστεύουν ότι είναι ανήθικες, αλλά αισθάνονται ότι δεν έχουν άλλη επιλογή», είπε η Pasquerella. Εξαιτίας αυτού, είπε η Pasquerella, υπήρξε μια «αύξηση» του ενδιαφέροντος μεταξύ των Αμερικανών ακαδημαϊκών για ευκαιρίες σε μεταλυκειακά ιδρύματα στον Καναδά και σε άλλα έθνη.

Ο Gabriel Miller, πρόεδρος των Πανεπιστημίων του Καναδά, δήλωσε σε μια απάντηση μέσω email ότι ο οργανισμός του ανυπομονεί για την ανακοίνωση του πρώτου επιτυχημένου προγράμματος **Canada Impact+ Research Chairs**. Αυτό το ομοσπονδιακό πρόγραμμα στοχεύει στην προσέλκυση παγκόσμιας ταλέντων στον Καναδά για την προώθηση «στρατηγικών

προτεραιοτήτων», συμπεριλαμβανομένης της υγειονομικής περίθαλψης, της καθαρής τεχνολογίας και της τεχνητής νοημοσύνης.

«Ενώ περιμένουμε με ανυπομονησία τα αποτελέσματα του πρώτου διαγωνισμού, τα πρώτα θεσμικά σχόλια δείχνουν ότι το πρόγραμμα προσελκύει με επιτυχία ερευνητές εξαιρετικά υψηλού επιπέδου, με έντονο ενδιαφέρον από Αμερικανούς ερευνητές και Καναδούς ερευνητές που θέλουν να επαναπαριστούν», δήλωσε ο Μίλερ σε δήλωση που εστάλη μέσω email.

Ενώ τα Πανεπιστήμια του Καναδά ενθαρρύνονται από την ώθηση της ομοσπονδιακής κυβέρνησης να προσλάβει κορυφαία ξένα ταλέντα, υποστηρίζει επίσης πρόσθετη οικονομική υποστήριξη.

Λέει ότι η τρέχουσα δημόσια χρηματοδότηση – η οποία προέρχεται κυρίως από τις επαρχιακές κυβερνήσεις – δε συμβαδίζει με το αυξημένο λειτουργικό κόστος. Αυτό το πρόβλημα επιδεινώνεται από τη μείωση των εσόδων μετά τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση από τα διεθνή δίδακτρα φοιτητών, καθώς η κυβέρνηση μειώνει τον αριθμό των φοιτητικών βίζας.

Η ομοσπονδιακή κυβέρνηση επενδύει πολλά χρήματα για την πρόσληψη ξένων ερευνητικών ταλέντων στην ιατρική, τη μηχανική, την επιστήμη και τις ανθρωπιστικές επιστήμες, την επόμενη δεκαετία.

Τα χρήματα περιλαμβάνουν συνολικά 1,7 δισεκατομμύρια δολάρια τα επόμενα 13 χρόνια, μέσω μιας σειράς προγραμμάτων που ανακοινώθηκαν στον προϋπολογισμό του Νοεμβρίου 2025.

Ο δηλωμένος στόχος αυτών των προγραμμάτων είναι να προσελκύσουν κορυφαία ερευνητικά ταλέντα, για να δώσουν στον Καναδά ανταγωνιστικό πλεονέκτημα στην παγκόσμια οικονομία.

Από τότε που επέστρεψε στην εξουσία πέρυσι, ο πρόεδρος των ΗΠΑ, Ντόναλντ Τραμπ, έχει εξασφαλίσει διακανονισμούς πολλών εκατομμυρίων δολαρίων με πολλά αμερικανικά πανεπιστήμια υψηλού προφίλ, με αντάλλαγμα την αποκατάσταση της ομοσπονδιακής χρηματοδότησης της έρευνας.

Το Πανεπιστήμιο Κολούμπια πλήρωσε στην κυβέρνηση των ΗΠΑ διακανονισμό 200 εκατομμυρίων δολαρίων, αφού η κυβέρνηση Τραμπ κατηγόρησε το πανεπιστήμιο ότι απέτυχε να αντιμετωπίσει σωστά τον αντισημιτισμό στην πανεπιστημιούπολη κατά τη διάρκεια κατασκηνώσεων διαμαρτυρίας κατά του πολέμου Ισραήλ – Χαμάς.

Μικρότεροι καταυλισμοί διαμαρτυρίας έχουν εμφανιστεί σε καναδικές πανεπιστημιούπολεις σε αντίθεση με τις ενέργειες του Ισραήλ κατά τη διάρκεια του πολέμου.

Ενώ στα καναδικά σχολεία δεν έχουν επιβληθεί πρόστιμα από την ομοσπονδιακή κυβέρνηση, ο Stanley περιέγραψε

ορισμένες από τις πολιτικές ρητορικές σχετικά με τις διαμαρτυρίες στην πανεπιστημιούπολη εδώ ως «ανατριχιαστικές» επιπτώσεις στη συζήτηση για ένα σημαντικό θέμα.

«Είμαι πολύ ευαίσθητος σε αυτό γιατί έχασα τόσα πολλά για να μετακομίσω εδώ», είπε ο Stanley. Είπε ότι είναι ζωτικής σημασίας ο Καναδάς να διατηρήσει ένα κλίμα ανοιχτής συζήτησης και ελευθέρως έρευνας «αφού τα πανεπιστήμια των ΗΠΑ έχασαν δισεκατομμύρια δολάρια σε πρόστιμα και χρηματοδότηση, επειδή οι φοιτητές τους διαμαρτυρήθηκαν κατά του Ισραήλ. «Δεν πρόκειται να κάνετε τους ερευνητές των ΗΠΑ να έρθουν και να θυσιάσουν τους μισθούς τους για την ίδια κατάσταση».

Η Pasquerella συμφώνησε, ότι τα καναδικά ιδρύματα αντιμετωπίζουν τις δικές τους προκλήσεις για την ακαδημαϊκή ελευθερία, εφόσον τα δεξιά λαϊκιστικά

κινήματα παραμένουν παγκόσμια δύναμη. Ωστόσο, είπε ότι η ένωσή της παρακολουθεί το αυξημένο ενδιαφέρον μεταξύ των Αμερικανών ερευνητών, που κοιτάζουν τον Καναδά και άλλες χώρες όπως το Ηνωμένο Βασίλειο, η Γερμανία και η Αυστραλία.

Η Pasquerella πρόσθεσε, ότι ο νέος νόμος του Καναδά για την ιθαγένεια ανά καταγωγή, ο οποίος χορηγεί υπηκοότητα σε παιδιά Καναδών που γεννήθηκαν στο εξωτερικό πριν από τις 15 Δεκεμβρίου 2025, προκαλεί ενδιαφέρον μεταξύ των ακαδημαϊκών.

«Οι ερευνητές υψηλού προφίλ από το Yale και από άλλα αναγνωρισμένα ιδρύματα που μετακόμισαν στον Καναδά, έθεσαν το σκηνικό», είπε. «Και τώρα με τη δημοσιότητα γύρω από τους Αμερικανούς που μπορούν να υποβάλουν αίτηση για καναδική υπηκοότητα, υπήρξε ένα κύμα ενδιαφέροντος».

A message from your elected official

Happy Mother's Day!

On this special day, we celebrate all mothers who make a difference in our lives.

Χρόνια πολλά για τη Γιορτή της Μητέρας!

Σε αυτή την ξεχωριστή ημέρα, τιμούμε όλες τις μητέρες που κάνουν τη ζωή μας πιο όμορφη.

Aglaia Revelakis

Conseillère municipale - Chomedey

✉ a.revelakis@laval.ca

☎ 514-242-5761

conseil municipal



Εσείς τι λέτε;

του Μιχάλη Τελλίδη



Ελλάδα: Από την ακρίβεια στην... απόδραση

Σε μια χώρα όπου η γκρίνια έχει αναχθεί σχεδόν σε εθνικό σπορ, ο μέσος Έλληνας καταφέρει το ακατόρθωτο: να διαμαρτύρεται καθημερινά για την ακρίβεια... ενώ ταυτόχρονα ετοιμάζει βαλίτσες.

Ανοίγεις την τηλεόραση και βλέπεις πολίτες αγανακτισμένους. «Δε βγαίνουμε», «δεν τα φέρνουμε βόλτα», «όλα έχουν ακριβύνει». Ταυτόχρονα, ουρές χιλιομέτρων στα δρόμα... Κάπου ανάμεσα στο «δεν έχουμε» και στο «φεύγουμε για τριήμερο», φαίνεται πως υπάρχει ένα μικρό, ανεξήγητο οικονομικό θαύμα. Πλοία γεμάτα. Αεροπλάνα φίσκα. Αυτοκίνητα μπουλιαρισμένα. Πρωτομαγιά; Φεύγουμε. Πάσχα; Φεύγουμε. Τριήμερο; Φεύγουμε. Σαββατοκύριακο; Ε, κάτι θα βρούμε να γιορτάσουμε.

Και σαν να μην έφτανε αυτό, υπάρχει και η κλασική ελληνική προετοιμασία: «φεύγουμε για να ξεφύγουμε», αλλά με το άγχος να προλάβουμε το πλοίο, να βρούμε ξενοδοχείο, να κλείσουμε τραπέζι στην ταβέρνα πριν τους άλλους.

Και κάπου εκεί γεννιέται το αιώνιο ερώτημα: τελικά, οι Έλληνες δεν έχουν, ή απλώς δεν... κάθονται;

Η αντίφαση είναι σχεδόν ποιητική. Από τη μία, το σουβλάκι στα 3,5 ευρώ γίνεται εθνικό ζήτημα. Από την άλλη, τα ακτοπλοϊκά εισιτήρια εξαφανίζονται με λιγγιώδεις ρυθμούς...

Και δεν είναι μόνο τα ταξίδια. Καφετέριες τίγκα, μπαρ γεμάτα, ταβέρνες που δε βρίσκεις καρέκλα ούτε με κράτηση από την προηγούμενη εβδομάδα. Το «δεν έχω» φαίνεται να συνυπάρχει αρμονικά με το «που θα πάμε για βραδινό».

Αν συγκρίνει κανείς με χώρες όπως ο Καναδάς, η εικόνα γίνεται ακόμα πιο ενδιαφέρουσα. Εδώ, το κόστος ζωής είναι αισθητά υψηλότερο: ενοίκια, φόροι, εστίαση, όλα ανεβαίνουν. Ένα απλό σουβλάκι μπορεί να ξεπεράσει τα δέκα δολάρια και μάλιστα χωρίς... πατάτες για παρηγοριά. Κι όμως, δεν βλέπεις πόλεις όπως το Μόντρεαλ ή το Τορόντο, να αδειάζουν μαζικά σε κάθε αργία.

Ίσως γιατί εδώ η έξοδος προγραμματίζεται. Στην Ελλάδα, αντίθετα, η έξοδος... προκύπτει. Είναι σχεδόν αυθόρμητη, σχεδόν αναπόφευκτη. Σαν να λέει ο Έλληνας: «Μπορεί να μην έχω, αλλά θα πάω». Και τελικά πάει.

Στην Ελλάδα, οι μεγαλουπόλεις θυμίζουν σκηνικό μετά από ταινία καταστροφής, κάθε φορά που εμφανίζεται τριήμερο στον ορίζοντα. Οι κάτοικοι εξαφανίζονται, αφήνοντας πίσω μόνο λίγους «ήρωες» και κάτι γάτες που απορούν τι συνέβη.

Μήπως τελικά το θέμα δεν είναι καθαρά οικονομικό; Μήπως είναι πολιτισμικό;

Ο Έλληνας φαίνεται να διαθέτει ένα μοναδικό ταλέντο: να γκρινιάζει με συνέπεια, αλλά να ζει με ένταση. Να διαμαρτύρεται για το κόστος ζωής, αλλά να μη διαπραγματεύεται την ανάγκη για έξοδο, για ταξίδι, για «να φύγουμε λίγο». Η απόδραση δεν είναι πολυτέλεια, είναι σχεδόν υποχρέωση.

Και ίσως εκεί να κρύβεται το μυστικό: ο Έλληνας δεν περιμένει να του περισσέψουν για να ζήσει, ζει, και μετά... βλέπει τι θα περισσέψει.

Ίσως λοιπόν, η γκρίνια να μην είναι ένδειξη φτώχειας, αλλά... τρόπος έκφρασης. Ένα είδος εθνικής εκτόνωσης, πριν την επόμενη κράτηση εισιτηρίων. Γιατί, στο τέλος της ημέρας, ο Έλληνας μπορεί να λέει «δεν αντέχω άλλο», αλλά το λέει συνήθως... από το καράβι που σαλπάρει για το νησί!

Εσείς τι λέτε;
Μιχάλης Τελλίδης
mtellides@gmail.com

«ΜΕΤΡΗΤΑ = ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ»

Η Ελβετία θωράκισε με δημοψήφισμα τη χρήση μετρητών εκθέτοντας τη συντεχνία της ψηφιακής σκλαβιάς

Το 73% των Ελβετών ζήτησαν συνταγματική κατοχύρωση των μετρητών για λόγους ασφάλειας και ελευθερίας ■ Η Ελλάδα ακούει; Η ΕΕ ακούει;

Συντάκτης: Ελευθέριος Ανδρώνης

Η ύπαρξη μετρητών σε μια οικονομία είναι ακρογωνιαίος λίθος πολιτικής ελευθερίας. Αυτό ακριβώς έκρινε και αποφάσισε ο λαός της Ελβετίας, σε μια περίοδο που η αφηνιασμένη Ευρώπη αδημονεί να επιβάλει το ψηφιακό χρήμα.

Και σε μια εποχή που στην Ελλάδα οι ιδιωτικές τράπεζες έχουν γίνει γενικός «μπάστακας» σε όλες τις ζωτικές δοσοληψίες, με τελευταία την **καταβολή ενοικίου να γίνεται υποχρεωτικά μέσω τραπεζικού λογαριασμού από την 1^η Απριλίου 2026**.

Απέναντι στον ψηφιακό κλοιό που σφίγγει τις οικονομίες της Ευρώπης, τα παραδομένα κράτη θέτουν τις βάσεις για τη σκλαβιά τους και τα σοβαρά κράτη θωρακίζουν τις ελευθερίες τους.

Η Ελβετία, **ως χώρα που διοικείται με σύστημα άμεσης δημοκρατίας**, είναι ίσως η μοναδική περίπτωση στην Ευρώπη όπου η φωνή του λαού δεν καταπνίγεται από τόνους εξουσιαστικής φήμωσης και προπαγάνδας.

Εκεί που η φωνή του λαού ακούστηκε αθέρινη και ανόθευτη, οι πολίτες απαίτησαν τη διατήρηση των μετρητών και την κατοχύρωση της αδιάκοπης χρήσης τους από το Ελβετικό σύνταγμα.

Το 73% των ψηφοφόρων έκρινε ότι το φυσικό χρήμα δε θα πρέπει να λείπει ποτέ από την εγχώρια οικονομία, εκτιμώντας τα μετρητά ως μέσο συναλλαγής που εξασφαλίζει την ελευθερία επιλογής, την οικονομική ασφάλεια, την ιδιωτικότητα και την κοινωνική συνοχή. Και άρα **η χρήση τους θα πρέπει να είναι κατοχυρωμένο δικαίωμα**, όπως και έγινε.

Σε αυτήν την πραγματικά ιστορική απόφαση, οι Ελβετοί αναγνωρίζουν ότι μόνο τα μετρητά μπορούν να εξασφαλίσουν την οικονομική ισότητα, αφού είναι απαραίτητα σε ευάλωτες ομάδες, όπως ηλικιωμένοι, τεχνολογικά αναλφάβητοι και άτομα με αναπηρίες.

Επιπλέον αναγνωρίζεται, ότι **μόνο τα μετρητά μπορούν να διασφαλίσουν την ιδιωτικότητα και την ελευθερία των συναλλαγών**, λειτουργώντας ως **ασπίδα προστασίας απέναντι στους ιδιοτελείς μεσάζοντες**, όπως οι τράπεζες, οι Big Tech ή ακόμα – ακόμα και ένα δεσποτικό κράτος.

Ενώ οι ψηφιακές πληρωμές αποτελούν «μαγνήτη» κατανομής προσωπικών δεδομένων, τα μετρητά είναι το ακριβώς αντίθετο: **ένα συνταγματικό «φράγμα» που αποκλείει το Μεγάλο Αδερφό έξω από το ιδιωτικό απόρρητο και εν γένει έξω από τον έλεγχο της ζωής μας**.

Οι Ελβετοί επιθυμούν να διατηρήσουν μια ανθρώπινη οικονομία, όπου οι απλές κοινωνικές συναλλαγές (όπως πχ. το χαρτζιλίκι, το φιλοδώρημα, ο έρανος κ.λπ.) δε θα επιθεωρούνται από έναν άγρυπνο ψηφιακό οφθαλμό που θα καταγράφει τα πάντα.

Ένα τρίτο σημαντικό επιχείρημα που αναπτύχθηκε από πολλούς Ελβετούς αναλυτές κατά τη συζήτηση στα πλαίσια του δημοψηφίσματος, είναι η σημαντικότητα των μετρητών σε θέματα εθνικής ασφάλειας, ανθεκτικότητας σε κρίσεις, εθνικής ανεξαρτησίας και νομισματικής σταθερότητας.

Σε περιπτώσεις πολέμου, φυσικών καταστροφών, ενεργειακών βλαβών ή κυβερνοεπιθέσεων, όποτε και αν πάψει να λειτουργεί το ρεύμα, συνεχίζει να «λειτουργεί» το μετρητό. Το είδαμε και με τα μαζικά μπλακ άουτ πέρυσι στην Ισπανία και την Πορτογαλία, όπου παρέλυσε κάθε σύστημα πληροφορικής, κάθε αυτοματισμός, κάθε υπηρεσία, ενώ οι ηλεκτρονικές συναλλαγές πάγωσαν και ολόκληρη η αγορά υπέστη «έμφραγμα». Και αν ακόμα δεν υπήρχαν ποτέ χαρτονομίσματα, για τέτοιες στιγμές θα έπρεπε να εφευρεθούν.

Αντιθέτως, με χώρες που παραδίδουν όλα τα «ασημικά» της κυριαρχίας τους (όπως η Ελλάδα), οι Ελβετοί θέλουν να διατηρήσουν τον έλεγχο του εθνικού τους νομίσματος (ελβετικό φράγκα) χωρίς εξαρτήσεις από διεθνή ψηφιακά συστήματα, κάτι που εξασφαλίζει οικονομική ανεξαρτησία, πολιτική ευελιξία και «ελαστικότητα» στην αγορά.

Το ελβετικό δημοψήφισμα έρχεται να ταράξει τα ευρωπαϊκά «ύδατα», σε μια χρονική στιγμή που οι ψηφιακές πληρωμές αυξάνονται γεωμετρικά, όσο οι κυβερνήσεις υποσκάπτουν μεθοδικά τη χρήση φυσικού χρήματος.

Τα περιστατικά διαρροής προσωπικών δεδομένων πληθαίνουν συνεχώς και δημιουργούν κλίμα γενικευμένης ανασφάλειας, που όμως δε βρίσκει διόδο να εκφραστεί από τα συστημικά μέσα. Οι εταιρείες δημοσκοπήσεων ούτε καν τολμούν να θέσουν ερώτημα για την επιδιωκόμενη κατάργηση των μετρητών, για να μην αποκαλυφθεί η μαζική αποδοκιμασία του κόσμου σε αυτό το σενάριο.

Το σύστημα προτιμά να δαλεάζει μέρα με τη μέρα τον πολίτη, κρατώντας τον στο δόκανο της συνήθειας, της ευκολίας, της «ασφάλειας», της ταχύτητας, όσο η ιδέα των μετρητών παραμένει πρόσκαιρα σε μια γωνιά σαν αποκούμπι επιλογής, μέχρι την ημέρα που θα κηρυχτούν «ξεπερασμένα» και θα αποσυρθούν. Εδώ άπτεται και στον κάθε πολίτη το κατά πόσο θα καταθέτει «ψήφο» στήριξης στα μετρητά, με το να τα χρησιμοποιεί στις αγορές του ή θα διευκολύνει την επιδιωκόμενη ψηφιακή σκλαβιά, με το να χρησιμοποιεί ηλεκτρονικό χρήμα για τα πάντα.

Το δίδαγμα που προσφέρουν οι Ελβετοί απέναντι στην ψηφιακή μέγγενη που περισφίγγει την Ευρώπη είναι ότι **το φυσικό νόμισμα ήταν, είναι, και θα παραμείνει το θεμέλιο για προσωπική, κοινωνική και εθνική ελευθερία**.

NEA
TA 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. Γκιούσμας • George S. Guzman
Γενικός Διευθυντής / General Director:
Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis
Διευθυντής Διαφήμισης / Advertising Director:
Γεώργιος Στυλ. Γκιούσμας • George S. Guzman

Καλλιτεχνική Επιμέλεια / Graphic Design:
Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas
Lareine Zakhour
Elena Molter
Θωμάς Μπακογιάννης • Thomas Bakoyannis

Συντάκτες / Editorial Staff:
Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas
Δημήτρης Ηλίας
Μιχάλης Τελλίδης • Michael Tellides
Martin C. Barry

Μακέτα / Layout: Media-Trek
Διανομή / Distribution: MediaTrek•Canada Post
Εκτύπωση / Printing: TC. TRANSCONTINENTAL

National Representatives:
RS RÉSEAU SÉLECT
PARTENAIRE PUBLICITAIRE
info@reseausselect.ca

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

www.tanea.ca / www.greeknews.ca

Deadline: Monday at 1 p.m.

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 2026



Canada's #1 prepaid mobile provider.

chatrTM
AUTHORIZED DEALER

- 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, Les Galeries du Parc, Mail Champlain, Place Bourassa, Place Longueuil, Plaza Côte-des-Neiges, YUL airport.
- Head Office**
12053 Laurentien Blvd, Montreal.
- (438) 992 2002**

Νέα Δημοκρατία: Τα «καρφιά», οι αιχμές και οι προτάσεις των βουλευτών

Σαφές μήνυμα στους βουλευτές της ΝΔ να μην κυλήσουν στην εσωστρέφεια, έστειλε ο Κυριάκος Μητσοτάκης από το βήμα της συνεδρίασης της Κοινοβουλευτικής Ομάδας του κόμματός του (Πέμπτη 7 Μαΐου). Όπως είπε χαρακτηριστικά, «είναι λεπτή η γραμμή που χωρίζει τον προβληματισμό από την εσωστρέφεια και αυτή είναι κόκκινη γραμμή».

Την έμμεση προειδοποίηση του ο πρωθυπουργός τη συνόδεψε όμως και με τη διαβεβαίωση πως όλοι οι βουλευτές, ανεξαρτήτως των δικογραφιών που «τρέχουν» θα συμπεριληφθούν στα ψηφοδέλτια της ΝΔ στις προσεχείς εκλογές.

«Όλοι οι βουλευτές μας θα βρίσκονται στα ψηφοδέλτια εφόσον το επιθυμούν» είπε χαρακτηριστικά για να προσθέσει: «Χωρίς τελεσίδικες αποφάσεις, ισχύει το τεκμήριο της αθωότητας». Σημείωσε, δε, πως «είμαστε μια γροθιά και προχωράμε σαν μια γροθιά».

ΝΑ ΜΙΛΑΜΕ ΤΗ ΓΛΩΣΣΑ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ

Ο Κυριάκος Μητσοτάκης ξεκίνησε την ομιλία του μιλώντας για τις γεωπολιτικές εξελίξεις αλλά και τα αποτελέσματα της πρόσφατης επίσκεψης του στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα και στην Ιορδανία. Πέραν αυτών, έστρεψε το ενδιαφέρον στα εσωτερικά ζητήματα της κυβερνώσας παράταξης. Όσα συζητούμε εσωτερικά πρέπει να αφορούν και τις προσδοκίες των πολιτών, που αντιμετωπίζουν την ακρίβεια και ζητούν λύσεις, είπε ο πρωθυπουργός. Συμπλήρωσε πως «η ΝΔ έχει να κάνει πολλά ακόμη για την Ελλάδα του 2030».

«Να μιλάμε στη γλώσσα των πολιτών και όχι κατ' ανάγκη προβάλλοντας τις δικές μας ανησυχίες, τις δικές μας ανασφάλειες σε μια εσωτερική συζήτηση». Είπε δε, πως μια τρίτη τετραετία της ΝΔ «θα απο-

τρέψει την επιστροφή του τόπου σε όσα ζήσαμε στο παρελθόν». Ζήτησε από τους βουλευτές του «να ανταποκριθούμε σε αυτή τη συγκυρία, να είμαστε παραγωγικοί στις τοποθετήσεις μας, με αναφορές που ενδιαφέρουν τον πολίτη και αποφεύγοντας “μια μίζερη εσωστρέφεια”».

ΘΑ ΤΗΝ ΙΔΡΩΣΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΤΗ ΦΑΝΕΛΛΑ

Αναφερόμενος στη Συνταγματική Αναθεώρηση, είπε πως οι 30 αλλαγές που προτείνει η ΝΔ έχουν «θεσμικό, οικονομικό, κοινωνικό και ταυτοτικό περιεχόμενο για το αύριο της πατρίδας και του έθνους».

Καταλόγισε, δε, «αμηχανία» στην αντιπολίτευση, κατηγορώντας την πως «αδιαφορεί για την επόμενη ημέρα της χώρας», αλλά «αγωνιά πώς θα κατασκευάσει σενάρια για να ναρκοθετήσει την αξιοπιστία της κυβέρνησης και το ήθος της ΝΔ».

Συνεχάρη, δε, την ΚΟ της ΝΔ για τη στάση της απέναντι στις δικογραφίες της Ευρωπαϊκής Εισαγγελίας και την άρση ασυλίας βουλευτών, ενώ υπογράμμισε πως «καθαρός ουρανός, αστραπάς δε φοβάται».

Σε άλλο σημείο υπογράμμισε, όμως, πως οι βουλευτές της ΝΔ θα πρέπει «να προτάσσουν όχι μόνο τι ζητούν αλλά και τι προσφέρουν στην παράταξη». Είπε άλλωστε χαρακτηριστικά πως για να έρθει η νίκη στις επόμενες εκλογές «θα πρέπει να την ιδρώσουμε τη φανέλα και θα την ιδρώσουμε όλοι μαζί, γι' αυτό είμαι σίγουρος».

ΑΤΑΚΕΣ «ΦΩΤΙΑ» ΚΑΙ ΤΟ ΑΓΡΙΟ ΚΑΡΦΙ ΤΟΥ ΑΔΩΝΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΕΝΔΙΑ

Η «γαλάζια» συνεδρίαση μπορεί να μην ήταν θεαλλώδης – όπως ήταν το καλοκαίρι του 2024 μετά τις ευρωεκλογές – ωστόσο ήταν... ζωνρή και δεν έλειψαν οι ατάκες – φωτιά από τους βουλευτές. Για παράδειγμα, με αναφορές στο ρόλο του βουλευτή

– μετά και τις δικογραφίες που έχουν φτάσει για τον ΟΠΕΚΕΠΕ – τοποθετήθηκαν «γαλάζιοι», με αιχμηρές αναφορές και για την ευρωπαϊκή εισαγγελία. Παράλληλα ωστόσο δεν έλειψαν και τα αιχμηρά σχόλια για υπουργούς.

Σύμφωνα με πληροφορίες, ο Άδωνις Γεωργιάδης φέρεται να είπε πως κάποιος «πάνε εκεί που μας βρίζουν και όχι στην Κοινοβουλευτική Ομάδα της ΝΔ», ενώ σημείωσε – με βάση τις πληροφορίες – ότι... κάποιος θα πήγαιναν και στη Σελήνη για να μιλήσουν.

Στα «πηγαδάκια» συζητήθηκε, πως οι συγκεκριμένες αναφορές πήγαιναν και προς την πλευρά του Νίκου Δένδια. Παρεμπιπτόντως, ο υπουργός Άμυνας δεν ήταν στη συνεδρίαση, καθώς πραγματοποιεί επίσκεψη στην Πορτογαλία.

Η ΑΤΑΚΑ ΤΟΥ ΘΕΟΔΩΡΙΚΑΚΟΥ ΠΟΥ ΣΥΖΗΤΗΘΗΚΕ

Ο υπουργός Ανάπτυξης **Τ. Θεοδωρικάκος** είπε χαρακτηριστικά, πως «απαιτείται ισχυρή ενότητα της Νέας Δημοκρατίας στη μάχη για τις εκλογές, οι απόντες θα αναλάβουν την ευθύνη της απουσίας τους». Η αποστροφή αυτή ερμηνεύτηκε από αρκετούς, ως αιχμή προς το Νίκο Δένδια. Από την πλευρά του, ο **Θάνος Πλεύρης** τόνισε πως οι υπουργοί δεν πρέπει να βγαίνουν σε προστατευμένο περιβάλλον μόνο για το αντικείμενο τους, ενώ για κάποιους που μιλάνε μόνο για τα χαρτοφυλάκια τους, έκανε λόγο ο **Δημήτρης Μαρκόπουλος**.

Από τη πλευρά του ο **Βασίλης Γιόγιακας** σημείωσε πως «ιδρώνει τη φανέλα 12 χρόνια» και έκανε αναφορά στο πρόσφατο συμβάν με τον υφυπουργό **Ν. Ταχιάο** (είχε υπάρξει ένας «θερμός» διάλογος στη Βουλή). Με τον πρωθυπουργό να λέει, με βάση τις πληροφορίες, πως ήταν ένα περαστικό που τον ενόχλησε προσωπικά και να στέλνει παράλληλα μηνύματα. «Έχω την απαίτηση από τα μέλη του υπουργικού συμβουλίου, να αντιμετωπίζουν τους βουλευτές με ευγένεια και με σεβασμό» είπε και πρόσθεσε πως ακόμα και η άρνηση να γίνεται με τέτοιο τρόπο, ώστε να μην υπάρχουν παρεξηγήσεις και εντάσεις. Σημείωσε ακόμα πως την ίδια απαίτηση όμως έχει και από το βουλευτή, που πρέπει να αντιληφθεί ότι ταυτόχρονα εκπροσωπεί και την επικράτεια και την εκλογική του περιφέρεια.

ΤΙ ΛΕΝΕ ΟΙ «ΓΑΛΑΖΙΟΙ» ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΒΕΣΙ

Για αμφισβήτηση του βουλευτή και των καθηκόντων του μίλησε ο **Μάκης Βορίδης**, σημειώνοντας με βάση πληροφορίες, πως «η επίθεση έρχεται από μια δικαστικό, την κυρία Κοβέσι, η οποία καταχωρήθηκε ως πολιτικός από τις τοποθετήσεις που έχει κάνει η ίδια».

Αναφορικά με τους 13 βουλευτές που αναφέρονται στη δικογραφία, μίλησε για αβάσιμες και αστήρικτες υποθέσεις και πρόσθεσε «γεννάται ένα ζήτημα οριοθέτησης. Θα δεχόμαστε πολίτες στο γραφείο μας; Έρχονται γιατί έχουν προβλήματα. Επιτρέπεται να μιλάμε με τη δημόσια διοίκηση; Χρειάζεται οριοθέτηση. Και ένα ισχυρό μήνυμα απέναντι στην ανεύθυνη αντιπολίτευση. Τέρμα στην ποινικοποίηση της δραστηριότητας των βουλευτών. Χαιρετίζω τη θέση του πρωθυπουργού για την αναβάθμιση του ρόλου του βουλευτή και ότι πρέπει να μπει ένα όριο σε αυτό». Από την πλευρά του ο **Δημήτρης Βαρτζόπουλος** – που είναι ένας εκ των 13 βουλευτών για τους οποίους υπήρξε άρση ασυλίας – είπε με βάση τις πληροφορίες, πως «έπρεπε να περάσει μισός αιώνας και να έρθει η κυρία Κοβέσι, για να διαπιστώσω ότι όλα αυτά που γνώριζα δεν ήταν απλά λάθος, αλλά παρατυπία και έγκλημα». Χαρακτήρισε σωστή και θαρραλέα την απόφαση να απορριφθεί η επιτροπή για τους υπουργούς (υπενθυμίζεται πως η Ν.Δ. λέει «όχι» σε προανακριτική για τον πρώην υπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης **Σ. Λιβανό** και την πρώην υφυπουργό **Φ. Αραμπατζή**).

ΟΙ ΑΝΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗ ΣΥΝΤΑΓΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗ

«Το Σύνταγμα ορίζει τον αριθμό των βουλευτών μεταξύ 200 και 300 και δεν υπάρχει στη Συνταγματική Αναθεώρηση κάποια πρόταση για μείωση του αριθμού των βουλευτών», υπογράμμισε ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης. Να σημειωθεί, πως μια σειρά θεμάτων που έχουν σχέση με το ρόλο του βουλευτή, τέθηκαν στη συνεδρίαση της Κοινοβουλευτικής Ομάδας.

Ενδεικτικά αναφέρονται τα εξής:

- Ο **Θ. Ζεμπίλης** τάχθηκε κατά της μείωσης του αριθμού των βουλευτών.
- Ο **Τ. Δημοσχάκης** φέρεται να πρότεινε και ψυχοτεχνικά τεστ για όσους θέλουν να είναι από εδώ και πέρα υποψήφιοι βουλευτές.
- Ο **Θ. Πλεύρης** πρότεινε το απόλυτο ασυμβίβαστο βουλευτή – υπουργού. Πρότεινε επίσης, αν θέλει κάποιος να πολιτευτεί στα 21 να έχει υπηρετήσει τη στρατιωτική του θητεία.
- Ο **Δ. Καιρίδης** αναφέρθηκε σε κάποιες από τις προτάσεις που έχει καταθέσει, όπως η αναγραφή του αριθμού των σταυρών στα ψηφοδέλτια.
- Ο **Ν. Μηταράκης** πρότεινε να υπάρχει μια σαφής ερμηνεία, για το ποιος είναι ο ρόλος του βουλευτή. Επίσης πρότεινε, η εκτελεστική γραμματεία να συνεδριάζει κάθε μήνα, η πολιτική επιτροπή και η Κοινοβουλευτική Ομάδα κάθε τρίμηνο.

Πηγή ενημέρωσης: ethnos.gr



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

Τράπεζα Της Ελλάδος: Στα €590 δις εκτοξεύτηκε το εξωτερικό χρέος της χώρας

Στο -136,8% του ΑΕΠ ανήλθε η καθαρή διεθνής επενδυτική θέση το 2025, απέχοντας αισθητά από το στόχο του -35% του ΑΕΠ

Σε εφιαλτικά επίπεδα εκτοξεύτηκε το εξωτερικό χρέος της χώρας, αγγίζοντας τα 600 δις. ευρώ στα τέλη του 2025, με το ποσοστό του ως προς το ΑΕΠ, να είναι πολλαπλάσιο σε σχέση με το μέσο όρο της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Όπως αποκαλύπτει η ετήσια έκθεση του διοικητή της ΤτΕ, Γιάννη Στουρνάρα, το ακαθάριστο εξωτερικό χρέος της χώρας, σε τρέχουσες τιμές, αυξήθηκε κατά 14,3 δις. ευρώ, φθάνοντας τα 590,4 δις. ευρώ, ή στο 237,7% του ΑΕΠ στο τέλος του 2025. Πιο αναλυτικά, στο τέλος του 2025 οι καθαρές υποχρεώσεις της Ελλάδος προς το εξωτερικό κατέγραψαν άνοδο κατά 13,9 δις. ευρώ και διαμορφώθηκαν σε 339,7 δις. ευρώ, κυρίως λόγω της μείωσης των καθαρών απαιτήσεων των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων, η οποία αντισταθμίστηκε μερικώς από τη βελτίωση της καθαρής θέσης πρωτίστως των λοιπών τομέων της οικονομίας και της Τράπεζας της Ελλάδος και δευτερευόντως της γενικής κυβέρνησης.

Η εξέλιξη αυτή συνδέεται, εκτός από τις συναλλαγές, και με τη μεταβολή στις αποτιμήσεις, κυρίως των υποχρεώσεων, που αντανάκλα την άνοδο της αξίας των μετοχικών τίτλων.

Ως ποσοστό του ΑΕΠ, λόγω της σημαντικής αύξησης του ονομαστικού ΑΕΠ το 2025, η καθαρή διεθνής επενδυτική θέση (ΚΔΕΘ) μειώθηκε σε -136,8% το 2025 από -137,6% το 2024, αλλά παραμένει αισθητά η υψηλότερη στην ΕΕ, και

η Ελλάδα συνεχίζει να υπερβαίνει το όριο (-35% του ΑΕΠ) που προβλέπεται στο πλαίσιο της διαδικασίας μακροοικονομικών ανισορροπιών.

ΦΤΑΙΝΕ ΚΑΙ ΤΑ ΔΑΝΕΙΑ ΤΟΥ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΥ

Παρά ταύτα, αναφέρει η ΤτΕ, **οι κίνδυνοι για τη χώρα είναι προς το παρόν περιορισμένοι**, αφού η κύρια συνιστώσα της αρνητικής ΚΔΕΘ είναι τα δάνεια από το Μηχανισμό Στήριξης, τα οποία χαρακτηρίζονται από χαμηλά επιτόκια και μεγάλη διάρκεια.

Ωστόσο, τα τελευταία έτη καταγράφηκε αύξηση των καθαρών υποχρεώσεων των λοιπών τομέων της οικονομίας, που συνδέεται κυρίως με την πώληση δανείων τους σε χρηματοπιστωτικά ιδρύματα και λοιπές χρηματοπιστωτικές επιχειρήσεις του εξωτερικού, καθώς και ενίσχυση των καθαρών ροών ΞΑΕ μη κατοίκων στην Ελλάδα. Η αναγκαία βελτίωση της ΚΔΕΘ μεσοπρόθεσμα προϋποθέτει, **πέρα από τη σταδιακή μείωση του εξωτερικού χρέους της γενικής κυβέρνησης, υψηλούς ρυθμούς οικονομικής ανάπτυξης ή και την επίτευξη μόνιμων και ικανοποιητικών πλεονασμάτων στο ισοζύγιο τρεχουσών συναλλαγών.**

Με βάση την ανάλυση της ΚΔΕΘ κατά είδος επένδυσης, οι καθαρές υποχρεώσεις από άμεσες επενδύσεις αυξήθηκαν, κυρίως λόγω της ενίσχυσης των εισροών ΞΑΕ στην Ελλάδα.

Οι καθαρές απαιτήσεις από επενδύσεις χαρτοφυλακίου περιορίστηκαν (κατά 16,3 δις. ευρώ), αφού η μείωση των καθαρών απαιτήσεων, κυρίως των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων και δευτερευόντως της Τράπεζας της Ελλάδος, καθώς και η αύξηση των υποχρεώσεων της γενικής κυβέρνησης, αντισταθμίστηκαν μερικώς από την άνοδο των καθαρών απαιτήσεων στους λοιπούς τομείς της οικονομίας.

Ειδικότερα, η αύξηση των υποχρεώσεων των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων και η μείωση των υποχρεώσεων των λοιπών τομέων της οικονομίας, αντανάκλουν τις εταιρικές αναδιαρθρώσεις ελληνικών χρηματοπιστωτικών ομίλων που ολοκληρώθηκαν το 2025.

Στην κατηγορία των λοιπών επενδύσεων, η αρνητική καθαρή θέση περιορίστηκε κατά 8,1 δις. ευρώ το 2025 συγκριτικά με το 2024, αφού η μείωση των καθαρών υποχρεώσεων, τόσο της Τράπεζας της Ελλάδος όσο και της γενικής κυβέρνησης, καθώς και των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων, αντισταθμίστηκε μερικώς από την αύξηση των υποχρεώσεων των λοιπών τομέων της οικονομίας.

ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΤΑΙ Η ΕΠΙΔΕΙΝΩΣΗ

Η επιδείνωση της ΚΔΕΘ το 2025 οφείλεται κυρίως **στη μείωση των καθαρών απαιτήσεων των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων**, που συνδέεται με τις προαναφερθείσες εταιρικές αναδια-

ρθώσεις και η οποία αντισταθμίστηκε πρωτίστως από τη μείωση των υποχρεώσεων των λοιπών τομέων της οικονομίας και την αύξηση των καθαρών απαιτήσεων της Τράπεζας της Ελλάδος και δευτερευόντως από τη μείωση των καθαρών υποχρεώσεων της γενικής κυβέρνησης.

Σχετικά με το ακαθάριστο εξωτερικό χρέος της χώρας, που έφτασε στα 590,4 δις. ευρώ στο τέλος του 2025, η ΤτΕ σημειώνει ότι **η άνοδος αυτή αποδίδεται σχεδόν αποκλειστικά στην αύξηση των υποχρεώσεων των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων.**

Ωστόσο, ο λόγος του ακαθάριστου εξωτερικού χρέους προς το ΑΕΠ παρουσίασε βελτίωση, λόγω της σημαντικής αύξησης του ονομαστικού ΑΕΠ το 2025.

Το καθαρό εξωτερικό χρέος διαμορφώθηκε σε 286,4 δις. ευρώ (115,3% του ΑΕΠ) το 2025, αυξημένο κατά 1,8 δις. ευρώ έναντι του 2024.

Η εξέλιξη αυτή οφείλεται πρωτίστως **στην αύξηση του καθαρού χρέους των λοιπών τομέων της οικονομίας** και δευτερευόντως στη μείωση των καθαρών απαιτήσεων των λοιπών χρηματοπιστωτικών ιδρυμάτων και της Τράπεζας της Ελλάδος.

Η επιδείνωση αυτή αντισταθμίστηκε εν μέρει από τον περιορισμό του καθαρού χρέους της γενικής κυβέρνησης.

Ως ποσοστό του ΑΕΠ, λόγω της ανόδου του ονομαστικού ΑΕΠ το 2025, το καθαρό εξωτερικό χρέος συρρικνώθηκε.



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Happy Mother's Day!
Σε όλες τις Μητέρες
Χρόνια Πολλά!

SONA LAKHOYAN OLIVIER
Députée de / MNA for Chomedey
450-686-0166 | Sona.LakhoyanOlivier.CHOM@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Χρόνια Πολλά σε
όλες τις Μητέρες!

Happy Mother's Day!

Joyeuse fête
des Mères!

ALICE ABOU-KHALIL
Députée de Fabre
(450) 689-5516
Alice.Abou-Khalil.FABR@assnat.qc.ca
538, rue Principale
Laval, QC H7X 1C8



Πρωτομαγιά στο Σχολείο Σωκράτης-Δημοσθένης (Παράρτημα ΙΙΙ) στο Ρόξμπορο: μια γιορτή κοινότητας και πολιτισμού

Του Δημήτρη Ηλία

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

Με μεγάλη επιτυχία και εντυπωσιακή συμμετοχή, πραγματοποιήθηκε ο εορτασμός της Πρωτομαγιάς στο Σχολείο Σωκράτης-Δημοσθένης, Παράρτημα ΙΙΙ, στο Ρόξμπορο του Μόντρεαλ. Η εκδήλωση, που διοργανώθηκε με πρωτοβουλία του διευθυντή Χρήστου Φιλανδριανού και της εξαιρετικά δραστήριας επιτροπής γονέων, ανέδειξε με τον πιο ουσιαστικό τρόπο το ρόλο του σχολείου ως ζωντανού κυττάρου της ομογενειακής ζωής.

Η γιορτή φιλοξενήθηκε στην πρόσφατα ανακαινισμένη αυλή του σχολείου, η οποία μετατράπηκε σε ένα ζεστό και φιλόξενο χώρο συνάντησης, για περισσότερους από 200 παρευρισκόμενους. Μαθητές, γονείς, εκπαιδευτικοί και φίλοι της σχολικής κοινότητας έδωσαν το «παρών», τιμώντας την Πρωτομαγιά, όχι μόνο ως εποχική παράδοση, αλλά ως ευκαιρία ενίσχυσης της συλλογικότητας και της κοινωνικής συνοχής.

Μαθητές από όλες τις τάξεις και όλες τις βαθμίδες παρουσίασαν ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς, γεμίζοντας την αυλή με ζωντανία, ρυθμό και υπερηφάνεια. Για πρώτη φορά υπό την καθοδήγηση της δασκάλας τους κας Denise Eleftheratos ακόμα και τα παιδιά του προ νηπιαγωγείου κατέπληξαν τους παρευρισκόμενους. Με χαμόγελα και ενθουσιασμό, απέδειξαν ότι η πολιτιστική κληρονομιά δεν αποτελεί απλώς μέρος του προγράμματος σπουδών, αλλά μια βιωματική εμπειρία που καλλιεργείται μέσα από τη συμμετοχή και τη συνεργασία. Η εκδήλωση ξεχώρισε και για τον πλούτο των δραστηριοτήτων που προσφέρθηκαν σε μικρούς και μεγάλους, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα γιορτής και ανεμελιάς. Στο χώρο υπήρχε ειδικά διαμορφωμένο τμήμα για παιδικά τατουάζ, σταθμός για παραδοσιακό ελληνικό φρα-

πέ, φουσκωτά παιχνίδια, που κράτησαν αμείωτο το ενδιαφέρον των παιδιών, καθώς και παγωτό για όλους.

Τη μουσική επιμέλεια της ημέρας ανέλαβε ζωντανή ορχήστρα, ενώ τη σκυτάλη πήρε και DJ, προσφορά του γονέα εθελοντή Jason Scoufaras, ενισχύοντας τη ζωντανία και τον εορταστικό παλμό της εκδήλωσης καθ' όλη τη διάρκεια της, μαζί με το μαέστρο Πέτρο Πλαρινό και την τραγουδίστρια Παναγιώτα Τσίτσου.

Παράλληλα, το γαστρονομικό μέρος ήταν ιδιαίτερα πλούσιο και εντυπωσιακό, θυμίζοντας αυθεντικό ελληνικό πανηγύρι. Οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν τέσσερις ολόκληρες γουρουνοπούλες, σουβλάκια χοιρινά και κοτόπουλο, λουκάνικα, τυρόπιτες και σπανακόπιτες, πατάτες τηγανητές, ελληνική σαλάτα και ψιλοκομμένη σαλάτα, ντολμαδάκια, φρέσκα φρούτα, καθώς και παραδοσιακό ελληνικό γιαούρτι με μέλι. Η αφθονία και η ποιότητα των εδεσμάτων αποτέλεσαν ακόμη ένα στοιχείο που συνέβαλε στη συνολική επιτυχία της ημέρας, προσφέροντας σε όλους μια αυθεντική γεύση Ελλάδας στην καρδιά του Μόντρεαλ.

Σε δήλωσή του, ο διευθυντής κ. Chris Filandrianos σημείωσε: «Η Πρωτομαγιά στο σχολείο μας είναι πάνω απ' όλα μια γιορτή της κοινότητας. Βλέποντας παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς να συμμετέχουν όλοι μαζί, αντιλαμβανόμαστε ότι το σχολείο μας επιτελεί έναν ευρύτερο ρόλο, πέρα από την εκπαίδευση: δημιουργεί δεσμούς, ενισχύει την ταυτότητα και καλλιεργεί το αίσθημα του ανήκειν».

Καθοριστική και πολυεπίπεδη υπήρξε η συμβολή της επιτροπής γονέων, η οποία με συνέπεια, όραμα και αξιοθαύμαστη οργανωτική ικανότητα, ανέλαβε όχι μόνο την άψογη προετοιμασία και υλοποίηση της φετινής εκδήλωσης, αλλά και μια ευρύτερη, διαρκή αποστολή αναβάθμισης της σχολικής ζωής. Η ενεργός και ουσια-

στική παρουσία τους αποδεικνύει έμπρακτα, ότι η επιτυχία τέτοιων πρωτοβουλιών δεν είναι τυχαία, αλλά εδράζεται σε μια βαθιά και ζωντανή συνεργασία μεταξύ σχολείου και οικογένειας, μια συνεργασία που στο Σωκράτης - Δημοσθένης ΙΙΙ όχι μόνο υφίσταται, αλλά εξελίσσεται και ενδυναμώνεται διαρκώς.

Τα τελευταία χρόνια, η επιτροπή αυτή έχει αφήσει ένα απτό και διαρκές αποτύπωμα στο χώρο και στην καθημερινότητα του σχολείου. Με στοχευμένες παρεμβάσεις και ακούραστη εθελοντική εργασία, συνέβαλε καθοριστικά στη δημιουργία εξειδικευμένων αιθουσών χορού, εικαστικών τεχνών και μουσικής, προσφέροντας στους μαθητές πολύτιμους χώρους έκφρασης και δημιουργικότητας. Παράλληλα, προχώρησε σε ουσιαστικές ανακαινίσεις των γραφείων και του προαυλίου, μεταμορφώνοντας το σχολικό περιβάλλον σε έναν πιο λειτουργικό και αισθητικά αναβαθμισμένο χώρο.

Ιδιαίτερη σημασία έχει και η εγκατάσταση συστήματος κλιματισμού στο γυμναστήριο, μια παρέμβαση που βελτίωσε αισθητά τις συνθήκες άθλησης και καθημερινής χρήσης του χώρου για μαθητές και εκπαιδευτικούς. Πέρα όμως από τις υλικές υποδομές, η επιτροπή γονέων έχει επιδείξει αξιοσημείωτη προσήλωση και στον τομέα της παιδαγωγικής και πολιτιστικής καλλιέργειας, οργανώνοντας αμέτρητες δραστηριότητες, εργαστήρια και πρωτοβουλίες επιμόρφωσης, που εμπλουτίζουν την εκπαιδευτική εμπειρία των παιδιών.

Παρόντες στην εκδήλωση ήταν εξέχουσες προσωπικότητες της ομογένειας και της τοπικής αυτοδιοίκησης, γεγονός που υπογράμμισε τη σημασία και το κύρος της πρωτοβουλίας. Μεταξύ αυτών, ο πρόεδρος της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μόντρεαλ, δικηγόρος Βασίλης Αγγελόπουλος, η Γενική Διευθύντρια των Σχολείων Σωκράτης - Δημοσθένης Γεωργία Τσάκαλη, καθώς και ο δήμαρχος του

Ρόξμπορο, Δημήτρης Μπέης, οι οποίοι με την παρουσία τους τίμησαν τη σχολική κοινότητα και επιβεβαίωσαν τη στήριξή τους σε δράσεις που ενισχύουν την κοινωνική συνοχή και την πολιτιστική συνέχεια.

Η φετινή διοργάνωση αποτέλεσε τη 12^η κατά σειρά ετήσια εκδήλωση Πρωτομαγιάς του σχολείου, ένα θεσμό που έχει πλέον καθιερωθεί ως σημείο αναφοράς για την ευρύτερη κοινότητα. Αξιοσημείωτο είναι ότι, παρά το εύρος και την ποιότητα της εκδήλωσης, η συμμετοχή παρέμεινε απολύτως δωρεάν για όλους τους παρευρισκόμενους, μια επιλογή που αντικατοπτρίζει τη φιλοσοφία της προσβασιμότητας και της συμπερίληψης που διέπει το σχολείο.

Το γεγονός αυτό κατέστη δυνατό, χάρη στη γενναιόδωρη συμβολή πολυάριθμων δωρητών και υποστηρικτών, οι οποίοι, με πνεύμα προσφοράς και ανιδιοτέλειας, στήριξαν έμπρακτα την προσπάθεια. Ιδιαίτερη χαρά πρόσφερε και η ενεργός συμμετοχή των παιδιών, τα οποία απόλαυσαν μια ημέρα αφιερωμένη στη χαρά, τη δημιουργία και την ελληνική παράδοση, χωρίς κανένα οικονομικό εμπόδιο, κάτι που αναδεικνύει τον ουσιαστικό κοινωνικό χαρακτήρα της εκδήλωσης.

Η φετινή Πρωτομαγιά στο Παράρτημα ΙΙΙ δεν ήταν απλώς μια όμορφη εκδήλωση, αλλά μια ουσιαστική υπενθύμιση της σημασίας της συλλογικής δράσης. Σε μια εποχή όπου η καθημερινότητα συχνά απομονώνει, τέτοιες πρωτοβουλίες επαναφέρουν στο προσκήνιο την αξία της κοινότητας και της κοινής εμπειρίας.

Το Σχολείο Σωκράτης - Δημοσθένης στο Ρόξμπορο απέδειξε για ακόμη μια φορά, ότι η εκπαίδευση δεν περιορίζεται στους τέσσερις τοίχους της τάξης. Αντίθετα, επεκτείνεται στην κοινωνία, αγκαλιάζει τον πολιτισμό και ενώνει ανθρώπους. Και αυτό ακριβώς είναι που καθιστά τέτοιες στιγμές όχι μόνο επιτυχημένες, αλλά και βαθιά ουσιαστικές.

με τον Κώστα Δανηλίδη
και την Βασιλική Λαντζανάκη



Ένα ποικίλο
και ευχάριστο
πρόγραμμα στο
1570AM
Κάθε Σάββατο
και Κυριακή
στις 3-5 μμ.
Πληροφορίες:
514 617 0077



AU VIEUX DULUTH®

Φέτος στη Γιορτή της Μητέρας,
απολαύστε ένα πλούσιο γεύμα σε ένα
από τα φημισμένα εστιατόρια μας.
Κλείστε το τραπέζι σας εγκαίρως.



[audevieuxduluth.com](http://auvieuxduluth.com)
info@auvieuxduluth.com
T: (450)663-1165



*Φέρτε το
κρασί σας!*



Η #1 συνήθεια που πρέπει να κόψετε για να μειώσετε τον κίνδυνο άνοιας

Από τη Barbie Cervoni, M.S., RD, CDN, CDE

Η άνοια φαίνεται να είναι ένα αυξανόμενο πρόβλημα, με κάποιον στον κόσμο να εμφανίζει άνοια κάθε τρία δευτερόλεπτα. Πρόσθετα στατιστικά στοιχεία δείχνουν, ότι περίπου 6,7 εκατομμύρια ηλικιωμένοι στις Ηνωμένες Πολιτείες πάσχουν από νόσο Αλτσχάιμερ (ένας τύπος άνοιας). Ο αριθμός αυτός αναμένεται να διπλασιαστεί έως το 2060.

Ενώ πολλοί παράγοντες κινδύνου, που δεν μπορείτε να ελέγξετε, παίζουν ρόλο, όπως η γενετική και το οικογενειακό ιστορικό, υπάρχει ένας που μπορείτε να αλλάξετε. **Και αυτό είναι η καθιστική ζωή.**

Οι περισσότεροι άνθρωποι περνούν ένα μεγάλο μέρος της ημέρας τους καθισμένοι. Στην πραγματικότητα, η έρευνα έχει δείξει, ότι σχεδόν το ένα τρίτο (31%) του παγκόσμιου ενήλικου πληθυσμού, 1,8 δισεκατομμύρια άνθρωποι, είναι σωματικά ανενεργοί. Καθόμαστε για να μετακινηθούμε στη δουλειά, καθόμαστε σε ένα γραφείο ενώ δουλεύουμε, κατά τη διάρκεια των γευμάτων και μετά λίγο ακόμα το βράδυ για να χαλαρώσουμε με την αγαπημένη μας τηλεοπτική εκπομπή ή τον ανόητο χρόνο οθόνης.

Η παραμονή σωματικά δραστήρια, όχι μόνο βοηθά στη μείωση του κινδύνου άνοιας, αλλά βελτιώνει επίσης τον ύπνο, ενισχύει τα οστά και μειώνει τον κίνδυνο άγχους, για να αναφέρουμε μερικά.

Σε αυτό το άρθρο, θα μάθετε από τρεις νευρολόγους, πώς η καθιστική ζωή μπορεί να επηρεάσει τον κίνδυνο άνοιας και θα λάβετε τις συμβουλές τους για το τι μπορεί να βελτιώσει την υγεία του εγκεφάλου σας.

ΠΩΣ Η ΚΑΘΙΣΤΙΚΗ ΖΩΗ

ΑΥΞΑΝΕΙ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ ΑΝΟΙΑΣ

«Μελέτες δείχνουν συσχέτιση μεταξύ όλων των τύπων άνοιας και καθιστικής συμπεριφοράς. Δεν έχει προσδιοριστεί οριστική συσχέτιση του αιτιώδους κινδύνου. Ωστόσο, γνωρίζουμε ότι το να κάνουμε παθητικές δραστηριότητες, όπως η παρακολούθηση τηλεόρασης ή το να κάθουμε για παρατεταμένο χρονικό διάστημα χωρίς διακοπή, μπορεί να οδηγήσει σε μειωμένη ροή αίματος στον εγκέφαλο. Επιπλέον, η καθιστική συμπεριφορά θα μπορούσε ενδεχομένως να βλάψει το μεταβολισμό της γλυκόζης και των λιπιδίων, δύο άλλους παράγοντες κινδύνου για

την ανάπτυξη άνοιας», λέει ο νευρολόγος **Jigar Rathod, MD.**

Ο αντίκτυπος της καθιστικής συμπεριφοράς στον εγκέφαλο συμβαίνει μέσω διαφόρων οδών. «Η καθιστική συμπεριφορά μειώνει τη ροή του αίματος στον εγκέφαλο, αυξάνει τον κίνδυνο καρδιαγγειακών και συναφών ασθενειών (διαβήτη, υπέρταση, παχυσαρκία), προκαλεί αλλαγές στη δομή του εγκεφάλου και αυξάνει τη φλεγμονή και την αντίσταση στην ινσουλίνη», εξηγεί η νευρολόγος **Verna R. Porter, M.D.**

ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΡΟΗ ΑΙΜΑΤΟΣ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ

Η μειωμένη ή διακοπτόμενη ροή αίματος στον εγκέφαλο, βλάπτει την παροχή θρεπτικών συστατικών και οξυγόνου.

Στην πραγματικότητα, η αγγειακή άνοια είναι ένας τύπος άνοιας που προκαλείται από διαφορετικές καταστάσεις, που διακόπτουν τη ροή του αίματος και την παροχή οξυγόνου στον εγκέφαλο.

«Ο καθιστικός τρόπος ζωής οδηγεί σε μειωμένη εγκεφαλική ροή αίματος, αυξάνοντας τον κίνδυνο νευροεκφυλισμού. Η σωματική δραστηριότητα, από την άλλη πλευρά, ενισχύει την κυκλοφορία, η οποία παρέχει οξυγόνο και θρεπτικά συστατικά, απαραίτητα για την υγεία του εγκεφάλου», σημειώνει η Porter.

ΑΥΞΗΜΕΝΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ

Η σωματική δραστηριότητα μπορεί να βελτιώσει την καρδιαγγειακή υγεία, συμβάλλοντας στην καλύτερη αρτηριακή πίεση, χοληστερόλη και σάκχαρο στο αίμα.

Πολλοί άνθρωποι δε συνειδητοποιούν ότι η υγεία της καρδιάς και η υγεία του εγκεφάλου συνδέονται, λέει η Porter:

«Ο καθιστικός τρόπος ζωής συμβάλλει στην υπέρταση, την παχυσαρκία και το διαβήτη ή ακόμα και στην υπνική άπνοια – όλα αυτά είναι σημαντικοί παράγοντες κινδύνου άνοιας», προσθέτει.

ΑΛΛΑΞΕ Η ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ

Σε μια παλαιότερη μελέτη παρατήρησης, που εξέτασε τη σωματική δραστηριότητα και τον όγκο του εγκεφάλου, οι ερευνητές διαπίστωσαν, ότι η ατροφία του υποκάμπτου συσχετίστηκε με τη σωματική αδράνεια στον ελεύθερο χρόνο.

«Η παρατεταμένη αδράνεια μπορεί να οδηγήσει σε ατροφία του εγκεφάλου (απώλεια όγκου εγκεφάλου), ιδιαίτερα σε περιοχές όπως ο υποκάμπος, ο οποίος είναι ζωτικής σημασίας για τη μνήμη», σημειώνει η Porter. Υπό το ίδιο πρίσμα, η διατήρηση της τρέχουσας συνιστάμενης ποσότητας **των 150 λεπτών / εβδομάδα μέτριας έως έντονης σωματικής δραστηριότητας**, έδειξε μεγαλύτερο όγκο εγκεφάλου και μετριασμό της ατροφίας.

ΑΥΞΗΜΕΝΗ ΧΡΟΝΙΑ ΦΛΕΓΜΟΝΗ ΧΑΜΗΛΟΥ ΒΑΘΜΟΥ

Η χρόνια φλεγμονή χαμηλού βαθμού σχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο πολλών καταστάσεων, συμπεριλαμβανομένης της άνοιας. «Αυτός ο τύπος φλεγμονής επιδεινώνεται από την αδράνεια και συμβάλλει στη συσσώρευση πλάκων βήτα-αμυλοειδούς και μπερδέματος ταυ, που είναι βιοδείκτες της νόσου του Αλτσχάιμερ», λέει η Porter.

Η τακτική σωματική δραστηριότητα σχετίζεται με μειωμένη φλεγμονή και μπορεί να σας βοηθήσει να διατηρήσετε τις δεξιότητες σκέψης, μάθησης και κρίσης σας ευκρινείς, καθώς μεγαλώνετε.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΑΝΟΙΑΣ

Ορισμένοι παράγοντες κινδύνου για άνοια, όπως η ηλικία, το οικογενειακό ιστορικό και η γενετική, δεν μπορούν να τροποποιηθούν. Ωστόσο, πολλές τροποποιήσεις στον τρόπο ζωής, όπως οι παρακάτω, μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο.

➤ **Κάντε διαλείμματα από το καθίσμα:** Το να κινείστε περισσότερο, δε σημαίνει ότι πρέπει να περνάτε ώρες στο γυμναστήριο. Μελέτες δείχνουν, ότι ακόμη και ένα μικρό περπάτημα, **15 έως 30 λεπτά μία ή δύο φορές την εβδομάδα**, σχετίζεται με μειωμένο κίνδυνο άνοιας, σε σύγκριση με εκείνους που δεν είναι σωματικά δραστήριοι. Και το περπάτημα δεν είναι ο μόνος τρόπος για να αποκομίσετε τα οφέλη.

➤ **Ο Rathod αναφέρει**, ότι το να κάνεις δουλειές στο σπίτι, όπως το σκούπισμα με ηλεκτρική σκούπα (και γενικά το σκούπισμα) ή να παίρνεις τις σκάλες αντί για ασανσέρ, αν μπορείς, μετράει ως κίνηση. Όσο περισσότερη κίνηση έχετε κατά τη

διάρκεια της ημέρας σας, τόσο το καλύτερο!

➤ **Παίξτε παιχνίδια (που διεγείρουν τον εγκέφαλο) με άλλους:** «Τα γνωστικά παιχνίδια, τα σταυρόλεξα, οι αναζητήσεις λέξεων και τα παιχνίδια στον υπολογιστή / τηλέφωνο, είναι χρήσιμα για τη μείωση του κινδύνου άνοιας. Τα επιτραπέζια παιχνίδια έχουν επίσης μεγάλο όφελος, καθώς επιτρέπουν την κοινωνική αλληλεπίδραση», λέει ο Rathod.

«Αυτοί οι τύποι παιχνιδιών μπορούν να δημιουργήσουν γνωστική ανθεκτικότητα», σημειώνει η Porter. Επιπλέον, «η κοινωνικοποίηση είναι μια εξαιρετική δραστηριότητα διέγερσης ολόκληρου του εγκεφάλου, που ίσως θα μείωνε τον κίνδυνο άνοιας με τον ίδιο τρόπο όπως η άσκηση και η κίνηση», προσθέτει ο νευρολόγος **Douglas Scharre, M.D.**

➤ **Αποφύγετε το κάπνισμα και μειώστε το αλκοόλ:** Το κάπνισμα είναι ένας αγγειακός παράγοντας κινδύνου, που μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο άνοιας. «Το κάπνισμα βλάπτει τα αιμοφόρα αγγεία, οδηγώντας σε μειωμένη ροή οξυγόνου στον εγκέφαλο, ενώ το υπερβολικό αλκοόλ επιταχύνει τη γνωστική έκπτωση και έχει νευροτοξικές ιδιότητες», λέει η Porter.

➤ **Κάντε τακτικές εξετάσεις:** Η υγεία του εγκεφάλου σας συνδέεται με τη σωματική σας υγεία. «Καταστάσεις όπως η υπέρταση, ο διαβήτης και η υψηλή χοληστερόλη, αυξάνουν σημαντικά τον κίνδυνο άνοιας», σημειώνει η Porter.

Συνιστά την παρακολούθηση και τη διαχείριση αυτών των καταστάσεων με τακτικές επισκέψεις σε γιατρό και τροποποιήσεις στον τρόπο ζωής.

➤ **Τρώτε περισσότερες τροφές υγιεινές για τον εγκέφαλο:** Η διαίτα MIND, ένα υβρίδιο της μεσογειακής διαίτας και της διαίτας DASH, δημιουργήθηκε για να βελτιώσει την υγεία του εγκεφάλου. Έρευνες έχουν δείξει, ότι η τήρηση αυτού του διατροφικού προτύπου μπορεί να σχετίζεται με χαμηλότερο κίνδυνο άνοιας.

Μερικά τρόφιμα που σας ενθαρρύνει να τρώτε η διαίτα MIND είναι: **φρούτα, λαχανικά, δημητριακά ολικής αλέσεως, ξηροί καρποί, σπόροι και τροφές πλούσιες σε ωμέγα-3 όπως ο σολομός και το σκουμπρί.**

© www.eatingwell.com/habit-to-break-to-reduce-dementia-risk-11682107



Jean Coutru

Η ιδιοκτήτρια φαρμακοποιός Κατερίνα Καραϊνδρος σας περιμένει να σας εξυπηρετήσει



- Ανανέωση των συναγών φαρμάκων και φαρμακευτική παρακολούθηση
- Φαρμακοποιός πάντα στην διάθεση σας
- Εχέμυθες φαρμακευτικές συμβουλές με η χωρίς ραντεβού
- Ορθοπαιδικά είδη, βιταμίνες, καλλυντικά (Lise watie, Biotherma), κολώνιες
- Δωρεάν διανομή
- Μεταφορά του φακέλου σας από οποιοδήποτε άλλο φαρμακείο. Επίσης αλλάζτε υποκατάστημα Jean-Coutru 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 χρειάζοσαστε από το φαρμακείο μόνο με ένα τηλέφωνο στο

450-686-2347



Μια γυναίκα – σύμβολο στο Rideau Hall

Η Louise Arbour νέα Γενική Κυβερνήτης του Καναδά με απόφαση Carney

Του Δημήτρη Ηλία

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

Σε μια επιλογή με ισχυρό συμβολισμό αλλά και βαρύ θεσμικό αποτύπωμα, ο πρωθυπουργός του Καναδά, Mark Carney, ανακοίνωσε το διορισμό της Louise Arbour στη θέση της Γενικής Κυβερνήτης της χώρας. Πρόκειται για μία προσωπικότητα διεθνούς κύρους, με μακρά πορεία στη δικαιοσύνη και τα ανθρώπινα δικαιώματα, η οποία καλείται πλέον να αναλάβει το ρόλο του εκπροσώπου του βασιλιά στον Καναδά και αρχηγού των ενόπλων δυνάμεων.

Η επιλογή της Arbour δεν πέρασε απαρατήρητη. Γαλλόφωνη, με βαθιές ρίζες στο νομικό σύστημα της χώρας, έρχεται να διαδεχθεί τη Mary Simon, της οποίας η θητεία ολοκληρώνεται σύντομα.

Η Simon υπήρξε η πρώτη αυτόχθονη Γενική Κυβερνήτης στην ιστορία του Καναδά, και η διαδοχή της από μια γυναίκα με έντονο διεθνή προσανατολισμό σηματοδοτεί μια νέα, εξίσου ισχυρή σε συμβολισμό, σελίδα.

Η Louise Arbour δεν είναι ένα απλό θεσμικό πρόσωπο. Υπηρέτησε ως δικαστής στο Supreme Court of Canada, ενώ η καριέρα της εκτείνεται πολύ πέρα από τα σύνορα της χώρας. Έγινε ευρύτερα γνωστή για το ρόλο της ως επικεφαλής εισαγγελέας στα διεθνή ποινικά δικαστήρια για τη Ρουάντα και την πρώην Γιουγκοσλαβία, όπου χειρίστηκε υποθέσεις εγκλημάτων πολέμου που σημάδεψαν τη σύγχρονη ιστορία. Αργότερα, ανέλαβε καθήκοντα Υπατης Αρμοστή για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα στον Ο.Η.Ε. ενισχύοντας περαιτέρω το προφίλ της ως υπερασπίστρια των θεμελιωδών ελευθεριών.

Η ανακοίνωση του διορισμού της έγινε από τον ίδιο τον Carney, σε μια περίοδο όπου ο Καναδάς επιχειρεί να ενισχύσει τη διεθνή του εικόνα ως χώρα που στηρίζει το κράτος δικαίου και τα ανθρώπινα δικαιώματα. Η επιλογή μιας προσωπικότητας με τέτοιο βιογραφικό δεν είναι τυχαία. Αντίθετα, αντανακλά μια σαφή πρόθεση να δοθεί έμφαση στη θεσμική σοβαρότητα και τη διεθνή αξιοπιστία.

Ο ρόλος του Γενικού Κυβερνήτη στον Καναδά είναι κυρίως τελετουργικός, ωστόσο

παραμένει κομβικός για τη λειτουργία του πολιτεύματος. Ως εκπρόσωπος του μονάρχη, σήμερα του βασιλιά Charles III, η Arbour θα έχει την ευθύνη να επικυρώνει νόμους, να προεδρεύει σε επίσημες τελετές και να διασφαλίζει τη συνταγματική συνέχεια του κράτους.

Παράλληλα, ως ανώτατη διοικητής των Καναδικών Ενόπλων Δυνάμεων, ενσαρκώνει το σύνδεσμο μεταξύ πολιτικής εξουσίας και στρατιωτικής ηγεσίας.

Η είδηση του διορισμού της μεταδόθηκε αρχικά από τη La Presse και επιβεβαιώθηκε λίγο αργότερα από την κυβέρνηση, με τα καναδικά μέσα ενημέρωσης, όπως το CBC News, να παρακολουθούν στενά τις εξελίξεις.

Σε πολιτικό επίπεδο, η επιλογή Arbour ενδέχεται να λειτουργήσει και ως μήνυμα ενότητας.

Σε μια χώρα με έντονες γλωσσικές και πολιτισμικές ιδιαιτερότητες, η ανάδειξη μιας γαλλόφωνης προσωπικότητας με διεθνές κύρος μπορεί να γεφυρώσει διαφορετικά ακροατήρια και να ενισχύσει την εικόνα ενός Καναδά ανοιχτού και πολυδιάστατου.

Παράλληλα, η προσωπική της διαδρομή προσδίδει ιδιαίτερο βάρος στη θέση που αναλαμβάνει. Δεν πρόκειται για μια καθαρά συμβολική επιλογή, αλλά για μια γυναίκα που έχει βρεθεί στην πρώτη γραμμή κρίσιμων διεθνών υποθέσεων, έχοντας διαχειριστεί ζητήματα ζωής και θανάτου, δικαιοσύνης και ατιμωρησίας. Αυτό το υπόβαθρο προσδίδει στη νέα της αποστολή μια διάσταση που υπερβαίνει την τυπική εθιμοτυπία.

Καθώς ο Καναδάς εισέρχεται σε μια νέα φάση, τόσο στο εσωτερικό όσο και στο διεθνές περιβάλλον, η παρουσία της Louise Arbour στο Rideau Hall αναμένεται να προσδώσει κύρος και σταθερότητα.

Η πρόκληση για την ίδια θα είναι να ισορροπήσει ανάμεσα στο θεσμικό της ρόλο και την ισχυρή προσωπικότητα που τη χαρακτηρίζει.

Ένα είναι βέβαιο: με την Arbour, ο θεσμός του Γενικού Κυβερνήτη αποκτά ξανά έντονο περιεχόμενο. Και ο Καναδάς στέλνει ένα σαφές μήνυμα, ότι οι αξίες της δικαιοσύνης και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων παραμένουν στο επίκεντρο της εθνικής του ταυτότητας.

Bonne
FÊTE DES MÈRES
Happy
MOTHER'S DAY

 **EMMANUELLA LAMBROPOULOS**
DÉPUTÉE FÉDÉRALE DE | MP FOR SAINT-LAURENT

 Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca
 102-750 Boul. Marcel-Laurin
 (514) 335-6655
 [Emmanuella Lambropoulos](https://www.facebook.com/EmmanuellaLambropoulos)
 [@MPLambropoulos](https://www.instagram.com/MPLambropoulos)

ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ ΤΑ ΠΑΡΑΞΕΝΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΑΝΑΚΑΛΥΨΗ

Οι σεισμοί λειτουργούν σαν μπαταρία για τη ζωή στα βάθη της Γης

Πώς λειτουργεί το «υπόγειο δίκτυο ενέργειας»

Ο κόσμος κάτω από την επιφάνεια της Γης κρύβει πολλά περισσότερα μυστικά από ό,τι φανταζόμαστε.

Αντίθετα με την κοινή αντίληψη, ότι το βαθύ υπέδαφος είναι άγονο και ακατοίκητο, νέες επιστημονικές ανακαλύψεις αποκαλύπτουν, πως η ζωή μπορεί να ευδοκιμήσει εκεί που δεν περιμέναμε ποτέ.

Οι επιστήμονες του Ινστιτούτου Γεωχημείας στην Γκουανγκζού πρόσφατα ανακάλυψαν, ότι οι ρωγμές στα πετρώματα, οι οποίες προκαλούνται από σεισμικές δονήσεις και οδηγούν στο διαχωρισμό του νερού σε ενώσεις υψηλής ενεργειακής αξίας, μπορούν να αποτελέσουν πηγή διατήρησης της ζωής στα μεγάλα βάθη της λεγόμενης «βαθιάς βιόσφαιρας».

Η ομάδα προσομοίωσε τις ισχυρές δυνάμεις των τεκτονικών ρηγματίων στο φλοιό της γης στο εργαστήριο, εστιάζοντας στο κοινό ορυκτό πυρίτιο, το χαλαζία.

Αυτή η ανακάλυψη αμφισβητεί την ιδέα, ότι το ηλιακό φως είναι η μόνη πηγή ενέργειας για τη ζωή και ανοίγει νέους δρόμους στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι οργανισμοί μπορούν να επιβιώσουν σε ακραία περιβάλλοντα, ίσως ακόμα και σε άλλους πλανήτες.

Η μελέτη τους, δημοσιεύθηκε στο περιοδικό Science Advances.

ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗ ΡΩΓΜΩΝ

Για πολύ καιρό θεωρείτο, ότι το βαθύ υπέδαφος ήταν άγονο – χωρίς ηλιακό φως, με περιορισμένα θρεπτικά συστατικά, και δε φαινόταν πως είναι ένας τόπος όπου θα μπορούσε να ευδοκιμήσει η ζωή. Όμως, η ζωή πάντα βρίσκει τον τρόπο. Ένα οικουστήμα προκαρυωτικών οργανισμών, είναι γνωστό ότι ευδοκιμεί κάτω από ακραίες συνθήκες και εξαρτάται από την ενέργεια που προέρχεται από χημικές αντιδράσεις μεταξύ νερού και βράχων. Ενώ το υδρογόνο ήταν γνωστή πηγή ενέργειας γι' αυτούς τους οργανισμούς, η προέλευση των βασικών οξειδωτικών για το μεταβολισμό τους παρέμενε μυστήριο, και αυτό ήταν το πρόβλημα που κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν οι Κινέζοι επιστήμονες στην έρευνά τους.

Η μελέτη έδειξε, ότι η σεισμική δραστηριότητα και οι ρωγμές που προκαλούνται στο φλοιό της Γης, μπορούν να τροφοδοτούν τη ζωή στα μεγάλα βάθη, ενεργώντας ως συνεχής πηγή ενέργειας.

Η ομάδα προσομοίωσε τις ισχυρές δυνάμεις των ρωγμών του φλοιού στο εργαστήριο, εστιάζοντας στο κοινό ορυκτό πυρίτιο, το χαλαζία.

Όπως ανέφερε η South China Morning Post, οι ερευνητές αναδημιούργησαν δύο βασικούς τύπους ρωγμών πετρωμάτων.

Πρώτον, τις ρωγμές επέκτασης, όπου οι βράχοι σπάνε και εκθέτουν νέες επιφάνειες στο νερό, και δεύτερον, τις ρωγμές διάτμησης, όπου οι ρηγματώσεις αλέθουν συνεχώς τα πετρώματα στο νερό.

Η ρωγή των βράχων στην πραγματικότητα διασπά τα μόρια του νερού, για να δημιουργήσει εξαιρετικά δραστικά μόρια που ονομάζονται «ελεύθερες ρίζες».

Αργότερα, αυτές οι ελεύθερες ρίζες σχηματίζουν αέριο υδρογόνο (H_2) – το γνωστό καύσιμο για τη ζωή στο βαθύ υπέδαφος – και σημαντικά οξειδωτικά, όπως το υπεροξειδίο του υδρογόνου (H_2O_2). Οι ενώσεις αυτές δημιουργούν μια πηγή ενέργειας για τα μικροβιακά ζωντανά όντα.

Η ΣΥΝΕΧΗΣ ΧΗΜΙΚΗ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ

Οι ενώσεις οδηγούν σε μια χημική ανισορροπία, μέσα σε αυτά τα υπόγεια συστήματα ρωγμών.

Ο σίδηρος, ένα κοινό στοιχείο στους βράχους και τα υπόγεια ύδατα, παίζει καθοριστικό ρόλο σε αυτή τη χημική αντίδραση (οξειδοαναγωγή).

Η μελέτη διαπίστωσε, ότι αυτές οι ενώσεις που παράγονται από τους σεισμούς αντιδρούν με το σίδηρο, εναλλάσσοντας τον μεταξύ των διαφορετικών του μορφών: του δισθενούς σιδήρου (Fe^{2+}) και του τρισθενούς σιδήρου (Fe^{3+}). Αυτό το φαινόμενο, με τη σειρά

του, επηρεάζει τη γεωχημεία άλλων στοιχείων, διατηρώντας τελικά το μεταβολισμό των μικροβίων. Η ποσότητα ενέργειας που παράγεται είναι πραγματικά εντυπωσιακή.

«Σε ρωγμές, οι οποίες είναι πλούσιες σε μικροβιακή ζωή, η παραγωγή υδρογόνου που οδηγείται από τη ρηγματώση που σχετίζεται με σεισμούς, βρέθηκε να είναι έως και 100.000 φορές μεγαλύτερη από αυτή άλλων γνωστών διεργασιών, όπως η σερπεντινιτοποίηση και η ραδιόλυση», παρατήρησαν οι ερευνητές.

Ενδιαφέρον είναι ότι, ο κύκλος οξειδοαναγωγής του σιδήρου επηρεάζει τη γεωχημεία άλλων ζωτικών στοιχείων, όπως ο άνθρακας, το άζωτο και το θείο.

Όλα αυτά τα στοιχεία είναι απαραίτητα για τη διατήρηση της μικροβιακής ζωής εκεί κάτω. Αυτή η συνεχής ροή ηλεκτρονίων, που προκαλείται από τη μηχανική ενέργεια της ρωγμής και τις επακόλουθες χημικές αντιδράσεις, δημιουργεί ένα «υπόγειο δίκτυο ενέργειας» για να υποστηρίξει μοναδικές μικροβιακές κοινότητες. Η μελέτη αυτή παρέχει μια νέα κατανόηση, για το πώς η ζωή επιβιώνει στα σκοτεινά βάθη του πλανήτη μας.

Παρόμοια συστήματα ρωγμών στον Άρη ή στον παγωμένο δορυφόρο του Δία, την Ευρώπη, θα μπορούσαν να δημιουργούν βιώσιμα περιβάλλοντα για μικροβιακή ζωή.

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



LANVAC
SURVEILLANCE
www.lanvac.com

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

40 YEARS ANS

INCORPORATED
BURGLARY
FIRE
FINANCIAL
Shared Certificate Listing



Οθόνες αντί για λέξεις: όταν η σιωπή των tablets καθυστερεί τη φωνή των παιδιών

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

Μια ανησυχητική πραγματικότητα έρχεται όλο και πιο έντονα στο προσκήνιο στο Κεμπέκ, καθώς λογοθεραπευτές κρούουν τον κώδωνα του κινδύνου, για τη χρήση οθονών από παιδιά πολύ μικρής ηλικίας.

Σύμφωνα με πρόσφατα δεδομένα και επιστημονικές μελέτες, η υπερβολική έκθεση σε οθόνες πριν από την ηλικία των πέντε ετών συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο καθυστέρησης στην ανάπτυξη του λόγου.

Η πρόεδρος της **Association québécoise des orthophonistes et des audiologistes, Marie-Philippe Rodrigue**, τονίζει ότι πολλοί γονείς εξακολουθούν να υποτιμούν τις επιπτώσεις της τεχνολογίας στα μικρά παιδιά. Με αφορμή το μήνα ακοής και επικοινωνίας, η ίδια επιχειρεί να ευαισθητοποιήσει τις οικογένειες, υπενθυμίζοντας ότι η πρώιμη παιδική ηλικία είναι καθοριστική για την ανάπτυξη της γλώσσας.

Οι κατευθυντήριες γραμμές της Canadian Paediatric Society είναι σαφείς: για παιδιά κάτω των δύο ετών, η έκθεση σε οθόνες δε συνιστάται καθόλου, ακόμη κι αν το περιεχόμενο παρουσιάζεται ως «εκπαιδευτικό». Όπως επισημαίνεται, δεν υπάρχουν επαρκή επιστημονικά δεδομένα που να στηρίζουν την εισαγωγή της τεχνολογίας σε τόσο μικρή ηλικία.

Τα ευρήματα ερευνών είναι αποκαλυπτικά. **Μελέτη του Hospital for Sick Children στο Τορόντο το 2018** έδειξε ότι παιδιά 18 μηνών έχουν 2,3 φορές περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν καθυστέρηση στην εκφραστική γλώσσα, όταν ο ημερήσιος χρόνος οθόνης φτάνει τα 30 λεπτά. Για παιδιά ηλικίας δύο έως πέντε ετών, οι ειδικοί προτείνουν αυστηρό περιορισμό σε μία ώρα την ημέρα.

Κι όμως, η πραγματικότητα απέχει σημαντικά από αυτές τις συστάσεις. **Δεδομένα του Institut de la statistique du Québec** δείχνουν ότι ήδη από το 2022, ένα στα τέσσερα παιδιά ηλικίας 17 μηνών περνούσε τουλάχιστον μία ώρα καθημερινά μπροστά σε οθόνη. Ακόμη πιο ανησυχητικό είναι το γεγονός, ότι τα παιδιά από οικογένειες χαμηλότερου εισοδήματος φαίνεται να εκτίθενται περισσότερο: σχεδόν

ένα στα τρία περνά πάνω από δύο ώρες ημερησίως μπροστά σε οθόνες.

Η εξήγηση δεν είναι πάντα απλή, ούτε δίκαιη για τους γονείς. Όπως αναγνωρίζει η Rodrigue, σε περιβάλλοντα με περιορισμένους πόρους, η οθόνη λειτουργεί συχνά ως «εύκολη λύση», μια πρόχειρη αλλά αποτελεσματική «νταντά» που προσφέρει λίγες στιγμές ανάπαυλας σε εξαντλημένους γονείς. Παράλληλα, πολλοί νέοι γονείς έχουν μεγαλώσει οι ίδιοι με ψηφιακές συσκευές και τείνουν να θεωρούν τη χρήση τους φυσιολογική.

Ωστόσο, το βασικό πρόβλημα δεν είναι απλώς ο χρόνος μπροστά στην οθόνη, αλλά το τι αντικαθιστά αυτός ο χρόνος.

Η ανθρώπινη αλληλεπίδραση, το ελεύθερο παιχνίδι και η εξερεύνηση του περιβάλλοντος, αποτελούν θεμέλια για την ανάπτυξη της γλώσσας. Όταν ένα παιδί ακούει ένα γονιό να του διαβάζει ένα παραμύθι, έχει τη δυνατότητα να διακόψει, να ρωτήσει, να δείξει, να συμμετάσχει ενεργά. Αυτή η δυναμική ανταλλαγή είναι που καλλιεργεί τη γλωσσική του ικανότητα. Αντίθετα, το περιεχόμενο μιας οθόνης είναι προηχογραφημένο και μονοδιάστατο. Δεν προσαρμόζεται στο ρυθμό του παιδιού, ούτε ενθαρρύνει την αυθόρμητη επικοινωνία. **Το παιδί γίνεται παθητικός δέκτης αντί για ενεργός συνομιλητής.**

Αυτό δε σημαίνει ότι κάθε χρήση οθόνης είναι επιβλαβής. Οι ειδικοί αναγνωρίζουν ότι, υπό προϋποθέσεις, μπορεί να υπάρξει και θετική αξιοποίηση. Για παράδειγμα, ένα βίντεο γιόγκα για παιδιά, όταν παρακολουθείται και εκτελείται μαζί με το γονιό, μπορεί να ενισχύσει τη συμμετοχή και τη σωματική δραστηριότητα.

Το κλειδί βρίσκεται στην κοινή εμπειρία και όχι στην απομόνωση.

Το μήνυμα των ειδικών δεν είναι να γεμίσουν οι γονείς με ενοχές, αλλά να αποκτήσουν τα κατάλληλα εργαλεία και τη γνώση για να κάνουν πιο συνειδητές επιλογές.

Σε έναν κόσμο όπου οι οθόνες είναι παντού, η πρόκληση δεν είναι να εξαφανιστούν, αλλά να μπουν στη σωστή θέση.

Γιατί τελικά, καμία εφαρμογή δεν μπορεί να αντικαταστήσει τη δύναμη μιας λέξης που λέγεται με αγάπη, τη ματιά ενός παιδιού που ρωτά, ή τη στιγμή που μια απλή ιστορία γίνεται διάλογος. Και εκεί, μακριά από την ψυχρή λάμψη της οθόνης, γεννιέται πραγματικά η γλώσσα.



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

ΩΡΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Κυριακή 10 Μαΐου

7:30 το πρωί και 9:30 το βράδυ

ΕΠΑΝΑΛΗΨΕΙΣ

Δευτέρα 11 Μαΐου:	9:30 το πρωί
Τρίτη 12 Μαΐου:	8:30 το πρωί
Τετάρτη 13 Μαΐου:	5:30 το πρωί
Πέμπτη 14 Μαΐου:	7:30 το πρωί
Παρασκευή 15 Μαΐου:	8:30 το πρωί
Σάββατο 16 Μαΐου:	4:30 το απόγευμα
Κυριακή 17 Μαΐου:	3:30 το πρωί

Αυτή την εβδομάδα

Συνέντευξη με τον ερευνητή λυριστή
Δρ. Νίκο Ξανθούλη και τον Ηλία Ζέρβα



Πληροφορίες - Συμμετοχή - Διαφημίσεις:
514 437-0898 • kalimerapatrida@gmail.com



Μόντρεαλ: Πρύτανης του πανεπιστημίου Concordia

Η ΔΡ. ΦΑΙΗ ΔΙΑΜΑΝΤΟΥΔΗ

Μεγάλη διάκριση για τη Δρα Φαίη Διαμαντούδη, η οποία εκλέχθηκε πρύτανης του Πανεπιστημίου Concordia του Μόντρεαλ και αντιπρόεδρος ακαδημαϊκών υποθέσεων, για πενταετή θητεία που ξεκίνησε την 1^η Μαΐου 2026.

Σημειώνεται, ότι υπηρετούσε ήδη στη θέση προσωρινά από το Σεπτέμβριο του 2025. Η Φαίη Διαμαντούδη είναι καθηγήτρια οικονομικών και έχει αναλάβει πολλές ηγετικές θέσεις τα τελευταία 15 χρόνια. Το 2023 διορίστηκε κοσμήτορας μεταπτυχιακών σπουδών, μετά από τρία χρόνια αναπληρωματικών καθηκόντων.

Το 2024 υπηρέτησε ως προσωρινή αντιπρόεδρος έρευνας και μεταπτυχιακών σπουδών, ενώ το 2025 ανέλαβε ειδική αποστολή για την ενίσχυση και διαφοροποίηση των πηγών εσόδων του πανεπιστημίου. Στο παρελθόν είχε επίσης διατελέσει διευθύντρια μεταπτυχιακών προγραμμάτων, στο Τμήμα Οικονομικών και αναπληρώτρια κοσμήτορας στρατολόγησης και υποτροφιών στη Σχολή Μεταπτυχιακών Σπουδών.

Ο πρόεδρος του Concordia, Graham Carr, τόνισε ότι το πανεπιστήμιο βρίσκεται σε μια κρίσιμη και απαιτητική περίοδο και χρειάζεται μια ακαδημαϊκή ηγεσία με τόλμη, διοικητική ικανότητα και όραμα.

Σύμφωνα με τον ίδιο, η Φαίη Διαμαντούδη αποτελεί «προφανή επιλογή» χάρη στο σημαντικό έργο και την αφοσίωσή της στο πανεπιστήμιο.

Τα τελευταία χρόνια, η Φαίη Διαμαντούδη ηγήθηκε μιας μεγάλης προσπάθειας αναθεώρησης του ακαδημαϊκού μοντέλου λειτουργίας του Concordia, εξετάζοντας προγράμματα σπουδών και δομές με στόχο τη βιώσιμη ανάπτυξη.

Συνεργάστηκε στενά με όλα τα ακαδημαϊκά τμήματα και με εκπροσώπους φοιτητικών συλλόγων, συγκεντρώνοντας δεδομένα και καταγράφοντας τις ανάγκες και τις προκλήσεις κάθε μονάδας.

Αυτές οι συναντήσεις γέννησαν νέες ιδέες για την ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας του πανεπιστημίου και την προσέλκυση νέων κατηγοριών φοιτητών.

Ο Carr υπογράμμισε επίσης, ότι η Δρ.

Διαμαντούδη είχε ήδη θέσει τις βάσεις για αυτή την πορεία μέσα από πρωτοβουλίες που εκσυγχρόνισαν τη λειτουργία της Σχολής Μεταπτυχιακών Σπουδών, αύξησαν θεαματικά τις εγγραφές μεταπτυχιακών ερευνητών και ενίσχυσαν σημαντικά τη χρηματοδότηση των φοιτητών.

Η ικανότητά της να φέρνει σε επαφή ανθρώπους, να ενθαρρύνει το διάλογο και να κινητοποιεί κοινωνικές ομάδες, θεωρείται καθοριστική για το νέο της ρόλο.

Η ίδια η Δρ. Διαμαντούδη δήλωσε ότι νιώθει βαθιά συνδεδεμένη με το Concordia, όπου έγινε μέλος ΔΕΠ πριν από σχεδόν 25 χρόνια.

Αναγνωρίζει ότι το πανεπιστήμιο βρίσκεται σε μια δύσκολη καμπή, αλλά πιστεύει ότι μπορεί να βγει από αυτήν πιο δυνατό, πιο ενωτικό και πιο έτοιμο για το μέλλον. Τόνισε ότι θέλει να συμβάλει στη φερόσημη του χάσματος ανάμεσα στο όραμα και την εφαρμογή, ανάμεσα στην ηγεσία και την κοινότητα, και ανάμεσα στις πιέσεις και στις ευκαιρίες που αυτές δημιουργούν.

Η Φαίη Διαμαντούδη εντάχθηκε στο Concordia το 2003 ως επίκουρη καθηγήτρια και έγινε πλήρης καθηγήτρια το 2015.

Ειδικεύεται στη θεωρία των παιγνίων και την περιβαλλοντική οικονομική, με έρευνα που εξετάζει, μεταξύ άλλων, τη σταθερότητα διεθνών περιβαλλοντικών συμφωνιών. Είναι μέλος του Loyola Sustainability Research Centre.

Η ηγετική της παρουσία επεκτείνεται και πέρα από το Concordia: είναι πρόεδρος της Northeastern Association of Graduate Schools, ταμίας της Canadian Association for Graduate Studies και μέλος της ερευνητικής επιτροπής του Council of Graduate Schools στις ΗΠΑ.

Κατάγεται από τη Θεσσαλονίκη και ήρθε στον Καναδά ως διεθνής φοιτήτρια. Σπούδασε στο Πανεπιστήμιο της Οτάβα και στη συνέχεια ολοκλήρωσε μεταπτυχιακές και διδακτορικές σπουδές στα οικονομικά στο McGill.

© EPT

FOR SALE

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

MLS: 14952293



Chomedey: Enjoy the best of both worlds in this stylish two-bedroom, open-concept condo. Located in the heart of the action, this home features a beautiful kitchen designed for both daily life and hosting. Commuting is a breeze with immediate access to major highways and a location just minutes from the Lachapelle Bridge. Best of all, you'll never hunt for a spot with two dedicated parking spaces (one garage, one exterior).

MLS: 23852845



Chomedey: Step into this beautiful family residence, 3 +1 bedrooms, 1 ½ bathrooms, grand kitchen, showcasing an open concept layout and impressive high ceilings. Designed for comfortable and functional family living, this home is ideally located in the heart of a vibrant area near schools, shopping, transportation, and more. With a private backyard and inground pool, in a harmonious community, this property offers an exceptional opportunity you won't want to miss.

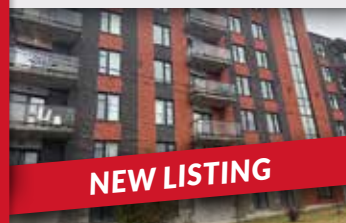
MLS: 21585233



SOLD IN 4 DAYS!!

Chomedey: Discover this 1 bedroom, 1 bath, newer construction condo ideally located in the heart of Laval, just steps from groceries, pharmacies, schools, parks, daycares, restaurants, and public transit. The open concept layout features large windows that flood the space with natural light, complemented by quality finishes throughout. This well built concrete and steel structure offers superior soundproofing between floors, two elevators, and a convenient storage locker. Also enjoy access to a cardio gym on the main floor and a stunning rooftop terrace with panoramic views. Easy to visit! Must see!

MLS: 13585109



NEW LISTING

FOR RENT

Cote-des-Neiges: Apartment for 4 ½ for rent. Newly renovated 2 bedroom apartment located in the Cote-des-Neiges/Notre-Dame-de-Grace close to all amenities, shopping, schools and transportation. Included are all stainless-steel appliances, fridge, stove, dishwasher, washer/dryer and cooking fan. Close to all services, restaurants, hospital and pharmacies. Available for July 1st, 2026.

MLS: 19933966



NEW LISTING

Ste-Dorothee: Experience ultimate convenience in this bright and airy two-bedroom apartment. Located in the vibrant heart of Ste-Dorothee, you're just steps away from shopping, schools, and public transit. Effortless highway access makes commuting a breeze. This must-see unit features windows that flood the space with natural light and includes an exterior parking spot. Easy to visit!

MLS: 13838743



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

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS



ROYAL LEPAGE

HUMANIA CENTRE

AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121



ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Διαφορετική σε κάθε χώρα!

Αλήθεια, πόσοι από μας γνωρίζουμε από πότε είναι η γιορτή της μητέρας; Έχει κάποια σπάνια ημερομηνία ή αλλάζει κάθε χρόνο; Ας δούμε όμως πρώτα πως προέκυψε και τι γιορτάζουμε την ημέρα εκείνη.

Η γιορτή της μητέρας είναι μια μοντέρνα γιορτή, η οποία είναι αφιερωμένη φυσικά σε όλες τις μητέρες, στη μητρότητα, στους μητρικούς δεσμούς και στην επιρροή των μητέρων στην κοινωνία συνολικά. Αντίστοιχα, υπάρχει και η γιορτή του πατέρα, για τους πατεράδες όλου του κόσμου.

Κατά μία άποψη, η γιορτή της μητέρας σχετίζεται με τη γιορτή της Κυβέλης, μητέρας θεών και ανθρωπών στην αρχαία Ελλάδα ή με τα αντίστοιχα Ιλάρια στην αρχαία Ρώμη, αν και οι γιορτές αυτές δεν ήταν αφιερωμένες στη μητρότητα αυτή καθ' αυτή.

Κατά μία άλλη άποψη, η πρώτη γιορτή της μητέρας ήταν αφιερωμένη στη θεά Ρέα, μητέρα του Δία και του Ποσειδώνα.

Στην πραγματικότητα, ο εορτασμός της μέρας αυτής, με τη μορφή που έχει σήμερα, ξεκίνησε από τις ΗΠΑ στις αρχές του 20^{ου} αιώνα.

Εμπνευστής της γιορτής φέρεται να είναι η Anna Marie Jarvis η οποία μετά το θάνατο της μητέρας της το 1905 προσπά-

θησε να καθιερώσει τη γιορτή της μητέρας προς τιμήν της δικής της μητέρας.

Επανάφερε το θέμα το 1908 στο μηνόσυνο για τα τρία χρόνια από το θάνατο της μητέρας της με το σλόγκαν ότι «πρέπει να τιμούμε αυτήν που έχει κάνει τα περισσότερα πράγματα για εμάς».

Τελικά, δύο χρόνια αργότερα, η πολιτεία της Βιρτζίνια από όπου καταγόταν η Anna Jarvis αναγνώρισε την ημέρα ως επίσημη γιορτή και ακολούθησαν και άλλες πολιτείες.

ΠΟΤΕ ΕΙΝΑΙ Η ΓΙΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

Πότε πέφτει όμως η γιορτή της μητέρας κάθε χρόνο; Η ημερομηνία αλλάζει από χώρα σε χώρα.

Στη συντριπτική πλειοψηφία γιορτάζεται μέσα στο μήνα Μάιο, με εξαίρεση τις χώρες του νοτίου ημισφαιρίου που τη γιορτάζουν κατά τους δικούς μας χειμερινούς μήνες.

Στην Ελλάδα και στην Κύπρο, όπως και στις περισσότερες χώρες, η ημέρα της μητέρας είναι κινητή και γιορτάζεται πάντα τη **δεύτερη Κυριακή του Μαΐου**.

Σε κάποιες άλλες γιορτάζεται την πρώτη Κυριακή του Μάη ή στο τέλος Μαΐου.

Γαλλία: Το 1950 ένας νόμος στη Γαλλία καθιέρωσε την τέταρτη Κυριακή του Μαΐ-

ου ως τη «γιορτή της μητέρας». Οι Γάλλοι γιορτάζουν τη γυναίκα που τους έφερε στη ζωή με κάρτες, δώρα, λουλούδια και οικογενειακά γεύματα.

Κίνα: Αν και καθιερώθηκε σχετικά πρόσφατα στην Κίνα, γιορτάζεται τη δεύτερη Κυριακή του Μαΐου με δώρα και εκδηλώσεις.

Μεγάλη Βρετανία: Από το 16^ο αιώνα, οι Άγγλοι είχαν καθιερώσει την τέταρτη Κυριακή της Σαρακοστής ως την ημέρα που είναι αφιερωμένη στη μητέρα και οι οικογένειες ενώνονται και πηγαίνουν στην εκκλησία.

Κατά τον 20^ο αιώνα, η ημέρα αυτή, αν και διατήρησε την παράδοση που θέλει τις οικογένειες να μαζεύονται στο σπίτι, είχε και μία πιο σύγχρονη νότα, με τα παιδιά να χαρίζουν ευχαριστήριες κάρτες στις μητέρες τους. Έτσι συνήθως η ημέρα της Μητέρας στη Βρετανία είναι μέσα στο Μάρτιο.

Μεξικό: Στο Μεξικό η Ημέρα της Μητέρας είναι ιδιαίτερα σημαντική.

Για την ακρίβεια, η 10^η Μαΐου, ανεξάρτητα με το τι μέρα πέφτει, είναι η μέρα όπου τα εστιατόρια είναι πιο γεμάτα από ποτέ.

Τα λουλούδια είναι πάντα ένα καλό δώρο, και τους εορτασμούς συμπληρώνει η μουσική και το φαγητό.

Ινδία: Μπορεί η ημέρα εκείνη να είναι σχετικά πρόσφατο έθιμο στην Ινδία, αλλά κάθε δεύτερη Κυριακή του Μαΐου τα παιδιά δείχνουν την αγάπη τους στη μητέρα τους προσφέροντας λουλούδια, δώρα και ευχαριστήριες κάρτες.

Ιαπωνία: Η Ιαπωνία είχε αρχικά ταυτίσει την Ημέρα της Μητέρας (HaHa no Hi, όπως τη λένε) με τα γενέθλια της Αυτοκράτειρας Κουιμυ, αλλά τελικά μεταφέρθηκε τη δεύτερη Κυριακή του Μαΐου, όπου τα παιδιά συνηθίζουν να προσφέρουν λουλούδια στη μητέρα τους.

Ρωσία: Στην Πρώην Σοβιετική Ένωση γιόρταζαν τις μητέρες στις 8 Μαρτίου, αλλά από το 1998 και μετά γιορτάζεται την τελευταία Κυριακή του Νοεμβρίου. Βέβαια, πολλοί είναι εκείνοι που επιλέγουν να δώσουν τα δώρα στη μητέρα τους το Μάρτιο.

Αίγυπτος: Στην Αίγυπτο, αλλά και σε πολλές άλλες αραβικές χώρες, η Ημέρα της Μητέρας γιορτάζεται στις 21 Μαρτίου, την πρώτη μέρα της Άνοιξης. Εκείνη την ημέρα, αν και δεν είναι επίσημα εθνική εορτή, συνηθίζουν να δίνουν δώρα.

Ταϊλάνδη: Στην Ταϊλάνδη η Ημέρα της Μητέρας γιορτάζεται στις 12 Αυγούστου, που είναι και τα γενέθλια της Βασίλισσας Sirikit. Εκείνη την ημέρα γίνονται παρελάσεις και πολλές εορταστικές εκδηλώσεις.

*Nos vœux les plus chaleureux à toutes les mères
à l'occasion de la Fête des Mères !*

Our best wishes to all mothers on the occasion of Mother's Day!

Ευχόμαστε σε όλες τις Μητέρες Χρόνια Πολλά!



**FAYÇAL
EL-KHOURY**
MP FOR LAVAL-LES ÎLES
faycal.el-khoury.c1@parl.gc.ca



**ANNIE
KOUTRAKIS**
MP FOR VIMY
annie.koutrakis@parl.gc.ca

Η Στέγαση στο στοίχημα



Πρόσφατη δημοσκόπηση της Abacus δείχνει, ότι οι Φιλελεύθεροι έχουν προβάδισμα 12 μονάδων έναντι των Συντηρητικών σε εθνικό επίπεδο. Επιφανειακά, αυτό υποδηλώνει ένα πολιτικό περιβάλλον που έχει γίνει πιο άνετο για την κυβέρνηση – αν συνυπολογίσουμε και την πρόσφατη απόκτηση της απόλυτης πλειοψηφίας των 174 εδρών.

Αλλά κάτω από αυτούς τους κορυφαίους αριθμούς, εξακολουθούν να υπάρχουν ζητήματα που θα μπορούσαν να αναδιαμορφώσουν γρήγορα τη συζήτηση.

Ένα από αυτά, είναι η στέγαση.

Στην εθνική έρευνα, σε συνεργασία με την Καναδική Ένωση Κατασκευαστών Κατοικιών (CHBA), κατανοήσαμε καλύτερα πώς βλέπουν οι Καναδοί τη στεγαστική κρίση σήμερα. Αυτό που προκύπτει από τα δεδομένα είναι ένα αυξανόμενο χάσμα μεταξύ της κλίμακας του στεγαστικού προβλήματος και της πρόοδου που πιστεύουν οι Καναδοί ότι κάνουν οι κυβερνήσεις.

Οι Καναδοί αισθάνονται όλο και περισσότερο ότι το σύστημα στέγασης τους αποτυγχάνει.

Πολλοί βλέπουν ότι η μεσαία τάξη απομακρύνεται από την ιδιοκτησία σπιτιού και ότι ο δρόμος για την αγορά ενός σπιτιού έχει γίνει πολύ πιο δύσκολος από ό,τι ήταν για τις προηγούμενες γενιές.

Ταυτόχρονα, υπάρχει μεγάλη προσδοκία ότι οι κυβερνήσεις θα πρέπει να κάνουν περισσότερα για να βελτιώσουν την οικονομική προσιτότητα και να αυξήσουν την προσφορά γι' αυτές. Η ευκαιρία για τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής είναι σαφής. Οι Καναδοί δεν αναζητούν απλώς ανακοινώσεις. Θέλουν να δουν πολιτικές που βελτιώνουν ουσιαστικά την ικανότητα κατασκευής και αγοράς κατοικιών.

ΟΙ ΚΑΝΑΔΟΙ ΔΕ ΒΛΕΠΟΥΝ ΜΕΓΑΛΗ ΠΡΟΟΔΟ ΟΣΟΝ ΑΦΟΡΑ ΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΠΡΟΣΙΤΟΤΗΤΑ

Όταν ρωτάμε τους Καναδούς εάν η ομο-

σπονδιακή κυβέρνηση κάνει αρκετά για να αντιμετωπίσει την οικονομική προσιτότητα της ιδιοκτησίας σπιτιού, η απογοήτευση είναι ξεκάθαρη. Μόνο το 17% λέει ότι γίνονται αρκετά, ενώ το 68% λέει ότι δε γίνεται. Οι νεότεροι Καναδοί είναι ελαφρώς πιο θετικοί (23% των ατόμων 18-29), αλλά μεταξύ των βασικών ομάδων αγοράς κατοικιών η άποψη είναι πολύ πιο αρνητική, με μόλις το 17% των ατόμων 30-44 και το 13% των ατόμων 45-59 ετών να λένε ότι η κυβέρνηση κάνει αρκετά.

Και όταν εξετάζουμε την πρόοδο από τις τελευταίες εκλογές, μόνο το 21% των Καναδών πιστεύει ότι η ομοσπονδιακή κυβέρνηση έχει σημειώσει τουλάχιστον κάποια ουσιαστική πρόοδο στην οικονομική προσιτότητα της ιδιοκτησίας σπιτιού.

Ένα άλλο 26% λέει ότι έχει σημειωθεί μικρή πρόοδος, αλλά το 40% λέει ότι η κυβέρνηση δεν έχει σημειώσει καμία πρόοδο.

Αυτή η αντίληψη της περιορισμένης πρόοδου διαπερνά τις περισσότερες ομάδες. Η αντίληψη ότι έχει σημειωθεί μικρή ή καθόλου πρόοδος είναι ισχυρότερη μεταξύ των ηλικιωμένων Καναδών, ιδιαίτερα εκείνων ηλικίας 45-59 ετών (71%) και μεταξύ των υποστηρικτών των Συντηρητικών (72%).

Το ευρύτερο συμπέρασμα είναι ότι οι περισσότεροι Καναδοί εξακολουθούν να πιστεύουν ότι η κατάσταση της στέγασης δεν έχει βελτιωθεί ουσιαστικά.

ΣΚΕΠΤΙΚΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΣΤΕΓΑΣΗΣ

Ο σκεπτικισμός εκτείνεται πέρα από αυτό που πιστεύουν οι Καναδοί ότι έχει συμβεί μέχρι στιγμής. Διαμορφώνει επίσης τις προσδοκίες τους, για το τι θα επιτύχουν τα στεγαστικά σχέδια της ομοσπονδιακής κυβέρνησης.

Όταν οι Καναδοί ερωτώνται εάν τα σχέδια της κυβέρνησης θα βελτιώσουν την οικονομική προσιτότητα για την ιδιοκτησία σπιτιού, μόνο το 23% πιστεύει ότι θα

έχουν τουλάχιστον κάποιο θετικό αντίκτυπο, ενώ το 62% πιστεύει ότι θα έχουν ελάχιστο έως καθόλου αντίκτυπο.

Όταν ζητάμε από τους Καναδούς να συγκρίνουν τις επιδόσεις της κυβέρνησης στη στέγαση με τις προσδοκίες τους, οι απαντήσεις είναι εξίσου αποθαρρυντικές.

Το 39% λένε ότι η απόδοση της κυβέρνησης ήταν περίπου αυτή που περίμεναν, ενώ ένα άλλο 39% λέει ότι ήταν χειρότερη από την αναμενόμενη. Μόνο το 5% λέει ότι η κυβέρνηση είχε καλύτερες επιδόσεις από ό,τι περίμεναν.

Ακόμη και μεταξύ των υποστηρικτών των Φιλελευθέρων, ο ενθουσιασμός είναι μετρημένος. Μόλις το 9% των Φιλελευθέρων ψηφοφόρων λέει ότι η κυβέρνηση έχει ξεπεράσει τις προσδοκίες για τη στέγαση, ενώ το 53% λέει ότι οι επιδόσεις της είναι απλώς περίπου αυτό που περίμεναν, ενώ το 21% είναι χειρότερες από τις αναμενόμενες.

ΟΙ ΚΑΝΑΔΟΙ ΘΕΛΟΥΝ ΙΣΧΥΡΟΤΕΡΗ ΔΡΑΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ ΣΠΙΤΙΟΥ

Η στέγαση παραμένει ζήτημα προτεραιότητας για τους Καναδούς και η προσδοκία για κυβερνητική δράση είναι σαφής.

Το 59% των Καναδών λέει ότι είναι σημαντικό για τις κυβερνήσεις να λάβουν μέτρα πολιτικής για τη βελτίωση της οικονομικής προσιτότητας για την επόμενη γενιά ιδιοκτητών σπιτιού, ενώ μόνο το 2% λέει ότι δεν είναι καθόλου σημαντικό.

Την ίδια στιγμή, πολλοί Καναδοί πιστεύουν ότι η ομοσπονδιακή στρατηγική στέγασης χάνει βασικά μέρη του προβλήματος. Για παράδειγμα, το 44% των Καναδών συμφωνεί ότι η ομοσπονδιακή κυβέρνηση εστιάζει υπερβολικά στη στέγαση πολλών οικογενειών και όχι αρκετά σε κατοικίες χαμηλού επιπέδου, όπως μονοκατοικίες, ημικατοικίες και αρχοντικά, ενώ μόνο το 19% διαφωνεί.

Όταν ζητείται από τους Καναδούς να αξιολογήσουν τη συνολική προσέγγιση της ομοσπονδιακής κυβέρνησης για την

οικονομική προσιτότητα της στέγασης για ιδιοκτησία σπιτιού, το 44% την αξιολογεί ως κακή, ενώ μόνο το 21% την αξιολογεί ως καλή ή εξαιρετική.

Η εμπιστοσύνη στην ικανότητα της κυβέρνησης να προσφέρει ουσιαστικά αποτελέσματα είναι επίσης περιορισμένη.

Μόνο το 14% των Καναδών δηλώνει ότι είναι βέβαιο, ότι η ομοσπονδιακή κυβέρνηση θα κάνει την ιδιοκτησία σπιτιού πιο εφικτή για τους μέσους Καναδούς μεσαίου εισοδήματος, ενώ το 39% λέει ότι δεν είναι καθόλου σίγουροι.

Γενικότερα, το 57% δηλώνει ότι δεν είναι βέβαιο ότι η τρέχουσα προσέγγιση της κυβέρνησης θα βελτιώσει τη συνολική οικονομική προσιτότητα των κατοικιών το επόμενο έτος, σε σύγκριση με το 36% που δηλώνει ότι είναι σίγουρο.

ΜΙΑ ΑΛΛΑΓΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ: Η ΝΕΑ ΕΚΠΤΩΣΗ GST ΓΙΑ ΑΓΟΡΑΣΤΕΣ ΓΙΑ ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ

Σε αυτό το πλαίσιο, η ομοσπονδιακή κυβέρνηση εισήγαγε πρόσφατα μια πολιτική με στόχο τη μείωση του κόστους των νέων κατοικιών, αλλά μόνο για όσους αγοράζουν για πρώτη φορά.

Αυτό ανακοινώθηκε το Μάρτιο του 2025, αλλά χρειάστηκε σχεδόν ένας χρόνος για να γίνει νόμος και να επιτρέψει στους αγοραστές κατοικιών να έχουν πρόσβαση σε αυτό.

Στις 12 Μαρτίου 2026, το νομοσχέδιο C-4, ο νόμος για το να κάνουμε τη ζωή πιο προσιτή για τους Καναδούς, έλαβε βασική επικύρωση. Μεταξύ των μέτρων της είναι μια νέα έκπτωση GST/HST για όσους αγοράζουν για πρώτη φορά σπίτι, επιτρέποντάς τους να ανακτήσουν έως και το 100% του GST ή του ομοσπονδιακού τμήματος του HST σε νεόδμητα σπίτια, έως και 50.000\$, για σπίτια με τιμή έως 1 εκατομμύριο\$, με φθίνουσα έκπτωση στο σπίτι μεταξύ 1 και 1,5 εκατομμύριο\$.

▶ **ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 17**

Πλήρη ασφαλιστικά στοιχεία

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

Τυπώνουμε
όλα τα είδη
Επιταγές
Επιχειρήσεων
Καναδά
ΗΠΑ

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

τον Καναδά: Το μεγάλο της Ομοσπονδιακής Κυβέρνησης

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΣΕΛΙΔΑ 16

Η έκπτωση ισχύει για νέες κατοικίες και διαμερίσματα πριν από την κατασκευή και θα παραμείνει διαθέσιμη μέχρι το 2031.

Για πολλούς αγοραστές για πρώτη φορά, η αφαίρεση φόρου δεκάδων χιλιάδων δολαρίων από την τιμή αγοράς μπορεί να βελτιώσει ουσιαστικά αυτό που μπορούν να αντέξουν οικονομικά.

Ωστόσο, ο Υπεύθυνος Προϋπολογισμού της Βουλής εκτιμά ότι μόνο το 5,8% των αγοραστών κατοικιών νεόδμητων κατοικιών είναι αγοραστές για πρώτη φορά.

ΟΙ ΚΑΝΑΔΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΚΠΤΩΣΗ GST, ΑΛΛΑ ΒΛΕΠΟΥΝ ΠΕΡΙΘΩΡΙΑ ΝΑ ΠΡΟΧΩΡΗΣΟΥΝ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ

Η κοινή γνώμη προτείνει ότι η νέα έκπτωση GST για τους αγοραστές για πρώτη φορά θα πρέπει να έχει καλή απήχηση.

Το 47% των Καναδών υποστηρίζουν την πολιτική, σε σύγκριση με το 23% που αντιτίθεται, και το 54% λέει ότι είναι ένα σημαντικό βήμα προς τη βελτίωση της οικονομικής προσιτότητας της στέγασης.

Αλλά η έρευνα δείχνει επίσης, ότι οι Καναδοί είναι ανοιχτοί στο να προχωρήσουν περαιτέρω.

Όταν ρωτάμε εάν η έκπτωση GST θα πρέπει να επεκταθεί πέρα από τους αγοραστές για πρώτη φορά σε όλους τους αγοραστές νεόδμητων κατοικιών, το 47% υποστηρίζει την ιδέα. Είναι σημαντικό ότι αυτή η υποστήριξη υπάρχει σε όλο το πολιτικό φάσμα, με το 49% των υποστηρικτών των Φιλελευθέρων, το 49% των υποστηρικτών των Συντηρητικών και το 47% των υποστηρικτών του NDP να υποστηρίζουν την ιδέα.

Αφού άκουσε το επιχειρήμα ότι η κατάργηση των φόρων στις νέες κατοικίες θα μπορούσε να βοηθήσει στην αύξηση των κατασκευών και να φέρει περισσότερα σπίτια στην αγορά, η υποστήριξη αυξάνεται στο 58%.

Οι Καναδοί είναι επίσης ανοιχτοί στην επέκταση της πολιτικής για να ενθαρρύνουν περισσότερη προσφορά κατοικιών με άλλους τρόπους. Το 54% υποστηρίζουν την επέκταση της έκπτωσης GST σε ανακαινίσεις που δημιουργούν νέες μονάδες σε υπάρχοντα ακίνητα, όπως δευτερεύουσες σουίτες ή βοηθητικές κατοικίες.

Αυτού του είδους οι πολιτικές θεωρούνται όλο και περισσότερο ως πρακτικοί τρόποι για την προσθήκη προσφοράς κατοικιών στις υπάρχουσες κοινότητες.

Το μήνυμα στα δεδομένα είναι σαφές.

Οι Καναδοί υποστηρίζουν πολιτικές που μειώνουν το άμεσο κόστος κατασκευής και αγοράς κατοικιών, ιδιαίτερα όταν αυτές οι πολιτικές συνδέονται με την αύξηση της προσφοράς.

ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΡΘΡΩΤΙΚΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ ΚΑΙ ΕΠΙΤΑΧΥΝΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

Η ομοσπονδιακή φορολογική πολιτική είναι μόνο μέρος της συζήτησης για την οικονομική προσιτότητα. Οι Καναδοί συνειδητοποιούν επίσης όλο και περισσότερο άλλα διαρθρωτικά κόστη, που ενσωματώνονται στο στεγαστικό σύστημα που αυθούν τις τιμές υψηλότερα.

Ένα από αυτά τα κόστη είναι τα τέλη ανάπτυξης, τα οποία είναι φόρος για νέες κατοικίες σε τοπικό επίπεδο. Ενώ η ευαισθητοποίηση σχετικά με τις χρεώσεις ανάπτυξης εξακολουθεί να είναι σχετικά χαμηλή, οι στάσεις αλλάζουν γρήγορα μόλις οι Καναδοί καταλάβουν πώς επηρεάζουν την τιμή των νέων κατοικιών.

Το 52% λέει ότι τα τρέχοντα επίπεδα χρέωσης ανάπτυξης είναι παράλογα και το 45% πιστεύει ότι είναι άδικο για τους νέους αγοραστές να πληρώνουν κόστος υποδομής, που δεν αντιμετώπισαν ποτέ οι υπάρχοντες ιδιοκτήτες κατοικιών.

Η πλειοψηφία πιστεύει ότι το σύστημα χρειάζεται μεταρρύθμιση και το 56% υποστηρίζει τη μετατόπιση ορισμένων από αυτά τα κόστη στην ευρύτερη φορολογική βάση, αντί να τα φορτώνει κυρίως σε

νέους αγοραστές κατοικιών. Αυτό δείχνει άμεσα τις δεσμεύσεις της Ομοσπονδιακής Κυβέρνησης να υποστηρίξει τις υποδομές που επιτρέπουν τη στέγαση και να συμβάλει στην αντιστάθμιση των υψηλών αναπτυξιακών τελών, τα οποία δεν έχουν ακόμη εφαρμοστεί.

Ταυτόχρονα, οι Καναδοί επισημαίνουν σταθερά την προσφορά ως την κεντρική πρόκληση στο σύστημα στέγασης. Τα δύο τρίτα (2/3) πιστεύουν, ότι οι κυβερνήσεις πρέπει να δώσουν μεγαλύτερη έμφαση στην αύξηση της συνολικής προσφοράς κατοικιών και το 62% λέει ότι οι κυβερνήσεις πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στην επιτάχυνση των εγκρίσεων και στη μείωση των εμποδίων στην κατασκευή.

Συνολικά, η δημόσια διάθεση γύρω από τη στεγαστική πολιτική γίνεται πιο ξεκάθαρη. Οι Καναδοί θέλουν οι κυβερνήσεις να αντιμετωπίσουν τα διαρθρωτικά εμπόδια που καθιστούν τη στέγαση πιο ακριβή στην κατασκευή και την αγορά. Αυτό περιλαμβάνει φόρους σε νέες κατοικίες, χρεώσεις ανάπτυξης που προσθέτουν κόστος στην κατασκευή και ρυθμιστικές διαδικασίες που επιβραδύνουν τη δημιουργία νέων κατοικιών.

ΤΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ

Οι Φιλελεύθεροι μπορεί επί του παρόντος να έχουν προβάδισμα 12 μονάδων σε εθνικό επίπεδο, αλλά η στέγαση παραμένει ένα από τα κορυφαία ζητήματα, που θα συνεχίσουν να διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο οι Καναδοί αξιολογούν την απόδοση της κυβέρνησης.

Για τον Mark Carney, η πολιτική του ζητήματος είναι αρκετά απλή. Οι Καναδοί αναμένουν από την ομοσπονδιακή κυβέρνηση να ηγηθεί της στέγασης για τη μεσαία τάξη, ειδικά την ιδιοκτησία σπιτιού, και αναμένουν να δουν πραγματική πρόοδο.

Η τρέχουσα στιγμή δίνει στην κυβέρνηση κάποιο περιθώριο δράσης, αλλά αυξάνει επίσης τις προσδοκίες. Εάν η οικονομική προσιτότητα της στέγασης για την ιδιο-

κτησία σπιτιού παραμείνει μία από τις καθοριστικές πιέσεις για τα νοικοκυριά της μεσαίας τάξης, θα συνεχίσει να είναι ένας από τους κύριους φακούς, μέσω των οποίων οι ψηφοφόροι κρίνουν την ομοσπονδιακή ηγεσία.

Αυτό που ξεχωρίζει στην έρευνα δεν είναι απλώς η απογοήτευση. Είναι ένα αρκετά σαφές μήνυμα για την κατεύθυνση που θέλουν οι Καναδοί να κινηθεί η πολιτική. Οι άνθρωποι είναι ανοιχτοί σε μέτρα που μειώνουν το διαρθρωτικό κόστος κατασκευής κατοικιών, αυξάνουν την προσφορά και διευκολύνουν την κατασκευή περισσότερων κατοικιών σε ολόκληρη τη χώρα. Οι πολιτικές που αντιμετωπίζουν αυτούς τους περιορισμούς τείνουν να προσελκύουν ευρεία υποστήριξη, ιδιαίτερα όταν συνδέονται άμεσα με τη βελτίωση της πρόσβασης στην ιδιοκτησία σπιτιού.

Μέτρα όπως η νέα έκπτωση GST για τους αγοραστές για πρώτη φορά δείχνουν, ότι η ομοσπονδιακή κυβέρνηση αρχίζει να κινείται προς αυτή την κατεύθυνση.

Αλλά η προσδοκία είναι ότι αυτή είναι η αρχή μιας ευρύτερης αλλαγής και όχι το τελικό βήμα. Η ευρεία υποστήριξη για την επέκταση αυτής της ελάφρυνσης GST σε όλους τους αγοραστές θα ήταν ένα φυσικό και ευπρόσδεκτο επόμενο βήμα.

Για πολλούς Καναδούς, το ζήτημα δεν είναι αν έχει σημασία η οικονομική προσιτότητα της στέγασης. Σαφώς το κάνει.

Το πραγματικό ερώτημα τώρα είναι εάν οι κυβερνήσεις μπορούν να προχωρήσουν από σταδιακά βήματα, σε πολιτικές που αρχίζουν να αποκαθιστούν μια ρεαλιστική πορεία προς την ιδιοκτησία σπιτιού για τη μεσαία τάξη, για να αποκαταστήσουν την εμπιστοσύνη στο καναδικό κοινό.

Τελικά, η πολιτική δοκιμασία για την κυβέρνηση είναι αν μπορεί να δείξει ότι ο δρόμος προς την ιδιοκτησία σπιτιού δεν εξαφανίζεται αλλά ξαναχτίζεται.

Η έρευνα ΕΔΩ: abacusdata.ca/housing-remains-the-federal-test-canadians-are-watching-closely/



PANIER DU FERMIER

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

www.panierdufermier.ca | panierdufermier@gmail.com @panierdufermier

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



G O S S I P



Κάμερον Ντίαζ: Απέκτησε το τρίτο της παιδί σε ηλικία 53 ετών

Την ανακοίνωση για τη γέννηση του γιου της έκανε ο σύζυγός της μέσω Instagram



Μητέρα για τρίτη φορά έγινε η Κάμερον Ντίαζ σε ηλικία 53 ετών. Την ανακοίνωση έκανε μέσω Instagram ο σύζυγός της Μπέντζι Μάντεν, τη Δευτέρα 4 Μαΐου, αποκαλύπτοντας πως η ηθοποιός έφερε στον κόσμο ένα αγοράκι.

Όπως ανέφερε, τόσο η μητέρα όσο και το μωρό είναι υγιείς, ενώ τόνισε πόσο απολαμβάνουν τη ζωή με τα παιδιά τους, προσπατώντας ωστόσο την ιδιωτικότητά τους.

Στη λεζάντα της ανάρτησής του ο Μάντεν έγραψε: «Η Κάμερον κι εγώ είμαστε ευτυχισμένοι, ενθουσιασμένοι και νιώθουμε τόσο ευλογημένοι να ανακοινώσουμε τη γέννηση του τρίτου μας παιδιού, Νότας Μάντεν. Καλώς ήρθες στον κόσμο γιε μας!! Αγαπάμε τη ζωή με την οικογένειά μας – τα παιδιά μας είναι υγιή και χαρούμενα, και είμαστε ευγνώμονες!!! Περνάμε υπέροχα. Στέλνουμε όλες τις καλύτερες ευχές μας – η οικογένεια

Μάντεν». Η Κάμερον Ντίαζ και ο Μπέντζι Μάντεν, που παντρεύτηκαν το 2015, έχουν ήδη αποκτήσει δύο παιδιά, την κόρη τους Ράντιξ και το γιο τους Κάρντιναλ, οι οποίοι γεννήθηκαν το 2019 και το 2024 αντίστοιχα, μέσω παρένθετης μητέρας. Η απόφαση να αποκτήσουν παιδιά μέσω παρένθετης μητέρας ήρθε αφού το ζευγάρι αντιμετώπισε προβλήματα υπογονιμότητας, καταφεύγοντας σε εξωσωματική γονιμοποίηση, βελονισμό και

συμπληρώματα, στην προσπάθειά τους να αποκτήσουν παιδί, σύμφωνα με το Us Weekly. «Πέρασαν πάρα πολλά για να φτάσουν σε αυτό το σημείο», είχε αναφέρει πηγή όταν γεννήθηκε η κόρη τους.

Όπως και στις προηγούμενες ανακοινώσεις, το ζευγάρι επέλεξε να μη δημοσιεύσει φωτογραφίες του νεογέννητου, δίνοντας έμφαση στην ασφάλεια και την ιδιωτικότητα της οικογένειάς τους.

© ΠΡΩΤΟ ΘΕΜΑ

Η Ιβάνα έπιασε νέα δουλειά

Η Ιβάνα Κνολ [φωτ. κάτω από διακοπές στη Μύκονο] έχει κάνει εδώ και καιρό στροφή στην καριέρα της και ασχολείται πλέον με τη μουσική. Ειδικότερα, η γνωστή φίλαθλος της Κροατίας έκανε το πρώτο της DJ set στις ΗΠΑ και συγκεκριμένα στο Μαϊάμι, και φέρεται να τα πήγε καλά. Η Κνολ είχε γίνει παγκοσμίως γνωστή, με την παρουσία της στο Παγκόσμιο Κύπελλο του Κατάρ το 2022, όταν τράβηξε πάνω της όλα τα βλέμματα. Πλέον, στα 33 της, έχει ξεκινήσει καριέρα DJ και η πρώτη της εμφάνιση ήταν επί αμερικανικού εδάφους, στο παραθαλάσσιο νυχτερινό μαγαζί «LIV». Η Κνολ είχε αναδειχτεί Miss Croatia και έχει εργαστεί στο παρελθόν ως μοντέλο.

© novasports.gr



Bruce Willis: Η οικογένειά του θα δωρίσει τον εγκέφαλό του στην επιστήμη

Η Emma Heming Willis [φωτ.] ανοίγει την καρδιά της για την πιο απαιτητική δοκιμασία που βιώνει η οικογένειά της, αποκαλύπτοντας πώς προετοιμάζονται, με δύναμη και συνείδηση, για την πορεία της ασθένειας του Bruce Willis. Ο superstar του Hollywood, σήμερα 71 ετών, διαγνώστηκε πριν από τρία χρόνια με Μετωποκρατική Άνοια (Frontotemporal Dementia), μια σοβαρή νευροεκφυλιστική νόσο που επηρεάζει σταδιακά τη μνήμη, την επικοινωνία και τη συμπεριφορά. Πλέον βρίσκεται σε εξειδικευμένο χώρο φροντίδας, έχοντας συνεχή ιατρική υποστήριξη, ενώ η οικογένειά του στέκεται στο πλευρό του σε κάθε βήμα.

Η Emma έχει επιλέξει να διαχειριστεί αυτή τη δύσκολη πραγματικότητα με ψυχραιμία και προνοητικότητα. Όπως εξηγεί, έχει ήδη οργανώσει τις πιο απαιτητικές στιγμές που μπορεί να έρθουν, ώστε όταν αυτές εμφανιστούν, η οικογένεια να μπορεί να επικεντρωθεί αποκλειστικά στο συναίσθημα και στη μεταξύ τους στήριξη. Παράλληλα, καθοδηγεί με ευαισθησία τις δύο κόρες τους, τη Μέιμπελ και την Έβελιν, βοηθώντας τις να κατανοήσουν την κατάσταση του πατέρα τους και να προσαρμοστούν στις αλλαγές. Σε μια απόφαση που συνδυάζει συναίσθημα και ουσία, η οικογένεια έχει συμφωνήσει ότι ο εγκέφαλος του Bruce Willis θα δωρηθεί για επιστημονική έρευνα. «Είναι κάτι πολύ δύσκολο σε προσωπικό επίπεδο, αλλά απαραίτητο για την επιστήμη», ανέφερε η Emma, εξηγώντας πως στόχος είναι να συμβάλουν στην κατανόηση της Μετωποκρατικής Άνοιας και να ανοίξουν το δρόμο για καλύτερες θεραπείες στο μέλλον. Την ίδια στιγμή, η κόρη του ηθοποιού, Rumer Willis, επιλέγει να μιλά με ειλικρίνεια για την κατάσταση του πατέρα της, αποφεύγοντας τις εύκολες και καθησυχαστικές απαντήσεις. «Κανείς που ζει με αυτή την ασθένεια δεν είναι πραγματικά «καλά». Είναι όμως όσο καλά μπορεί να είναι», ανέφερε, δίνοντας μια πιο ρεαλιστική εικόνα.



Και όμως, μέσα σε όλη αυτή τη δύσκολη συνθήκη, η αγάπη παραμένει παρούσα. «Είμαι ευγνώμων που μπορώ ακόμα να τον αγκαλιάζω. Είτε με αναγνωρίζει είτε όχι, η αγάπη υπάρχει – και τη νιώθουμε και οι δύο», μοιράστηκε συγκινητικά.

Η οικογένεια του Bruce Willis συνεχίζει να δίνει τη δική της μάχη, επιλέγοντας να μετατρέψει τον πόνο σε δύναμη και την προσωπική εμπειρία σε έναν τρόπο να ευαισθητοποιήσει τον κόσμο γύρω από τη Μετωποκρατική Άνοια.

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;

Ηπαροικία μας, όπως κάθε γειτονιά, έχει τις δικές της κουτσομπολές... Στις μέρες μας, χάρις στα κοινωνικά δίκτυα, τα κουτσομπολιά, και οι συκοφαντίες είναι πολύ της «μόδας». Οι «Αλέκα και Μαγδάλω» πρωτοεμφανίστηκαν στην παροικία 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.

Α- Έλα, Μαγδάλω! Παιδί μου, σε έπαιρνα πριν μια ώρα και ήταν κατειλημμένο. Με ποιον μιλούσες τόσο πολύ; Μη μου πεις ότι πάλι σε έπιασε η συμπεθέρα από την Ελλάδα να σου πει για τα κληρονομικά;

Μ-Αχ, Αλέκα μου, άσε με, πού μυαλό για την Ελλάδα τώρα; Με την Κατίνα μιλούσα, που μένει στο Σεν-Λοράν. Είχαμε ανοιχτή την τηλεόραση και οι δύο και σχολιάζαμε αυτά που γίνονται. Έχω γίνει «διεθνολόγος» πια, Αλέκα. Με τις ειδήσεις από τον Περσικό Κόλπο και την Αμερική, έχω χάσει τον ύπνο μου. Εσείς εκεί πάνω στο Λαβάλ, μέσα στις αυλές και την ησυχία σας, πώς τα βλέπετε τα πράγματα;

Α-Τι ησυχία λες, χρυσή μου; Εδώ η βενζίνη στη Labelle έχει πάει στα ύψη \$2.07 το λίτρο! Ο Μενέλαος γύρισε προχθές από το βενζινάδικο και έκανε το σταυρό του. Μου λέει, «Αλέκα, αν γίνει κάνα «μπαμ» στον Περσικό και κλείσουν τα στενά του Ορμούζ, θα δούμε το λίτρο στα τρία δολάρια και θα λέμε κι ευχαριστώ». Κι όλα αυτά τα γεωπολιτικά παιχνίδια, εμείς τα πληρώνουμε στο σούπερ μάρκετ. Σα να μην έφταναν όλα τα άλλα, έχουμε και την αβεβαιότητα με τον Τραμπ δίπλα μας. Άμα αρχίσει η φασαρία εκεί, εμείς εδώ στον Καναδά θα είμαστε οι πρώτοι που θα τη λουσοτούμε.

Μ-Αυτό πες το! Εδώ στο Παρκ Εξ, η ακρίβεια μας έχει γονατίσει. Πήγα προχθές στη Σαν Ροκ, στο μπακάλικο, να πάρω λίγη φέτα, λάδι και δύο-τρία πράγματα, και πάλι, άφησα εκατό δολάρια χωρίς να το καταλάβω. Λέω στον μπακάλη, «Βρε παιδί μου, χρυσάφι πουλάς;». Και μου λέει, «Κυρία Μαγδάλω, οι μεταφορές ακρίβυναν, οι πόλεμοι φτάνει». Αλλά είδες τη νέα μας Πρωθυπουργό, την Κριστίν Φρεσέτ; Τώρα που ανέλαβε επίσημα μετά τον Λεγκό, βγήκε και υποσχέθηκε «νέα εποχή» για το Κεμπέκ. Είπε ότι η προτεραιότητά της είναι η αγοραστική δύναμη των νοικοκυριών.

Α-Ε, καλά, Μαγδάλω, λόγια του αέρα είναι αυτά, μέχρι να τα δούμε στην σέπη μας. Την άκουσα κι εγώ στη συνέντευξη. Υποσχέθηκε, λέει, να εξετάσει πάλι τους φόρους και να βοηθήσει τους

νέους να αγοράσουν σπίτι. Αλλά εμάς, τους συνταξιούχους που δουλέψαμε μια ζωή, ποιος θα μας βοηθήσει; Άκουσα επίσης ότι η Φρεσέτ θέλει να ανοίξει πάλι τη συζήτηση για το φυσικό αέριο εδώ στο Κεμπέκ. Σου λέει, «γιατί να εισάγουμε ενέργεια και να τρέμουμε τι θα κάνει ο κάθε δικτάτορας, ενώ έχουμε δικά μας αποθέματα;». Ο Μενέλαος μου λέει πως θέλει να ενισχύσει τους νόμους για την υπεράσπιση της γαλλικής γλώσσας.

Μ-Έχει δίκιο ο δικός σου. Η Φρεσέτ φαίνεται πιο «τεχνοκράτισσα» από τον Λεγκό, αλλά είναι και σκληρή. Είδες τι είπε για το «Νόμο 96»; Ότι δεν πρόκειται να κάνει πίσω στα γαλλικά. Εμάς τους μετανάστες μας δυσκολεύει, ειδικά όταν πάμε στα νοσοκομεία, αλλά αυτή το παίζει εθνικίστρια για τους ψήφους των φανατικών.

Α-Έτσι είναι, η πολιτική είναι παζάρι. Αλλά αυτό που με τρομάζει περισσότερο, είναι η γενική εικόνα. Βλέπεις την Κίνα, τη Ρωσία, το Ιράν... όλοι είναι σε αναμμένα κάρβουνα. Και μετά βλέπεις τις υποσχέσεις της Φρεσέτ για «σταθερότητα». Πώς να υπάρξει σταθερότητα στο Κεμπέκ, όταν ο κόσμος γύρω μας καίγεται; Ο Μενέλαος μου φοβάται ότι αν συνεχιστεί η κατάσταση στον Περσικό, ο πληθωρισμός θα χτυπήσει πάλι κόκκινο. Ήδη οι τράπεζες δεν κατεβάζουν τα επιτόκια.

Μ-Η αβεβαιότητα είναι το χειρότερο. Εμείς ήρθαμε εδώ στον Καναδά για μια καλύτερη τύχη, για ησυχία. Και τώρα νιώθουμε ότι όλα κρέμονται από μια κλωστή. Η Φρεσέτ υπόσχεται επενδύσεις στην υγεία και την παιδεία, αλλά πού θα βρει τα λεφτά; Αν η παγκόσμια οικονομία καταρρεύσει, οι υποσχέσεις της θα γίνουν καπνός. Προχθές στο Jean-Coutu, η φαρμακοποιός μου έλεγε ότι ακόμα και οι ελλείψεις σε φάρμακα οφείλονται σε αυτά τα γεωπολιτικά μπερδέματα.

Α- Άσε, Μαγδάλω, μη με συγχύζεις άλλο. Εγώ σου λέω ένα πράγμα: Φύλαγε τα ρούχα σου να έχεις τα μισά.

Μ-Καλά που μου το θύμισες... έχω τα ρούχα τόση ώρα στο πλυντήριο και πρέπει να τα βάλω στο στεγνωτήριο. Πρέπει να σ' αφήσω. Τα λέμε!!



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
 ΝΑΥΤΙΑΚΗ 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



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



VASILIOS
 GREEK DJ | PRODUCER
 /VASILIOSMTL

DJ SERVICES

514 743-8799

ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΑΣ
 FOR ALL YOUR PRIVATE EVENTS

MLS: Στην κορυφή Σαν Χοσέ και Νάσβιλ

Επιστροφή στις... ήττες για το Μόντρεαλ



Δεν είχαμε αλλαγές στις πρώτες θέσεις της Δυτικής Περιφέρειας του πρωταθλήματος MLS, εφόσον και οι 4 πρώτες ομάδες έφεραν ισοπαλίες, οπότε δεν άλλαξαν και οι θέσεις στο βαθμολογικό πίνακα.

Αντίθετα, οι ομάδες από τις θέσεις 5-8 που είχαν χάσει την προηγούμενη αγωνιστική, νίκησαν και οι τέσσερις, και πλησίασαν τους 4 πρώτους.

Στην Ανατολική Περιφέρεια, το Νάσβιλ -αν και έφερε ισοπαλία μετά από 3 νικηφόρα παιχνίδια- παραμένει στην κο-

ρυφή, στο +4 από το New England και το Μαϊάμι που ισοβαθούν (η ομάδα του Λιονέλ Μέσι γνώρισε αναπάντεχη εντός έδρας ήττα από το Ορλάντο με 3-4!!).

ΗΤΤΑ ΓΙΑ ΤΟ ΜΟΝΤΡΕΑΛ

Το Μόντρεαλ, μετά τις δύο συνεχόμενες νίκες του, επέστρεψε στις γνωστές... παθολογίες της κακής αμυντικής λειτουργίας και των... παιδικών λαθών, και ηττήθηκε με 3-1 στην έδρα της Ατλάντα.

Γεγονός είναι πάντως, ότι και τα 4 τέρματα που σημειώθηκαν προήλθαν από ερασιτεχνικά λάθη από τις άμυνες των δύο ομάδων.

Πρώτα στο 6^ο λεπτό το Μόντρεαλ εκμεταλλεύτηκε ένα αμυντικό λάθος από κακή μεταβίβαση αμυντικού των γηπεδούχων έξω από την περιοχή τους, με τον Λόνγκσταφ να ανοίγει το σκορ (0-1). Όμως, λίγο πριν οι ομάδες πάνε στα απο-

δυτήρια, οι φιλοξενοούμενοι τους... μιμήθηκαν και μάλιστα δύο φορές!

Πρώτα στο 41' όταν ο γκολκίπερ Γκιγιέ δεν μπόρεσε να συγκρατήσει τη μπάλα στο σουτ του Λομπανίτζε και στη συνέχεια στις καθυστερήσεις, όταν έγινε λάθος πάσα έξω από την περιοχή των φιλοξενοούμενων και ο Λάτε Λαθ έκανε το 2-1.

Στην επανάληψη, μόλις στο 50', και πάλι ο Λομπανίτζε σημείωσε το 3-1, εφόσον ο Πετράσο έχασε εύκολα τη μπάλα και πάλι έξω από την περιοχή της ομάδας του.

Να σημειωθεί επίσης, ότι το παιχνίδι NY CITY-LAFC που ήταν στο πρόγραμμα για την Τετάρτη 6 Μαΐου, αναβλήθηκε και ορίστηκε για την Τετάρτη 4 Νοεμβρίου 2026, λόγω ότι η ομάδα του Λος Άντζελες προκρίθηκε στους ημιτελικούς του Concacaf Champions Cup και την ίδια ημέρα αγωνίστηκε κόντρα στη Deportivo Toluca FC από το Μεξικό.

GBL | ΠΛΕΪ-ΟΦ

ΠΑΟΚ ο πρώτος της τετράδας

Ο ΠΑΟΚ ήταν η πρώτη ομάδα που προκρίθηκε από τη διαδικασία των φετινών πλεϊ-οφ της Basket League.

Ο «δικέφαλος του βορρά» έκανε το 2Χ2 με αντίπαλο το Περιστερί (91-79 στην Πυλαία και 72-77 στο Περιστερί) και στην ημιτελική φάση θα αντιμετωπίσει το νικητή από το ζευγάρι Παναθηναϊκός-Μύκονος.

Το ζευγάρι του άλλου ημιτελικού, θα προκύψει από τη σειρά των αγώνων Ολυμπιακός-Κολοσσός Ρόδου και ΑΕΚ-ΑΡΗΣ.

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 13 ΜΑΪΟΥ

10:00 ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΚΟΛΟΣΣΟΣ Ρ.

10:00 ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΜΥΚΟΝΟΣ

ΠΕΜΠΤΗ 14 ΜΑΪΟΥ

11:15 ΑΕΚ-ΑΡΗΣ

SOCCER MLS

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΑΒΒΑΤΟ 2 ΜΑΪΟΥ

Toronto FC – San Jose 1-1
Kansas City – Seattle Sounders 1-1
Salt Lake – Portland Timbers 2-0
Inter Miami – Orlando City 3-4
Atlanta Utd – CF Montreal 3-1
Columbus – Minnesota United 2-3
New England – Charlotte 1-0
New York Red Bulls – FC Dallas 0-2
Philadelphia – Nashville SC 0-0
Chicago Fire – FC Cincinnati 2-3
Houston – Colorado Rapids 1-0
San Diego FC – Los Angeles FC 2-2
LA Galaxy – Vancouver 1-1

ΚΥΡΙΑΚΗ 3 ΜΑΪΟΥ

New York City – DC United 0-2
Austin FC – St. Louis City 2-0

ΤΕΤΑΡΤΗ 6 ΜΑΪΟΥ

N.Y. City – Los Angeles FC
[αναβολή για 4/11/2026]

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

[σε 11 αγώνες]

ΔΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

01] SAN JOSE	28	26-07
02] VANCOUVER	25	26-06
03] LAFC	21	19-08
04] SEATTLE	20	13-05
05] MINNESOTA	20	14-16
06] SALT LAKE	19	19-14
07] FC DALLAS	16	20-15
08] HOUSTON	15	13-18
09] COLORADO	13	22-19
10] LA GALAXY	13	16-17
11] AUSTIN FC	13	16-19
12] SAN DIEGO	12	19-19
13] PORTLAND	10	13-21
14] ST. LOUIS	06	09-18
15] KANSAS CITY	05	08-26

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

01] NASHVILLE	23	21-06
02] N. ENGLAND	19	18-12
03] MIAMI	19	22-19
04] CHICAGO	17	19-11
05] DC UNITED	15	13-15
06] CINCINNATI	15	22-25
07] CHARLOTTE	14	18-19
08] TORONTO	14	18-20
09] NY CITY	12	19-18
10] COLUMBUS	12	16-16
11] RED BULLS	12	16-27
12] ATLANTA	10	12-18
13] ORLANDO	10	16-32
14] MONTREAL	09	14-23
15] PHILA/PHIA	06	09-17

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΣΑΒΒΑΤΟ 9 ΜΑΪΟΥ

01:00PM Toronto-Inter Miami
02:30PM Chicago-NY Red Bulls
04:30PM CF Montreal-Orlando City
07:30PM Atlanta Utd-LA Galaxy
07:30PM Charlotte-FC Cincinnati
07:30PM New England-Philadelphia
08:30PM FC Dallas-Real Salt Lake
09:15PM Nashville SC-DC United
09:30PM Colorado Rapids-St. Louis City
10:30PM Portland-Kansas City
10:30PM San Jose-Vancouver
10:30PM Seattle Sounders-San Diego FC

ΚΥΡΙΑΚΗ 10 ΜΑΪΟΥ

04:30PM NY City-Columbus Crew
07:00PM Minnesota-Austin FC
09:00PM Los Angeles FC-Houston

ΤΕΤΑΡΤΗ 13 ΜΑΪΟΥ

07:00PM Charlotte-NY City
07:30PM CF Montreal-Portland Timbers
07:30PM DC United-Chicago Fire
07:30PM FC Cincinnati-Inter Miami
07:30PM New England-Nashville SC
07:30PM NY Red Bulls-Columbus Crew
07:30PM Orlando City-Philadelphia
08:30PM FC Dallas-Vancouver
08:30PM Minnesota Utd-Colorado
08:30PM Kansas City-LA Galaxy
08:30PM St. Louis City-Los Angeles FC
09:30PM Real Salt Lake-Houston
09:30PM San Diego FC-Austin FC
09:30PM Seattle Sounders-San Jose



ΜΟΥΝΤΙΑΛ 2026

Ιράν: «Θέλουμε εγγυήσεις, οικοδέσποινά μας η FIFA, όχι ο Τραμπ και οι ΗΠΑ»

Ο πρόεδρος της ποδοσφαιρικής ομοσπονδίας του Ιράν, Μεχντί Τατζ, δήλωσε ότι η διοργανώτρια αρχή του Παγκοσμίου Κυπέλλου «είναι η FIFA, όχι ο κ. Τραμπ ή η Αμερική» και έχει ζητήσει σεβασμό προς το Σώμα των Φρουρών της Ισλαμικής Επανάστασης (IRGC) εάν η εθνική ομάδα ταξιδέψει τελικά στις ΗΠΑ για να συμμετάσχει στο Μουντιάλ 2026.

Η αβεβαιότητα για τη συμμετοχή της ομάδας του Μεχντί Ταρέμι παραμένει, λόγω του πολέμου με τις ΗΠΑ και το Ισραήλ, ενώ μία καθοριστική συνάντηση του Ιράν με τη FIFA πρόκειται να γίνει έως τις 20 Μαΐου στη Ζυρίχη, αναφέρει το BBC αλλά και κορυφαία MME στον κόσμο.

Ο πρόεδρος της ιρανικής ποδοσφαιρικής ομοσπονδίας (FFIRI), Μεχντί Τατζ, ήταν μεταξύ μιας αντιπροσωπείας που επέστρεψε από τα καναδικά σύνορα πριν από το συνέδριο της FIFA την περασμένη εβδομάδα στο Βανκούβερ, θεωρώντας ότι η μεταχείρισή τους έγινε με τρόπο που δεν έδειξε σεβασμό. Ο Τατζ είπε ότι η απόφαση να επιστρέψει στην πατρίδα ήταν δική τους επιλογή, αλλά ο υπουργός μετανάστευσης του Καναδά επιβεβαίωσε στο κοινοβούλιο, ότι η βίζα του προέδρου της FFIRI είχε ακυρωθεί ενώ βρισκόταν στον αέρα, λόγω των δι-ασυνδέσεών του με το IRGC.

Το IRGC ιδρύθηκε για να υπερασπιστεί το ισλαμικό σύστημα του Ιράν και έχει γίνει μια σημαντική στρατιωτική, πολιτική και οικονομική δύναμη στη χώρα. Ωστόσο, αναφέρεται ως τρομοκρατική οργάνωση στον Καναδά και τις ΗΠΑ.

Ο γενικός γραμματέας της FIFA, Ματίας Γκράφστρομ, έγραψε για να εκφράσει τη λύπη του για την «ταλαιπωρία και την απογοήτευση» και κάλεσε την FFIRI στη Ζυρίχη.

Ο Μεχντί Τατζ, ο οποίος διετέλεσε υψηλόβαθμος αξιωματούχος του IRGC, δήλωσε (5/5) στον κρατικό ραδιοτηλεοπτικό φορέα, την Ισλαμική Ραδιοτηλεόραση του Ιράν (IRIB), ότι θα ζητήσει διαβεβαι-

ώσεις από το διοικητικό όργανο σχετικά με τη μεταχείριση των Ιρανών αξιωματούχων στο Παγκόσμιο Κύπελλο.

«Χρειαζόμαστε μια εγγύηση εκεί, για το ταξίδι μας, ότι δεν έχουν το δικαίωμα να προσβάλλουν τα σύμβολα του συστήμα-

τός μας, ειδικά το IRGC», είπε ο Τατζ. Και πρόσθεσε: «Αυτό είναι κάτι στο οποίο πρέπει να δώσουν σοβαρή προσοχή. Εάν υπάρχει τέτοια εγγύηση και η ευθύνη αναληφθεί σαφώς, τότε ένα περιστατικό όπως αυτό που συνέβη στον Καναδά δε θα συμβεί ξανά».

Ο υπουργός Εξωτερικών των ΗΠΑ, Μάρκο Ρούμπιο, δήλωσε την περασμένη εβδομάδα, ότι κανείς που έχει δεσμούς με το IRGC δε θα γίνει δεκτός στη χώρα.

«Πάμε στο Παγκόσμιο Κύπελλο, για το οποίο προκρίθηκαμε, και η οικοδέσποινά μας είναι η FIFA – όχι ο κ. Τραμπ ή οι ΗΠΑ», είπε ο Τατζ. «Εάν δεχτούν να μας φιλοξενήσουν, τότε πρέπει επίσης να δεχτούν ότι δεν πρέπει να προσβάλλουν τους στρατιωτικούς μας θεσμούς με κανένα τρόπο. Επειδή αν το κάνουν, τότε φυσικά θα μπορούσε να δημιουργήσει την ίδια κατάσταση που συνέβη στον Καναδά, όπου υπήρχε η πιθανότητα να επιστρέψουμε. Επομένως, πρέπει να υπάρχει αυτό το είδος εγγύησης, ώστε να μπορούμε να πάμε με ηρεμία».

Το Ιράν προκρίθηκε στο Παγκόσμιο Κύπελλο 2026 μετά την πρώτη θέση στον 1^ο όμιλο στον τρίτο γύρο των προκριματικών της ασιατικής συνομοσπονδίας ποδοσφαίρου (AFC) και κληρώθηκε στον 7^ο όμιλο μαζί με τη Νέα Ζηλανδία, το Βέλγιο και την Αίγυπτο.

Τα παιχνίδια του στον 7^ο όμιλο:

15 Ιουνίου: εναντίον Νέας Ζηλανδίας στο Λος Άντζελες

21 Ιουνίου: εναντίον Βελγίου στο Λος Άντζελες

26 Ιουνίου: εναντίον Αιγύπτου στο Σιάτλ

Το Ιράν θα παίξει όλους τους αγώνες της φάσης των ομίλων στη Δυτική Ακτή των ΗΠΑ. Σε περίπτωση που προκριθεί στα νοκ άουτ, οι υπόλοιποι αγώνες θα διεξαχθούν επίσης στις ΗΠΑ.

ΕΛΛΑΔΑ | ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ | ΠΛΕΪ-ΟΦ / ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ

Στην ΑΕΚ το πλεονέκτημα

Παρά το 0-0 στη Λεωφόρο, η ΑΕΚ είναι στο +6 από ΠΑΟΚ και Ολυμπιακό

■ Ξανά 2^{ος} ο ΠΑΟΚ μετά το 3-1 επί του Ολυμπιακού



Η ΑΕΚ έπαιξε για 75 λεπτά με παίκτη παραπάνω στη Λεωφόρο, αλλά έμεινε στο 0-0 με τον Παναθηναϊκό και θεωρητικά η μάχη του τίτλου απέκτησε ξανά ένα κάποιο ενδιαφέρον, την ίδια ώρα που οι πράσινοι και μαθηματικά είναι οριστικά στην 4^η θέση και θα ξεκινήσουν την ευρωπαϊκή τους περιπέτεια στις 23 Ιουλίου από το 2^ο προκριματικό γύρο του Conference League.

Στη μάχη της 2^{ης} θέσης είχαμε νέα ανατροπή, με τον ΠΑΟΚ να θυμάται μετά από 49 ημέρες τη γέυση της νίκης, καθώς επικράτησε με 3-1 του Ολυμπιακού.

Οι ερυθρόλευκοι ήταν καλύτεροι, αλλά ο Δικέφαλος εκμεταλλεύτηκε όλα τα λάθη που έκαναν και πήρε μια νίκη ουσίως και ψυχολογίας.

Η Ένωση παραμένει το απόλυτο φαβορί για την κατάκτηση της φετινής Super League 1 και μπορεί να τον πανηγυρίσει την επόμενη εβδομάδα εφόσον

προκύψει το εξής σενάριο: να κερδίσουν οι παίκτες του Νικόλιτς τον Παναθηναϊκό και το Ολυμπιακό – ΠΑΟΚ στο Καραϊσκάκη να λήξει ισόπαλο.

Εφόσον όμως προκύψει νικητής στο Φάληρο, τότε η ομάδα που θα πάρει τους τρεις βαθμούς θα είναι και η μοναδική απειλή για την ΑΕΚ.

Στο γκρουπ για τις θέσεις 5-8 οι αγώνες του οποίου δεν έχουν κανένα νόημα πλέον μετά την κατάκτηση του Κυπέλλου από τον ΟΦΗ, ο Άρης πήρε τη νίκη γοήτρου στην έδρα των Κυπελλούχων, αλλά πρώτος παραμένει ο Λεβαδειάκος που ξέσπασε επικρατώντας με 5-2 του Βόλου.

Τέλος, η μάχη της παραμονής έχει πάρει... φωτιά, με τη Λάρισα να χάνει έδαφος καθώς είναι στο -3 από τους Πανσερραϊκό και Αστέρα Τρίπολης, και ουσιαστικά να παίζει την παραμονή της στο επόμενο εντός έδρας παιχνίδι της με τον Αστέρα Τρίπολης!

Superleague: Αν «περάσει» η αναδιάρθρωση θα ισχύσει άμεσα και δε θα υποβιβαστεί κανείς!

Το ενδεχόμενο για αύξηση των ομάδων της Super League σε 16 από την επόμενη σεζόν ■ Πως μπορεί να συμβεί και ποιοι είναι υπέρ

Όλο και πιο έντονα ακούγεται το ενδεχόμενο να προχωρήσει σε αναδιάρθρωση η Super League, αυξάνοντας τις ομάδες της πρώτης κατηγορίας σε 16. Η είδηση είναι, ότι είναι πολύ πιθανό αν γίνει, να έχει και άμεση ισχύ, δηλαδή από το επόμενο κιόλας πρωτάθλημα της σεζόν 2026-27.

Έχουν γίνει ήδη αρκετές συζητήσεις μεταξύ των ΠΑΕ και των ιδιοκτητών, αλλά και της ΕΠΟ, και επί του παρόντος φαίνεται να βρίσκει σύμφωνη την πλειοψηφία των ΠΑΕ. Σε περίπτωση που το περάσει η Λίγκα, θα πάει στην ΕΠΟ και στη συνέχεια πιθανότατα στην Πολιτεία και στον αρμόδιο Υπουργό, ο οποίος μπορεί να προβεί σε νομοθετική ρύθμιση, η οποία να έχει άμεση ισχύ!

ΑΝ επαναλαμβάνουμε προχωρήσει, το πλάνο περιλαμβάνει καταρχήν να μην υποβιβαστεί καμία ομάδα από τη Super League τη τρέχουσα σεζόν και να καταργηθούν play off και play out. Όσον αφορά τα τηλεοπτικά συμβόλαια, υπάρχει μια ρήτρα που θα φέρει μια μικρή μείωση στα έσοδα των ΠΑΕ, αλλά αυτό ξεπερνιέται.

© sportime.gr

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 2 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ, 6η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ-ΚΗΦΙΣΙΑ 0-1

64' πέν. Πόμπο

ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ-ΛΑΡΙΣΑ 1-1

90+9' πέν. Καρέλης - 76' Τούπτα

ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.-ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ. 4-2

10' Κέτου, 34' πέν. Μπαρτόλο,

39' Άλχο, 47' Αλμυράς - 83' Τζοβάρας,

85' Τσούμπερ

ΚΥΡΙΑΚΗ 3 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4, 3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΠΑΟΚ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ 3-1

15', 65' Γερεμέγεφ, 55' Ζίβκοβιτς -

29' Ελ Κααμπί

ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΑΕΚ 0-0

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8, 3η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ-ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ 5-2

21' Οζμπολντ, 32' Παλάσιος,

56' πέν. Οζέγκοβιτς, 74' πέν. Βήχος,

90+4' πέν. Λιάγκας - 82', 90' Κύρκος

ΟΦΗ-ΑΡΗΣ 0-2

11' Ροντρίγκες, 86' Γιαννιώτας

11] ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ 31 (30-46)

12] ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ 28 (23-63)

13] ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ 28 (32-47)

14] ΛΑΡΙΣΑ 25 (28-50)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 9 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ, 7η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

09:00 ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ-ΚΗΦΙΣΙΑ

10:00 ΛΑΡΙΣΑ-ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ

12:30 ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ-ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ

ΚΥΡΙΑΚΗ 10 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4, 4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

12:30 ΑΕΚ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ

12:30 ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΠΑΟΚ

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8, 4η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

10:00 ΑΡΗΣ-ΟΦΗ

10:00 ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ

ΤΡΙΤΗ 12 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΑΟΥΤ, 8η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

12:00 ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.-ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ

12:00 ΚΗΦΙΣΙΑ-ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.

12:00 ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ-ΛΑΡΙΣΑ

ΤΕΤΑΡΤΗ 13 ΜΑΪΟΥ 2026

ΠΛΕΪ-ΟΦ 1-4, 5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

12:30 ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ

12:30 ΠΑΟΚ-ΑΕΚ

ΠΛΕΪ-ΟΦ 5-8, 5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

10:00 ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΑΡΗΣ

10:00 ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ-ΟΦΗ

ΣΚΟΡΕΡ [ΚΑΝΟΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ]

ΕΛ ΚΑΑΜΠΙ/ΟΣΦΠ 17 (22 αγ.)

ΓΙΟΒΙΤΣ/ΑΕΚ 16 (24 αγ.)

ΤΑΡΕΜΙ/ΟΣΦΠ 10 (19 αγ.)

ΟΖΜΠΟΛΝΤ/ΛΕΒ. 10 (20 αγ.)

ΠΕΝΤΡΟΖΟ/ΛΕΒ. 10 (26 αγ.)

ΣΚΟΡΕΡ [ΠΛΕΪ ΟΦ / ΠΛΕΪ ΑΟΥΤ]

ΜΠΑΚΟΥ/ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ 4 (6 αγ.)

ΜΠΑΡΤΟΛΟ/ΑΣΤΕΡΑΣ 3 (5 αγ.)

ΜΑΚΕΝΤΑ/ΑΣΤΕΡΑΣ 3 (6 αγ.)

ΠΟΜΠΟ/ΚΗΦΙΣΙΑ 3 (6 αγ.)



Από τις 26 Οκτωβρίου 2025 και την ήττα από τον Ολυμπιακό στο στάδιο Καραϊσκάκης παραμένει αήττητη η ΑΕΚ στο πρωτάθλημα. Με 15 νίκες και έξι ισοπαλίες τρέχει ένα σερί 21 αγώνων χωρίς ήττα, το οποίο δεν είναι το απόλυτο ρεκόρ της στην ιστορία της Α' Εθνικής / Super League. Παράλληλα, οι Κιτρινόμαυροι έχουν τέσσερις νίκες και τρεις ισοπαλίες στα επτά τελευταία ντέρμπι τους, κάτι που έχει να συμβεί από το 2023-24. Το μεγαλύτερο αήττητο σερί της ΑΕΚ στο ελληνικό πρωτάθλημα είναι τα 31 συνεχόμενα παιχνίδια χωρίς ήττα, ένα ρεκόρ που καταγράφηκε την περίοδο 1977-1978.

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

ΚΥΡΙΑΚΗ, 24 ΜΑΪΟΥ

Η Χαρά Τσιώλη στο Μόντρεαλ με την κωμωδία «Στο Ράφι»

Η ελληνική κωμωδία έρχεται στο Μόντρεαλ με την παράσταση «Στο Ράφι», σε μια ξεχωριστή βραδιά γεμάτη χιούμορ, αυτοσαρκασμό και στιγμές που αγίζουν την καθημερινότητα όλων μας.

Την Κυριακή, 24 Μαΐου, η Χαρά Τσιώλη ανεβαίνει στη σκηνή με μια παράσταση που προσεγγίζει με έξυπνο και ανάλαφρο τρόπο το αίσθημα του να μένει κανείς «στο ράφι», μετατρέποντας γνώριμες σκέψεις και καταστάσεις σε άφθονο γέλιο.

Η παράσταση θα πραγματοποιηθεί στο Παράρτημα III του σχολείου «Σωκράτης-Δημοσθένης». Οι πόρτες ανοίγουν στις 4:00 μ.μ. και η παράσταση αρχίζει στις 5:00 μ.μ.

Τα εισιτήρια διατίθενται στην τιμή των \$40. Για αγορά εισιτηρίων, σαρώστε το QR code ή καλέστε στο 514-575-0932.

Οι θέσεις είναι περιορισμένες. Μην χάσετε αυτή την όμορφη ευκαιρία να απολαύσετε ελληνική κωμωδία στο Μόντρεαλ.



Η Λαχειοφόρος της ΕΚΜΜ στηρίζει τα σχολεία μας

Η Ετήσια Λαχειοφόρος της Επιτροπής Εράνου της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ αποτελεί έναν σημαντικό θεσμό ενότητας, προσφοράς και στήριξης της ελληνικής παιδείας.

Κάθε λαχνός συμβάλλει ουσιαστικά στην ενίσχυση των σχολείων μας, εκεί όπου τα παιδιά μαθαίνουν την ελληνική γλώσσα, γνωρίζουν την ιστορία και τις παραδόσεις μας και μεγαλώνουν με περηφάνια για την πολιτιστική τους ταυτότητα.

Φέτος διατίθενται μόνο 3.000 λαχνοί. Κάθε συμμετοχή είναι μια επένδυση στο μέλλον των παιδιών μας και στη συνέχιση της ελληνικής παρουσίας στο Μόντρεαλ.

Η κλήρωση θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή, 7 Ιουνίου 2026, στις 4:00 μ.μ., με τη φιλόξενη υποστήριξη των Κυριών του Καθεδρικού Ιερού Ναού Αγίου Γεωργίου.

Τα έπαθλα της φετινής λαχειοφόρου είναι:

- \$15.000 πρώτο βραβείο
- \$5.000 δεύτερο βραβείο
- Τέσσερα βραβεία των \$1.000
- Δέκα βραβεία των \$100

Κάθε λαχνός βοηθά να κρατήσουμε ζωντανή τη γλώσσα, τον πολιτισμό και την ταυτότητά μας για τις επόμενες γενιές. Στηρίξτε αυτή την προσπάθεια, για τα παιδιά μας.



Για αγορά λαχνών, παρακαλούμε σαρώστε το QR code.

Παρουσίαση του βιβλίου *The Small Business AI Playbook*

Η ΕΚΜΜ σας προσκαλεί στην παρουσίαση του βιβλίου του Πάρι Πέτρου, *The Small Business AI Playbook*, η οποία θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη, 20 Μαΐου 2026, στις 6:30 μ.μ., στο Palace Convention Centre στο Laval.

Το βιβλίο γράφτηκε ως ένας πρακτικός οδηγός για μικρούς επιχειρηματίες, επαγγελματίες, αυτοαπασχολούμενους και όσους θέλουν να κατανοήσουν καλύτερα πώς μπορεί να αξιοποιηθεί η τεχνητή νοημοσύνη στην καθημερινή εργασία, χωρίς σύγχυση, φόβο ή υπερβολές.

Μετά την παρουσίαση θα ακολουθήσει συζήτηση και περίοδος ερωτήσεων για την τεχνητή νοημοσύνη, με τον συγγραφέα και τον Δημήτρη Κατσαούνη, Applied AI & Financial Strategy Consultant, μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της ΕΚΜΜ και Γραμματέα Δημοσίων Σχέσεων.

Η εκδήλωση πραγματοποιείται με την υποστήριξη της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ, η οποία αναγνωρίζει τη σημασία της ενημέρωσης και της εκπαίδευσης γύρω από την τεχνητή νοημοσύνη, σε μια εποχή όπου η νέα αυτή τεχνολογία γίνεται όλο και περισσότερο μέρος της καθημερινής ζωής και εργασίας.

Η παρουσίαση αποτελεί μια ευκαιρία για το κοινό να γνωρίσει από κοντά το βιβλίο, να συζητήσει πρακτικές εφαρμογές της τεχνητής νοημοσύνης και να θέσει ερωτήσεις γύρω από τις δυνατότητες, τις προκλήσεις και τη σωστή χρήση της.

Τετάρτη, 20 Μαΐου 2026

Ώρα: 6:30 μ.μ.

Τοποθεσία: Palace Convention Centre, Laval.

Καλοκαιρινές κατασκηνώσεις της ΕΚΜΜ

Οι καλοκαιρινές κατασκηνώσεις της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ συνεχίζουν να δέχονται εγγραφές για το καλοκαίρι του 2026, προσφέροντας στα παιδιά μια όμορφη, δημιουργική και ασφαλή εμπειρία κατά τη διάρκεια των θερινών διακοπών.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 5 έως 12 ετών και θα πραγματοποιηθεί από τις 29 Ιουνίου έως τις 21 Αυγούστου 2026, σε τρεις περιοχές: Laval, Saint-Hubert και NDG/Côte-des-Neiges.



Μέσα από αθλητικές, εκπαιδευτικές, πολιτιστικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες, τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να περάσουν ένα αξέχαστο καλοκαίρι, να κάνουν νέους φίλους, να αναπτύξουν δεξιότητες και να συμμετάσχουν σε ένα πρόγραμμα σχεδιασμένο με φροντίδα και υπευθυνότητα.

Οι εγγραφές συνεχίζονται, ωστόσο οι θέσεις εξαντλούνται γρήγορα. Οι ενδιαφερόμενες οικογένειες καλούνται να ολοκληρώσουν έγκαιρα την εγγραφή τους, ώστε να εξασφαλίσουν θέση για τα παιδιά τους στις καλοκαιρινές κατασκηνώσεις της ΕΚΜΜ.

Περισσότερες πληροφορίες εδώ: hcgm.org/summer-day-camps/

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΘΕΣΗ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ

Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ ανακοινώνει την έναρξη διαδικασίας επιλογής Καλλιτεχνικού Διευθυντή / Σκηνοθέτη για το Εργαστήριο Ελληνικού Θεάτρου Θέσπις.

Ζητούμε άτομο με εμπειρία στο θέατρο, οργανωτικές ικανότητες και πάθος για την προώθηση της ελληνικής θεατρικής δημιουργίας και πολιτιστικής παρουσίας της παροικίας μας.

Απαραίτητα προσόντα:

- Εμπειρία στη σκηνοθεσία και θεατρική παραγωγή
- Ικανότητα συνεργασίας και καθοδήγησης ομάδας
- Άριστη γνώση της ελληνικής γλώσσας
- Δημιουργικότητα και οργανωτικό πνεύμα

Οι ενδιαφερόμενοι καλούνται να αποστείλουν βιογραφικό σημείωμα και συνοδευτική επιστολή στο: info@hcgm.org

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Η τακτική συνεδρίαση του Διοικητικού Συμβουλίου θα πραγματοποιηθεί την Τρίτη, 12 Μαΐου, στις 7 μ.μ., στη «Μικρή Βουλή» των κεντρικών γραφείων της ΕΚΜΜ. Επιπλέον, θα μεταδοθεί ζωντανά από τη σελίδα μας στο [Facebook.com/TheHCGM](https://www.facebook.com/TheHCGM)



Η ΕΚΜΜ εκφράζει την ευγνωμοσύνη της προς τον Πήτερ Κατσούδα για τη γενναιοδωρη προσφορά \$100,000 στο κληροδοτικό κεφάλαιο της Κοινότητας

Μοντρεάλ, 7 Μαΐου 2026 - Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ εκφράζει τη βαθιά της ευγνωμοσύνη προς τον επιχειρηματία Πήτερ Κατσούδα, Επίτιμο Πρόεδρο της φετινής Λαχειοφόρου της Επιτροπής Εράνου, για τη γενναιοδωρη προσφορά του ύψους \$100,000 στο κληροδοτικό κεφάλαιο (endowment fund) της Κοινότητας.

Πέραν των καθηκόντων που ανέλαβε στο πλαίσιο της φετινής Λαχειοφόρου και της συμβολής του στο έργο της Επιτροπής Εράνου, ο κ. Κατσούδας προχώρησε σε αυτή τη σημαντική προσωπική προσφορά, επιβεβαιώνοντας έμπρακτα την αγάπη, την εμπιστοσύνη και τη στήριξή του προς την Κοινότητα και το μέλλον της και προκαλεί τους άλλους επιχειρηματίες της παροικίας να ακολουθήσουν το παράδειγμά του.

Ιδιαίτερη σημασία έχει το γεγονός ότι ο κ. Κατσούδας υπήρξε μαθητής του Σχολείου "Σωκράτης-Δημοσθένης", γεγονός που προσδίδει ακόμη μεγαλύτερο συμβολισμό στην πράξη του. Η προσφορά του αποτελεί έναν συγκινητικό κύκλο επιστροφής προς έναν οργανισμό που συνέβαλε στη διαμόρφωση γενεών Ελλήνων του Μοντρεάλ, μέσα από την παιδεία, την πίστη, τον πολιτισμό και τις αξίες της παροικίας μας.

Το κληροδοτικό κεφάλαιο θα αποτελέσει έναν σημαντικό πυλώνα μακροπρόθεσμης οικονομικής σταθερότητας και συνέχειας, που θα στηρίζει την αποστολή της ΕΚΜΜ, την ελληνική παιδεία, τη θρησκεία, τον πολιτισμό και τις ανάγκες των μελλοντικών γενεών. Η προσφορά του κ. Κατσούδα ενισχύει ουσιαστικά αυτή την προσπάθεια και συμβάλλει στη δημιουργία μιας σταθερής βάσης για το μέλλον της Κοινότητας.

Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ ευχαριστεί θερμά τον κ. Κατσούδα για την εμπιστοσύνη και τη γενναιοδωρία του και τον συγχαίρει για το φωτεινό παράδειγμα προσφοράς που θέτει στην παροικία μας.



COMMUNAUTÉ HELLÉNIQUE DE GRAND MONTRÉAL
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΣ ΜΕΙΖΟΝΟΣ ΜΟΝΤΡΕΑΛ
FUNDRAISING COMMITTEE

2026 LOTTERIE ΛΑΧΕΙΟΦΟΡΟΣ

C'est plus qu'un billet, c'est un geste de cœur.

100\$



GAGNER COUREZ LA CHANCE A GAGNER



Peter Katsoudas
Président honoraire
Επίτιμος Πρόεδρος

GRAND PRIX 15 000\$	2E PRIX 5 000\$
4X 1 000\$	10X 100\$



SCANNEZ ICI POUR
ACHETER VOS BILLETS

Date du tirage : 7 juin, 2026 16h
Salle de la Cathédrale Saint-Georges,
2455 Chemin de la Côte-Sainte-Catherine



ΕΚΘΕΣΕΙΣ ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2026

Πώς πέρασα το Πάσχα;

Το σχολείο μου έκλεισε στις 2 Απριλίου. Δεν έκανα πολλά πράγματα τις πρώτες μέρες. Στις 6 Απριλίου έφυγα για την Ελλάδα. Αφού φτάσαμε στην Αθήνα, συνεχίσαμε λίγες ώρες ακόμα το ταξίδι μέχρι να φτάσουμε στο χωριό μου. Η γιαγιά μου μας περίμενε με πολλή αγωνία. Χάρηκα μόλις την είδα, αλλά δεν μιλήσαμε πολύ επειδή ήταν αργά και πήγα να κοιμηθώ. Ήμουν πολύ κουρασμένος από το μεγάλο ταξίδι.

Τη Μεγάλη Εβδομάδα βάψαμε αυγά και φτιάξαμε τσουρέκια και πασχαλινά κουλούρια. Μία μέρα πήγα στο σπίτι του νονού μου για να μου δώσει την λαμπάδα και τα δώρα μου.

Το βράδυ του Μ. Σαββάτου πήγα στην εκκλησία μαζί με την οικογένειά μου και πήρα το φως με την λαμπάδα μου. Όταν γυρίσαμε φάγαμε μαγειρίτσα και κοιμηθήκαμε. Την Κυριακή του Πάσχα σουβλίσαμε το αρνί και το φάγαμε. Επίσης, τσουγκρίσαμε κόκκινα αυγά.

Πέρασα όμορφα και ήμουν χαρούμενος που πήγα στην Ελλάδα να γιορτάσω το Πάσχα. Θα θυμάμαι πάντα αυτό το Πάσχα.

*Παναγιώτης Μωραΐτης, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα II*

Πώς πέρασα το Πάσχα;

Οι πασχαλινές διακοπές μου άρχισαν στις 2 Απριλίου. Έμεινα εδώ στο Μόντρεαλ μαζί με την οικογένειά μου για να γιορτάσουμε το Πάσχα.

Πριν το Πάσχα, η μαμά μου έβρασε τα αυγά για να τα έχουμε έτοιμα νωρίς. Την Μεγάλη Πέμπτη βάψαμε τα αυγά κόκκινα επειδή αυτό το χρώμα συμβολίζει το αίμα του Χριστού. Επίσης, τα βάφουμε αυτή τη μέρα επειδή σταυρώθηκε. Φτιάξαμε και τσουρέκια και πασχαλινά κουλουράκια.

Το βράδυ του Σαββάτου, πήγαμε στην εκκλησία του Ευαγγελισμού και κρατούσαμε τις λαμπάδες. Όταν όλοι ανάψαμε τις λαμπάδες με το Άγιο Φως, τραγουδήσαμε Χριστός Ανέστη. Όταν σταμάτησαν να το ψέλνουν, πήγα στην οικογένεια και τους φίλους μου να ευχηθώ Χριστός Ανέστη και Αληθώς Ανέστη. Όταν γυρίσαμε σπίτι, τσουγκρίσαμε αυγά και κέρδισα πολλές φορές. Την Κυριακή του Πάσχα φάγαμε αρνί, σαλάτα και

κρέας.

Πέρασα τέλεια τις διακοπές του Πάσχα. Όταν γύρισα στο σχολείο, μου πήρε λίγο χρόνο να ξαναμπώ στο πρόγραμμά μου. Για την επόμενη χρονιά, εύχομαι να πάω στην Ελλάδα.

*Νικήτας Χατζηαδάμου, Στ' τάξη,
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα II*

Το καλύτερό μου Πάσχα!

Φέτος δεν πέρασα το Πάσχα με τους συγγενείς μου, επειδή πήγα ταξίδι στην Αίγυπτο. Δεν πήγα καθόλου στην εκκλησία. Πήγα στη θάλασσα και σε εστιατόρια. Στην Αίγυπτο έκανε πολλή ζέστη και δεν έβρεξε καθόλου. Το Πάσχα στην Αίγυπτο είναι σαν το Πάσχα στην Ελλάδα, μόνο που δεν βάφουν κόκκινα αυγά! Παρόλα αυτά το ευχαριστήθηκα πολύ!

Όταν έφτασα στην Αίγυπτο, πήγα πρώτα σε κρουαζιέρα όπου έμεινα για τρεις ημέρες στον Νείλο. Καθόλη τη διάρκεια του ταξιδιού μας πήγα σε πολλούς και διαφορετικούς ναούς. Επίσης, είδα κροκόδειλους σε κάποια χωριά. Μετά από μερικές μέρες πήγα στο Κάιρο. Εκεί επισκέφτηκα τους παππούδες μου που ζουν κοντά στο αεροδρόμιο. Αυτό που μου άρεσε περισσότερο ήταν όταν ανέβηκα πάνω σε μια καμήλα. Με την καμήλα πήγαμε βόλτα στην έρημο και είδαμε τις πυραμίδες της Αιγύπτου. Τις τελευταίες μέρες μου στην Αίγυπτο πήγαμε σε μια πόλη που λέγεται «Horghada», στη βόρεια Αίγυπτο. Όταν ήμουν εκεί, κολύμησα στη θάλασσα, πήγα στην πισίνα και έφαγα θαλασσινά και πολλά άλλα νόστιμα φαγητά.

Είμαι πολύ ευγνώμων που πήγα αυτό το ταξίδι, γιατί κάποια παιδιά δεν μπορούν να κάνουν όλα αυτά που κάνω εγώ. Από την άλλη μεριά, είμαι και λίγο στεναχωρημένος που δεν γιόρτασα το Πάσχα με τους συγγενείς μου. Παρόλα αυτά, πέρασα υπέροχα!

*Οδυσσεάς Shenouda, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα III*

Το ελληνικό Πάσχα

Για μένα το Πάσχα είναι μια γιορτή γεμάτη αγάπη, χαρά και παραδόσεις. Το βράδυ της Ανάστασης πηγαίνουμε στην εκκλησία με λαμπάδες. Μετά λέμε το "Χριστός Ανέστη"

και παίρνουμε το Άγιο Φως.

Αυτό που μου αρέσει πιο πολύ είναι να φτιάχνω παραδοσιακά γλυκά, όπως κουλουράκια και τσουρέκι, με τη μαμά, τη θεία και τα ξαδέλφια μου. Επίσης, βάφουμε κόκκινα αυγά και μετά την Ανάσταση τα τσουγκρίζουμε. Η νονά μου μου χαρίζει μια λαμπάδα, σοκολάτα και παπούτσια.

Την Κυριακή του Πάσχα τρώμε αρνί και γιορτάζουμε όλοι μαζί. Παίζουμε παιχνίδια και γελάμε με φίλους και συγγενείς. Τρώμε πολύ σοκολάτα και κάνουμε το κυνήγι των πασχαλινών αυγών. Τελικά, το Πάσχα είναι μια γιορτή όπου περνάμε πολύ χρόνο όλοι μαζί με την οικογένεια.

*Κόνι Kendall, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα III*

Το Πάσχα

Το Πάσχα είναι μία από τις πιο σημαντικές γιορτές για τους χριστιανούς. Αυτή την ημέρα θυμόμαστε την Σταύρωση του Χριστού και ύστερα την Ανάστασή του. Ο Χριστός μας δείχνει πόσο αγάπη έχει για τον κόσμο. Είναι πολύ σημαντική γιορτή, γιατί φέρνει κοντά όλες τις οικογένειες και γεμίζει την καρδιά μας με αγάπη και χαρά.

Κατά τη διάρκεια των διακοπών του Πάσχα, πέρασα υπέροχες στιγμές με την οικογένειά μου. Πήγαμε στην εκκλησία την Μεγάλη Παρασκευή όπου ήμουν μυροφόρα και στάθηκα δίπλα στον Επιτάφιο. Το βράδυ του Μεγάλου Σαββάτου πήγαμε πάλι στην εκκλησία για να ανάψουμε τις λαμπάδες μας, να πούμε τις ευχές στους αγαπημένους μας και να τραγουδήσουμε το Χριστός Ανέστη. Την Κυριακή του Πάσχα, φάγαμε τσουρέκι, κουλουράκια, αρνί, και πολλά άλλα νόστιμα φαγητά. Ύστερα τσουγκρίσαμε τα κόκκινα αυγά με την οικογένειά μου. Αυτές οι όμορφες παραδόσεις έκαναν το Πάσχα μου αξέχαστο.

*Αναστασία Μαρίνη, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα IV*

Πάσχα χωρίς τον παππού

Φέτος το Πάσχα ήταν πολύ διαφορετικό για μένα. Από την μία πλευρά πέρασα όμορφες στιγμές με την οικογένειά μου, αλλά από την άλλη ένιωσα μεγάλη λύπη γιατί ο παππούς μου πέθανε λίγο πριν τις γιορτές. Αυτό

με έκανε να νιώθω πολύ στεναχωρημένη και να τον σκέφτομαι συνέχεια.

Την Μεγάλη Εβδομάδα πήγα με την οικογένειά μου στην εκκλησία και ακολουθήσαμε τις παραδόσεις, βάψαμε αυγά και ετοιμάσαμε πασχαλινά φαγητά στο σπίτι. Προσπαθούσα να συμμετέχω κανονικά, αλλά μέσα μου είχα ένα κενό. Ο παππούς μου ήταν πάντα μαζί μας αυτές τις μέρες και μας έκανε να γελάμε. Παρ' όλα αυτά, βρήκα λίγο χρόνο να παίξω με τους φίλους μου και να ξεχαστώ για λίγο.

Το βράδυ της Ανάστασης πήγαμε στην εκκλησία και πήραμε το Άγιο Φως. Όταν είπαμε το «Χριστός Ανέστη» ένιωσα συγκίνηση και σκέφτηκα τον παππού μου. Την Κυριακή του Πάσχα φάγαμε όλοι μαζί με την οικογένεια. Αν και υπήρχε σιωπή μερικές φορές, προσπαθούσαμε να θυμόμαστε τις καλές στιγμές.

Τελικά, το Πάσχα μου έδειξε ότι η ζωή έχει χαρές και λύπες μαζί. Ένωσα αγάπη από τους ανθρώπους γύρω μου αλλά και μεγάλη απώλεια. Δε θα ξεχάσω ποτέ τον παππού μου και πάντα θα τον έχω στην καρδιά μου.

*Ιουλιάννα Πλαϊτή, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα V*

Οι γιορτές του Πάσχα

Το Πάσχα γιορτάζουμε την Ανάσταση του Χριστού. Την Μεγάλη Εβδομάδα θυμόμαστε τα Πάθη του Χριστού.

Την Μεγάλη Εβδομάδα πήγα στην εκκλησία και είδα πολύ την οικογένειά μου. Ο μπαμπάς και ο αδελφός μου έβαψαν τα αυγά κόκκινα και εγώ και η μαμά μου φτιάξαμε κουλουράκια.

Όταν ήταν η ημέρα του Πάσχα, φάγαμε πολλά γλυκά, κόκκινα αυγά και αρνί.

Για το Πάσχα πήγα στο σπίτι με τις γιαγίδες μου και είδα όλη την οικογένειά μου. Η μαμά μου αγόρασε μια όμορφη ροζ λαμπάδα που έφερα το βράδυ στην εκκλησία για την Ανάσταση του Χριστού.

Ήμουν μυροφόρα στην εκκλησία του Αγίου Διονυσίου για τρεις μέρες. Ελπίζω ότι του χρόνου το Πάσχα θα περάσουμε τόσο ωραία σαν φέτος.

*Θάλεια Τουλιάτου, Στ' τάξη
Σχολείο «Σωκράτης-Δημοσθένης»,
πάρραρτημα «Δημοσθένης»*

ΤΑ ΑΣΤΕΡΙΑ ΤΟΥ ΑΠΡΙΛΙΟΥ



ΣΩΚΡΑΤΗΣ II
Παναγιώτης
Μωραΐτης



ΣΩΚΡΑΤΗΣ III
Γιώργος
Πουλλής



ΣΩΚΡΑΤΗΣ IV
Αντζελίνα
Λαζουά



ΣΩΚΡΑΤΗΣ V
Ιουλιάννα
Πλαϊτή



**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ
ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ**
Θάλεια Τουλιάτου





Ιστορική επίσκεψη και ομιλία του Οικουμενικού Πατριάρχη στη Βουλή ύστερα από 27 χρόνια

Ο Οικουμενικός Πατριάρχης στην ομιλία του έστειλε ηχηρό μήνυμα για την υπεράσπιση δικαιωμάτων, της ειρήνης και των πνευματικών αξιών

Σε μια ιδιαίτερα φορτισμένη και ιστορική συνεδρίαση της Ολομέλειας, η Βουλή των Ελλήνων υποδέχθηκε τον Οικουμενικό Πατριάρχη κ.κ. Βαρθολομαίο, τιμώντας τα 35 χρόνια από την ανάρρησή του στον Οικουμενικό Θρόνο και τα 65 χρόνια από την έναρξη της ιερατικής του πορείας.

Ο Πρόεδρος της Βουλής, Νικήτας Κακλαμάνης, απευθυνόμενος στον Παναγιώτατο, έκανε λόγο για μια στιγμή «χαράς, τιμής και συγκίνησης», υπογραμμίζοντας τη διαχρονική συμβολή του Οικουμενικού Πατριαρχείου «στα πέρατα του κόσμου και του χρόνου».

Με αναφορά στη φράση του Ιερού Αυγουστίνου, «Ο Θεός δίνει τον άνεμο, ο άνθρωπος όμως πρέπει να σηκώσει το πανί», τόνισε ότι το Πατριαρχείο, όπως ένα καράβι που διαπλέει τους αιώνες, «αφήνει πίσω του λαμπρό ίχνος και χαράσσει νέους φωτεινούς προορισμούς».

Ιδιαίτερη μνεία έγινε στον Απόστολο Ανδρέα, θεμελιωτή της Εκκλησίας της Κωνσταντινουπόλεως, αλλά και στη μακραίωνη πορεία του Φαναρίου, το οποίο «κράτησε ψηλά το λάβαρο της ορθόδοξης κληρονομιάς και της αγάπης ως οικουμενικής αλήθειας», παρά τις ιστορικές δυσκολίες.

Ο Πατριάρχης Βαρθολομαίος χαρακτηρίστηκε ως «ο 270^{ος} Οικουμενικός οδηγός και πνευματικός ηγέτης», ο οποίος, με το

σύνολο του ποιμαντικού του έργου, «φωτίζει τον απανταχού Ελληνισμό και τον πανανθρώπινο πολιτισμό».

Ακολουθώντας ο κ. Κακλαμάνης υπογράμμισε, ότι η αποστολή του Πατριαρχείου αποτελεί «εγγύηση για την ιστορία, το παρόν και το μέλλον μας», για την πίστη, την παράδοση και την ενότητα της Ορθοδοξίας, σημειώνοντας ότι «εκεί χρωστάμε την ύπαρξη, τη συνοχή και τη συνέχειά μας ως Έθνος».

Κλείνοντας, ευχήθηκε στον Παναγιώτατο υγεία, δύναμη και μακροήμερευση, ενώ ανακοίνωσε ότι η Βουλή των Ελλήνων απονέμει στον Οικουμενικό Πατριάρχη το Χρυσό Μετάλλιο της Βουλής, ως ένδειξη τιμής και βαθύτατου σεβασμού.

ΟΜΙΛΙΑ ΠΑΤΡΙΑΡΧΗ

Σε μια ιδιαίτερα συμβολική συνεδρίαση της Ολομέλειας, ο Οικουμενικός Πατριάρχης κ.κ. Βαρθολομαίος, απηύθυνε ομιλία ενώπιον του Προέδρου της Δημοκρατίας, του Προέδρου της Βουλής και των Ελλήνων βουλευτών, με αφορμή την απονομή του Χρυσού Μεταλλίου της Βουλής των Ελλήνων.

Όπως τόνισε χαρακτηριστικά: «Η τιμή αυτή διαβαίνει επί τη Μεγάλην Εκκλησίαν της Κωνσταντινουπόλεως, την οποίαν διακονούμε... επί τριάκοντα και πέντε συ-

ναπτά έτη», τόνισε ο Οικουμενικός Πατριάρχης κ.κ. Βαρθολομαίος από το βήμα του κοινοβουλίου.

Ο Πατριάρχης ανέδειξε το διαχρονικό ρόλο του Οικουμενικού Πατριαρχείου ως θεματοφύλακα της Ορθοδοξίας, της ελληνικής γλώσσας και της πνευματικής παράδοσης, υπογραμμίζοντας τη δημιουργική σύζευξη Ελληνισμού και Χριστιανισμού. Αναφερόμενος στη γλώσσα, σημείωσε ότι αποτελεί «φιλοσοφική, στοχαστική και ποιητική δύναμη» που οδηγεί «προς το βάθος των πραγμάτων».

Κεντρικό σημείο της ομιλίας αποτέλεσε η ανθρώπινη αξιοπρέπεια, με τον Πατριάρχη να επισημαίνει ότι η θεώρηση του ανθρώπου ως απλής βιολογικής οντότητας οδηγεί σε υποτίμηση και αντικειμενοποίηση, ενώ η προσέγγισή του ως προσώπου με αναφαίρετη αξία, θεμελιώνει το σεβασμό και την κοινωνική συνοχή.

Ιδιαίτερη αναφορά έκανε στα ανθρώπινα δικαιώματα, τονίζοντας ότι η Οικουμενική Διακήρυξη του 1948 αποτελεί «τον κορμό κοινών θεμελιωδών αξιών» για την παγκόσμια κοινότητα.

Προειδοποίησε όμως για τις σύγχρονες αμφισβητήσεις τους, επισημαίνοντας ότι η στάση των θρησκειών απέναντί τους θα καθορίσει την πορεία τους στο μέλλον.

Σημαντικό μέρος της ομιλίας αφιερώ-

θηκε και στην οικολογική κρίση, με τον Πατριάρχη να επαναλαμβάνει τη θέση του Φαναρίου ότι «η οικονομική δραστηριότητα η οποία δε σέβεται τον οίκον της ζωής... δεν είναι οικονομία, αλλά οικονομία».

Υπογράμμισε ότι το Πατριαρχείο υπήρξε πρωτοπόρο στην ανάδειξη της οικολογικής θεολογίας και της ανάγκης για «ολική στροφή προς μίαν οικολογικήν οικονομία».

Ο Πατριάρχης αναφέρθηκε επίσης στο ρόλο των θρησκειών ως παραγόντων ειρήνης, τονίζοντας ότι η ειρήνη των λαών είναι αδύνατη χωρίς ειρήνη μεταξύ των θρησκειών. Καταδίκασε το φονταμενταλισμό ως «έκπτωση του θρησκευτικού βιώματος» και υπογράμμισε ότι η γνήσια πίστη αποτελεί τον αυστηρότερο κριτή της μισαλλοδοξίας.

Κλείνοντας, εξέφρασε ευγνωμοσύνη για την τιμή και τη φιλοξενία της Βουλής, σημειώνοντας ότι το Οικουμενικό Πατριαρχείο παραμένει «λάβαρο παγκοσμιοτήτας, πίστεως, ήθους και πολιτισμού της Ορθοδοξίας» και θεμέλιο ενότητας για το Γένος.

Αξίζει να σημειωθεί, ότι η τελευταία φορά που είχε πραγματοποιήσει ο Οικουμενικός Πατριάρχης ομιλία στο Ελληνικό Κοινοβούλιο, ήταν το 1999.

© ERTNEWS.GR

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

in collaboration with:
newsfirst

CFMB
AM 1280
MULTILINGUE

Καλημέρα Πατρίδα

Covid-19: In our studios we take all the necessary protective measures: Social distancing, thorough disinfection and proper air circulation, online lessons, disposable headphone and mic covers, hand sanitizers, 0.3 micron air purifiers and air quality monitors.



ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΕΣ ΒΑΣΕΙΣ σε Ευρώπη & Μέση Ανατολή

Η γεωστρατηγική παρουσία των Ηνωμένων Πολιτειών εκτείνεται σε δεκάδες αμερικανικές βάσεις ανά τον κόσμο, με την Ευρώπη και τη Μέση Ανατολή να αποτελούν κρίσιμους άξονες.

Μετά τις πρόσφατες εντάσεις στην περιοχή, το ενδιαφέρον στρέφεται στο πού ακριβώς βρίσκονται οι στρατιωτικές εγκαταστάσεις των ΗΠΑ στην Ευρώπη και ποιοι είναι οι στόχοι πιθανών επιθέσεων στη Μέση Ανατολή.

Το Ιράν έχει επανειλημμένως δηλώσει, ότι οι αμερικανικές στρατιωτικές εγκαταστάσεις σε ολόκληρη τη Μέση Ανατολή παραμένουν πιθανοί στόχοι αντιποίνων, ενώ δεν αποκλείεται η επέκταση των απειλών σε άλλες περιοχές. Αυτή η κλιμάκωση καθιστά επιτακτική την κατανόηση του δικτύου των αμερικανικών βάσεων.

ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΗΠΑ ΣΤΗ ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ

Η περιοχή της **Μέσης Ανατολής** φιλοξενεί κρίσιμες αμερικανικές στρατιωτικές εγκαταστάσεις που υποστηρίζουν επιχειρήσεις από την Αίγυπτο έως το Καζακστάν. Το **Μπαχρέιν** αποτελεί την έδρα του 5^{ου} Στόλου από το 1948, με τη ναυτική βάση να φιλοξενεί αεροπλανοφόρα και μεγάλα πολεμικά πλοία σε λιμάνι βαθών υδάτων. Στο **Κατάρ** λειτουργεί η βάση **αλ Ουντέιντ**, η μεγαλύτερη αμερικανική στρατιωτική εγκατάσταση στην περιοχή. Εκεί βρίσκονται διοικητικά κέντρα της Centcom, μαχητικά αεροσκάφη, μέσα εναέριου ανεφοδιασμού και περίπου 10.000 στρατιώτες. Η εγκατάσταση συντονίζει επιχειρήσεις σε τεράστια γεωγραφική έκταση.

Το **Κουβέιτ** διαθέτει πολλαπλές αμερικανικές βάσεις, συμπεριλαμβανομένου του στρατοπέδου **Αριφζάν** με την προωθημένη έδρα του Στρατού Ξηράς της Centcom.

Η αεροπορική βάση **Άλι αλ Σάλεμ** απέχει μόλις 40 χιλιόμετρα από τα ιρακινά σύνορα, ενώ το στρατόπεδο **Μπέρινγκ**, που δημιουργήθηκε το 2003, υποστηρίζει αναπτύξεις στο Ιράκ και τη Συρία.

Στα **Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα**, η αεροπορική βάση **αλ Ντάφρα** νότια του Αμπού Ντάμπι είναι ζωτικής σημασίας για την Πολεμική Αεροπορία.

Το λιμάνι **Τζέμπελ Άλι** στο Ντουμπάι, παρότι δεν είναι επίσημα αμερικανική βάση, αποτελεί το μεγαλύτερο σημείο υποδοχής πλοίων του Πολεμικού Ναυτικού των ΗΠΑ.

Στο **Ιράκ**, οι Ηνωμένες Πολιτείες διατηρούν παρουσία στην αεροπορική βάση **Άιν αλ Άσαντ** στην επαρχία Άνμπαρ, υποστηρίζοντας τις ιρακινές δυνάμεις και αποστολές του NATO.

Η βάση αυτή δέχθηκε ιρακινά πλήγματα το 2020 ως αντίποινα για τη δολοφονία του στρατηγού Κάσεμ Σολέϊμανί. Επιπλέον, στην αεροπορική βάση της **Αρμπιλ** στο Ιρακινό Κουρδιστάν σταθμεύουν δυνάμεις του αντιτζιχαντιστικού συνασπισμού.

Η **Σαουδική Αραβία** φιλοξενούσε 2.321 Αμερικανούς στρατιώτες το 2024, με κάποιους να σταθμεύουν στην αεροπορική βάση **Πρίγκιπα Σουλτάν**, 60 χιλιόμετρα νότια του Ριάντ.

Στην **Ιορδανία** λειτουργεί η αεροπορική βάση **Μουγουαφάκ αλ Σάλτι** στην Αζράκ, 100 χιλιόμετρα βορειοανατολικά του Αμάν.

Στη **Συρία**, οι ΗΠΑ διατηρούσαν επί χρόνια στρατιωτική παρουσία σε διάφορες εγκαταστάσεις, στο πλαίσιο της καταπολέμησης του Ισλαμικού Κράτους. Ωστόσο, τα στρατεύματα αποσύρονται σταδιακά.

ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΟΙ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΕΣ ΒΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Οι αμερικανικές στρατιωτικές βάσεις στην Ευρώπη αποτελούν θεμέλιο λίθο της στρατηγικής του NATO και της ασφάλειας της ηπείρου.

Η μεγαλύτερη συγκέντρωση εγκαταστάσεων εντοπίζεται σε τέσσερις χώρες: **Γερμανία, Ιταλία, Ηνωμένο Βασίλειο και Ισπανία.**

© Η **Γερμανία** φιλοξενεί τις περισσότερες αμερικανικές δυνάμεις στην Ευρώπη, με πάνω από 30.000 στρατιώτες. Σημαντικές εγκαταστάσεις περιλαμβάνουν την **Αεροπορική Βάση Ramstein** και τη **Sprangdahlem**, ενώ η **U.S. Army Garrison Bavaria** θεωρείται η μεγαλύτερη βάση Στρατού Ξηράς των ΗΠΑ εκτός αμερικανικού εδάφους.

© Στην **Ιταλία** λειτουργούν κρίσιμα κέντρα, όπως η **Αεροπορική Βάση Aviano** και ο **Ναυτικός Σταθμός Sigonella** στη Σικελία. Ο Στρατός Ξηράς διατηρεί επίσης εγκαταστάσεις κοντά στη Βιτσέντσα.

© Το **Ηνωμένο Βασίλειο** παρέχει βάσεις της RAF που χρησιμοποιούνται από την Πολεμική Αεροπορία των ΗΠΑ, συμπεριλαμβανομένων των **RAF Lakenheath** και **RAF Mildenhall.**

© Η **Ισπανία** φιλοξενεί τη **Ναυτική Βάση Rota** και την **Αεροπορική Βάση Μορόν**, ενώ η **Πορτογαλία** συμβάλει με το **Lajes Field** στις **Αζόρες.**

ΒΡΕΤΑΝΙΚΕΣ ΒΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ ΚΑΙ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ ΠΡΟΣΒΑΣΗ

Οι Περιοχές Κυρίαρχων Βάσεων Ακρωτηρίου και Δεκέλειας στην Κύπρο αποτελούν Βρετανικό Υπερπόντιο Έδαφος υπό διαχείριση του Ηνωμένου Βασιλείου.

Οι βάσεις αυτές κρατήθηκαν από τους Βρετανούς μετά την ανεξαρτησία της Κύπρου και τη μετάβασή της από Αποικία του Στέμματος σε ανεξάρτητο κράτος.

Το Ηνωμένο Βασίλειο απαίτησε και εξασφάλισε την κατοχή αυτών των στρατιωτικών βάσεων, λόγω της στρατηγικής θέσης της Κύπρου στη Μεσόγειο Θάλασσα, προς όφελος των βρετανικών συμφερόντων.

Οι εγκαταστάσεις αυτές παρέχουν επίσης πρόσβαση σε συμμαχικές δυνάμεις, συμπεριλαμβανομένων των αμερικανικών, για επιχειρήσεις στην ευρύτερη περιοχή.

© PARAPOLITIKA.GR



ÉGLISE GRECQUE ORTHODOXE SAINT-NICOLAS
ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ
ST. NICHOLAS GREEK ORTHODOX CHURCH



VOUS ÊTES INVITÉ AU **YOU ARE INVITED TO THE**

Gala du *50th*
50^e **Anniversary Gala**
anniversaire

23 MAI 2026 **MAY 23 2026**

LE CHÂTEAU ROYAL
3500 BLVD DU SOUVENIR, LAVAL, QC H7V 1X2

TICKETS • BILLETS :
ADULTS • ADULTES - **\$175**
CHILDREN UNDER 12 YEARS OLD - **\$50** (KIDS MEAL)
ENFANTS DE MOINS DE 12 ANS - **50 \$** (REPAS POUR ENFANT)

COCKTAIL HOUR :
L'HEURE DU COCKTAIL :
6pm - 7pm
18 h à 19 h

RSVP by May 3, 2026 to Georgia (514) 243-6707 or Chrisafia (514) 466-1983 (9am - 7pm)
Email stnicholasgala@hotmail.com
Advanced ticket reservations required. No tickets will be sold at door.
Réservation obligatoire. Aucun billet ne sera vendu sur place.

Net proceeds will go towards projects for our church
Les profits nets iront à des projets pour notre église.

DJ ABSOLUT DISCO



ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ: ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΚΑ ΧΡΟΝΙΑ ΕΩΣ ΤΟΝ 21^Ο ΑΙΩΝΑ

ΝΕΟΤΕΡΗ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΙΣΤΟΡΙΑ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων & Αθλητισμού της Ελλάδας / Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ: Ο ΚΟΣΜΟΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΑΡΑΜΟΝΕΣ ΤΗΣ ΓΑΛΛΙΚΗΣ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗΣ ΕΩΣ ΤΑ ΤΕΛΗ ΤΟΥ 19^{ΟΥ} ΑΙΩΝΑ

Η έκρηξη και η εξέλιξη της γαλλικής επανάστασης (1789-1794)

...συνέχεια από το προηγούμενο



Ένα από τα αποτελέσματα της δυναμικής συμμετοχής ευρύτερων κοινωνικών στρωμάτων στις πολιτικές εξελίξεις ήταν και η δημιουργία πολιτικών οργανώσεων, των λεσχών.

Δύο από αυτές, η λέσχη των Ιακωβίνων και η λέσχη των Κορδελιέρων, κινητοποιούσαν μεγάλο αριθμό πολιτών. Γενικότερα, οι πολιτικές απόψεις γίνονταν ευρύτερα γνωστές μέσα από πολιτικά φυλλάδια και εφημερίδες, ο αριθμός των οποίων πολλαπλασιάστηκε.

Η Συντακτική ψήφισε, το 1791, το πρώτο σύνταγμα της Γαλλίας, εγκαθιδρύοντας το πολίτευμα της συνταγματικής μοναρχίας.

► Το έθνος ανακηρύχθηκε κυρίαρχο και ως νομοθετικό σώμα ορίστηκε η Νομοθετική συνέλευση (Βουλή), που θα πρόκυπτε από εκλογές. Δικαίωμα ψήφου, όμως, αναγνωρίστηκε μόνο σε όσους κατείχαν περιουσία και πλήρωναν φόρους.

► Η εκτελεστική εξουσία ανατέθηκε στο βασιλιά και σε έξι υπουργούς.

► Η δικαστική εξουσία αφαιρέθηκε από το βασιλιά και κηρύχθηκε ανεξάρτητη.

Παράλληλα, τα σοβαρά οικονομικά προβλήματα ώθησαν την επανάσταση στην εθνικοποίηση της περιουσίας του κλήρου που χρησιμοποιήθηκε ως εγγύηση για την έκδοση χαρτονομίσματος.

Οι κληρικοί ορίστηκαν λειτουργοί του κράτους που όφειλαν υπακοή, πρώτα απ' όλα, στην πολιτεία. Επίσης, καταργήθηκαν οι **συντεχνίες*** και απαγορεύθηκαν οι απεργίες.

Οι παραπάνω ρυθμίσεις δεν έγιναν αποδεκτές, ούτε από την εκκλησία ούτε από τον βασιλιά, ο οποίος επιχείρησε να διαφύγει από τη Γαλλία αλλά έγινε αντιληπτός και αναγκάστηκε να επιστρέψει.

Η Νομοθετική συνέλευση, που προήλθε από τις εκλογές του Σεπτεμβρίου του 1791, ελεγχόταν από τους **Γιρονδίνους**** και είχε να λύσει σοβαρά προβλήματα. Ο βασιλιάς και ορισμένοι αριστοκράτες σχεδίαζαν, σε συνεννόηση με τους βασιλείς της Αυστρίας και της Πρωσίας, επέμβαση εναντίον του επαναστατικού καθεστώτος.

Την ίδια στιγμή, ριζοσπαστικά τμήματα των λαϊκών στρωμάτων, οι sans-culottes (σαν-κυλότ' ο όρος αποδόθηκε παλαιότερα στα ελληνικά «αβράκωτοι», επειδή οι άνθρωποι αυτοί δε φορούσαν τα εφαρμοστά παντελόνια, που συνήθιζαν να φορούν τότε οι αριστοκράτες και οι αστοί, αλλά απλά παντελόνια, όμοια με τα σημερινά), αξίωναν την έκπτωση του βασιλιά.

Οι Γιρονδίνοι, που εκτιμούσαν ότι μια πολεμική σύγκρουση θα συσπείρωνε το λαό γύρω από το επαναστατικό καθεστώς, ώθησαν στην κήρυξη πολέμου εναντίον της Αυστρίας και της Πρωσίας (20 Απριλίου 1792). Οι πρώτες αποτυχίες του γαλλικού στρατού, η ύποπτη στάση του βασιλιά και η πείνα, ώθησαν τα λαϊκά στρώματα σε επαναστατική δράση.

Ο λαός του Παρισιού κατέλαβε τα ανάκτορα του Κεραμεικού (10 Αυγούστου 1792). Ο βασιλιάς κατέφυγε στη Νομοθετική, η οποία, όμως, τον έθεσε υπό περιορισμό και ανέθεσε την εκτελεστική εξουσία σε συμβούλιο με επικεφαλής τον Δαντόν, στέλεχος της πολιτικής λέσχης των Κορδελιέρων.

Οι εξελίξεις ήταν ραγδαίες. Η Νομοθετική αναγνώρισε σε όλους τους άνδρες πολιτικά δικαιώματα (θέσπιση της καθολικής ψηφοφορίας), δήμευσε τις περιουσίες των αριστοκρατών που είχαν διαφύγει στο εξωτερικό, θέσπισε το διαχωρισμό της εκκλησίας από το κράτος και κήρυξε την πατρίδα σε κίνδυνο.

Η νίκη κατά των Πρώσων στο Βαλμί (20 Σεπτεμβρίου 1792) έσωσε, στην κυριολεξία την τελευταία στιγμή, την επανάσταση.

Η ΔΕΥΤΕΡΗ ΦΑΣΗ

ΤΗΣ ΓΑΛΛΙΚΗΣ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗΣ

[ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 1792 – ΙΟΥΛΙΟΣ 1794]

Μετά από εκλογές με καθολική ψηφοφορία, αναδείχθηκε η Συμβατική συνέλευση, η οποία, ύστερα από πρόταση των **Ορεινών***** και παρά τη διαφωνία των Γιρονδίνων, κατήργησε τη μοναρχία (21 Σεπτεμβρίου 1792) και εγκαθίδρυσε, για πρώτη φορά στην Ευρώπη, το πολίτευμα της αβασίλευτης δημοκρατίας.

Ακόμη, υιοθετήθηκε νέο ημερολόγιο. Έτσι άρχισε το έτος Ι της Δημοκρατίας (1793).

Ο βασιλιάς και η βασίλισσα καταδικάστηκαν και αποκεφαλίστηκαν (1793).

Παράλληλα, η Συμβατική αποφάσισε τη συνέχιση του πολέμου για να καταληφθούν εδάφη που θεωρούνταν γαλλικά στο Βέλγιο και στις όχθες του ποταμού Ρήνου.

Η απόφαση αυτή συσπείρωσε εναντίον της Γαλλίας πολλά ευρωπαϊκά κράτη.

Την ίδια στιγμή, στο εσωτερικό ξεσπούσαν επαναστατικές εξεγέρσεις (1793: εξέγερση στην επαρχία της Βανδέας στη δυτική Γαλλία) και η οικονομική κατάσταση επιδεινωνόταν, ιδίως για τα ασθενέστερα κοινωνικά στρώματα.

Τότε, η Συμβατική, μετά από πιεστικές προτάσεις των Ορεινών, μεταξύ των οποίων πρωταγωνιστικό ρόλο έπαιζαν τα μέλη της πολιτικής λέσχης των Ιακωβίνων, σύστησε την Επιτροπή Δημόσιας Σωτηρίας, την Επιτροπή Γενικής Ασφάλειας και επαναστατικά δικαστήρια, με στόχο την καταστολή επαναστατικών ενεργειών.

Οι Γιρονδίνοι αντέδρασαν, αλλά η Συμβατική, μετά από πρόταση των Ορεινών, διέταξε τη σύλληψη των ηγετών τους (Ιούνιος 1793). Λίγες μέρες αργότερα εγκρίθηκε το σύνταγμα του έτους Ι (24 Ιουνίου 1793).

Μετά την πτώση των Γιρονδίνων, οι Ορεινοί, με επικεφαλής τον Ροβεσπιέρο, ηγετική φυσιογνωμία των Ιακωβίνων, σχημάτισαν επαναστατική κυβέρνηση.

Έχοντας να αντιμετωπίσουν επαναστατικές κινήσεις σε πολλές περιοχές της Γαλλίας, οι Ορεινοί αναδιοργάνωσαν το στρατό, κάνοντάς τον ένα ισχυρό όπλο απέναντι στους εχθρούς της επανάστα-

σης, τόσο τους εξωτερικούς όσο και τους εσωτερικούς.

Παράλληλα, στο όνομα της προστασίας της επανάστασης, εκτελέστηκαν με συνοπτικές διαδικασίες 40.000 περίπου άνθρωποι που θεωρήθηκαν ύποπτοι για αντεπαναστατική δράση (περίοδος της Τρομοκρατίας).

Ακόμη, η χριστιανική θρησκεία αντικαταστάθηκε από τη λατρεία του Ανώτατου Όντος, ενώ δόθηκαν και νέα ονόματα στους μήνες.

Παρά την κάποια βελτίωση που σημειώθηκε στο βιοτικό επίπεδο, κυρίως των κατώτερων κοινωνικών στρωμάτων, τα ακραία μέτρα, που σε πολλές περιπτώσεις υιοθετήθηκαν, προκάλεσαν αντιδράσεις.

Ο Ροβεσπιέρος βρέθηκε στο στόχαστρο και τελικά η Συμβατική αποφάσισε να τον εκτελέσει μαζί με 20 συνεργάτες του (28 Ιουλίου 1794).

***Συντεχνία:** Ένωση τεχνιτών ή εμπόρων με σκοπό την προάσπιση των επαγγελματικών συμφερόντων των μελών και την αλληλοβοήθειά τους. Οι συντεχνίες άκμασαν στη δυτική Ευρώπη από τον 11^ο έως και το 16^ο αιώνα. Η γαλλική επανάσταση συνετέλεσε στην οριστική κατάργησή τους.

****Γιρονδίνοι:** Πολιτική ομάδα στα χρόνια της γαλλικής επανάστασης με πυρήνα αντιπροσώπους της Γιρόνδης, περιοχής της Γαλλίας. Τα μέλη της, με ηγέτη τον Μπρισό, υιοθετούσαν μετριοπαθείς πολιτικές θέσεις.

*****Ορεινοί:** Πολιτική ομάδα στα χρόνια της γαλλικής επανάστασης αποτελούμενη από μέλη των λεσχών των Ιακωβίνων και των Κορδελιέρων που υιοθετούσε αντιμοναρχικές θέσεις και υποστήριζε τη λήψη μέτρων υπέρ των ασθενέστερων τάξεων. Οφείλει το όνομά της στο ότι τα μέλη της κάθονταν συνήθως στα άνω (ορεινά) έδρανα της αίθουσας. Ηγέτες της ήταν οι Δαντόν, Μαρά και Ροβεσπιέρος.

Συνεχίζεται...

Custom made printing

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

1000 Flyers \$268
8.5 x 11, 100lb, 2 sided

100 Posters \$118
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

ΙΕΡΑ ΜΝΗΜΟΣΥΝΗ

Ξ ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΟΥ Ξ



ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ (ΤΑΚΗ) ΕΥΘΥΜΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Η ζωή είναι σαν ένα βιβλίο. Κάποια λυπημένα κεφάλαια, άλλα χαρούμενα και άλλα συναρπαστικά. Γυρίζεις τη σελίδα για να δεις τι περιέχει το επόμενο κεφάλαιο. Αφού διαβάσεις την τελευταία σελίδα, κλείνεις το βιβλίο.

Το βιβλίο ζωής του Αγαπητού μου αδελφού Τάκη, έκλεισε την Τετάρτη στις 10 Μαΐου 2023. Στα γενέθλια της αείμνηστης γυναίκας μου (Άννα).

Θα μας λείψουν τα ανθρώπινα χαρακτηριστικά του. Στο χαμόγελο του αντανάκλούσε η ποιότητα του χαρακτήρα του. Ο Θεός αποφάσισε να τον πάρει μαζί του.

Ας λυπηθούμε, αλλά από την άλλη πλευρά ας είμαστε γεμάτοι ευγνωμοσύνη για τις όμορφες στιγμές που μας άφησε. Με αυτή την έννοια, ο Τάκης θα είναι πάντα μαζί μας. Σε αποχαιρετίσαμε για πάντα Αγαπητέ Τάκη. Οι καρδιές μας σπαράζουν, αλλά είμαστε θαρραλέοι, γιατί η παρουσία σου θα είναι πάντα νοερά μαζί μας και θα δυναμώνουμε με το φωτεινό σου παράδειγμα. Ας είναι ελαφρό το χώμα που σε σκεπάζει.

Αντίο και πάλι αγαπητέ αδελφέ.

ΑΙΩΝΙΑ ΣΟΥ Η ΜΝΗΜΗ



ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Την Κυριακή 10 Μαΐου 2026
Στον Ιερό Ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκου
(7700 Avenue de l'Érée, Montreal)
τελείτε Εξάμηνο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΜΑΡΙΑ
ΒΑΚΟΝΤΙΟΣ - ΜΠΕΛΤΕΚΑΣ**

(από Μόντρεαλ)

ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Το Σάββατο 9 Μαΐου 2026
Στον Ιερό Ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκου
(7700 Avenue de l'Érée, Montreal)
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΧΡΙΣΤΙΝΑ
ΚΟΥΡΟΣ**

(από Αγιάνη Αμαλιάδας, νομός Ηλείας)

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Το Σάββατο 9 Μαΐου 2026
Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του

**ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ
ΚΟΛΟΚΥΘΙΑΣ**

(από Θολοποτάμι Χίος)

ΤΡΙΕΤΕΣ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Την Κυριακή 10 Μαΐου 2026
Στον Ιερό Ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκου
(7700 Avenue de l'Érée, Montreal)
τελείτε Τριετές Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του

**ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ
ΜΠΕΛΤΕΚΑ**

(από Καμάρα Αρκαδίας)

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 9 Μαΐου 2026

9:00πμ στον Ιερό Ναό του Αγίου Νικολάου (3780 Ch. du Souvenir, Laval)
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του αείμνηστου
συζύγου, πατέρα και παππού



ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΟΤΤΑΡΙΔΗΣ

(ετών 91, από Πήδημα Καλαμάτας)

Αγαπημένος σύζυγος της
Παναγιώτας Θωμάκου-Κοτταρίδη,
αγαπημένος πατέρας της
Σταυρούλας (Γιώργου)

και του

Θεόδωρου (Θεοδώρας).
Αφοσιωμένος παππούς της
Βίκυς (Ari),
του Θωμά, του Γιώργου,
της Ιωάννας,
του Andrew
και του Michael.

Θα λείψει επίσης βαθιά στον αδελφό του
Γιάννη (Βάγια),
στους συγγενείς του
Κατερίνα (Λούης)
και Χρήστο (Γαρυφαλλιά),
στα ξαδέρφια και τους ανιψιούς του,
καθώς και σε όλη την οικογένεια
και τους φίλους εδώ και στην Ελλάδα.



Μετά το Ιερό Μνημόσυνο, θα προσφερθούν
κόλλυβα και καφές στην αίθουσα της εκκλησίας.
Παρακαλούνται οι συγγενείς και φίλοι
όπως παρευρεθούν.



8 ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΪΟΥ

1821: Η Μάχη της Γραβιάς. Ο Οδυσσεάς Ανδρούτσος νικά τις τουρκικές δυνάμεις υπό τον Ομέρ Βρυώνη. Επαναστατικές κινήσεις γίνονται και στην Εύβοια.

1886: Το φαρμακείο «Τζέικομπς» στην Ατλάντα της Τζόρτζια πουλάει το πρώτο μπουκάλι Coca Cola ως σιρόπι για φαρμακευτικούς λόγους. Στην πρώτη του αυτή εμφάνιση, το μετέπειτα διάσημο αναψυκτικό, περιείχε και ποσότητα καΐνης.

1897: Λήγει με ταπεινωτική ήττα των Ελλήνων ο πόλεμος με την Τουρκία. Το σχετικό πρωτόκολλο κατάπαυσης του πυρός υπογράφεται στο χωριό Ταράτσα της Λαμίας (Ο Ελληνοτουρκικός Πόλεμος του 1897).

1926: Φθάνει ατμοπλοϊκώς στον Πειραιά προερχόμενος από την Τεργέστη, ο διάσημος μαέστρος και συνθέτης Ρίχαρντ Στράους για σειρά συναυλιών με την Ορχήστρα του «Συλλόγου Συναυλιών».

1936: Ο «Μάης του '36» στη Θεσσαλονίκη. Σε διαδήλωση καπνεργατών σκοτώνονται 12 και τραυματίζονται 282 διαδηλωτές εργάτες.

1945: Η Ναζιστική Γερμανία παραδίδεται. Ημέρα της Νίκης.

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΑΠΟ 11/5/2026 ΕΩΣ 17/5/2026



ΚΡΙΟΣ • Μάρ 21 - Απρ 20

Το χρήμα και οι υλικές αξίες παίρνουν κεντρική θέση, καθώς ο Ήλιος διασχίζει τον Ταύρο μέχρι τις 20 Μαΐου, φωτίζοντας τον τομέα των εσόδων και των περιουσιακών σας στοιχείων. Διαθέτετε πλέον μια συνετή προσέγγιση στα οικονομικά, κάτι που είναι εξαιρετικό, καθώς ο Μάιος προσφέρει ευκαιρίες να αυξήσετε το εισόδημά σας.



ΛΕΩΝ • Ιουλ 23 - Αύγ 22

Ενώ οι φιλοδοξίες σας βρίσκονται στα ύψη, ο Μάιος προσθέτει επίσης δόσεις διασκέδασης και ρομαντισμού. Στα μέσα του μήνα ο δυναμικός Άρης εγκαταλείπει τον πύρινο Κριό και μετακινείται στον Ταύρο, διπλασιάζοντας την ορμή σας για επιτυχία. Θα είστε μια πραγματική "μηχανή" αποφασιστικότητας.



ΤΑΥΡΟΣ • Νοέμ 23 - Δεκ 21

Στις 16 Μαΐου, η Νέα Σελήνη στον Ταύρο ενεργοποιεί τον 6ο οίκο σου, ο οποίος διέπει την εργασία, την υγεία, τις καθημερινές ρουτίνες και την ευεξία. Αυτή είναι η ευκαιρία σου να κάνεις ένα «upgrade» στον τρόπο ζωής σου. Στα επαγγελματικά, αυτή η Σελήνη μπορεί να φέρει ένα νέο project ή μια νέα ευκαιρία εργασίας.



ΤΑΥΡΟΣ • Απρ 21 - Μάι 21

Αφιερώστε χρόνο στις 16 του μηνός για να οραματιστείτε το μέλλον σας. Γράψτε τους στόχους σας, φτιάξτε ένα vision board ή απλώς ονειροπολήστε για το πώς θέλετε να είναι η ζωή σας στην καριέρα, τον έρωτα και την υγεία. Με τον επαναστάτη Ουρανό να έχει πλέον αποχωρήσει από το ζώδιό σας, τα εμπόδια είναι λιγότερα.



ΠΑΡΘΕΝΟΣ • Αύγ 23 - Σέπτ 22

Στα μέσα του μήνα παρατηρείται μια αλλαγή στην κοσμική ταχύτητα. Γύρω στις 16 Μαΐου, η Νέα Σελήνη στον Ταύρο σας προσκαλεί να ξεκινήσετε μια νέα περιπέτεια. Αν σκεφτόσασταν ένα μεγάλο ταξίδι, τη συνέχιση των σπουδών σας ή την έναρξη ενός έργου στα μέσα ενημέρωσης και τις εκδόσεις, αυτό είναι το "πράσινο φως" σας.



ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ • Δεκ 22 - Ιαν 20

Ο Ερμής εισέρχεται στους Διδύμους στις 11 Μαΐου, ενεργοποιώντας τον 6ο οίκο της ρουτίνας και της εργασίας σας μαζί με την Αφροδίτη. Αυτή η διπλή δόση Διδύμων υποδηλώνει ότι ο Μάιος είναι η ιδανική στιγμή για να βελτιώσετε την αποδοτικότητά σας. Η επικοινωνία στη δουλειά επιταχύνεται.



ΔΙΔΥΜΟΙ • Μάι 22 - Ιούν 21

Η Νέα Σελήνη στον Ταύρο (16 Μαΐου) ενισχύει την ανάγκη σας για επαναφόρτιση. Θεωρήστε το ως ένα "πνευματικό καταφύγιο" μέσα στη βουβούρα της καθημερινότητας. Ένα μάθημα γιόγκα ή απλώς μερικά ήσυχα βράδια θα σας βοηθήσουν να αποβάλλετε τα "συναισθηματικά βάρη".



ΖΥΓΟΣ • Σέπτ 23 - Οκτ 23

Στα μέσα του μήνα, η Νέα Σελήνη στον Ταύρο ανοίγει μια πύλη στον 8ο οίκο σας, τον τομέα των κοινών οικονομικών και της συναισθηματικής οικειότητας. Συγχωνεύστε περιουσιακά στοιχεία ή βάλτε μπρος ένα μακροπρόθεσμο σχέδιο, όπως ένα στεγαστικό δάνειο ή ένα συνταξιοδοτικό πρόγραμμα.



ΥΔΡΟΧΟΟΣ • Ιαν 21 - Φεβ 19

Γύρω στις 16 Μαΐου, η Νέα Σελήνη στον Ταύρο ανοίγει ένα νέο κεφάλαιο στην ιδιωτική σας ζωή. Μπορεί να αποφασίσετε μια μετακόμιση, μια ανακαίνιση ή την υποδοχή ενός νέου μέλους στην οικογένεια. Η ενέργεια του Ταύρου αφορά την αισθητική και τη σταθερότητα.

ΣΟΥΝΤΟΚΟΥ

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

Η ΛΥΣΗ ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ

Η ΛΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΦΥΛΛΟΥ

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



ΚΑΡΚΙΝΟΣ • Ιούν 22 - Ιουλ 22

Γύρω από τη Νέα Σελήνη στον Ταύρο στις 16/5, ανοίγονται νέοι ορίζοντες. Είναι η κατάλληλη στιγμή για: Ένταξη σε νέες ομάδες-Συνεργασίες-Επικοινωνία. Με τον Ερμή στον Ταύρο μέχρι τις 17 Μαΐου, ο λόγος σας είναι σταθερός και πειστικός. Αναλαμβάνετε φυσικά το ρόλο του συντονιστή στο σχεδιασμό εκδηλώσεων.



ΣΚΟΡΠΙΟΣ • Οκτ 24 - Νοέμ 22

Στα μέσα του μήνα, η Νέα Σελήνη στον Ταύρο ανοίγει ένα νέο κεφάλαιο στις διαπροσωπικές σας σχέσεις. Ο Ταύρος είναι το ζώδιο της σταθερότητας και αυτό το φεγγάρι είναι ο σπόρος που φυτεύεται σε γόνιμο έδαφος. Στα αισθηματικά, μπορεί να σημαίνει μια νέα, σοβαρή γνωριμία ή την απόφαση για μια οριστική δέσμευση.



ΙΧΘΥΕΣ • Φεβ 20 - Μάρ 20

Το μέσον του Μαΐου είναι αφιερωμένο στη δικτύωση και τη μάθηση. Η Νέα Σελήνη στον Ταύρο στις 16 Μαΐου προσφέρει την τέλεια ευκαιρία για να ξεκινήσετε ένα εγχείρημα που σχετίζεται με την επικοινωνία. Θα έχετε ευκαιρίες στα επαγγελματικά, έφεση στη σταθερότητα και θετικές εξελίξεις στις σχέσεις.



ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

Ένας πολύ ηλικιωμένος ήταν ξαπλωμένος και αργοπέθαινε στο κρεβάτι. Ξαφνικά μύρισε το άρωμα του αγαπημένου του μπισκότου σοκολάτας να έρχεται από τη σκάλα και την κουζίνα. Μάζεψε τις τελευταίες του δυνάμεις και ανασηκώθηκε από το κρεβάτι. Ακουμπώντας στον τοίχο, σιγά-σιγά βγήκε από το δωμάτιο και με μεγάλη προσπάθεια κατέβηκε τις σκάλες, πιάνοντας και με τα δύο χέρια τα κάγκελα. Λαχανιασμένος μπήκε στην κουζίνα. Εκεί ήταν απλωμένες εφημερίδες στο τραπέζι κι επάνω ήταν ταψιά με εκατοντάδες μπισκότα. Ήταν στον παράδεισο; Ή ήταν μια τελευταία

ΕΙΩ ΤΕΛΑΜΕ

πράξη της αγάπης της αφοσιωμένης συζύγου του; Για να φύγει σαν ευτυχισμένος άνθρωπος; Με μια τελευταία προσπάθεια πήγε στο τραπέζι. Με το γερασμένο χέρι του έπιασε ένα μπισκότο στην άκρη του τραπεζιού. Όταν ξαφνικά τον χτύπησε με μια σπάτουλα η σύζυγός του.
-Άστα αυτά, είπε. Είναι για την κηδεία...

ΣΤΟ ΨΥΧΙΑΤΡΕΙΟ

Ο Μήτσος και η Μαίρη ήταν τρόφιμοι σε ένα ψυχιατρείο. Μια μέρα, καθώς έκαναν βόλτα, ο Μήτσος έκανε μια βουτιά στην πισίνα κι έπιασε... πάτο! Η Μαίρη αμέσως έπεσε

μέσα να τον σώσει. Κολύμπησε ως τον πάτο και τον τράβηξε έξω. Ο διευθυντής όταν έμαθε την ηρωική πράξη της Μαρίας αμέσως διάταξε να αφηθεί πάλι στην κοινωνία, εφόσον ήταν πια υγιής και ώριμη. Ανακοινώνοντας το, της λέει: -Μαρία, έχω καλά και κακά νέα. Τα καλά νέα είναι ότι θα αφηθείς πάλι ελεύθερη, επειδή μ' αυτό που έκανες, απέδειξες ότι είσαι πάλι λογική. Τα κακά νέα είναι ότι ο Μήτσος, ο ασθενής που έσωσες, κρεμάστηκε με τη ζώνη του στο μπάνιο. Λυπάμαι, αλλά είναι νεκρός!
Και Μαίρη του απαντά: -Όχι καλέ, δεν κρεμάστηκε, εγώ τον έβαλα εκεί για να στεγνώσει!



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



«Τουρκική απόβαση» σε ακίνητα στην Ελλάδα

Στο επίκεντρο και η Θεσσαλονίκη

Τα χρόνια που οι ελληνικές επιχειρήσεις συνωστίζονταν στην τουρκική αγορά, η οποία αναζητούσε απελπισμένα επενδύσεις, έχουν παρέλθει!

Και ίσως ανεπιστρεπτί! Τώρα πλέον οι όροι του παιχνιδιού έχουν αντιστραφεί.

Είναι οι τουρκικές επιχειρήσεις που αναζητούν επενδυτικές ευκαιρίες στην Ελλάδα, αν και δεν «ταλαιπωρούνται» τόσο πολύ για να βρουν τις «περιοχές» που θα τοποθετήσουν τα κεφάλαια τους.

Είναι κυρίως το real estate που τους «εξιτάρει»! Και επενδύουν μανιωδώς.

Εκτός από την Αττική – που συγκεντρώνει το ενδιαφέρον και άλλων εθνικοτήτων επενδυτών, π.χ. Ισραηλινών, ιδιαίτερα στα νότια προάστια και όχι μόνο – οι περιοχές που ενδιαφέρουν ιδιαίτερα τους Τούρκους επενδυτές είναι επίσης η Θεσσαλονίκη, αλλά και νησιά του Βόρειου Αιγαίου, όπως η Ρόδος, η Κως και η Λέσβος.

Η ΑΚΤΙΝΟΓΡΑΦΙΑ ΤΩΝ ΤΟΥΡΚΙΚΩΝ ΕΠΕΝΔΥΣΕΩΝ ΣΤΟ REAL ESTATE

Σύμφωνα με έγγραφο του Γραφείου Οικονομικών και Εμπορικών υποθέσεων της ελληνικής πρεσβείας στην Άγκυρα, το οποίο επικαλείται προσωρινά στοιχεία της Τράπεζας της Ελλάδος (ΤτΕ), το 2025 οι ετήσιες εισροές Άμεσων Ξένων Επενδύσεων (ΑΞΕ) από την Τουρκία προς τη χώρα μας ανήλθαν σε 237 εκατ. ευρώ, έναντι 299 εκατ. ευρώ το 2024, 115 εκατ. ευρώ το 2023 και 49 εκατ. ευρώ το 2022.

Το συνολικό σωρευτικό απόθεμα των τουρκικών Άμεσων Ξένων Επενδύσεων στη χώρα μας στη διάρκεια του 2025 διαμορφώθηκε σε 950 εκατ. ευρώ, έναντι 762 εκατ. ευρώ το 2024 – σημειώνοντας αύξηση κατά 25% – έναντι 445 εκατ. ευρώ το 2023 και 312 εκατ. ευρώ το 2022.

Δηλαδή, σε μόλις τρία χρόνια, οι τουρκικές Άμεσες Ξένες Επενδύσεις αυξήθη-

καν κατά 638 εκατ. ευρώ – σχεδόν τριπλασιάστηκαν!

ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗ ΡΟΛΩΝ ΣΤΟ ΙΣΟΖΥΓΙΟ ΕΛΛΑΔΑΣ – ΤΟΥΡΚΙΑΣ

Σύμφωνα με το ίδιο έγγραφο, η σύνθεση των τουρκικών επενδύσεων στη χώρα μας είναι σχεδόν «μονοσήμαντη» – κυριαρχείται από τον τομέα των κτηματομεσιτικών υπηρεσιών, του real estate.

Και τούτο διότι οι αγορές ακινήτων από τούρκους υπηκόους ανήλθαν σε 214 εκατ. ευρώ στο σύνολο των 237 εκατ. ευρώ τουρκικών επενδύσεων.

Παρόμοια ήταν η τάση και το 2024 δεδομένου ότι οι αγορές ακινήτων από Τούρκους υπηκόους «προσέγγισαν τα 293 εκατ. ευρώ σε σύνολο 299 εκατ. ευρώ και το 2023 τα 107 εκατ. ευρώ σε σύνολο 115 εκατ. ευρώ».

Τούτο σημαίνει, ότι σε τρία χρόνια οι

Τούρκοι επενδυτές ακινήτων δαπάνησαν 614 εκατ. ευρώ!

Από την άλλη πλευρά, οι ελληνικές Άμεσες Ξένες Επενδύσεις στην Τουρκία το 2025 περιορίστηκαν σε μόλις 10 εκατ. ευρώ έναντι 13 εκατ. ευρώ το 2024, 14 εκατ. ευρώ το 2023 – μάλιστα το 2022 σημειώθηκαν αρνητικές επενδυτικές ροές ύψους 29 εκατ. ευρώ, **δηλαδή κάποιες ελληνικές επιχειρήσεις αποχώρησαν από την τουρκική αγορά, αποεπένδυσαν.**

«Υπό αυτό το πρίσμα, το συνολικό απόθεμα ελληνικών Άμεσων Ξένων Επενδύσεων στην Τουρκία διαμορφώθηκε σε 160 εκατ. ευρώ το 2025 έναντι 183 εκατ. ευρώ το 2024 (12% μείωση), 340 εκατ. ευρώ το 2023 και 371 εκατ. ευρώ το 2022» καταλήγει το έγγραφο της ελληνικής πρεσβείας.

ΠΗΓΗ: OT.GR

Από 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

ΓΚΑΡΑΖΟΠΟΡΤΕΣ

ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ



- Εγκατάσταση
- Επισκευές
- Ασύρματος μηχανισμός γκαραζόπορτας (WIFI)
- Πωλήσεις (Πόρτες & Ανταλλακτικά)

MICHEL (514) 892-3444

portegarageideal@hotmail.com

ΕΛΑΙΟΧΡΩΜΑΤΗΣΤΕΣ

A.M.C. PAINTING

Βαψίματα για σπίτια και επιχειρήσεις:

- Εσωτερικά
- Εξωτερικά
- Σκαλοπάτια κινδύνου
- Μπαλκόνια, decks και patios



Επιδιορθώσεις τοίχων (dry-wall plastering) προπαντός μετά από διαρροή νερού.
ΛΟΓΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΤΙΜΙΣΗ

Πάρτε σήμερα στο 438 404-0820

ΕΚΠΤΩΣΗ 15% ως τις 30 Σεπτεμβρίου, 2025

ΛΟΓΙΣΤΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ



Andreas Alevras CPA

657 boul. Curé-Labelle, Suite 290
Laval, Québec, H7V 2T8

Tel.: 450.688.8686 Fax: 450.688.5638

E-mail: info@alevras.ca

MENTIOYM

Bring back lost love
Clear negative energy
Help in all problems

Also specialist in
Psychic and tarot card
readings

Call JULIA today!

Φέρτε πίσω τη χαμένη αγάπη
Κάθαρση αρνητικής ενέργειας
Βοήθεια σε όλα τα προβλήματα

Επίσης ειδικός σε
Ψυχικές αναγνώσεις και
αναγνώσεις καρτών ταρώ

Καλέστε την ΤΖΟΥΛΙΑ! σήμερα

514 458-7193

ΟΜΙΛΟΥΜΕ ΜΟΝΟ ΑΓΓΛΙΚΑ

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 

SPRING

calls for an upgrade

\$**0**
DOWN



SAMSUNG Galaxy S26

Galaxy AI 

Conditions apply¹.
Setup Service Fee (\$80) applies.

DON'T MISS OUT

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 \$80 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. If you downgrade to a lower-tier plan during the financing term, promo credits will end if applicable. TMFido related names & logos are trademarks used under licence. ©2026 Fido