

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ
ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

**Συναυλία
του Ωδείου στο
Αλεξανδράκειο
Γηροκομείο**

Συναυλία στο Αλεξανδράκειο Γηροκομείο θα δώσει την Παρασκευή το Δημοτικό Ωδείο Καλαμάτας που βρίσκεται κοντά στην Τρίτη Ηλικία, όπως τα συνηθίζει τα τελευταία χρόνια, την Παγκόσμια Ημέρα Ηλικιωμένων.

Εδώ και χρόνια γείτονες το Αλεξανδράκειο Γηροκομείο και το Δημοτικό Ωδείο, πίσω από τον μητροπολιτικό Ιερό Ναό της Υπαπαντής του Χριστού, μοιράζονται καθημερινές στιγμές και ... ακουστικές εμπειρίες! Έτσι, με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας Ηλικιωμένων, όπως έχει καθιερωθεί διεθνώς η 1η Οκτωβρίου, κλιμάκιο καθηγητών και συνεργατών του Δημοτικού Ωδείου Καλαμάτας θα επισκεφθεί εθελοντικά το Γηροκομείο την Παρασκευή στις 12 το μεσημέρι, για να δώσει εκεί μια συναυλία.

Η Ευτυχία Δημητρακοπούλου και η Κατερίνα Μπαρμπαρούση, θα τραγουδήσουν νοσταλγικά τραγούδια με τον Αντώνη Κουφουδάκη και τον Γιώργο Χόχωλη στην κιθάρα, οι οποίοι θα ερμηνεύσουν και ρυθμικά κομμάτια προηγούμενων δεκαετιών.

Πρόκειται για μια ακόμα δραστηριότητα που οργανώνουν οι εργαζόμενοι του Δημοτικού Ωδείου στον άξονα της κοινωνικής προσφοράς των ανθρώπων της μουσικής στην ευρύτερη περιοχή της πόλης της Καλαμάτας, μετά την επίσκεψη -πριν λίγους μήνες- κοιναρτέτου εγχόρδων στην Παιδιατρική Κλινική του Νοσοκομείου και συνάντησης-συναυλίας εκεί με τα νοσηλευόμενα παιδιά.

Ιχθυοθεραπεία με ψάρια garra rufa

Βελούδινα πόδια και ακόμη πιο... βελούδινη και χαρούμενη διάθεση υπόσχεται το νέο κατάστημα "Velvet Feet" που άνοιξε εδώ και λίγες μέρες στο κέντρο της Καλαμάτας. Πρόκειται για ένα κέντρο ευεξίας και υγείας, στο οποίο το μόνο που έχετε να κάνετε εσείς είναι να... βουτήξετε για μισή ώρα τα πόδια σας στα ενυδρεία με τα 300 μικρά ψάρια garra rufa!

**Ρεπορτάζ
Γιούλια Σαρδέλη**

Η φιλοσοφία του "Velvet Feet" στηρίζεται στο σεβασμό και την παράδοση των εναλλακτικών θεραπειών, τις οποίες μελετά εδώ και αρκετά χρόνια η υπεύθυνη του καταστήματος Ελενα Μποζαντζή. Οι θεραπευτικές ιδιότητες των μικρών αυτών ψαριών ανακαλύφθηκαν πριν από περίπου 300 χρόνια στην Τουρκία. Τα ψάρια ζουν σε θερμά νερά, στα οποία πλατσούριζαν παιδιάκια. Ενα από αυτά αντιμετώπιζε δερματικά προβλήματα, τα οποία υποχώρησαν με τον καιρό, όπως παρατήρησαν οι δικό του. Σιγά-σιγά οι κάτοικοι της περιοχής στις πηγές του Κανγκάλ, επισκέπτονταν τα νερά αυτά για να θεραπεύσουν διάφορες παθήσεις. Από μυϊκά τραύματα και ασθένειες των συνδέσμων, αλλά και



για ρευματικές και νευρολογικές ανωμαλίες, για όλα αυτά έχουν παρατηρηθεί θετικές επιπτώσεις του "fish spa". Αρκετές χιλιάδες κόσμου είδαν θεαματικά αποτελέσματα μετά από τις θεραπευτικές συνεδρίες στις πηγές του Κανγκάλ. Οι επιπτώσεις αυτές εξηγούνται με βάση τη ρεφλεξολογία. Τα ψάρια ενεργοποιούν τα σημεία στα πέλματα, όπου φτάνουν οι νευρικές απολήξεις όλων των ζωτικών οργάνων του ανθρώπου.

Δεν είναι τυχαίο ότι πολλοί άνθρωποι που ταλαιπωρούνται από μύκητες, κάλους, πόνους

στις αρθρώσεις, δυσλειτουργίες στο πεπτικό σύστημα και άλλες παθήσεις, επιλέγουν ολοκληρωμένες θεραπείες με πάνω από 4-6 συνεδρίες, έτσι ώστε να βρουν μία "φυσική" λύση στο πρόβλημά τους.

Το "Velvet Feet" είναι όχι μόνο το πρώτο ειδικευμένο στο fish spa σημείο στην Πελοπόννησο, αλλά και ένα από τα μοναδικά στην Ελλάδα. Το πρώτο ξεκίνησε στη Ρόδο. Η ιδέα της δημιουργίας αυτού του πραγματικά πρωτότυπου κέντρου ευεξίας στην Καλαμάτα γεννήθηκε από την αδελφή της Ελενας

Μποζαντζή, Βάλια, ύστερα από ένα ταξίδι της στην Μπανγκόκ.

Τα ψάρια αυτά αργότερα τα βλέπουμε να εκτρέφονται και στο Ισραήλ και στην Ευρώπη. Είναι ιδιαίτερα, θέλουν συγκεκριμένη φροντίδα, τρώνε μόνο μία φορά το βράδυ, μετά τις θεραπείες, ενώ χρειάζονται περιβάλλον... χωρίς άγχος!

Η θεραπεία διαρκεί μισή ώρα. Το νερό έχει ζεστή, ευχάριστη θερμοκρασία και τα ψάρια δεν τσιμπάνε, δεν δαγκώνουν τα πόδια. Η παρουσία τους δίνει την αίσθηση "γαργαλητού", απαλού μασάζ, χαλάρωσης. Η όλη διαδικασία ξεκουράζει και αναζωογονεί, ακόμη και μετά από μια πολύ δύσκολη και κουραστική ημέρα, ενώ είναι αρκετά προσιτή οικονομικά (12 ευρώ). Το νερό φιλτράρεται διαρκώς, καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας, ενώ αξίζει να σημειωθεί πως δεν χρησιμοποιούνται καθόλου χημικά απορρυπαντικά ή καλλυντικά μέσα στο νερό.

Στο "Velvet Feet" θα βρείτε επίσης τα παραδοσιακά φυτικά χειροποίητα καλλυντικά Maya. Το "Velvet Feet fish spa" το βρίσκετε στην οδό Αριστοδήμου 57 και Ελλησπόντου και το τηλέφωνο είναι 27210 95642. Λειτουργεί από τις 9.30 το πρωί έως τις 9.30 το βράδυ καθημερινά και το Σάββατο από τις 9.30 το πρωί ως τις 5.30 το απόγευμα.

sudoku

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

ΕΥΚΟΛΟ

sudoku

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

ΔΥΣΚΟΛΟ

sudoku

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

ΜΕΤΡΙΑΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ

sudoku

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

ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ

ΟΙ ΛΥΣΕΙΣ ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ

sudoku ΛΥΣΕΙΣ

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

ΕΥΚΟΛΟ

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

ΜΕΤΡΙΑΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ

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

ΔΥΣΚΟΛΟ

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

ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ

ΙΩΑΝΝΗΣ Π. ΒΟΡΒΙΛΑΣ
& Συνεργάτες
ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ ΓΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ

60% επιδοτήσεις σε Αγροτουριστικές Επενδύσεις για Αγρότες, Φυσικά και Νομικά Πρόσωπα, επιχειρηματίες Υποβολή μέχρι 15-10-2010

ΜΕΛΕΤΗ - ΕΓΚΡΙΣΗ - ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΕΝΔΥΣΗΣ

ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

- ✓ ISO 9001:2008
- ✓ ISO 14000:2004
- ✓ ISO 22000:2005
- ✓ IFS Standard
- ✓ BRC Food
- ✓ GlobalGap
- ✓ ΟΜΑΔΕΣ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Ξενοφώντος 27, Καλαμάτα 24100
Τηλ.: 27210 88688 • Fax: 27210 88090
Κιν.: 6979-672525
E-mail: vorvilas@kal.forthnet.gr

ΑΚΟΥΣΤΙΚΑ ΒΑΡΗΚΟΪΑΣ
Πρότυπο Ψηφιακό Κέντρο Ακοής

KM medicals Αίτια να αποφευχθεί η απώλεια ακοής με τη ζωή

Εφαρμογή από ακοολόγο, και τεχνικό ακουστικών συσκευών

Πλήρες service όλων των ακουστικών - Εγγύηση

ΔΩΡΕΑΝ
Επισκέψεις κατ' οίκον και δοκιμές ακουστικών σε κάθε γωνιά της Πελοποννήσου.

Δεκτά όλα τα ασφαλιστικά ταμεία, Καθαράματα

Αριστοτέλους και Π. Καίσαρη 1, 2ος όροφος Καλαμάτα
Τηλ.: 27210 97104 Κιν.: 6982-302566
www.kmedicals.gr

QSDC

ΚΟΥΤΡΟΥΜΠΗΣ Φ. – ΑΓΓΕΛΗΣ Γ. Ο.Ε.
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ – ΕΓΚΡΙΣΗ – ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ
ΣΥΝΕΧΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Αγροτουριστικές Επενδύσεις
ΠΑΑ 2007-2013

- ✓ Μέτρο 311 (μόνο για Αγρότες)
- ✓ Μέτρο 312 (Φυσικά και Νομικά Πρόσωπα)
- ✓ Μέτρο 313 (Φυσικά και Νομικά Πρόσωπα)

Επιδότησεις έως 60% Υποβολή έως 15/10/10

ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

- ✓ ISO 9001 : 2008
- ✓ ISO 22000 : 2005,
- ✓ ISO 14000 : 2004,
- ✓ IFS Standards

Παραγωγή Προϊόντων

- ✓ Βιολογικής Γεωργίας
- ✓ Βιολογικής Κτην/φίας
- ✓ Ολοκ/νη Διαχείρισης
- ✓ Ειδικές Εκτροφές

Αριστοτέλους & Σωκράτους 1 Καλαμάτα,
Τηλ: 2721062145, 6972620198 & 6937363034