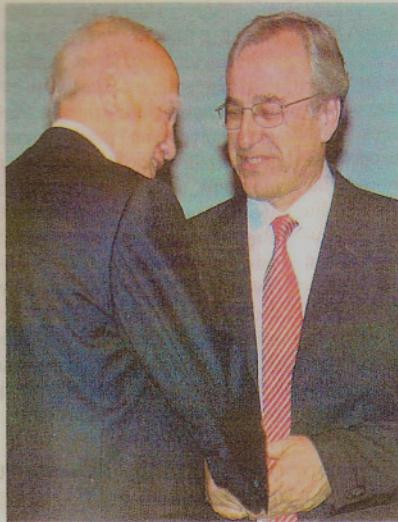


■ Τιμήθηκε ο διευθυντής της Μονάδας Εντατικής Θεραπείας του «Ευαγγελισμού»

## Βραβείο στον καθηγητή Χ. Ρούσσο

Με το Βραβείο Εξαιρετικής Πανεπιστημιακού Διδασκαλίας «Β. Ξανθόπουλος και Σ. Πνευρόπος» τιμήθηκε την περαιτέρω Πλέπτη ο καθηγητής της Ιατρικής στο Πανεπιστήμιο Αθηνών και διευθυντής της Μονάδας Εντατικής Θεραπείας (ΜΕΘ) του νοσοκομείου «Ευαγγελισμός» κ. Χαράλαμπος Ρούσσος στην κατάστηση αίθουσα του Συνεδριακού Κέντρου του Μεγάρου Μουσικής. Ο κ. Ρούσσος, σύμφωνα με το σκεπτικό της επιτροπής πανεπιστημιακών η οποία απονέμει κάθε χρόνο το βραβείο, τιμήθηκε τόσο για το διδακτικό του έργο προς τους φοιτητές της Ιατρικής Σχολής όσο και για την προσφορά του στην ανάπτυξη της εντατικής θεραπείας στην Ελλάδα. Το βραβείο επέδωσε στον τιμήθηκε τον πρόεδρο της Δημοκρατίας κ. Κάρολος Παπούλιας, ενώ την εκδήλωση χαρίτευσαν οι καθηγητές κ.κ. Α. Παγιατάκης και Χαρ. Μουτσόπουλος.

Στην ευχαριστήρια ομιλία του υπό τον γενικό τίτλο «Όταν η ζωή κρέμεται από μία κλωστή», ο κ. Ρούσσος αναφέρθηκε διεξοδικά στην εθνική αναγκαιότητα που καλύπτουν οι ΜΕΘ, τόσο στο επίπεδο της σωτηρίας ζωών όσο και στον τομέα της εκπαίδευσης, της παθείας και της έρευνας για το ιατρικό προσωπικό και τους φοιτητές της Ιατρικής. «Η ΜΕΘ ολοκληρώνει και αρτιόνει την Ιατρική και εκεί λειτουργεί και διδάσκεται η νέα Παθολογία», τόνισε ο κ. Ρούσσος. Και πρόσθετος: «Οι ΜΕΘ είναι το πεδίο μεταφοράς όχι μόνο ασθενών, αλλά διά των ασθενών, το πεδίο μεταφοράς γνωστών όλης της ιατρικής επιστήμης. Είναι ο τόπος της υποχρεωτικής συνύπαρξης και υποχρεωτικής διδασκαλίας, και κατά αυτόν τον τρόπο μετατρέπονται σε μοναδικό εργαστήριο εκπαίδευσης, παθείας και έρευνας».



Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας προσφέρει το Βραβείο Εξαιρετικής Πανεπιστημιακής Διδασκαλίας στον καθηγητή κ. Χ. Ρούσσο (δεξιά) στην εκδήλωση της περασμένης Πέμπτης στο Μέγαρο Μουσικής

## Εκοψαν το τσιγάρο σε επτά ώρες!

Επιτυχία άνω του 80% σε εργαζομένους του ΔΟΛ με μια νέα επαναστατική μέθοδο

Η Ιουλία, η Κωνσταντίνα, η Μαίρη, η Εύη, η Γιολάντα, ο Αποστόλης, ο Φώντας, ο Δημήτρης, ο Μάνος είχαν μέχρι πρότινος ένα κοινό: την εργασία τους στην ίδια εταιρεία. Το τελευταίο διάστημα όμως υπάρχει ένα άλλο κοινό χαρακτηριστικό που δένει αυτούς τους ανθρώπους και έχει την εικόνα ενός κόκκινου κύκλου που στη μέση του φωτιστρέψει ένα τσιγάρο! Οι πρώτες μας (μεταφορικώς άλλα και κυριολεκτικά για πολλούς από εμάς που δεν έχουμε ακόμη κλείσει το τσιγάρο στον κόκκινο κύκλο) είναι πλέον πρόην καπνιστές χάρη προφανώς στη δύναμη της θέλησής τους άλλα και σε μια μέθοδο διακοπής του καπνίσματος που ακούει στο όνομα Allen Carr EASYWAY. Είναι λίγο μόνο από τους 42 εργαζομένους του Δημιουργικού Οργανισμού Λαμπράκη (ΔΟΛ) οι οποίοι στο πλαίσιο των πρωτοβουλιών εταιρικής κοινωνίκης ευθύνης του υπεύθυνθος από τον Ιούνιο του 2008 ως σήμερα και σε διαφορετικές χρονικές στιγμές στη διαδικασία η οποία βασίζεται μόνο στη δύναμη του λόγου και σε κανένα σκεύασμα. Η πρωτοβουλία αυτή του ΔΟΛ, η οποία βρίσκεται σε εξέλιξη αφού μελλοντικά νέες ομάδες εργαζομένων του παρακολουθήσουν το πρόγραμμα, κρίθηκε καίριας σημασίας, δεδομένης και της απαγόρευσης του καπνίσματος η οποία θα ισχύει σε όλους τους δημόσιους χώρους στη χώρα μας από την 1η Ιουλίου του 2009.

Τι είναι όμως η μέθοδος Allen Carr EASYWAY; Κατ' αρχάς χρωστάει το όνομά της στον Allen Carr, έναν πρώην μανιόδων καπνιστή, ο οποίος πριν από περίπου 25 χρόνια βρήκε μόνος του το τρόπο ίδιο μόνο να απαλλαγεί ο ίδιος από τα 100 τσιγάρα ημερησίων που του στέρωσαν ποιότητα (αλλά και ποσότητα) ζωής, αλλά και να βοηθήσει εκαποτμύριά

λους ανθρώπους σε 30 χόρες ως σήμερα να απαλλαγούν από το κάπνισμα. Η διαδικασία, η οποία διαρκεί συνολικά περί τις επτά ώρες, χωρίζεται σε δύο μέρη: στο πρώτο ο θεραπευτής εξηγεί στους καπνιστές τους πραγματικός λόγος για τους οποίους καπνίζουν, ενώ στο δεύτερο ακολουθεί μια 20λεπτη υπονθεραπεία – μια χαλαρωτική άσκηση σχεδιασμένη από τον Allen Carr, αποκλειστικά για να βοηθήσει τους καπνιστές. Στόχος της υπονθεραπείας δεν είναι να αποκομψθεί ο συμμετέχων αλλά να χαλαρώσει.

Η τακτική που ακολουθείται στη μέθοδο

Πρώτη πλέον καπνιστές, χάρη προφανώς στη δύναμη της θέλησής τους αλλά και σε μια μέθοδο διακοπής του καπνίσματος

Allen Carr έχει βασικό της άξονα το ότι δεν επικεντρώνεται στους λόγους για τους οποίους ο καπνιστής δεν πρέπει να καπνίζει, δύος είναι οι κίνδυνοι στην υγεία ή τα χρήματα, με τη λογική ότι οι καπνιστές είναι νοήμονες άνθρωποι και όλα αυτά τα γνωρίζουν ήδη. Αντιθέτως δίνει βάση σε όλα τα υποτιθέμενα επιχειρήματα που βρίσκουν οι καπνιστές για να συνεχίζουν το κάπνισμα και ένα ένα τα κάνει να εξαφανίζονται.

Όπως αναφέρει ο διευθυντής της μεθόδου Allen Carr EASYWAY στην Ελλάδα κ. Π. Τζόρας, «η μέθοδος αφαίρει το αίσθημα στέρησης, την ανάγκη ή την επιθυμία για κάπνι-

ση. Και αυτό χωρίς να χρησιμοποιείται κανένα σκεύασμα ή υποκατάστατο. Στην περίπτωση των εργαζομένων στον ΔΟΛ μπορούμε να πούμε αυτή τη στιγμή ότι τα ποσοστά επιτηδικίας είναι άνω των 80%. Άλλα και γενικότερα από τον Οκτώβριο του 2006, όποτε και λειτουργούμε στην Ελλάδα, ποσοστό τουλάχιστον 85% πων πελάτων μας – έχουν ήδη περάσει από το πρόγραμμα περισσότερα από 1.200 άτομα – δηλώνουν έναν χρόνο μετά την παρακολούθηση του προγράμματος πλήρη απεξάρτηση από το τσιγάρο».

Η τιμή για την παρακολούθηση της συνεδρίας είναι 320 Ευρώ (270 ευρώ + ΦΠΑ). Πρέπει να σημειωθεί ότι στην τιμή αυτή περιλαμβάνεται η παρακολούθηση δύο επιπλέον συνεδριών στην περίπτωση που το δέρμα ξανακαπνίσει μέσα σε τρεις μήνες από την ημέρα που παρακολούθησε την πρώτη συνεδρία. Στην όλη διαδικασία ισχύει γραπτή εγγύηση επιστροφής του ποσού που πλήρωσε ο συμμετέχων μέσα σε διάστημα τριών μηνών, μόνο όμως αν παρακολούθησε τη δεύτερη συνεδρία σε περίπτωση αποτυχίας της πρώτης και την τρίτη σε περίπτωση αποτυχίας της δεύτερης. Μέχρι σήμερα, το μόνο κέντρο στην Ελλάδα βρίσκεται στην Αθήνα (Βεραντέρου 59, τηλέφωνο επικοινωνίας 210 5224.087 κατά τις ώρες 09.30-16.00 ή μήνυμα στο e-mail: info@allencarr.gr). Είναι δυνατόταν να γίνουν και συνεδρίες εκτός Αθηνών με την προϋπόθεση ότι θα συμμετάσχουν τουλάχιστον δέκα άτομα. Υπάρχει επίσης η περίπτωση προσποτικής συνεδρίας, με την τιμή που κυμαίνεται από 1.000 ως 2.500 ευρώ.

Πάντως όλοι οι εργαζόμενοι με τους οποίους μιλήσαμε αναφέρουν ότι η νέα τους ζωή χωρίς τσιγάρο, παρ' ότι έχει τα δύνοντας σπυρμές της, είναι μια πιο ωραία ζωή...

## ΕΔΕΙΞΕΝ ΥΠΟΥΡΓΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΚΑΝΔΑΛΟ ΤΗΣ ΜΟΝΗΣ ΒΑΤΟΠΑΙΔΙΟΥ

Με το... άρομα της επιλογής πολιτικών προσώπων και κυβερνητικών στελεχών ολοκληρώθηκε προχθές Παρασκευή η εξέταση των υπόπτων για το σκάνδαλο της ανταλλαγής ακινήτων μεταξύ της Μονής Βατοπαίδιου και του ελληνικού Δημοσίου. Τόσο ο γενικός γραμματέας του υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης κ. Κ. Σκιαδάς όσο και η διευθύντρια Πολιτικής Γης κυρία Σταματίνα Μαντέλη – μαζί με τους συνένευτους μπούλισσον ήταν οι τελευταίοι που εξετάστηκαν από την εισαγγελέα κυρία Ενοποιούλου – υποστήριξαν ότι οι ίδιοι δεν έκαναν τίποτε περισσότερο και τίποτε λιγότερο από αυτά που είχαν αποφασίσει οι υπουργοί τους. «Αυτοί έδιναν εντολές και αυτούς έγινε πάντα κανένα» κατέθεσε η κυρία Μαντέλη αναφέρομενη στους κκ. Ευ. Μπασάκο, Αλ. Κοντό και Κ. Κιλτίδη. «Όλα τα θέματα για την υπόθεση αυτή αποφασίστηκαν σε επίπεδο υπουργών» κατέθεσε με τη σειρά του ο κ. Σκιαδάς.

Ο τελευταίος ωπόστιος εμφανίστηκε διαφοροπισμένος από την κυρία Μαντέλη ως προς τις ειδύνες των υπουργών στο έγγραφο υπόμνημα που υπέβαλε διά του συντηγόρου του κ. Α. Φούσα. Ο κ. Σκιαδάς καλύπτεται με πίσω από τις αποφάσεις των πολιτικών προϊσταμένων του, υποστήριζε δε ότι δεν ευθύνονται εκείνοι αλλά η Κηφισιακή Υπηρεσία του Δημοσίου η οποία και ανέλαβε να υλοποιήσει τις υπουργικές αποφάσεις.

## ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΙΚΟ ΛΟΓΟ

Ημερίδα με θέμα «Πολιτική και πολιτικός λόγος από το 1974 έως σήμερα» διοργανώνει την ερχόμενη Πέμπτη η Αττικεία Σπουδών Νεοελληνικού Πολιτισμού και Γενικής Παιδείας της Σχολής Μωραΐτη. Η έναρξη έχει οριστεί για τις 6 το απόγευμα στο Αιγαθέατρο του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών (Βασ. Κονοτανίου 48). Θα μιλήσουν οι κκ. Ι. Βούλγαρης, Ι. Καρτάλης, Π. Παναγιωτόπουλος, Σερ. Φυτανίδης, Π. Τομάς, Π. Καψής και Αρ. Μπαλάτας.

## ΔΡΟΕΑΝ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΠΑΧΕΟΣ ΕΝΤΕΡΟΥ

Δροεάν προληπτικές εξετάσεις για τον καρκίνο του παχέος εντέρου σε άτομα ηλικίας 55-70 ετών διοργανώνει ο όμιλος εθελοντών κατά του καρκίνου «Αγκαλιάζω» σε Αθήνα Πειραιά, Θεσσαλονίκη, Πάτρα και Ηράκλειο. Ως τις 31 Μαρτίου με ένα απλό τιλερόφωνα στο 210 99.75.555 οι ενδιαφέρομενοι μπορούν να λάβουν όλη τη σχετική πληροφόρηση και να κλείσουν ένα ραντεβού για την προληπτική εξέταση. Στο αντίστοιχο περιουσιανό πρόγραμμα 4.010 άτομα ισποβλήθηκαν στο τεστ.

«Η πρόληψη είναι η λέξη “κλειδί” και το μήνυμα που θέλουμε να μεταδώσουμε σε όλους τους Έλληνες με την εφετινή μας καμπάνια» τόνισε, μεταξύ άλλων, η πρόεδρος ομίλου κυρία Ιωσηφίνα Σκούρτα σε οινόπεντη Τύπου για την παρουσίαση της εφετινής εκπροσωπίας.