

Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΙΑ ΤΗΝ ΒΑΣΙΛΙΚΗΝ ΑΕΡΟΠΟΡΙΑΝ

Η ΖΩΗ ΣΤΗ ΦΙΛΟΘΕΗ

Ἡ Διοικητικὴ Ἐπιτροπὴ τοῦ Συλλόγου Ὑπαλλήλων Ἐθνικῆς Τραπεζῆς ἀπεφάσισε τὴν διάθεσιν ποσῶν δρχ. 50.000, ὑπὲρ τῆς Βασιλικῆς Ἀεροπορίας.

Τὴν προσφορὰν τοῦ ὁ Συλλόγος συνώδευσε μὲ τὴν κάτωθι ἐπιστολὴν πρὸς τὸν κ. Πρόεδρον τῆς Κυβερνήσεως:

«Σεβαστὲ κ. πρόεδρε,
Ὁ Συλλόγος τῶν Ὑπαλλήλων τῆς Ἐθν. Τραπεζῆς τῆς Ἑλλάδος ὁ ὁποῖος πάντοτε ἐπεκουήσασαν προσπάθειαν καὶ πρωτοβουλίαν ὑπὲρ τῶν ἐθνικῶν καὶ κοινωνικῶν σκοπῶν, δὲν ἦτο δυνατόν νὰ μὴ παρακολουθῆσθαι τὰς ἡμετέρας ὑπερανθρώπων προσπάθειας διὰ τὴν ἀναδημιουργίαν τοῦ Κράτους καὶ συνεχόμενος ὑπὸ συγκινήσεως διὰ τὸν ἐκδηλωθέντα πανελληνίον συναγεμῶν πρὸς ἐνίσχυσιν τῶν ἀεροπορικῶν δυνάμεων τῆς χώρας, ἀπεφάσισε νὰ διαθέσῃ ὑπὲρ τοῦ ἱεροῦ αὐτοῦ σκοποῦ ἐκ τοῦ ταμείου τοῦ Συλλόγου δραχμὰς πενήκοντα χιλιάδας (50.000), ἧτις προσφορὰ εἶναι ἐννοεῖται, ἄσχετος πρὸς τὴν παρασχεθεῖσαν τὴν Κυριακὴν τῆς 13ης φθίνοντος τοιαύτην, διὰ τῆς προσωπικῆς ἐργασίας

τῶν ὑπαλλήλων τῆς Τραπεζῆς μας. Κατ' ἀκολουθίαν δὲ τῆς ληφθείσης ἀποφάσεως τοῦ Συλλόγου μας, παρακαλοῦμεν, ὅπως δεχθῆτε ἰσόποσον ἐπιταγὴν τῆς Τραπεζῆς μας εἰς διαταγὴν σας. Μετὰ σεβασμοῦ. Ὁ Πρόεδρος Π. Λυκιαρδόπουλος. Ὁ Ἐπιμελητὴς Α. Δημητρακόπουλος».

Ὁ κ. Πρόεδρος τῆς Κυβερνήσεως εἰς τὴν ἀνωτέρω ἐπιστολὴν ἀπήντησε διὰ τῶν ἐξῆς:

«Φίλε κύριε Πρόεδρε,
Ἐλαβον τὴν ἐπιστολὴν σας καὶ τὴν ἐσώκλειστον ἐπιταγὴν τῆς Τραπεζῆς σας ἐκ δρχ. 50 χιλιάδων προσφορὰν τοῦ ὑμετέρου Συλλόγου ὑπὲρ τῆς Βασιλικῆς Ἀεροπορίας καὶ σὰς παρακαλῶ νὰ δεχθῆτε τὰ θερμὰ μου συγχαρητήρια τὰ ὅποια νὰ διαβιβάσῃτε εἰς ἅπαντα τὰ μέλη τοῦ συλλόγου σας διὰ τὴν προθυμίαν τῶν πρὸς ἐνίσχυσιν τοῦ ἀναδημιουργικοῦ μας προγράμματος. Ἡ προσφορὰ σας κατετέθη εἰς τὴν αὐτὴν Τράπεζαν καὶ εἰς τὸν οἰκείον λογαριασμὸν τῆς Βασιλικῆς μας Ἀεροπορίας ὡς ἐμφαίνεται ἐκ τῆς ἐσώκλειστον ἀποδείξεως ταύτης.
Μετὰ φιλικῶν αἰσθημάτων
ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΕΤΑΞΑΣ

Ἡ Συγκοινωνία τοῦ Συνοικισμοῦ Ἐλπίζομεν, ὅτι τὰς Ἐνώσεις τῶν οἰκιστῶν τῶν δύο Τομέων θὰ ἀπασχολῆσθαι σοβαρῶς τὸ ζήτημα τῆς συγκοινωνίας, τὸ ὅποιο γίνεται ἀφορμὴ πολλῶν καὶ δικαίων ἐν πολλοῖς παραπόνων τῶν κατοικῶν τοῦ Συνοικισμοῦ μας.

Κατὰ τὴν πρῶτην κάθοδον εἰς τὴν Τράπεζαν τὰ ὑπηρετοῦντα τὴν γραμμὴν αὐτοκίνητα εἶναι ὄλως ἀνεπαρκῆ, ὡς ἐάν δὲ μὴ ἦρκει τοῦτο πολλὰς δὲν τηροῦνται οὐδὲ τὰ ὑποχρεωτικὰ δρομολόγια.

Οὕτω δὲν εἶναι ἀσύνηθες νὰ εὐρίσκονται οἱ οἰκιστὰς εἰς τὴν στάσιν εἰς τὰς 7.15' καὶ ἐλλείπει συγκοινωνίας νὰ προσέρχωνται βραδύτερον εἰς τὸ γραφεῖον ὑπογράφοντες δελτίον καθυστερήσεως.

Ἡ ἔγκαιρος πρῶτην κάθοδος ἀποτελεῖ τὴν σοβαρώτερον ἀπὸ ἀπόψεως συγκοινωνίας ἐξυπηρετήσιν τῶν οἰκιστῶν.

Εἶναι ἐπομένως ἀπολύτως ἀδικαιολόγητος ἡ παρατηρουμένη ἀταξία, συνεπεία τῆς ὁποίας ἀναγκάζονται πολλοὶ μὲν οἰκιστὰς τοῦ κάτω τομέως νὰ τρέψωνται πρὸς τὴν Πάουερ, πολλοὶ δὲ οἰκιστὰς τοῦ ἄνω τομέως πρὸς τὸ Ψυχικόν.

Κατὰ τὰς Κυριακάς ἡ συγκοινωνία γίνεται ἀκόμη ἀραιότερα, πολλακίς δ' ἐπισκέπται τὸ συνοικισμὸν ταλαιπωροῦν-

ται κυριολεκτικῶς διὰ νὰ ἐπανέλθουν εἰς τὴν πόλιν μὴ εὐρίσκοντες θέσιν εἰς τὸ αὐτοκίνητον καὶ ἀναμένοντες ἐπὶ ἡμίσειαν ὄλην ὥραν διὰ νὰ ἔλθῃ τὸ ἐπόμενον.

Εἶναι αὐτονόητον πόσον ἀσύμφορος διὰ τὸ μέλλον τοῦ συνοικισμοῦ εἶναι ἡ δυσμενὴς ἐντύπωση, τὴν ὅποιαν ἀποκομίζουν οἱ ἐπισκέπται μας.

Ἀναφέρομεν ἀκόμη, ὅτι τὰ πλεῖστα τῶν ἐκτελούντων τὴν συγκοινωνίαν αὐτοκινήτων εὐρίσκονται εἰς ἀθλίαν κατάστασιν, ἐν δ' ἐκ τούτων, τὸ ὑπ' ἀριθ. 21, λειτουργεῖ ἄνευ φρένων.

Ἡ λύσις τῶν ἄνω ἀνωμαλιῶν δὲν σημαίνει βεβαίως καὶ λύσιν τοῦ συγκοινωνιακοῦ μας προβλήματος, τὸ ὅποιο εἶναι ἀρκετὰ ἀκανθῶδες καὶ ἐπὶ τοῦ ὁποίου θὰ ἐπανέλθωμεν.

Ἐν τῷ μεταξύ ὅμως δύναται νὰ ἀρθοῦν τοῦλάχιστον αἱ ἀνωμαλίας αὐταί, ὅπερ ἐλπίζομεν ὅτι θὰ ἐπιδιώξουν καὶ θὰ ἐπιτύχουν αἱ Ἐνώσεις τῶν οἰκιστῶν τῶν δύο Τομέων.

— Τὸ νέον Συμβούλιον τῆς Ἐνώσεως Οἰκιστῶν νέου Τομέως ἀπετελέσθη ἐκ τῶν κ. κ. Νῶτα, Προέδρου, Κοποπούλη, Ἀντιπροέδρου, Λαουτάρη, Γεν. Γραμματέως, Ἀντωνιάδη, Ταμίου, Κράλλη, Κωστοπούλου, Γιαννοπούλου, Συμβούλων, Μπουμπουλή, Μαργαρίτη, Ψιλι-

ανοῦ, Ἀναπληρωματικῶν Συμβούλων, Ἀνεμογιάννη καὶ Κορδελλάτου, Ἐλεγκτῶν.

— Τὸ Διοικητικὸν Συμβούλιον τοῦ Τοπικοῦ Προσκοπικοῦ Συνδέσμου Φιλοθέης, ἀπετελέσθη ἐκ τῶν κ. κ. Ἀλ. Πολίτη, Προέδρου, Π. Καλκανδῆ, Ἀντιπροέδρου, Μ. Πουλάκη, Γραμματέως, Σ. Μαρούδα, Ταμίου, Β. Γιαννοπούλου, Θ. Γραϊκοῦ, Ι. Κριεζῆ, Σ. Παπασπύρου, Δ. Σαγκριώτη, Συμβούλων καὶ Θ. Μπακατσέλου, Χρ. Κωστοπούλου καὶ Αἰμ. Τσοκοπούλου, ἀναπληρωματικῶν Συμβούλων.

— Ἡ στάσις τῶν αὐτοκινήτων Φιλοθέης πρὸς καλλιτέραν ἐξυπηρετήσιν τῶν οἰκιστῶν μετεφέρθη ἀπὸ 23 ληγ. εἰς τὴν ὁδὸν Φειδίου παρὰ τὸ Ἑλληνικὸν Ὁδεῖον.

— Ἡ Κοινότης Φιλοθέης προσέφερεν ὑπὲρ τῆς Βασιλικῆς Ἀεροπορίας δρχ. 20.000.

— Ὑπὸ τῆς Ἐνώσεως Οἰκιστῶν Α'. Τομέως ἤρχισεν ἡ προκαταρκτικὴ ἐργασία διὰ τὴν σύνταξιν τῶν συμβολαίων μεταβιβάσεως οἰκοπέδων καὶ ἀνεγέρσεως οἰκοδομῶν α'. σειρᾶς.

— Παρελήφθησαν αἱ πινακίδες μὲ τὰ ὀνόματα τῶν ὁδῶν καὶ τοὺς ἀριθμοὺς τῶν οἰκῶν καὶ τῶν δύο Τομέων. Ἡ τοποθέτησις τῶν θὰ ἀρχίσῃ κατ' αὐτάς.

— Συνεχίζεται ἡ καταπολέμησις ἐστιῶν κωνῶπων ὑπὸ Συνεργεῖο τοῦ Ὑπουργείου Ὑγιεινῆς καὶ εἰς τοὺς δύο τομεῖς.

— Κατ' αὐτάς ἀρχίζει ἡ λειτουργία τοῦ περιπτεροῦ πρατηρίων τοῦ νέου Τομέως,

— Εἰς τὰ ἀντλιοστάσια ἐτοποθετήθη εἰδικὸν μηχανήμα χλωρίσεως τοῦ ὕδατος.

— Ἦρχισεν ἡ μελέτη τοῦ σχεδίου τῆς πλατείας τῆς Ἐθνικῆς Τραπεζῆς ὑπὸ τοῦ Τεχνικοῦ Συμβούλου Συνεταιρισμοῦ καὶ Κοινότητος κ. Ἡρ. Παπαθεοδώρου.

— Αἱ ἐργασίαι τῆς κρύπτῆς τῆς Ἁγίας Φιλοθέης προχωροῦν ἐπὶ τῆ βάσει μακέτας τοῦ γλύπτου κ. Γεωργαντῆ.

— Ἡ ἐπιτροπὴ κήπων καὶ δειροστοιχιῶν Φιλοθέης ἀπήλυθεν ἐγκύκλιον πρὸς τοὺς οἰκιστὰς, δι' ἧς συνιστᾶ τὴν προστασίαν τοῦ πρασίνου εἰς τὸν συνοικισμὸν μας.

Εἶναι τόσο μεγάλη ἡ σημασία τοῦ πρασίνου ἀπὸ ὑγιεινῆς καὶ ἐξωραϊστικῆς ἀπόψεως, ὥστε ἀξίζει ἡ ἐγκύκλιος αὕτη νὰ εὕρῃ τὴν βαθυτέραν εἰς ὅλους μας ἀπήχησιν.

Η ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΣΥΜΒΑΣΙΣ ΤΩΝ ΤΡΑΠΕΖ. ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ

Μέχρι τῆς στιγμῆς δὲν ὑπάρχουν ἐπίσημα στοιχεῖα τῆς ἐκτάσεως τῶν ὁποίων ἔχει διὰ τὸς ὑπαλλήλους τῆς Τραπεζῆς μας ἡ ὑπογραφείσα συλλογικὴ σύμβασις.

Οἰαδήποτε ὅμως καὶ ἐάν εἶναι ἡ ἕκτασις τίποτε δὲν ἐμποδίζει τὸν Συλλόγον τῶν Ὑπαλλήλων τῆς Ἐθνικῆς Τραπεζῆς νὰ ἐκφράσῃ τὴν πεποίθησιν του, ὅτι ἡ Σεβαστὴ Διοικήσις τῆς Τραπεζῆς μας, ἡ ὁποία μὲ τοιαύτην πρωτοβουλίαν καὶ τόσον ἀποτελεσματικῶς συνέβαλεν εἰς τὴν καθιέρωσιν τοῦ τόσον εὐεργετικοῦ διὰ τοὺς τραπεζικοὺς ἐν γένει ὑπαλ-

λήλους μέτρου, θὰ θελήσῃ νὰ ἐπιληφθῆ καὶ εἰδικώτερον τῶν ζητημάτων τῶν ἀφορώντων τοὺς ὑπαλλήλους τῆς Τραπεζῆς μας.

Η ΠΑΡΑΙΤΗΣΙΣ ΤΟΥ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΥ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Ὁ Ἀντιπρόεδρος τοῦ Συλλόγου κ. Ἀλ. Λιβαδεὺς ὑπέβαλε τὴν πορείτην του γενομένην ἀποδεκτὴν.

Εἰς ἀντικατάστασιν ἐξελέγη Ἀντιπρόεδρος τοῦ Συλλόγου ὁ κ. Δημ. Σταματιάδης.

Ο ΠΡΟΣΚΟΠΙΣΜΟΣ ΚΑΙ Ο ΤΟΠΙΚΟΣ ΠΡΟΣΚΟΠΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ

Τὸν Αὐγουστον τοῦ ἔτους 1907 εἴκοσι ἀγόρια ἐστρατοπέδευσαν ὑπὸ σκηνᾶς εἰς τὴν νήσον Μπράουνση.

Τὰ εἴκοσι αὐτὰ ἀγόρια ἦσαν οἱ πρόδρομοι τοῦ προσκοπισμοῦ τοῦ ὁποίου ἰδρυτῆς ὑπῆρξεν ὁ ὑποστράτηγος Μπάντεν-Πάουερ.

Σήμερον εἰς ὅλας τὰς πολιτισμένας χώρας τοῦ κόσμου ὑφίστανται Σώματα προσκόπων ὁ ἀριθμὸς τῶν ὁποίων καθημερινῶς ἀυξάνει.

Καὶ εἰς τὴν χώραν μας ὅλα αἱ πόλεις καὶ αἱ μικρότεροι ἀμυλλῶνται ποῖα νὰ καταρτίσῃ τὴν καλλιτέραν οὐμάδα καὶ ποῖα νὰ φανῇ περισσότερο χρήσιμος εἰς τὸν τόπον τῆς.

Ἀφ' ἑτέρου ἤρχισεν ἡ ἰδρυσις καὶ τῶν τοπικῶν Συνδέσμων Ἑλληνίδων Ὀδηγῶν, καθημερινῶς δὲ ἀνακονοῦνται ἀπὸ διαφόρους πόλεις τῆς Ἑλλάδος καὶ ἡ σύστασις νέων τοιούτων Συνδέσμων.

Οὕτω, ὁ προσκοπισμὸς, ἡ μεγάλη αὐτὴ ὀργάνωσις Ἐθνικῆς διαπαιδαγωγήσεως ἐξαπλοῦται ἡμέραν μὲ τὴν ἡμέραν μὲ καταπληκτικὴν ταχύτητα εἰς τὴν χώραν μας καὶ πρὸ παντὸς ἀπὸ τῆς ἀναλήψεως τῆς ἀρχηγίας τοῦ Σώματος ὑπὸ τῆς Α. Β. Υ. τοῦ Διαδόχου Παύλου.

Τὸ Προστέτιόν μας πρῶτον εἰς πᾶν ἐκπολιτιστικὸν ἔργον δὲν ἠδύνατο ν' ἀγνοῆσθαι τὴν μεγάλην αὐτὴν ἐθνικὴν ὀργάνωσιν.

Οὕτω, πρὸ ἡμερῶν κατηρησθῆ ὁ τοπικὸς Προσκοπικὸς Σύνδεσμος Φιλοθέης καὶ ἐξελίξῃ τὸ πρῶτον Διοικητικὸν Συμβούλιον ὅπερ θὰ προσπαθῆσθαι νὰ φανῇ ἀντάξιον τῆς μεγάλης ἀποστολῆς του καὶ νὰ καταστήσῃ τὴν Οὐμάδα τῆς Κηρυκτικῆς μας, πρότυπον πίστεως ἄλλης.

Διότι τὰ παιδιὰ τῆς Φιλοθέης εὐρισκόμενα ἤδη μέσα σ' ἕνα ὄνειρον ῥώδες περιβάλλον, σ' ἕνα μαρμαρένιον τόπον, σ' ἕνα ἡσυχὸν καὶ τόσο ὡμορφο τοπίον πρὸ σκορπίζει πάντα τὴν χαρὰν εἰς τὴν περιπατητῆ, δὲν εἶναι δυνατόν παρὰ ν' ἀποβῶν οἱ τελεώτεροι πρόσκοποι καὶ νὰ εὐεργετήσων μίαν ἡμέραν τὴν πατρίδα των.

Ὁ προσκοπισμὸς εἶναι ἕνα σχολεῖον καλῶν πολιτῶν καὶ ἕνα μεγάλο παιδαγωγικὸν σύστημα.

Ὁ σκοπὸς του εἶναι ἡ ἀνάπτυξις τῆς σωματικῆς ἀγωγῆς τῶν νέων, ἡ ὑγιὴς διάπλασις τοῦ χαρακτικῆτος αὐτῶν διὰ τῆς ἐμπειρίας ἡθικῶν ἀξιομάτων διὰ τῆς ἐμπράκτου διαπαιδαγωγήσεως των καὶ ἡ στρατιωτικὴ προπαιδεύσις αὐτῶν.

Ὁ Πρόσκοπος δίδει τὸν λόγον τῆς τιμῆς του ὅτι θὰ ἐκτελέσῃ τὸ καθήκον του πρὸς τὸν Θεὸν καὶ τὴν Πατρίδα, καὶ θὰ βοηθῆ κατὰ τὸ δυνατόν κάθε ἄνθρωπον, εἰς κάθε περίστασιν.

Πρέπει νὰ λέγῃ παντοῦ καὶ πάντοτε τὴν ἀλήθειαν ὥστε ὁ λόγος τῆς τιμῆς τοῦ Προσκοποῦ νὰ εἶναι πάντοτε πιστευτὸς καὶ σεβαστὸς.

Ὁ Πρόσκοπος εἶναι πιστὸς εἰς τὴν πατρίδα του, τοὺς Νόμους τοῦ Κράτους, τοὺς γονεῖς του καὶ τοὺς προϊσταμένους του καὶ δικαίως πρὸς τοὺς κατωτέρους του.

Εἶναι φίλος πρὸς ὅλους καὶ ἀδελφὸς πρὸς κάθε πρόσκοπον. Εἶναι πρὸς ὅλους εὐγενὴς, ἐκτιμᾷ τὴν ἀξίαν καὶ τὴν ἐργασίαν τῶν ἄλλων.

Ἀγαπᾷ καὶ προστατεύει τὰ ζῷα καὶ τὰ φυτὰ. Ὑπακούει εἰς τὰς διαταγὰς τῶν γονέων του καὶ ἀνωτέρων του χωρὶς ἀντιλογία.

Εἶναι εὐθύμος, αἰσιδόξος εἰς ὅλας τὰς περιστάσεις.

Εἶναι οἰκονόμος, εἶναι ἐγκρατής, καθαρός τὸ σῶμα, ἀγνὸς τὰς σκέψεις καὶ τὰς πράξεις.

Εἶναι γενναῖος, ὑψηλόφρων, ἔχει αὐτοπεποιθῆσιν καὶ προσπαθεῖ ν' ἀναδειχθῆ διὰ τῆς ἰκανότητός του καὶ μόνον δι' αὐτῆς.

Εἶναι ἀποφασιστικὸς καὶ ἀναλαμβάνει τὴν εὐθύνην τῶν πράξεών του.

Αὐτὸς πρέπει νὰ εἶναι ὁ πρόσκοπος διὰ νὰ εἰσελθῇ εἰς τὴν κοινωνίαν τῶν χρησίμων ἀνθρώπων.

Τὸ παιδί εἶναι ὄνειροπόλο. Ἐχει φαντασίαν. Γι' αὐτὸ θέλει κίνησι, δράσι, ζωὴ.

Ὁ προσκοπισμὸς ὅλα αὐτὰ τὰ δίδει στὸ παιδί καὶ τὸ εὐεργετεῖ.

Ὁ προσκοπισμὸς ἐμφορεῖται ἀπὸ ἕνα καινούργιον πνεῦμα ἀδελφικῆς ἀγάπης διὰ τὸ γενικὸ καλὸ τῆς ἀνθρωπότητος ἐπὶ πλέον προσβέβητὴν πίστιν καὶ τὴν ἐμπράκτον ἀφοσίωσιν εἰς τὴν θρησκείαν.

Εἶναι ἕνα μέσον χάρις εἰς τὸ ὅποιο ὀδηγεῖται ὁ χειρότερος ἀκόμη χαρακτῆρ εἰς τὰς πλέον εὐγενεστέρους σκέψεις καὶ πράξεις.

Ὁ πρόσκοπος πρέπει νὰ καταβάλλῃ ὅλας τὰς προσπάθειας διὰ νὰ ἐκτελῆ κάθε ἡμέραν μίαν καλὴν πρᾶξιν ὅσονδήποτε μικρὴ καὶ ἂν εἶναι.

Τὸ νὰ βγάλῃ ἀπὸ τὸν δρόμον μίαν πέτραν ὅπου κινδυνεύει νὰ σκορπάσῃ κανεὶς, τὸ νὰ κλείσῃ τὴν πόρταν μίαν ἐξοχικῆς ἀδελφῆς πρὸς ἕμεινε κατὰ λάθος ἀνοικτῆ, τὸ νὰ δέσῃ ἕνα δένδρον δειροστοιχίας τὸ ὅποιο ὁ ἀέρας τὸ ἔλυσε καὶ κινδυνεύει νὰ καταστραφῇ, τὸ νὰ ποτίσῃ ἕνα διψασμένο φυτὸ καὶ νὰ προστατεύσῃ ἕνα γατάκι στὸ δρόμο, ὅλα αὐτὰ ὑπολογίζονται μεταξὺ τῶν «καλῶν πράξεων».

Καὶ σιγὰ, σιγὰ μὲ αὐτάς τὰς μικρὰς πράξεις αἱ ὁποιαὶ πολλαὶ θὰ εἶναι καὶ μεγαλύτεραι γίνεται τὸ παιδί χρήσιμον εἰς τὴν κοινωνίαν.

Οὕτω ὁ προσκοπισμὸς ἐκτελεῖ ἕνα ἔργον θαυμάσιον εἰς τὴν δημιουργουμένην Νέαν γενεάν καὶ ἀποτελεῖ φρούριον ἐναντίον τῶν ἐχθρῶν τοῦ ἔθνους.

Διότι ἡ καθημερινὴ παροχὴ ἐκδουλεύσεως πρὸς τὸν πλησίον, καὶ πρὸς τὴν κοινωνίαν, ἡ ἀνιδιοτέλεια, ἡ πάλῃ ἐναντίον τοῦ ἐγωισμοῦ εἶναι τὰ προχώματα πρὸς τὴν ἐπίσει ἐναντίον τοῦ ἐχθροῦ ὁ Προσκοπικὸς Νόμος καὶ ἐπάνω εἰς τὰ ὅποια θεμελιεῖται ὅλη ἡ ὁρμὴ του.

Οἱ πρόσκοποι χρησιμοποιοῦν ὅλους τοὺς πόρους πρὸς τὸν προσφέροι ἢ φύσις, ἀκόμη δὲ καὶ ὁ πολιτισμὸς, οὕτως ὥστε νὰ ἠμποροῦν εἰς κάθε περίστασιν νὰ βοηθήσων τὸν ἑαυτὸν των καὶ τοὺς ἄλλους, ζῶν μέσα εἰς μίαν ἀτμόσφαιραν ἀρενωπῆς φαιδρότητος καὶ ἀναπνεύου καὶ σκορπίζου γύρω των τὴν χαρὰν.

ΜΙΧΑΗΛ ΠΟΥΛΑΚΗΣ
Γραμματεὺς Τοπικοῦ Προσκοπικοῦ Συνδέσμου Σώματος Ἑλλήνων Πρόσκοπων

ΑΠΟ ΤΗΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΗΝ ΚΙΝΗΣΙΝ

ΚΑΤΑΘΕΣΙΣ ΘΕΜΕΛΙΟΥ ΛΙΘΟΥ ΤΟΥ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟΥ ΤΑ'ΥΓΕΤΟΥ

Υπό κ. Ι. Κ. ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ, μέλους του Ε.Ο.Σ. και Ε. Φ. Τραπεζών Έθνικῆς, Κτηματικῆς και Αγροτικῆς

Εἰς τὰς 20 τοῦ Ἰουνίου ἐτέθη ὁ θεμέλιος λίθος τοῦ καταφυγίου Ταυγέτου, εἰς θέσιν Βαρβάρα καὶ εἰς ὕψος 1600 μέτρων ὑπὸ τῆς Τμηματικῆς Σπάρτης τοῦ Ἑλληνικοῦ Ὁρειβατικοῦ Συνδέσμου καὶ τοῦ Τμηματος Σπάρτης τῆς Ὑπαιθρίου Ζωῆς. Οὕτω ἡ Πελοπόννησος ἀποκτᾷ, χάριν εἰς τὴν «Ὑπαίθριον Ζωὴν» τὸ πέμπτον καταφυγίον τῆς. Εἰς αὐτὴν τὴν ὄρεινὴν ἑορτὴν ἔλαβον μέρος καὶ ἐγὼ ὡς ἀντιπρόσωπος τῆς ἐνώσεως φιλάθλων τῶν Τραπεζῶν, Ἑθνικῆς, Κτηματικῆς καὶ Ἀγροτικῆς. Ἐφύγαμεν περὶ τοὺς 60 ἐκδρομεῖς εἰς τὰς 3 καὶ 30 τοῦ Σαββάτου καὶ ἔπειτα ἀπὸ διαφόρους ἐνδιαμέσους σταθμοὺς ἐφθάσαμεν εἰς τὴν Σπάρτην εἰς τὴν 1.30 μ. μ. Τὴν ἄλλην ἡμέραν ἡ ὁμάς ἣ ὅποια θὰ ἀνέβαινεν εἰς τὴν κορυφὴν τοῦ Ταυγέτου ἔφυγε μὲ αὐτοκίνητον εἰς τὰς 4.20 τὸ πρωὶ διὰ τὸ χωριὸν Ἀνώγειον, τὸ ὅποιον εὐρίσκεται εἰς τοὺς πρόποδας τοῦ Ταυγέτου, 10 χιλιόμετρα ἔξω ἀπὸ τὴν Σπάρτην. Μόλις ἀρχίσαι νὰ φωτίζη, πρόβαλε μπροστὰ μὰς ὁ ὄγκος τοῦ Ταυγέτου μεγαλοπρεπῆς καὶ ἐπιβλητικὸς σχηματίζων μίαν ὀροσειρὰν ἐπιμήκη ἣ ὅποια χωρίζει σὲ δύο μέρη τὴν Λακωνίαν. Ἄμα πλεῖον ἐφώτισε διεκρίναμεν καὶ τὴν ὑψηλοτέραν κορυφὴν του, τὸν Προφήτην Ἥλιον, ὕψους 2.409 μέτρα.

Ἀφοῦ ἐπήραμεν τὸν ὁδηγόν, ἕνα καλόκαρδο παιδί ὀνόματι Στράτη, εἰς τὰς 5 παρὰ 1)4 ἀρχίσαιμεν τὴν ἀνάβασιν καὶ προτιμήσαμεν νὰ ἀκολουθήσομεν τὸ μονοπάτι τὸ ὅποιον δὲν ἀρχίζει ἀμέσως ἐπὶ τοῦ κυρίου ὄρεινοῦ συγκροτήματος τοῦ Ταυγέτου, ἀλλ' ἀναβαίνει εἰς ἕνα βουνὸ ποῦ εἶναι ἀπέναντι εἰς τὸν Ταυγετον καὶ χωρίζεται ἀπ' αὐτὸν ἀπὸ μίαν βαθειὰ χαράδρα: τὸ μονοπάτι εἰς τὴν ἀρχὴν εἶναι ὀμαλὸ καὶ εὐθὺς ἀμέσως συναντήσαμεν ἄφθονα νερά νὰ κατεβαίνουν πρόσχαρα πρὸς τὴν πεδιάδα. Μετὰ μίαν ὥραν σταθεύσαμεν εἰς τὰς ἀρχὰς τοῦ χωριοῦ Τόριζα, ἀπ' ὅπου τὸ θέμα τῆς καταφύτου πεδιάδος τῆς Λακεδαιμόνου ἦτο πολὺ ὠραῖον εἰς τὸ βάθος ἐφαίνετο ὁ Εὐρώτας. Μετὰ στάσιν ἑνὸς τετάρτου εἰς τὰς 6 συνεχίσαιμεν τὴν ἀνάβασιν μὰς καὶ συναντήσαμεν τὰ πρῶτα ἔλατα. Εἰς τὸ ἀπέναντι μέρος τῆς χαράδρας εἶδαμεν τὸ Μοναστήρι τῆς Παναγίας τῆς Καταφωτίσσης ριζωμένον εἰς τὴν πλαγίαν τοῦ βουνοῦ.

Εἰς τὰς 7.15 εἶμεθα εἰς τὸν Τρίποδα, τόπον παραθερισμῶν τῶν Σπαρτιατῶν μετὰ πηγὴν μετ' ἄφθονον νερό. Ἐκεῖ ἐμείναμεν περισσότεραν ὥραν τὰ δὲ μέλη τοῦ τμήματος Σπάρτης—Καλαμῶν τῆς Ὑπαιθρίου καὶ τοῦ Ὁρειβατικοῦ, τὰ ὅποια θὰ ἀνέβαινον μαζὺ μὰς, μὰς ἔδωσαν διαφόρους τοπογραφικὰς πληροφορίες διὰ τὸν Ταυγετον.

Εἰς τὰς 8.20 ἐφύγαμεν. Καθ' ὄλην τὴν διαδρομὴν μὰς συναντήσαμεν μεγάλα ρόμπολα, τὰ ὅποια ἀφθονοῦν εἰς τὴν περιοχὴν. Εἰς τὰς 9.1)4 εἶμεθα εἰς τὴν Βαρβάρα, ὅπου θὰ ἀνεγερθῆ τὸ καταφύγιον καὶ εἶναι καὶ ἡ τελευταία πηγὴ. Ἐκεῖ μὰς ἐπερίμεναν διάφορα ἐκπλήξεις: διότι οἱ Πρόεδροι τῶν κοινοτήτων Ἀνωγείων καὶ Παλαιοπαναγιαῖς εἶχανε σημασιολογῆσαι ἑορταστικῶς τὴν πηγὴν καὶ ἐτοιμάσῃ τὸ μέρος ὅπου ἐπρόκειτο νὰ γείνη ἡ ἑορτή.

Εἰς τὰς 6 μίαν ὁμάς ἣ ὅποια ἐπρόκειτο νὰ ἀνέβῃ εἰς τὴν κορυφὴν ἐξεκίνησε διὰ τὴν τελικὴν ἀνάβασιν ἀφοῦ ἐφωδιάσθη μετὰ διάφορα τρόφιμα καὶ φρούτα, τὰ ὅποια εἶχε στείλῃ προηγουμένως ὁ δήμαρχος Σπάρτης κ. Γκορτσολόγος.

Ἡδὴ ἀφίσαιμεν καὶ τὰ τελευταῖα ἔλατα καὶ εἶμεθα εἰς ὕψος 1.700 μέτρων· περᾶσαμεν τὸ Διάσελο καὶ ἀνεβαίναμεν ἐπὶ τοῦ κυρίου ὄγκου τοῦ Ταυγέτου· ἐπειδὴ δὲ ἡ κατ' εὐθεῖαν ἀνάβασις εἶναι ἐπίπονος, ἀκολουθήσαμεν τὸ μονοπάτι τὸ ὅποιον κάμει μίαν βόλτα. Μετὰ μίαν ὥραν συναντήσαμε τὰ πρῶτα χιόνια τὰ ὅποια σὲ πολλὰ μέρη προφυλαγμένα διατηροῦνται ὄλο τὸ καλοκαίρι. Ἡ ἀνάβασις ἐσυνεχίσθη μέχρι τῆς κορυφῆς κανονικὰ διότι παρ' ὅλα ὅτι εἶναι γυμνὸ τὸ μέρος μέχρι τῆς κορυφῆς δὲν εἶχαμεν ἥλιο, τὸ δὲ μονοπάτι εἶναι βατὸ μέχρι τῆς κορυφῆς καὶ σὲ ζῦμα.

Εἰς τὰς 11 εἶμεθα ἐπάνω· δυστυχῶς τὰ σύννεφα τὰ ὅποια τόσον μὲς διευκόλυναν εἰς τὴν ἀνάβασιν μὰς, μὰς ἐμποδίζον τὴν ὄρατότητα. Πάντως κατετοπίσθημεν διὰ τὴν θέσιν τοῦ Ταυγέτου ἐν σχέσει μὲ τὰ γύρω βουνά.

Εἰς τὰς 12 παρὰ 1)4 ἀρχίσαιμεν τὴν κατάβασιν, μετὰ μίαν ὥραν εἶμαστε εἰς τὴν Ἁγίαν Βαρβάρα, ὅπου ἐπηκολούθησε κατάθεσις θεμελίου λίθου παρουσίᾳ τῶν ὑπολοίπων ἐξ Ἀθηνῶν ἐκδρομῶν, τῶν ἀρχῶν Σπάρτης δηλ. τοῦ διευθυντοῦ τῆς ἀστυνομίας, τοῦ γυμνασιάρχου, τοῦ δασάρχου καὶ ἄλλων πολλῶν.

Μετὰ τὸν ἀγιασμόν ὤμιλησε πρῶτον ὁ Δήμαρχος Σπάρτης κ. Γκορτσολόγος, ἐκφράσας τὴν χαρὰν τῶν κατοίκων Λακεδαιμόνου διὰ τὴν συντελουμένην πρόοδον ἐκ τῆς ἰδρύσεως τοῦ καταφυγίου καὶ εὐχαριστήσας τοὺς παρισταμένους διὰ τὴν συμμετοχὴν των εἰς αὐτὴν τὴν ἑορτήν. Κατόπιν ὁ Πρόεδρος τῆς Ὑπαιθρίου Ζωῆς κ. Πατρινοῦς ἐξέθεσε πῶς τὸ σωματεῖον τοῦτο ἀνέλαβε τὴν πρωτοβουλίαν τῆς συγκεντρώσεως τῶν κεφαλαίων διὰ τὴν ἀνεγερσιν καταφυγίου εἰς τὸν Ταυγετον τὸ ὅποιον θὰ ἀνήκῃ εἰς τὸ συγκρότημα καταφυγίων τοῦ Ἑλληνικοῦ Ὁρειβατικοῦ Συνδέσμου. Ὁ Πρόεδρος τοῦ Τμήματος Ὑπαιθρίου Σπάρτης κ. Λαδόπουλος ἀνέφερεν τὸ ἱστορικὸν καὶ τοὺς συνδραμόντας τὴν ἰδέαν τοῦ καταφυγίου. Ὁ παριστάμενος Διευθυντὴς τῆς Τουριστικῆς Ἀστυνομίας κ. Νέρης, ὡς ἐκπρόσωπος τοῦ Ὑφυπουργείου Τύπου καὶ Τουρισμοῦ διὰ λόγων μεστῶν ἐννοίας ἐξήρη τὴν ἰδεολογικὴν ἐργασίαν τῶν φυσιολατρικῶν σωματείων καὶ ἐνεθουσίασε τοὺς παρισταμένους. Ἐπηκολούθησεν ὁ λόγος τοῦ ἀντιπροσώπου τοῦ Ἑλληνικοῦ Ὁρειβατικοῦ Συνδέσμου κ. Σαντοριναίου ὁ ὅποιος ἐξέφρασε τὴν ἐγνώμοσύνην τοῦ Ε. Ο. Σ. διὰ τὴν προσφορὰν τοῦ καταφυγίου. Ἐπ' εὐκαιρίᾳ δὲ ἀνήγγειλεν ὅτι ἤδη ἐτοιμάζεται παρὰ τῶν διαφόρων Τμημάτων τοῦ Ε. Ο. Σ. ἡ ἀνεγερσις πλείστων ἄλλων καταφυγίων.

Ὁ Γενικὸς Γραμματεὺς τῆς Ὁμοσπονδίας τῶν Ἐκδρομικῶν καὶ Τουριστικῶν Σωματείων κ. Σταμπολῆς ἐξέφρασε τὴν χαρὰν του καὶ διεβίβασε τὰ συγχαρητήρια τῆς Ὁμοσπονδίας διὰ τὴν ἐναρξιν κατασκευῆς τοῦ ἔργου.

Τέλος ὤμιλησε ὁ κ. Σταμπολῆς ἐκ μέρους τῆς Ἐνώσεως τῶν ἐν Ἀθῆναις Λακεδαιμονίων.

Μετὰ τὸ πέρας τῆς τελετῆς προσεφέρθησαν ἐκ μέρους τῶν

κοινοτήτων Ἀνωγείων καὶ Παλαιοπαναγιαῖς ὡς καὶ ἐκ μέρους τοῦ Δήμου Σπάρτης διάφορα φαγητὰ καὶ ἐπρόκειτο νὰ ἐπακολουθήσῃ γεῦμα εἰς τὸ ὑπαίθριον, ἀλλὰ τὰ πικνοῦμενα σύννεφα καὶ τὰ προμηνύματα τῆς ἐπερχομένης καταιγίδος ἠνάγκασαν τοὺς ἐκδρομεῖς νὰ διακόψουν τὴν εὐωχίαν καὶ νὰ φύγουν ἐσπευσμένως. Καθ' ὁδὸν ὅμως ἐνεσκήψε βιαιοπάτη βροχή, ἣ ὅποια κατέστησε μεγαλοπρεπέστερον τὸ θέαμα τοῦ δάσους καὶ τῶν σκυθρωπῶν κορυφῶν ἣτις διήρκεσε ὑπὲρ τὴν μίαν ὥραν. Ἴσως ὁ Ταυγετος ἐξεδικεῖτο τοὺς ἀνθρώπους, οἵτινες ἤθελον νὰ τὸν ὑποτάξουν καὶ νὰ τὸν κάμουν προσιτὸν διὰ τῆς ἰδρύσεως τοῦ καταφυγίου. Τέλος ἐφθασαν οἱ ἐκδρομεῖς εἰς τὸ χωριὸν Ἀνωγεία τελείως ἀγνώριστοι παρ' ὄσοντες ἕνα μωσαϊκὸν ἐνδύσεως καὶ ἀποχρώσεων, διότι ἡ βροχὴ εἶχε ξεβάψει τὰ πάντα καὶ τοὺς πάντας. Ἀφοῦ ἐτύχομεν πάσης δυνατῆς περιποιήσεως εἰς τὸ χωριὸν ἐπεστρέψαιμεν εἰς Σπάρτην ὅπου τὸ βράδυ ἐπηκολούθησε δεξιῶσις ἐκ μέρους τῆς Ὑπαιθρίου Σπάρτης εἰς τὴν ταράτσαν τοῦ ξενοδοχείου «Μενελάϊον».

ΕΝΩΣΙΣ ΦΙΛΑΘΛΩΝ ΤΡΑΠΕΖΩΝ ΕΘΝΙΚΗΣ ΦΛΑΔΟΣ ΚΤΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΤΜΗΜΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

ΕΚΔΡΟΜΑΙ ΜΗΝΟΣ ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

Τὴν 1 Αὐγούστου εἰς Χαλκίδα καὶ ἐκεῖθεν διὰ βενζινοπλοίου εἰς Χίλια καὶ Ἄγ. Νικόλαν τῆς Βορείου Βοιωτίας.

Τὴν 8 Αὐγούστου εἰς Πάρον καὶ Νέαν Μαρίνην.

Τὴν 14—16 Αὐγούστου εἰς Σπέτσας.

Τὴν 22 Αὐγούστου εἰς Πεταλίους καὶ τὸ Μαριάμ τῆς Εὐβοίας. (Ἐκ τῆς Ἐφορίας τοῦ Τμήματος)

Καθιστώμεν γνωστὸν εἰς τὰ μέλη τῆς Ἐνώσεως, ὅτι ταῦτα δύνανται νὰ μετέχουν εἰς τὰς ἐκδρομὰς τῶν κατωτέρω Ἐκδρομικῶν Σωματείων, τῶν ἀνηκόντων εἰς τὴν δύναμιν τῆς «Ὁμοσπονδίας τῶν Ἐκδρομικῶν καὶ Τουριστικῶν Σωματείων τῆς Ἑλλάδος», ἣς μέλος τυγχάνει καὶ ἡ Ἐνωσίς μὰς, μετὰ καταβολὴν δικαιώματος συμμετοχῆς, ὅπερ καθορίζεται διὰ τὰ μέλη τῶν ἐν λόγῳ Σωματείων, ἐπὶ τῇ ἐπιδείξει τοῦ δελτίου ταυτότητός των, θεωρημένου παρὰ τῆς Γραμματείας τῆς Ὁμοσπονδίας ταύτης—

- 1) Φυσιολατρικὸς Σύνδεσμος «Πάν».
2) Ὀμιλος Φυσιολατρῶν.
3) Ἑλληνορωσικὸς Ἀθλητικὸς καὶ Ψυχαγωγικὸς Σύλλογος.
4) Τουριστικὸς Ψυχαγωγικὸς Ὀμιλος Ἀθηνῶν.
5) Ἀθηναϊκὸς Φιλικὸς Ὀμιλος.
6) Ὀμιλος Φίλων Ἀκτῆς.
7) Ἀττικὸς Ὀμιλος.
8) Ἑλληνικὸς Ἐκδρομικὸς Σύνδεσμος.
9) Ἐνωσις Ὁρειβατῶν καὶ Φυσιολατρῶν.
10) Ἑθνικὸς Τουριστικὸς Σύνδεσμος τῆς Ἑλλάδος.
11) Ψυχαγωγικὴ Ἐνωσις Ἀθηνῶν.

ΠΕΙΡΑΙΩΣ

- 1) Φυσιολατρικὸς Ὀμιλος Πειραιῶς.
2) Φυσιολατρικὸς Σύνδεσμος Πειραιῶς «Ζήνων».
3) Ὀδοιπορικὸς Σύλλογος Πειραιῶς.

ΥΓΙΕΝΟΛΟΓΙΚΗ ΣΤΗΛΗ

ΑΙ ΔΕΚΑ ΕΝΤΟΛΑΙ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

2ον

Τοῦ ΣΕΡ ΑΡΜΠΟΥΤΘΝΟΤ ΛΕ'ΙΝ

Πρὸ τινων μόλις ἐτῶν θὰ ἦτο ἀδύνατον νὰ προφέρῃ κανεὶς τὴν λέξιν «δυσκοιλιότης» δημοσίᾳ. Εἰς τὴν Μεγάλῃν Βρετανίαν ἐπληρώσαμεν ἀκριβὰ τὴν σεμνοτυφίαν αὐτὴν, ἣ ὅποια τείνει ν' ἀπωθήσῃ εἰς δευτέραν μοῖραν ἕνα ἀπὸ τὰ ζωτικῆς σημασίας προβλήματα τοῦ πολιτισμοῦ. Μέχρι τοῦ πολέμου ὑπῆρξεν ἀδύνατον εἰς τὴν κοινὴν γνώμην παραδείγματος χάριν νὰ κλονίσῃ τὴν συνομοσίαν τῆς σιωπῆς περὶ τῶν σοβαρῶν αὐτῶν κοινωνικῶν ἀσθενειῶν, αἱ ὅποια κατεστρεφον τὴν υγείαν τοῦ ἔθνους. Ὅμοίως τὸ πρόβλημα τῆς δυσκοιλιότητος ἐποπθετεῖτο μεταξὺ τῶν θεμάτων, τὰ ὅποια δὲν ἔπρεπε νὰ θιγοῦν. Καὶ ὅμως πρόκειται περὶ γεγονότος τόσον γενικοῦ μεταξὺ τῶν πολιτισμένων λαῶν καὶ τόσον ἀντιθέτου εἰς τὰς ἀρχὰς τῆς υγιούς ζωῆς, ὥστε νὰ ἡμπορῇ ν' ἀποκληθῆ ἑρπῶς «ἀσθένεια τοῦ πολιτισμοῦ».

Εἰς τὴν συνίσταται ἡ δυσκοιλιότης: Πολλοί, καὶ ἰδίως αἱ γυναῖκες καὶ τὰ παιδιά ποῦ ἔχουν συνηθίσαι εἰς τὴν καθιστικὴν ζωὴν, φαντάζονται ὅτι ἡ δυσκοιλιότης ἀρχίζει μόνον ὅταν αἱ ἐκδηλώσεις τῆς γίνονται καταφανεῖς, παραδείγματος χάριν ὅταν παρέρχωνται μίαν, δύο ἢ περισσότερας ἡμέρας χωρὶς τὴν φυσιολογικὴν λειτουργίαν. Καὶ δὲν εἶναι σπάνια αἱ περιπτώσεις, κατὰ τὰς ὁποίας τὰ ἔντερα παραμένουν ἀδρανῆ ἐπὶ μίαν ἐβδομάδα, ἀκόμη δὲ καὶ ἐπὶ ὀλίγηρον δεκαπενθήμερον. Δὲν χρειάζονται εὐρεταὶ ἰατρικαὶ γνώσεις διὰ νὰ φαντασθῆτε τὰ ἀποτελέσματα τῶν δηλητηρίων, ποῦ εἰσάγονται εἰς τὸ αἷμα, ἀπὸ τὰς ἀποσυντεθειμένας ὕλας, αἱ ὅποια παραμένουν εἰς τὰ ἔντερα. Ἐκεῖνο ποῦ γίνεταὶ ὀλιγώτερον σαφῶς ἀντιληπτὸν εἶναι ἡ καταστρεπτικὴ ἐπίδρασις τῶν ὀλιγώτερον σοβαρῶν μορφῶν τῆς δυσκοιλιότητος. Ἰσχυρίζονται ὅτι συχνά, ἀφοῦ παραφορτώσῃ κανεὶς τὸν στόμαχον καὶ τὰ ἔντερα μετὰ πάσης φύσεως τεχνητὴν τροφήν καὶ χωρὶς νὰ κάμῃ οἰανδήποτε ἀσκήσιν, ἀρκεῖ μίαν φυσιολογικὴν λειτουργίαν τῶν ἐντέρων τὴν ἡμέραν, διὰ ν' ἀπαλλαγῆ ἀπὸ τὰς στοιχεῖα τῆς στοματικῆς. Ἡ ἐσφαλμένη αὐτὴ ἀντιλήξις καὶ ἡ συχνὴ προσφυγὴ εἰς καθαρτικά καὶ ἐρεθιστικά βίαια εἶναι: ὑπεύθυνοι τοῦλάχιστον κατὰ 80 ο)ο τῶν ἐκδηλῶν ἀσθενειῶν. Ὀλίγα μόνον ἀντιλαμβάνονται τὰς τριμέρας συνετείας αἱ ὅποια ἀκολουθοῦν εἰς πολλὰς περιπτώσεις τὴν «τακτοποίησιν» τῶν ἐντέρων ἀπὸ τῆς βρεφικῆς ἡλικίας. Πράγματι, ὅταν τὸ βρέφος παύῃ νὰ εἶναι φασιωμένο, τρέφεται καὶ ἀνατρέφεται μετὰ τὴν προϋπόθεσιν νὰ ἔχῃ μίαν φυσιολογικὴν λειτουργίαν τῶν ἐντέρων τὸ εἰκοσιτετράωρον διατηρεῖ λοιπὸν ἐπὶ 24 ὥρας εἰς τὰς τρυφερά καὶ εὐπαθεῖ ἔντερα τοῦ τὰς ἀποσυντεθειμένας ὕλας. Ἡ ἀμαθὴς μητέρα ὑπερηφανεύεται διὰ τὸ τέκνον τῆς, τὸ ὅποιον φέρεται «ὑποδειγματικῶς», τὰ αἰσθηματὰ τῆς ὅμως θὰ ἦσαν διάφορα ἂν ἐννοοῦσεν ὅτι αἱ μηχανικαὶ διαταραχαὶ προέρχονται ἀπὸ τὴν βλαβερὰν αὐτὴν «τακτοποίησιν» καὶ ὅτι ἡμποροῦν νὰ καταλήξουν ἀργότερον εἰς σοβαρὰς ἀσθενείας καὶ μάλιστα νὰ συντεμύσουν τὴν ζωὴν τοῦ τέκνου των. Εἰς πολλὰ σημεῖα τὰ ἔντερα τείνουν νὰ ὑποστοῦν πτω...

- 4) Ἀττικὸς Ψυχαγωγικὸς Ὀμιλος Πειραιῶς.
5) Ἐκδρομικὸς Ὁρειβατικὸς Ὀμιλος Πειραιῶς.
Διὰ τὴν θεώρησιν τῶν δελτίων ταυτότητος καὶ σχετικὰς πληροφορίας ἀπευθυντέον εἰς τὸν ἔφορον τοῦ Τμήματος κ. Ἀναστ. Τούνταν (εἰσπράξεις ἀξίως).
Ὁ Πρόεδρος
Καθ. ΙΩΑΝ. ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ
Ὁ Γεν. Γραμματεὺς
ΣΠ. ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ

σιν, συνετεία τῆς καταργήσεως τῆς φυσικῆς αὐτῆς λειτουργίας. Ἀργότερον, ὅταν ὑποστοῦν προσπάθειαι καὶ ἐρεθισμοὺς, τὰ εὐαίσθητα αὐτὰ σημεῖα γίνονται ἐστία ἀσθενειῶν. Πράγματι, ἡμπορεῖ νὰ εἰπῆ κανεὶς μετὰ βεβαιότητα ὅτι τὸ σύνολον τῶν ἀσθενειῶν εἰς τὰς ὁποίας ὑποκειμένη εὐκολώτερον εἰς τὴν πολιτισμένην ζωὴν, προέρχονται ἀπὸ τὰς ἐντερικὰς αὐτὰς ἐστίας. Διὰ νὰ ἐννοήσετε καλῶς τί σημαίνει τοῦτο, εἶναι ἀνάγκη ν' ἀνταπαρστήσετε τὸν μηχανισμόν τῆς πέψεως. Ὅταν ἡ τροφή, καλῶς μασηθεῖσα εἰς τὸ στόμα, εἰσέρχεται εἰς τὸν στόμαχον, ὑφίσταται σειρὰν μεταμορφώσεων, αἱ ὅποια συντελοῦνται αὐτομάτως, χάρις εἰς ἐκκρίσεις κατὰ μήκος τῆς διαδρομῆς διὰ τοῦ στομάχου καὶ τῶν ἐντέρων. Κατόπιν αἱ ἀπομένονσαι ἀχρηστοὶ ὕλα ἐξέρχονται. Ἐὰν ἡ φυσιολογικὴ συνέχεια τῶν ἀντιδράσεων δὲν γίνῃ, καὶ ἐὰν αἱ οὐσίαι αὐταὶ παραμείνουν πολὺ εἰς τὸ παχὺ ἔντερον δημιουργοῦν ἐστία μολύνσεως διὰ μικροβίων τὰ ὅποια εἰσδύουν εἰς τὸ σῶμα.

Ἐὰν συγκρίνετε τὴν φυσικὴν κατάστασιν μὰς, πρὸς τὴν φυσικὴν κατάστασιν ἄλλων λαῶν, οἱ ὅποιοι ζοῦν ὑπὸ ἀπλουστεράς καὶ φυσικωτέρας συνθήκας ἀπὸ ἡμᾶς, θὰ διαπιστώσετε πρῶτον ὅτι ἡ κράτησις τῶν ἀχρήστων αὐτῶν ὕλων εἰς τὰ ἔντερα ἀποφεύγεται ἐπιμελῶς, διότι κάθε κύριον γεῦμα ἀκολουθεῖται αὐτομάτως ἀπὸ λειτουργίαν τῶν περισταλτικῶν κινήσεων τοῦ ἐντέρου καὶ δεύτερον ὅτι οἱ λαοὶ αὐτοὶ εἶναι ἀπολύτως ἀθικτοὶ ἀπὸ τὰς ἀσθενείας, αἱ ὅποια χαρακτηρίζουν τὸν πολιτισμόν. Εἰς τοὺς πρωτογόνους λαοὺς ἡ τροφή εἶναι ἀπλουστάτη ὅτε κρέας ἢ ζωικὴ τροφή, ἐκτὸς ἀπὸ γάλα, τυρὸν, ὠά, ἀλλὰ ἄλευρα ὄχι νοθευμένα, δημητριακά, λαχανικά, καρῦδια, ρίζαι καὶ καρποὶ. Ἀξίζει νὰ παρατηρήσῃ ὅτι μόλις αἱ πρωτόγονοι αὐταὶ συνήθειαι ὑφίστανται τὴν ἐπίδρασιν τοῦ πολιτισμοῦ, ἀντικαθίστανται ἀπὸ πολιτισμένας συνήθειαι, αἱ ὅποια κομίζουν μαζί των, ὅλας τὰς ἀσθενείας μὰς.

Εὐρύτατα πειράματα ἀπέδειξαν, χωρὶς ν' ἀπομείνουν ἀμφιβολαί, ὅτι ἡ κυρίαι αἰτία τῶν ἀσθενειῶν εἰς τὴν Δυτικὴν Εὐρώπην εἶναι ἡ δυσκοιλιότης. Οὕτω τρέφονται:—πῆχκοι καὶ ἄλλα ζῦμα—στενοὶ συγγενεῖς τοῦ ἀνθρώπου φυσιολογικῶς—μέτροφάς, αἱ ὅποια ἐκλέγονται κατὰ διάφορον τρόπον. Κατέστη οὕτω δυνατόν νὰ προφυλαχθοῦν ἀπὸ ἀσθενείας τινὰς, νὰ παραταθῆ ἡ ζωὴ των, νὰ διατηρηθοῦν ἢ νὰ καταστοῦν γόνιμα ἢ νὰ ἐμφανισθοῦν εἰς αὐτὰ αἱ χαρακτηριστικαὶ ἀσθενείαι τῶν διαφόρων φυλῶν καὶ γεωγραφικῶν περιοχῶν. Οὕτω παραδείγματος χάριν μίαν ὁμάς ζῦμων ἐτρέφθη συμφώνως πρὸς τὰς χαρακτηριστικὰς ἀρχὰς μίαις κατηγορίας τοῦ ἀγγλικοῦ πληθυσμοῦ: μετὰ κόνιν ἄρτον καὶ μαργαρίνην, μετὰ γλυκύσματα κατωτέρας ποιότητος, μετὰ ὀλίγον κρέας καὶ χοιρομέρι, μετὰ τυρὶ, μετὰ ὀλίγον γάλα, μετὰ τῆον καὶ μετὰ πικρὸν καφέν, μετὰ συντηρημένα λαχανικά, μετὰ ὀλίγα φρούτα. Ἀμέσως ἐνεφανίσθη εἰς τὰ ζῦμα αὐτὰ ἕνα φαινόμενον συχρὸν εἰς τοὺς ἀνθρώπους τῆς ἀνωτέρω κατηγορίας: ἡ δυσκοιλιότης μετὰ τὴν ἐξ ἀσθενειῶν ἀκολουθίαν τῆς: κωλίτιδα, σκωληκοειδίτιδα, κατάρρους, ἀδενιτιδὰς, ἀμυγδαλιτιδὰς, ρευματισμοὺς, πυόρροιαν τῶν ὠτων καὶ καρτίνον. (Συνέχεια εἰς τὸ ἐπόμενον)