

**ΔΙΚΗΓΟΡΟΣ****STEPHEN VARVARESSOS**ΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟΙ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΝΟΜΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ  
ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΣΧΕΣΗ ΜΕ  
ΔΙΑΘΗΚΕΣ & ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΕΣStephen Varvaressos & Associates  
10th floor  
82 Elizabeth Street, Sydney**Τηλέφωνο: 9221 8526****Η ΠΡΩΤΗ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΔΩΡΕΑΝ**

Αναλαμβάνουμε επίσης νομικές υποθέσεις για:

- Εκχώρηση/μεταβίβαση περιουσιακών τίτλων
- Εμπορικές συναλλαγές
- Εκμισθώσεις
- Εμπορικές διαφορές (διεκδικήσεις/αμφισβητήσεις)
- Δικαστικούς αγώνες

Με πάνω από 25 χρόνια πείρα, προσφέρουμε  
άριστη προσωπική εξυπηρέτηση σε λογικές τιμές.

14278

**Ελληνας δικηγόρος  
Ειλικρινή, πρόθυμη  
και φιλική εξυπηρέτηση****Παναγιώτης Παναγιωτόπουλος** BA LLB AMALIB35 Isabel Street, Belmore  
ακριβώς δίπλα στον  
Ιερό Ναό των Αγίων Πάντων, Μπέλμορ  
Τηλέφωνο **9789 2242****PNA** legal

Για όλες τις νομικές σας υποθέσεις.

- Εκπτώσεις για συνταξιούχους.

14280

**ALFA Kitchens**  
13 Homedale Rd., Bankstown *for life*  
**Κουζίνες ποιότητας**

14311

**Εμείς βάζουμε την 30χρονη πείρα μας,  
εσείς, τον χώρο και τις απαιτήσεις σας  
Πώλ Σπύρου τηλ. 9708 2042 ή 0421 749 766****Οι δυστυχισμένοι βλέπουν  
περισσότερο τηλεόραση****Οι άνθρωποι που δεν νιώ-  
θουν ευτυχισμένοι, βλέ-  
πουν κατά μέσο όρο 30%  
περισσότερη τηλεόραση σε  
σχέση με τους ευτυχισμέ-  
νους, σύμφωνα με ερευνη-  
τές του πανεπιστημίου του  
Μέριλαντ των ΗΠΑ.**

**Η** έρευνα, που βα-  
σιζείται σε στατι-  
στικές από περί-  
που 30.000 αμερικανούς ε-  
νήλικους πολίτες κατά την  
περίοδο 1975-2006, δεί-  
χνει ότι οι πιο χαρούμενοι  
και ευτυχισμένοι άνθρω-  
ποι βλέπουν 19 ώρες τηλε-  
όραση την εβδομάδα ένα-  
ντι 25 ωρών που βλέπουν  
όσοι νιώθουν λίγο-πολύ  
δυστυχισμένοι.

Μάλιστα, το συμπέρα-  
σμα αυτό ισχύει ανεξαρ-  
τήτως μορφωτικού επιπέ-  
δου, ύψους εισοδήματος,  
ηλικίας ή οικογενειακής  
κατάστασης.

Επιπροσθέτως οι πιο ευ-  
τυχισμένοι εμφανίστηκαν  
πιο κοινωνικά δραστήριοι,  
πιο θρησκευτικά ενεργοί,  
πιο συχνόι ψηφοφόροι και

συχνότεροι αναγνώστες ε-  
φημερίδων.

Οι ερευνητές δήλωσαν  
ότι η σχέση τηλεόρασης-  
ψυχολογικής κατάστασης  
είναι σαφής.

Όμως, δεν είναι ξεκά-  
θαρο αν η δυστυχία οδη-  
γεί σε περισσότερη παρα-  
κολούθηση τηλεόρασης ή  
αν -αντιστρόφως- οι πε-  
ρισσότερες ώρες τηλεόρα-  
σης κάνουν κάποιον πιο  
δυστυχισμένο.

Για να διευκρινισθεί αυ-  
τό, όπως είπαν, χρειάζο-  
νται περαιτέρω έρευνες.

Από την άλλη, οι άνθρω-  
ποι δηλώνουν ότι τους α-  
ρέσει να βλέπουν τηλεό-  
ραση γενικά και όταν το  
κάνουν, το απολαμβάνου-  
ν.

Σε μία κλίμακα ικανο-

ποίησης από το μηδέν έως  
το δέκα, η παρακολούθη-  
ση τηλεόρασης κατά μέσο  
όρο βρίσκεται στο οκτώ,  
σύμφωνα με ό,τι δήλωσαν  
οι συμμετέχοντες στην έ-  
ρευνα.

Σύμφωνα με τον κοινω-  
νιολόγο Τζων Ρόμπινσον  
του πανεπιστημίου του  
Μέριλαντ, «αντά τα αντι-  
κρουόμενα στοιχεία δεί-  
χνουν ότι η τηλεόραση -πι-  
θανώς- προσφέρει στους  
τηλεθεατές μία σύντομη  
διάρκεια ευχαρίστηση, ό-  
μως, με τίμημα μία πιο μα-  
κροπρόθεσμη κακοδιαθε-  
σία».

Σύμφωνα με τους ερευ-  
νητές, ίσως αυτό συμβαί-  
νει γιατί σιγά-σιγά η πε-  
ρισσότερη τηλεόραση εξο-  
βελίζει άλλες δραστηριό-  
τητες που φέρνουν πιο ου-  
σιαστική απόλαυση, όπως  
η σωματική άσκηση, το  
σεξ, οι παρέες κ.ά..

Προηγούμενες έρευνες  
είχαν δείξει ότι οι άνθρω-  
ποι -κατά μέσο όρο- αξιολο-  
γούν χαμηλότερα από  
το μέσο όρο την τηλεόρα-  
ση σε σχέση με άλλες δρα-  
στηριότητες ελεύθερου  
χρόνου.

Από την άλλη, σύμφωνα  
με τους ερευνητές, η τηλε-  
όραση -επειδή δεν είναι ε-  
πικριτική, ούτε έχει απαι-  
τήσεις οποιοδήποτε εί-  
δους- κάλλιστα μπορεί να  
αποτελεί καταφύγιο για  
ανθρώπους ήδη δυστυχι-  
σμένους.

Όπως ανέφεραν, «η  
χρόνια δυστυχία μπορεί να  
αποδειχτεί κοινωνικά και  
προσωπικά εξουθενωτική  
και να δημιουργήσει εμπό-  
δια στην εργασία και τις  
περισσότερες κοινωνικές  
και προσωπικές δραστη-  
ριότητες κάποιου. Όμως,  
ακόμα και οι πιο δυστυχι-  
σμένοι άνθρωποι μπορούν  
να πατήσουν το κουμπί του  
τηλεκοντρόλ και να ψυχα-  
γωγηθούν παθητικά από  
την τηλεόραση».

Η έρευνα εμφανίζεται  
στο περιοδικό "Social In-  
dicators Research", σύμ-  
φωνα με την ηλεκτρονική  
υπηρεσία Live Science.

**Η νοσταλγία διώχνει τη μοναξιά**

Καθώς οι μέρες μικραίνουν και γίνονται πιο κρύες, πολ-  
λοί άνθρωποι αρχίζουν να σκέφτονται τις ζεστές μέρες του  
καλοκαιριού, ένα αίσθημα και μια επιθυμία για το παρελ-  
θόν που είναι γνωστά ως νοσταλγία. Οι γιορτές, που επίσης  
πλησιάζουν, φαίνεται να εντείνουν αυτή τη νοσταλγική διά-  
θεση. Μια νέα επιστημονική έρευνα διαπιστώνει τώρα ότι η  
νοσταλγία εξυπηρετεί έναν ευρύτερο ψυχολογικό σκοπό  
πέρα από την επιστροφή στις "παλιές καλές μέρες": την εξι-  
σορρόπηση και το μετριασμό της μοναξιάς.

Η έρευνα, που δημοσιεύεται στο περιοδικό "Psychologi-  
cal Science" (Ψυχολογική Επιστήμη), έγινε από τους ερευ-  
νητές Xinyue Zhou και Ding-Guo του κινεζικού πανεπιστη-  
μίου Sun Yat-Sen, καθώς και τον ελληνικής καταγωγής  
Κωνσταντίνο Σεντικίδη και τον Tim Wildschut του βρετα-  
νικού πανεπιστημίου του Σαουθάμπτον. Είναι η πρώτη ου-  
σιαστικά έρευνα, η οποία μελέτησε εξονυχιστικά τη σχέση  
νοσταλγίας και μοναξιάς με τη βοήθεια πειραμάτων σε εθε-  
λοντές, που περιλάμβαναν εργάτες εργοστασίων, φοιτητές  
και παιδιά.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, που δημο-  
σιοποιήθηκαν από την Association for Psychological Sci-  
ence, τα άτομα που ένιωθαν πιο μοναχικά, ανέφεραν ότι  
έπαιρναν τη μικρότερη κοινωνική υποστήριξη από τον  
περίγυρό τους και ταυτόχρονα ήσαν οι πιο νοσταλγικοί.  
Όταν οι ερευνητές υποκινούσαν τη νοσταλγία σε ορι-  
σμένους εθελοντές, εκείνοι ένιωθαν πλέον ότι απολαμ-  
βάνουν τη μεγαλύτερη κοινωνική υποστήριξη από τους  
γύρω τους. Σύμφωνα με τους ερευνητές, η νοσταλγία εν-  
δυναμώνει την αντίληψη του ατόμου για το βαθμό κοι-  
νωνικής υποστήριξης που έχει και, με αυτό τον τρόπο,  
αντισταθμίζει τα αισθήματα μοναξιάς. Επίσης διαπι-  
στώθηκε ότι τα πιο ανθεκτικά άτομα, με τη μεγαλύτερη  
ικανότητα να ορθοποδούν γρήγορα μετά από τραυματι-  
κά συμβάντα και αναποδιές της ζωής, είναι αυτά που  
χρησιμοποιούν τη νοσταλγία για να ξεπεράσουν τα αι-  
σθήματα μοναξιάς τους.