



Ο ραδιοφωνικός σταθμός "ΡΑΔΙΟ - ΓΕΦΥΡΑ" σας κρατά συντροφιά 24 ώρες το εικοσιτετράωρο, με πολύ καλά προγράμματα, τόσο τοπικής παραγωγής, όσο και επαγγελματικά προγράμματα από την πατρίδα, καθώς επίσης και αξιόλογες συνδέσεις με ραδιοφωνικούς σταθμούς της πατρίδας.

Οι καλύτερες εκπομπές μεταδίδονται τις βραδυνές και νυχτερινές ώρες, εμείς τις ξεχωρίζουμε, τις μαγνητοφωνούμε, τις προγραμματίζουμε και τις ακούτε την επόμενη μέρα.

Τώρα που πλησιάζουν οι γιορτές το καλύτερο δώρο για τους δικούς σας ανθρώπους είναι ένα ειδικό ραδιόφωνο για να ακούτε το σταθμό μας και άλλους 6 ελληνικούς ραδιοφωνικούς σταθμούς εδώ στο Σύδνεϋ.

Δώστε τη χαρά στον παππού και στη γιαγιά με το ραδιόφωνό μας,

να έχουν συνεχή επαφή με την Ελλάδα. Ειδικός εκπρόσωπος του σταθμού μας μπορεί να σας το φέρει και στο σπίτι σας!

Επικοινωνείτε μαζί μας, όλες τις ώρες: **0 4 1 6 0 6 6 1 3 8**

Το πρόγραμμα του σταθμού ακούγεται σ' όλο τον κόσμο μέσω του Διαδικτύου στη διεύθυνση: www.platpub.com/
Επιλεγμένες εκπομπές μπορείτε να ακούτε επίσης οπότε θέλετε μέσω της ηλεκτρονικής διεύθυνσης: www.platpub.com/radio

Για περισσότερες πληροφορίες: Tel.: Studio: 97858566, 82059659 (μόνο βραδινές ώρες). Home: 97073408, Fax: 97093919. Mobile: 0416066138 (όλες τις ώρες).



9292



CRETAN FOLKLORIC COMPANY
ΟΜΙΛΟΣ ΚΡΗΤΙΚΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

77A WILLIAM ST. BANKSTOWN N.S.W. 2200 AUSTRALIA
(02) 97073408, (02) 97093919, 0410517973, 0416066138
[Http://www.platpub.com](http://www.platpub.com) E-mail: cfc@platpub.com

Instructor: Michael Platynahos

**Άνοιξε πόρτα το' εκκλησίας, πόρτα του παραδείσου,
να κατεβούν οι άγγελοι το γάμο να ευλογήσουν.**

Υπάρχουν στη ζωή των ανθρώπων ορισμένοι σταθμοί που σημαδεύουν την πορεία τους σ' αυτή τη γη. Ένας απ' αυτούς είναι ο γάμος, η μέρα εκείνη, που δύο νέοι άνθρωποι ενώνουν τις τύχες τους κι αποφασίζουν να ζήσουν μαζί, ν' αγωνιστούν και να δημιουργήσουν. Την μέρα αυτή γιορτάζουν τα νιάτα, γιορτάζει η αγάπη, γιορτάζει η ζωή. Είναι μία μέρα σπουδαία. Γι' αυτό και η λαϊκή ψυχή δεν την αφήνει να περάσει απαρατήρητη. Την έχει συνδέσει με πολλές εκδηλώσεις και συνήθειες, με χαρές και πανηγύρια που την κάνουν χαρούμενη και περιλαμπρή.

Όπου κι αν τελούμε τον γάμο σήμερα, πρέπει να εξακολουθούμε να τηρούμε τα ήθη και τα έθιμα, που μας έρχονται από το μακρινό παρελθόν και μας συνδέουν άμεσα με την πολιτιστική μας κληρονομιά, γιατί επιβεβαιώνουν την εθνική μας ταυτότητα και προστατεύουν το μεγαλείο της Ελληνικής μας ψυχής.



Τα μουσικά σχήματα του Ομίλου Κρητικής Παράδοσης έχουν την δυνατότητα να συνοδεύουν μουσικά το παιδί σας, στην πιο χαρούμενη στιγμή της ζωής του, με τα τραγούδια και τις μαντινάδες του γάμου, στο στόλισμα του παστού με τα λεγόμενα παστικά της νύφης, στο στόλισμα του γαμπρού και της νύφης την ημέρα του γάμου, στην ακολουθία της πατούλιας (γαμήλιας πομπής) προς τον Ιερό Ναό για την στέψη, στο προαύλιο της εκκλησίας με τον λεγόμενο «χορό της νύφης», στην αίθουσα δεξιώσεων και στον αντίγαμο.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον Μιχάλη Πλατύρραχο στα τηλέφωνα : 0410 517 973, 97073408

Νύφη μου το βασιλικό που φέραν στην αυλή σου,
να το ποτίσεις ζάχαρη σε όλη τη ζωή σου.

14038

Η φύση μας προσφέρει ενίσχυση στις αρρώστιες

Το ανοσοποιητικό σύστημα του ανθρώπινου οργανισμού είναι σχεδιασμένο έτσι ώστε να θεραπεύεται μόνο του, όμως όταν ταλαιπωρείται από ένα άσχημο κρυολόγημα ή από τον κακό τρόπο ζωής -στρες, κακή διατροφή κτλ- τότε σίγουρα χρειάζεται... ενισχύσεις. Η καλύτερη βοήθεια προέρχεται από τη φύση, γι' αυτού οι ειδικοί, όπως η Μάργκο Μαρόουν του βρετανικού «The Organic Pharmacy», προτρέπουν τους ασθενείς να στραφούν σε αυτήν.

Ενας από τους ιούς που ταλαιπωρούν περισσότερο τον οργανισμό είναι ο ιός της γρίπης, ο οποίος μπορεί να αντιμετωπιστεί με συνδυασμό βοτάνων όπως το θυμάρι, το βάλσαμο λεμονιού και το υπερίκο (γνωστό και ως St John's wort) για τα πρώτα συμπτώματα (ανά δύο ώρες τουλάχιστον για δύο ή τρεις μέρες). Απαραίτητη για το κρυολόγημα είναι φυσικά και η βιταμίνη C, η οποία ενισχύει το ανοσοποιητικό αυξάνοντας μεταξύ άλλων την ιντερφερόνη, η οποία καταπολεμά τον ιό, ενώ σε ό,τι αφορά τη λειτουργία των κυττάρων του ανοσοποιητικού, καθοριστικό ρόλο παίζει ο ψευδάργυρος λόγω της αντιοξειδωτικής του δράσης. Τέλος, η βιταμίνη A επιταχύνει τη θεραπεία των βλεννογόνων μεμβρανών στους πνεύμονες και το λαιμό, ενώ συμβάλλει στην καταπολέμηση της καταρροής. Καλά συμπληρώματα αντιοξειδωτικών και ψευδάργυρου είναι τα καρύδια και οι σπόροι.

Ο ψευδάργυρος και τα αντιοξειδωτικά συνιστώνται και για τον πονόλαιμο, για τον οποίο το βασικό όπλο δεν είναι άλλο από το φασκόμηλο, λόγω της αντισηπτικής και της αντιβακτηριακής του δράσης. Τις ίδιες ιδιότητες έχει και η καλέντουλα, που βοηθάει επίσης στην ανακούφιση του πόνου και τη μείωση του πυρετού και της φλεγμονής. Ακόμη, σημαντικό ρόλο παίζει η πρόπολη, που έχει αντιβακτηριακή, αντισηπτική, αντιβιοτική και αντιμυκητιασική δράση, ενώ διατίθεται σε μορφή σπρέϊ αλλά και σε υγρό για γαργάρες. Επίσης το θυμάρι και η κανέλα βοηθούν τον οργανισμό προσφέροντας τις αντισηπτικές τους ιδιότητες και το τζίντζερ με την αντιφλεγμονώδη δράση του.

ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Τελούντες 40ήμερο μνημόσυνο υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του πολυαγαπημένου μας και πάντα αξέχαστου συζύγου, πατέρα, αδελφού και θείου



ΑΓΓΕΛΟΥ ΔΙΑΚΟΒΑΣΙΛΗ

απο Ασφενδιού - Λαγούδι, Κώς

Παρακαλούμε τους τιμώντας την μνήμη του όπως προσέλθουν την Κυριακή 11 Ιανουαρίου 2009 εις τον Ιερό Ναό Αναστάσεως του Χριστού, 16-20 Belgrave St., Kogarah, και ενώσουν μεθ' ημών τας προς τον Ύψιστον δεήσεις των.

Οι τεθλιμμένοι: Η σύζυγος Λίτσα. Τα τέκνα Νικόλαος και Πωλίνα. Τα αδέρφια στην Αυστραλία Ιωάννα και Βασίλης, Κυριακή. Τα αδέρφια στην Ελλάδα Σταμάτης και Χαρίκλεια. Τα ανήψια στην Αυστραλία Θεοφίλης και Ελένη, Regina και Πελαγία. Τα ανήψια στην Ελλάδα Μαρία και Γεώργιος, Νίκος και Σεβαστή, Αντώνης και Ειρήνη και λοιποί συγγενείς και φίλοι.

Όσοι επιθυμούν μετά το μνημόσυνο να περάσουν για καφέ από την οικία μας στο 12 Duff St., Arncliffe.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟ

Θεωρούμε καθήκον μας όπως ευχαριστήσουμε και μέσω του Τύπου αυτούς που κατέθεσαν λουλούδια, αυτούς που προσέφεραν δωρεές εις μνήμην του στο AHEPA Foundation, όσους παρακολούθησαν την κηδεία του και αυτούς που με οποιονδήποτε τρόπο εξέφρασαν τη λύπη τους για τον θάνατο του προσφιλούς μας και αιμνήστου ημών συζύγου, πατέρα, αδελφού και θείου ΑΓΓΕΛΟΥ ΔΙΑΚΟΒΑΣΙΛΗ.

14518

Η οικογένειά του.

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΚΗΔΕΙΩΝ

“το φως της πίστewος”

783 New Canterbury Rd.

Hurlstone Park,

απέναντι από την εκκλησία
του Αγίου Στεφάνου

Τηλ. 1800 053 134

(24 ώρες χωρίς χρέωση για την περιοχή του Σύδνεϋ)



**Προσωπική εξυπηρέτηση από
τον ΚΩΣΤΑ & την ΜΑΡΙΑ ΓΚΑΤΖΙΑ**

10792