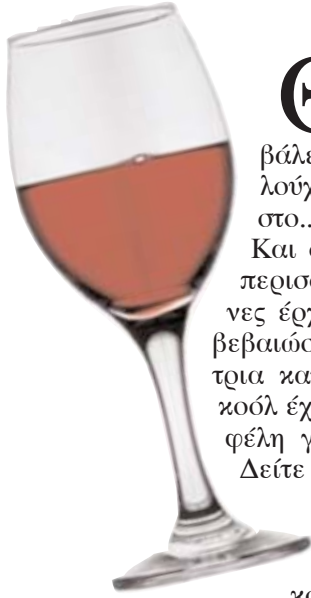


“Φάρμακο”

ΝΑ ΤΟ ΠΙΕΙΣ ΣΤΟ ΠΟΤΗΡΙ



Θα σκεφτόσασταν ποτέ να βάλετε τα αλκοολούχα ποτά σας στο... φαρμακείο; Και όμως, όλο και περισσότερες έρευνες έρχονται να επιβεβαιώσουν ότι η μέτρια κατανάλωση αλκοόλ έχει πολύτιμα οφέλη για την υγεία. Δείτε λοιπόν πώς ενισχύουν τον οργανισμό σας τα πιο κοινά ποτά της

κάβας σας.

Κόκκινο κρασί: Τα οφέλη του κόκκινου κρασιού για την υγεία οφείλονται κατά κύριο λόγο στη ρεσβερατρόλη, μια φυτική χημική ουσία που υπάρχει στη φλούδα και τα κουκούτσια του σταφυλιού από το οποίο παράγεται. Έρευνες έχουν δείξει ότι το κόκκινο κρασί καταπολεμάει τον καρκίνο, αυξάνει την καλή χοληστερόλη, ενισχύει την εγκεφαλική λειτουργία, κρατάει μακριά τις αιπνίες και προστατεύει την ακοή και την υγεία των δοντιών.

Λευκό κρασί: Το σταφύλι που χρησιμοποιείται για την παρα-

γωγή του λευκού κρασιού περιέχει τυροσόλη και υδροξυτυροσόλη, δύο χημικές ουσίες που μειώνουν την κακή χοληστερόλη LDL, η οποία ευθύνεται για το φράξιμο των αρτηριών. Επιπλέον, η μέτρια κατανάλωση του λευκού κρασιού έχει αποδειχτεί ότι συμβάλλει στη μακροχρόνια υγεία των πνευμόνων.

Μπίρα: Ενα μεγάλο ποτήρι μπίρας περιέχει περίπου το ένα τέταρτο της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης φολικού οξέως, μιας βιταμίνης που παίζει σημαντικό ρόλο για την πρόληψη της καρδιακής προσβολής. Επιπλέον, περιέχει βόριο, ένα σημαντικό μέταλλο για την υγεία των οστών καθώς και νιασίνη, μια βιταμίνη που συμβάλλει στην απελευθέρωση ενέργειας από το φαγητό. Έρευνες έχουν δείξει ακόμη ότι μειώνει κατά 40% τον κίνδυνο ανάπτυξης πέτρας στα νεφρά. Όπως και το κόκκινο κρασί, έτσι και η μπίρα μειώνει και τον κίνδυνο εγκεφαλικού και καρδιακής προσβολής, χάρη στα αντιοξειδωτικά που περιέχει.

Τζιν: Αποτελεί μια αποσταγμένη μορφή καθαρού αλκοόλ, αρωματισμένη με κέδρο, ένα φυτό που φημίζεται για τις διουρητικές του ιδιότητες και χρησιμοποιείται συχνά στη φυτοθεραπεία για την αντιμετώπιση των λίθων στα νεφρά και την ουροδόχο κύστη καθώς και για τον τυμπανισμό. Επιπλέον, ο κέδρος έχει αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες που συμβάλλουν στην ανακούφιση της αρθρίτιδας, των ρευματισμών και της ποδάγρας.

Σαμπάνια: Χάρη στα αντιοξειδωτικά που περιέχει, παρέχει προστασία απέναντι στη φθορά των εγκεφαλικών κυττάρων.

Η μαστίχα Χίου τονώνει τη σεξουαλικότητα

«Η Μαστίχα της Χίου, φυσικό υποκατάστατο ψευδαργύρου για την τόνωση της ανδρικής σεξουαλικότητας και την καλή λειτουργία του προστάτη». Με τον παραπάνω τίτλο ένα από τα μεγαλύτερα επιστημονικά περιοδικά, το «Pharmaceutical Biology» (Φαρμακευτική Βιολογία), που εκδίδεται και κυκλοφορεί στην Αμερική, δημοσίευσε τον περασμένο μήνα μελέτη-έρευνα των Θωμά Σαββίδη (αναπλ. Καθηγητή Βιολογίας στο Α.Π.Θ.), Θάνου Ασηκητή (Ψυχιάτρου- Σεξολόγου- Συγγραφέα) και Lilyana Yurukova (καθηγήτριας Φυτολογίας Βουλγαρίας).

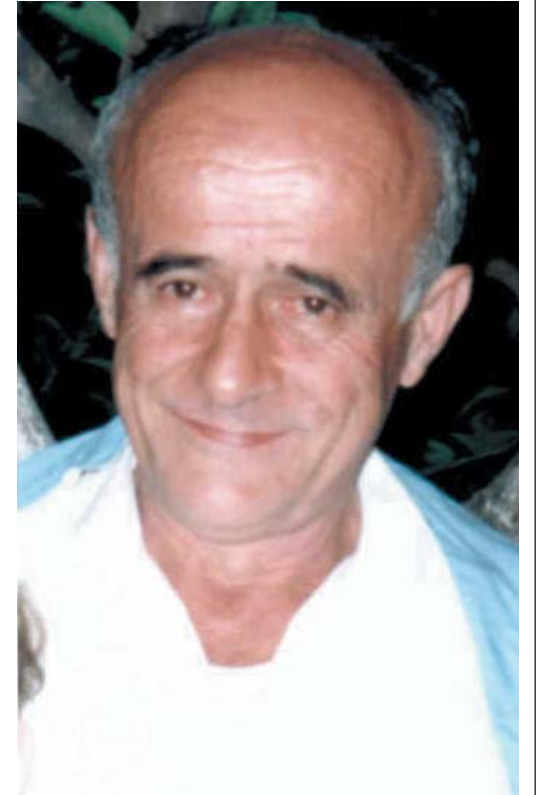
Η επιστημονική αυτή έρευνα και τα αποτελέσματά της αναφέρονται στη δράση της Μαστίχας Χίου για την τόνωση της ανδρικής σεξουαλικότητας και φυσικά στην καλή λειτουργία του προστάτη, λόγω της περιεκτικότητάς της σε ψευδάργυρο, που ως γνωστόν λειτουργεί ρυθμιστικά στον ανθρώπινο οργανισμό.

Ο «χιολάτρης» Θωμάς Σαββίδης, εδώ και πολλά χρόνια ασχολείται με τη μαστίχα της Χίου και όχι μόνο, έχοντας εκδώσει ένα από τα πρώτα βιβλία που αναφέρονται στο μοναδικό αυτό προϊόν μας, ενώ έχει στη διάθεσή του εξαιρετικές φωτογραφίες που απεικονίζουν τον μικρόκοσμο της μαστίχας, μέρος των οποίων έχουν εκτεθεί και στη Χίο.

Επίσημα, λοιπόν, και με επιστημονική σφραγίδα, η μαστίχα θεωρείται ως αφροδισιακό φυσικό προϊόν, αν και οι έρευνες των μελετητών συνεχίζονται για ανάλογη δράση και στις γυναίκες.

ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

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



ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΔΟΥΛΑΒΕΡΑ

Παρακαλούμε τους τιμώντας την μνήμη του όπως προσέλθουν την προσεχή Κυριακή 14 Μαρτίου 2010 εις τον Κοιμητηριακό ναό του Αγίου Αθανασίου, Cnr Weekes & Carpenter Ave., Rookwood και ενώσουν μεθ' ημών τας προς τον Ύψιστον δεήσεις των.

Οι θετλιμμένοι: τα τέκνα Τάνια και Ντάνιελ, τα αδέρφια στην Ελλάδα: Αριστέιδης και Katy, Ευανθία και Σωτήρης, τα εξαδέλφια στην Αυστραλία Τάσος και Στέλλα, Γεωργία και Γιώργος, Αθανάσιος και Σοφία, Σπύρος, Βασίλης, η θεία Ελένη Δουλαβέρα, τα ανήψια και λοιποί συγγενείς και φίλοι.

Μετά το μνημόσυνο θα προσφερθεί καφές στο προαύλιο της εκκλησίας του Αγίου Αθανασίου.

13430

24ΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ

1683 AM (στα μεσαία κύματα)

Συνεχή καθημερινή ενημέρωση και ψυχαγωγία

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας

1683 AM λειτουργεί

σε 24ωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα.



Ο σταθμός ξεκίνησε να λειτουργεί το Μάρτιο του 1983 και εκπέμπει τα καλύτερα προγράμματα από την Ελλάδα και την Κύπρο, ενώ παράλληλα μεταδίδει τις ειδήσεις από το εξωτερικό κάθε ώρα.

Επίσης, έχουμε τα καλύτερα τοπικά προγράμματα, όπως:

“Κυπριακή Κοινότητα”

με την Έλλη Κάμπος,

“Greeks Today”

με τον Γιώργο Τσερδάνη,

“Κέφι και μπάλλα”

με τον Γιάννη Σπανελλή,

“Κοινότητα και κοινοτικά”

και μουσικά

προγράμματα με εκφωνητές.

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας 1683 Khz AM διαφημίζει μεγάλους οργανισμούς και επιχειρήσεις, όπως την ελληνική εφημερίδα της Αυστραλίας “Ο Κόσμος”, “Λαϊκή Τράπεζα”, “Τράπεζα Κύπρου”, “Κυπριακή Κοινότητα NNO”,

“Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα Σύδνεϋ & NNO”,

“Vicky Mar Fashions”, “Independent and General Advertising”, “Roselands Shopping Centre” και πολλές άλλες μικρές και μεγάλες επιχειρήσεις.

Για τον καλύτερο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό, τα τελευταία νέα, ποιοτική μουσική και τα καλύτερα ζωντανά προγράμματα, συντονιστείτε στο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό Αυστραλίας 1683 Khz AM.

Για περισσότερες πληροφορίες

και για τις διαφημίσεις σας,

τηλεφωνήστε στο (02) 9750 8155

και fax: (02) 9750 0517.

Τηλέφωνα για ζωντανές εκπομπές:

(02) 9750 9890 και (02) 9750 0017.

Διεύθυνση: Unit 4 / 9 Mavis St, Revesby NSW 2212

e-mail: conn01@optushome.com.au

web: GREEK RADIO 1683

9775