

## η σοκολάτα

### ...το ανοσοποιητικό σύστημα...

Ιαπωνική μελέτη που δημοσιεύθηκε πέρυσι στην «Βρετανική Επιθεώρηση Καρκίνου» έδειξε ότι οι φαινολικές ενώσεις που εκ φύσεως υπάρχουν στην σοκολάτα, διεγείρουν το ανοσοποιητικό σύστημα.

Μια άλλη μελέτη του 2009, που πραγματοποιήθηκε από την Εταιρεία Μελέτης του Καρκίνου της Χαβάι, έδειξε ότι ένα άλλο χαρακτηριστικό συστατικό της σοκολάτας, οι προκυανιδίνες, παρέχουν το ίδιο όφελος.

### ...τον έλεγχο του στρες...

Σαράντα γραμμάρια μαύρη σοκολάτα την ημέρα επί δύο εβδομάδες μείωσαν τις ορμόνες του στρες σε ομάδα εθελοντών με μέτριο έως έντονο άγχος, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε στην «Επιθεώρηση Πρωτεομικής Έρευνας» την οποία εκδίδει η Αμερικανική Χημική Εταιρεία.

### ...και την μακροζωία

Μελέτη σχεδόν 8.000 αποφοίτων του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ, η οποία διήρκησε περισσότερα από 18 χρόνια, αποκάλυψε ότι όσοι έτρωγαν σοκολάτα ζούσαν σχεδόν έναν χρόνο περισσότερο απ' ό,τι όσοι δεν έτρωγαν.

Τα άσχημα νέα είναι πως όλοι ήταν άντρες - και πολλοί εικάζουν ότι μερικά τουλάχιστον οφέλη της σοκολάτας είναι πιο έντονα στους άντρες απ' ό,τι στις γυναίκες, για λόγους τους οποίους ουδείς προς το παρόν γνωρίζει.

## Reflections

at Rookwood

02 9764 6088

Funeral Notices,  
Death Notices

& Obituaries Australia

www.deathandfuneralnotices.com.au

## ΚΗΔΕΙΑ

Με μεγάλη μας θλίψη αγγέλουμε τον θάνατο του πολυαγαπημένου μας και πάντα αξέχαστου συζύγου, πατέρα, παππού, αδελφού και θείου



### ΒΙΚΤΩΡΑΣ ΚΑΤΣΑΡΟΣ

ετών 82

από Νενιτούρια Χίου

που απεβίωσε στις 13 Οκτωβρίου 2010

Τρισάγιο θα ψαλεί την Κυριακή, 17 Οκτωβρίου 2010 και ώρα 4.00 μ.μ. στα γραφεία του Euro Funeral Services, 890 Canterbury Rd., Roselands.

Η νεκρώσιμος ακολουθία θα ψαλεί την Δευτέρα, 18 Οκτωβρίου 2010 και ώρα 10.30 π.μ. στον Ιερό Ναό της Αγίας Ευφημίας, 6-12 East Terrace, Bankstown, η δε σορός του θα ενταφιαστεί στο νεκροταφείο του Rookwood.

Οι τεθλιμμένοι: η σύζυγος Ιωάννα, τα τέκνα Ανδρέας και Lynette, Παναγιώτα, τα εγγόνια Χριστόφορος, Ελένη, Ιωάννης και Αντώνης, τα αδέρφια, τα ανήψια και λοιποί συγγενείς και φίλοι.

Λεπτομέρειες για τον καφέ μετά την κηδεία θα ανακοινωθούν στην κηδεία.

Παρακαλείστε όπως αντί λουλούδια και στεφάνια δωρεές να γίνουν στο Heart Foundation.

**EURO FUNERAL SERVICES**  
9759 9759



Αξιόπιστο • Ειλικρινές • Αξιοπρεπές

Euro Funeral Services

Τηλ. 9759 9759

Στη διάθεση σας για 24ώρες σε όλο το Σύννευ

**ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ**

Εξυπηρετούμε όλο το Σύννευ



• Αποκλειστικά για την Ελληνική Παροικία

Πληρώστε την κηδεία με μηνιαίες δόσεις για δύο χρόνια.

• Προκαταβολική αγορά τάφου στο κοιμητήριο σε τωρινές τιμές **ξεπληρώνοντάς τον με δόσεις για δύο χρόνια.**



**Ανοίξαμε**  
Νέο Γραφείο  
στο 23 Regent  
St., Kogarah

• Μνημείο τάφου - το ίδιο με δόσεις.

• Μετακομιδή σορού στην Ελλάδα, μπορεί επίσης να συμπεριληφθεί στο σχέδιό αποπληρωμής.

• Το σχέδιο πληρωμών διατίθεται επίσης για συνταξιούχους γήρατος.



14334

• Δωρεάν λεωφορεία απο τις εκκλησίες για τα κοιμητήρια

**Head Office and Chapel**

890 Canterbury Rd.,  
Roselands, 2196

•  
10 Hassall Street  
Parramatta, 2150



**Dynasty Stone Art**

371 Park Road, Regents Park NSW 2143

dynastystone@yahoo.com.au

ΤΗΛ. 9787 6635

Επικοινωνείστε με την ΜΑΡΙΑ:  
κiv. 0402 154 852



- Για μνημεία που αντέχουν στην αιωνιότητα και σε προσιτές τιμές στα πλαίσια του προϋπολογισμού σας, τηλεφωνείστε μας τελευταία, αφού πάρετε τιμές και από αλλού!
- Προσφέρουμε εγγύηση χωρίς περιορισμούς στα υλικά και στην κατασκευή.
- Στην περίπτωση που δυσκολεύεστε με τα αγγλικά, διαθέτουμε πολύγλωσσο προσωπικό για την εξυπηρέτησή σας.

13643