

ΟΙ ΠΡΩΤΕΣ ΤΡΟΦΕΣ ΚΑΘΟΡΙΖΟΥΝ  
ΤΟ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΟ ΜΑΣ ΒΑΡΟΣ

## Καθοριστική η διατροφή τα τρία πρώτα χρόνια της ζωής μας

**Ο**ι πρώτες τροφές που δίνονται στα βρέφη, κυρίως τα τρία πρώτα χρόνια της ζωής τους, παίζουν καθοριστικό ρόλο στην αντιμετώπιση της μελλοντικής παχυσαρκίας. Αυτό υποστήριξαν Αυστραλοί επιστήμονες σε συνέδριο με θέμα την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας.

Στην 5η ήπειρο ένας στους τέσσερις κατοίκους είναι παχύσαρκος και το 40% υπέρβαροι. Σύμφωνα με τον ενδοκρινολόγο Τζον Φάντερ η διατροφή των εγκύων επίσης επηρεάζει το πάχος του παιδιού που θα γεννηθεί. Ο ίδιος σημείωσε όμως πως αν μια γυναίκα κάνει δίαιτα κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης της, τότε το παιδί που θα γεννηθεί είναι πολύ πιθανό να είναι υπέρβαρο!

«Αυτό που έχει μεγάλη σημασία είναι οι τροφές των παιδιών στα πρώτα τρία χρόνια της ζωής τους» είπε ο καθηγητής Φάντερ. «Τότε πρέπει να τρώνε λιωμένα λαχανικά και φρούτα. Αν συμβεί αυτό, τότε είναι πολύ πιθανόν αργότερα στη ζωή τους να έχουν φυσιολογικό βάρος», πρόσθεσε.

## Συνεχίστηκε και χθες ο καύσωνας στο Κουίνσλαντ

**Α**λλη μια μέρα με πολύ υψηλές θερμοκρασίες πέρασε χθες το Κουίνσλαντ, όπου ο υδράργυρος των θερμομέτρων ανέβηκε στους 40 βαθμούς Κελσίου. Λόγω του καύσωνα, ξέσπασαν περισσότερες από 50 πυρκαγιές στην πολιτεία, κυρίως στις νότιες και δυτικές περιοχές.

Τα παράξενα καιρικά φαινόμενα που γνωρίζει η Αυστραλία τις τελευταίες μέρες, συνεχίζονται, εφόσον ενώ επισήμως δεν είχε μπει το καλοκαίρι, κύμα καύσωνα έπληξε πριν λίγες μέρες την πολιτεία της Βικτώριας με το θερμομέτρο να αγγίζει τους 45,5 βαθμούς Κελσίου!

Από την άλλη μεριά σήμερα στις ορεινές περιοχές της πολιτείας χιονίζει, ενώ η ανώτερη θερμοκρασία στη Μελβούρνη ήταν μόλις 18 βαθμοί.

Ο καύσωνας έχει «μετακομίσει» στο Κουίνσλαντ, αλλά σύμφωνα με την Μετεωρολογική Υπηρεσία, από αύριο Παρασκευή η ζέση αναμένεται να επιστρέψει στη Μελβούρνη.

## ΖΗΤΕΙΤΑΙ

Πεπειραμένο άτομο να εργαστεί  
σε καφετέρια στο Mosman.

Τηλ.: 0416 652 163

# Μεγάλη πρόκληση για την Αυστραλία η γήρανση του πληθυσμού της

**Δ**ημόσια συζήτηση στο θέμα της αντιμετώπισης των προβλημάτων που συνδυάζονται με την συνεχή γήρανση του αυστραλιανού πληθυσμού, προτείνει ο Διευθυντής του Αυστραλιανού Κέντρου Ερευνών σε θέματα Πληθυσμού και Μετανάστευσης, Γκρέαμ Χιούγκο.

«Κατά τις επόμενες δεκαετίες, η Αυστραλία θα γνωρίσει απότομη αύξηση του ποσοστού των ηλικιωμένων στο σύνολο του πληθυσμού και σημαντική μείωση του ποσοστού των νέων και του ενεργού πληθυσμού», τόνισε ο κ. Χιούγκο, υπογραμμίζοντας ταυτόχρονα ότι η 5η ήπειρος πρέπει να θέσει σε εφαρμογή ένα μακροπρόθεσμο πρόγραμμα για τον έλεγχο του πληθυσμού της, ενώ επισήμανε ότι άλλα θέματα που πρέπει να αποτελέσουν τον πυρήνα μιας δημόσιας συζήτησης, είναι αυτά της μετανάστευσης, της κλιματικής αλλαγής, των οικονομικών επιπτώσεων και του περιβάλλοντος.

«Εδώ και πολλά χρόνια η συζήτηση για τον έλεγχο του αυστραλιανού πληθυσμού, γίνεται σε λανθασμένες



βάσεις. Είναι απαραίτητο να έχουμε ένα όραμα για την Αυστραλία. Το θέμα αυτό δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για να προωθηθούν πολιτικά συμφέροντα», τόνισε ο κ. Χιούγκο.

Στη συνέχεια, χαρακτήρισε ως μύθο τον ισχυρισμό ότι ο πληθυσ-

μός στην επαρχία μειώνεται συνεχώς. «Το ένα τρίτο των κατοίκων της χώρας ζει στην επαρχία και οι περισσότεροι νέοι μετανάστες αποφεύγουν τα αστικά κέντρα, γιατί βρίσκουν πιο εύκολα εργασία στην εξορμητική βιομηχανία», τόνισε ο κ. Χιούγκο.

ΒΡΕΘΗΚΕ ΝΕΚΡΟΣ ΣΤΗΝ ΠΙΣΙΝΑ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΥ

## Στο Φιτζί οι γονείς του 17χρονου Χάρισον

**Σ**το Φιτζί βρίσκονται από χθες οι απαρηγόρητοι γονείς του 17χρονου Χάρισον Καντέλ, που πέθανε κάτω από άγνωστες μέχρι στιγμής συνθήκες, ενώ παραθέριζε με συμμαθητές του σε νησάκι ανοικτά του Ναντί, στο πλαίσιο των εκδηλώσεων για τη λήξη της χρονιάς και της αποφοίτησής τους από το γυμνάσιο («σκούλις»). Στο Νησί Πλαντέισον είχαν συγκεντρωθεί περισσότεροι από 500 μαθητές (από διαφορετικά σχολεία). Ο άτυχος Χάρισον, βρέθηκε νεκρός στην πισίνα του ξενοδοχείου όπου έμενε, προχθές το πρωί. Ήδη οι Αρχές του Φιτζί ανακοίνωσαν ότι θα διενεργηθεί ιατροδικαστική έρευνα για να εξακριβωθούν τα αίτια του θανάτου του 17χρονου. Ο Χάρισον Καντέλ ήταν μαθητής του Κολλεγίου Σεντ Τόμας Μορ στο Μπρίσμπαν.

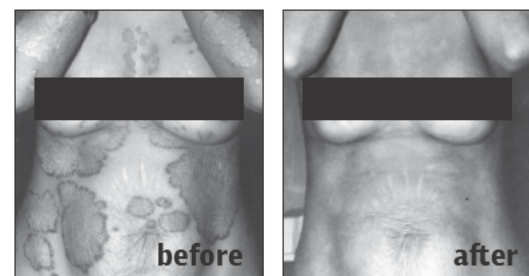


Ο άτυχος Χάρισον Καντέλ.

## FACE, SKIN & HAIR PROBLEMS

Ladies and Gentlemen, if you have any of the following problems, then visit us, as we may help you.

- Acne, pimples and their scars.
- Freckles, blemish and dark spots.
- Dry, oily and wrinkled face.
- Unwanted hair permanently removed (No scars, no regrowth).



- ECZEMA, PSORIASIS, Itchiosis, tinea, problems of the palm of hands, sole of the foot and nails and other chronic skin problems.
- Treating the cause of the falling hair.
- Alopecia, itching scalp, dandruff, oily or dry hair in a short time your hair will grow healthier and more beautiful.

Our centre has been treating patients from all around Australia with great success since 1974. We are graduates from the International Dr CAUX Faculty, Paris. Why should you stay alone suffering from the problem, while other people have been completely cured by our centre? Their lives have changed; they are much happier and healthier.

SO CALL NOW FOR A FOR CONSULTATION • ONLY BY APPOINTMENT

**SKIN CARE CENTRE**

369 ILLAWARRA RD, CNR OF SCHWEBEL ST, MARRICKVILLE • TEL.: (02) 9559 4123 • www.skincarecentre.com.au  
Consultation Hours: Mon to Fri : 9am – 1pm / 3.30pm – 6pm Sat: 9am – 12pm • WEDNESDAY: CLOSED

