

## ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟ ΤΗΣ ΔΙΑΣΠΟΡΑΣ



## Υμνος στην ελληνική διατροφή

ΙΟΥΣΤΙΝΗ ΦΡΑΓΚΟΥΛΗ

**Μ**ε τίτλο «Να Τρώς σαν Έλληνας; Αποκωδικοποιώντας τη Μεσογειακή Διατροφή» («Eat like a Greek? Decoding the Mediterranean diet») η έγκριτη καναδική εφημερίδα Globe and Mail δημοσιεύει ρεπορτάζ της Adriana Barton το οποίο αναφέρεται εκτεταμένα στα πλεονεκτήματα της

ελληνικής και μεσογειακής διατροφής και ιδιαίτερα αυτής που ακολουθείται στην Κρήτη.

Σύμφωνα με το δημοσίευμα, τον περασμένο χρόνο πολλά ιατρικά περιοδικά περιείχαν έρευνες που έδειχναν πως η μεσογειακή διατροφή μπορεί να περιορίσει τις καρδιακές προσβολές, τα εγκεφαλικά επεισόδια και τον διαβήτη τύπου 2 καθώς και άλλες

χρόνιες παθήσεις για άτομα άνω των 70 ετών. Οι ειδικοί στις καρδιακές παθήσεις θεωρούν την εν λόγω δίαιτα ιατρική επανάσταση.

Το ρεπορτάζ αναφέρεται στην διατροφή των Κρητών και των κατοίκων της Νότιας Ιταλίας, που στις αρχές του 60 είχαν την μεγαλύτερη μακροβιότητα και το χαμηλότερο ποσοστό χρόνιων παθήσεων ανά τον κόσμο. «Οι

Κρήτες έτρωγαν προϊόντα της γής: λίγο τυρί, γιαούρτι, ψάρι, πουλερικά, κόκκινο κρασί και ελάχιστο κόκκινο κρέας», σημειώνεται.

Οι Κρήτες έπαιρναν το 40% των θερμίδων τους από λίπος, κυρίως προερχόμενο από το ελαιόλαδο, που μεταβάλλει τη δίαιτα σε πλούσια χαρίζοντας φυσικό σθένος. Σύμφωνα με τον καθηγητή Διατροφολογίας του Πανε-

πιστημίου του Τορόντο δρα David Jenkins, «το θέμα είναι η δίαιτα να περιέχει τροφές που δεν είναι μεταποιημένες και να καλύπτουν όλες τις τροφικές βάσεις.» Ο ίδιος καταλήγει πως η μεσογειακή δίαιτα περιλαμβάνει λιγότερα μεταλλαγμένα προϊόντα (όπως κρέατα) και περιέχει φρούτα και λαχανικά με υψηλό δείκτη βιταμινών και φυτικών ινών.

## Ο Ομογενής Λίο Χουσαάκος, Πρόεδρος της Καναδικής Γερουσίας

Ο Ομογενής Γερουσιαστής Λίο Χουσαάκος, αναδείχτηκε Πρόεδρος της Γερουσίας του Καναδά, αντικαθιστώντας τον Πιέρ Κλόντι Νολέν, ο οποίος πέθανε τον περασμένο μήνα. Ο Λίο Χουσαάκος, 47 ετών, ο οποίος υπηρέτησε ήδη ως αντιπρόεδρος της Γερουσίας, εκλέχθηκε προσωρινός Πρόεδρος τον περασμένο Δεκέμβριο, όταν ο προκατόχος του αρρώστησε βαρεια.

Ο Πρωθυπουργός Στίβεν Χάρπερ δήλωσε ότι, ο διορισμός του Λίο

Χουσαάκος στην Προεδρία της Γερουσίας είχε τη σύμφωνη γνώμη τόσο της Κυβέρνησης, όσο και της αντιπολίτευσης.

Ο Καναδός Πρωθυπουργός υποστηρίζει πως η πείρα του κ. Χουσαάκου στις διάφορες επιτροπές της Γερουσίας, καθώς και στην αντικατάσταση του προκατόχου του, του δίνουν τα απαραίτητα προσόντα για την άσκηση της Προεδρίας.

Ο κ. Χουσαάκος θεωρείται προοδευτικός στις απόψεις και τις θέσεις του,



σχετικά με το ρόλο και τη λειτουργία της Γερουσίας, προτείνοντας μεγαλύτερη υπευθυνότητα και απολογισμό, για τις πράξεις και ενέργειες των Γερουσιαστών.

## Οι ομογενείς της Νότιας Γαλλίας ενισχύουν το Νοσοκομείο Καλύμνου

Με την ευκαιρία της πρωτοβουλίας για την εκ νέου ενίσχυση του Νοσοκομείου Καλύμνου με υγειονομικό υλικό, ο δήμαρχος Καλυμνίων κ. Ιωάννης Γαλουζής, επιθυμεί να εκφράσει για ακόμα μια φορά τις θερμότερες ευχαριστίες του προς τους εκπροσώπους της ομογένειας στη Νότια Γαλλία. Συγκεκριμένα, με πρωτοβουλία της ομογενειακής οργάνωσης «Ελληνική Ένωση» (Union Hellenique) συλλέχθηκαν 30 κυβικά μέτρα υλικού, το οποίο απεστάλη στο νησί μας, μέσω του συλλόγου «Διασπορά Κάλυμνος Δωδεκάνησος», που εδρεύει στο Salin de Giraud της Νοτίου Γαλλίας, και παραδόθηκαν στο Νοσοκομείο, από τον συμπατριώτη μας κ. Μιχ. Παπαχατζή. Αξίζει να σημειωθεί, ότι εντός της παρελθούσας διετίας (2013-2014), οι συμπατριώτες μας ομογενείς της Γαλλίας, μέσω του ως άνω συλλόγου, έχουν ηγηθεί μιας πολύ σημαντικής προσπάθειας συγκέντρωσης υγειονομικού υλικού και παράδοσής του στο Νοσοκομείο του νησιού μας, προκειμένου να συμπαρασταθούν έμπρακτα και ουσιαστικά στον τοπικό πληθυσμό.

Συνολικά έχουν πραγματοποιηθεί έξι αποστολές υλικού (αναλώσιμα και μηχανήματα), τα οποία συμπληρώνουν σε σημαντικό βαθμό τις ελλείψεις που αντιμετωπίζει το Νοσοκομείο μας, λόγω της δυσχερούς οικονομικής συγκυρίας.

Για το λόγο αυτό, ο δήμαρχος Καλυμνίων, εκφράζει για μια ακόμα φορά τις ειλικρινείς και θερμές ευχαριστίες του προς τους συμπατριώτες μας, οι οποίοι ενώ ζουν μακριά από τον τόπο μας, δεν τον ξεχνούν ποτέ και τον στηρίζουν με τρόπο ουσιαστικό σε κάθε ευκαιρία.

## Η Ελληνίδα που μελετά τα μαμούθ

Πρόσφατα μια διεθνής ερευνητική ομάδα από διάφορες χώρες (ΗΠΑ, Ρωσία, Καναδά, Σουηδία), με επικεφαλής μία Ελληνίδα νέα επιστήμονα, την παλαιογενετίστρια Ελευθερία Παλκοπούλου, «διάβασαν» το πλήρες γονιδίωμα του τριχωτού μαμούθ. Ο «ξάδερφος» του ελέφαντα ζούσε κατά την τελευταία εποχή των παγετώνων, αλλά έχει πια εξαφανισθεί εδώ και χιλιάδες χρόνια. Όμως ορισμένοι γενετιστές οραματίζονται ότι, μπορεί κάποτε να ξαναπερπατήσει στη Γη, κάτι για το οποίο, η Ελληνίδα ερευνήτρια εμφανίζεται πολύ επιφυλακτική. Με αφορμή τη σχετική δημοσίευση, που έγινε στο διεθνές φήμης περιοδικό βιολογίας, «Current Biology» και τη δημοσιότητα που είχε το θέμα ευρύτερα, πήρε συνέντευξη από τη νεαρή Ελληνίδα ερευνήτρια της διασποράς.

Η Ελευθερία Παλκοπούλου γεννήθηκε το 1984 και αποφοίτησε το 2006, από το Τμήμα Βιολογίας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Έκανε μεταπτυχιακές σπουδές στη βιολογία στο Πανεπιστήμιο της Ουψάλα στη Σουηδία,



ενώ πήρε το διδακτορικό της στη Συστηματική Ζωολογία από το Πανεπιστήμιο της Στοκχόλμης.

Η έρευνά της διεξήχθη στο Σουηδικό Μουσείο Φυσικής Ιστορίας, με έμ-

φαση στην παλαιογενετική, δηλαδή στην αξιοποίηση των εργαλείων της γενετικής, για την καλύτερη μελέτη των ευρημάτων της παλαιοντολογίας, ιδίως όσον αφορά τα μαμούθ.