

4#

Ιούνιος 2007

ενημερωτική ηλεκτρονική έκδοση
www.petropoulos.com



μεταξύ μας

επικοινωνία: metaxymas@petropoulos.com

Μήνυμα Διευθύνοντος Συμβούλου

Με Συνέπεια, το 4ο τεύχος του «μεταξύ μας» είναι σήμερα στα χέρια σας. Ίσως η Συνέπεια είναι ο κυριότερος παράγοντας που βοήθησε την Εταιρία μας να γιορτάζει φέτος τα 85 χρόνια από την ίδρυσή της. Δεν είναι περίεργο λοιπόν ότι το ΡΟΟ, πριν 5 χρόνια, κατέληξε ότι η Συνέπεια είναι μια από τις βασικές Αρχές που μας χαρακτηρίζουν.

Συνέπεια στις σχέσεις μας πρώτα απ' όλα με τους πελάτες μας - όταν υποσχεθούμε κάτι, το τηρούμε έστω και εάν μας ζημιώνει.

Πιστεύουμε ότι εάν δεν έχουμε ευχαριστημένους πελάτες (ο Πρόεδρος μας, λέει, ότι δεν πρέπει να είναι απλώς ευχαριστημένοι, αλλά ενθουσιασμένοι), τότε μακροχρόνια θα παύσουμε να έχουμε λόγο ύπαρξης.

Συνέπεια στις σχέσεις μας με τους Στρατηγικούς μας εταίρους και με τους προμηθευτές μας, διότι χωρίς αυτούς πάλι οι μέρες μας θα είναι μετρημένες.

Συνέπεια στο προσωπικό μας και στους συνεργάτες μας, διότι χωρίς την ψυχή των ανθρώπων, καμιά οργάνωση δεν έχει ούτε παρόν, ούτε μέλλον. Τέλος, Συνέπεια στην τήρηση των Νόμων της Πολιτείας και στην Κοινωνία, ώστε να αισθανόμαστε πάντοτε ηθικά υπερήφανοι.

Και επειδή η Συνέπεια είναι στενή συγγενής με την Ειλικρίνεια, την εκτιμούμε πολύ, τόσο στις μεταξύ μας σχέσεις αλλά και στις σχέσεις μας με τον κόσμο.

Ειλικρινά λοιπόν σας προτρέπω, την αρχή μας αυτή να τη διαφυλάσσετε σαν κόρη οφθαλμού. Να είστε σίγουροι ότι ακολουθώντας την, θα βοηθήσετε στην ακόμη μεγαλύτερη μακροήμευσή μας.



Ιωάννης Π. Πετρόπουλος
Δίνων Σύμβουλος

περιεχόμενα

- 2 οικονομικά αποτελέσματα
- 3 εταιρικές ανακοινώσεις
- 4 σημαντικές επιτυχίες
- 5 - 7 εσωτερικά νέα
- 8 - 9 οι άνθρωποί μας προτείνουν
- 10 εκδηλώσεις- κοσμικά
- 11 - 12 ώρα για διάλειμμα



[σελίδα 2 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Α' ΤΡΙΜΗΝΟΥ 2007

Συνοπτική Ανασκόπηση

Οι τιμολογηθείσες πωλήσεις του Ομίλου κατά την περίοδο 1 Ιανουαρίου - 31 Μαρτίου αυξήθηκαν κατά 7,9% και ανήλθαν σε 21,8 εκατ. ευρώ (20,2 εκατ. ευρώ, το 2006). Οι συνοληκές πωλήσεις του Ομίλου (που συμπεριλαμβάνουν και τις έμμεσες) κατά την ίδια περίοδο αυξήθηκαν κατά 2,7% έναντι της αντίστοιχης περιόδου του 2006 και ανήλθαν σε 22 εκατ. ευρώ (21,4 εκατ. ευρώ, το 2006). Τα καθαρά κέρδη μετά από φόρους και δικαιώματα μειοψηφίας ανήλθαν σε 929 χιλ. ευρώ έναντι 207 χιλ. ευρώ το 2006. Αύξηση πωλήσεων στο α' τρίμηνο του 2007, παρουσίασαν τόσο

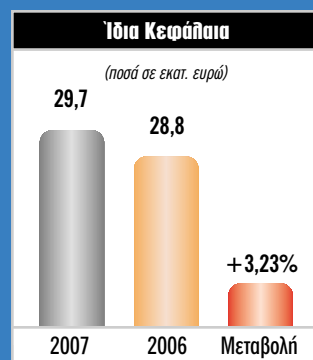
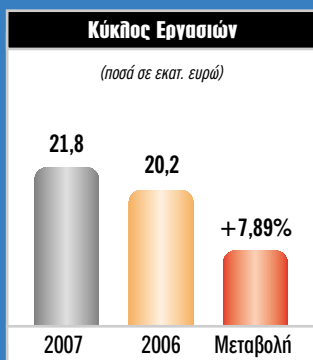
ο Τομέας των Επαγγελματικών Οχημάτων όσο και ο Τομέας των Αυτοκινούμενων Μηχανημάτων.

Η αύξηση των κερδών έναντι του α' τριμήνου 2006 οφείλεται κυρίως στο βελτιωμένο μικτό κέρδος των επιχειρηματικών μονάδων Isuzu, Φορτηγών & Λεωφορείων και Κινητήρων & Σκαφών. Η Διοίκηση εκτιμά ότι δεν είναι εξασφαλισμένη η συνέχιση αυτής της βελτίωσης στο υπόλοιπο του έτους. Γι' αυτό δεν αναθεωρεί την πρόβλεψη ότι τα κέρδη από τις υπάρχουσες δραστηριότητες το 2007 θα είναι αυξημένα κατά 10% περίπου έναντι του 2006.

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

Η Εταιρία ιδρύθηκε το 1922 στη Θεσσαλονίκη. Κατασκευάζει, διασκευάζει, διανέμει και υποστηρίζει μεγάλο εύρος προϊόντων αυτοκινητοβιομηχανίας όπως, αυτοκίνητα, φορτηγά, λεωφορεία, γεννήτριες, κινητήρες diesel, σκάφη, εξωλέμβιες μηχανές, αγροτικά, χωματουργικά και βιομηχανικά μηχανήματα. Η Εταιρία κατέχει ηγετική θέση στην Ελληνική αγορά σε κάθε τομέα δραστηριότητάς της.

Συγκριτικά αποτελέσματα 2007-2006 (Σύμφωνα με τα IFRS)



Στοιχεία Μετοχής

Τιμή μετοχής (25/06/2007)	6,14
Κεφαλαιοποίηση	43.412.256
Αριθμ. Μετοχών	7.070.400
ASE Code	ΠΕΤΡΟ
Free float	20% + 5%

Απόδοση Μετοχής

Από αρχή του Έτους	+27,3%
--------------------	--------

Στατιστικά Στοιχεία

Max 52 εβδομ.	6,54
Min 52 εβδομ.	3,88
Συνολ. Όγκος Συναλλαγών τελευτ. 12 μηνών (τμχ)	555.653

Οικονομικά Στοιχεία

P/E Ομίλου (2006 Actual)	11,7
P/BV Ομίλου (2006 Actual)	1,27
ROE Ομίλου (2006 Actual)	9%



[σελίδα 3 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ΕΤΑΙΡΙΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Προσλήψεις

EM ISUZU

⇒ Ο κ. **Σπύρος Μουρκογιάννης**, Διοίκηση Επιχειρήσεων (Staffordshire University) - Master in International Management (St. Thomas University), Περιφερειακός Διευθυντής (Area Manager).

EM Φορτηγών – Λεωφορείων

⇒ Ο κ. **Χρήστος Δημητρίου**, Διοίκηση Επιχειρήσεων - MBA (Glamorgan University of Wales), Marketing Coordinator.

EM PETROGEN

⇒ Η κα **Μελίνα Γεδεών**, απόφοιτος Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, Μηχανικός Πωλήσεων Γεννητριών.

Κεντρικές Υπηρεσίες Υποστήριξης

⇒ Ο κ. **Γιώργος Γιαννόπουλος**, Απόφοιτος Λυκείου, Διακίνηση ανταλλακτικών.

Τακτική Γενική Συνέλευση

Στις 26/4/2007 εκδόθηκε η ακόλουθη ανακοίνωση:

Η Τακτική Γενική Συνέλευση των Μετόχων της Εταιρίας που έγινε στις 26/4/2007 αποφάσισε τη διανομή μερίσματος 0,35 ευρώ ανά μετοχή.

Δικαιούχοι ήταν οι κάτοχοι μετοχών της Εταιρίας στη λήξη της συνεδρίασης του Χ.Α. στις 27/4/2007. Από τις 30/4/2007 οι μετοχές διαπραγματεύονται στο Χ.Α. χωρίς το δικαίωμα μερίσματος χρήσης 2006.

Η καταβολή του μερίσματος ξεκίνησε στις 9 Μαΐου 2007 από την Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος. Οι κύριοι μέτοχοι που έχουν παράσχει σχετική εξουσιοδότηση στους Χειριστές τους (Χρηματιστηριακές Εταιρίες και Τράπεζες), θα εισπράξουν το μέρισμα μέσω των Χειριστών τους. Οι Χειριστές θα απευθύνονται στην Εθνική Τράπεζα (Υποδ/νση Θεματοφυλακής Ιδιωτών Επενδυτών και Χρηματιστηριακών Συναλλαγών, (Καραγ. Σερβίας 6, Αθήνα, τηλ.: 210 3340608).

Οι κύριοι μέτοχοι που δεν έχουν παράσχει ή έχουν ανακαλέσει τη σχετική εξουσιοδότηση προς τους Χειριστές τους μπορούν να το εισπράξουν αυτοπροσώπως ή οι νόμιμα εξουσιοδοτημένοι εκπρόσωποί τους από όλο το δίκτυο καταστημάτων της Εθνικής Τράπεζας προσκομίζοντας την αστυνομική τους ταυτότητα και κοινοποιώντας τον Κωδικό Αριθμό Μερίδας Επενδυτή τους στο Σ.Α.Τ.



[σελίδα 4 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

σημαντικές ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ



Βραβείο **Excellence Award 2006** για την Perkins

Στις 28 Μαρτίου, η Ομάδα της Perkins από την EM Κινητήρων και Σκαφών, καθώς και από το CSS, επισκέφθηκαν τις εγκαταστάσεις της Perkins στο Peterborough και παρέλαβαν το Business Excellence Award του 2006 για τις εξαιρετικές επιδόσεις τους στο Power Award Champions League. Κατά την επίσκεψή τους στην Αγγλία επισκέφθηκαν το εργοστάσιο και το κέντρο διανομής ανταλλακτικών στο Manchester. Ο κ. Brian Tolson δίνοντας το βραβείο στον κ. Δημήτρη Ονόπα είπε: «Είναι εξαιρετική επιτυχία για την Perkins Ελλάδα, καθώς ο διαγωνισμός κάθε χρόνο γίνεται δυσκολότερος».

Πήραμε άριστα και πάλι για την **Petrogen!**

Συνεχίστηκε τον Απρίλιο στις εγκαταστάσεις μας η δεύτερη εκπαίδευση Εξουσιοδοτημένων Τεχνικών Συνεργατών Petrogen της περιφέρειας.

Η διοργάνωση ήταν πολύ επιτυχημένη σε όλα τα επίπεδα, σύμφωνα με την άριστη βαθμολογία που λάβαμε στα έντυπα αξιολόγησης της εκπαίδευσης που συμπλήρωσαν οι συμμετέχοντες στο τέλος του διημέρου.

Η εκπαίδευση θα συνεχιστεί και το Φθινόπωρο. Με αυτή την αφορμή, ο κ. Γιάννης Πετρόπουλος έδωσε συγχαρητήρια σε όλη την ομάδα για την οργάνωση, επισημαίνοντας ότι η ανάπτυξη του Δικτύου ΕΤΣ είναι σημαντική για την πρόοδο της Επιχειρηματικής Μονάδας.





[σελίδα 5 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ΕΣΩΤΕΡΙΚά νέα

Αποκλειστική λειτουργία της ΣΕΜΚΑ για τα οχήματα ISUZU

Από τις αρχές του 2007, η ΣΕΜΚΑ λειτουργεί αποκλειστικά και μόνο για οχήματα ISUZU (φορτηγά D-MAX, N-SERIES και λεωφορεία POLIS). Το συνεργείο άλλαξε ριζικά την εικόνα του τόσο εξωτερικά όσο και εσωτερικά, έχει μία σύγχρονη γραμμή ΚΤΕΟ και πληροί όλες τις προϋποθέσεις που πρέπει να έχει ένα εξουσιοδοτημένο συνεργείο ISUZU. Η ΣΕΜΚΑ απασχολεί 5 άτομα προσωπικό. Έναν τεχνικό διευθυντή, τρεις μηχανικούς και μία λογίστρια. Το συνεργείο λειτουργεί από Δευτέρα έως και Παρασκευή από τις 08:30 ως τις 17:00.



SCANIA DOS CONFERENCE 2007

Με ιδιαίτερη επιτυχία πραγματοποιήθηκε το χρονικό διάστημα 29/05 - 01/06/07 το συνέδριο SCANIA DOS. Στο συνέδριο παραβρέθηκαν 49 εκπρόσωποι της SCANIA από όλο τον κόσμο. Η πραγματοποίηση του συνεδρίου στην Ελλάδα ήταν η επιβράβευση για την ιδιαίτερα υψηλή βαθμολογία που έλαβαν τα Εξουσιοδοτημένα Συνεργεία κατά την επιθεώρηση που έγινε τον Δεκέμβριο του 2006, κατατάσσοντάς τα, στα καλύτερα συνεργεία της Ευρώπης. Τα θέματα του συνεδρίου αφορούσαν στις απαιτήσεις για εξουσιοδότηση, αλλά και στην

καθημερινή λειτουργία του συνεργείου. Καθώς οι πελάτες της SCANIA είναι οι πιο απαιτητικοί πελάτες και το επίπεδο εξυπηρέτησης που ζητούν είναι όλο και πιο υψηλό, το συνέδριο έθεσε τις βάσεις για τη νέα έκδοση του DOS (DOS 3), η οποία θα τεθεί σε ισχύ από το 2008.

Η τελευταία μέρα του συνεδρίου αφιερώθηκε εξ ολοκλήρου σε επίσκεψη στο εξουσιοδοτημένο συνεργείο «Γ. Καρβούνης ΕΠΕ» στον Ασπρόπυργο και στην Πέτρος Πετρόπουλος ΑΕΒΕ, όπου και έγινε παρουσίαση της εταιρίας.





[σελίδα 6 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ΕΣΩΤΕΡΙΚά νέα

Young European Truck Drivers

Το 2003, η SCANIA διοργάνωσε για πρώτη φορά το διαγωνισμό YETD με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Κοινότητας. Ήταν ο μεγαλύτερος Ευρωπαϊκός Διαγωνισμός που διοργανώθηκε για οδηγούς βαρέων οχημάτων με κύριο στόχο την οδική ασφάλεια. Μεγάλες εταιρίες που δραστηριοποιούνται στο χώρο των επαγγελματικών οχημάτων όπως η Michelin και η Shell αλλά και η IRU, η Παγκόσμια Ένωση Οδικών Μεταφορών, είναι χορηγοί του διαγωνισμού. Επίσης πολλές εταιρίες, οργανισμοί και ιδρύματα παρείχαν την υποστήριξή τους σε τοπικό, περιφερειακό αλλά και εθνικό επίπεδο.

Η Πέτρος Πετρόπουλος ΑΕΒΕ, για τρίτη φορά ανέλαβε και φέτος, τη διοργάνωση του διαγωνισμού στην Ελλάδα.

Στα πλαίσια του ελληνικού διαγωνισμού, τα στελέχη της Επιχειρηματικής Μονάδας Φορτηγών & Λεωφορείων περιόδευσαν στις μεγαλύτερες πόλεις της Ελλάδας για να επιλέξουν τους καλύτερους Έλληνες νέους επαγγελματίες οδηγούς. Συμμετοχή στο διαγωνισμό δήλωσαν πάνω από 500 άτομα.

Το πρόγραμμα περιοδείας που ακολούθησε το ελληνικό караβάνι είχε ως εξής:

- 19-22 Μαρτίου: Κρήτη (Χανιά, Ηράκλειο)
- 20-22 Απριλίου: Κεντρική Ελλάδα (Βόλος, Λάρισα)
- 10-15 Μαΐου: Βόρεια Ελλάδα (Δράμα, Γιαννιτσά, Κοζάνη)
- 1-2 Ιουνίου: Κεντρική και Νότια Ελλάδα

Ένας τράκτορας SCANIA σειράς R, περίμενε τους συμμετέχοντες σε ειδικά εξοπλισμένους χώρους, όπου παρακολουθούσαν σεμινάρια ασφαλούς οδήγησης.

Στο τέλος κάθε επίσκεψης οι παρευρισκόμενοι οδηγοί συμμετείχαν σε γραπτό τεστ με στόχο την επιλογή των καλύτερων νέων οδηγών. Από αυτή τη διαδικασία επιλέχθηκαν οι 40 καλύτεροι οδηγοί οι οποίοι και πήραν μέρος στον τελικό.

Η τελική διαδικασία έλαβε μέρος στο πρώην Δυτικό αερολιμένα του Ελληνικού, σε ένα ειδικά διαμορφωμένο χώρο στις 3 Ιουνίου. Εκεί σε μια τεχνική διαδρομή που περιλάμβανε πρακτικά τεστ



ικανοτήτων, όπως οικονομικής οδήγησης, μανουβρών, παρκαρίσματος, οι οδηγοί έδειξαν τις ικανότητές τους, κερδίζοντας πολλές εμπειρίες αλλά και πλούσια δώρα από τους χορηγούς της εκδήλωσης.

Νικητής του ελληνικού διαγωνισμού για το 2007 αναδείχθηκε ο κ. Σωτήριος Κόρδας από το Αίγιο Αχαΐας. Τη δεύτερη και τρίτη θέση κατέλαβαν ο κ. Αντώνιος Μπουλιτσάκης από τα Χανιά και ο κ. Νικόλαος Μαυράκης από το Ηράκλειο Κρήτης, αντίστοιχα. Και οι τρεις επιτυχόντες θα ταξιδέψουν στην Σουηδία για το μεγάλο Ευρωπαϊκό διαγωνισμό με σκοπό την επικράτηση των ελληνικών χρωμάτων, έναντι των υπόλοιπων ευρωπαϊκών, την απόκτηση εμπειρίας πάνω σε θέματα ασφάλειας και οικονομικής οδήγησης. Ο μεγάλος νικητής θα κερδίσει ένα φορτηγό SCANIA σειράς R αξίας 100.000 ευρώ. Η ομάδα SCANIA της Πετρόπουλος θα είναι μαζί τους.





[σελίδα 7 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ ΝΕΑ



HYSTER & PETROGEN

Στις 4 έως 7 Μαΐου, οι ΕΜ Βιομηχανικών Μηχανημάτων και Ηλεκτροπαραγωγών Ζευγών (Petrogen) έλαβαν μέρος στην έκθεση «Μεταλλικά Κτίρια» που έγινε στο εκθεσιακό κέντρο της Helexpro.



McCORMICK

41η Πανελλήνια Έκθεση Λαμίας

Στις 2 έως 10 Ιουνίου πραγματοποιήθηκε στη Λαμία, η ετήσια Πανελλήνια Έκθεση στο κέντρο της πόλης. Η McCORMICK με τον αντιπρόσωπο Λαμίας «Μουστάκας - Αρβανίτης» πήρε μέρος με μία πλήρη σειρά τρακτέρ.

Σημαντικές Συμμετοχές σε Εκθέσεις



ISUZU

Έκθεση Diana

Ολοκληρώθηκε με επιτυχία η συμμετοχή της ISUZU στην έκθεση Diana, που έλαβε χώρα στον εκθεσιακό χώρο του MEC Παιανίας από 29/03 έως 01/04/2007.

Η ISUZU στο περίπτερό της παρουσίασε το νέο ISUZU D-MAX που διατίθεται με κινητήρες 2,5lt με 156hp και 3,0lt με 184hp.

Διεθνής Έκθεση Αυτοκινήτου

Μια ακόμα συμμετοχή της ISUZU στη Διεθνή Έκθεση Αυτοκινήτου πραγματοποιήθηκε στο πρώην Ανατολικό Αεροδρόμιο Ελληνικού την περίοδο 12 - 20 Μαΐου.

Κορίτσια από την Ταϊλάνδη ανέδειξαν τις... όμορφες πλευρές του αυτοκινήτου.





[σελίδα 8 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

οι άνθρωποί μας προτείνουν...

Φολέγανδρος Ανακαλύψτε τις ομορφιές της!



Η Φολέγανδρος ανήκει γεωγραφικά στις νοτιοδυτικές Κυκλάδες. Απέχει από τον Πειραιά 104 ναυτικά μίλια.

Η Φολέγανδρος είναι το νησί του μέτρου. Η ήπια τουριστική ανάπτυξη των δυο τελευταίων δεκαετιών επέτρεψε στο νησί να διατηρήσει στο ακέραιο το χαρακτήρα και τη φυσιογνωμία του, αναπτύσσοντας παράλληλα σύγχρονες υποδομές και οργανωμένες τουριστικές υπηρεσίες.

Οι Φολεγανδρίτες συνεχίζουν να φροντίζουν τον τόπο τους και να απολαμβάνουν το δικό τους τρόπο ζωής που μοιράζονται με τους ολοένα περισσότερους φίλους του νησιού.

Μετά την άφιξη στο λιμάνι του Καραβοστάση, η Φολέγανδρος θα αρχίσει να ξεδιπλώνει τις ομορφιές της σιγά-σιγά: η περιπλάνηση στα πλακόστρωτα της Χώρας και στα στενά του Κάστρου, το ανέβασμα στο βράχο της Παναγίας με την πανοραμική θέα στο Αιγαίο, το κολύμπι στις ερημικές ή στις πολυσύχναστες παραλίες της, η εξερεύνηση μέσα από τα μονοπάτια που διατρέχουν κάθε γωνιά του νησιού, το σπιτικό, παραδοσιακό φαγητό στη Χώρα, στην Αγκάλη ή στην Άνω Μεριά, οι νύχτες που ζωντανεύουν μετά από τα ρακόμελα στις πλατείες και το γλέντι που απογειώνεται μετά από μερικά ποτήρια κρασί στις ταβέρνες. Οικισμοί της Φολέγανδρου είναι η Χώρα, η Άνω Μεριά, ο Καραβοστάσης, το λιμάνι του νησιού και η Αγκάλη, παραθεριστικός οικισμός. Δευτερεύοντες οικισμοί είναι το Λιβάδι και ο Πετούσης. Διοικητικά ανήκει στην Επαρχία Θήρας του νομού Κυκλάδων.

Παραλίες

Χοχλιδία - Βάρδια - Κάτεργο - Λιβάδι - Αγκάλη - Άγιος Νικόλαος - Λιβαδάκι - Αμπέλι - Άγιος Γεώργιος - Βορεινά - Σερφιώτικο

Διάφανα νερά, βυθί με τη χαρακτηριστική πράσινη πέτρα της Φολέγανδρου, ερημικές αμμουδιές κάτω από τις σκιές των αλμυρικών, ταβέρνες με φρέσκο ψάρι πάνω στην άμμο. Στις παραλίες φτάνει κανείς με τουριστικά καραβάκια, αυτοκίνητο ή λεωφορείο. Για τις πιο απομονωμένες αμμουδιές, προτιμήστε το περπάτημα. Η Φολέγανδρος είναι ιδανικός τόπος για πεζοπορία: τα μονοπάτια ανάμεσα στις ξερολιθιές περνούν από παλιούς μύλους, εγκαταλελειμμένες θημωνιές, φαράγγια, ερημικά ξωκλήσια και διασχίζουν όλο το νησί.





[σελίδα 9 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

οι άνθρωποί μας προτείνουν...

Οι σημαντικότεροι λόγοι για να βρεθείτε στη Φολέγανδρο:

- 1 Για το υπέροχο ηλιοβασίλεμα από το μοναστήρι της Παναγιάς.
- 2 Για τους συγκλονιστικούς караβόλους, τα πεντανόστιμα σαλιγκάρια που θα βρείτε στα ταβερνάκια.
- 3 Για τα ρακόμελα στην Πιάτσα, που φτιάχνονται με τοπικό μυρωδάτο μέλι.
- 4 Για να δείτε την ανατολή από το άνοιγμα της Πούντας.
- 5 Για να κολυμπήσετε στα σμαραγδένια νερά του Εμπορίου όταν δε φυσάει βοριάς.
- 6 Για την καρπουζένια, τη γλυκιά πίτα με καρπούζι, μέλι και σουσάμι.
- 7 Για το ότι σίγουρα θα συναντηθείτε με κάποια παλιά αγάπη σας.
- 8 Για το παραδοσιακό παστέλι της Άνω Μεριάς.
- 9 Για τα λαβυρινθώδη στενάκια της Χώρας που θυμίζουν τα δαιδαλώδη κανάλια του Άμστερνταμ.
- 10 Για τα ματσάτα, χειροποίητα μακαρόνια που σερβίρονται με κόκορα ή κουνέλι.
- 11 Για να κάνετε γνωριμίες στις λευκές πεζούλες της Χώρας.
- 12 Για το πρωτότυπο Κάστρο της, που είναι χτισμένο με χαμηλά μικρά σπίτια και όχι με τις παραδοσιακές πολέμιστρες.
- 13 Για τα ρεβίθια φούρνου και τη μαγειρευτή κάπαρη.
- 14 Για τα κρυστάλλινα νερά του Κάτεργου.
- 15 Για την τυρόπιτα του φούρνου της Χώρας.
- 16 Για την Χρυσοσπηλιά, το σπήλαιο με τα μοναδικά ευρήματα του 4ου αιώνα.
- 17 Για τις φοβερές μαντινάδες των ντόπιων.
- 18 Για τους άψογους ντόπιους.
- 19 Για να τραγουδήσετε το Τώρα το πλοίο έχει σαλπάρει, το τραγούδι του Πάνου Γαβαλά, που κατάγεται από εδώ.
- 20 Για να δοκιμάσετε φρέσκο σουρωτό στα καφενειά της Χώρας.



TIPS

Πού θα πάτε για καλό φαγητό
εντός... Αθηνών:

Οικείο

Πλουτάρχου 15, Κολωνάκι, τηλ. 210 7259216

Πιπεριά

Αγγ. Σικελιανού 8, Ν. Ψυχικό, τηλ. 210 6729114

Βαρανδά

Τσόχα 43, Αμπελόκηποι, τηλ. 210 6444308

Πώς θα φτάσετε

ΜΕ ΦΕΡΙΜΠΟΤ

Από τον Πειραιά για τον Καραβοστάση - το λιμάνι της Φολέγανδρου - εκτελούνται δρομολόγια όλο το χρόνο. Απόσταση: 102 ναυτικά μίλια.
Πληροφορίες: Λιμεναρχείο Πειραιά, τηλ.: 210 4226000 - 4, 210 4593140, 210 4593150.



[σελίδα 10 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

εκδηλώσεις κοσμικά

Όσα φέρνει ο πελαργός...



Να τον χαίρεστε!

Ο κύριος Μπάμπης Τομάσης και η κυρία Μαρία Αργυρίου έφεραν στον κόσμο ένα πανέμορφο αγγελούδι! Να το χαίρεστε το αγοράκι σας!



Καλώς το δεχτήκατε!

Ο... πελαργός χτύπησε και την πόρτα του κυρίου Ιωάννη Τσαντήλα και της κυρίας Βίκυς Σαμπάνη. Να σας ζήσει το μωράκι σας!



Οι χαρές τους διπλασιάστηκαν!

Στην οικογενειακή ευτυχία της κυρίας Αιμιλίας Φωλιά και του κυρίου Θωμά Μνιόγλου προστέθηκε ένα ακόμα μέλος, η Ράνια. Πάντα τέτοιες χαρές να έχετε!



Συνάδελφος της Petrogen εν ώρα πτήσης

Δοκιμή SKYFLY στο ALLOU FANPARK

Στα μέσα του Απρίλη, το Petrogen δοκίμασε το Skyfly στο Allou FanPark. Ήταν μία εκπληκτική εμπειρία για όλους. Αξίζει να σημειωθεί, ότι χρειάστηκαν περίπου 25 λεπτά εκπαίδευσης για να «πετάξουν» δέκα λεπτά.

Θα τον θυμόμαστε πάντα!

Τη δεκαετία 1965-75, ο Δημήτρης Τσιτσιμής ήταν αντιπρόσωπος της εταιρίας, αρχικά με έδρα το Κιλκίς και κατόπιν, τη Θεσσαλονίκη. Ο Δημήτρης Τσιτσιμής «όργωσε» τους κάμπους της μακεδονικής γης ως πωλητής τρακτέρ και μηχανών Perkins. Με πολύ μόχθο, επιμονή, αλλά και ταλέντο ανακηρύχθηκε πρώτος πωλητής της εταιρίας μας στη Βόρεια Ελλάδα. Οι παλαιότεροι, θυμούνται το πηγαίο χιούμορ του και τον ευθύ λόγο του.



[σελίδα 11 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ώρα για διάλειμμα

ανέκδοτα...

Ένας Γάλλος και ένας Έλληνας συζητούν:

- Το ήξερες ότι στα ερείπια ενός αρχαίου Γαλατικού χωριού βρήκαμε καλώδια; λέει ο Γάλλος.
- Και τι σημαίνει αυτό;
- Σημαίνει ότι στην Γαλλία είχαμε τηλεφωνα από την αρχαία εποχή!
- Εμείς, πάντως, στον Παρθενώνα δε βρήκαμε τίποτα! λέει ο Έλληνας.
- Και τι σημαίνει αυτό;
- Σημαίνει ότι είχαμε κινητή τηλεφωνία!!!

Σε περίοδο πολέμου, ένας στρατηγός ζητάει

- από τον πιο ικανό του ανιχνευτή να εντοπίσει πόσοι είναι οι εχθροί. Φεύγει ο ανιχνευτής και μετά από δύο ώρες επιστρέφει με την αναφορά:
- Πόσοι ήταν; Τους μέτρησες;
- Ρωτάει ο στρατηγός.
- Ναι. Είναι 504, απαντάει ο ανιχνευτής.
 - 504; Τι λες ρε θηρίο! Και πώς είσαι τόσο σίγουρος;
 - Ε, είναι τέσσερις μπροστά και καμιά πεντακοσαριά από πίσω!

Ξέρατε ότι...

- Το Πυθαγόρειο θεώρημα αποτελείται από 24 λέξεις!
- Η αρχή του Αρχιμήδη από 67!
- Οι Δέκα Εντολές από 179!
- Η Διακήρυξη της Ανεξαρτησίας των ΗΠΑ από 300!
- Ένας πρόσφατος νόμος σε Ευρωπαϊκή χώρα σχετικά με το πού μπορεί κανείς να καπνίσει από 23.042 λέξεις!

οι αλήθειες της ημέρας...

«Δεν χρειάζεται να κάνεις πολλά πράγματα στη ζωή σου με το σωστό τρόπο. Αρκεί να μην κάνεις περισσότερα με το λάθος».

Γουόρεν Μπάφετ

«Ένας άνθρωπος είναι επιτυχημένος όταν μπορεί να ξυπνά το πρωί και να κοιμάται το βράδυ, έχοντας κάνει στο μεταξύ όλα όσα θα ήθελε».

Μπομπ Ντίλαν

Η καλή διάθεση σταματά το χρόνο!



Αν μέχρι τώρα αναζητούσατε το φάρμακο για τα γηρατειά σε θαυματουργές κρέμες, ορούς ή στο νυστέρι ενός καλού πλαστικού μάλλον ψάχνατε... σε λάθος μέρος.

Το μυστικό για να νιώθετε και να φαίνεστε νεότερες και νεότεροι, όσο κι αν περνούν τα χρόνια βρίσκεται στην καλή διάθεση και την αισιοδοξία. Όπως ανακάλυψαν επιστήμονες του Πανεπιστημίου του Τέξας μετά από επτά χρόνια μελετών, οι άνθρωποι, που διατηρούν μια αισιόδοξη στάση ζωής, αργούν να εμφανίσουν σημάδια γήρατος σε σχέση με τους απαισιόδοξους. Οι μελετητές υποστηρίζουν, ότι το πόσο γρήγορα θα υποκύψουμε στα σημάδια του χρόνου, ορίζεται από την αλληλεπίδραση ψυχολογικών και γονιδιακών παραγόντων.

Στην έρευνα συμμετείχαν 1.558 από την αμερικανομεξικανική κοινότητα, η υγεία των οποίων αρχικά βρισκόταν σε σχετικά καλή κατάσταση. Οι επιστήμονες στη διάρκεια των επτά χρόνων της μελέτης, εξέταζαν το πόσο γρήγορα γερνούσαν οι συμμετέχοντες, μετρώντας σε τακτά χρονικά διαστήματα το βάρος, την κόπωση και τις σωματικές τους αντοχές. Τα αποτελέσματα ήταν εντυπωσιακά. Όπως αποδείχτηκε, οι αισιόδοξοι συμμετέχοντες είχαν πολύ λιγότερες πιθανότητες να εμφανίσουν σημάδια γήρατος σε σχέση με εκείνους, που δεν είχαν τόσο θετική στάση ζωής.

Ωστόσο, οι ερευνητές υποστηρίζουν, ότι χρειάζεται περαιτέρω έρευνα για να βρεθεί πώς συνδέεται η καλή διάθεση με την καθυστέρηση της γήρανσης. Οι ίδιοι, θεωρούν, ότι πιθανότατα τα θετικά συναισθήματα επηρεάζουν ευεργετικά τη χημική ισορροπία του οργανισμού.

Ο επικεφαλής της έρευνας Δρ. Γκλεν Όστιρ, δήλωσε σχετικά: «Πιστεύω, ότι το πνεύμα και το σώμα μας συνδέονται και οι σκέψεις, οι συμπεριφορές ή τα συναισθήματά μας επηρεάζουν τη λειτουργία του οργανισμού μας».



[σελίδα 12 / Ιούνιος 07 / τεύχος 4]

ώρα για διάλειμμα

Τρόφιμα που προστατεύουν το Δέρμα



Υπάρχουν στο ψυγείο μας και στα ντουλάπια της κουζίνας μας και τα καταναλώνουμε καθημερινά. Ξέρετε όμως, ότι... προστατεύουν το δέρμα και μειώνουν τον κίνδυνο του σχηματισμού των ρυτίδων; Αν όχι, ρίξτε μια ματιά.

Από την κουζίνα της..... Ρέας

Μελιτζάνες με ντομάτα

- 1 κιλό μελιτζάνες
- 1 μεγάλο κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 2 φλυτζάνια λάδι
- 1 κονσέρβα ντομάτες και 1 κουταλιά της σούπας πελτέ ή
- 3 φρέσκιες ντομάτες και 1 κουταλιά της σούπας πελτέ
- 1/3 ματσάκι μαϊντανό
- αλάτι και πιπέρι

- Κόβετε τις μελιτζάνες σε μακρόστενα κομμάτια.
- Τις βάζετε σε ένα μπώλ με νερό και αλάτι για μισή ώρα.
- Βάζετε στην κατσαρόλα το λάδι να κάψει και τσιγαρίζετε το κρεμμύδι.
- Προσθέτετε το σκόρδο.
- Προσθέτετε την ντομάτα και 1 ποτήρι νερό και αφήνετε να βράσει για λίγο.
- Ξεπλένετε τις μελιτζάνες από το αλατόνερο και τις ρίχνετε στην κατσαρόλα.
- Αλατοπιπερώνετε.
- Προσθέτετε τον μαϊντανό.
- Χαμηλώνετε τη φωτιά μέχρι να μείνουν με τη σάλτσα τους.

- * Αβγά ολόκληρα
- * Γάλα χαμηλό σε λιπαρά (εάν δεν έχετε δυσανεξία στη λακτόζη)
- * Γιαούρτι παραδοσιακό
- * Ελαιόλαδο εξαιρετικά παρθένο, λινέλαιο ψυχρής έκθλιψης, ιχθυέλαια
- * Ελιές ανάλατες
- * Θαλασσινά (ιδίως: μύδια και στρείδια)
- * Λαχανικά (ιδίως: πράσινα φυλλώδη λαχανικά, κολοκύθα, κρεμμύδι, μελιτζάνα, πράσο, σκόρδο και σπανάκι)
- * Ξηροί καρποί και σπόροι (ιδίως: αμύγδαλα, ηλιόσποροι, καρύδια πεκάν, κολοκυθόσποροι και μακαντέμια, όλοι άψητοι και ανάλατοι)
- * Όσπρια (ιδίως: σόγια, φάβα, φασόλια)
- * Πάστες σπόρων και ξηρών καρπών (ιδίως: αμυγδαλόπαστα και ταχίνι)
- * Τσάι
- * Φρούτα (ιδίως: αβοκάντο, δαμάσκηνα, κεράσια, μάγκο, μήλα, σταφύλια και φράουλες)
- * Ψάρια (όλα τα λιπαρά και ιδίως οι σαρδέλες, το σκουμπρί και ο σολομός) και αβγά ψαριών (ιδίως το μπρικ, το χαβιάρι και ο άσπρος, μη τεχνητά κεχρωσμένος ταραμάς)

Ξεχάστε τα!

ΤΡΟΦΙΜΑ που σε υπερκατανάλωση βλάπτουν το δέρμα και αυξάνουν τις ρυτίδες ή κάνουν πιο βαθιές τις ήδη υπάρχουσες:

- * Αλλαντικά και συναφή κρεατοπαρασκευάσματα
- * Αναψυκτικά
- * Βαριά αλκοολούχα ποτά και λικέρ
- * Βιομηχανοποιημένα σνακ υψηλά σε αλάτι ή ζάχαρη (ιδίως: γαριδάκια, καραμέλες, μπισκότα και πατατάκια)
- * Βούτυρο (εάν τρώγεται σε μεγάλες ποσότητες ή ψημένο)
- * Γλυκά, κέικ, επιδόρπια και συναφή
- * Δημητριακά πολύ επεξεργασμένα
- * Ζάχαρη σε όλες τις μορφές της
- * Καπνιστά τρόφιμα
- * Καφές, κρέμα γάλακτος και μαγιονέζα
- * Μαργαρίνες με trans λιπαρά
- * Παστά
- * Πατάτες (εξαίρεση: γλυκοπατάτα)
- * Πέτσες και λίπη κρεάτων
- * Τηγαντά και τσιγαρισμένα τρόφιμα
- * Τρόφιμα που περιέχουν πρόσθετα (ιδίως: χρωστικές, συντηρητικά και τεχνητά γλυκαντικά)
- * Τρόφιμα τύπου fast food και τρόφιμα ψημένα σε σάρα
- * Υπερθερμασμένα λίπη και έλαια
- * Ψωμί λευκό και συναφή αρτοποιήματα (πολυτελείας)

Στείλτε στο e-mail: metaxymas@petropoulos.com τις αγαπημένες σας φωτογραφίες (από διακοπές, εκδρομές, κ.λπ.), ανέκδοτα, ατάκες, προτάσεις για εστιατόρια, ταινίες ή οτιδήποτε άλλο θέλετε να μοιραστείτε μαζί μας κι εμείς θα τα δημοσιεύσουμε.

εας ευχαριστούμε για τη συμμετοχή εας και εας ευχόμεστε καρλό καρλοκαίρι!