

46#

▶ ενημερωτική έκδοση  
δεκέμβριος 2017  
[www.petroopoulos.com](http://www.petroopoulos.com)

# μεταξύ μας



**ΠΕΤΡΟΣ  
ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ**

Από το 1922

# Πώς μας βοηθάνε οι Αξίες και οι Μετρήσεις μας

Πριν περίπου 20 χρόνια, καθίσαμε όλοι μαζί, και συμφωνήσαμε ποιες είναι οι βασικές μας Αξίες:

- ◆ Εκτίμηση και Εμπιστοσύνη στον Άνθρωπο
- ◆ Συνέπεια
- ◆ Τίμιος Πρωταθλητισμός
- ◆ Φειδώ
- ◆ Σύνεση

Λίγα χρόνια νωρίτερα, είχαμε σχεδιάσει τον τρόπο μέτρησης των Αποτελεσμάτων μας και τον ονομάσαμε ΟΠΑ (Οικονομική Προστιθέμενη Αξία). Σε συνδυασμό, μας κράτησαν δυνατούς τα τελευταία 9 χρόνια της Κρίσης.

Έχουμε ακόμη τρεις Αξίες τις οποίες μετράμε σε όλες τις Επιχειρηματικές Μονάδες:

- ◆ Ικανοποίηση Πελατών
- ◆ Ικανοποίηση Στρατηγικών Εταίρων
- ◆ Επίτευξη ελάχιστου στόχου Μεριδίου Αγοράς

Όλες αυτές οι Αξίες είναι πολύ σημαντικές αλλά, ίσως, η σημαντικότερη από όλες είναι η «Ικανοποίηση των Πελατών». Εάν το καλοσκεφθούμε δίχως ικανοποιημένους πελάτες δεν έχουμε λόγο ύπαρξης και δεν έχουμε ελπίδα να προοδεύσουμε. Γι' αυτό, όλοι μας θα πρέπει για πρώτο στόχο και προσπάθεια να έχουμε την ικανοποίηση των πελατών μας - και να τηρούμε στο ακέραιο αυτά που τους έχουμε υποσχεθεί!

Μόνο εάν συνεχίσουμε να μετράμε την τήρηση όλων αυτών των Αξιών με σχολαστικότητα και ακρίβεια, θα έχουμε την ικανοποίηση ότι τις τηρούμε πιστά - και το περίεργο είναι ότι τα καλά αποτελέσματα θα έρχονται από μόνα τους!

Σε λίγες μέρες έρχονται τα Χριστούγεννα και η Πρωτοχρονιά. Μέρρες χαράς, αγάπης και οικογενειακής ευτυχίας. Μέρρες, επίσης, απολογισμού για τη Χρονιά που πέρασε, αλλά και σχεδιασμού για τη Χρονιά που έρχεται. Σας εύχομαι λοιπόν να περάσετε καλά τα Χριστούγεννα, με Ευτυχία και Υγεία το Νέο Έτος και με πρόοδο το 2018! 📅

Ιωάννης Π. Πετρόπουλος  
Διευθύνων Σύμβουλος

## περιεχόμενα

τεύχος 46 | δεκέμβριος 2017



- 02 editorial
- 03 οικονομικά αποτελέσματα
- 04 εσωτερικά νέα
- 13 οι άνθρωποί μας προτείνουν
- 15 μας ενδιαφέρουν

Επιμέλεια Σύνταξης &  
Υπεύθυνη Επικοινωνίας  
Αθηνά Τσιτάγκα

Σχεδιασμός &  
Σελιδοποίηση  
Blast Communications

Επικοινωνία  
metaxymas@petropoulos.com

Ιδιοκτησία



Ιερά Οδός 96 - 104, 104 47 Αθήνα  
Τ: 210 349 9200 Φ: 210 347 3404  
E: contact@petropoulos.com  
www.petropoulos.com

# Αποτελέσματα Ομίλου Εννεαμήνου 2017

Οι πωλήσεις του Ομίλου κατά την περίοδο 1 Ιανουαρίου - 30 Σεπτεμβρίου μειώθηκαν κατά 24,4% και ανήλθαν σε € 54.230 εκ. (€ 71.783 εκ. το 2016). Το EBITDA του Ομίλου ανήλθε σε € 3.627 εκ. (€ 4.537 εκ. το 2016).

Τα κέρδη προ φόρων ανήλθαν σε € 1.894.000 έναντι € 2.728.000 το 2016, ενώ τα κέρδη μετά τους φόρους και τα δικαιώματα μειοψηφίας σε € 1.017.000 έναντι € 1.792.000 το αντίστοιχο διάστημα του 2016.

Ο δείκτης φερεγγυότητας του Ομίλου (καθαρή θέση ως % του συνόλου του ενεργητικού χωρίς τα μετρητά και ισοδύναμα) στις 30.09.2017 ήταν 56,6% (56,5% στις 31.12.2016).

## Δραστηριότητες Εταιρείας

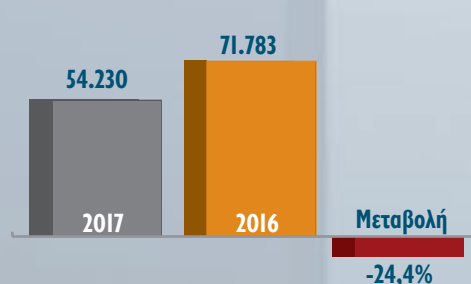
Η Πέτρος Πετρόπουλος ιδρύθηκε το 1922 στη Θεσσαλονίκη. Κατασκευάζει, διασκευάζει, διανέμει και υποστηρίζει μεγάλο εύρος προϊόντων αυτοκινητοβιομηχανίας όπως αυτοκίνητα, φορτηγά, λεωφορεία, γεννήτριες, κινητήρες diesel, σκάφη, εξωλέμβιες μηχανές, αγροτικά, χωματουργικά και βιομηχανικά μηχανήματα, μπαταρίες, λιπαντικά και ελαστικά.

Η Εταιρεία κατέχει ηγετική θέση στην Ελληνική αγορά στους τομείς δραστηριότητάς της.

# Οικονομικά Αποτελέσματα Εννεαμήνου 2017

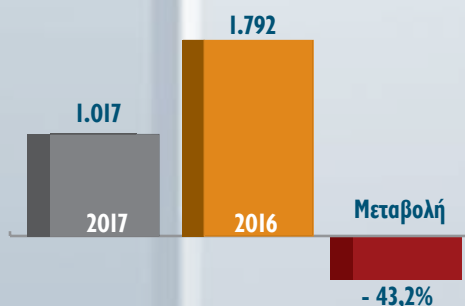
### Κύκλος Εργασιών

(ποσά σε χιλ. ευρώ)



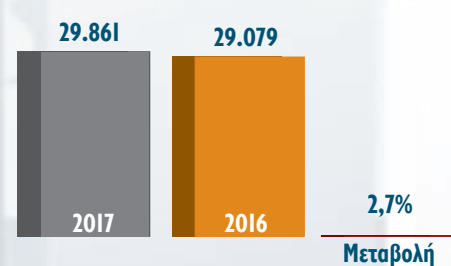
### Κέρδη

(μετά από φόρους και δικαιώματα μειοψηφίας)



### Ίδια Κεφάλαια

(ποσά σε χιλ. ευρώ)



### Μετοχή

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| Τιμή Μετοχής (20/12/2017)   | 5,12      |
| Κεφαλαιοποίηση (εκατ. ευρώ) | 36,5      |
| Αριθμός Μετοχών             | 7.070.400 |
| ASE Code                    | ΠΕΤΡΟ     |
| Free Float                  | 26%       |

### Στατιστικά Στοιχεία

|               |      |
|---------------|------|
| Max 52 εβδομ. | 5,45 |
| Min 52 εβδομ. | 4,07 |

# Επίσημη παρουσίαση του πρωτοποριακού Range Rover Velar

**Τ**ο νέο Range Rover Velar έβαλε τα καλά του και υποδέχθηκε τους εκλεκτούς καλεσμένους του σε μια εκπληκτική εκδήλωση στα τέλη Σεπτεμβρίου, στο Island της Βάρκιζας. Μετά τη φαντασμαγορική παρουσίαση του μοντέλου, ο Στέφανος Κορκολής και η Σοφία Μανουσάκη διασκέδασαν τους παρευρισκόμενους.

Το ολοκαίνουργιο Range Rover Velar στέκεται μόνο του στην κορυφή της τεχνολογίας και της άνεσης. Η φιλοσοφία του σχεδιασμού του είναι επαναστατική. Εντυπωσιακές αναλογίες, επίπεδες λαβές θυρών και ενσωματωμένη πίσω αεροτομή: ένας συνδυασμός που βελτιώνει την αεροδυναμική. 





# Γιορτή για τα 30 χρόνια συνεργασίας με την FG Wilson



**Τ**ην 30η επέτειο συνεργασίας της Εταιρείας μας με την FG Wilson γιορτάσαμε στις 21 Νοεμβρίου μέσα σε εξαιρετικά θερμό κλίμα. Την εκδήλωση, η οποία πραγματοποιήθηκε στο Τεχνικό Σχολείο της Εταιρείας, τίμησαν με την παρουσία τους οι κύριοι Roberto Doninelli και Carlo Lazaro της FG Wilson ενώ παρευρέθησαν η Διοίκηση της Εταιρείας μας και όλη η ομάδα PETROGEN. 🇬🇧





# Ολοκαίνουριο E-PACE Μοναδική Οδηγική Εμπειρία



**Τ**ο ολοκαίνουριο E-PACE είναι το πρώτο compact SUV της Jaguar. Είναι ένας μοναδικός συνδυασμός εμφάνισης, ευελιξίας και δυναμικής οδήγησης.

## Εμφάνιση που μαγνητίζει τα βλέμματα

Με τις απαλές της καμπύλες στο καπό και τα μυώδη φτερά στο πίσω μέρος, η E-PACE είναι ένα δυναμικό και ευέλικτο SUV με τις γραμμές ενός Coupe. Ξεχωρίστε στο δρόμο με τα μοναδικά φώτα LED της Jaguar. Για μεγαλύτερη ασφάλεια, μπορείτε να επιλέξετε τα φώτα Matrix LED που διαθέτουν Animated Directional Indicators.

## Χώρος οδήγησης εστιασμένος στον οδηγό

Το εστιασμένο στον οδηγό εσωτερικό του E-PACE διαθέτει υψηλής ποιότητας υλικά και σύγχρονο σχεδιασμό. Ο χώρος οδήγησης αγκαλιάζει τον οδηγό, προσφέροντας εύκολη πρόσβαση σε όλα τα χειριστήρια και τα όργανα, ώστε να μπορείτε να επικεντρωθείτε στην απόλαυση της οδήγησης.

## Οδηγική Εμπειρία

Ανακαλύψτε τον ενθουσιασμό της οδήγησης του E-PACE. Προσφέροντας μια μοναδική ισορροπία μεταξύ ευελιξίας και οδηγικής άνεσης, το πλήρως ανεξάρτητο σύστημα ανάρτησης διαθέτει εξελιγμένο σχεδιασμό πίσω ανάρτησης πολλαπλών συνδέσμων. Οι προηγμένες τεχνολογίες οδήγησης, όπως Active Driveline και Adaptive Dynamics, διασφαλίζουν ότι το E-PACE προσφέρει ευέλικτη, ελεγχόμενη οδήγηση.

## Τεχνολογία στο εσωτερικό

Σχεδιασμένη για να κάνει την οδήγηση ασφαλέστερη και πιο ευχάριστη, η υπερσύγχρονη τεχνολογία του E-PACE περιλαμβάνει το σύστημα ψυχαγωγίας και ενημέρωσης Touch Pro με οθόνη αφής 10» τύπου tablet. Για να προσφέρει μια εξατομικευμένη εμπειρία, η τεχνολογία Smart Settings θυμάται αρκετές ρυθμίσεις που έχουν αποθηκευτεί στο προφίλ κάθε οδηγού, συμπεριλαμβανομένων των μέσων που σας αρέσει να αναπαράγετε στη διαδρομή σας (η τεχνολογία Smart Settings είναι μέρος του Connect Pro Pack και είναι τυπικός εξοπλισμός στα E-PACE S, SE και HSE).

## Χώρος για τα πάντα

Το E-PACE έχει τους μεγαλύτερους εσωτερικούς αποθηκευτικούς χώρους στην κατηγορία του. Η βαθιά κεντρική κονσόλα με αφαιρούμενες ποτηροθήκες παρέχει έναν εξαιρετικά ευέλικτο χώρο. Το μεγάλο ντουλαπάκι συνοδηγού είναι ιδανικό για όλα τα είδη πρώτης ανάγκης που θέλετε να κρατήσετε κοντά σας και οι βαθιές θήκες στις μπροστινές πόρτες έχουν σχεδιαστεί για να μεταφέρουν μια σειρά αντικειμένων.

## Το E-PACE δεν αστειεύεται

Ως το πρώτο compact SUV της Jaguar, το νέο E-PACE συνδυάζει μια εντυπωσιακή παρουσία στο δρόμο με ευρύχωρη πρακτικότητα - ένας φανταστικός συνδυασμός για επαγγελματίες οδηγούς. Προσθέστε σε αυτό μια σειρά από αποδοτικούς κινητήρες Ingenium και παγκοσμίου φήμης τεχνολογία επιδόσεων που θα σας βοηθήσουν να αντιμετωπίσετε τα πάντα με την άνεσή σας, και έχετε μια συναρπαστική επιλογή για το στόλο σας. 

# Παρουσίαση της ISUZU στην Λαχαναγορά

Στις 22-24 Οκτωβρίου, το τμήμα της ISUZU πραγματοποίησε εκδήλωση στον ΟΚΑΑ (Οργανισμός Κεντρικών Αγορών και Αλιείας Α.Ε. είναι το επίσημο όνομα της λαχαναγοράς). Κατά τη διάρκεια του event που ήταν εστιασμένο στους επαγγελματίες, παρουσιάσαμε τέσσερα αυτοκίνητα, ένα μονοκάμπινο που αποτελεί πραγματικό εργαλείο δουλειάς, το Extended με 1,5 καμπίνα στην πλούσια έκδοση Activity, και τα διπλοκάμπινα Arena & Gravity με μηχανικό δάρι και αυτόματο δάρι κιβώτιο με πλούσιο εξοπλισμό.

Ειδικά την Κυριακή, από το πρωί μέχρι το μεσημέρι ο χώρος έσφυζε από ζωή καθώς τα van, τα φορτηγά διανομών και κάποια pick ups περνούσαν ασταμάτητα από μπροστά μας. Οι επαγγελματίες του κλάδου μάς είδαν με μεγάλη συμπάθεια, ενώ συζητήθηκε έντονα η ενημέρωση που γινόταν γύρω από το νέο κινητήρα 1.9 L με απόδοση 164 Hp που δίνει καλύτερες επιδόσεις και οικονομία σε σχέση με τον 2,5L που φορούσε το D-MAX μέχρι το 2016. Αξιοσημείωτο αποτελεί το γεγονός ότι ο νέος κινητήρας είναι Euro 6 χωρίς AdBlue, καθώς οι περισσότερες μάρκες αναγκάζονται ακόμη να το τοποθετήσουν.

Αρκετοί από τους υποψήφιους πελάτες που έδειξαν ενδιαφέρον κατά τη διάρκεια αυτής της εκδήλωσης έχουν ήδη προχωρήσει σε παραγγελίες. 



## Avon Tires Η νέα αντιπροσωπεία που θα διαχειρίζεται ο Τομέας Οστρέα

Η Εταιρεία μας, μετά από συμφωνία με την εταιρεία Cooper Tires & Rubber Company, ανέλαβε την αντιπροσωπεία των ελαστικών αυτοκινήτων AVON Tires για την Ελλάδα. Η AVON Tires με έδρα το Ηνωμένο Βασίλειο παράγει ελαστικά υψηλών προδιαγραφών για αυτοκίνητα, μοτοσυκλέτες, επαγγελματικά οχήματα, αλλά και ελαστικά αγώνων από τις αρχές του προηγούμενου αιώνα. Το 1997 η AVON Tires εξαγοράστηκε από την Cooper Tires & Rubber Company. Σημειώνεται ότι η Εταιρεία μας αντιπροσωπεύει τα ελαστικά Cooper από τον Ιούλιο του 2017 και η νέα αυτή δραστηριότητα εντάσσεται στον Τομέα Οστρέα, που περιλαμβάνει τις Επιχειρηματικές Μονάδες Λιπαντικών και Συσσωρευτών Οχημάτων. 📍



## Ας είναι καλοτάξιδα τα λεωφορεία μας στην πανέμορφη Κρήτη

Αυτή τη χρονιά σειρά είχε η Κρήτη στην οποία παραδώσαμε 5 λεωφορεία μονομιάς! Τα λεωφορεία της Κρήτης θα κυκλοφορήσουν με το ΚΤΕΛ Ηρακλείου Κρήτης και, πιο συγκεκριμένα, τα 3 από αυτά θα χρησιμοποιηθούν για σχολικές εκδρομές, ενώ τα υπόλοιπα θα εξυπηρετούν το καλοκαίρι τους τουρίστες που φθάνουν στο νησί με τα κρουαζιερόπλοια. Είναι εξοπλισμένα με πολυτελή υφασμάτινα καθίσματα για 30 επιβάτες, αυτόματες ζώνες και μικροφωνική εγκατάσταση, ενώ διαθέτουν ισχυρά κλιματιστικά συστήματα, ώστε να εξασφαλίζονται οι ιδανικές συνθήκες στο εσωτερικό τους τις ζεστές ημέρες του καλοκαιριού. Σημειώνουμε ότι μέσα στο 2016 παραδώσαμε 5 λεωφορεία στη Μύκονο, γεγονός που φανερώνει ότι έχουμε αποκτήσει μία σημαντική δυναμική στα ελληνικά νησιά με τα λεωφορεία Isuzu. 📍



# Εντυπωσιακή για άλλη μία χρονιά η συμμετοχή μας στο Ναυτικό Σαλόνι Αθηνών



**Π**ιστοί στο ετήσιο ραντεβού μας με τους λάτρεις της θάλασσας, συμμετείχαμε και φέτος στο Ναυτικό Σαλόνι Αθηνών, που πραγματοποιήθηκε 23-27 Νοεμβρίου.

Τα υδροσκάφη SEA-DOO με το νέο μοντέλο GTX LTD 300 hp, οι εξωλέμβιες μηχανές EVINRUDE και TOHATSU, τα φουσκωτά σκάφη ZODIAC - BOMBARD - AVON, αλλά και οι ναυτικοί κινητήρες PERKINS POWER JLM είχαν την τιμητική τους. Επιπλέον, παρουσιάσαμε τις νέες ENVIRUDE G2, νέα μοντέλα από την Sea Doo, τη νέα σειρά σκαφών Zodiac με αλουμινένια καρίνα, όπως και το θρυλικό δμετρο N-ZO, μικρά βοηθητικά Bombard και το γνωστό Avon Seasport De Luxe, τις νέες Tohatsu 15/20 ίππων EFI μαζί με μια σειρά από λευκές εξωλέμβιες για τις οποίες υπήρξε έντονη ζήτηση από το κοινό. 



## Εκπαιδευτικό Σεμινάριο με αντικείμενο τα προϊόντα Rocol

Όπως έχει γραφτεί σε προηγούμενο τεύχος του «Μεταξύ μας», η Επιχειρηματική Μονάδα Λιπαντικών έχει αναλάβει από τις αρχές του έτους την αντιπροσώπευση των προϊόντων της Rocol στην ελληνική αγορά. Η Rocol, έχει έδρα στο Leeds της Αγγλίας, είναι μέλος του Πολυεθνικού Ομίλου ITW και παράγει και διακινεί εξειδικευμένα λιπαντικά, όπως τροφίμων (κατέχοντας ηγετική θέση στην Αγγλία), κατεργασιών μετάλλων, συρματοσχοινών, αεροπορικών εφαρμογών, αντискωρικά, κ.ά.

Στα πλαίσια της νέας συνεργασίας και με δεδομένο ότι το Δίκτυο των Επιλεγμένων Συνεργατών Shell θα αποτελέσει ένα βασικό κανάλι της διάθεσης των προϊόντων Rocol, στις 20 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτικό σεμινάριο για τους συνεργάτες. Η εκπαίδευση έλαβε χώρα στο αμφιθέατρο της Εταιρείας μας και είχε ως εισηγητές τους συναδέλφους Νίκο Νικολάου και Γιώργο Δουκάκη. Στόχος του σεμιναρίου ήταν η τεχνική κατάρτιση των συνεργατών σχετικά με το εύρος και την κατηγοριοποίηση των προϊόντων της Rocol, καθώς και η ενημέρωσή τους σχετικά με τους τομείς στους οποίους στοχεύουμε. Στο σεμινάριο συμμετείχαν συνολικά 35 άτομα, με παρουσία σχεδόν του συνόλου του δικτύου, καθώς και των μελών της Επιχειρηματικής Μονάδας Λιπαντικών. 🇬🇧



## Shell: Υποστηρικτής του 11<sup>ου</sup> Maintenance Forum

Η Επιχειρηματική Μονάδα Λιπαντικών συμμετείχε φέτος ως υποστηρίκτς στο 11<sup>ο</sup> Maintenance Forum, που πραγματοποιήθηκε στο Μαρούσι στις 12 και 13 Οκτωβρίου. Το εν λόγω συνέδριο αποτελεί τη μεγαλύτερη συνάντηση στο χώρο της βιομηχανικής συντήρησης και παρουσιάζει κάθε χρόνο τις τελευταίες εξελίξεις στις σχετικές τεχνολογίες και μεθοδολογίες.

Η συμμετοχή μας εντάχθηκε στα πλαίσια του σχεδιασμού της EM για την ενίσχυση της αναγνωρισιμότητας των προϊόντων της σε τεχνολογικό επίπεδο και των στελεχών της σε επίπεδο υποστήριξης στο χώρο της βιομηχανίας. Παράλληλα, στόχος ήταν η προβολή της τοποθέτησης που επιδιώκουμε στην αγορά ως τεχνικά εξειδικευμένος συνεργάτης, που διακρίνεται για την παροχή των καταλληλότερων τεχνικοοικονομικά λύσεων.

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης, πραγματοποιήθηκε παρουσίαση στους συνέδρους, με τίτλο «Ο ρόλος της λίπανσης στο συνολικό κόστος κτήσης του εξοπλισμού», με ομιλητές τους Ν. Νικολάου (Business Development Manager στους τομείς ναυτιλίας, αεροπορίας και ειδικών εφαρμογών βιομηχανίας) και Ι. Δημάκη (Τεχνικό Σύμβουλο λιπαντικών). Το συνολικό κόστος κτήσης του εξοπλισμού (Total Cost of Ownership) αποτελεί τα τελευταία χρόνια και τον πυρήνα της επικοινωνιακής πολιτικής της Shell, επομένως η παρουσίαση αυτή συνδυάστηκε σωστά με τη γενικότερη θεματολογία του συνεδρίου. 🇬🇧



# Αγηςίλαγος: Μία παιδική θεατρική παράσταση που απολαμβάνουν μικροί και μεγάλοι

Ίσως γιατί μας εμπνέει η εορταστική ατμόσφαιρα, ίσως γιατί έχουμε λίγο περισσότερο ελεύθερο χρόνο, οι περισσότεροι γονείς αναζητούμε κυρίως την περίοδο των εορτών την «ποιοτική» ψυχαγωγία των παιδιών μας - θέατρο, μουσικές παραστάσεις, διαδραστικά δρώμενα έχουν την τιμητική τους. Ποια από αυτά όμως είναι πράγματι ποιοτικά; Ποια προάγουν ένα καλύτερο χαρακτήρα και μια ροπή προς πιο θετικές εμπειρίες;

Η απάντηση είναι προφανώς υποκειμενική, όπως είναι και οι λέξεις «καλύτερος», «ποιοτικός», «θετικός». Όλα τα πράγματα σε αυτόν τον κόσμο συνυπάρχουν σε αλληλεπίδραση μεταξύ τους και η κατάταξή τους σε καλύτερα και χειρότερα κρίνεται με βάση τις προσωπικές εμπειρίες του καθενός. Εν προκειμένω βέβαια, ο «καθένας» είναι, κυρίως, οι γονείς των παιδιών ή και άνθρωποι του άμεσου περιβάλλοντός τους, καθώς αυτοί επηρεάζουν τις επιλογές δραστηριοποίησης των παιδιών. Ίσως λοιπόν γι' αυτό το λόγο, θα πρέπει να αντικαταστήσουμε τη θεώρηση περί καλού και κακού, με μια θεώρηση ως προς το ποια δραστηριότητα προάγει περισσότερο την κρίση του παιδιού, ελευθερώνει τη φαντασία του, δεν το προκαταβάλλει προς συγκεκριμένες συμπεριφορές, και κυρίως, διατηρεί την παιδική αθώα σκέψη του, ενώ παράλληλα διατηρεί ένα αρκετό βαθμό «διασκεδαστικότητας» (αν και δεν υπάρχει τέτοια λέξη τη γράφουμε για έμφαση) ώστε να διατηρεί την προσήλωση του παιδιού.

Θα χρησιμοποιήσω ως παράδειγμα την παράσταση «Αγηςίλαγος» που παρακολούθησα στον Ελληνικό Κόσμο. Ο Αγηςίλαγος είναι μια κούκλα-λαγός, τον οποίο χειρίζονται πραγματικοί ηθοποιοί, μαζί και με άλλες κούκλες που παριστάνουν διάφορα ζώα του δάσους. Είναι δηλαδή ένας συνδυασμός θεάτρου και κουκλοθέατρου. Στη μία ώρα που διαρκεί η παράσταση, ο ήρωάς μας - σεφ στο επάγγελμα - περνάει από έναν υπερβολικό τρόπο διατροφής (μεγάλες ποσότητες, πολλά γλυκά, βαριά φαγητά) στη συνειδητοποίηση ότι το μυστικό της καλής υγείας βρίσκεται στο μέτρο και την ποικιλία.

Το μήνυμα της παράστασης, αν και απλό στη σύλληψη, δίνεται με ένα μοναδικά έμμεσο τρόπο, χρησιμοποιώντας τη μέθοδο του καλού παραδείγματος και όχι της παραίνεσης. Σε καμία περίπτωση



δεν καλλιεργεί το φόβο των συνεπειών της «λάθους επιλογής». Για παράδειγμα, όταν ο Αγηςίλαγος, στην αναζήτηση της σωστής διατροφής, επιλέγει αρχικά να τρώει μόνο ένα - υγιεινό κατά τα άλλα - φαγητό, π.χ. ντομάτες ή λεμόνια, το χειρότερο που μπορεί να συμβεί είναι να αποκτήσει κόκκινο ή κίτρινο χρώμα, το οποίο δεν του πάει. Η επιλογή του δεν κρίνεται, αλλά προστίθεται στις εμπειρίες του και τον βοηθάει στις επόμενες επιλογές του. Ο ήρωάς μας είναι ευτυχισμένος όταν μοιράζεται την τέχνη του με τους φίλους του, που τους μαγειρεύει καθημερινά, χωρίς να ζητάει ανταλλάγματα. Η διαφορετικότητα είναι όχι απλώς αποδεκτή, αλλά δε γίνεται καν αντικείμενο συζήτησης (π.χ. ο γιατρός - πελεκάνος είναι Μεξικάνος, είναι τρελούτσικος, γελάει με τα παθήματα του Αγηςίλαγου, αλλά εκείνος τον εμπιστεύεται πάντα). Στην παράσταση δεν υπάρχει καλός και κακός - οι λέξεις αυτές δε χρησιμοποιούνται καν. Κανένας δεν ζηλεύει ή μισεί κανέναν. Κανένας «καλός» κυνηγός δεν πυροβολεί και ανοίγει την κοιλιά του «κακού» λύκου (ναι, έτσι το γράφει στην έκδοση της Κοκκινοσκουφίτσας που έχω), κανένα Τέρας δεν απειλεί να σκοτώσει τον πατέρα της Πεντάμορφης, αν δεν του τη δώσει για γυναίκα του. Με λίγα λόγια, η παράσταση ξεδιπλώνει το θέμα της διατηρώ-ντας μια παιδική αθωότητα και παρασύροντας σε αυτή μικρούς και μεγάλους. Το κλίμα ευφορίας ενισχύεται από το ζευγάρι που συνοδεύει τα δρώμενα με ζωντανή μουσική (κιθάρα, αρμόνιο, πνευστά) και γλυκά τραγούδια. Θα ξαναπάω. 📺

Νίκος Νικολάου

# Γιορτές στη δημοφιλή περιοχή του Μαινάλου

Τώρα που έρχονται οι γιορτές, η πλειοψηφία των κατοίκων της πόλης έχει δύο βασικές προτιμήσεις: Η μία αφορά αυτούς που ανυπομονούν για βραδιές στη ζεστασιά του σπιτιού τους κοντά στο στολισμένο δέντρο, γιορτινές δραστηριότητες στην περιοχή που μένουν, γλυκά και φαγητά. Η δεύτερη βασική κατηγορία αφορά στην αναζήτηση της φύσης, την απόλαυση ακόμα και της χειμερινής εξοχής και τη φιλική ατμόσφαιρα ενός παραδοσιακού οικισμού. Βέβαια, δεν αποκλείεται να ανήκει κάποιος και στις δύο κατηγορίες ή να αναζητά και άλλες δραστηριότητες ή προορισμούς.

Για τους κατοίκους της Αττικής που εξορμούν στη φύση, η περιοχή του Μαινάλου είναι ιδιαίτερα δημοφιλής, καθώς είναι ένας από τους κοντινότερους όμορφους προορισμούς, με πολλές επιλογές για τον επισκέπτη. Ένας ορεινός όγκος με πάνω από 50 κορυφές, πλούσια βλάστηση με πρωταγωνιστές τα έλατα, εντυπωσιακά τοπία και πολλές ιστορικές μνήμες. Τα τρία πιο γνωστά χωριά της περιοχής είναι η Βυτίνα, η Δημητσάνα και η Στεμνίτσα. Χτισμένα όλα σε υψόμετρο της τάξεως των 900-1000μ., έχουν πολύ υγιεινό κλίμα και αποτελούν από μόνα τους αυτόνομους προορισμούς. Χρησιμοποιούν βέβαια και ως βάση για διάφορες δραστηριότητες. Τα τελευταία χρόνια, λόγω της ιδιαίτερης δημοτικότητας των παραπάνω τριών χωριών, σιγά-σιγά αναπτύχθηκαν και επιλογές και στα άλλα χωριά της ευρύτερης περιοχής, όπως το Λεβίδι, ο Καρδαράς και η Καρύταινα.

Ο επισκέπτης που αναζητά τη χαλάρωση σε ένα ευχάριστο περιβάλλον, μπορεί να τη βρει εύκολα, επιλέγοντας ένα από τα πολλά καλά καταλύματα και εστιατόρια και κάνοντας μικρές εκδρομές στην καρδιά της ορεινής Αρκαδίας, φθάνοντας ως τα σύνορα με το νομό Ηλείας. Αλλά και όποιος έχει διάθεση για εξερεύνηση και περιπέτεια, δεν έχει παρά να επιλέξει μια περιήγηση με τα πόδια στα ορεινά μονοπάτια, μια διαδρομή με ποδήλατο, μια κατάβαση ράφτινγκ στο Λούσιο (αν το επιτρέπει ο καιρός). Φυσικά, υπάρχει και το χιονοδρομικό κέντρο του Μαινάλου. Και όλα αυτά βρίσκονται σε βατές και σύντομες αποστάσεις.

Η διαμονή στην περιοχή είναι πολύ ποιοτική, με το ανάλογο βέβαια κόστος. Το ίδιο ισχύει και για την εστίαση, φθάνοντας μάλιστα πολλές φορές σε υπερβολικές τιμές (ένα πιάτο κοκκινιστό μοσχάρι, όσο καλό και να είναι, δεν μπορεί να κοστίζει 20 ευρώ). Γι' αυτό το λόγο, αξίζει κανείς να ψάξει αρκετά τις επιλογές πριν πάει, εκμεταλλευόμενος προσφορές στις λιγότερο δημοφιλείς ημερομηνίες, παίρνοντας πληροφορίες από καλούς γνώστες της περιοχής και γενικότερα προγραμματίζοντας με αρκετή λεπτομέρεια τις κινήσεις του. 📍

**Καλό σας ταξίδι!**

**Νίκος Νικολάου**

Business Development Manager  
Marine, Aviation, Industry Specialities

# Εντυπωσιάστε τους καλεσμένους σας προσφέροντας ένα σπιτικό κρασί

## Glühwein (γλυκό κρασί)

- ♦ 750 ml κρασί κόκκινο (εναλλακτικά χρησιμοποιήστε κρασιά που παράγονται από φρούτα, όπως κεράσι, βατόμουρο, μήλο, αχλάδι).
- ♦ 1 ποτήρι (250 ml) ρούμι ή κονιάκ
- ♦ 2 ποτήρια (500 ml) φρεσκοστυμμένος χυμός πορτοκαλιού
- ♦ 3 φέτες πορτοκάλι (αν επιθυμείτε προσθέτετε σταφίδα, κυδώνι, μήλο)
- ♦ 1 ποτήρι (του νερού των 240 ml) παρά κάτι ζάχαρη
- ♦ Μπαχαρικά/μυρωδικά: αστεροειδής γλυκάνισος, ξυλάκια κανέλας, γαρύφαλλο και, κατ' επιλογήν, λίγο μοσχοκάρυδο

Βάζουμε όλα τα υλικά σε μία κατσαρόλα και τα αφήνουμε να πάρουν μία βράση, σε σιγανή φωτιά (κάτω από τους 65°C για να μην εξατμιστεί το οινόπνευμα).

## Tips

Μη ρίξετε τη ζάχαρη απευθείας στην κατσαρόλα, αλλά βρείτε μία μικρή ανοξείδωτη σέσουλα (ή κάτι ανάλογο, π.χ. μια μεταλλική πλάκα σε σχήμα V), βάλτε στην άκρη της ένα μεγάλο κύβο ζάχαρης ή σιγά-σιγά προσθέστε τη χύμα ζάχαρη, ρίξτε επάνω της το ρούμι, κρατήστε τη σέσουλα υπό κλίση πάνω από την κατσαρόλα και δώστε φωτιά ώστε η καραμέλα της ζάχαρης που καίγεται, να στάζει μέσα στην κατσαρόλα.

**Δεν προσθέτουμε ποτέ νερό!**

## Σερβίρισμα

Αφαιρείτε από το κρασί τις φέτες πορτοκαλιού και σουρώνετε σε ποτήρια το υπόλοιπο. Βάζετε σε κάθε ποτήρι μια φέτα πορτοκάλι, έναν αστεροειδή γλυκάνισο και ένα μπαστουνάκι κανέλας. 



ΑΒΡΑΜΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ • ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΑΔΕΛΦΙΔΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ • ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ • ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΘΟΔΩΡΟΣ • ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΕΛΙΝΑ • ΑΝΤΩΝΕΤΣΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ • ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ • ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΑΡΓΥΡΑΤΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ • ΑΡΓΥΡΗΣ ΑΛΕΚΟΣ • ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ • ΑΡΓΥΡΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ • ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΒΑΙΤΣΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ • ΒΕΛΟΥΔΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ • ΒΡΥΩΝΗ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ • ΓΑΒΡΙΗΛ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΓΑΡΓΑΝΟΥΡΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΓΕΔΕΩΝ ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ-ΜΑΡΙΑ • ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ • ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ • ΓΚΕΚΗ ΜΑΡΙΑΝΑ • ΔΑΛΚΙΤΖΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ • ΔΑΡΔΑΜΑΝΗ ΜΑΡΙΑ • ΔΑΡΔΑΝΟΣ ΓΚΙΚΑΣ • ΔΗΜΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ • ΔΗΜΟΜΕΛΕΤΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ • ΔΗΜΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΔΗΜΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ • ΔΙΑΛΥΝΑΣ ΜΑΝΩΛΗΣ • ΔΟΥΚΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΔΡΑΝΔΑΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ • ΖΑΓΟΡΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΖΑΜΠΕΛΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΖΕΠΠΟΣ ΧΡΟΝΗΣ • ΖΩΓΛΟΠΙΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ • ΘΕΟΔΩΡΙΔΗΣ ΗΛΙΑΣ • ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ • ΚΑΙΤΤΑΝΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ • ΚΑΛΑΒΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ • ΚΑΛΟΓΕΡΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ • ΚΑΝΔΑΝΟΛΕΩΝ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ • ΚΑΝΕΛΛΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΚΑΠΟΥΚΙΝΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ • ΚΑΡΑΧΑΛΙΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ • ΚΑΡΒΕΛΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ • ΚΑΡΡΑΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ • ΚΙΟΥΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΚΟΒΑΤΣΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ • ΚΟΚΚΩΡΗ ΜΑΡΙΑ • ΚΟΚΚΩΡΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ • ΚΟΚΟΡΕΤΣΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΗ ΕΥΑΝΘΙΑ • ΚΟΝΤΟΛΑΙΜΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ • ΚΟΥΤΣΙΟΥΜΠΑ ΓΕΩΡΓΙΑ • ΚΥΠΡΑΙΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ • ΛΑΖΑΡΙΔΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ • ΛΑΖΟΣ ΑΣΗΜΑΚΗΣ • ΛΕΝΤΑ ΓΕΩΡΓΙΑ • ΛΕΟΝΤΑΡΙΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΛΙΑΚΟΣ ΛΟΥΚΑΣ • ΛΟΥΚΑΣ ΘΕΟΦΑΝΗΣ • ΛΟΥΛΟΥΔΑΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ • ΜΑΝΙΑΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ • ΜΑΝΩΛΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ • ΜΑΝΩΛΗΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ • ΜΑΡΓΑΡΩΝΗ ΙΩΑΝΝΑ • ΜΑΡΚΑΚΗΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ • ΜΑΣΒΟΥΛΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ • ΜΗΤΡΑΚΗ ΓΙΩΤΑ • ΜΗΤΡΑΚΗ ΣΟΦΙΑ • ΜΠΑΡΟΥΤΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ • ΜΠΕΛΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΜΠΟΝΑΤΣΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΜΠΟΥΛΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΜΠΡΑΒΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΜΥΛΩΝΙΔΟΥ ΕΛΕΝΗ • ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ • ΞΗΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ • ΞΥΓΚΑΚΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ • ΞΥΔΙΑΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ • ΟΝΟΠΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΟΡΦΑΝΙΔΗΣ ΠΕΡΙΚΛΗΣ • ΠΑΓΚΡΑΚΙΩΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ • ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΛΕΝΗ • ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ • ΠΑΠΑΖΩΤΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ • ΠΑΠΑΡΟΥΠΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΠΑΣΠΑΛΙΑΡΗΣ ΚΩΣΤΑΝΤΙΝΟΣ • ΠΑΣΧΑΛΗΣ ΒΑΛΙΑΝΟΣ • ΠΑΣΧΑΛΗΣ ΜΠΑΜΠΗΣ • ΠΑΥΛΙΔΗΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ • ΠΕΠΕΡΑ ΘΩΜΗ • ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ • ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ • ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ • ΠΕΤΡΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΠΙΑΛΟΓΛΟΥ ΛΑΖΑΡΟΣ • ΠΙΠΠΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ • ΠΙΣΙΜΙΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ • ΠΛΑΚΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ • ΠΟΛΥΚΡΕΤΗΣ ΣΤΑΜΑΤΗΣ • ΠΟΥΛΑΚΙΔΑ ΟΥΡΑΝΙΑ • ΠΡΙΝΤΖΟΥ ΑΡΤΕΜΙΣΙΑ • ΡΑΠΤΟΥ ΜΑΡΙΑ • ΡΟΥΣΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ • ΡΟΥΣΣΟΥ ΚΥΡΙΑΚΟΥΛΑ • ΣΑΓΑΝΗΣ ΠΑΥΛΟΣ • ΣΑΜΠΑΝΗ ΧΡΥΣΑ • ΣΕΡΙΑΤΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΣΤΑΥΡΙΑΝΟΥ ΠΛΟΥΜΗ • ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΙΟΣ • ΣΤΟΓΙΑΝΝΟΥ ΣΟΦΙΑ • ΣΤΡΑΤΑΚΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ • ΤΖΙΑΛΑΣ ΝΙΚΟΣ • ΤΣΑΛΜΑΝΟΓΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ • ΤΣΙΑΓΚΑ ΑΘΗΝΑ • ΤΣΟΛΙΑΚΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΤΣΟΜΗ ΜΑΡΙΑ • ΤΣΩΝΟΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ • ΦΩΛΙΑ ΑΙΜΙΛΙΑ • ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

Οι αξίες μας:

Εκτίμηση και εμπιστοσύνη  
στον άνθρωπο

Συνέπεια

Τίμιος πρωταθλητισμός

Φειδώ

Σύνεση

ΜΗΤΡΑΚΗ ΣΟΦΙΑ • ΜΠΑΡΟΥΤΗΣ  
Υ ΕΛΕΝΗ • ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ  
• ΠΑΓΚΡΑΚΙΩΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ  
ΟΣ • ΠΑΠΑΡΟΥΠΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ •  
ΩΜΗ • ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ  
ΠΙΠΠΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ • ΠΙΣΙΜΙΣΗΣ  
Α • ΡΑΠΤΟΥ ΜΑΡΙΑ • ΡΟΥΣΣΗΣ  
ΝΟΥ ΠΛΟΥΜΗ • ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ  
ΑΘΗΝΑ • ΤΣΟΛΙΑΚΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ •  
ΟΣ • ΧΑΡΜΑΝΤΖΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ •  
ΗΣ • ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ •  
ΙΑΣΤΑΣΙΟΥ ΕΛΙΝΑ • ΑΝΤΩΝΕΤΣΗΣ  
ΙΟΣ • ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ •  
ΑΓΔΑΛΗΝΗ • ΓΑΒΡΙΗΛ ΙΩΑΝΝΗΣ  
ΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ • ΓΚΕΚΗ ΜΑΡΙΑΝΑ  
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ • ΔΗΜΟΥ ΓΙΩΡΓΟΣ  
ΛΑΟΣ • ΖΑΜΠΕΛΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ •  
ΑΣΚΕΥΗ • ΚΑΛΑΒΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ •  
ΗΣ • ΚΑΡΑΧΑΛΙΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ •