



Μάιος 2018

Η Εφημεριδούλα

Τεύχος 240 Χρόνος 32ος

Τηλ: 210-96 52 336
pinteris@hotmail.com

Εκδότης: Γιώργος Πιντέρης, Ph.D. Ψυχολόγος - Συγγραφέας



Προσοχή στην Cosmote !!!

Απευθύνομαι στους συνδρομητές Cosmote σταθερής και κινητής τηλεφωνίας. Αποφάσισα να γράψω αυτό το άρθρο μετά από δύο χρόνια επανάληψης του φαινομένου: Έρχεται στο κινητό μου κάθε μήνα, ένα ποσό που είναι διπλάσιο από αυτό που έχει συμφωνηθεί στο συμβόλαιο. (Δεν κάνω καμιά ιδιαίτερη χρήση). Αυτό το μήνα ήρθε 155,14€ ! Πού οφείλεται αυτό; Σε δύο λόγους.

1. Πληρώνουμε το λογαριασμό στον ΟΤΕ Γλυφάδας ή στο Γερμανό. Το ένα σύστημα δεν ενημερώνει το άλλο έγκαιρα! Έτσι, στο νέο λογαριασμό προστίθεται και ο προηγούμενος ή οι 2 προηγούμενοι! Πηγαίνουμε με την απόδειξη πληρωμής, κοκκινίζουν, λένε «συγγνώμη, λάθος» και τον επόμενο μήνα πάλι τα ίδια.

2. Ενώ ζητούσαμε αναλυτική και αναλυτική δεν παίρναμε, την τελευταία φορά επιμείναμε και τι ανακαλύψαμε; Ένα νούμερο φάντασμα! Από την έναρξη του συμβολαίου μου έβαλαν έναν ακόμη αριθμό (6981-35 10 37) και με χρέωναν κρυφά χωρίς να φαίνεται ότι πληρώνω κάποιο πάγιο γι' αυτόν τον αριθμό. Τους ζήτησα να διακοπεί. Μου είπαν πως σε μια εβδομάδα θα με ενημερώσουν ότι η γραμμή κόπηκε. Δεν μ' ενημέρωσαν και ήρθε η χρέωση γι' αυτόν τον αριθμό ξανά! Επαναλάβαμε τη διαδικασία και μας είπαν τα ίδια. Στις 7 ημέρες τους τηλεφώνησα στο 13888. Δεν είχαν ιδέα!

Ανάλογα προβλήματα έχει με το κινητό της και η σύντροφός μου. Υπερχρεώσεις. Μάλιστα της

κόβουν άδικα τη γραμμή και της ζητάν κάθε φορά, 10€ για επανασύνδεση! Είπαμε τον καιμό μας στο φίλο μας το Θανάση, μια από τα ίδια! Επειδή πιστεύω ακράδαντα πως κι άλλοι συνδρομητές της Cosmote αντιμετωπίζουν ανάλογα προβλήματα σκέφτομαι να κάνουμε κάτι ομαδικό. Κατ' αρχή πόσοι είμαστε; Ποιοι είμαστε; Προτείνω το εξής:

Όποιοι συνδρομητές της Cosmote έχει παρόμοιες δυσκολίες μου στέλνει ένα μήνυμα στο pinteris@hotmail.com γράφοντας απλώς «Για Cosmote». Θα περιμένω μέχρι τέλος Μαΐου. Τότε θα στείλω ένα ομαδικό μήνυμα να βρεθούμε σε κάποια αίθουσα και να συντάξουμε ένα εξώδικο ή μια μήνυση προς Cosmote. Εννοείται ότι αν ανάμεσά μας υπάρχει κάποιος ή κάποια δικηγόρος που θ' αναλάβει την υπόθεση, θα συμμετάσχουμε όλοι στα έξοδα. Ίσως ζητήσουμε και αναδρομικά, αν έχουμε τεκμήρια. Το βασικό που διεκδικούμε είναι να μην πληρώνουμε τα «λάθη» που οφείλονται στον ΟΤΕ που βρέθηκαν σε θέσεις στις οποίες δεν μπορούν ν' ανταπεξέλθουν.

Η Εφημεριδούλα έχει μικρή κυκλοφορία. Τη στέλνω σε περίπου 1000 άτομα. Αν αυτή τη φορά, καθένας την προωθήσει έστω σε έναν, αυξάνονται οι πιθανότητες να μαζευτούμε περισσότεροι. Μόνο όσοι έχουμε γραπτά τεκμήρια

COOLMATTERTECHS
Μάνος Καραντουμάνης
Υποστήριξη Υπολογιστών
210 422 5065
210 422 6665
6931 251 421

Αθλητισμός και παιδί

Στα 10 ήμουν ένα μικρόσωμο παιδί, από τους πιο κοντούς της τάξης. Θυμάμαι το ψυχικό «τραύμα» που έπαθα όταν επιστέψαμε στο σχολείο μετά από της καλοκαιρινές διακοπές ανάμεσα στη 2α και στην 3η Γυμνασίου: Οι περισσότεροι συμμαθητές μου είχαν ψηλώσει μισό ή ένα κεφάλι κι εγώ είχα μείνει στο ... ισόγειο. Κάπως έπρεπε ν' αντισταθμίσω αυτή τη σωματική διαφορά. Έτσι, έπεσα με τα μούτρα στο στίβο. Από 10 χρονών ο πατέρας μου (παλιός παίκτης του Βόλεϊ) με είχε εξοπλίσει πλήρως με αθλητικά ρούχα. Μέχρι και παπούτσια με καρφιά (spikes) διέθετα! Τ' αγαπημένα μου αγωνίσματα ήταν το άλμα εις μήκος και (παραδόξως για το ύψος μου) τα 80 μέτρα με εμπόδια.

Ομολογώ πως στο σχολείο σαν μαθητής, παρόλο που ήμουν έξυπνος, δεν ήμουν και πολύ μελετηρός. Τα μαθήματα τα έπιανα από την παράδοση. Όταν δεν είχαμε μάθημα, περισσότερο διάβαζα περιοδικά της εποχής (Μικρός Ήρωας, Μάσκα, Ταρζάν, Ζορό κ.λπ.). Παράλληλα, ήμουν καλός και στο θέατρο. Στα θεατρικά δρώμενα του σχολείου κατείχα πάντα πρωταγωνιστικούς ρόλους. Έτσι, μου είχε δημιουργηθεί η εντύπωση πως τα πράγματα στη ζωή λειτουργούν κάπως ...μαγικά. Νόμιζα πως ήταν όλα θέμα «ταλέντου». Νόμιζα ότι μπορούσα να μαθαίνω χωρίς να διαβάζω και να ξεχωρίζω από τους άλλους, παίρνοντας πρώτους ρόλους στο θέατρο χωρίς να κοπιάζω.

Ο αθλητισμός άρχισε να μου διαλύει αυτές τις ψευδαισθήσεις. Στον αθλητισμό «ό,τι σπείρεις θα θερίσεις». Έτσι, έβγαλα από νωρίς ένα συμπέρασμα που βοήθησε πολύ στη μετέπειτα ζωή μου: Για να πας μπροστά σε οτιδήποτε δεν αρκεί το «ταλέντο». Πρέπει να έχεις κι ένα χάρισμα: Την επιμονή να δουλέψεις πάνω στο «ταλέντο» που έχεις. Στα χρόνια που δίδαξα Καράτε, έμαθα πως χωρίς «ταλέντο» αλλά με επιμονή κάπου φτάνεις. (Αλλιώς δεν θα έπαιζα κιθάρα...). Με «ταλέντο» αλλά χωρίς επιμονή δεν φτάνεις πουθενά. Κατάλαβα λοιπόν ότι για να πετύχω στον αθλητισμό, χρειαζόταν να βάλω ένα πρόγραμμα.

ΝΕΟ!

ΚΑΘΕ ΔΕΥΤΕΡΑ

στις 9:00 μ.μ.

ακούτε στο διαδίκτυο στο σταθμό

Καρδιά 95 - Ηράκλειο

την εκπομπή

Τραγούδια που ...σκέφτονται

με το Γιώργο Πιντέρη

Εκτός από το ν' αναγνωρίζω την αξία της συστηματικής προσπάθειας, από τον αθλητισμό είχα ένα ακόμα κέρδος: Ένα παιδί μέχρι τα 8-10 όταν σκέφτεται «ο εαυτός μου» έχει κυρίως στο νου του ό,τι βλέπει στον καθρέφτη. Η εικόνα που έχουμε για τον εαυτό μας σ' εκείνες τις ηλικίες είναι από το σώμα μας και την εμφάνισή της. Μ' άλλα λόγια, η αυτοπεποίθησή, αρχικά χτίζεται με βάση της σωματικές ιδιότητες, που είναι η ομορφιά και τις ικανότητες που έχουμε, όπως η δύναμη, η εξυπνάδα και η ταχύτητα. Όταν ένα παιδί βλέπει οι προσπάθειές του στον αθλητισμό να οδηγούν σε θετικά αποτελέσματα, αποκτά μια αίσθηση ότι «τα καταφέρνει», κάτι που το βοηθά με οποιαδήποτε δραστηριότητα κι αν καταπιαστεί στο μέλλον. Για παράδειγμα, να μάθει ένα μουσικό όργανο ή ν' ασχοληθεί με τα μαθηματικά. Μάλιστα είχα δύο τρόπος να μετρώ της επιδόσεις μου: Ο ένας ήταν σε σύγκριση με τους άλλους. Τι έβγαينا; 5ος, 3ος ή 1ος; Ο άλλος ήταν σε σύγκριση με τα προσωπικά μου ρεκόρ. Υπήρχαν φορές που είχε σχεδόν νυχτώσει κι εγώ πάλευα στο σκάμμα του «άλματος εις μήκος» να ξεπεράσω το ρεκόρ της προηγούμενης προπόνησης, έστω κατά ένα εκατοστό. Θυμάμαι την πρώτη φορά που πήδηξα 5 μέτρα στο μήκος. Δεν κοιμήθηκα όλη νύχτα από τον ενθουσιασμό μου και την άλλη μέρα στο σχολείο...κουτούλαγα.

Δεν έχει ιδιαίτερη σημασία με ποιο άθλημα θα καταπιαστεί ένα παιδί. Αυτό που έχει σημασία, είναι το άθλημα αυτό να του αρέσει και να γίνει κίνητρο ώστε να το κάνει να γυμνάζεται. Μέσα από το άθλημα αυτό θ' αγαπήσει τον αθλητισμό. Από εκεί και πέρα, οι βασικές αρχές της σωστής άθλησης είναι οι ίδιες με οποιοδήποτε άθλημα και να καταπιαστεί.

Σε μια συζήτηση που είχαμε κάποτε με το δάσκαλό μου στο Καράτε τον αείμνηστο Tatsuo Suzuki sensei (1928 – 2011) μου είχε πει πως κατά τη γνώμη του, για να κάνει ένα παιδί Καράτε, καλό θα ήταν από 6 έως 12 ετών να κάνει κολύμβηση, ώστε το σώμα του να γυμναστεί συμμετρικά. Από τα 12 μέχρι τα 16 να κάνει Τζούντο που κι αυτό γυμνάζει συμμετρικά, αλλά ταυτόχρονα εξοικειώνει το παιδί με τη σωματική επαφή. Παράλληλα, του διδάσκει βασικές ηθικές πειθαρχίας και αρχές γύρω από τον ανταγωνισμό και τους κανόνες του. Από τα 16 και πέρα, με μια τέτοια σωματική υποδομή, μπορεί πια ν' ασχοληθεί με το Καράτε, που κι αυτό σημειωτέον γυμνάζει συμ-

μετρικά. Εγώ μάλιστα το αποκαλώ «κολύμβηση ξηράς».

Βέβαια, στη ζωή δεν έρχονται όλα όπως τα θέλουμε. Εκείνη την εποχή (1973) ο γιός του Suzuki sensei ήταν 6 ετών. Όπως είναι φυσικό, όλοι στο περιβάλλον του δασκάλου περίμεναν «το μήλο να πέσει κάτω από τη μηλιά». Έτσι, ο μικρός βρέθηκε στο Dojo (χώρος εξάσκησης) και φυσικά όσοι τον περιτριγύριζαν ήταν πολύ ενθαρρυντικοί και υποστηρικτικοί απέναντι στο...Suzukάκι.

Ο δάσκαλος τα παρακάτω μου τα διηγήθηκε γελώντας: «Μετά το μάθημα ήρθε και μου είπε: Sorry daddy (συνγνώμη μπαμπά)». Το γέλιο του, έδειχνε πως ο άνθρωπος δεχότανε το παιδί του όπως είναι. Δεν είχε τις προσδοκίες ο γιός του να γίνει οπωσδήποτε Καρατέκα. Ούτε στεναχωρήθηκε που ο πιτσιρικάς δεν ενδιαφερόταν...να κληρονομήσει τη δουλειά. Καταλάβαινε ότι ο ρόλος του σαν πατέρας, ήταν να διευκολύνει το παιδί του να βρει το δρόμο του και όχι να το καπελώσει.

Δυστυχώς, στην Ελλάδα αυτό το κάνουν κατά κόρον οι περισσότεροι «αυτοδημιούργητοι» γονείς: Επιμένουν τα παιδιά τους να συνεχίσουν το επάγγελμά τους, είτε αυτό είναι γιατρός είτε μανάβης, κι έτσι και το παιδί αρνηθεί, ...πέφτουν να πεθάνουν. Κάποιοι αυτοδημιούργητοι πατεράδες, είναι συνήθως αντιφατικοί προς τα παιδιά τους: Από τη μια τα πιέζουν να πετύχουν, ενώ κατά βάθος πιστεύουν πως κανένας δεν μπορεί να τα καταφέρει καλύτερα απ' όσο τα καταφέρνουν εκείνοι.

Γιατί ο Πούτιν θα είναι «καλό παιδί»

Όπως κάθε μεγάλη χώρα, έτσι και η Ρωσία έχει πολλά συγκρουόμενα συμφέροντα σε πολλά επίπεδα. Όμως, την 1η Ιουνίου ξεκινάει στη Ρωσία το Παγκόσμιο Κύπελλο Ποδοσφαίρου. Θα μαζευτούν φιλάθλοι τουρίστες απ' όλα τα μέρη της Γης. Και δεν αρκεί αυτό. Οι αγώνες κρατάνε ένα μήνα. Τα αναμενόμενα οικονομικά έσοδα είναι τεράστια. Συνεπώς, δεν συμφέρει καθόλου τη Ρωσία να δημιουργηθούν στην ευρύτερη περιοχή συνθήκες, που θ' αποθαρρύνουν τους τουρίστες να έρθουν στη χώρα. Γιατί να φοβάται κάτι τέτοιο; Διότι υπάρχει ιστορικό: Το 1978 οι Ολυμπιακοί Αγώνες έγιναν στη Μόσχα. Την εποχή εκείνη η τότε Σοβιετική Ένωση είχε εισβάλει στο Αφγανιστάν. Έτσι, η κυβέρνηση των ΗΠΑ μπυκοτάρισε τους αγώνες. Χωρίς τη συμμετοχή των ΗΠΑ οι Ολυμπιακοί Αγώνες έχασαν ένα σημαντικό μέρος του ενδιαφέρο-

ντος που παρουσίαζαν, αν λάβουμε υπόψη ότι το...αντίπαλο δέος της ΕΣΣΔ στα περισσότερα αθλήματα ήταν τότε οι ΗΠΑ. Η οικονομική ζημιά ήταν πολύ μεγάλη.



Τα θυμάται όλ' αυτά ο Βλαδίμηρος. Έτσι, μέχρι τέλη Ιουνίου θα είναι φρόνιμο παιδί. Αυτό σημαίνει ότι δεν πρόκειται ν' ανεχθεί αναταραχές στην ευρύτερη περιοχή του, οι οποίες να θέσουν σε κίνδυνο τα επερχόμενα έσοδα.

Τ' ακούς Ερντογάν; Μέχρι τέλος Ιουνίου, δεν σε παίρνει να κάνεις τίποτα στο Αιγαίο και στον Έβρο. Αν θέλεις φασαρίες πήγαινε στη Συρία (αν κι εκεί πρέπει να είσαι προσεκτικός διότι ο Άσαντ είναι σύμμαχός μου. Επίσης δεν θέλω, από δικές σου κινήσεις, να βρεθώ σε κόντρες με τους Αμερικάνους).

Μ' άλλα λόγια, μέχρι τέλος Ιουνίου μπορούμε να...κοιμόμαστε ήσυχοι. Από Ιούλιο και πέρα, κάποιοι να βάλει το χέρι του. Ο Θεός πάντως έχει πάψει να το κάνει. Ίσως, επειδή δεν είναι Εθνικιστής. Αναρωτιέμαι: Ένας χαρισματικός Έλληνας πολιτικός, πώς θ' αξιοποιούσε αυτή την περίοδο σε σχέση με την Τουρκία;

Συνεδρίες με Skype
Πληροφορίες
pinteris@hotmail.com

Κάθε Τετάρτη 11-11.30 π.μ.
αν πληκτρολογήσετε
Ραδιοφωνικός σταθμός
Καρδιά 95

θ' ακούσετε ζωντανά την εκπομπή
«Χαβαλές & Επιστήμη»
που κάνουμε
με τη **Μαρίτα Μυρωνάκη.**
Η εκπομπή επαναλαμβάνεται
κάθε **Σάββατο 11-11.30**
Πέμπτος χρόνος