Η ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΚΑΙ ΑΙ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΑΙ ΑΣΚΗΣΕΙΣ, ΑΡΙΣΤΟΙ ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΑΙ ΤΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ ΤΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ

Τοῦ κ. ΑΘΑΝ. ΣΙΩΡΗ

Ὁ καθηστικός βίος καὶ ἡ χρησιμοποίησις αὐτοκινήτου διὰ βραχείας διαδρομὰς δρῶσιν ἐπιβλαβῶς εἰς τὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος. Ἡ πεζοπορία, ὁ περίπατος, αἱ γυμναστικαὶ ἀσκήσεις, εἰς τὰ πλαίσια τοῦ «πᾶν μέτρον ἄριστον», ἐπάγονται εὐνοϊκὴν ἐπίδρασιν ἐπὶ τὴν κυκλοφορίαν, καθ' ὅσον ὁ τρόπος τῆς συγχρόνου ζωῆς, ἐπιβάλλει νὰ καθήμεθα καὶ νὰ ἱστάμεθα ἐπὶ μακρὸν ὄρθιοι κατ' ἀναλογίαν τῶν συνθηκῶν τῆς ἐργασίας.

Ἡ μετακίνησις ἐξασκεῖ εὐεργετικωτάτην ἐπίδρασιν εἰς τὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος. Ἡ ρυθμικὴ κίνησις ἐπαυξάνει τὸν μυϊκὸν τόνον τῶν ἄνω καὶ κάτω ἄκρων, ἐνισχυομένης οὕτω τῆς κυκλοφορίας.

Αἱ βαλβῖδες τῶν φλεβῶν εὐνοοῦσι τὴν φλεβικὴν κυκλοφορίαν, παρεμποδίζουσαι πᾶσαν πεπλανημένην φλεβικὴν κυκλοφορίαν. Ὁ μυϊκὸς τόνος τῶν σκελετικῶν μυῶν ἀσκεῖ πίεσιν ἐπὶ τῶν φλεβῶν, καθισταμένης εὐχερεστέρας τῆς ἐπανόδου τοῦ αἵματος διὰ τῆς φλεβικῆς κυκλοφορίας εἰς τὴν καρδίαν, διὰ τὴν ἐπανοξυγόνωσιν. Μετὰ μακρὸν ταξίδιον διὰ σιδηροδρόμου, αὐτοκινήτου, ἀεροπλάνου, διὰ τὴν διευκόλυνσιν τῆς κυκλοφορίας εἰς τὰ κάτω ἄκρα, ἐξ ἐνστίκτου ἐγειρόμεθα καὶ βηματίζομεν, ἔστω καὶ ἐπ' ὀλίγον. Ἡ δυσχέρεια τῆς κυκλοφορίας εἰς τὰ κάτω ἄκρα δὲν ἀποκλείεται νὰ προκαλέσῃ θρομβώσεις καὶ ἐμβολὰς εἰς τοὺς πνεύμονας.

Ἡ σωματικὴ κίνησις ἐνισχύει ἐκ παραλλήλου καὶ τὴν λειτουργίαν τοῦ διαφράγματος τὸ ὁποῖον οὕτω καθιστᾶ τὸ ἔργον τῆς ἀντλιοστασίας εὐχερέστερον. Τὸ διάφραγμα, ἐνισχύον τὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματος, συμβάλλει εἰς τὴν καλλιτέραν ὀξυγονοδοσίαν τῶν πνευμόνων καὶ τῆς καρδίας.

Ἡ κατὰ τὴν πεζοπορίαν ρυθμικὴ κίνησις τῶν μυῶν τοῦ σώματος δρᾷ ἐπωφελῶς εἰς τὴν κυκλοφορίαν τῶν ἀρτηριολίων, τριχοειδῶν, διὰ τῆς πεζοπορίας, ἐνισχύεται ἡ πέψις καὶ αἱ περισταλτικαὶ κινήσεις τῶν ἐντέρων, ὁπότε εἰς τὴν δυσκοιλιότητα δρᾷ δίκην καθαρτικοῦ. Ἡ πεζοπορία εἶναι τὰ μάλιστα ἐπωφελὴς καὶ ἐπὶ τοῦ νευρικοῦ συστήματος καὶ τῆς ψυχῆς.

Εἰς τὴν ἀρχαιότητα περιπατητικοὶ ἐκαλοῦντο οἱ ὀπαδοὶ τοῦ Ἀριστοτέλους, κληθέντες οὕτω ἐκ τοῦ ἐν τοῖς περιστόις τοῦ Λυκείου περιπάτου τοῦ Ἀριστοτέλους, καθ' ὃν οὗτος ἐδίδασκεν.

Ἡ γυμναστικὴ εἶναι τὸ σύνολον τῶν σωματικῶν ἀσκήσεων, διὰ τῶν ὁποίων ἐπιδιώκεται ἡ ἐνίσχυσις καὶ ἡ διατήρησις τῆς ὑγείας, ἡ συμμετρικὴ ἀνάπτυξις τοῦ σώματος καὶ ἡ ἀπόκτησις σωματικῆς εὐεξίας καὶ τῶν δι' ἑκάστην ἡλικίαν ἁρμοζουσῶν σωματικῶν δεξιοτήτων καὶ ἀρετῶν.

Ἀναλόγως τοῦ σκοποῦ, δι' ὃν ἀσκεῖται ἡ γυμναστική, λέγεται ὑγιεινή ὅταν γίνεται διὰ τὴν ἐξασφάλισιν τῆς εὐεξίας, θεραπευτικὴ ὁπόταν ἀποσκοπεῖ τὴν διόρθωσιν σωματικῶν μειονεκτημάτων καὶ ἐπίδοσις ὁπόταν γίνεται προπαρασκευαστικῶς διὰ τὴν συμμετοχὴν εἰς ἀγῶνας κλπ.

Ἡ ποδοσφαίρισις ἀποτελεῖ ἀθλητικὴν παιδιὰν μεταξὺ δύο ὁμάδων εὐρύτατα διαδεδομένη εἰς ὅλον τὸν κόσμον. Τό ποδόσφαιρον εἶναι ἀθλητικὴ παιδιά κοπιώδης καὶ οὐκ ἄμοιρος κινδύνων, θορύβων καὶ παρεξηγήσεων. Παιδιαὶ ἀνάλογοι πρὸς τὸ σύγχρονον ποδόσφαιρον ἐπαίζοντο ἀπ' ἀρχαιοτάτων χρόνων εἰς τὴν Ἀγγλίαν. Τὸ ποδόσφαιρον εἰσήχθη ἀπὸ τὴν Βρετανν/αν ἢ Νορμανδίαν. Ὁ Σαίξπηρ ὠνόμαζε τὸ ποδόσφαιρον βάρβαρον παιδιὰν καλῶν τοὺς ποδοσφαιριστὰς ταπεινούς. Ὁ Βασιλεὺς Ἐδουάρδος ὁ Βος τὸ εἶχεν ἀπαγορεύσει ἕνεκα τοῦ θορύβου, κατὰ τὸν Ἀπρίλιον τοῦ ἔτους 1314. Ἀφ' ἑτέρου, ἡ ποδοσφαιρικὴ παιδιὰ ἐθεωρεῖτο ἀναξία διὰ τοὺς εὐγενεῖς καὶ ἠλιθία. Ἀπὸ τὰ μέσα τοῦ παρόντος αἰῶνος εἰσήχθη εἰς τὰ Πανεπιστήμια καὶ Κολέγια. Συγχρόνως ἤρχιζε νὰ ὀργανοῦται τεχνικῶς καὶ νὰ παίζεται εἰς εἰδικὰ γήπεδα.

Ἐν Ἑλλάδι τὸ ποδόσφαιρον ἐνεφανίσθη ἀπὸ τοῦ 1909 ὑπὸ ναυλοχούσης μοίρας τοῦ Ἀγγλικοῦ στόλου ἐν Πειραιεῖ.

Ἐκ τῆς πείρας τυγχάνει βέβαιον, ὅτι εἰς ὀγιὲς ἄτομον εἶναι περισσότερον ὠφέλιμος πορεία ὀκτὼ χιλιομέτρων ἀπὸ οἱοδήποτε φάρμακον ἢ ψυχαγωγίαν. Εἰς τοὺς ἀνθρώπους, τοὺς διανοητικῶς ἐργαζομένους, ἡ σωματικὴ ἄσκησις συμβάλλει εἰς τὴν διαύγειαν τῆς διανοίας.

Ἡ πνευματικὴ συγκέντρωσις καὶ ἡ σωματικὴ ἐνεργητικότης ἐναλλάσσονται. Οἱ Ἀρχαῖοι Ἕλληνες ἦσαν βέβαιοι, ὅτι κατὰ τὸν περίπατον, τὴν πεζοπορίαν, τὸ πνεῦμα ἐργάζεται δραστηριώτερον, διὰ τῆς ἐνισχυμένης κυκλοφορίας εἰς τὸν ἐγκέφαλον καὶ διὰ τῆς μεγαλυτέρας ὀξυγονοδοσίας αὐτοῦ.

Ἡ ὑγεία εἶναι ὁ γλυκύτερος καρπὸς τῆς ζωῆς. Ἡ ὑγεία θεὰ τῆς Ἑλληνικῆς μυθολογίας, προσωποποιοῦσα τὴν εὐεξίαν τοῦ σώματος, τοῦ πνεύματος καὶ τῆς ψυχῆς τῶν ἀνθρώπων, λατρευομένη ὁμοῦ μετὰ τοῦ Ἀσκληπιοῦ, τοῦ ὁποίου θυγάτηρ ἐλογίζετο. Ἡ Ἑλληνικὴ μυθολογία εἶνε ὁ θεοποιημένος κόσμος τῶν σωμάτων.

ΚΑΣΣΑΝΔΡΑ ΚΑΡΑΛΗ - ΛΕΟΝΤΟΣ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ
Ἐπὶ σειρὰν ἐτῶν ἐσωτ. ἰατρὸς τῆς Πανεπιστημιακῆς Καρδιολογικῆς Κλινικῆς τοῦ Ἱπποκρατείου Νοσοκομείου Ἀθηνῶν.
Ἐγκατασταθεῖσα ἐν Πάτραις, δέχεται καθ' ἑκάστην εἰς τὸ ἐπὶ τῆς ὁδοῦ Μαιζῶνος 191 ἰατρεῖον της.
Ἐγκατάστασις νεωτάτου καὶ τελειοτάτου τύπου ἠλεκτροκαρδιογράφου κ.λ.π.
Τηλ. 47—37

ΝΕΑ
ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
Δ^Ρ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΚΟΥΡΛΙΟΥΡΟΥ
Μαιευτῆρος — Χειρουργοῦ — Γυναικολόγου
τ. Ἰατροῦ «ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΥ», ἐπὶ σειρὰν ἐτῶν ἐσωτερικοῦ βοηθοῦ τῆς Μαιευτικῆς καὶ Γυναικολογικῆς Κλινικῆς τοῦ Πολιτικοῦ Νοσοκομείου Ἀθηνῶν
ΚΛΙΝΙΚΗ ὁδὸς ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ 12 (Πλατεῖα Ὄλγας)
ΕΜΦΥΣΗΣΕΙΣ—ΣΑΛΠΙΓΓΟΓΡΑΦΙΑΙ
ΤΗΛΕΦΩΝΟΝ 42—58

Δ^Ρ ΠΑΝ. Δ. ΡΑΜΠΑΒΙΛΑΣ
ΙΑΤΡΟΣ—ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ
ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ERLANGEN
Τ. ἐσωτερικὸς βοηθὸς ἐπὶ τετραετίαν Παθολογικῶν καὶ Καρδιολογικῶν Κλινικῶν ERLANGEN & ΒΙΕΝΝΗΣ
Ἐγκατάστασις ἠλεκτροκαρδιογράφου κ.λ.π
Ὁδὸς Καναδάρη 146—Τηλέφωνον 28—41
ΠΑΤΡΑΙ

Στὶς πιὸ χαμηλὲς τιμὲς
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΕΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΑ ΑΚΚΟΝΤΕΟΝ ΓΡΑΦΟΜΗΧΑΝΑΙ ΗΛΕΚΤΡ. ΣΥΣΚΕΥΑΙ ΜΑΝΤΑΡΙΣΤΙΚΑΙ ΜΟΤΟ-ΣΑΚΟ ΚΛΠ.
Μὲ δόσεις
Κατάστημα "ΓΚΡΕΚΑ"
ΑΦΟΙ Ι. ΑΝΔΡΙΟΠΟΥΛΟΙ • ΚΟΡΙΝΘΟΥ 244Α ΠΑΤΡΑΙ • Τηλέφ. 26-78

Πατρινὰ ἡμερονύκτια

Στὰ πεταχτά

Μὲ λαμπρὸν ἀνοιξιάτικον ἥλιον καὶ ἐν μέσῳ ἠρέμου ἀτμοσφαίρας, διεξήχθησαν χθὲς οἱ ἐκλογές.

—Στὰ ἐκλογικὰ τμήματα παρετηρήθη κοσμοσυρροὴ ἀπὸ τὶς πρωϊνὲς ὧρες.

—Σὲ μερικὰ δὲ κεντρικὰ τμήματα οἱ οὐρὲς ἦσαν μεγάλες, ὅλη σχεδὸν τὴν ἡμέρα.

=Ζωηρὴ ἡ κίνησις καὶ τῶν ξένων, ποὺ διῆλθαν μεταβαίνοντες στοὺς τόπους τῆς καταγωγῆς των, προκειμένου νὰ ἐπιτελέσουν τὸ καθῆκον των.

—Ὑπολογίζεται ὅτι ἦρθαν ἄνω τῶν χιλίων Πατρινῶν, οἱ ὁποῖοι παραμένουν στὴν Ἀθήνα, προκειμένου νὰ ψηφίσουν ἐδῶ.

—Τὰ καφενεῖα τὰ ἀντεκατέστησαν τὰ γειτονικὰ «στέκια» ὅπου οἱ συζητήσεις καὶ τὰ πρωγνωστικὰ ἔδιναν καὶ ἔπαιρναν.

—Πολλοὶ ἦσαν ἐκεῖνοι, οἱ ὁποῖοι, ἀφοῦ ἐψήφισαν τὸ πρωΐ, ἀνεχώρησαν γιὰ τὶς κοντινὲς ἐξοχάς, πραγματοποιοῦντες ἀνοιξιάτικες ἐκδρομές.

=Χρυσὲς δουλειὲς ἔκαναν οἱ κουλουριτζῆδες... οἱ μικροπωλητές, ποὺ πωλοῦσαν μέντες καὶ οἱ πασατεμπάδες.

—Ὅπου ἔβλεπαν οὐρὲς, ἐπλησίαζαν καὶ προσέφεραν στοὺς ἐκλογεῖς γιὰ νὰ τοὺς περνάει ἡ ὥρα.

=Οἱ φοῦρνοι χθὲς εἶχαν περισσότερα ψητὰ κι' ἀπὸ τὸ Πασχα

—Καὶ τοῦτο, γιατὶ οἱ νοικοκυρὲς ἤθελαν ν' ἀπαλλαγοῦν ἀπὸ τὴν φασαρία τοῦ μαγειρεύματος, γιὰ τὴν ἐπιτέλεσιν τοῦ ἐκλογικοῦ των καθήκοντος

=Πολλοὶ εἶναι ἐκεῖνοι, οἱ ὁποῖοι διενυκτέρευσαν παρακολουθοῦντες τὴν μετάδοσιν τῶν ἀποτελεσμάτων ἀπὸ τοὺς Ραδιοσταθμούς.

—Κι ἄλλοι εἶχαν κατακλύσει τὰ ἐκλογικὰ κέντρα γιὰ τὴν παρακολούθησιν τῶν τοπικῶν ἐκλογικῶν ἀποτελεσμάτων.

=Ὑπολογίζεται ὅτι μέχρι τὸ βράδυ σήμερα θὰ ἔχουν ἐκδοθῆ τὰ πλήρη ἀποτελέσματα.

—Ἐκτὸς τῶν «σταυρῶν προτιμήσεως» ποὺ φυσικὰ θὰ γίνουν γνωστὰ μετὰ πάροδον ὡρισμένων ἡμερῶν.

=Οἱ μαθηταὶ... ἐώρτασαν εὐφροσύνως τί; ἐκλογές.

—Ἡ τριήμερος ἀργία ἦταν ἀπαραίτητη στὸ ξεκούρασμά τους.

—Στὸ μεταξύ, ἑτοιμάζονται γιὰ τὶς γυμναστικὲς ἐπιδείξεις τους, οἱ ὁποῖες θὰ πραγματοποιηθοῦν ἐντὸς τοῦ μηνός,

—Θὰ προηγηθοῦν ἐσωτερικοὶ ἀγῶνες πρὸς σχηματισμὸν τῶν ἀθλητικῶν ἀντιπροσωπευτικῶν ὁμάδων.

=Ὁ μῶλος συνεκέντρωσε πολλοὺς οἱ ὁποῖοι ἔκαναν τὸν περίπατόν τους.

—Καὶ μάλιστα κατὰ κόρον, μιὰ καὶ δὲν εἶχαν ποῦ ἄλλοῦ νὰ πᾶνε.

—Καὶ οἱ ἐρασιτέχνες ψαρᾶδες βρῆκαν τὸ χρόνο νὰ ἐπιδοδοῦν στὸ ἀγαπητό τους σπόρ.

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΙΑΚΑ

ΕΔΩ ΚΙ' ΕΚΕΙ

ἰὸ ἥσυχη, πιὸ γαλήνια ἡμέρα ἀπὸ τὴν χθεσινή, δὲν εἴχαμε ξαναζήσει χρόνια τώρα... Κλειστὰ τὰ καφενεῖα. Κλειστοὶ οἱ κινηματογράφοι. Κλειστὰ τὰ γήπεδα. Ἀνοιχτοὶ οἱ δρόμοι πρὸς τὴν ὕπαιθρο. Πρὸς τὴν ἀληθινὴ χαρά. Πρὸς τὴν γαλήνη τῆς ψυχῆς.

Ποῦ εἶσαι καημένε Σουρῆ νὰ δῆς πόσο μεταβλήθηκε ὁ «Ρωμιός» σου. Θὰ ξανάγραφες γιὰ μιὰ ἀκόμα φορὰ ἐκείνους τοὺς ἀξέχαστους στίχους σου.

«Τὶ πλᾶσις ἠλιθία
νὰ γίνωντ' ἐκλογὲς
χωρὶς καμμιὰ νωθεία
καὶ φόνους καὶ πληγές...»

Ἀλλάξαμε στ' ἀλήθεια. Ἀλλὰ πρὸς τὸν πολιτισμό. Οὔτε φωνές, οὔτε πάθη, οὔτε διαδηλώσεις, οὔτε μαχαιρώματα καὶ γρονθοκοπήματα :

«Ἄλλαξε λοιπὸν ἡ κρᾶσις τῶν Ρωμιῶν τῶν θερμοαίμων ποὺ κατέπληξαν τὸν Αἶμον μ' ἐκλογῶν, ἀγρίων δράσεις;

Ἄλλαξε. Ὅλα ἄλλαξαν. Γιατὶ ὁ ἐκλογέας κατάλαβε πόσο κουτὸ εἶναι νὰ φωνασκῆ, ὅταν κρατάη τὸ μεγάλο ὅπλο στὰ χέρια του: Τὴν ψῆφο. Τί θὰ ἔβγαι. νε ἐὰν οὔρλιαζαν τὰ πλήθη παθιασμένα ἀπὸ τὰ μίση; Οὔτε πάλληκαρισμοί, οὔτε ντηλίκια, οὔτε κουμπουριές, οὔτε τραυματισμοί, Ἥσυχα, πολιτισμένα, εἰρηνικά.

Αὐτὸ σημαίνει ὅτι ὁ Ἑλληνικὸς λαὸς ἀπέκτησε ψυχραιμία Γιατὶ πολιτικὴ συνείδηση πάν τοτε εἶχε.

***

Λέει μιὰ λαϊκὴ παροιμία.

«Ἡ νύχτα βγάζει ἐπίσκοπο καὶ ἡ αὐγὴ δεσπότη».

Τὴν ὥρα ποὺ σημειώνονται οἱ γραμμὲς τοῦτες, «περὶ λύχνων ἁφάς» ἀρχίζουν νὰ ἔρχωνται τὰ πρῶτα ἐκλογικὰ ἀποτελέσματα. Κι' ἡ νύχτα εἶναι μεγάλη, τόση σὰν τὴν ἀγωνία μας τὴν τρανή. Τί θὰ ἔχη συμβῆ μέχρι τὴν αὐγή; Κόσμος πολὺς ἔχει ἔλθει στὰ γραφεῖα μας, φίλοι, ὑποψήφιοι βουλευτές, ἀγνωστοι. Κοιτάζω ὅλους στὰ μάτια. Λάμπει ἡ ἴδια ἐλπίδα. Τὸ ἴδιο ὄνειρο, ἡ ἴδια προσμονή, ἡ ἴδια ἀπαντοχή. Στὶς μεγάλες ὧρες, στὶς μεγάλες στιγμές, οἱ ἄνθρωποι εἴμαστε ὅλοι ἴσοι. Δημοκρατία στὰ αἰσθήματα, ὅπως καὶ στὶς ἐλπίδες.

***

Μιὰ ἀπὸ τὶς ὡραῖες στιγμὲς τοῦ ἀνθρώπου ἡ ἐκλογή Ἡ συγκίνηση τῆς ψήφου εἶναι μιὰ ξεχωριστὴ ὥρα, ἕνα καρδιοχτύπι ἀπὸ ὄχι τὰ συνηθισμένα καὶ τὰ τακτικα. Στιγμὴ λειτουργίας. πανίερη. Ἡ ὥρα τῆς κάλπης, εἶναι ἡ ὥρα τῆς Δημοκρατίας, Πλούσιοι καὶ φτωχοὶ στὴν οὐρά. Κι' αὐτὸς ποὺ ἦλθε μὲ τὴν κούρσα του, κι' ὁ ἄλλος ποὺ χρησιμοποίησε τὸ λεωφορεῖο κάθησαν στὴν σειρά, ὅπως οἱ στρατιῶτες στὸ συσσίτιο. Ἐξίσωση στὸ λειτούργημα. «Οὐκ ἔστιν βασιλεὺς ἢ στρατιώτης». Μὲ τὴ σειρά σου. Ἡ κάλπη εἶναι ἡ καρδιὰ τῆς Δημοκρατίας. Καὶ δὲν γίνονται ἐπεμβάσεις στὴ λειτουργία τῆς καρδιᾶς, γιατὶ τότε πάει περίπατο τὸ σῶμα. Μακάρι νὰ λύνονταν ὅλες οἱ διαφορὲς οἱ ἀνθρώπινες μὲ αὐτὸ τὸ εἰρηνικό, τὸ μεγάλο ὅπλο. Ἡ ἀνθρωπότητα θὰ εἶχε ἀπαλλαγῆ ἀπὸ τὸ ἄγχος τοῦ πολέμου, τῆς καταστροφῆς. Μακάρι νὰ ἔρθη γρήγορα ἡ στιγμὴ ἡ ἴδια καὶ στὴν Κύπρο μας. Οἱ κάλπες νὰ λύσουν τὴν διαφορὰ καὶ νὰ πάψουν τὰ αἵματα, οἱ κρεμάλες, οἱ φυλακίσεις καὶ οἱ ἐξορίες.

***

Ὁ ρυθμὸς τῆς ζωῆς, τῆς κοινωνικῆς, τῆς ἐθνικῆς καὶ τῆς ἰδιωτικῆς, ποὺ διαταράχτηκε ἀπὸ τὸν προεκλογικὸ ἀγῶνα, ἀπὸ σήμερα θὰ ἐπανέλθη στὴν κανονικὴ τροχιά του. Ὁ ὑπάλληλος στὴ θέση του, ὁ ἐπαγγελματίας στὸ κατάστημά του, ὁ ἐπιστήμων στὸ γραφεῖο του. Ὅλοι θ' ἀνασκουμπωθοῦν καὶ θὰ καταπιαστοῦν μὲ τὴν ἐργασία τους. Ἀρκετὰ κι' αὐτὴ διασαλεύτηκε, Ὅ.τι ἔγινε μέχρι χθές. ἦταν μία ἀνάγκη. Αὐτὸ ποὺ ἀρχίζει ἀπὸ σήμερα, εἶναι ἕνα χρέος. Καὶ ὁ ἀνθρώπινος πολιτισμὸς διακρίνεται ἀπὸ αὐτὸ ἀκριβῶς τὸ γεγονός. Θητεία στὸ χρέος. Θυσία στὸ βωμὸ τῆς ζωῆς. Ἡ ἐργασία, τὸ ὅπλο γιὰ τὴν εὐημερία. Ἀρκετὰ ὁ λόγος ἐξήκωσε τὰ μυαλά.

Ο ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΙΟΣ

Φαρμακεῖα

Διανυκτερεύοντα :

Σιγαλὸς Γεὼρ. Γούναρη 45, Κουρλαμπᾶς Λεων. Πλατ Γεωργίου Α'.

Συνταγαὶ ΙΚΑ :

Ζερβόπουλος Μιχ. Γεροκωστοπούλου 26, Πελεκᾶνος Ἀνδ. Ἀγ. Νικολάου 49, Καραμπᾶς Ἀθ. Γούναρη 42, Ζαριφόπουλος Χαρ. Πλατεῖα Ὄλγας, Πουλίδας Παν. Ἀγ. Ἀνδρέου 95, Πρόβος Βλ. Γερμανοῦ 117, Κανελκόπουλος Κων. Ἁγίου Ἀνδρέου 96.

Τὸ Ραδιόφωνον

ΣΤΑΘΜΟΣ ΠΑΤΡΩΝ (198 μ.)

7.10 Ἑλληνικοὶ χοροί. 7.30 Δελτίον Εἰδήσεων. 8.30 Δημοτικὰ τραγούδια. 9.10 Μουσικὴ γιὰ ὅλους. 10.30 Δελτίον εἰδήσεων. 12.00 καὶ 13.00 Εἰδήσεις, 13,15 Οἱ φίλοι τῆς Ὄπερας 14.30 Δελτίον Εἰδήσεων. 15.50 Μουσικὴ δι' ὅλους. 16.00 Δελτίον εἰδήσεων. 18.20 Δημοτικὰ τραγούδια. 19.35 Μελωδίες καὶ ρυθμοί. 22.15 Δελτίον εἰδήσεων.

ΝΕΑ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ
ΤΕΛΕΙΟΤΑΤΑΙ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΝΕΩΤΑΤΟΥ ΤΥΠΟΥ
ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ Δ. ΝΑΣΙΟΠΟΥΛΟΥ
ΙΑΤΡΟΥ ΕΙΔΙΚΟΥ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΟΥ—ΑΚΤΙΝΟΘΕΡΑΠΕΥΤΟΥ
καὶ τ. Διευθυντοῦ Ἀκτινολογικοῦ Τμήματος Δημοτικοῦ Νοσοκομείου Πατρῶν.
Ἀκτινοσκοπήσεις, Ἀκτινογραφίαι, Σεριογραφίαι Τομογραφίαι κ. λ. π.
Ὁδὸς Μαιζῶνος ἀριθ. 52. Τηλέφ. 40—46.
Οἰκία Ἁγίου Νικολάου 50. » 36—66.

ΝΕΑ
ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ - ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
Κ. ΧΑΤΖΗ
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΥ ΜΑΙΕΥΤΗΡΟΣ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΥ
ΔΙΔΑΚΤΟΡΟΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΠΙ ΣΕΙΡΑ ΕΤΩΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΙΑΤΡΟΥ ΜΑΙΕΥΤΗΡΙΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
Κορίνθου 290 καὶ Μιαούλη, τηλ. 42—64

Διὰ πρώτην φορὰν εἰς τὰς Πάτρας δὰ λειτουργήση
ΠΡΟΣΕΧΩΣ
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟΝ ΚΑΙ ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΟΝ ΚΕΝΤΡΟΝ
ΑΥΤΟΜΑΤΟΙ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑΙ — ΕΞΑΒΑΛΒΙΔΙΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ
Διευθύνεται ὑπὸ εἰδικοῦ Ἀκτινολόγου—Ραδιολόγου — Ἀκτινοθεραπευτοῦ
Ἐπιμελητοῦ τοῦ Γενικοῦ Κρατικοῦ Νοσοκομείου «Η ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ»

ΓΑΣΤΩΝ Δ. ΣΑΡΓΟΛΟΓΟΣ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ
Νεοστὶ ἀφιχθεὶς ἐξ Ἀθηνῶν καὶ ἐγκατασταθεὶς εἰς Πάτρας, τ. ἰατρὸς ἐπὶ σειρὰν ἐτῶν τῶν Πανεπιστημιακῶν Παιδιατρικῶν Κλινικῶν Ἀθηνῶν (Καθηγητοῦ κ. Χωρέμη) καὶ Κων)πόλεως
Δέχεται καθ' ἑκάστην εἰς τὸ ἰατρεῖον του, Καραϊσκάκη 89 καὶ Ἁγίου Νικολάου, Τηλ. 43.06.

ΙΑΤΡΟΣ
Δ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ
Εἰδικὸς Δερματολόγος
ΡΙΖΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΔΙ' ΑΚΤΙΝΩΝ:
Ἀγγειωμάτων, Ἐπιθηλιωμάτων (Μούρων) Τριχοφύτων, Κασίδας, Περιονύξεων.
ΚΙΡΣΟΙ ΑΝΕΥ ΕΓΧΕΙΡΗΣΕΩΣ
Ἀποτριχώσεις.
ΕΡΜΟΥ-ΚΑΝΑΚΑΡΗ 118 ΤΗΛ. 30-61

ΚΑΡΔΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ
ΙΑΤΡΟΣ
ΜΙΧ. ΣΤΑΘΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
Νεωτάτου τύπου μηχανήματα ἠλεκτροκαρδιογραφίας δι' ἀκριβῆ διάγνωσιν Καρδιακῶν Νοσημάτων
ΑΚΤΙΝΕΣ Χ.
ΠΑΤΡΑΙ, Κορίνθου 296 (πλησίον δικαστηρίων)
Τηλ. 20—86

ΚΛΙΝΙΚΗ
ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ
ΗΛΙΑ Φ. ΛΑΖΑΡΗ
—Ἐν Γαλλίᾳ ἐπὶ τριετίαν εἰδικευθέντος.
—Μαθήματα ψυχοπροφυλακτικοῦ τοκετοῦ μετὰ διδακτικῶν κινηματογραφικῶν προβολῶν.

ΑΙΜΟΡΟΪΔΕΣ
ΠΕΡΙΕΔΡΙΚΑ ΣΥΡΙΓΓΙΑ ΚΑΙ ΚΙΡΣΟΙ
Θεραπεύονται ἄνευ ἐγχειρήσεως παρὰ τοῦ στομαχο—ἐντερολόγου
ΙΑΤΡΟΥ
Ν. Α. ΤΣΙΛΙΡΑ
Κανάρη 49. Τηλ. 39—33

ΕΠΙΠΛΩΣΕΙΣ ΜΕ ΔΟΣΕΙΣ
ΝΕΑ ΕΚΘΕΣΙΣ ΕΠΙΠΛΩΝ
Κάτωθι Πλατείας Ὄλγας
Ἕτοιμα καὶ ἐπὶ παραγγελία
ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΗ Σ.Ε.Σ.ΙΑ Ο.Ε.
ΠΑΤΡΑΙ · ΤΗΛ. 27-34

ΝΕΑ ΚΛΙΝΙΚΗ ΩΤΟ-ΡΙΝΟ-ΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΙΚΗ
"Ο ΤΙΜΙΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ"
ΓΕΩΡΓΙΟΥ Α. ΜΑΡΚΟΥ
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΥ ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΟΥ
ΤΗΣ ΩΤΟ — ΡΙΝΟ — ΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ (ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΝ "ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ")
Ἡ Κλινικὴ ἤρχισε λειτουργοῦσα ἐν Πάτραις, ὁδὸς Ἁγίου Ἀνδρέου 107 διαθέτουσα τελειοτάτου, τελευταίου τύπου μηχανήματα καὶ κλίνας α' β' καὶ γ' θέσεως.
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΥΝΤΑΙ ΚΑΙ ΗΣΦΑΛΙΣΜΕΝΟΙ ΤΟΥ J.K.A.
ΤΗΛΕΦ. 45—33

ΚΑΘΑΡΟΝ ΕΙΣΟΔΗΜΑ
ΤΟΚΟΣ 9 ο)ο (ἀφορολόγητος)
Καταδέσεις ἐπὶ προδεσμίᾳ 6 μηνῶν καὶ ἄνω
ΠΑΡΑ ΤΡΑΠΕΖΑΙΣ
ΚΑΘΑΡΟΝ ΕΙΣΟΔΗΜΑ
ΤΟΚΟΣ 8 ο)ο (ἀφορολόγητος)
εἰς τὰ
ΤΑΜΙΕΥΤΗΡΙΑ ΤΡΑΠΕΖΩΝ
ΤΑΧ)ΚΟΝ ΤΑΜΙΕΥΤΗΡΙΟΝ
ΤΑΜΕΙΟΝ ΠΑΡΑΚΑΤΑΘΗΚΩΝ ΚΑΙ ΔΑΝΕΙΩΝ

ΑΘΑΝ. - ΤΙΜΟΣ Γ. ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ
Ἐπὶ σειρὰν ἐτῶν ἐσωτερικὸς ἰατρὸς τοῦ Νοσοκομείου Παίδων «ΑΓΛΑΪΑ ΚΥΡΙΑΚΟΥ» Ἀθηνῶν
ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΘΕΙΣ ΕΙΣ ΠΑΤΡΑΣ ΔΕΧΕΤΑΙ ΕΙΣ ΤΟ ΙΑΤΡΕΙΟΝ ΤΟΥ ΟΔΟΣ ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ 41
ΤΗΛΕΦ. 46—66
Ἑκάστην Πέμπτην ἀπὸ 5—7 μ.μ. θὰ δέχεται ἀπόρους δωρεὰν

ΣΥΓΚΟΙΝΩΝΙΑΙ

ΝΕΑ ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΑΤΜΟΠΛΟΪΑ

Δ)π "ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΟΤΑΜΙΑΝΟΣ" (ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗΣ)
Δευτέραν 12ην μεσονύκτιον Πειραιᾶ, Σύρον, Τῆνον, Μύκονον, Ἁγ. Κήρυκον, Καρλόβασι, Βαθύ, Χίον, Μυτιλήνην.
Σάββατον 8ην μ. μ. Σάμην, Κέρκυραν, Βρινδήσιον,