



ΑΓΙΟΙ ΙΣΙΔΩΡΟΙ

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2017
ΕΤΟΣ ΙΣΤ΄ - ΤΕΥΧΟΣ 177



Μηνιαίο Περιοδικό του Ιερού Ναού Αγίων Ισιδώρων Λυκαβηττού.

Διεύθυνση: Ι. Ν. Αγ. Ισιδώρων Λυκαβηττού

Τ.Θ. 4097 / 102 10 ΑΘΗΝΑ

Τηλέφωνο Ιερού Ναού: 210-3633282

Τηλέφωνο & Φαξ: 210-3635805

<http://www.agioi-isidoroi.gr>, e-mail: aisidor@otenet.gr

ΤΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΑΡΘΡΑ ΤΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ:

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΘΕΜΑΤΟΣ.....	ΣΕΛΙΔΑ
1ο	Κανείς δεν θέλει να φαίνεται γέρος.....	4
2ο	Τα παιδιά που δεν περιμένουν.....	6
3ο	Χειροτονία εις Πρεσβύτερον π. Χαραλάμπους Βαρβαγιάννη.....	9
4ο	Περί υγείας & ευεξίας-Ελέγξτε τι τρώτε με 8 κόλπα.....	14
5ο	Ιατρικό θέμα-Πτώσεις ηλικιωμένων, συμβουλές για την αποφυγή τους.....	16
6ο	Τα νέα από την ζωή του προσκυνηματός μας.....	17
7ο	Πρόγραμμα ιερών ακολουθιών μηνός Ιανουαρίου.....	23

Εικόνα εξωφύλλου: Το καμπαναριό του Εικονοστασίου του Χριστού στους Αγίους Ισιδώρους

- Διευθυντής Περιοδικού: πατήρ Δημήτριος Λουπασάκης.
- Επιμέλεια Έκδοσης & Αρχισυνταξία: πατήρ Χαράλαμπος Βαρβαγιάννης

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΟΙ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

Αρχιμανδρίτης
Ιγνάπιος Χατζηνικολάου
[Θεολόγος - τέως Λυκαβηττής]

Κων/νος
Αρ. Δημητρακόπουλος
Δάσκαλος

Ιωάννης Μάγκος
[Εκπαιδευτικός Τεχνολόγος
Ηλεκτρολόγος Μηχανικός]

Σοφία Αντωνιάδου
[Καθηγήτρια Φιλολόγος]

πατήρ Δημήτριος Καββαθός
[Καθηγητής Βυζαντινής μουσικής]

πατήρ Σπυρίδων Τάλαρης
[Μηχανικός έργων υποδομής]

πατήρ Παύλος Φραγκιαδάκης
[Υπεύθυνος Ραδιοφώνου]

Μαρία Παπαχρίστου
[Γιαθολόγος - Εντατικολόγος]

Πόλυ Βαρτζώπη - Γαλενιανού
[Διαιτολόγος]

πατήρ Νικόλαος Αντωνόπουλος
[Επιμελητής Ραδιοφώνου]

Νικόλαος Παλιόγλου
[Γενικός Ιατρός]

Νικόλαος Συλλαγαδάκης
[Ιατρός Χειρουργός Ω.Ρ.Λ.]

Φαίη Σμυρναίου
Φοιτήτρια Πάντειου Παν/μίου

Αρχείο-Φωτογραφικό υλικό:
Ιερός Ναός

ΚΑΝΕΙΣ ΔΕΝ ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΦΑΙΝΕΤΑΙ ΓΕΡΟΣ



Ανάμεσα στις σκέψεις που κά-
νομε στην αρχή κάθε **Νέου**
Χρόνου είναι ότι γεράσαμε. Ότι σιγά
– σιγά «δεν ωφελούμε» σε τίποτε! Και
το χειρότερο, και αυτό συμβαίνει στις
μικρότερες ηλικίες, ιδίως στις γυναίκες,
που θέλουν να γυρίσουν τον χρόνο
πίσω, να δείχνουν νέες, να ξεζαρώνουν
το πρόσωπό τους, να κάνουν λίφτινγκ

και να καταφεύγουν στην πλαστική χειρουργική! Μια καταστροφική ενέργεια και μια επίθεση κατά της φύσεως. **Κανείς δεν επήγε κόντρα στην φύση και να μην εισπράξει ότι χειρότερο.** Αφήνω δε και το πόσο γελοιοποιούνται οι περισσότεροι απ' αυτούς.


Ήθελα ωστόσο να συνεχίσω το γραφτό μου αυτό με μια παράγραφο από το μικρού, μα πάρα πολύ αξιόλογου βιβλίου του Osho «**Μέση ηλικία και ωριμότητα**» και τίτλον αυτής «**Το φυσικό είναι όμορφο**», μεταφρασμένο σε ελληνική έκδοση το 2001: «Μόλις σήμερα πληροφορήθηκα ότι μόνο στην Αμερική ξοδεύονται δισεκατομμύρια δολάρια στην **πλαστική χειρουργική.**

Σ' ολόκληρο τον κόσμο, κάθε χρόνο μισό εκατομμύριο άνθρωποι κάνουν τέτοιες επεμβάσεις. Στην αρχή πήγαιναν μόνο γυναίκες κάποιας ηλικίας, που χρησιμοποιούσαν την πλαστική χειρουργική για να δείχνουν λίγο νεότερες και για να μπορούν να είναι ελκυστικές για λίγο καιρό ακόμη.

Οι πρόσφατες έρευνες όμως δείχνουν ότι το μεγαλύτερο μέρος των ανθρώπων που υποβάλλεται σε επεμβάσεις, πλαστικής χειρουργικής στην Αμερική είναι άντρες, επειδή τώρα οι άντρες εκείνοι που θέλουν να δείχνουν νεότεροι για περισσότερο χρόνο. Μέσα τους θα γερνάνε, αλλά το δέρμα τους θα φαίνεται τεντωμένο, όπως του νέου.

Και η εντυπωσιακότερη αναφορά είναι ότι ένας νεαρός είκοσι τριών ετών έκανε πλαστική για να φαίνεται νεότερος! Η Αμερική είναι ασφαλώς η χώρα των τρελών. Αν ένα παιδί είκοσι τριών χρονών νομίζει ότι χρειάζεται να φαίνεται νεότερο...

Είναι τόσο άσχημο να πηγαίνεις ενάντια στη φύση. Και είναι τόσο όμορφο να συντονίζεσαι με τη φύση και με τα δώρα που φέρνει. Άλλα φέρνει στην παιδική ηλικία, άλλα στην νεότητα, άλλα στη μέση ηλι-



κία και άλλα στα γεράματα. Αν έχεις δεκτικότητα και ζεστή καρδιά, τότε το καθετί στη φύση φέρνει τη δική του ομορφιά.

Σύμφωνα με τη δική μου κατανόηση – και όλοι οι οραματιστές της Ανατολής με υποστηρίζουν σ' αυτό – **ο άνθρωπος γίνεται αληθινά όμορφος και είναι γεμάτος χάρη όταν μεγαλώνει η ηλικία του**, όταν έχει εξαφανιστεί όλη η άγνοια της παιδικής ηλικίας, όταν έχει φύγει όλη η ανοησία της νιότης, όταν έχει περάσει μέσα από έναν ολόκληρο κόσμο καθημερινών εμπειριών και έχει φτάσει στο σημείο να μπορεί να είναι παρατηρητής στους λόφους, ενώ ολόκληρος ο κόσμος κινείται κάτω, στις σκοτεινές, άχαρες κοιλάδες, ψηλαφώντας στα τυφλά.

Η ιδέα του να μένεις συνεχώς νέος είναι άσχημη. Ολόκληρος ο κόσμος θα έπρεπε να καταλάβει ότι με το να πιέζεται να φαίνεται νεότερος, απλώς έχει περισσότερη ένταση κι έτσι δεν μπορεί να χαλαρώσει ποτέ.

Κι αν επιβληθεί η πλαστική χειρουργική, καθώς αυξάνονται συνεχώς οι πλαστικοί χειρουργοί, θα δεις να συμβαίνει ένα περίεργο φαινόμενο: Όλοι θ' αρχίσουν να μοιάζουν μεταξύ τους... όλοι θα έχουν το ίδιο πρόσωπο, την ίδια κοψιά. Δεν θα είναι όμορφος ο κόσμος. Θα χάσει όλη του την ποικιλία, θα χάσει όλη την ομορφιά της διαφοράς. Οι άνθρωποι θα γίνουν σχεδόν σαν μηχανές που έχουν βγει απ' το ίδιο εργοστάσιο. Θα σου άρεσε σ' αλήθεια αυτή η βαρετή ανθρωπότητα; **Όλοι θέλουν να ζήσουν περισσότερο, αλλά κανένας δεν θέλει να γεράσει.** Γιατί; Εξ αιτίας του επόμενου βήματος. Κανένας δεν φοβάται σ' αλήθεια τα γεράματα, **απλώς μετά από τα γεράματα έρχεται ο θάνατος.**

Γι' αυτό **όλοι θέλουν να ζήσουν όσο γίνεται περισσότερο, αλλά αν μη γεράσουν ποτέ, γιατί με τα γεράματα μπαίνεις στην αυλή του θανάτου.** Κατά βάθος, **ο φόβος των γηρατειών είναι φόβος θανάτου** και μόνο εκείνοι που δεν ξέρουν πώς αν ζήσουν φοβούνται το θάνατο.

Τα **νιατά** είναι μια αρρώστια από την οποία θεραπεύεται κανείς κάθε μέρα. **Στην ωριμότητα** έρχεται η θεραπεία. Όλη σου τη ζωή πέρασες μέσα από τη φωτιά και το σίδηρο και έχεις φτάσει στο σημείο να μπορείς να είσαι χωρίς προσκολλήσεις, αποτραβηγμένος, αδιάφορος.

Η Δύση όμως δεν κατάλαβε ποτέ την ομορφιά της ωριμότητας. Μπορώ να το καταλάβω, μα δεν μπορώ να συμφωνήσω... Έτσι όπως είναι ο κόσμος είναι τέλειος».

*Αρχιμανδρίτης
Ιγνάτιος Θ. Χατζηνικολάου
Θεοδότος, τ. Δυκείαρχης*

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΝ, ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΟΥ ΒΑΡΙΟΥΝΤΑΙ, ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΟΥ ΑΠΟΓΟΗΤΕΥΟΝΤΑΙ

(Α ΜΕΡΟΣ)




Αδιαμφισβήτητα, παρατηρείται τα τελευταία χρόνια μία πτώση στην κοινωνική, συναισθηματική και ακαδημαϊκή λειτουργικότητα των μαθητών καθώς και μια ραγδαία αύξηση των μαθησιακών δυσκολιών και άλλων διαγνώσεων. Τα σημερινά παιδιά έρχονται στο σχολείο συναισθηματικά ανώριμα για μάθηση και υπάρχουν πολλοί παράγοντες στο μοντέρνο τρόπο ζωής

μας που συμβάλλουν σε αυτό. Όπως γνωρίζουμε, ο εγκέφαλός μας είναι εύπλαστος. Μέσα από το περιβάλλον μπορούμε να κάνουμε τον εγκέφαλο δυνατότερο ή πιο αδύναμο. Όμως παρά τις καλύτερες προθέσεις μας δυστυχώς κάτι λάθος γίνεται...

Τεχνολογία

Δωρεάν υπηρεσία φύλαξης παιδιών... η πληρωμή σας περιμένει στην επόμενη γωνία. Παίζουμε με το νευρικό σύστημα των παιδιών μας, με την προσοχή τους και με την ικανότητά τους να λαμβάνουν ικανοποίηση καθυστερημένα. **Συγκρινόμενη με την εικονική πραγματικότητα, η καθημερινή ζωή είναι βαρετή.** Όταν τα παιδιά έρχονται στην τάξη, εκτίθενται σε ανθρώπινες φωνές και οπτικά ερεθίσματα που έρχονται σε αντίθεση με το βομβαρδισμό από εκρήξεις γραφικών και ειδικά εφέ τα οποία είναι συνηθισμένα να βλέπουν στις οθόνες τους. Μετά από ώρες εικονικής πραγματικότητας το να επεξεργαστείς πληροφορίες σε μια τάξη γίνεται όλο και μεγαλύτερη πρόκληση για τα παιδιά μας επειδή ο εγκέφαλός τους είναι συνηθισμένος στα υψηλά επίπεδα διέγερσης που προκαλούν τα βιντεοπαιχνίδια. Η ανικανότητα της επεξεργασίας χαμηλότερων επιπέδων διέγερσης καθιστά τα παιδιά ευάλωτα στις ακαδημαϊκές προκλήσεις. Επιπλέον, η τεχνολογία μάς αποσυνδέει συναισθηματικά από τα παιδιά μας και τις οικογένειές μας. Η συναισθηματική διαθεσιμότητα των γονέων είναι η κύρια



«τροφή» για τον εγκέφαλο των παιδιών μας. Δυστυχώς, βαθμιαία στερούμε από τα παιδιά μας αυτή την «τροφή».

Τα παιδιά παίρνουν οτιδήποτε θέλουν, ακριβώς τη στιγμή που το θέλουν

“Πεινάω!!” Σε ένα δευτερόλεπτο θα σταματήσω στη μέση του δρόμου. “Διψάω! Να ένα μηχανήμα νερού. “Βαριέμαι!” Πάρε το τηλέφωνό μου”. Η ικανότητα να λαμβάνεις ικανοποίηση με κάποια καθυστέρηση είναι ένα από τα κλειδιά της μελλοντικής επιτυχίας. Έχουμε όλες τις καλές προθέσεις να κάνουμε τα παιδιά μας ευτυχισμένα, αλλά δυστυχώς **τα κάνουμε χαρούμενα βραχυπρόθεσμα και δυστυχισμένα μακροπρόθεσμα**. Το να είσαι ικανός να απολαμβάνεις αυτό που θες με υπομονή, σημαίνει ότι έχεις την ικανότητα να λειτουργείς σε συνθήκες στρες. Τα παιδιά μας βαθμιαία γίνονται λιγότερο εξοπλισμένα να τα βγάζουν πέρα ακόμα και με λίγο στρες, κάτι το οποίο μελλοντικά γίνεται τεράστιο εμπόδιο στο να επιτύχουν στη ζωή. Η ανάγκη για άμεση ικανοποίηση των αναγκών φαίνεται συχνά στις αίθουσες διδασκαλίας, στα εμπορικά κέντρα, στα εστιατόρια και στα καταστήματα παιχνιδιών τη στιγμή που το παιδί ακούει «όχι» επειδή οι γονείς έχουν «μάθει» τα παιδιά να παίρνουν αυτό που θέλουν ακριβώς τη στιγμή που το θέλουν.

Τα παιδιά κυριαρχούν στον κόσμο

“Στο γιο μου δεν αρέσουν τα λαχανικά”, “Δεν της αρέσει να πηγαίνει για ύπνο νωρίς”, “δεν της αρέσει να τρώει πρωινό”, “δεν της αρέσουν τα παιχνίδια, αλλά είναι πολύ καλή με το IPAD” κ.λ.π. Από πότε τα παιδιά μας διδάσκουν πώς να είμαστε γονείς; Αν αφήσουμε τα πάντα να εξαρτώνται από αυτά, το μόνο που θα κάνουν θα είναι να τρώνε μακαρόνια με τυρί, παγωτό, να βλέπουν τηλεόραση, να παίζουν με τα tablet τους και ποτέ να μην πηγαίνουν για ύπνο. Τι καλό τους κάνουμε με το να τους δίνουμε αυτό που θέλουν όταν γνωρίζουμε ότι δεν είναι καλό γι’αυτά; **Χωρίς την κατάλληλη τροφή και ένα καλό βραδινό ύπνο** τα παιδιά μας έρχονται στο σχολείο ευερέθιστα, αγχωμένα και με διάσπαση προσοχής. Επιπρόσθετα, **τους στέλνουμε το λάθος μήνυμα**. Μαθαίνουν ότι μπορούν να κάνουν ότι θέλουν και να μην κάνουν ότι δε θέλουν. Η λογική ότι «πρέπει να το κάνεις» απουσιάζει. Δυστυχώς, προκειμένου να πετύχουμε τους διάφορους στόχους στη ζωή μας πρέπει **να κάνουμε ότι είναι απαραίτητο το οποίο μπορεί να μη συμπίπτει πάντοτε με αυτό που θέλουμε**. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί θέλει να είναι άριστος μαθητής, πρέπει να μελετήσει σκληρά. Αν θέλει να γίνει ένας επιτυχημένος ποδοσφαιριστής, πρέπει να

προπονείται κάθε μέρα. Τα παιδιά μας γνωρίζουν πολύ καλά τι θέλουν αλλά δυσκολεύονται πάρα πολύ να κάνουν αυτό που πρέπει για να πετύχουν τους στόχους τους. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα ανεπίτευκτους στόχους και αφήνει τα παιδιά απογοητευμένα.

Ατέλειωτη διασκέδαση

Έχουμε δημιουργήσει έναν κόσμο τεχνητής διασκέδασης για τα παιδιά μας. Δεν υπάρχουν βαρετές στιγμές. Αμέσως μόλις ψυχάσουν, τρέχουμε να τα διασκεδάσουμε πάλι γιατί διαφορετικά νοιώθουμε ότι δεν εκπληρώνουμε το γονικό μας καθήκον. Ζούμε σε δύο διαφορετικούς κόσμους. Αυτά έχουν τον κόσμο της διασκέδασης κι εμείς τον κόσμο της δουλειάς. Γιατί τα παιδιά μας δε μας βοηθάνε στην κουζίνα; Γιατί δε μαζεύουν τα παιχνίδια τους; Τα παραπάνω αποτελούν βασική μονότονη εργασία που εκπαιδεύουν τον εγκέφαλο να μπορεί να εργάζεται και να είναι λειτουργικός υπό συνθήκες ανίας. Όταν οι μαθητές έρχονται στο σχολείο και είναι ώρα για γράψιμο ή μελέτη, η απάντησή τους είναι «δε μπορώ». «Είναι πολύ δύσκολο, πολύ βαρετό». Γιατί; Επειδή το αντίστοιχο τμήμα του εγκεφάλου δεν είναι εκπαιδευμένο για να εκτελεί «βαρετές» και μονότονες εργασίες. Εκπαιδεύεται όμως μέσα από τη δουλειά.

(Συνεχίζεται)

*Πηγή: yourot.com Μετάφραση Ιωάννας Φωτοπούδου,
Επιμέλεια Κων/νος Δημητρακόπουδος*



Ο πατήρ Δημήτριος στον Πατριαρχικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου & Ελένης-Ιερουσόλυμα

ΧΕΙΡΟΤΟΝΙΑ ΕΙΣ ΠΡΕΣΒΥΤΕΡΟΝ Π. ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΒΑΡΒΑΓΙΑΝΝΗ

Εν μέσω θερμού και πλήρους χάριτος Εκκλήματος, το Σάββατο 19 Νοεμβρίου 2016 εορτή του Αγίου Προφήτου Αβδιού τελέσθηκε η εις Πρεσβύτερον χειροτονία του αδελφού μας και επί σειρά ετών πνευματικού τέκνου, του εφημερίου μας πατρός Δημητρίου, Ιερολογιοτάτου Ιεροδιακόνου και μοναχού π. **Χαραλάμπους Βαρβαγιάννη**.

Η χειροτονία τελέσθηκε από τον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη Γλυφάδας κ.κ. Παύλο στον περικαλλή Ιερό Ναό Αγίας Τριάδας της ομωνύμου Ιεράς Μητροπόλεως.

Κατά την ώρα της χειροτονίας η συγκίνηση όλων ήταν έκδηλη καθώς ο λόγος του ήταν πύρινος και αφοπλιστικός κυρίως κατά τη στιγμή κατά την οποία αναφέρθηκε στον πνευματικό του πατέρα και τις ευεργεσίες του, στη ζωή του, έκανε όλο το εκκλησίασμα να δακρύσει από συγκίνηση. Το αποκορύφωμα ήταν η στιγμή όπου επικαλέσθηκε τον μεγάλο προστάτη του πνευματικού μας αλλά και όλων μας, τον μεγαλομάρτυρα Δημήτριο τον θαυματουργό και έψαλλε όλο το εκκλησίασμα μαζί του το απολυτίκιο του, ρίγος μεγάλο μας διαπέρασε όλους.

Ο Σεβασμιώτατος στον λόγο του εξήρε το έργο του π. Χαραλάμπους στο Πατριαρχείο Ιεροσολύμων, όπου για χρόνια υπηρετεί μεταφέροντας ανά την Ορθοδοξία τα Ιερά του κειμήλια. Με αφορμή αυτή του τη διακονία του επιφύλαξε μία έκπληξη. Μετά την χειροτονία του και λίγο πριν το πέρας της Θείας Λειτουργίας τον χειροθέτησε Αρχιμανδρίτη και του ευχήθηκε να συνεχίζει να διακονεί με τον ίδιο ζήλο την Αγία Εκκλησία, πλέον ως Ιερομόναχος και Αρχιμανδρίτης.

Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας ο νεοχειροτονηθείς μοίρασε το αντίδωρο και δέχθηκε τις ευχές από τους παρευρισκόμενους ενώ ο Σεβασμιώτατος προσέφερε





αναμνηστικά εικονάκια για την χειροτονία. Οι αρθρογράφοι, οι πνευματικοί αδελφοί και όλο το εκκλησίασμα των Αγίων Ισιδώρων Λυκαβηττού, εύχονται στον πατέρα Χαράλαμπο να έχει καλή διακονία στον αμπελώνα του Κυρίου και ευχόμαστε όπως ο Ζωοδότης Χριστός τον αξιώσει λειτουργό του επί της γης, να τον αξιώσει να λειτουργεί και στα Ουρανία μαζί με τους Αγίους και τους Αγγέλους.

Χειροτονητήριος λόγος

Μέγα το Όνομα της Αγίας Τριάδος, Υπεραγία Θεοτόκε Σκέπε, Φρούρει, Φύλαττε ημάς. Σεβασμιώτατε Πάτερ & Δέσποτα, Σεβαστοί ιερείς, διάκονοι και μοναχοί, ευλογημένοι προσκυνητές.

Επιτρέψτε μου αυτή την σημαντική για εμένα ημέρα η ομιλία μου να είναι μία μικρή εξομολόγηση, αλλά και μία ευχαριστήρια δέηση.

Όλα ξεκίνησαν πριν 16 χρόνια ημέρα Κυριακή 22 Ιουλίου εορτή της Αγίας παρθενομάρτυρος Μαρκέλλας, όταν με θαυμαστό τρόπο ο Θεός οδήγησε τα βήματά μου στο άγνωστο τότε για πολλούς αλλά γνωστό σε λίγους εκκλησάκι των Αγίων Ισιδώρων στο Λυκαβηττό. Δέος και συγκίνηση συγκλόνισε την ψυχή μου βλέποντας το κατανυκτικό αυτό ναό, όμως περισσότερο τράβηξε την προσοχή μου ένας άνθρωπος, ο ιερέας. Ο παπά-Δημήτρης. Το χαμόγελό του, η ευγένειά του, η καλοσύνη του, ο γλυκός του λόγος αμέσως άγγιξαν την ψυχή μου. Πρώ-



τη φορά έβλεπα έναν τέτοιο παπά. Μέχρι τότε κανένας ιερέας, κανένα κήρυγμα και σύναξη δεν άγγιξε την τραυματισμένη μου ψυχή. **Ο παπά-Δημήτρης** χωρίς να με γνωρίζει με δέχθηκε, με εμπιστεύθηκε, μου άνοιξε την καρδιά του, με έβαλε σπίτι του, με φρόντισε. Έγινε ο Πατέρας μου, του στήριγμά μου, ο γιατρός μου. Πήρε στα χέρια του ένα σκουπιδάκι, ένα τενεκεδάκι που μέχρι τότε όλοι κλωτσούσαν και δεν έδιναν σημασία και το έκανε άνθρωπο.

Εμένα που βλέπετε αυτή την στιγμή μπροστά σας, έτοιμο να εισέλθω στο Άγιο θυσιαστήριο και να υπηρετήσω ως ιερέας τον κύριο τον δημιούργησε

αυτός ο άνθρωπος. Ένα παπαδάκι, που πολλοί το κλωτσάνε, το συκοφαντούν, το λοιδορούν.....αυτό το παπαδάκι με έκανε άνθρωπο και υπηρέτη του Χριστού. **Κανείς άλλος.**

Σου χρωστάω πολλά παπα-Δημήτρη, αλλά δεν ξέρω εάν μπορώ να στο ξεπληρώσω. Σε ευχαριστώ που δεν με εκμεταλλεύθηκες αλλά με ελέησες. Σε ευχαριστώ που με θεράπευσες με τον Τίμιο Σταυρό που άξια κρατάς στα χέρια σου από την αγιασμένη σου θεία την Ειρήνη την οποία δυστυχώς δεν γνώρισα. Κοντά σου είδα θαύματα και σημεία του Τιμίου Σταυρού, με γνώρισες στον φίλο σου και φύλακα άγγελό σου, τον Άγιο Δημήτριο και με έβαλες υπό την προστασία Του. Καλλιέργησες μέσα μου το πνευματικό χωράφι, ένα χωράφι που παρέλαβες εγκαταλειμμένο, αξιοποιώντας τον σπόρο που άφησε η μακαριστή μικρασιάτισσα γιαγιά μου, η Ροδούλα και με την βοήθεια του Θεού το έκανες γόνιμο. Όμως εγώ παπά-Δημήτρη δεν έχω κάνει κάτι για εσένα. Σε έχω λυπήσει, στενοχωρήσει, έχω κάνει ανυπακοές. Εσύ όμως έχεις ματώσει τα γόνατά σου προσευχόμενος για εμένα, έχεις μπει φράκτης για να προστατευτώ από τις επιβουλές ανθρώπων αλλά και από τον διάβολο. Έχεις παλέψει για εμένα. Σου ζητώ συγνώμη που έλεγα ότι είμαι ο τελευταίος τροχός της αμάξης.....μου απέδειξες ότι τελικά εσύ είσαι ο τελευταίος τροχός....ένα απλό παπαδάκι που αντί κάποιιοι μεγάλοι και καρεκλάτοι να σκύψουν να δουν το έργο που κάνεις, αυτοί ακόμα περισσότερο σε απαξιώνουν.

Επιτρέψτε μου Σεβασμιώτατε αυτή την στιγμή ως αντίδωρο ευγνωμοσύνης προς τον πατέρα Δημήτριο να κάνω μία προσευχή, μία δέηση τώρα που τα Ουράνια είναι ανοιχτά και Γη και Ουρανός είναι ένα, και καλώ όλους όσους είστε εδώ να κάνετε το ίδιο. **Είναι μία προσευχή εγκάρδια.**

Γλυκέ μου Ιησού & Πανάχραντε Μητέρα Παναγία, Τίμιε Σταυρέ & Άγιε μεγαλομάρτυς Δημήτριά.

Επακούσατε την δέησιν ημών, ελεήσατε, διαφυλλάξτε από πάσης επιβουλής τον δούλον Σας, Δημήτριο ιερέα. Διατηρήσατε αυτόν σώον, υγιά και μακροημερεύοντα, τα αιτήματα της καρδιάς αυτού ταχέως πληρώσατε.

Άγιε μεγαλομάρτυς Δημήτριά, βοήθησε τον Πατέρας μας και Ευεργέτη μας.

Αγαπητοί μου μετά από αυτήν την σύντομη προσευχή ας ψάλλουμε όλοι με ένα στόμα και μία καρδιά το απολυτίκιο αυτού του μεγάλου Αγίου. **Του Αγίου Δημητρίου.**

Μέγαν εύρατο, εν τοις κινδύνοις, σε υπέρμαχον, η οικουμένη, Αθλοφόρε τα έθνη τροπούμενον. Ως ούν Λυαίου καθείλες την έπαρσιν, εν τω σταδίω θαρρύνας τον Νέστορα, ούτως Άγιε Μεγαλομάρτυς Δημήτριε, Χριστόν τον Θεόν ικέτευε, δωρήσασθαι ημίν το μέγα έλεος.



Σεβασμιώτατε. Πριν ολοκληρώσω την ομιλία μου θα ήθελα να ευχαριστήσω κάποιους ανθρώπους και αυτό γιατί, ακόμα και ο ίδιος ο Κύριος, όταν θεράπευε, ελεούσε και ευεργετούσε το μόνο που ήθελε να ακούσει ήταν η μία λέξη, ευχαριστώ, τίποτα άλλο. Επιτρέψτε μου λοιπόν να μην είμαι αγνώμων. Πρώτα θέλω να ευχαριστήσω τους Αγίους Ισιδώρους που με έφεραν στον τόπο τους, με

σκέπασαν και με ενίσχυσαν πνευματικά. Ευχαριστίες πολλές σε πρόσωπα που συνδέθηκαν και αυτοί με τον ιερό ναό και είμαστε πνευματικά αδέρφια και συνοδοιπόροι. Τον αρχιμανδρίτη π. Δημήτριο Καββαθά εξαιτίας του οποίου σήμερα γίνομαι ιερέας και του είμαι ευγνώμων. Τον μοναχό π. Κωνσταντίνο Ηλιάδη. Τον ιεροδιάκονο π. Δημήτριο Μπιζά για την αγάπη του και συμπαράσταση. Τους μοναχούς π. Ραφαήλ, π. Παύλο, π. Σπυρίδων & π. Νικόλαο. Την μητέρα του πατρός Δημητρίου, την κυρία Κατερίνα, που τόσα χρόνια μου έχει δείξει την αγάπη της και την φιλοξενία της, λέγοντάς της, ότι είναι μία άξια μάνα. Ιδιαίτερες ευχές και ευχαριστίες στα δύο υπέροχα παιδιά του πατρός Δημητρίου, την Κατερίνα και την Ειρήνη τα οποία γνωρίζω από πολύ μικρά ευχόμενος να έχουν καλή πρόοδο στην ζωή τους. Την αγαπημένη μου Βερόνικα που τόσα χρόνια μου συμπαραστέκεται. Τους επιτρόπους του ιερού ναού. Τον ιεροψάλτη μας. Τις κοπέλες που διακονούν. Ευχές πολλές στον Λεωνίδα Παγιάτη που εργάζεται στον Άγιο Σάββα και ο οποίος με βοήθησε ενώ ήμουν ασθενής και ανασφάλιστος να βρω την κατάλληλη ιατρική βοήθεια. Ευχαριστίες στους ευεργέτες του ναού, κ. Βαγγέλη Παπαλιό, κ. Στέφανο Κωστούλα και Νικήτα Μαρκόπουλο. Τον κ. Αλέξανδρο Κρομμύδα ο οποίος κατόπιν προτροπής του πατρός Δημητρίου έκανε την υπέρβαση να με προσλάβει όντας κληρικός στην εταιρία του ως εργαζόμενο, καθώς και τους συναδέλφους μου στην ίδια εργασία για την αγάπη τους και την αποδοχή τους.

Ευχαριστίες πολλές στον πατέρα Ηλία Αντωνόπουλο και την πρεσβυτέρα του Αναστασία ευχόμενος καλή πρόοδο στα παιδιά τους. Τον πατέρα Στέφανο Κωστόπουλο προϊστάμενο του ιερού ναού Αγίας Τριάδος Βύρωνα τον οποίο γνώρισα κατά την περίοδο που συνόδευσα ιερά κειμήλια του πατριαρχείου Ιεροσολύμων στην εκκλησία που υπηρετεί. Στον προϊστάμενο του ιερού ναού της Α-

γίας Τριάδος, Αρχιμανδρίτη π. Φιλόθεο Παγιάκη για την αβραμιαία φιλοξενία του και την αγάπη του, καθώς και τους συνεφημερίους του. Σε αυτό το σημείο θα μου επιτρέψετε να ζητήσω συγνώμη για όποιον ξέχασα να ευχαριστήσω, δεν το κάνω εκουσίως.

Τελειώνοντας δεν μπορώ να παραλείψω να ευχαριστήσω τον Μακαριώτατο Πατριάρχη Ιεροσολύμων κ.κ. Θεόφιλο τον Γ' για την πατρική του αγάπη, την φιλοξενία του, την ευσπλαχνία και τη διάκριση που έδειξε σε εμένα αλλά και σε όλα τα παιδιά που διακονούμε στο Πατριαρχείο Ιεροσολύμων. Τον ευχαριστώ που μου εμπιστεύθηκε, το ιεραποστολικό διακόνημα της συνοδείας ιερών εικόνων και κειμηλίων του Πατριαρχείου ανά την Ελλάδα και τον λοιπό ορθόδοξο κόσμο. Τέλος θέλω να αναφερθώ σε Εσάς Σεβασμιώτατε. Μας ανοίξατε την πατρική σας αγκαλιά και μας δεχθήκατε όταν ο πατέρας μας έψαχνε εναγωνίως να βρει μία μητρόπολη να μπούμε. Και βρεθήκατε Εσείς Σεβασμιώτατε να μας βάλετε κάτω από το Ωμοφόριό Σας και να υπηρετούμε αμισθί αλλά πάνω από όλα με την καρδιά μας την Εκκλησία, την Μητρόπολή Σας και το Πατριαρχείο Ιεροσολύμων.

Σας ευχαριστώ και σας ευγνωμονώ που μου δίνετε την ιερωσύνη, νιώθω ευεργετημένος.

Ολοκληρώνοντας και πριν εισέλθουμε στο Ιερό Βήμα θέλω να αναφερθώ σε τους εξής στίχους:

Πιστεύω Κύριε, και ομολογώ, ότι συ εί ο Χριστός, ο Υιός του Θεού του ζώντος, ο ελθών εις τον κόσμον αματωλούς σώσαι, ων πρώτος ειμί εγώ.

Κύριε, δέξαι με όπως είμαι.

Σημ. Ο παρόν χειροτονητήριος λόγος συντάχθηκε αυθόρμητα τα ξημερώματα του Σαββάτου 19 Νοεμβρίου 2016, λίγες ώρες προ της χειροτονίας και γράφτηκε χειρόγραφα πάνω σε εικόνα του Αγίου Δημητρίου την οποία ο πατήρ Χαράλαμπος επέδειξε στους παρισταμένους. Κρατώντας την ίδια εικόνα και το χειρόγραφο εκφώνησε την ομιλία του εκφράζοντας με αυτό τον τρόπο την ευγνωμοσύνη του προς τον Άγιο μεγαλομάρτυρα Δημήτριο.



ΠΕΡΙ ΥΓΕΙΑΣ & ΕΥΕΞΙΑΣ

Ελέγξτε τις ποσότητες που τρώτε με 8 πανέξυπνα κόλπα




1. Βάλτε στο πιάτο σας πρώτα τις υγιεινές τροφές. Είτε τρώτε στο σπίτι, είτε βρίσκεστε σε κάποιο μπουφέ, φροντίστε να βάλετε στο πιάτο σας πρώτα τις υγιεινές τροφές, όπως λαχανικά, σαλάτες κ.ο.κ.

Ο λόγος είναι ότι σύμφωνα με τους ειδικούς, γεμίζουμε το πιάτο μας με μεγάλη ποσότητα από τα πρώτα φαγητά που θα επιλέξουμε, και αφήνουμε τα λιπαρά και τα κρεατικά για το τέλος.

2. Μασήστε τσίχλα όσο ψωνίζετε στο σούπερ μάρκετ. Ίσως έχετε ήδη ακούσει ότι δεν πρέπει να πηγαίνετε για ψώνια όταν πεινάτε, γιατί καταλήγετε να γεμίζετε το καλάθι σας με περισσότερα τρόφιμα. Ισχύει, αλλά ίσως θα ήταν καλό να δοκιμάσετε να μασάτε και τσίχλα χωρίς ζάχαρη. Σύμφωνα με μελέτες, όσοι μασούν τσίχλα νιώθουν λιγότερο το αίσθημα της πείνας κι έχουν λιγότερες λιγούρες, οπότε και αγοράζουν λιγότερα σνακ με πολλές θερμίδες, προτιμώντας πιο υγιεινές επιλογές, όπως λαχανικά.

3. Αποφύγετε τις μαγειρικές εκπομπές. Όταν κάθεστε στην τηλεόραση να χαλαρώσετε και βλέπετε να φτιάχνουν λαχταριστά πιάτα και αξιοζήλευτα επιδόρπια, τότε το πιθανότερο είναι να σας γεννηθεί η όρεξη να τσιμπολογήσετε στα ξαφνικά. Αυτό σημαίνει ότι σας δημιουργούνται λιγούρες, ενώ οι έρευνες το επιβεβαιώνουν, λέγοντας ότι όσοι βλέπουν εκπομπές που σχετίζονται με φαγητό, τρώνε περισσότερο και κυρίως γλυκά.

4. Χρησιμοποιήστε μπλε πιάτα και προτιμήστε μικρά μεγέθη. Είτε το πιστεύετε, είτε όχι, το χρώμα των πιάτων μπορεί να κάνει τη διαφορά στο πόσο φαγητό σερβίρετε στον εαυτό σας. Όσο περισσότερο το φαγητό «μπερδεύεται» με το χρώμα του πιάτου, τόσο μεγαλύτερη είναι η πιθανότητα να φάτε παραπάνω, γι' αυτό προτιμήστε πιάτα απόχρωσης που ξεχωρίζει εύκολα. Μην ξεχνάτε, επίσης, ότι το μέγεθος... μετράει κι ότι μεγαλύτερο πιάτο σημαίνει περισσότερο φαγητό. Σε μια μελέτη, μάλιστα, βρέθηκε ότι σε έναν κινέζικο μπουφέ, όσοι πήραν μεγάλο πιάτο, κατανάλωσαν τελικά 45% περισσότερο φαγητό, από αυτούς που προτίμησαν τα μικρότερα πιάτα.



5. Πριν ενδώσετε στις λιγούρες... παλέψτε το. Το να τρώτε επειδή είστε κουρασμένοι, νιώθετε ένταση ή δεν έχετε τίποτα καλύτερο να κάνετε, σας βγάζει εκτός ελέγχου. Δοκιμάστε όταν σας χτυπούν την... πόρτα οι λιγούρες, να κάνετε κάτι άλλο για 5 ή 10 λεπτά κι έπειτα να διαπιστώσετε αν πράγματι θέλετε ακόμα να φάτε. Οι πιθανότητες είναι ότι θα σας φύγει η επιθυμία, ή τουλάχιστον θα μειωθεί.

6. Κρατήστε τα ανθυγιεινά σνακ μακριά σας. Βάλτε όλα τα πατατάκια, τις σοκολάτες και τα μπισκότα σε μέρη όπου δεν τα βλέπετε. Αυτό αποτελεί έναν τρόπο να τα καταναλώνετε λιγότερο, που για κάποιους ανθρώπους «δουλεύει». Για του λόγου το αληθές, σύμφωνα με έρευνα, όταν υπάλληλοι γραφείου έκρυσαν τις σοκολάτες στο γραφείο τους, κατανάλωναν 48% λιγότερη ποσότητα, σε σχέση με όταν τις είχαν κοντά τους, διατηρώντας οπτική επαφή. Όταν τις έβαζαν στα συρτάρια, κατανάλωναν 25% λιγότερο, απ' όταν τις είχαν πάνω στο τραπέζι.

7. Προτιμήστε το μικρό μέγεθος. Μια μεγάλη συσκευασία μπορεί να σας δελεάσει να φάτε περισσότερο φαγητό, ακόμη κι αν έχετε χορτάσει ή ακόμη κι αν δεν σας δελεάζει γευστικά.

Στο πλαίσιο μελέτης, μάλιστα, όπου δόθηκε δωρεάν ποπκόρν στο σινεμά, σε μέτριο ή μεγάλο μέγεθος, με κάποιες ποσότητες να είναι φρέσκιες κι άλλες μπαγιάτικες, βρέθηκε ότι όλοι, ακόμη κι αυτοί που πήραν το μπαγιάτικο ποπκόρν, κατανάλωσαν παραπάνω (33-45%) όταν το έπαιρναν στο μεγάλο μέγεθος.

8. Τρώτε αργά και πίνετε νερό. Το «κόλπο» είναι απλό: φάτε μικρές μπουκιές, μασήστε αργά, καθυστερήστε λίγο την επόμενη μπουκιά και πιείτε νερό στο φαγητό. Αυτές οι απλές κινήσεις θα σας βοηθήσουν να μειώσετε φαγητό, άρα και θερμίδες, συνεχίζοντας να αισθάνεστε χορτάτοι.

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΕΥΛΟΓΗΓΜΕΝΟ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ 2017

*Πόλη Βαριζιώτη - Γαλενιανού
Διαποδόγος
Φερρών 22, Πλ.Βικτωρίας, Αθήνα 10434
210-822.67.55, 6944.500.662
e-mail: polynvartz@gmail.com*

*Μιχάλης Γ. Γαλενιανός
Ασφάλειες Ζωής, Υγείας, Σύνταξης, Αυτοκινήτων, Πυρός, Μεταφορών, Α/Κ, κ.λπ.
Τηλ. 6944 83 83 48, 210 – 699 51 58
e-mail: m.g.galenianos@gmail.com*

ΙΑΤΡΙΚΟ ΘΕΜΑ

ΠΤΩΣΕΙΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΟΥΣ



Το 30% των ατόμων άνω των 65 ετών πέφτει στο έδαφος κάθε χρόνο και το 10% των πτώσεων οδηγεί σε σοβαρούς τραυματισμούς ή και το θάνατο. Οι πτώσεις οφείλονται στην αλληλεπίδραση ενός εξασθενημένου οργανισμού με ένα μη φιλικό περιβάλλον μέσα στο οποίο ζούνε. Η αποφυγή τους σχετίζεται τόσο με την καταλληλότερη

αντιμετώπιση των προβλημάτων υγείας (όραση, υπόταση, διαταραχές βάρδισης/ισορροπίας, αρρυθμίες κτλ), όσο και με την διαμόρφωση ενός χώρου διαβίωσης ιδανικού για αυτήν την ευαίσθητη ηλικιακή ομάδα. Μερικές χρήσιμες συμβουλές ιδιαίτερα για άτομα με προηγούμενη πτώση στο ιστορικό τους:

Κατάλληλος φωτισμός τόσο κατά την ημέρα όσο και στις νυχτερινές ώρες.

Απουσία ανισόπεδων τμημάτων δαπέδου (σκαλοπατάκια).

Μείωση ολισθηρότητας δαπέδου (αποφυγή χρήσης γυαλιστικών, χαλιών που ολισθαίνουν κτλ).

Τοποθέτηση μπαρών στήριξης/κάγκελων σε τοίχους, σκάλες, λουτρό και όπου αλλού κρίνεται απαραίτητο.

Τοποθέτηση αντιολισθητικών ταινιών σε σκαλοπάτια/ αντιολισθητικές επιφάνειες στην μπανιέρα.

Αποφυγή ακαταστασίας/ απόσυρση εμποδίων στην ελεύθερη μετακίνηση των ατόμων.

Εύκολη και ασφαλή πρόσβαση στην τουαλέτα.

Τοποθέτηση/χρήση ηχητικών συσκευών ειδοποίησης σε περίπτωση ανάγκης (τηλέφωνο, κουδούνι).

Κατάλληλο ύψος κρεβατιού.

Εύκολη πρόσβαση των απαραίτητων για την καθημερινή ζωή αντικειμένων.

Ήπιες ασκήσεις ενδυνάμωσης/ισορροπίας κατά περίπτωση.

Αποφυγή χρήσης πολυεστιακών φακών κατά την βάρδιση.

Χρήση κατάλληλου είδους και κατάλληλου ύψους βοηθημάτων στήριξης (μπαστούνια, τρίποδο, τετράποδο, περιπατητήρας ΠΙ κτλ).

*Νικόλαος Γ. Πατιόγλου
Γενικός Οικογενειακός Ιατρός*

ΤΑ ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΟΣ ΜΑΣ

❖ **Την Πέμπτη 1 Δεκεμβρίου** τελέστηκε ο πανηγυρικός εσπερινός και στην συνέχεια η **Ιερά Αγρυπνία** επί τη μνήμη της **Αγίας Παρθενομάρτυρος Μυρόπης και του Οσίου πατρός ημών Πορφυρίου του Καυσοκαλυβίτου**. Η **Αγία Μυρόπη** υπήρξε η πρώτη γυναίκα που μαρτύρησε στην Χίο για την πίστη της και μαζί με τον Άγιο Ισίδωρο τον Χιοπολίτη είναι οι πρωτομάρτυρες αυτού του ευλογημένου νησιού της πατρίδας μας. **Στον ναό των Αγίων Ισιδώρων υπάρχει προσκυνητάρι με την εικόνα της Αγίας Μυρόπης** στο οποίο αναγράφεται επιγραμματικά ο βίος της. Ονομαζόταν Μυρόπη γιατί κάθε μέρα πήγαινε στον μυροβλύζοντα τάφο της Αγίας Ερμιόνης, κόρης του Αγίου αποστόλου Φιλίππου, όπου ελάμβανε το μύρο και το έδιδε εις ίασιν των πιστών. Λόγω αυτής της διακονίας ονομάσθη Μυρόπη. Εξάλλου ο Άγιος γέροντας Πορφύριος συχνά ανέβαινε στον ναό των Αγίων Ισιδώρων και προσευχόταν. Οι προσκυνητές που προσήλθαν στο ναό είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν **ιερό άμφιο του Αγίου γέροντος**. **Ας έχουμε την ευχή και την ευλογία του Αγίου.**



❖ **Την Κυριακή 4 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε η Αναστάσιμη Θεία Λειτουργία επί τη μνήμη της **Αγίας Μεγαλομάρτυρος Βαρβάρας και του Άγιου Ιωάννη του Δαμασκνού**, ενώ οι πιστοί είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν **ιερό λείψανο της Αγίας Βαρβάρας και παλαιά εικόνα της Αγίας που φυλάσσεται στον ιερό ναό μας.**



Ολόθερμες ευχές για την ονομαστική τους εορτή απευθύνουμε προς τους **Σεβασμιωτάτους Μητροπολίτες Βελεστίνου κ. Δαμασκνό** και στον αγαπητό μας **Μητροπολίτη Κυδωνίας και Αποκορώνου κ. Δαμασκνό.**

❖ **Την Δευτέρα 5 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε η Θεία Λειτουργία επί τη μνήμη του **Οσίου και Θεοφόρου πατρός ημών Σάββα του Ηγια-**



σμένου. Στο τέλος ο εφημέριός μας αναφέρθηκε με λίγα λόγια στην Ιερά Μονή Αγίου Σάββα του Ηγιασμένου στα Ιεροσόλυμα, με το αυστηρότερο μοναχικό τυπικό στην Ορθοδοξία, αλλά και στην βιοτή των πατέρων που ασκούνται στην Αγγελική Πολιτεία.

Στο τέλος μοιράσθηκαν στους πιστούς **εικονίτσες του Αγίου, λάδι από την κανδήλα του Αγίου Σάββα** και τεμάχια από τον φοίνικα του Αγίου που βρίσκεται στην ιερά και σεβασμία Μονή του.



❖ **Εορτάσθηκε και φέτος στον ιερό μας ναό η μνήμη του Αγίου Νικολάου επισκόπου Μύρων της Λυκίας του θαυματουργού.** Την παραμονή της εορτής, Δευτέρα **5 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε ο Πανηγυρικός Εσπερινός και ανήμερα της εορτής, Τρίτη **6 Δεκεμβρίου,**

εψάλη ο όρθρος και η Πανηγυρική Θεία Λειτουργία. Στο τέλος μίλησε ο πατήρ Δημήτριος για τον **Άγιο Νικόλαο,** και συγκεκριμένα για την αγάπη του, την ελεημοσύνη του, την ταπείνωση του, τα πλούσια πνευματικά του χαρίσματα, τα θαύματα που επιτελούσε συνεχώς και που συνεχίζει σε όσους επικαλούνται το Άγιον όνομά του στο τέλος ευχαρίστησε όλους τους εκκλησιαζομένους για την προσέλευσή τους στον ναό και ιδιαιτέρως ευχήθηκε στους εορτάζοντες και εορτάζουσες, εξαιρέτως στον **μοναχό π. Νικόλαο,** υιό του αγαπητού μας **π. Ηλία,** τον **Νικόλαο Λιβιεράτο,** αγαπημένα του πνευματικά παιδιά και τον στενό του συνεργάτη και **επίτροπο Νικόλαο Ασλανίδη** για την προσφορά του πολλών ετών στον ιερό ναό. Η εκκλησία ήταν κατάμεστη από προσκυνητές και οι πιστοί είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν **Ιερό Λείψανο του Αγίου.**

Θερμές ευχές στον αγαπητό μας **Νικόλαο Συλλιγαρδάκη, χειρουργό Ω.Ρ.Λ.,** ο οποίος επιμελείται τα ιατρικά θέματα του περιοδικού μας, και στην **Νικολέτα Καλλιανού** που διακονεί επί χρόνια τον ναό μας.

❖ **Την Τετάρτη 7 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε **Νυχτερινή Θεία Λειτουργία** επί τη μνήμη του **Οσίου Πατρός Παταπίου (8 Δεκεμβρίου)** του οποίου το ιερό και άφθαρτο σκήνωμα φυλάσσεται στην ομώνυμη Ιερά Μονή στο Λουτράκι Κορινθίας, όπου συρρέουν χιλιάδες προσκυνητές

απ' όλο τον κόσμο για να πάρουν την ευλογία και την χάρη αυτού του μεγάλου και θαυματουργού Αγίου της Εκκλησίας μας.

❖ **Την Πέμπτη 8 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε **Νυχτερινή Θεία Λειτουργία** επί τη εορτή της **Αγίας Άννης (9 Δεκεμβρίου)**. Θερμές ευχές απευθύνουμε στην αγαπημένη μας **Άννα - Ιωάννα Αμψινοπούλου**, πνευματικό παιδί του εφημερίου μας η οποία και διακονεί ακούραστα τον ναό μας.

❖ **Την Κυριακή 11 Δεκεμβρίου εορτή των Προπατόρων** τελέσθηκε η αναστάσιμη Θεία Λειτουργία. Οι Πατέρες της Εκκλησίας όρισαν την Κυριακή, την μνήμη των Προπατόρων Του, δηλαδή των κατά σάρκα προγόνων Του, όπως είναι ο Αβραάμ, ο Ισαάκ, ο Ιακώβ και οι υπόλοιποι, από τους οποίους προήλθε ο Κύριος Ιησούς Χριστός. Το απόγευμα της ίδιας ημέρας οι νέοι του ναού μας στόλισαν το χριστουγεννιάτικο δέντρο και τον περιβάλλοντα χώρο προετοιμαζόμενοι για τις εορτές των Χριστουγέννων.

❖ **Την Δευτέρα 12 Δεκεμβρίου, εορτή του λαοφιλούς και θαυματουργού Αγίου Σπυρίδωνος**, του οποίου παλαιά εικόνα φυλάσσεται στον ιερό μας ναό, τελέσθηκε πανηγυρική Θεία Λειτουργία με την παρουσία πολλών πιστών. Όλοι γνωρίζουμε την χάρη του Αγίου Σπυρίδωνος, αφού στην Κέρκυρα όπου φυλάσσεται το άφθαρτο ιερό του σκήνωμα αλλά και όπου υπάρχει ιερός ναός προς τιμήν του, καταφεύγουν αμέτρητοι πιστοί για να ζητήσουν και να λάβουν την χάρη του, την ευλογία του, και την ίαση από νοσήματα σωματικά και ψυχικά. Μαζί με τον Άγιο Νικόλαο είναι οι αγαπημένοι Άγιοι των Ελλήνων απανταχού της γης και είναι αυτοί που μέσα στην ιστορία των Ελλήνων έχουν αμέτρητες φορές σώσει και ευεργετήσει τον λαό μας από δεινά, σφαγές και άλλες καταστροφές. **Ας έχουμε την ευλογία και την μεσιτεία του.**



Καρδιακές ευχές προς τον αγαπημένο μας **μοναχό π. Σπυρίδωνα**, πνευματικό παιδί του εφημερίου μας, ευχόμενοι ο Άγιος της καρδιάς του να του χαρίζει υγεία, προκοπή και ευλογία.



❖ **Την Πέμπτη 15 Δεκεμβρίου εορτή Αγίου Ελευθερίου**, συμπληρώθηκε ένα έτος από την εν Κυρίω εκδημία του μακαριστού **Πρωτοπρεσβυτέρου π. Δη-**

μπρίου **Βακάρου** πνευματικού πατρός του εφημερίου μας πατρός Δημπρίου. Του οσιοτάτου γέροντος και πατρός, **ΑΙΩΝΙΑ Η ΜΝΗΜΗ.**

❖ **Την Τρίτη 20 Δεκεμβρίου η Εκκλησία εόρτασε την μνήμη του Αγίου Ιγνατίου του Θεοφόρου.** Επ' ευκαιρία αυτής της εορτής ευχόμαστε έτη πολλά, ευλογημένα και καρποφόρα στον εκλεκτό μας και σεβάσιμο συνεργάτη και αρθρογράφο του περιοδικού μας **Πανοσιολογιώτατο Αρχιμανδρίτη π. Ιγνάτιο Χατζηνικολάου,** Ιεροκήρυκα της Ιεράς Μητροπόλεως Κισσάμου και Σελίνου, ο οποίος τυγχάνει πολυγραφότατος συγγραφέας εποικοδομητικών βιβλίων. **Η Κυρία Θεοτόκος και ο προστάτης του Άγιος Ιγνάτιος να τον ενισχύει στην ιερατική του διακονία και στο πλούσιο συγγραφικό του έργο προς δόξα Θεού και την ωφέλεια των ψυχών των ανθρώπων.**

❖ **Την Τετάρτη 21 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε Νυχτερινή Θεία Λειτουργία, επί τη εορτή της **Αγίας Αναστασίας της Φαρμακολυτρίας (22 Δεκεμβρίου),** την οποία παρακολούθησαν πολλοί πιστοί που προσκύνησαν τεμάχιο ιερού της λειψάνου.

❖ **Την Πέμπτη 22 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε Νυχτερινή Θεία Λειτουργία επί τη μνήμη των **εν Κρήτη 10 Μαρτύρων (23 Δεκεμβρίου).**

❖ **Την Παρασκευή 23 Δεκεμβρίου** το βράδυ, τελέσθηκε η ακολουθία των Ωρών, στην συνέχεια ακολούθησε Νυχτερινή **Θεία Λειτουργία** μέσα σε μία κατανυκτική ατμόσφαιρα και με την συμμετοχή πολλών πιστών.



❖ **Με ιδιαίτερη λαμπρότητα και με την προσέλευση πλήθους πιστών, εορτάσθηκε στον ιερό μας ναό η ευφρόσυνη Εορτή της Γεννήσεως του Σωτήρος Χριστού.** Την Κυριακή **25 Δεκεμβρίου** στην Πανηγυρική Θεία Λειτουργία η ατμόσφαιρα ήταν κατανυκτική, αφού η μορφολογία του ιστορικού και σπηλαιώδους ναού, **μας μετέφερε νοερά στο Σπήλαιο της Γεννήσεως του Θεανθρώπου στην Βηθλεέμ,** εκεί όπου μέσα στην άκρα ταπείνωση και στην αφάνεια, ενσαρκώθηκε ο Λόγος του Θεού, για να φέρει την Λύτρωση στο γένος των ανθρώπων. Το μήνυμα των Χριστουγέννων είναι μήνυμα χαράς, ελπίδας και αγάπης που αγκαλιάζει και ενώνει όλους τους ανθρώπους, ώστε με μια φωνή και μια ψυχή να αναβοούν μαζί με τους Αγγέ-

λους το «**δόξα εν υψίστοις Θεώ και επί γης ειρήνη εν ανθρώποις ευδοκία**». Μετά την Θεία Λειτουργία, αφού τα παιδιά του ναού μας έψαλαν τα κάλαντα, τους προσφέρθηκαν δώρα, ενώ οι πιστοί είχαν την ευκαιρία να γευθούν παραδοσιακά χριστουγεννιάτικα γλυκίσματα, ευγενική χορηγία ευλαβούς επιχειρηματία και υποστηρικτή του ιερού μας ναού.

Θερμές ευχές για την ονομαστική τους εορτή στους εκλεκτούς μας επιτρόπους του ιερού ναού **Μανώλη Πελεκανάκη και Χρήστο Τσαγκάρη**.

Το απόγευμα της εορτής των Χριστουγέννων εψάλη ο Πανηγυρικός Εσπερινός της Παναγίας.



❖ **Την Δευτέρα 26 Δεκεμβρίου**, εορτή της Συνάξεως της Υπεραγίας Θεοτόκου, τελέσθηκε η Πανηγυρική Θεία Λειτουργία παρουσία πολυάριθμων πιστών κατά την οποία τιμήσαμε ιδιαίτερος **την εικόνα της Παναγίας του Βράχου**. Για τους προσκυνητές των Αγίων Ισιδώρων η εικόνα αυτή έχει ιδιαίτερη χάρη και ευλογία και σ' αυτήν καταφεύγουν οι πιστοί για να πουν τον πόνο τους, την αγωνία τους, την προσευχή τους, με την πίστη ότι η Παναγία θα ακούσει την παράκλησή τους και θα μεσιτεύσει προς τον Υιόν Της για την εκπλήρωση των αιτημάτων τους. **Υπεραγία Θεοτόκε πρόσβευε υπέρ ημών**.



❖ **Την Τρίτη 27 Δεκεμβρίου**, εορτή του **Αγίου Πρωτομάρτυρος και Αρχidiaκόνου Στεφάνου** τελέσθηκε η Θεία Λειτουργία, ενώ τέθηκε σε **προσκύνηση ιερό λείψανο του Αγίου**. Επί τη ευκαιρία της εορτής αυτής απευθύνουμε θερμές ευχές στον ιδιαίτερα αγαπητό μας φίλο και αρωγό του ιερού μας ναού **Στέφανο Κωστούλα**.

❖ **Την Τετάρτη 28 Δεκεμβρίου** τελέσθηκε Νυχτερινή Θεία Λειτουργία προς τιμή των **14000 Αγίων Νηπίων των σφαγιασθέντων υπό του Ηρώδου (29 Δεκεμβρίου)**. Οι προσκυνητές που προσήλθαν είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν τεμάχιο ιερού λειψάνου των Αγίων Νηπίων.

❖ Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος διοργανώθηκε από το **Γενικό Φιλόπρωχο Ταμείο της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών, ο Έρανος της Αγάπης**,

από τα έσοδα του οποίου ενισχύεται το φιλανθρωπικό έργο της Αρχιεπισκοπής Αθηνών. Σε αυτό το κάλεσμα της Εκκλησίας διατέθηκαν κουπόνια του Εράνου Αγάπης, από τον ιερό ναό μας προς τους εκκλησιαζομένους. **Τους ευχαριστούμε θερμά για την συμμετοχή τους.**



❖ Άλλος ένας χρόνος πέρασε και ο ιερός μας ναός συνέχισε να κάνει βήματα προς την πνευματική του άνοδο. Πολλοί εργάστηκαν και κοπίασαν, μαζί με τον εφημέριό μας, ώστε η πνευματική μας κυψέλη, που όλο και μεγαλώνει, να συνεχίσει να προσφέρει στον κάθε πιστό που προσέρχεται στον ιερό

ναό το Φως του Χριστού, πνευματική τροφή αλλά και ίαση πνευματική. Με τις κατανυκτικές Θείες Λειτουργίες και ιερές αγρυπνίες, αλλά και τις άλλες πνευματικές συνάξεις που πραγματοποιήθηκαν την χρονιά αυτή συνεχίστηκε η προσπάθεια όλων μας, ώστε η γωνιά αυτή του Λυκαβηττού να παραμείνει ένας μικρός φάρος, ένα μικρό σύμβολο πνευματικού αγώνα και προσφοράς αγάπης στον πάσχοντα συνάνθρωπό μας. Στους χαλεπούς καιρούς που διανύουμε, ας δεχθούμε όλοι στην καρδιά μας το μήνυμα χαράς και ελπίδας του Ιερού Ευαγγελίου. Να είναι ακλόνητη η πίστη στον Λυτρωτή μας Κύριο, τίποτα να μην μας φοβίζει και να μας λυπεί. Ας φανούμε μιμητές των αγίων μας στην πίστη και την εμπιστοσύνη τους στην πρόνοια και στην αγάπη του Θεού. Η Εκκλησιαστική επιτροπή, οι αρθρογράφοι του περιοδικού μας και τα μέλη του Φιλόπτωχου Ταμείου εύχονται Χρόνια Πολλά στους αναγνώστες του περιοδικού, στους προσκυνητές του Ιερού μας Ναού, στους αναγνώστες και ακροατές της ιστοσελίδας μας στο internet αλλά και του Ρ/Σ Athens 107,8 FM, με την εγκάρδια πεποίθηση το Νέο Έτος 2017 να είναι ευλογημένο, πνευματικό, καρποφόρο και ειρηνικό.

*Επιμέλεια
π. Δημήτριος Καββαδάς*

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΕΡΩΝ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ ΜΗΝΟΣ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2017

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ
ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΟ ΚΑΙ ΕΙΡΗΝΙΚΟ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ 2017

Κυριακή 1 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

**Η ΠΕΡΙΤΟΜΗ ΤΟΥ ΚΥΡΙΟΥ ΗΜΩΝ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ
ΑΓΙΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ**

Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Δοξολογία επί τη ενάρξει του Νέου Έτους

*Με λαμπρότητα τιμάτε η εορτή του **Μεγάλου Βασιλείου**, ο οποίος όταν σπούδαζε στην Αθήνα συνήθιζε να έρχεται στο **Ιερό Σπήλαιο των Αγίων Ισιδώρων μαζί με τον Άγιο Γρηγόριο τον Θεολόγο** για προσευχή και περισυλλογή.

***Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο του Αγίου Βασιλείου**

***Στο τέλος της Θείας Λειτουργίας θα γίνει η κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Βασιλόπιτας**, θα ψάλλουν τα κάλαντα και θα μοιραστούν στους προσκυνητές παραδοσιακά γλυκίσματα.

Τρίτη 3 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Εύρεσις λειψάνων Αγίου Εφραίμ Νέας Μάκρης

Όρθρος & Θεία Λειτουργία

* **Θα ψαλεί το ιερό μνημόσυνο της Οσίας γερόντισσας Μακαρίας μοναχής.**

* **Στον περιβάλλοντα χώρο του ναού ευρίσκεται εικονοστάσιο αφιερωμένο στον Άγιο Εφραίμ και στον Άγιο Ιούδα τον Θαδδαίο.**

Τετάρτη 4 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Οσίου Νικηφόρου του Λεπρού

Όρθρος & Θεία Λειτουργία

***Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο του Οσίου Νικηφόρου του Λεπρού**

Πέμπτη 5 Ιανουαρίου
[7 π.μ.]
[5.30 π.μ.]

Αγίων Θεοπέμπτου & Θεωνά των μαρτύρων (Νηστεία)

Όρες & Θεία Λειτουργία Μ. Βασιλείου - **ΑΓΙΑΣΜΟΣ**

Μέγας Εσπερινός των Θεοφανίων

Παρασκευή 6 Ιανουαρίου

ΤΑ ΑΓΙΑ ΘΕΟΦΑΝΙΑ

ΤΟΥ ΣΩΤΗΡΟΣ ΗΜΩΝ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ

[7.30 π.μ.]

Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Η ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΓΙΑΣΜΟΥ

* Έχει γίνει πλέον παράδοση στον ναό μας την ημέρα αυτή να ρίχνεται ένας μικρός σταυρός στην κάθε κολυμβήθρα και να βουτούν τα χέρια τους τα παιδιά στη μία και οι μεγάλοι στην δεύτερη για να τον πιάσουν κατά τρόπο ανάλογο όπως γίνεται στα λιμάνια και σε παραθαλάσσιες περιοχές. **Στους ασημένιους Σταυρούς τοποθετούνται ευλογίες, με την πίστη ότι θα λάβουν ξεχωριστή ευλογία και χάρη για όλη τη χρονιά.**

Παρασκευή 6 Ιανουαρίου Εσπερινός Αγίου Ιωάννου [5.30 μ.μ.]

Σάββατο 7 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου & Βαπτιστού

Όρθρος & Θεία Λειτουργία

***Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου**



Κυριακή 8 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

ΜΕΤΑ ΤΑ ΦΩΤΑ, Αγ. Γεωργίου Χοζεβίτου
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Τετάρτη 11 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Αγίου Θεοδοσίου του Κοινοβιάρχου
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Σάββατο 14 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Απόδοση της εορτής των Θεοφανείων
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Κυριακή 15 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

ΙΒ' ΛΟΥΚΑ, Αγίου Ιωάννου του Καλυβίτου
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Τρίτη 17 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Αγίου Αντωνίου του Μεγάλου, Γεωργίου εξ Ιωαννίνων
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

*** Θα ψαλεί το Ιερό μνημόσυνο του Οσίου γέροντος Αντωνίου ιερομονάχου (Μορφέση)**

Τετάρτη 18 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Αθανασίου & Κυρίλλου Πατρ. Αλεξανδρείας
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Πέμπτη 19 Ιανουαρίου
[6.30 μ.μ.]

Αγίου Ευθυμίου του Μεγάλου [20 Ιανουαρίου]
Εσπερινός & **Νυχτερινή Θεία Λειτουργία**

*** Στον ιερό Ναό βρίσκεται παλαιά εικόνα του Αγίου Ευθυμίου**

Κυριακή 22 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

ΙΕ' ΛΟΥΚΑ, Αποστόλου Τιμοθέου
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Τετάρτη 25 Ιανουαρίου
[7.30 π.μ.]

Γρηγορίου του Θεολόγου & Αγίας Μαργαρίτας
Όρθρος & Θεία Λειτουργία

*** Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο του Αγίου Γρηγορίου**

Πέμπτη 26 Ιανουαρίου
[6.30 μ.μ.]

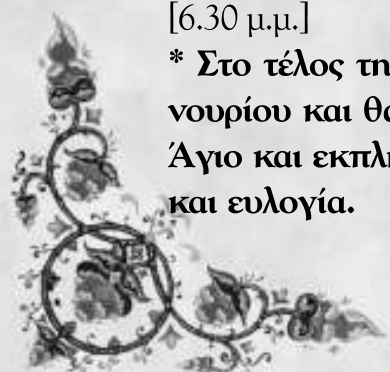
Ανακ. Λειψ. Ιωάννου του Χρυσοστόμου [27 Ιανουαρίου]
Εσπερινός & **Νυχτερινή Θεία Λειτουργία**

*** Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου**

Παρασκευή 27 Ιανουαρίου
[6.30 μ.μ.]

Οσίου Εφραίμ του Σύρου [28 Ιανουαρίου]
Εσπερινός & **Νυχτερινή Θεία Λειτουργία**

*** Στο τέλος της Θείας Λειτουργίας θα ψαλεί Ιερά Παράκληση του Αγίου Φανουρίου και θα διαβαστούν πίτες λόγω ευλάβειας των προσκυνητών προς τον Άγιο και εκπληρώσεως πολλών αιτημάτων τους, είτε ο Άγιος να χαρίζει υγεία και ευλογία.**



ΙΣΙΔΩΡΕΙΑ 2017
ΠΡΟΣ ΤΙΜΗΝ ΚΑΙ ΜΝΗΜΗΝ
ΤΟΥ ΟΣΙΟΥ ΠΑΤΡΟΣ ΙΣΙΔΩΡΟΥ ΤΟΥ ΠΗΛΟΥΣΙΩΤΟΥ
ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

Κυριακή 29 Ιανουαρίου	ΙΖ' ΜΑΤΘΑΙΟΥ , Ανακ. λειψ. Αγίου Ιγνατίου Θεοφόρου & νεομάρτυρος Δημητρίου Χιοπολίτου Όρθρος & Θεία Λειτουργία ΥΠΟΔΟΧΗ ΙΕΡΟΥ ΛΕΙΨΑΝΟΥ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΙΣΙΔΩΡΟΥ ΤΟΥ ΠΗΛΟΥΣΙΩΤΟΥ ΔΟΞΟΛΟΓΙΑ Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
[7.30 π.μ.] [10.30 π.μ.]	
[6 μ.μ.]	
Δευτέρα 30 Ιανουαρίου	Των Τριών Ιεραρχών, Βασιλείου του Μεγάλου, Γρηγορίου του Θεολόγου & Ιωάννου του Χρυσοστόμου Όρθρος & Θεία Λειτουργία * Στον ιερό ναό φυλάσσεται ιερά εικόνα των Τριών Ιεραρχών που περιέχει ιερά τους λείψανα
[7.30 π.μ.] [6.30 μ.μ.]	Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
Τρίτη 31 Ιανουαρίου	Αγίων Αναργύρων Κύρου & Ιωάννου, Αρσενίου του εν Πάρω Όρθρος & Θεία Λειτουργία Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
[7.30 π.μ.] [6.30 μ.μ.]	
Τετάρτη 1 Φεβρουαρίου	Αγίου Τρύφωνος -Αγιασμός Όρθρος & Θεία Λειτουργία * Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο Αγίου Τρύφωνος
[7.30 π.μ.] [6.30 μ.μ.]	Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
Πέμπτη 2 Φεβρουαρίου	Η ΥΠΑΠΑΝΤΗ ΤΟΥ ΣΩΤΗΡΟΣ ΧΡΙΣΤΟΥ Όρθρος & Θεία Λειτουργία Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
[7.30 π.μ.] [6.30 μ.μ.]	
Παρασκευή 3 Φεβρουαρίου	Αγίου Συμεών του Θεοδόχου & Άννης της Προφήτιδος Όρθρος & Θεία Λειτουργία
[7.30 π.μ.]	

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.agioi-isidoroι.gr.
Οι ιερές ακολουθίες μεταδίδονται ζωντανά από το διαδίκτυο
μέσω της ιστοσελίδας του ναού.

- Ο Ιερός Προσκυνηματικός Ναός είναι ανοικτός κάθε ημέρα.
- Κάθε Κυριακή & μεγάλες Εορτές λειτουργεί έκθεση χριστιανικών βιβλίων.
- Παραδίδονται δωρεάν μαθήματα βυζαντινής μουσικής & αιογραφίας.
- Κάθε Κυριακή λειτουργεί Κατηχητικό.



**ΙΕΡΑ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣ
ΤΟΥ ΟΣΙΟΥ ΠΑΤΡΟΣ ΗΜΩΝ
ΙΣΙΔΩΡΟΥ ΤΟΥ ΠΗΛΟΥΣΙΩΤΟΥ
ΠΡΟΣΤΑΤΟΥ ΤΟΥ ΙΕΡΟΥ ΝΑΟΥ**

Παρασκευή 3 Φεβρουαρίου **ΜΕΓΑΣ ΠΑΝΗΓΥΡΙΚΟΣ ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ [6.30 μ.μ.]**
[10 μ.μ.] **Ι Ε Ρ Α Α Γ Ρ Υ Π Ν Ι Α**

Σάββατο 4 Φεβρουαρίου **ΙΣΙΔΩΡΟΥ ΤΟΥ ΠΗΛΟΥΣΙΩΤΟΥ**
[7.30 π.μ.] Όρθρος & Πανηγυρική Θεία Λειτουργία

[4 μ.μ.] **ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΟΥ ΙΕΡΟΥ ΕΥΧΕΛΑΙΟΥ**

[5.30 μ.μ.] Αναστάσιμος Εσπερινός

[6.30 μ.μ.] Λιτανεία της Ιεράς Εικόνας των Αγίων Ισιδώρων
συνοδευομένη από την Φιλαρμονική του Δήμου
Αθηναίων
Κοπή της Ισιδωρόπιτας

*** Κατά την διάρκεια των Ιερών Ακολουθιών θα εκτίθεται για προσκύνημα
Ιερό Λείψανο του Αγίου Ισιδώρου του Πηλουσιώτου**

Κυριακή 5 Φεβρουαρίου **ΤΕΛΩΝΟΥ & ΦΑΡΙΣΑΙΟΥ**
Αγίας Αγάθης

[7.30 π.μ.] Όρθρος & Θεία Λειτουργία

*** Ευχαριστήριος δοξολογία και αναχώρηση ιερού λειψάνου του Αγίου Ισιδώρου του Πηλουσιώτου**

ΟΙ ΑΓΙΟΙ ΙΣΙΔΩΡΟΙ ΣΤΑ ΕΡΤΖΙΑΝΑ ΚΥΜΑΤΑ

Κάθε Κυριακή και μεγάλες εορτές, ο Όρθρος και η Θεία Λειτουργία θα μεταδίδονται ζωντανά από τον ραδιοφωνικό σταθμό Athens 107.8 στα FM. Έτσι λοιπόν πέραν της αναμετάδοσης των ιερών ακολουθιών μέσω της ιστοσελίδας του ναού www.agioi-isidoroi.gr, οι φίλοι μας μπορούν να μας ακούν και από τα ερτζιανά.

Καλή ακρόαση.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΚΡΟΑΣΗΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΥ ΣΤΑΘΜΟΥ ΜΕΣΩ ΚΙΝΗΤΟΥ

Για την ακρόαση του ραδιοφωνικού μας σταθμού από συσκευές Android και Iphone θα πρέπει να κάνετε τα εξής βήματα:

- 1) Από την συσκευή σας συνδεθείτε στο Play Store της Google ή στο App Store της Apple.
- 2) Κάντε αναζήτηση την εφαρμογή «Simple Radio by Streema» και τρέξτε την εγκατάσταση.
- 3) Ανοίξτε την εφαρμογή και στην επιλογή «Search» γράψτε «Agioi Isidoroi»
- 4) Η αναζήτηση θα βρει τον ραδιοφωνικό μας σταθμό και πατήστε ώστε να ξεκινήσει η μετάδοση.

Καλή ακρόαση