



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



ΣΥΝΕΔΡΙΟ: «ΜΙΚΡΑΣΙΑΤΙΚΟΣ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Ο Σύνδεσμος Φιλίας Εθνών (Σ.Φ.Ε.) διοργανώνει Συνέδριο στις **29 και 30 Μαρτίου 2013**, στο αμφιθέατρο AULA της Φιλοσοφικής Σχολής (Πανεπιστημιούπολη Ζωγράφου) με θέμα **«Μικρασιατικός Ελληνισμός & Πολιτισμός»**, σε συνεργασία με Μικρασιατικούς και άλλους φορείς, υπό την αιγίδα της Κοσμητείας της Φιλοσοφικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α) στο πλαίσιο των εορτασμών των 150 χρόνων από την ίδρυση της Φιλοσοφικής Σχολής και της συμπλήρωσης των 90 χρόνων από τη Μικρασιατική καταστροφή,

Εκ μέρους των Οργανωτών θέλουμε να ευχαριστήσουμε τον Πρύτανη του Πανεπιστημίου Αθηνών κ. Θεοδ. Πελεγρίνη και την Κοσμητόρα της Φιλοσοφικής Σχολής κα. Αμ. Μόζερ για την άμεση ανταπόκρισή τους. Ευχαριστούμε επίσης τους Ομιλητές, τους Συνέδρους, τις Ομοσπονδίες, τους Συλλόγους, τα Χορευτικά Συγκροτήματα και όλους όσους βοήθησαν για την πραγματοποίηση αυτού του Συνεδρίου.

Οργανωτική Επιτροπή Συνεδρίου	
1	Βλυσίδου- Λεονταρίδου Ευαγγελία, Πρόεδρος Σ.Φ.Ε., Αντιπρόεδρος Ένωσης Μικρασιατών
2	Θεοφιλίδου-Δημητράκη Καλλιόπη, Πρόεδρος Ένωσης Μικρασιατών με έδρα τα Μελίσσια
3	Μελεμελής Άγγελος, Πρόεδρος Συλλόγου Σμυρναίων Ν. Ιωνίας
4	Κάζος Χρήστος, Πρόεδρος Συνδέσμου Μικρασιατών-Γκιουμπαζιωτών «Νέα Ροδώνη»
5	Γιατράκου Μαρία- Ελευθερία, Δ/ντρια Ομηρικής Ακαδημίας
6	Παπαδόπουλος Νικόλαος, Πρόεδρος Αθλητικής Ακαδημίας «Άθλος»
7	Αραμπάνου Μαρία, Πρόεδρος Πνευματικής Πολιτιστικής & Κοινωνικής Κίνησης Βορείων Προαστίων

Επιστημονική Επιτροπή Συνεδρίου	
1	Βαρλάς Μιχαήλ, Ερευνητής, Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού
2	Γιατράκου Μαρία-Ελευθερία, Δρ Φιλολογίας Ε.Κ.Π.Α, Δ/ντρια Ομηρικής Ακαδημίας
3	Καράγιωργα Σμαραγδή, Θεολόγος, Δημοσιογράφος
4	Κονδύλη Ιωάννα, Επίκουρη καθηγήτρια Νομικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α.
5	Λεονταρίδη Ελένη, Επίκουρη Καθηγήτρια Φιλοσοφικής Σχολής Α.Π.Θ
6	Μάργαρη Ζωή, Ερευνήτρια Κέντρου Έρευνας της Ελληνικής Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών
7	Παυλίδης Αντώνιος, Δρ Ιστορίας Παντείου Παν/μίου



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



Παρασκευή 29 Μαρτίου 2013

- 09:00-10:30: Εγγραφές συνέδρων
10:30-10:45: - Έναρξη Συνεδρίου από την καθηγήτρια Γλωσσολογίας και Κοσμήτορα της Φιλοσοφικής Σχολής του Ε.Κ.Π.Α, κα. Αμ. Μόζερ.
- Χαιρετισμός της Πρόεδρου του Σ.Φ.Ε. κας Ευαγγ. Βλυσίδου-Λεονταρίδου.
10:45-11:30: Βραβεύσεις.

1^η Συνεδρία:	Ελληνισμός Μ. Ασίας: ξεριζωμός, εγκατάσταση και ένταξη προσφύγων στον Ελλαδικό χώρο
Συντονιστής:	Μικρογιαννάκης Εμμανουήλ (τ. Κοσμητώρ Φιλοσοφικής Σχολής, ομότ. καθηγητής Αρχαίας Ιστορίας Ε.Κ.Π.Α., επίτιμο μέλος Σ.Φ.Ε.)
11:30-11:45	Φερεντίνος Γεώργιος (Ιστορικός, Συγγραφέας) <i>«Εθνικός διχασμός, η κυριότερη αιτία της Μικρασιατικής καταστροφής»</i>
11:45-12:00	Αρχοντάκης Γεώργιος (Φιλολόγος-Ιστορικός, πρώην Διευθ. Ιωννιδείου Σχολής Πειραιά) <i>«Η ένταξη των προσφύγων Μ. Ασίας και Ανατολικής Θράκης (1922) στην Ελληνική κοινωνία»</i>
12:00-12:15	Πλουμίδης Σπυρίδων (Λέκτωρ Νεώτερης και Σύγχρονης Ελληνικής Ιστορίας, Ε.Κ.Π.Α.) <i>«Ο ξεριζωμός του Μικρασιατικού Ελληνισμού»</i>
12:15-12:30	Μπρέκης Σπυρίδων (τ. Αναπλ. καθηγ. Ιστορίας Νεώτερης Ελλάδας Ε.Κ.Π.Α.) <i>«Ειδήσεις για τη Μικρασιατική καταστροφή από το αρχείο Ν. Λεβίδη»</i>
12:30-12:45	Ουζούνογλου Νικόλαος (Καθηγ. Ε.Μ.Π., Πρόεδρος Οικουμενικής Ομοσπονδίας Κωνσταντινουπολιτών, Πρόεδρος Νέου Κύκλου Κωνσταντινουπολιτών) <i>«Ανταλλαγή πληθυσμών και η λεηλασία της περιουσίας των Ελλήνων της Ανατολής»</i>
12:45-13:00	Βαρλάς Μιχαήλ (Ιστορικός, Τμήμα Γενεαλογίας και Προφορικής Ιστορίας, Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού) <i>«Η λειτουργία της Ε.Α.Π στην Ελληνική οικονομία»</i>
13:00-13:15	Χατζηβασιλείου Ευάνθης (Επικ. καθηγ. Ιστορίας Ε.Κ.Π.Α.) <i>«Το δίλημμα της Μικρασίας»</i>
13:15-13:30	Τιλγκερίδης Κυριάκος (Δικηγόρος, Πρόεδρος Ένωσης Ποντίων Γλυφάδας «Η Ρωμανία», Μέλος Επιτροπής Ποντιακών Μελετών) <i>«Ένταξη Ποντίων προσφύγων στη μητροπολιτική Ελλάδα»</i>
13:30-14:00	Διάλειμμα



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



2^η Συνεδρία: Ιωνία – Καππαδοκία – Πόντος - Θράκη: Γράμματα, Τέχνες, Εμπόριο	
Συντονιστής: Παυλίδης Αντώνης (Δρ Ιστορίας Παντείου Παν/μίου, Εκπαιδευτικός, Πρόεδρος Πανελληνίου Συνδέσμου Ποντίων Εκπαιδευτικών)	
14:00-14:15	Κέκης Βασίλειος (Ομότ. καθηγητής Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π.Α.) <i>«Ένα λεκτικό οδοιπορικό στον Πόντο»</i>
14:15-14:30	Παππάς Γεώργιος (Δρ Φ.Π.Ψ. Ε.Κ.Π.Α, Συνταγματάρχης) <i>«Η εκπαίδευση στη Μικρά Ασία»</i>
14:30-14:45	Σαλκιτζόγλου Παναγιώτης (Ιστορικός, Συγγραφέας, Πρόεδρος Ένωσης Σιλαίων) <i>«Οι Καππαδόκες & το εμπόριο»</i>
14:45-15:00	Παυλίδης Αντώνιος (Δρ Ιστορίας Παντείου Παν/μίου, Εκπαιδευτικός, Πρόεδρος Πανελληνίου Συνδέσμου Ποντίων Εκπαιδευτικών) <i>«Εκπαίδευση και ιδεολογία του Μικρασιατικού Ελληνισμού»</i>
15:00-15:15	Μπαφατάκη Βασιλική (Ιστορικός-Αρχαιολόγος, Αντιπρόεδρος Σ.Φ.Ε.) <i>«Ιστορικές μνήμες από την Ανατολική Θράκη»</i>
15:15-15:30	Ποταμούση Παρασκευή (Ιστορικός) <i>«Το Μελί της Μικράς Ασίας»</i>
15:30-15:45	Φωτιάδης Κωνσταντίνος (Καθηγητής Ιστορίας Νέου Ελληνισμού Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας) <i>«Η γενοκτονία των Ελλήνων του Πόντου»</i>
15:45-16:00	Λαμπρέτσα Δήμητρα (Εκπαιδευτικός-ζωγράφος) <i>«Η γέννα μέσα από την γενοκτονία. Η δημιουργία μέσα από τη ματιά σύγχρονων καλλιτεχνών από τη συλλογή του Κωνσταντίνου Φωτιάδη»</i>
16:00-16:15	Διάλειμμα

3^η Συνεδρία: Η συμβολή της θρησκείας και του Κλήρου στην συνοχή του Μικρασιατικού Ελληνισμού	
Συντονίστρια: Πολυμέρου-Καμηλάκη Αικατερίνη (Δ/ντρια του Κέντρου Έρευνας της Ελληνικής Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών)	
16:30-16:45	Κυφονίδου Ελευθερία (Ιστορικός) <i>«Ο Μητροπολίτης Χρύσανθος και η Ανατολική ιδέα, μία άλλη εκδοχή του Ποντιακού Ελληνισμού»</i>
16:45-17:00	Κωνσταντινίδης Βασίλειος (Εκπαιδευτικός, Ιστορικός) <i>«Ορθόδοξες εκκλησίες και Μοναστήρια Μικράς Ασίας»</i>
17:00-17:15	Καραχρήστος Ιωάννης (Έρευνήτης Κέντρου Έρευνας της Ελληνικής Λαογραφίας της



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



	Ακαδημίας Αθηνών) <i>«Το χατζηλίκι στη Μικρά Ασία»</i>
17:15-17:30	Γιαλούρης Αθανάσιος (Ιατρός, συγγραφέας) <i>«Καππαδοκία Τόπος Αγίων»</i>
17:30-17:45	Πρίντζιπας Γεώργιος (Ιστορικός- Συγγραφέας) <i>«Η συμβολή των μοναστηριών του Πόντου στη διατήρηση της αυτοσυνειδησίας των κρυπτοχριστιανών»</i>

Σάββατο 30 Μαρτίου 2013

10:00-10:15: - Χαιρετισμοί.

4^η Συνεδρία: Λαϊκός πολιτισμός Μ.Ασίας, παράδοση και συλλογική δραστηριότητα Συλλόγων και Φορέων.	
Συντονίστρια: Γουίλ-Μπαδιερετάκη Τζιν (Τέως αναπλ. καθηγήτρια Ε.Κ.Π.Α.)	
10:15-10:30	Τσιμουρής Γεώργιος (Αναπλ. καθηγητής Κοινωνικής Ανθρωπολογίας Παντείου Πανεπιστημίου) <i>«Μικρασιατικός Λαϊκός Πολιτισμός»</i>
10:30-10:45	Μιχαηλίδης Χαράλαμπος (Καθηγ. Μουσικής -Μαέστρος) <i>«Η μουσική της Μικράς Ασίας σήμερα»</i>
10:45-11:00	Φερεκύδης Ελευθέριος (Ομότ. καθηγ. Ιατρικής Ε.Κ.Π.Α., Πρόεδρος Ένωσης Κωνσταντινουπολιτών) <i>«Η φιλεκπαιδευτική λέσχη «ΒΑΣΙΛΕΙΑΣ» του Νεφ Σεχίρ (Νεάπολης) Καππαδοκίας»</i>
11:00-11:15	Καλπίδου Ελένη (Αρχαιολόγος, Έφορος Μουσείου Ποντιακού Ελληνισμού) <i>«Παρουσίαση του Μουσείου του Ποντιακού Ελληνισμού»</i>
11:15-11:30	Μπαλάς Ανδρέας (Καθηγ. Φυσικής Αγωγής, Πολιτικός Επιστήμων) <i>«Ελληνικός Αθλητισμός στη Σμύρνη 1890-1922»</i>
11:30-11:45	Κανδηλάπτη Κλαυδία (Φιλολόγος) <i>«Η ποντιακή: Μία πανάρχαια ελληνική διάλεκτος στις αρχές του 21^{ου} αι.»</i>
11:45-12:00	Μάργαρη Ζωή (Ερευνήτρια Κέντρου Έρευνας της Ελληνικής Λαογραφίας της Ακαδημίας Αθηνών) <i>«Από τις πατρίδες στην πατρίδα»</i>
12:00-12:15	Διάλειμμα



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



12:15-13:15 Χαιρετισμός Πρυτάνεως Πανεπιστημίου Αθηνών και Θ.Πελεγρίνη
Βραβεύσεις διακεκριμένων προσωπικοτήτων.

5^η Συνεδρία: Διακεκριμένες προσωπικότητες της Μ. Ασίας και η συμβολή τους στον πολιτισμό της Νεώτερης Ελλάδας: λογοτέχνες, ποιητές, ζωγράφοι.	
Συντονιστής: Σβολόπουλος Κωνσταντίνος (Ακαδημαϊκός, ομότ. καθηγητής Ιστορίας Ε.Κ.Π.Α)	
13:15-13:30	Γιατράκου Μαρία-Ελευθερία (Δρ Φιλολογίας Ε.Κ.Π.Α., Δ/τρια Ομηρικής Ακαδημίας) «Πολιτισμός της Μικράς Ασίας στη ροή των αιώνων»
13:30-13:45	Βαρώνη Μαριέλλα (Φιλολόγος, Πρόεδρος Φίλων Χιώτικου Χωριού) «Η συμβολή των μεγάλων Μικρασιατών διανοουμένων στη Νεώτερη Ελλάδα: αναφορά στον Σεφέρη»
13:45-14:00	Κολιού-Λεωνίδα Δέσποινα (Συγγραφέας) «Ηλίας Βενέζης ένας μεγάλος Μικρασιάτης πεζογράφος»
14:00-14:15	Σκαρβέλη Νίκη (Συγγραφέας, Πρόεδρος Συλλόγου Φίλων Δρομοκαϊτείου) «Ελύτης και Μικρά Ασία»
14:15-14:30	Κονδύλης Αθανάσιος (Δρ Ιστορίας Ε.Κ.Π.Α., συγγραφέας) «Η Σμύρνη μέσα στη σύγχρονη Ελληνική λογοτεχνία (μυθιστόρημα): τάσεις, επιδιώξεις και προσμονές 1980-2013»
14:30-14:45	Κωνσταντίνου-Στρουμπή Αγγελική (Δικηγόρος, ηθοποιός) «Διακεκριμένες γυναίκες Μικράς Ασίας»
14:45-15:00	Οι ηθοποιοί Χέλμη Κατερίνα και Καρατζογιάννης Μάνος διαβάζουν αποσπάσματα από έργα των Σεφέρη, Ελύτη και Βενέζη.
15:00-15:30	Διάλειμμα

Πολιτιστικό πρόγραμμα	
15:30-16:00	Χαιρετισμοί συμμετεχόντων Φορέων
16:00-16:10	Η μεϊκτή Χορωδία Μελισσιών του Δήμου Πεντέλης τραγουδά Μικρασιάτικα τραγούδια. Διεύθυνση χορωδίας: Μιχαηλίδης Χαράλαμπος
16:10-16:20	Η Βυζαντινή και Δημοτική χορωδία «Ύμνος και Παράδοση» της Ένωσης Μικρασιατών, τραγουδά Μικρασιάτικα τραγούδια για τη χορευτική ομάδα της Πνευματικής Πολιτιστικής και Κοινωνικής Κίνησης Βορείων Προαστείων η οποία παρουσιάζει Χορούς από τη Χερσόνησο Ερυθραίας (Κωμόπολη Κάτω Παναγιάς). Διεύθυνση χορωδίας: Γραικός Χαρίτων.



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



	Υπεύθυνος χορευτικού :Χαράλαμπος Μπακόπουλος.
16:20-16:30	Η Χορευτική ομάδα της Ένωσης Ποντίων Γλυφάδας «Η Ρωμανία» παρουσιάζει Χορούς από τον Πόντο (περιοχή Πάφρας) . Υπεύθυνος Χορευτικού: Ευφραιμίδης Γιάννης Λύρα: Ταϊλαχίδης Γιάννης, Νταούλι: Ευφραιμίδης Θεοδόσιος
16:30-16:40	Η Χορευτική ομάδα του Χορευτικού Τομέα του Πολιτιστικού Ομίλου φοιτητών Πανεπιστημίου Αθηνών (Π.Ο.Φ.Π.Α) παρουσιάζει Χορούς από την Ανατολική Θράκη . Υπεύθυνοι Χορευτικού: Βρακατσέλης Θεόδωρος – Σταθόπουλος Χρήστος
16:40-16:50	Η Χορευτική ομάδα του ΚΕ.ΜΙ.ΠΟ. Ν.Ιωνίας παρουσιάζει Χορούς από την ευρύτερη περιοχή της Καππαδοκίας . Υπεύθυνος Χορευτικού: Μήτσης Δημήτριος
16:50-17:00	Η Χορευτική ομάδα της Ένωσης Ποντίων Μελισσίων Αττικής παρουσιάζει Χορούς από τον Πόντο (περιφέρεια Τραπεζούντας και Αργυρούπολης) . Υπεύθυνος Χορευτικού: Παχατουρίδης Όμηρος
17:00-17:10	Η Χορευτική ομάδα του ΚΕ.ΜΙ.ΠΟ. Ν.Ιωνίας παρουσιάζει Χορούς από περιοχή της Κωνσταντινούπολης . Υπεύθυνος Χορευτικού: Μάνθα Ζήβα
17:10-17:20	Η Χορευτική ομάδα του Λαογραφικού Χορευτικού Συλλόγου Αχαρνών «Ο Κόκκινος Μύλος» παρουσιάζει Χορούς από το Ικόνιο . Υπεύθυνος Χορευτικού: Νταγιάντας Αχιλλέας
17:20-17:30	Η Χορευτική ομάδα του Χορευτικού Εργαστηρίου Ν.Ιωνίας παρουσιάζει Χορούς από τη Σινασσό . Υπεύθυνος Χορευτικού: Μήτσης Δημήτριος
17:30-17:40	Η Χορευτική ομάδα του Χορευτικού Ομίλου Ποντίων «Σέρρα» παρουσιάζει Χορούς από τον Πόντο (περιοχών Κιουμούς Ματέν και Ακ Νταγ Ματέν) . Υπεύθυνος Χορευτικού: Ζουρνατζίδης Νικόλαος
17:40-17:50	Δεξίωση με Μικρασιατικά εδέσματα.

Υπεύθυνοι Τομέων Συνεδρίου	
Υπεύθυνη Επικοινωνίας	Πορτάλιου Αμαλία, Γεν. Γραμματέας Σ.Φ.Ε
Υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων-Υποδοχή	Μαρκατάτου- Καρατζογιάννη Μαγδαληνή (Μάγδα), Α' Αντιπρόεδρος Σ.Φ.Ε., Δημητρακοπούλου Ελένη, Ταμ. Σ.Φ.Ε.
Υπεύθυνη Λαογραφικών Εκθέσεων	Καπράλου Δήμητρα, μέλος Δ.Σ Σ.Φ.Ε.
Υπεύθυνη Τύπου - Γραμματεία	Μπάγιου-Μαυροπούλου Παρασκευή (Βιβή), Γεν. Γραμματέας Π.Π.Κ.Κ.Β.Π



Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
Φιλοσοφική Σχολή



Υπεύθυνη Συλλόγων	Ρέστα-Βέκκου Ευαγγελία (Λία), Ειδ. Γραμματέας Π.Π.Κ.Κ.Β.Π Θεοφιλίδου-Δημητράκη Καλλιόπη, Πρόεδρος Ένωσης Μικρασιατών με έδρα τα Μελίσσια (Δήμου Πεντέλης).
Υπεύθυνοι Πολιτιστικών Εκδηλώσεων	Μπεκιράκη Στέλλα, Γεν. Γραμματέας Ένωσης Μικρασιατών Αραμπάνου Μαρία, Πρόεδρος Π.Π.Κ.Κ.Β.Π, Μπακόπουλος Χάρης, μέλος Σ.Φ.Ε.
Υπεύθυνοι Γευσιγνωσίας	Καριπίδου Μαρία, μέλος Δ.Σ Π.Π.Κ.Κ.Β.Π. Χατζηδιαμαντή-Οξύζογλου Ελένη, μέλος Δ.Σ. Συλλόγου Σμυρναίων Ν. Ιωνίας, Ιορδανίδου Σοφία & Κάζου Μαρία, Μέλη Ένωσης Γκιουλμπαξιωτών «Νέα Ροδώνη»

Συμμετέχοντες Φορείς

Ομηρική Ακαδημία, Σύλλογος Κωνσταντινουπολιτών, Σύλλογος Μικρασιατών Ν. Ιωνίας «Η Καππαδοκία»,
Σύλλογος Νέος Κύκλος Κωνσταντινουπολιτών, Σύλλογος των Απανταχού Καρδαμυλίων,
Σύλλογος των Περγαμηνίων «Ο Άπταλος», Σύλλογος «Φίλοι Χιώτικου Χωριού».

Σημείωση:

Στον εξωτερικό χώρο της ΑULA θα υπάρχουν:

- ◆ Τραπέζια με ενημερωτικό υλικό Φορέων.
- ◆ Stands με φωτογραφικό υλικό από τις Αλησμόνητες Πατρίδες.

Κατά τη λήξη του Συνεδρίου και μετά το πέρας του Πολιτιστικού προγράμματος μπορείτε να γευθείτε **Μικρασιατικά εδέσματα** που προσφέρουν οι ακόλουθοι Μικρασιατικοί σύλλογοι και χορηγοί:

- ◆ Αθλητική Ακαδημία Μελισσίων «ΑΘΛΟΣ».
- ◆ Ένωση Μικρασιατών με έδρα τα Μελίσσια (Δήμου Πεντέλης).
- ◆ Πνευματική, Πολιτιστική & Κοινωνική Κίνηση Βορείων Προαστίων.
- ◆ Πολιτιστική Ένωση Μικρασιατών Ν.Ιωνίας «Η Καππαδοκία».
- ◆ Σύλλογος Σμυρναίων Ν.Ιωνίας.
- ◆ Σύλλογος των Περγαμηνίων «Ο Άπταλος».
- ◆ Σύλλογος «Φίλοι Χιώτικου Χωριού»
- ◆ Σύνδεσμος Μικρασιατών Γκιουλμπαξιωτών «Νέα Ροδώνη».
- ◆ Σύνδεσμος Φιλίας Εθνών.

Σημείωση: Στη Φιλοσοφική Σχολή λειτουργεί Κυλικείο και Εστιατόριο όπου μπορείτε να εξυπηρετηθείτε.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ!