

ΕΦΗΜΕΡΙΣ



ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ
& ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ 1946

ΚΩΔΙΚΟΣ: 1780

ΤΕΤΑΡΤΗ 8 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2012

Εκδότης - Ιδιοκτήτης: Χρήστος - Χαράλαμπος Μάλλιος
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 15.760

Ευρώ: 0,29

απόψεις

Η ΑΛΗΘΙΝΗ ΓΝΩΣΗ

Ο«Τα πτυχία δεν κάνουν το μορ-
φωμένο. Τα πτυχία, απλά εξειδι-
κεύουν κομμάτια γνώσης και
μόνο... Η αληθινή γνώση δεν έχει
σχέση με τα κάθε είδους πτυχία,
αλλά έχει σχέση με το καθημερινό
σμίλευμα τη ζωής και κυρίως με
την ανάγνωση βιβλίων. Μόνο έτσι
ο άνθρωπος μπορεί να συνειδητο-
ποιήσει σωστά τον κόσμο στον
οποίο ζει και μόνο έτσι είναι σε
θέση να έχει καλύτερη άποψη για
τα τρέχοντα δρώμενα»

Αυτή η συλλογιστική μας, που ανέ-
καθεν την υποστηρίζαμε, διαφαίνε-
ται ξεκάθαρα σε δυο βιβλία που
κυκλοφορούν ήδη στην Ελλάδα.
Και τα δυο αυτά βιβλία «ξεγυ-
μνώνουν» εντελώς τις κάθε είδους
συνομωσίες και λοιπές μπουρδο-
λογίες, όπως λόγου χάρη:

Ότι ο σεισμός της Φουκουσίμα
ήταν ανθρώπινη ενέργεια για να
πληγούν οι οικονομίες της Ασίας
και της Άπω Ανατολής.

Ότι η ΝΑΣΑ έχει μυστικές συνο-
μιλίες με τους εξωγήινους

Ότι η κατάκτηση της Σελήνης το
1969 ήταν ένα σκηνοθετημένο
κατασκεύασμα.

Ότι το ολοκαύτωμα των Εβραίων,
ουδέποτε υπήρξε...

Ότι στις 11 Σεπτεμβρίου του
2001, οι Εβραίοι δεν προσήλθαν
στις εργασίες τους στους «Διδύ-
μους Πύργους».

-Οι τίτλοι των βιβλίων;

«Επινοημένη Γνώση» του Ρόναλντ
Φρίτσε και «Γιατί οι άνθρωποι
πιστεύουν σε παράξενα πράγμα-
τα;» του Μαϊκλ Σέρμερ.

Ευκαιρία λοιπόν για να αυξήσουν
τις γνώσεις μας!..

-Γιώργος Ν. Σκλαβούνης-

ΤΡΑΠΕΖΙΚΟΣ ΓΑΜΟΣ ΚΙ ΕΠΟΝΤΑΙ ΚΙ ΑΛΛΟΙ...



Η πρόσφατη εξαγορά του υγιούς «κομματιού» της Αγροτικής Τράπεζας από την Τράπεζα Πειραιώς ασφαλώς και δημιουργεί μια νέα ελληνική τραπεζική «εικόνα» και παράλληλα ανοίγει το δρόμο για περαιτέρω τραπεζικές εξαγορές και συγχωνεύσεις, αφού σύμφωνα με πληροφορίες δυο μεγάλες ελληνικές τράπεζες ενδιαφέρονται για την Εμπορική Τράπεζα. Η εξελισσόμενη αυτή πορεία στην ελληνική τραπεζική κοινότητα θα πρέπει, σύμφωνα με διεθ-
νείς τραπεζικούς και οικονομικούς κύκλους, να καταλήξει στην ύπαρξη το πολύ τριών ελ-
ληνικών τραπεζών, μολονότι το ιδανικότερο θα ήταν η παρουσία δυο μεγάλων ελληνικών τρα-
πεζών...



ΣΧΟΛΙΟ

Του Χρήστου - Χαράλ. Μάλλιου

ΚΑΤΑ ΔΙΑΟΛΟΥ ΠΑΕΙ Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ...

Όλα πλέον δείχνουν ότι η ευρωπαϊκή οικονομία διανύει τη χειρότερη χρονική περίοδο της «ζωής» της, αφού σχεδόν όλες οι χώρες-μέλη της Ευρωζώνης «βγάζουν τη γλώσσα έξω» και ζητούν νερό, δηλαδή, οικονομική βοήθεια επειδή σαφώς και οι εθνικές τους οικονομίες «φτύνουν» λάδια...

Η αρνητική αυτή οικονομική πραγματικότητα απ ότι δείχνουν τα πράγματα οδηγούν την Ευρωπαϊκή Ένωση σε μια οριστική αναθεώρηση των πάντων... -Ευρωζώνη με δυο ζώνες; - Ευρωζώνη με νέα οικονομική φιλοσοφία; -Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα με άλλο ρόλο;

Όπως και να έχουν τα πράγματα έτσι όπως «βαδίζει» η Ευρωπαϊκή Ένωση δεν θα πορευτεί πουθενά...

σκέψεις...

Είναι σίγουρο πλέον ότι οι κυβε-
ρνώντες δεν έχουν καταλάβει ότι
στις πρόσφατες εκλογές τα κόμ-
ματά τους αποδείχθηκαν «λίγα»
κι ότι η σύμπραξή τους η σημε-
ρινή σε επίπεδο τριτοκομματικής
κυβέρνησης αποτελεί και για τα
τρία κόμματα μια κάποια προ-
σωρινή «σανίδα σωτηρίας»... Κι
έτσι όπως «βαδίζουν» μάλλον η
«σανίδα» αυτή θα πέσει πάνω
τους και θα τους τσακίσει τα
κεφάλια... -Αλήθεια δεν τους
ενδιαφέρει να σώσουν τα κεφά-
λια τους;

-Αλέξης Γεωργίου-

www.efimerisdiakirixeon.gr

“ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ” 1946 - 2012: ΣΥΝΩΝΥΜΗ ΜΕ ΤΙΣ ...ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ!

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ

Δ.Ε.Η
Πρ/σμός 250.000 Ευρώ.
Έργο. ΑΣΠ ΜΥΚΟΝΟΥ-ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΓΩΓΟΥ ΠΡΟΣΑΓΩΓΗΣ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ» (ΟΙ ΔΙΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΟΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΟΥΝ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΤΑ ISO 9001/2008 Η ΑΛΛΟ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΠΡΟΤΥΠΟ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΧΕΤΙΚΗ ΜΕ ΤΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΚΑΙ ΟΦΕΙΛΟΥΝ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΦΘΟΥΝ ΤΟ ΧΩΡΟ ΣΤΟΝ ΟΠΟΙΟ ΘΑ ΕΚΤΕΛΕΣΘΕΙ ΤΟ ΕΡΓΟ ΚΑΙ ΝΑ ΛΑΒΟΥΝ ΓΝΩΣΗ ΤΩΝ ΤΟΠΙΚΩΝ ΣΥΝΘΗΚΩΝ)
Λήξη προσφορών 04-09-2012 ώρα 11.00
Τηλ.210-9008830



ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΙΣΜΟΥ Α.Ε.
ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΣ ΔΗΜΟΠΡΑΣΙΑΣ «ΤΚΗΜΕ 83»
«Αναβάθμιση ηλεκτρολογικής εγκατάστασης Μέσης Τάσης στον ΑΣΠ ΛΗΜΝΟΥ».

Η ΔΕΗ Α.Ε., διακηρύσσει Μειοδοτικό Διαγωνισμό με σφραγισμένες προσφορές προς ανάδειξη αναδόχου για την εκτέλεση του Έργου: «Αναβάθμιση ηλεκτρολογικής εγκατάστασης Μέσης Τάσης στον ΑΣΠ ΛΗΜΝΟΥ» συνολικού προϋπολογισμού κατά τη μελέτη της Επιχείρησης, **ογδόντα χιλιάδες ΕΥΡΩ (80.000,00 €)**. Το έργο χρηματοδοτείται από την ΔΕΗ Α.Ε. Η αποσφράγιση των προσφορών θα γίνει στα γραφεία της ΔΠΑΝ (Λ.Συγγρού 112 - όροφος πρώτος, τηλ. 210 9008821, fax: 210 9239277) την **04.09.2012, ημέρα Τρίτη και ώρα 11.00 π.μ.** ενώπιον Επιτροπής που θα συστήσει η Επιχείρηση. Οι προσφορές θα παραδοθούν στο πρωτόκολλο της ΔΕΗ Α.Ε./ΔΠΑΝ, Λεωφ.Συγγρού 112, όροφος έκτος, έως τις **14.00 της 03.09.2012**. Ο διαγωνισμός θα γίνει κατά το σύστημα προσφοράς που περιλαμβάνει ελεύθερη συμπλήρωση ανοικτού τιμολογίου, όπως ορίζει ο Κανονισμός Έργων, Προμηθειών και Υπηρεσιών (ΚΕΠΥ) της ΔΕΗ Α.Ε.. Οι Διαγωνιζόμενοι επί ποινή αποκλεισμού, θα πρέπει να έχουν αποδεχθεί σχέδια, βιομηχανοποιήσει, δοκιμάσει, προμηθεύσει, εγκαταστήσει, θέσει σε λειτουργία σε εγκαταστάσεις ηλεκτρικής ενέργειας ή στη βιομηχανία πεδία μέσης τάσης 6/15-20 ΚV, μέσα στην τελευταία δεκαετία και έχουν λειτουργήσει επιτυχώς για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο του ενός (1) έτους. Να είναι δόκιμοι και έμπειροι κατά την απόλυτη κρίση της Υπηρεσίας στην εκπόνηση μελετών και στην κατασκευή έργων όπως ανωτέρω. Να διαθέτουν πιστοποιητικό διασφάλισης ποιότητας κατά ISO 9001/2008 ή άλλο αναγνωρισμένο πρότυπο για δραστηριότητα σχετική με το αντικείμενο του υπό Διακήρυξη Έργου ή να πληρούν ισοδύναμες απαιτήσεις ποιοτικής διασφάλισης. Απαγορεύεται η εκπροσώπηση δύο ή περισσότερων Διαγωνιζομένων από τον ίδιο εκπρόσωπο. Εγγύηση συμμετοχής στο Διαγωνισμό καθορίζεται το ποσό των 1.600,00 Ευρώ, δηλαδή ποσοστό 2% του Προϋπολογισμού Υπηρεσίας σύμφωνα με το χορηγούμενο υπόδειγμα και απευθύνεται προς τη ΔΕΗ Α.Ε./ΔΠΑΝ. Το πλήρες κείμενο της διακήρυξης δημοσιεύεται στην διεύθυνση: <http://www.dei.com.gr/Default.aspx?id=9916&nt=19&lang=1>. Για προβλήματα στους κωδικούς πρόσβασης, τηλ.: 210-3323823, Δ.Κυριαζής.

ΔΕΗ Α.Ε./ΔΠΑΝ - Λ. ΣΥΓΓΡΟΥ 112 • Τηλ.: 210 9338711



Δημήτρης Λαβράνος
Πτυχιούχος
Διαιτολόγος
Διατροφολόγος

Τηλ.:6945531234

ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΕΩΡ. ΠΑΠΑΝΔΡΙΑΝΟΣ



ΥΔΡΑΥΛΙΚΗ ΠΟΡΤΑ

✓ **ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ**

✓ **ΜΕΤΑΚΟΜΙΣΕΙΣ**

ΚΡΕΜΟΥ 50 ΚΑΛΛΙΘΕΑ - ΤΗΛ.: 210.95.21.005 - ΚΙΝ.: 6936.850.576

ΔΙΑΦΟΡΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
"Η ΕΛΠΙΣ"
Δ/ΝΣΗ: ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ
ΤΜΗΜΑ: ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ: ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ
ΠΛΗΡ.: Μ.ΣΕΤΑΚΗ
ΤΗΛ.: 213 2039136
ΦΑΞ: 213 2039242
ΤΑΧ.Δ/ΝΣΗ: ΔΗΜΗΤΣΑΝΑΣ 7
Τ.Κ.:115 22

ΟΡΘΗ ΕΠΑΝΑΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ
ΤΗΣ ΥΠ'ΑΡΙΘΜ. 10152/02-08-2012
ΠΕΡΙΛΗΨΗΣ ΠΟΥ ΑΦΟΡΑ ΣΤΗ
ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ
ΜΕ ΑΔΑ Β4ΓΠ46904Ν-ΚΠΓ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ
ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ

Το Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών "Η ΕΛΠΙΣ" προκηρύσσει ετήσιο πρόχειρο επαναληπτικό διαγωνισμό **"προϊόντων καθαρισμού"** προϋπολογισθείσας δαπάνης 22.000,00 ευρώ συμпл. Φ.Π.Α., με κριτήριο κατακύρωσης την **χαμηλότερη τιμή**, σύμφωνα με την υπ' αριθμ. 10199/1732/3-8-12 δια-

κήρυξη.
Γλώσσα Ελληνική.

Ο διαγωνισμός θα γίνει στις 21 Αυγούστου 2012 ημέρα Τρίτη και ώρα 12 μβ. στα Γραφεία της Διεύθυνσης του Νοσοκομείου, οδός Δημητσάνας 7 Αμπελόκηποι, Αθήνα Τ.Κ. 11522.

Όσοι ενδιαφέρονται μπορούν να λάβουν τους όρους της διακήρυξης και οποιαδήποτε άλλη πληροφορία από το Γραφείο Προμηθειών του Νοσοκομείου τις εργάσιμες ημέρες και ώρες 08.45 π.μ. - 13.30 μ.μ. (τηλ. 2132039136), καθώς και από την ιστοσελίδα του Νοσοκομείου www.elpis.gr

Η δαπάνη δημοσίευσης βαρύνει το Νοσοκομείο.

Ο ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ
ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΓΙΑΝΝΑΡΟΣ

ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ
66 ΧΡΟΝΙΑ
ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΤΗΣ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

ΠΑΡΑΚΛΗΣΗ

Στή προσπάθεια καλλίτερης κι άμεσης πληροφόρησης προσθέτουμε και την ηλεκτρονική εφημερίδα παράλληλα με την έντυπη.
Για το λόγο αυτό σας παρακαλούμε να επιλέξετε τον τρόπο ενημέρωσής σας και να απαντήσετε άμεσα στο τηλέφωνο 210 2130664, ή στο e-mail: efimeris.diakurixeon@gmail.com

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΕΤΣΟΥΛΑΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.
Ν Ε Α Μ Ε Θ Ο Δ Ο Σ !!!
Οριζόντια διάτρηση με ηλεκτρονική μονάδα ελέγχου κατεύθυνσης τώρα και στην Ελλάδα
Τοποθέτηση σωληνώσεων χωρίς επιφανειακή τομή.
Έργα αποχέτευσης, ύδρευσης, άδρευσης, φυσικού αερίου, ΔΕΗ, τηλεπικοινωνιών κ.λ.π.
Πιστοποίηση ISO 9001:2000/EN ISO 9001:2000
Αριστείδου 4α - 41222 Λάρισα
Τηλ. 2410 533563 - 6977264044
Fax: 2410 538456
E-mail: dpetsoulas@yahoo.gr



ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ • ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΜΑΛΛΙΟΣ
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ: 1946
ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ: **Χρήστος - Χαράλαμπος Μάλλιος** • Σύμβουλος Επικοινωνίας: **Δήμητρα Σκλαβούνη**
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟΥ: **Αφοί Ζουμπούλη Ο.Ε.** - Γερανίου 7 - Αθήνα - Τηλ.: 210- 5238107.
ΔΙΟΙΚΗΣΗ - ΣΥΝΤΑΞΗ: Βεϊκου 25 - Γαλάτσι - Τ.Κ.: 111 46 - Τηλ.: 210- 2130664 - Fax.: 210 - 2130665.
ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ: Τηλ.:210 - 2130664
e-mail.: info@efimerisdiakirixeon.gr
ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΤΗΣΙΕΣ: Ιδιώτες 70 Ευρώ - Εταιρείες, Τράπεζες, Οργανισμοί 80 Ευρώ.

Η “Εφημερίς Διακηρύξεων” είναι μέλος της Ένωσης Ανταποκριτών Ελληνικού Τύπου Εξωτερικού

• Χειρόγραφα και επιστολές προς την Εφημερίδα δεν επιστρέφονται

site: www.efimerisdiakirixeon.gr

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

ΗΛΕΚΤΡΟΜΗΧΑΝΟΛΟΓΙΚΑ

ΔΗΜΟΣ
ΗΛΙΑΔΑΣ ΗΛΕΙΑΣ

Πρ/σμός 1.300.000 Ευρώ

Έργο. ΜΕΤΑΤΡΟΠΗ ΠΡΩΗΝ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟΥ ΠΗΝΕΙΑΣ ΣΕ ΝΕΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΚΤΙΡΙΟ ΣΙΜΟΠΟΥΛΟΥ ΚΑΙ ΠΕΡΑΙΩΣΗ ΑΥΤΟΥ ΣΕ 270 ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑΚΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

Λήξη προσφορών 21-08-2012 ώρα 10.00

Τηλ.2622-0-24187

ΔΗΜΟΣ
ΠΑΛΛΗΝΗΣ

Πρ/σμός 1.100.000 Ευρώ

Έργο. ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΚΕΝΤΡΙΚΩΝ ΑΓΩΓΩΝ ΟΣΔΥ –ΜΑΡΙΖΑΣ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ ΠΑΛΛΗΝΗΣ ΚΑΙ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΣΕ 18 ΜΗΝΕΣ .

Λήξη προσφορών 21-08-2012 ώρα 10.00

Τηλ.210-6604600

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΖΕΠ

Πρ/σμός 916.000 Ευρώ

Έργο «ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΥΔΡΕΥΣΗΣ ΟΙΚΙΣΜΟΥ ΒΑΘΥΛΑΚΚΟΥ ΔΗΜΟΥ ΣΕΡΒΙΩΝ –ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ».

Λήξη προσφορών 28-08-2012 ώρα 10.00

Τηλ.2461-0-52683

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Πρ/σμός 558.000 Ευρώ

Έργο «ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΥΔΡΕΥΣΗΣ ΣΕΡΒΙΩΝ -ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ (Β΄ΦΑΣΗ)».

Λήξη προσφορών 4-9-2012 ώρα 10.00.

Τηλ.24610 52683.

ΔΗΜΟΣ
ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

Πρ/σμός 290.000 Ευρώ.

Έργο «ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΛΑΣΗ ΚΟΙΝΟΧΡΗΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ Τ.Κ.ΒΡΑΣΤΑΜΩΝ ΔΗΜΟΥ ΠΟΛΥΓΥΡΟΥ».

Περάτωση του έργου σε 120 ημερολογ. ημέρες.

Λήξη προσφορών 21-8-2012 ώρα 10.00.

Τηλ. 23713 50751,50752.

Δ.Ε.Η

Πρ/σμός 79.000.000 Ευρώ.

Έργο. ΑΗΣ ΑΓ.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ-ΜΟΝΑΔΑ V – ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΑΠΟΘΕΩΣΗΣ ΚΑΥΣΑΕΡΙΩΝ Η ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΣΥΜΒΑΣΗΣ ΕΙΝΑΙ 36 ΜΗΝΕΣ.ΤΟ ΕΡΓΟ ΘΑ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΕΙ ΣΤΗ ΣΤΗ ΜΟΝΑΔΑ V ΤΟΥ ΑΗΣ ΑΓ.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΤΗ ΒΟΡΕΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΣΕ ΑΠΟΣΤΑΣΗ 18 ΧΛΜ.ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΟΖΑΝΗ ΚΑΙ ΣΕ ΥΨΟΜΕΤΡΟ 680 Μ.ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΦ.ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ ΚΑΙ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΟΧΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΤΙΚΑ ΤΑ ΑΚΟΛΟΥΘΑ ΗΤΟΙ Ο ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ Η ΜΕΛΕΤΗ Η ΒΙΟ/ΣΗ Η ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ Η ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΟΙ ΔΟΚΙΜΕΣ ΣΤΑ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΑ Η ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΣΤΟΝ ΤΟΠΟ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ Η ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ Η ΕΓΚ/ΣΗ ΟΙ ΔΟΚΙΜΕΣ ΕΠΙ ΤΟΠΟΥ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ Η ΘΕΣΗ ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ Η ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΤΩΝ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ ΕΝΟΣ ΠΛΗΡΟΥΣ ΣΥΣΤ/ΤΟΣ ΑΠΟΘΕΙΩΣΗΣ ΚΑΥΣΑΕΡΙΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΣΥΣΤ/ΤΟΣ ΠΑΡΑΛΑΒΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΑΝΤΙΔΡΑΣΤΗΡΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΥΣΤ/ΤΟΣ ΔΙΑΧ/ΣΗΣ ΤΟΥ ΠΑΡΑΓΟΜΕΝΟΥ ΠΑΡΑΠΡΟΙΟΝΤΟΣ ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ ΥΓΡΗ ΑΠΟΘΕΙΩΣΗ ΕΞΑΝΑΓΚΑΣΜΕΝΗΣ ΟΞΕΙΔΩΣΗΣ ΜΕ ΧΡΗΣΗ ΑΣΒΕΣΤΟΛΙΘΟΥ (WPL) ΚΑΙ ΠΥΡΓΟ ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗΣ ΤΥΠΟΥ ΨΕΚΑΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΜΟΝΑΔΑ V ΤΟΥ ΑΗΣ ΑΓ.ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ.Η ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΜΒΑΣΗΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΣΕ 2 ΣΤΑΔΙΑ ΗΤΟΙ ΣΤΟ 1ο ΣΤΑΔΙΟ ΔΙΑΡΚΕΙΑΣ 10 ΜΗΝΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΟΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΣΥΜΒΑΣΗΣ ΘΑ ΓΙΝΕΙ Η ΜΕΛΕΤΗ ΚΑΙ Η ΑΔΕΙΟΔΟΤΗΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΣΤΟ 2ο ΣΤΑΔΙΟ ΔΙΑΡΚΕΙΑΣ 26 ΜΗΝΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΘΑ ΓΙΝΕΙ Η ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΕΝΑΡΞΗ ΤΗΣ ΕΜΠΟΡΙΚΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ

Λήξη προσφορών 23-10-2012 ώρα 09.00-10.00.

Διεξαγωγή 23-10-2012 ώρα 10.00.Τηλ.210-8819139-8216778-8211972

Δ.Ε.Η

Πρ/σμός 11.500.000 Ευρώ.

Έργο ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΔΟΚΙΜΕΣ ΚΑΙ ΘΕΣΗ ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΑΙΝΙΟΣΤΑΘΜΩΝ ΜΕ ΜΕΤΑΤΡΟΠΕΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΗΡΙΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΤΑΙΝΙΟΔΡΟΜΩΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΟΥ ΟΡΥΧΕΙΟΥ ΝΟΤΙΟΥ

ΠΕΔΙΟΥ ΛΙΓΝΙΤΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΤΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΕΙΝΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΕΓΚ/ΣΗ ΔΟΜΙΚΕΣ ΚΑΙ ΘΕΣΗ ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ 5 ΤΑΙΝΙΟΣΤΑΘΜΩΝ ΗΤΟΙ 4ΤΕΜ.ΤΑΙΝΙΟΣΤΑΘΜΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ 4 ΚΙΝΗΤΗΡΙΩΝ 1.250.KW ΕΚΑΣΤΟΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΚΙΝΗΤΗΡΙΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΤΩΝ ΤΑΙΝΙΟΔΡΟΜΩΝ (ΔΙΒΑΘΜΙΟΥ ΜΕΙΩΤΗΡΕΣ ΔΙΑΤΑΞΕΙΣ ΔΙΣΚΟΦΡΕΝΩΝ ΣΥΜΠΛΕΚΤΕΣ ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΤΗΡΕΣ ΒΡΑΧΥΚΥΚΛΩΜΕΝΟΥ ΔΡΟΜΕΑ ΚΑΠ.) ΚΑΙ ΤΩΝ ΑΝΑΓΚΑΙΩΝ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΤΩΝ 15-20/0 69 KV ΚΑΙ 1 ΤΕΜ.ΤΑΙΝΙΟΣΤΑΘΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ 4 ΚΙΝΗΤΗΡΙΩΝ 1.500 KW ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΤΗΡΙΩΝ ΒΡΑΧΥΚΥΚΛΩΜΕΝΟΥ ΔΡΟΜΕΑ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΝΑΓΚΑΙΟΥ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΤΗ 15/20/0 69 KW ΔΙΑΡΚΕΙΑ 12 ΜΗΝΕΣ (Ο ΔΙΑΓΩΝΙΖΟΜΕΝΟΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΤΕΧΕΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ISO -9001-2000 Η ΑΛΛΟ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΠΡΟΤΥΠΟ ΠΟΥ ΠΛΗΡΟΙ ΑΠΟΔΕΔΕΙΓΜΕΝΑ ΙΣΟΔΥΝΑΜΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗΣ (ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΣΕΛ.2/2 ΤΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ 8 ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ ΜΕ ΝΕΑ ΤΑΥΤΑΡΙΘΜΗ)

Λήξη προσφορών 13-09-2012 ώρα 09.30-10.00.

Διεξαγωγή 13-9-2012 ώρα 10.00. Τηλ.210-5109635

ΔΗΜΟΣ
ΚΟΖΑΝΗΣ

Πρ/σμός 1.670.000 Ευρώ.

Έργο. Γ. ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

Λήξη προσφορών 21-08-2012 ώρα 10.00

Τηλ.2461-3-50329

ΔΗΜΟΣ
ΑΓ.ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

Πρ/σμός 1.533.855 Ευρώ

Έργο. ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΑΝΑΠΛΑΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΔΕΙΞΗΣ ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ

Λήξη προσφορών 21-08-2012 ώρα 10.00

Τηλ.213-2004515



Βοηθήστε μας να σώσουμε χιλιάδες ανθρώπινες ζωές. Σομαλία - 20 χρόνια εμφύλιου, σπαράγμοι και η χειρότερη έπιδραση των τελευταίων 60 χρόνων. 1,5 εκατομμύριο εκτοπισμένοι στο εσωτερικό της χώρας και 900.000 έγκαν πρόσφυγες σε γειτονικές χώρες. Και ο ξεριζωμός συνεχίζεται. Πολλά παιδιά πεθαίνουν στη διάρκεια του ταξιδιού ενώ ακόμα περισσότερα κινδυνεύουν από τον υποσιτισμό και τις επιδημίες. Η Ύψιστη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες, βρίσκει τη λύση στις πληγείσες περιοχές για να αντιμετωπίσει τη χειρότερη ανθρωπιστική κρίση στον κόσμο σήμερα. Γυναίκες και παιδιά είναι αυτοί που κυρίως διατρέχουν άμεσο κίνδυνο για τη ζωή τους και χρειάζονται απεγνωσμένα τη βοήθειά σας. Έχουν επείγουσα ανάγκη για πόσιμο νερό, τρόφιμα, φάρμακα και ιατρούς.

Ενισχύστε το επείγον έργο της Ύψιστης Αρμοστείας σήμερα!

- ΑΛΦΗΒΑΒΗΚ: 101-00-2002055436 - IBAN GR69 0140 1010 1010 0200 2055 436 (Παρακαλώ να εσπερίσουμε την κατάσταση σας τηλεφωνικά)
- Τηλέφωνο Συμβουλών: 210 6728296 (9.00 – 18.00)
- Website: www.unhcr.gr/hu2help
- Ταχυδρομική επικοινωνία: Ταχυπέρα 12, 115 25 Αθήνα

Ύψιστη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες
Ταχυπέρα 12, 115 25 Αθήνα. - Τηλ: 210 6728296 - Fax: 210 6756800
Τομέας: Εξέτασης Πόρων, e-mail: katschis@unhcr.org - www.unhcr.gr/hu2help



ΑΙΤΗΣΗ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: Τ.Κ.:

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΤΗΛ.: FAX:

Α.Φ.Μ.: Δ.Ο.Υ.:

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: / /2011

ΥΠΟΓΡΑΦΗ:

ΣΤΕΙΛΑΤΕ ΣΤΟ ΦΑΞ 210 2130664
Η ΤΑΧΥΔΡΟΜΗΣΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΟΥΠΟΝΙ.
“ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ”
ΒΕΙΚΟΥ 25, 111.46 ΓΑΛΑΤΣΙ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Τηλ.: 210.2130664
e-mail: efimeris.diakurixeon@gmail.com

ΕΤΗΣΙΑ
ΣΥΝΔΡΟΜΗ

ΕΤΑΙΡΙΕΣ: 80 ΕΥΡΩ

ΙΔΙΩΤΕΣ: 70 ΕΥΡΩ

+
6.5 % Φ.Π.Α.

ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΕΣ ΜΑΣ!

Με την υπενθύμιση ότι διατηρούμε εδώ και χρόνια την ίδια τιμή της ετήσιά μας συνδρομής που είναι και η φτηνότερη από όλες τις εφημερίδες που δημοσιεύουν διακηρύξεις και με την επισήμανση ότι δεν προτιθέμεθα να την αυξήσουμε λαμβάνοντας υπόψη τους χαλεπούς "οικονομικούς καιρούς" που διανύουμε, το μόνο που σας ζητούμε από όλους εσάς που συνεχίζετε να δείχνετε εμπιστοσύνη στο έργο μας, είναι να μας στέλνετε εγκαίρως τη συνδρομή σας προκειμένου να αποφεύγονται καθυστερήσεις που μας δημιουργούν μεγάλα λογιστικά προβλήματα κι από την άλλη καλείστε κι εσείς να πληρώνετε καθυστερημένες συνδρομές που μερικές φορές φτάνουν και τα τρία χρόνια!.. Δεν νομίζουμε ότι σας ζητάμε κάτι το μη λογικό και το μη λειτουργικό και βεβαίως σας ευχαριστούμε για την κατανόησή σας!

Η ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ ΟΔΗΓΕΙ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ



Ο ΠΑΛΜΟΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Εκείνο που καταλαβαίνω εδώ και λίγο καιρό είναι ότι θα πρέπει όλοι μας να είμαστε λιγότερο αγχώδεις και περισσότερο παχύδερμα... Δεν είναι δυνατόν να είμαστε εμείς καλοί όταν οι άλλοι που είναι και οι περισσότεροι να μας πουλάνε τρέλα... • Ας έχουμε λοιπόν περισσότερη αναισθησία προκειμένου να τα περνάμε καλύτερα φίλοι μου αγαπημένοι που τόσο σας αγαπάω και δεν το έχετε πάει χαμπάρι... • Μόσχος εσύ, μόσχος κι εγώ... • Με γράφεις εσύ, σε γράφω κι εγώ... • Δε με πληρώνεις, δε σου δουλεύω κι εγώ... • Απλά πράγματα φίλοι μου αγαπημένοι που αν φοράτε μπάμπερς να τα χρησιμοποιείτε μια φορά και ποτέ να μη τα στεγνώνετε στον ήλιο γιατί μαζεύουν μικρόβια που θα σας κάνουν κακό στην υγεία... • Χα, χα, χα... • Μισό λεπτό να πάω να πιώ νερό και ξανάρχομαι... • Ήρθα αφού τσίμπησα και λίγο κασέρι έτσι για να μου φύγει η γλύκα από τα μπισκότα... • Ναι, τα ίδια που έτρωγα και χθες... • Χα, χα, χα... • Έλεγα λοιπόν χθες και προχθές ότι κάπου βαριέμαι τους πληκτικούς και πονηρούς ανθρώπους που δυστυχώς είναι πάρα πολλοί σε αυτή τη χώρα φίλοι μου αγαπημένοι! • Κι έτσι έστω και στα βαριά μου τα γεράματα αλλάζω χαρακτήρα και νοοτροπία για να είμαι συνεπής με τον εαυτό μου και με την εποχή που διανύουμε... • «Και ευτυχώς είχα υπάρξει και παιδί και όλο μου έλεγαν μην πας και μην κάνεις εκείνο, εκείνοι που κάνανε μονάχα αλητείες...» • Κάπως έτσι «λέει» ένα ελληνικό τραγούδι του Κούτρα αν δεν κάνω λάθος, αλλά δεν το θυμάμαι επακριβώς που να με πάρει και να με σηκώσει... • Περιμένω από το πρωί έναν μαλθάκα και ακόμα να έρθει... • Θα φάει όμως καλά... • Σήμερα λοιπόν που έχω μια μεγάλη διαδρομή να κάνω με το αυτοκίνητο και ευελπιστώ ότι δεν θα πάει χαμένη η βενζίνη κι ότι αργά ή γρήγορα η διαδρομή αυτή να μου φέρει και κανένα φράγκο... • Εδώ λοιπόν θα σας αφήσω, θέλω να προσέχετε τον εαυτό σας, να μην τρώτε πολύ τα βράδια, να αφοδεύετε πάντα κάθε ημέρα και να μην κάνετε παρέα με μαλθάκες... • Χα, χα, χα...

-Ο Παλμογράφος-

ΤΟ... ΑΛΛΟ ΦΛΑΣ!..



Έλληνας φορολογούμενος τη στιγμή που βγαίνει από την εφορία!..

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΙ ΑΛΛΑ...



του Γιώργου Μάλλιου

Ανοικτός Δημόσιος Διαγωνισμός για το έργο «Παροχή βασικών υπηρεσιών και πιστοποιημένων αιθουσών που σχετίζονται με την υποδομή υλοποίησης επαγγελματικής κατάρτισης». Αριθμός 3/2012. Το Σωματείο μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα με την επωνυμία «Ελληνική Εταιρεία Διοικήσεως Επιχειρήσεων, Λεωφόρος Ιωνίας 200 και Ιακωβάτων, Αθήνα τηλ 210-2110100-Προϋπολογισμός του έργου: Τέσσερα εκατομμύρια εξακόσιες χιλιάδες (4.620.00) ευρώ (μη περιλαμβανομένου ΦΠΑ 23%) και πέντε εκατομμύρια εξακόσιες ογδόντα δύο χιλιάδες εξακόσια (5.682.600) ευρώ (συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ 23%). Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο κατά 85% και από Εθνικούς Πόρους κατά 15% σύμφωνα με το ισχύον νομικό πλαίσιο.- Περιγραφή του αντικειμένου του έργου: Παροχή βασικών υπηρεσιών και πιστοποιημένων αιθουσών που σχετίζονται με την υποδομή υλοποίησης δράσεων επαγγελματικής κατάρτισης για 3.000 ωφελούμενους. Ωφελούμενοι του έργου είναι απολυμένοι άνεργοι στους κλάδο-

υς Λιανικού Εμπορίου, Εμπορίας-διακίνησης και συντήρησης αυτοκινήτων και κατασκευών δομικών υλικών, που κατανέμονται σε 9 Περιφέρειες, που είναι οι ακόλουθες: Αν . Μακεδονία-Θράκη, Θεσσαλία, Ήπειρος, Δυτική Ελλάδα, Πελοπόννησος, Κρήτη, Κεντρική Μακεδονία, Δυτική Μακεδονία και Αττική-Χρόνος υλοποίησης του έργου, σε 12 μήνες από την υπογραφή της σύμβασης. – Διάθεση της προκήρυξης: Λεωφόρος Ιωνίας 200 και Ιακωβάτων, Αθήνα Ελλάδα, τηλ 210-2110100 όλες τις εργάσιμες ημέρες και ώρες, ενώ οι προσφορές θα πρέπει να υποβληθούν μέχρι την 13η Σεπτεμβρίου 2012, ημέρα Πέμπτη και ώρα 13.00• Η Εθνική Επιτροπή Τηλεπικοινωνιών μετά από παρέμβαση της Κομισιόν, αλλάζει το σχέδιο μέτρων της αγοράς κινητής τηλεφωνίας στην Ελλάδα με την άμεση και δραστική μείωση των τελών τερματισμού. •Την ενίσχυση των Ελλήνων αθλητών για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου 2012 ανακοίνωσε η BMW Hellas, στηρίζοντας τον αγώνα τους για διάκριση.



δημοσιογραφικό πολύπλευρο

της Δήμητρας Σκλαβούνη

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΟΙ ΜΕ ΤΟΝ ΑΥΓΟΥΣΤΟ

Ο τελευταίος μήνας του καλοκαιριού έφτασε και η αλήθεια είναι πως η θερμοκρασίες έχουν ανέβει επικίνδυνα!..

Το γεγονός πως οι περισσότεροι δεν έχουν χρήματα για διακοπές έχει ρίξει ακόμα περισσότερο τη διάθεση...!

Παρόλα αυτά υπάρχουν πολλοί τρόποι για να ξεχάσουμε τη ζέστη και να περάσουμε καλά ακόμα κι αν δεν πάμε κάπου παραθαλάσσια...

Είναι μια καλή ευκαιρία να γνωρίσετε τη πόλη σας και να πάτε σε μέρη που δεν έχετε επισκεφτεί...

Για παράδειγμα μια καλή ιδέα για βόλτα που θα σας δώσει και την ευκαιρία να γνωρίσετε τον πολιτισμό μας καλύτερα είναι μια έξοδος στα μουσεία της πόλης καθώς και στις γκαλερί.

Βλέπετε, εμείς οι Έλληνες έχουμε τη κακή συνήθεια να επισκεπτόμαστε τους πολιτιστικούς χώρους που διαθέτουμε μόνο κατά τη διάρκεια του σχολείου...

Και αυτό είναι κάτι αρκετά το υποτιμητικό για εμάς αν σκεφτείτε πόσοι πολλοί άνθρωποι ταξιδεύουν από την άλλη άκρη του κόσμου για να δουν τα μουσεία και τους αρχαιολογικούς μας χώρους...

Ακόμα, υπάρχουν πολλές ωραίες και καθαρές παραλίες κοντά στην Αθήνα όπου μπορείτε να δροσιστείτε κάνοντας τις βουτιές και απολαμβάνοντας την ηρεμία της θάλασσας...

Κι αν θέλετε να κάνετε μια βραδινή έξοδο υπάρχουν πλέον πολλές επιλογές καθώς η Αθήνα έχει γεμίσει με καφετερίες και μπαράκια διαφόρων στυλ με αποτέλεσμα να μπορείτε να πηγαίνετε κάθε βράδυ σε κάτι διαφορετικό...

Όπως και να χει το θέμα είναι πως εμείς οι ίδιοι θα διαμορφώσουμε τη διάθεσή μας...

Ας μην αφήσουμε τους εξωτερικούς παράγοντες να μας επηρεάζουν και ας προσπαθήσουμε να δούμε πιο θετικά τις καταστάσεις!..