

## ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ :

ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗ ΤΟΜΠΟΛΑ	1/1
ΑΠΟΛΛΩΝ - Ελληνι- σμός ΑΚΑΚΙΟΥ	8/1
ΘΕΑΤΡΙΚΟΣ ΧΕΙΜΩΝΑΣ	11/1
Ακαδημίες / U6,U8, U11	14/1
ΕΑΣ Αγίου Δομετ. - ΑΠΟΛΛΩΝ / U15	14/1
ΘΕΑΤΡΙΚΟΣ ΧΕΙΜΩΝΑΣ	20/1
ΑΠΟΜ Μαθιάτη - ΑΠΟΛΛΩΝ	21/1
Ακαδημίες / U6,U8, U11	21/1
ΑΠΟΛΛΩΝ - DRAGAO FA/ U15	21/1
ΘΕΑΤΡΙΚΟΣ ΧΕΙΜΩΝΑΣ	27/1
ΕΛΝΑ Λυθροδόνα - ΑΠΟΛΛΩΝ	28/1
Ακαδημίες / U6,U8, U11	28/1
ΑΠΟΛΛΩΝ - GS School A/ U15	28/1

## Ναρκωτικά

Ναρκωτικά είναι τοξική ουσία με φυσική ή χημική προέλευση, που προκαλεί κατάσταση νάρκης και τάση για ύπνο ή και το αντίθετο, διέγερση, αίσθημα ευφορίας και ευεξίας, επιφέροντας ταυτόχρονα εξασθένηση, διαστροφή ή και πλήρη αδράνεια των φυσιολογικών λειτουργιών του Κεντρικού Νευρικού συστήματος.

Στον αιώνα που μας πέρασε, η ιστορική κοινωνική αποδιάρθρωση και η αλλαγή του ρυθμού της ζωής συνετέλεσε στην εξάπλωση κοινωνικών νοσημάτων, όπως άγχος και ψυχασθένειες. Με την ανάπτυξη της συνθετικής χημείας παρουσιάστηκε και η συνθετική παρασκευή φαρμάκων για την αντιμετώπιση αυτών των ασθενειών.

**Ψυχοτροπικά –Ναρκωτικά**, αυτά αλλάζουν την αντίληψη και τη συνείδηση. Σ'αυτά περιλαμβάνονται τα **αναλγητικά**, τα **κατασταλτικά**, τα **διεγερτικά** και τα **παραισθησιογόνα**.

- Τα αναλγητικά χρησιμοποιούνται για την ανακούφιση από διάφορους πόνους, χωρίς στην απόδοση στον χρήστη αναισθησίας.

- Τα **κατασταλτικά** χρησιμοποιούνται από την ιατρική για την ανακούφιση από την ανησυχία, οξυθυμία, ένταση και για την καταπολέμηση της αϋπνίας. Η κατάχρηση τους οδηγεί σε σωματική και ψυχολογική εξάρτηση. Έχουμε τα Βαρβιτουρικά-συνθετικές ψυχότροπες ουσίες- που η υπερβολική δόση τους μπορεί να επιφέρει το θάνατο.



**Παναγιώτης Σαββίδης**

**Νομικός**

- Τα **διεγερτικά** διεγείρουν και αυξάνουν την ενέργεια του κεντρικού νευρικού συστήματος. Σ' αυτά κατατάσσονται τα **φύλλα του φυτού Κόκα, η κοκαΐνη και οι αμφιταμίνες**. Το φυτό κόκα καλλιεργείται από τους προϊστορικούς χρόνους και τα φύλλα του μαζεύονται και αποξηραίνονται. Η **κοκαΐνη** –φυσικό ναρκωτικό- παράγεται από τα αποξηραμένα φύλλα της κόκας μετά από σχετική επεξεργασία. Στην καθαρή της μορφή είναι άσπρη κρυσταλλική σκόνη, συνήθως όμως αναμιγνύεται με διάφορα σάκχαρα για να αυξηθεί η ποσότητά της. Η κοκαΐνη έχει πιθανή φυσική εξάρτηση και ψηλή ψυχολογική εξάρτηση. Οι **Αμφιταμίνες** είναι συνθετικό παρασκεύασμα. Σήμερα χρησιμοποιούνται από την Ιατρική για την θεραπεία υπερενεργητικών ασθενών. Υπάρχει και παράνομη χρήση τους.

- **Παραισθησιογόνα** είναι ουσίες που προκαλούν διαταραχές των αισθήσεων. Κάτω από την επίδραση των παραισθησιογόνων η αντίληψη της κατεύθυνσης, απόστασης και χρόνου αλλοιώνεται. Υπάρχουν φυσικά και συνθετικά παραισθησιογόνα. **Φυσικά** είναι η μεσκαλίνη που παράγεται από τον κάκτο Peyote, η ψιλοκυβίνη που υπάρχει σεμανιτάρια. **Συνθετικά** είναι τα Ecstasy, που ταυτόχρονα είναι και διεγερτικό και τα **μερικώς συνθετικά** τα **LSD** που κατασκευάζονται από μια ουσία που εξάγεται από τα δημητριακά.

**KANNABH** – Η μαριχουάνα, το χασίς και χασισέλαιο παράγονται από το φυτό κάνναβης η ήμερος, είναι μονοετές φυτό και φτάνει τα 2 μέτρα ύψος. Σ'ολο το φυτό ,εκτός από τις ρίζες και τους σπόρους ,περιέχεται η ναρκωτική ουσία. Η **Μαριχουάνα** παράγεται από τα φύλλα και τα άνθη του φυτού, που αφού ξηραθούν αλέθονται. **Χασίς -ρητίνη κάνναβης**. Παράγεται από ψιλοαλεσμένη μαριχουάνα, που συμπιέζεται σε διάφορα σχήματα. **Χασισέλαιο** –εξάγεται από την μαριχουάνα ή το χασίς με περαιτέρω επεξεργασία. Η φυσική εξάρτηση είναι άγνωστη ,η ψυχολογική εξάρτηση είναι μέτρια.

**ΟΠΙΟΕΙΔΗ - Ναρκωτικά** Το φυτό από το οποίο παράγονται τα οπιοειδή (πλην των συνθετικών) είναι η Μήκων η ημνοφόρος, κοινώς **χασκάσι**.

-**Όπιον**- φυσικό ναρκωτικό. Όταν πέσουν τα πέταλα του λουλουδιού ο καλλιεργητής χαράζει μερικές τομές πάνω στον άγουρο ασκό που περιέχει τους σπόρους και παίρνει το άσπρο γαλακτώδες υγρό, το οποίο όταν εκτεθεί στον αέρα αποκτά καφέ ή σκούρο καφέ χρώμα. Αφού ξηραθεί το πλάθει σε μπάλες. Αυτό είναι το όπιο.

-**Μορφίνη**- φυσικό ναρκωτικό. Είναι το βασικότερο συστατικό του οπίου και είναι από τα πιο αποτελεσματικά αναλγητικά που χρησιμοποιεί η Ιατρική.

-**Κοδεΐνη** –φυσικό ναρκωτικό. Χρησιμοποιείται ως αναλγητικό και αντιβηχικό φάρμακο.

-**Ηρωΐνη** - ημισυνθετικό ναρκωτικό. Παλαιότερα χρησιμοποιείτο στην ιατρική ως αναλγητικό. Σήμερα δεν χρησιμοποιείται στην ιατρική. Παράγεται από διυλιζόμενη μορφίνη αναμεμιγμένη με οξικά οξέα. Η καθαρή ηρωΐνη, που παρουσιάζεται σε μορφή σκόνης, έχει χρώμα άσπρο με πικρή γεύση. Σπάνια πωλείται καθαρή, πάντοτε αναμιγνύεται με άλλες ουσίες και έτσι το χρώμα της ποικίλει από άσπρο μέχρι καφέ. Η ηρωΐνη είναι ψηλής τοξικότητας και επιδρά άμεσα στο κεντρικό νευρικό σύστημα. Έχει ψηλή φυσική και ψυχολογική εξάρτηση. Επιφέρει άμεσα μείωση βασικών λειτουργιών του οργανισμού. Ένας χρήστης της ηρωΐνης, όταν έρθει η ώρα ανάγκης χρήσεως της ηρωΐνης και δεν έχει τότε, λόγω της ψηλής φυσικής και ψυχολογικής εξάρτησης, προβαίνει σε εγκληματικές ενέργειες ακόμη και σε δικά του πρόσωπα.



## ΑΠΟΛΛΩΝ ΛΥΜΠΙΩΝ

Απόλλωνος 1, Λύμπια

T.K.: 2566

Λευκωσία - Κύπρος

Email: info@apollonlympion.com

FB: /apollonlympion

**Αν θες αλλαγή, ΓΙΝΕ Η ΑΛΛΑΓΗ!**

## Θερμές ευχαριστίες:

Το Σωματείο μας εκφράζει τις ευχαριστίες του στους χορηγούς του για τη φετινή χρονιά. Χωρίς την προσφορά σας, το έργο του Σωματείου μας θα ήταν ακόμα πιο δύσκολο!

Σας ευχαριστούμε.



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ  
ΣΠΕ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ



## Πρόσκληση:

Το Σωματείο μας σας προσκαλεί στον **3ο Θεατρικό Χειμώνα** που διοργανώνει.

**11/01/2017** - Θεατρική Ομάδα Κοντεατών και Φίλων «Τέρψις»

**20/01/2017** - Θεατρικός Όμιλος Γ.Σ. «Κίμων» Ξυλοτύμπου

**27/01/2017** - Θεατρική Ομάδα «Αρχάγγελος» Κιτίου

**01/02/2017** - Θεατρική Ομάδα «Απόλλων» Λυμπιών

- Όλα τα έσοδα της εισόδου θα διατεθούν για την αποπεράτωση του Ιερού Ναού

Αγίου Επιφανίου.

- Είσοδος €10 όλες οι παραστάσεις.



## Ακαδημίες ποδοσφαίρου: Ο ρόλος του γονιού!



Στάλω Ολυμπίου  
Μέλος ΔΣ Σωματείου

Το παιδικό ποδόσφαιρο αδιαμφισβήτητα αποτελεί μια από τις δημοφιλέστερες και σημαντικότερες ασχολίες των παιδιών στον ελεύθερο τους χρόνο. Τις περισσότερες φορές εμείς σαν γονείς αντιμετωπίζουμε θετικά το ενδιαφέρον αυτό, καθότι πρόκειται για μια υγιή ενασχόληση που περιλαμβάνει πέραν της άθλησης, κοινωνικοποίηση των παιδιών, αυτοπειθαρχία και άλλα πολλά οφέλη. Υπάρχουν όμως φορές που σαν γονείς αντιμετωπίζουμε ψυχρά και αποστασιοποιημένα την ενασχόληση των παιδιών με το ποδόσφαιρο, γιατί ίσως να είναι μια χρυσή ευκαιρία να ασχοληθούμε με εκκρεμή θέματα για τα οποία υπό άλλες περιστάσεις δεν θα είχαμε χρόνο να ασχοληθούμε.

Η πραγματικότητα όμως είναι πως στην προσπάθεια αυτή των παιδιών μας διαδραματίζουμε τον βασικότερο και ενεργότερο ρόλο. Όπως αναφέρουν οι

ειδικοί, η φιλοσοφία μιας ακαδημίας ποδοσφαίρου θα έπρεπε να είναι αυτονότητα, δηλαδή τα παιδιά μέσα από την συμμετοχή τους σε ακαδημίες ποδοσφαίρου θα πρέπει να αποκτούν αθλητική παιδεία, γνώση για το άθλημα, σεβασμό για τους συμπαίκτες αλλά και τους αντιπάλους τους. **Το ποδόσφαιρο είναι ένα παιχνίδι και τίποτα άλλο.** Για αυτό και τα παιδιά, με τη βοήθεια τη δική μας, πρέπει να μάθουν να χαιρονται τις νίκες τους αλλά και να αποδέχονται τις ήττες τους. Εμείς πρέπει να είμαστε συνεχώς δίπλα τους για να τους ενισχύουμε, να τους χειροκροτούμε όταν χρειάζεται, και να τους παρακινούμε να συνεχίζουν μετά από μια απογοήτευση. Πρέπει να τους βοηθήσουμε να αποδέχονται τα λάθη τους για να έχουν τη δυνατότητα να εξελιχθούν! Μόνο με αυτό τον τρόπο θα εμπεδώσουν τα παιδιά το μεγαλείο του αθλητισμού: **να ξεπερνούν τον εαυτό**

**τους μέσα από την προσπάθεια!**

Υπάρχουν όμως φορές που άθελα μας μετατρέπουμε το ρόλο μας σε αρνητικό. Τα αποτελέσματα βέβαια δυσάρεστα, γιατί το μόνο που καταφέρνουμε με τη στάση μας είναι να καλλιεργούμε στα παιδιά τον ανταγωνισμό, να προκαλούμε ανασφάλειες και αδικαιολόγητες φοβίες. Δεν υπάρχει λόγος, γιατί στην τελική σημασία έχει το παιδί μας να ενταχθεί στο παιχνίδι, να μάθει να χάνει με τον ίδιο τρόπο που μαθαίνει να κερδίζει, και πάλι να συνεχίζει να προσπαθεί.

Επομένως, ας μεταδώσουμε πρώτοι στα παιδιά μας το πραγματικό νόημα του αθλητισμού, όπως το είχε περιγράψει κάποτε ο Νίκος Καζαντζάκης: **«Φτάσε όπου δεν μπορείς παιδί μου! Μην ντραπείς αν έπαιξες καλά και έχασες. Να ντραπείς αν έπαιξες κακά και κέρδισες.»**