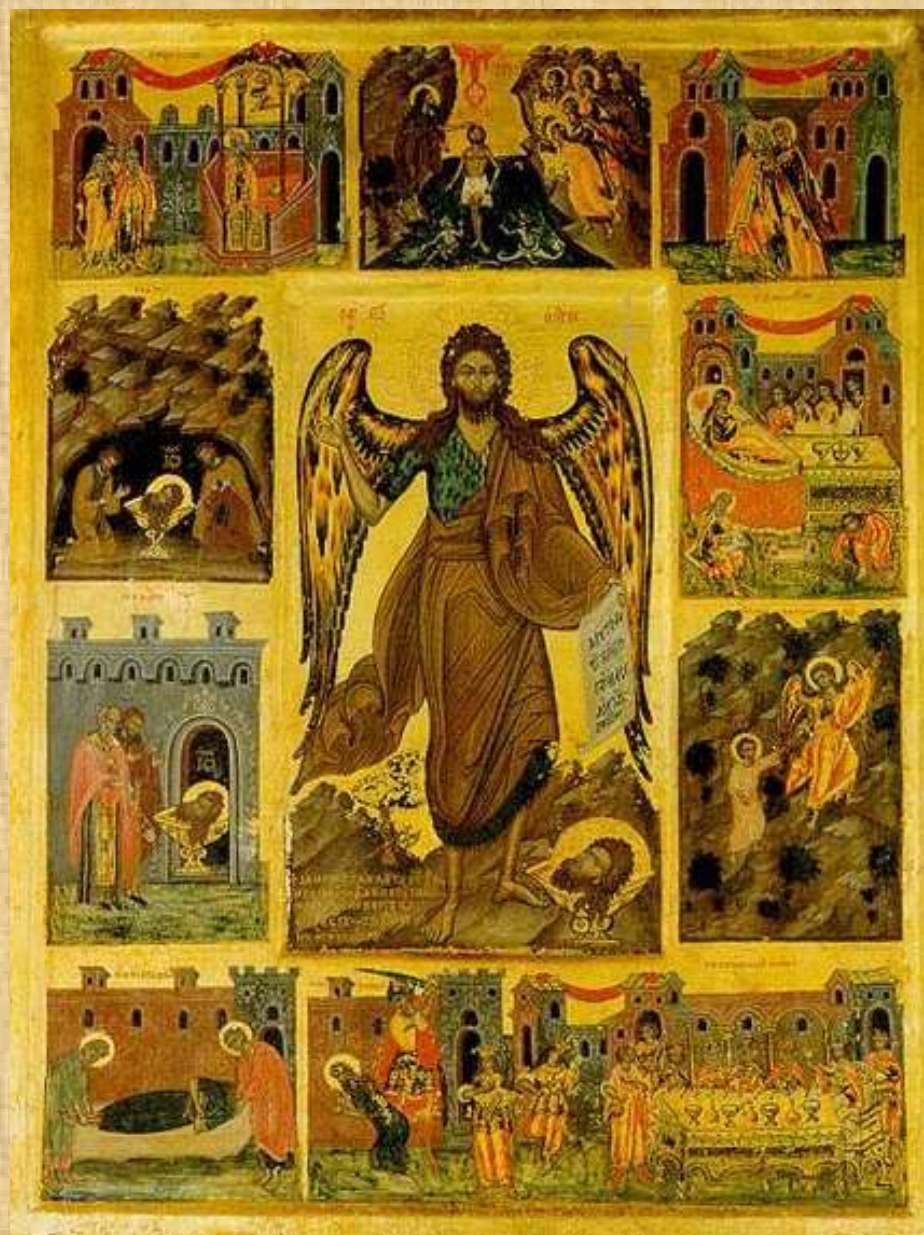


ΑΓΙΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ Ο ΠΡΟΔΡΟΜΟΣ ΚΑΙ ΒΑΠΤΙΣΤΗΣ ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ



Ο ΑΓΙΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ Ο ΠΡΩΤΟΚΛΗΤΟΣ ΠΡΟΣΤΑΤΗΣ ΤΩΝ ΠΑΤΡΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΧΑΪΑΣ



ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΠΑΤΡΩΝ
ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΓΕΝΕΣΙΟΥ ΤΙΜΙΟΥ ΠΡΟΔΡΟΜΟΥ
ΠΑΡΑΛΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ

ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ
Α΄, Β΄, Γ΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ: 4 - 5 μ.μ.
2025 - 2026

ΠΕΜΠΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Πάτρα, 15 Νοεμβρίου 2025

ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ



ΗΛΕΚΤΡΟΜΑΓΝΗΤΙΚΗ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ ΑΠΟ ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ

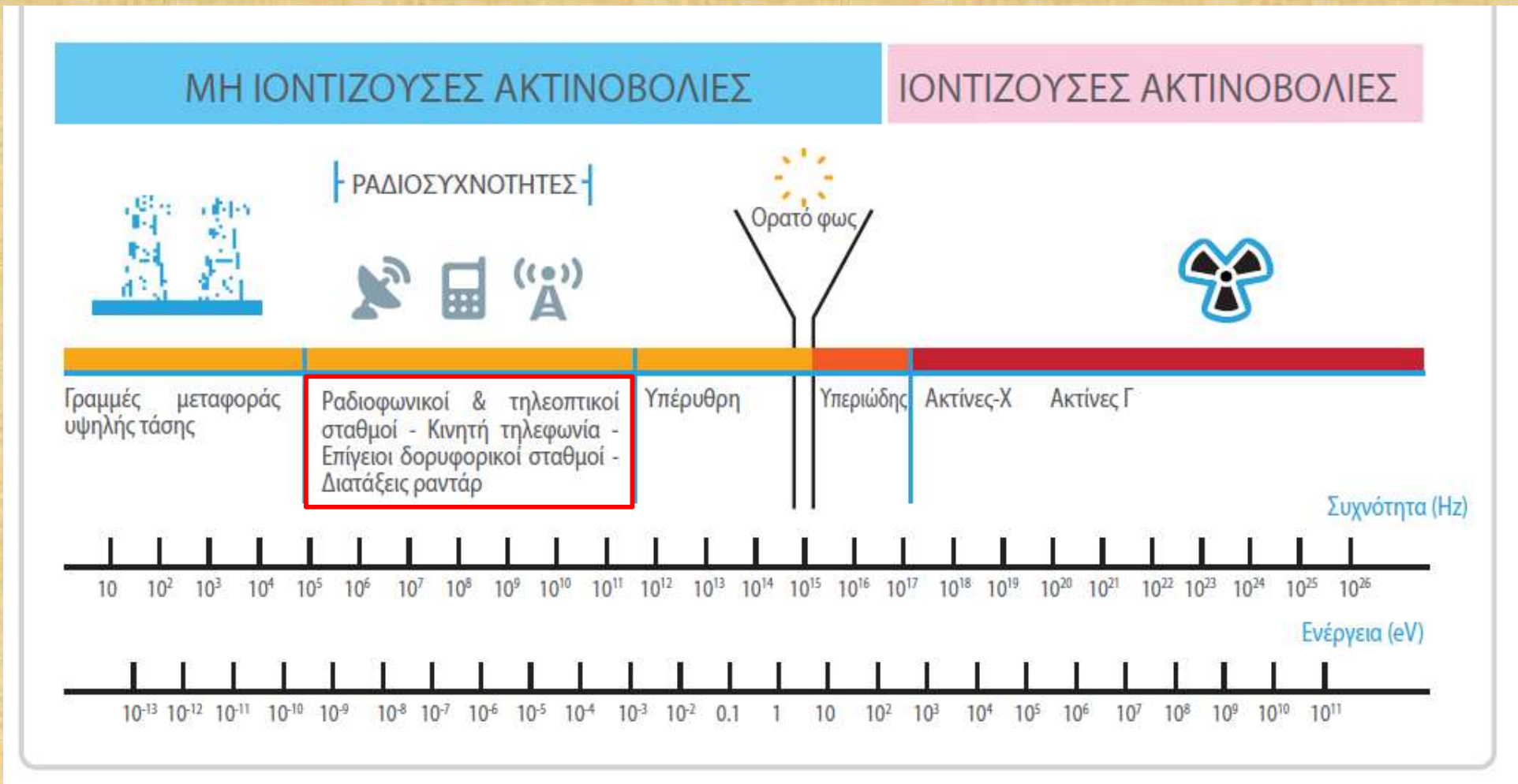
ΠΟΜΠΟΙ ΚΑΙ ΔΕΚΤΕΣ ΗΛΕΚΤΡΟΜΑΓΝΗΤΙΚΩΝ ΚΥΜΑΤΩΝ



Οι κεραιές του σταθμού βάσης και τα κινητά τηλέφωνα είναι ταυτόχρονα πομποί και δέκτες ηλεκτρομαγνητικών κυμάτων.

Οι κεραιές είναι οι πομποί και το ραδιόφωνο / τηλεόραση είναι μόνο δέκτες ηλεκτρομαγνητικών κυμάτων.

ΜΗ-ΙΟΝΤΙΖΟΥΣΕΣ ΚΑΙ ΙΟΝΤΙΖΟΥΣΕΣ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΕΣ



Μη-ιοντίζουσες ακτινοβολίες: είναι αδύνατο να προκαλέσουν ιοντισμό των μορίων και να διασπάσουν χημικούς δεσμούς.

Ιοντίζουσες ακτινοβολίες: μπορούν να προκαλέσουν ιοντισμό των μορίων και να διασπάσουν χημικούς δεσμούς.

ΠΟΤΕ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΟΥΝ ΤΑ ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ;

- Κατά τη διάρκεια της τηλεφωνικής μας ομιλίας
- Κατά την αποστολή (μεταφορά) δεδομένων

Τον υπόλοιπο χρόνο είναι σε κατάσταση αναμονής (stand by) και εκπέμπει περιοδικά ένα βραχύ παλμό προς το δίκτυο κινητής τηλεφωνίας (δήλωση θέσης).

ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΑΠΟΔΕΣΜΕΥΣΗΣ ΧΕΡΙΩΝ (HANDS FREE)

- Περιορίζουν την έκθεση στο κεφάλι (αύξηση της απόστασης του κινητού από το σώμα μας επιφέρει σημαντική μείωση της έκθεσης μας σε ακτινοβολία).
- Ενσύρματα εξαρτήματα αποδέσμευσης των χεριών (μηδενίζουν την έκθεση στο κεφάλι, περνούν μόνο οι ακουστικές συχνότητες).
- Ασύρματα εξαρτήματα τεχνολογίας Bluetooth εκπέμπουν λιγότερη ακτινοβολία από ότι ένα κινητό (ελαχιστοποιούν την έκθεση στο κεφάλι λόγω μικρότερης ισχύος εκπομπής).

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΕΚΘΕΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΚΙΝΗΤΟΥ ΤΗΛΕΦΩΝΟΥ

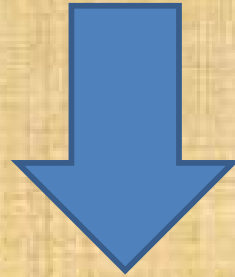
- Να είμαστε όσο το δυνατόν πιο σύντομοι κατά τη διάρκεια των τηλεφωνικών κλήσεων από κινητό τηλέφωνο (μείωση της συνολικής έκθεσης). Να προτιμούμε τη χρήση σταθερού τηλεφώνου (μηδενική έκθεση).
- Να χρησιμοποιούμε εξαρτήματα αποδέσμευσης χεριών (hands free: ενσύρματα/ασύρματα), απομακρύνοντας ταυτόχρονα το κινητό τηλέφωνο από το σώμα μας (αύξηση απόστασης επιφέρει μείωση ακτινοβολίας/έκθεσης, οπότε μείωση του SAR και της συνολικής έκθεσης).
- Να αποφεύγουμε να κάνουμε και να δεχόμαστε κλήσεις όταν βρισκόμαστε σε εσωτερικούς χώρους, αυτοκίνητο, ανελκυστήρες και το κινητό δεν έχει καλό σήμα (αύξηση του SAR για την αποκατάσταση της επικοινωνίας με το σταθμό βάσης).

ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΚΙΝΗΤΟΥ ΤΗΛΕΦΩΝΟΥ

Τα παιδιά να αποθαρρύνονται από τη χρήση του κινητού τηλεφώνου για ομιλία (από συστάσεις διεθνών φορέων).

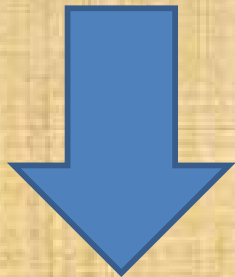
- έως την ηλικία των 16 ετών περίπου το νευρικό σύστημα του ανθρώπου αναπτύσσεται. Συνεπώς, δεν αποκλείεται κατά τις ηλικίες αυτές τα άτομα να είναι πιο ευαίσθητα σε κάποιους παράγοντες (π.χ. χρήση κινητού).
- τα άτομα μικρής ηλικίας έχουν στατιστικά μεγαλύτερο χρόνο ζωής μπροστά τους από ότι οι μεγαλύτεροι και έτσι αν υπάρχουν μακροχρόνιες επιδράσεις από τη χρήση κινητών τηλεφώνων είναι πιθανότερο να εκδηλωθούν σε κάποιο άτομο που ξεκινά τη χρήση από νεαρή ηλικία παρά σε κάποιο άτομο μεγαλύτερο.
- υπάρχει γενικά μεγαλύτερη κοινωνική ευαισθησία για τις ενδεχόμενες επιπτώσεις στην υγεία των παιδιών από ότι στους μεγαλύτερους, όπως για όλους τους περιβαλλοντικούς παράγοντες.

ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΘΕΟ ;



ΠΡΟΣΕΥΧΗ

Ότι είναι η αναπνοή για το σώμα, είναι η προσευχή για τη ψυχή.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΘΕΟ = ΠΡΟΣΕΥΧΗ



1
Πάτερ ημών ο εν
τοις ουρανοίς,

2
αγιασθήτω
το όνομά σου,

3
ελθέτω
η βασιλεία σου,

4
γενηθήτω
το θέλημά σου,
ως εν ουρανώ,
και επί της γης.

5
Τον άρτον ημών
τον επιούσιον
δος ημίν σήμερα

6
και άφες ημίν
τα οφειλήματα
ημών, ως και
ημείς αφίεμεν
τοις οφειλέταις
ημών,

7
και μη εισενέγκης
ημάς εις πειρασμόν,

8
αλλά ρύσαι ημάς
από του πονηρού.
Αμήν.

ΠΑΤΕΡ ΗΜΩΝ

Ο ίδιος ο Χριστός μας δίδαξε την προσευχή.

Η ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΤΡΙΑΔΙΚΟ ΘΕΟ



ΑΓΑΠΩ ΤΟΝ ΘΕΟ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΔΙΑΘΕΤΩ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΜΟΥ ΣΕ ΑΥΤΟΝ,
ΔΗΛΑΔΗ ΠΡΟΣΕΥΧΟΜΑΙ

Ο ΧΡΟΝΟΣ ΠΟΥ ΔΙΑΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΘΕΟ ΔΕΝ ΠΑΕΙ ΠΟΤΕ ΧΑΜΕΝΟΣ

ΤΡΙΑΔΙΚΟΣ ΘΕΟΣ – ΑΓΙΑ ΤΡΙΑΔΑ



† ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΓ'. † Ματθαίου τοῦ ἀποστόλου καὶ εὐαγγελιστοῦ

ΕΥΑΓΓΕΛΙΚΟ ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ: ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟΝ Θ' 9 - 13

(1)

⁹ Τὸ ὅτι δὲ ἐθεράπευε καὶ τὰς ψυχὰς ὁ Κύριος, τὸ ἔδειξε καὶ πάλιν ὑστέρα ἀπὸ ὀλίγον. Σὰν ἔφυγε δηλαδὴ ἀπ' ἐκεῖ καὶ διέβαινε πλησίον τῆς λίμνης, εἶδεν ὁ Ἰησοῦς ἓνα ἄνθρωπον, **ποῦ ἐκάθητο εἰς τὴν τράπεζαν τῆς εἰσπράξεως τῶν φόρων** καὶ ὁ ὁποῖος τώρα ὀνομάζεται Ματθαῖος. Καὶ εἰς τὸν τελώνην αὐτὸν λέγει ὁ Ἰησοῦς: Ἀκολούθει με. Καὶ ἐκεῖνος ἐσηκώθη καὶ τὸν ἠκολούθησε. ¹⁰ Καὶ συνέβη, ὅταν αὐτὸς εἶχε γείρει εἰς τὴν τράπεζαν καὶ ἔτρωγεν εἰς τὸ σπίτι τοῦ Ματθαίου, καὶ ἰδοὺ πολλοὶ τελῶναι καὶ ἁμαρτωλοὶ ἦλθαν καὶ ἐκάθηντο μαζί μὲ τὸν Ἰησοῦν καὶ τοὺς μαθητάς του.

ΕΥΑΓΓΕΛΙΚΟ ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ: ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟΝ Θ΄ 9 - 13 (2)

¹¹ Καὶ ὅταν εἶδαν αὐτὸ οἱ **Φαρισαῖοι**, εἶπαν εἰς τοὺς μαθητάς του. Διατὶ ὁ Διδάσκαλός σας τρώγει μαζὶ μὲ τοὺς τελώνας καὶ τοὺς ἁμαρτωλοὺς; ¹² Ὁ Ἰησοῦς δέ, ὅταν ἤκουσε τοὺς λόγους τούτους, εἶπε πρὸς αὐτούς· Δὲν ἔχουν ἀνάγκην ἰατροῦ οἱ ὑγιεῖς, ἀλλ' ἐκεῖνοι, ποὺ δὲν εἶναι καλὰ εἰς τὴν ὑγείαν τους καὶ εἶναι ἄρρωστοι. ¹³ Πηγαίνετε δὲ νὰ μάθετε, τί σημαίνει ἐκεῖνο, ποὺ εἶπεν ὁ προφήτης Ὡσηέ· Θέλω ἔλεος καὶ συμπάθειαν καὶ ὄχι ἐξωτερικὴν θυσίαν, ποὺ δὲν ἐμψυχώνεται ἀπὸ ἐσωτερικὴν ἀγαθὴν διάθεσιν καὶ εὐσπλαγχνίαν. Ἐγὼ ἤξεύρω τι κάνω. Διότι δὲν ἦλθα ἀπὸ τὸν οὐρανὸν διὰ νὰ καλέσω ἐκείνους, ποὺ νομίζουν τοὺς ἑαυτοὺς των δικαίους, ἀλλ' ἦλθα νὰ καλέσω τοὺς ἁμαρτωλοὺς, διὰ νὰ μετανοήσουν καὶ νὰ σωθοῦν.

ΑΓΙΟΣ ΜΑΤΘΑΙΟΣ: ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Ο Απόστολος και Ευαγγελιστής Ματθαίος, πριν γίνει μαθητής του Κυρίου Ιησού Χριστού, ονομαζόταν **Λευίς**. Ο πατέρας του λεγόταν Αλφαίος και ήταν από τη Γαλιλαία.

Στο Ματθαίο οφείλει η Εκκλησία μας το πρώτο κατά σειρά στην Καινή Διαθήκη Ευαγγέλιο, που γράφτηκε το 64 μ.Χ.

Ο Ματθαίος κατά την παράδοση κήρυξε το Ευαγγέλιο στην Αιθιοπία, όπου και πέθανε μαρτυρικά.

Ο ΑΓΙΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ Ο ΠΡΩΤΟΚΛΗΤΟΣ ΠΡΟΣΤΑΤΗΣ ΤΩΝ ΠΑΤΡΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΧΑΪΑΣ



**ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΠΑΤΡΩΝ
ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΓΕΝΕΣΙΟΥ ΤΙΜΙΟΥ ΠΡΟΔΡΟΜΟΥ
ΠΑΡΑΛΙΑΣ ΠΑΤΡΩΝ**

**ΚΑΤΗΧΗΤΙΚΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ
Α΄, Β΄, Γ΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ: 4 - 5 μ.μ.
2025 - 2026**

ΠΕΜΠΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Πάτρα, 15 Νοεμβρίου 2025