

# ΣΤΗΝ ΑΓΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2010  
ΔΙΜΗΝΙΑΙΟ ΕΝΤΥΠΟ  
ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΒΟΥΝΙΩΤΙΣΣΑΣ

ΕΤΟΣ 2<sup>ο</sup>  
Αρ.Φύλλου 8  
ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

## ΕΝΑ ΔΩΡΟ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΙΣΤΟ

Ο Άγιος Ιερώνυμος ασκήτεψε γύρω λαιο που βρίσκεται κοντά στο Άγιο μας. Μία παραμονή Χριστουγέννων ο Είναι νύχτα Χριστουγέννων. Ο Άγιος είχε αποφασίσει εκείνη τη νύχτα να την μπροστά στην Αγία Φάτνη μέσα στο λιά είχε, πριν περίπου 400 χρόνια, Η καρδιά του Αγίου ήταν γεμάτη Θεού: να μας στείλει τον Υιό Του το Μονογενή, το μονάκριβο παιδί Του στη γη, για να μας κάνει και μας θεούς κατά χάριν· να μας γλυτώσει από τα πάθη, τις αμαρτίες και τις ενοχές μας και να μας δώσει τη Ζωή! Σκεφτόταν τα λόγια του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου: «Ο Λόγος Σὰρξ ἐγένετο». Ο Υιός του Θεού έγινε άνθρωπος, παραμένοντας και τέλειος Θεός. Πήρε την ανθρώπινη φύση, για να μπορέσει να σταυρωθεί· επειδή μας αγαπά με άπειρη αγάπη και θέλησε να πεθάνει αντί για μας. Σκεφτόταν πόσο άσπλαχνα και αχάριστα Του φερθήκαμε εμείς οι άνθρωποι. Δε βρέθηκε ένα ζεστό δωμάτιο για το νεογέννητο και την Παναγία Μητέρα Του. Ο Ηρώδης πάλι Τον κατεδίωξε για να Τον σκοτώσει· κατόπιν πέρασε όλη Του τη ζωή μέσα στη φτώχεια και τη συκοφαντία, παρ' όλο που Εκείνος συνεχώς μας ευεργετούσε. Θεράπευε τους τυφλούς και τους παράλυτους, έβγαζε δαιμόνια, ανάστανε τους νεκρούς μας κι εμείς για ανταπόδοση Τον σταυρώσαμε. Πόση αχαριστία!...σκεφτόταν ο Άγιος, και ήθελε να ζητήσει συγγνώμη, αν ήταν δυνατόν εξ ονόματος όλων των ανθρώπων.



στα 400 μ.Χ. στη Βηθλεέμ, σ' ένα σπή-  
Σπήλαιο, όπου γεννήθηκε ο Χριστός  
Άγιος είχε μια συγκλονιστική εμπειρία:  
είχε αφήσει το ασκητήριό του και  
περάσει με προσευχή ξάγρυπνος  
Άγιο Σπήλαιο· αυτή η παγωμένη Σπη-  
φιλοξενήσει το νεογέννητο Χριστό μας.  
ευγνωμοσύνη για τη μεγάλη δωρεά του

Βυθίστηκε στην προσευχή: «Θεέ μου», έλεγε, «απόψε γιορτάζεις· είναι η μέρα που γεννήθηκες· η μέρα που φανερώθηκες ανάμεσά μας σαν ένας απλός ταπεινός άνθρωπος, ενώ ήσουν ταυτόχρονα και ο Αληθινός Θεός. Τέλειος Θεός και τέλειος άνθρωπος. Πήρες την ανθρώπινη σάρκα και ντύθηκες την ταπείνωση, αφήνοντας τη μεγάλη δόξα που έχεις στον ουρανό. Κι εμείς Σε παρεξηγήσαμε, Σε απορρίψαμε, Σε καταδιώξαμε, Σε βρήκαμε, Σε θανατώσαμε. Εσύ όμως μας συγκώρεσες και δεν έπαψες ποτέ να μας αγαπάς...». Άρχισε να κλαίει από τη συγκίνηση. Η καρδιά του χτυπούσε δυνατά, οπότε ξάφνου μέσα στη σιγαλιά της Σπηλιάς ...ακουστήκε μία γλυκύτατη και ειρηνική φωνή:

-Ιερώνυμε, τι δώρο θα Μου κάνεις απόψε που γιορτάζω;, ήταν η φωνή του Χριστού μας.

Μετά την πρώτη έκπληξη ο Άγιος βρήκε τη δύναμη να πει:

-Κύριε, απόψε που είναι τα γενέθλιά Σου στη γη, θα 'θελα να Σου κάνω ένα δώρο, κάτι που αληθινά να Σου αρέσει και να Σ' ευχαριστήσει. Τι θα μπορούσα όμως να Σου προσφέρω;

-Υπάρχει κάτι που θα ήθελα να Μου δώσεις και το οποίο θα Με ευχαριστήσει.

-Ποιο άραγε είναι αυτό Κύριε;, ψέλλισε ο Ιερώνυμος· όλα όσα είχα Σου τα έδωσα. Τη ζωή μου Σου την αφιέρωσα· έγινα μοναχός και κατόπιν με αξίωσε η Χάρης Σου να γίνω ιερέας Σου. Την περιουσία μου την έβαλα στα χέρια των φτωχών, γιατί πίστεψα στα λόγια Σου που μας είπες, ότι στο πρόσωπο των φτωχών πρέπει να βλέπουμε Εσένα. Τη μόρφωσή μου και τις σπουδές μου πάλι τις έδωσα σ' Εσένα και τα χρησιμοποίησα για να δοξαστεί το πανάγιο Όνομά Σου. Την ψυχή μου, την καρδιά μου, το νου μου, κι εκείνα τα απόθεσα στα πόδια Σου και προσπαθώ να τα καθαρίσω με την ταπείνωση και την ασταμάτητη προσευχή. Δεν έχω κάτι άλλο να Σου δώσω...

-Κι όμως έχεις κάτι ακόμα που θέλω να Μου δώσεις· αυτό θα Με ευχαριστήσει πιο πολύ απ' όλα τα άλλα.

-Ποιο είναι αυτό; Τι είναι αυτό που θέλεις να Σου δώσω Κύριε;, ρώτησε με αγωνία ο Ιερώνυμος.

-Ιερώνυμε, θέλω απόψε στα Γενέθλιά Μου να Μου δώσεις σαν δώρο τις αμαρτίες σου...για να τις συγχωρήσω.

-Ω! Ναι Κύριε, Πολυέλεε και Πολυεύσπλαχνε! Πόσο με αγαπάς! Σ' ευχαριστώ Κύριε!, ψιθύρισε ο Άγιος έκπληκτος και συγκινημένος. Η φωνή έπαψε και ο Άγιος γεμάτος συντριβή άρχισε να θυμάται τις αμαρτίες του. Άρχισε με αληθινή συναίσθηση να προετοιμάζεται για το Μυστήριο της Μετανοίας και της Ιεράς Εξομολογήσεως των αμαρτιών του...Κατάλαβε ότι αυτό ήταν το ωραιότερο δώρο που μπορούσε να κάνει στο Χριστό μας. Προσκυνώντας στην Αγία Βηθλεέμ, ας σκεφτούμε κι εμείς τις αμαρτίες μας, ας ζητήσουμε το Θείο Έλεος και ας καθαριζόμαστε διά του Μυστηρίου της Μετανοίας και Ιεράς Εξομολογήσεως.

## ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

	1	2	3	4	5	6	7	8
1								
2							■	
3			■					
4							■	
5				■	■	■		
6		■						
7							■	

### ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. Ο Χριστός ήρθε για να γίνει \_\_\_\_\_ στις καρδιές μας, όχι εγκόσμιος \_\_\_\_\_ .
2. Έτσι λεγόταν ο Βασιλιάς που ήθελε να εξοντώσει το Χριστό, επειδή νόμιζε ότι απειλεί την εξουσία του.
3. \_ / Εκεί εναπόθεσε η Παναγία το Χριστό, όταν Τον γέννησε.
4. Πρόσφεραν οι Μάγοι στο Χριστό.
5. Ο Χριστός είναι η αιώνια άνοιξη, το παντοτινό \_\_\_\_\_ .
6. Καθοδηγούσε τους Μάγους στην πορεία τους για να βρουν το Χριστό.
7. Το όνομα της Παναγίας.

### ΚΑΘΕΤΑ

1. Στην πόλη αυτή γεννήθηκε ο Χριστός.
2. Η ημέρα των Χριστουγέννων αποτελεί \_\_\_\_\_ .
3. Το Θείο Βρέφος γλύτωσε από τη μανία του Ηρώδη και έφτασε \_ \_ ' ο στην Αίγυπτο. / \_
4. \_ / Αλλιώς η Ιερουσαλήμ \_ \_ ώ ν .
5. \_ / Μισό τάμα.
6. Ο Θεός προστάτεψε τον Υιό Του και δεν πιάστηκε στον « \_\_\_\_\_ » του Ηρώδη.
7. Προφήτης που γιορτάζει την Κυριακή των Αγίων Προπατόρων.
8. Εκεί μέσα γεννήθηκε το Βρέφος Ιησούς.

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ : ΠΗΧΤΗ



Παίρνουμε ένα κεφάλι χοιρινό και το μαδάμε με καυτό νερό, για να φύγουν οι τρίχες, όπως και τ' αυτιά, αφού θα τα έχουμε κόψει από το κεφάλι, για να μας βολεύει καλύτερα. Αν χρειαστεί χρησιμοποιούμε και ξυράφι, για να το καθαρίσουμε όσο γίνεται καλύτερα. Κόβουμε το κεφάλι στα 2, το πλένουμε πολύ καλά και το βάζουμε μαζί με τ' αυτιά -αν θέλουμε βάζουμε και τα πόδια μαδημένα κι αυτά- σε μια μεγάλη κατσαρόλα να βράσουν. Όταν βράσουν καλά, τα βγάζουμε σ' ένα ταψί, τα αφήνουμε να κρυώσουν, τα κόβουμε κομματάκια και αφαιρούμε μερικά λίπη, διαλέγοντας το καλύτερο κρέας. Μετά σουρώνουμε το νερό που έχει βράσει, για να αφαιρεθούν όλα τα κόκκαλα και βάζουμε τα κομμάτια στην κατσαρόλα μέσα στο σουρωμένο νερό, για να τα ξαναβράσουμε. Αν θέλουμε προσθέτουμε και μερικά κομματάκια από ψαχνό χοιρινό κρέας. Ρίχνουμε μισή κουταλιά της σούπας αλάτι, μισό κουταλάκι του γλυκού πιπέρι, 6-7 κόκκους μπαχάρι, 1 μεγάλο κεφάλι σκόρδο, μισό κουταλάκι του γλυκού θρούμπι και βράζουμε για μισή ώρα. Πριν σβήσουμε τη φωτιά, ρίχνουμε 2 ποτήρια του νερού λεμόνι. Αφήνουμε την πηχτή στην κατσαρόλα να κρυώσει λίγο και μετά τη σερβίρουμε σε μπολάκια. Όταν κρυώσει τελείως, σκεπάζουμε τα μπολάκια με τα καπάκια τους και τα βάζουμε στο ψυγείο.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΚΑΙ ΚΑΛΗ ΟΡΕΞΗ!

## Η ΥΠΕΡΠΡΟΣΤΑΣΙΑ

Τι λένε οι ειδικοί...ψυχολόγοι

Υπάρχουν γονείς που χαρακτηρίζονται από υπερβολική – υπέρμετρη προστασία. Σε μια τέτοια περίπτωση, το παιδί μπορεί να κοιμάται στο ίδιο δωμάτιο με τους γονείς του για χρόνια. Η μητέρα έχει την τάση να το παρακαίδευει, να είναι από πάνω του όλη την ώρα και να το προσέχει συνεχώς, να το αποθαρρύνει να παίρνει πρωτοβουλίες, να το εμποδίζει να ενεργεί με τρόπο ανεξάρτητο κ.τ.ό. Ανησυχεί υπερβολικά για την υγεία του και γι' αυτό του δίνει πολλά φάρμακα και το ντύνει βαριά. Πολύ συχνά συμβαίνει, για κάθε πρόβλημα του παιδιού, η μητέρα να σκέφτεται και να αποφασίζει για λογαριασμό του. Σε αντάλλαγμα αυτής της απόλυτης υπακοής του παιδιού, η μητέρα δείχνει υπερβολική ανεκτικότητα σε κάθε του ιδιοτροπία, προσπαθώντας έτσι να παρατείνει την παιδική του ηλικία και να το κρατήσει «δεμένο στην ποδιά της». Πρόκειται γι' αυτό που συχνά αποκαλείται «η αγάπη που πνίγει». Αν το παιδί αποθαρρύνεται και εμποδίζεται να ενεργεί αυτόνομα, να εξερευνά τον κόσμο γύρω του και να πειραματίζεται, κινδυνεύει να καταντήσει ένα άτομο δειλό, αδέξιο, γεμάτο φόβους και αβεβαιότητα. Γι' αυτό χρειάζεται οι γονείς να αντιληφθούν έγκαιρα, αν συμβαίνει κάτι τέτοιο και ν' αλλάξουν τη συμπεριφορά τους. Έτσι θα βοηθήσουν το παιδί τους να γίνει ένας ώριμος και ολοκληρωμένος άνθρωπος, που θα «πατάει γερά στα πόδια του», αλλά και οι ίδιοι θα έχουν λιγότερο φόβο και άγχος, αφού θα βλέπουν ότι το παιδί τους δεν είναι «ανίκανο», αλλά τα καταφέρνει.

### ΠΩΣ ΝΑ ΕΞΟΜΟΛΟΓΟΥΜΑΣΤΕ

Τα ψυχιατρεία θα ήταν άδεια, αν οι Χριστιανοί εξομολογούντο ορθόδοξα, καθαρά, με ειλικρίνεια, ταπείνωση και υπακοή, σε διακριτικό πνευματικό, ας είναι και λίγο αυστηρός. Και μετά να κοινωνούν αξίως. Τότε κανείς δε θα είχε άγχος, προβλήματα και μεγάλους πειρασμούς. Πρέπει να ξέρετε ότι όλα ξεκινούν από τον εγωισμό, την ανυπακοή και τους κακούς λογισμούς.

*Γέροντας Παΐσιος Αγιορείτης*



### ΑΓΙΟΣ ΜΗΝΑΣ

Γεννήθηκε στην Αίγυπτο στα μέσα του 3<sup>ου</sup> αιώνα μ.Χ. περίπου, από γονείς ειδωλολάτρες και όταν ήταν έφηβος, έγινε Χριστιανός. Υπηρέτησε ως στρατιώτης στο ρωμαϊκό στρατό και όταν ο Διοκλητιανός επέβαλε με διάταγμα στους στρατιώτες να διώκουν τους Χριστιανούς, παραιτήθηκε, κατέφυγε σε παρακείμενο όρος, όπου έζησε για αρκετό διάστημα ασκητική ζωή. Η αγάπη προς το Θεό γέννησε στην ψυχή του τον πόθο του μαρτυρίου. Σε ηλικία 50 ετών κατέβηκε από το βουνό και σ' ένα ειδωλολατρικό πανηγύρι ομολόγησε το Χριστό. Συνελήφθηκε και υποβλήθηκε σε φρικτά βασανιστήρια, τα οποία υπέμεινε με τη βοήθεια του Θεού, χωρίς να λυγίσει. Απογοητευμένος ο ηγεμόνας Πύρρος διέταξε να τον αποκεφαλίσουν. Έλαβε χάρη από τον Κύριο να κάνει εξάισια θαύματα. Παρατίθεται ένα από τα πολλά.

Ένας πλούσιος Χριστιανός θέλησε να αφιερώσει στον Άγιο Μηνά ένα ασημένιο δίσκο. Παρήγγειλε σ' ένα χρυσοκόμο να του φτιάξει ένα δίσκο για τον Άγιο που να γράφει το όνομά του Αγίου πάνω, κι ένα δίσκο για τον εαυτό του, που να γράφει το δικό του όνομα. Όταν φτιάχτηκαν οι 2 δίσκοι, κράτησε και το δίσκο του Αγίου Μηνά για τον εαυτό του, γιατί ήταν λαμπρότερος, αθετώντας έτσι την υπόσχεσή του. Μια μέρα ο Χριστιανός αυτός με τον υπηρέτη του, ταξίδευε με πλοίο στη θάλασσα. Όταν ήρθε η ώρα του φαγητού, ο υπηρέτης πρόσφερε στο αφεντικό του ένα πλούσιο γεύμα μέσα στο δίσκο του Αγίου Μηνά. Ο ανευλαβής αυτός Χριστιανός έτρωγε χωρίς ντροπή μέσα στο δίσκο του Αγίου. Όταν τελείωσε, πήρε ο δούλος το δίσκο να τον πλύνει στη θάλασσα και χωρίς να προσέξει του έπεσε από τα χέρια και χάθηκε στη θάλασσα. Ο δούλος από το φόβο του και τη στενοχώρια του ζαλίστηκε και έπεσε και αυτός στη θάλασσα. Το αφεντικό του λυπήθηκε πολύ, γιατί κατάλαβε ότι, επειδή αθέτησε την υπόσχεσή του, συνέβη αυτό το κακό στο δούλο του και υποσχέθηκε στο Θεό, πως μόνο το λείψανο του δούλου του αν βρει, θα δώσει στον Άγιο το δικό του δίσκο και θα πληρώσει και την τιμή του χαμένου. Βγαίνοντας ο Χριστιανός από το πλοίο και ψάχνοντας στην ακροθαλασσιά, μήπως βρει το πτώμα του υπηρέτη του, τον βλέπει ζωντανό να βγαίνει από τη θάλασσα, κρατώντας το δίσκο. Έμεινε άναυδος και μαζί με τους άλλους που επέβαιναν στο πλοίο δόξαζε το Θεό. Όλοι ρωτούσαν το δούλο πώς σώθηκε και εκείνος απάντησε: "Όταν έπεσα στη θάλασσα, ήρθαν 3 άνθρωποι, ένας μεγαλύτερος στην ηλικία ντυμένος με στρατιωτική στολή, ένας νέος ωραίος κι ένας Διάκονος· με πήραν από το βυθό της θάλασσας και περπατώντας μαζί χθες και σήμερα ήρθαμε έως εδώ". Αυτοί οι 3 ήταν: ο στρατιωτικός, ο Άγιος Μηνάς· ο νέος, ο Άγιος Βίκτωρ· και ο Διάκονος, ο Άγιος Βικέντιος. Και οι 3 Άγιοι μαρτύρησαν στις 11 Νοεμβρίου, αλλά άλλο έτος ο καθένας. Ο Άγιος Μηνάς έχει λάβει χάρη από το Θεό να ανευρίσκει χαμένα αντικείμενα. Στο Άγιο Όρος τον επικαλούνται, όταν έχουν χάσει κάτι, όπως εμείς εδώ επικαλούμαστε τον Άγιο Φανούριο. Ας είναι δοξασμένος ο Θεός με τους Αγίους Του.

## Η ΦΙΛΑΡΧΙΑ

Φιλαρχία σημαίνει το να θέλουμε να γίνουμε όλοι αρχηγοί και ο ένας να πολεμά τον άλλο για να καταλάβει την εξουσία. Η φιλαρχία αρχικά δεν ήταν πάθος, αλλά μια αληθινή αξία. Το κυριαρχικό είναι ένα στοιχείο της εικόνας του Θεού που μας το έδωσε ο Θεός για να έχουμε αυτοκυριαρχία στα πάθη και στις ηδονές. Εμείς όμως κάναμε κατάχρηση του κυριαρχικού στοιχείου, το διαστρέψαμε και τυραννούμε τον εαυτό μας, τους άλλους ανθρώπους και όλη την κτίση.

Τη φιλαρχία τη συναντάμε στο Έθνος, στην Εκκλησία, στη δουλειά μας, στο ίδιο μας το σπίτι. Ο Θεός έθεσε από την αρχή την ισότητα ανάμεσα στον άνδρα και τη γυναίκα. Στο βιβλίο της Γενέσεως διαβάζουμε ότι τη γυναίκα την έφτιαξε ο Θεός από την πλευρά του Αδάμ. Ούτε από το κεφάλι για να εξουσιάζει, ούτε από τα πόδια για να ποδοπατείται. Δημιουργήθηκε ίση με τον άνδρα. Μαζί και οι δύο προχωρούν στην κοινή πορεία για το «καθ' όμοίωσιν» και τη θέωση. Έχουν και οι δύο την ίδια αξία, αλλά ο καθένας έχει τη δική του αποστολή μέσα στην οικογένεια. Ο άνδρας θα άρχει χωρίς αυταρχισμό. Ένα σώμα, δυο χέρια, δυο πόδια, μία όμως κεφαλή. Αν υπάρχουν δυο κεφαλές σε μια οικογένεια, τότε θα συγκρουσθούν και θα σπάσουν. Αν γεννηθεί ένα παιδί με δυο κεφάλια θα είναι τέρας. Πώς λοιπόν η οικογένεια που είναι ένα σώμα θα έχει δύο αρχηγούς; Η γυναίκα θα υποτάσσεται και θα συνεργάζεται με τον άνδρα της. Νικήσαμε τη φιλαρχία; Τότε υπάρχει ειρήνη και γαλήνη.

Λέει ο Όσιος Πέτρος ο Δαμασκηνός στη Φιλοκαλία: Δεν είναι κακό να άρχεις, αρκεί να ξέρεις πώς να άρχεις. Παρουσιάζει ένα κατάλογο:

- Δεν είναι το φαγητό κακό. Η γαστριμαργία είναι κακό.
- Το να μιλάς δεν είναι κακό. Η αργολογία είναι κακό.
- Τα ωραία πράγματα δεν απαγορεύονται. Η ακράτεια απαγορεύεται.
- Ούτε η γυναίκα κακό, αλλά η πορνεία κακό.
- Ούτε ο πλούτος κακός, αλλά η φιλαργυρία.
- Ούτε ο οίνος κακός, αλλά η μέθη.
- Ούτε ο φυσικός θυμός κατά του κακού και της αμαρτίας, αλλά όταν στρέφεται κατά ανθρώπων.
- Ούτε κακόν το άρχειν, αλλά η φιλαρχία.

Αυτός που έμαθε να άρχεται μπορεί και να άρχει.

*Ο Ιερέας, το Κατηχητικό Σχολείο και οι Ενοριίτες  
του Ιερού Ναού Παναγίας Παραβουνιώτισσας  
εύχονται στο Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη μας κ. Χρυσόστομο  
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ  
για την ονομαστική του εορτή (13 Νοεμβρίου),  
να έχει καλό αγιασμό στην αρχιερατική του διακονία  
και να του δίνει ο Θεός δύναμη.  
ΕΤΗ ΠΟΛΛΑ ΚΑΙ ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΑ.*

ΣΤΗΝ ΑΓΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ  
ΔΙΜΗΝΙΑΙΟ ΕΝΤΥΠΟ  
ΕΝΟΡΙΑΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΒΟΥΝΙΩΤΙΣΣΑΣ  
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΙΕΡΕΑΣ Π.ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ ΡΑΜΑΝΤΑΝΑΚΗΣ  
ΤΗΛ. 6939187930  
ΣΥΝΤΑΣΣΕΤΑΙ ΥΠΟ ΤΩΝ ΚΑΤΗΧΗΤΡΙΩΝ  
ΜΑΡΙΑ ΠΡΕΣΒΥΤΕΡΑ-ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ  
ΜΑΛΑΜΑΤΕΝΙΑ ΚΙΑΚΗ-ΘΕΟΛΟΓΟΣ ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΨΩΜΑ-ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ  
ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ ΕΛΕΝΗ ΑΡΓΥΡΗ