

Ευημερία

www.1stepsuccess.com

Η ΕΚΔΟΣΗ ΜΑΣ
ΕΙΝΑΙ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ



ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ - ΑΘΗΝΑ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2014 - ΕΤΟΣ ΕΝΔΕΚΑΤΟ - ΑΡΙΘ. ΦΥΛΛΟΥ (B) 130- 1,2 ευρώ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- ✓ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ
ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΟΙ ΑΛΛΟΙ ΔΕΝ ΣΚΕΦΤΗΚΑΝ
- ✓ ΠΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ
- ✓ ΔΙΑΦΟΡΑ
- ✓ Ο ΤΕΛΕΙΟΣ ΥΠΝΟΣ
- ✓ Η ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΤΟΥ ΠΑΠΠΟΥ
- ✓ ΤΟ ΠΕΙΡΑΜΑ ΤΗΣ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ
ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ ΓΙΑ ΝΟΗΜΟΝΕΣ
- ✓ Η ΦΥΣΗ ΕΙΝΑΙ ΧΡΗΜΑ
- ✓ ΤΕΣΤ

ΠΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Όταν ο Γκάντι σπούδαζε νομικά στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου είχε έναν καθηγητή, τον κύριο Πήτερς, ο οποίος δεν τον συμπαθούσε. Κάποια ημέρα ο Γκάντι πήγε να φάει στο εστιατόριο του Πανεπιστημίου και κάθησε δίπλα στον κ. Πήτερς. Ενοχλημένος ο υπερόπτης καθηγητής του είπε:

- Κύριε Γκάντι, δεν γνωρίζετε ότι ένα γουρούνι και ένα περιστέρι δεν κάθονται μαζί κατά την διάρκεια του φαγητού;

- Μην ενοχλείσθε, κ. καθηγητά, απάντησε ο Γκάντι, θα πετάξω παραπέρα. Και κάθησε σ' ένα άλλο τραπέζι.

Την επομένη ημέρα, ο κ. Πήτερς, εξετάζοντας τον φοιτητή του, θέλησε να πάρει το "αίμα του πίσω", αλλά ο Γκάντι απάντησε σωστά σε όλες τις ερωτήσεις του. Τέλος ο καθηγητής τον ρώτησε:

- Κύριε Γκάντι, τί θα κάνατε αν περπατώντας στον δρόμο βρίσκατε ένα πακέτο γεμάτο σοφία και ένα άλλο γεμάτο λεφτά; Ποιό από τα δύο θα παίρνατε;

- Σίγουρα το πακέτο με τα χρήματα, απάντησε ο Γκάντι.

- Αν ήμουν στην θέση σας θα έπαιρνα αυτό με την σοφία, του είπε ο καθηγητής με ειρωνία.

- Ο καθένας παίρνει αυτό που του λείπει, απάντησε ο Γκάντι με απάθεια.

Ο καθηγητής, τρέμοντας από τα νεύρα, λόγω της απάντησης του φοιτητή του, έγραψε στην κόλλα του διαγωνίσματος: "Ηλίθιος" και την έδωσε στον Γκάντι. Εκείνος την πήρε και κάθησε κάτω. Λίγα λεπτά αργότερα επέστρεψε το γραπτό του στον καθηγητή λέγοντας:

- Κύριε Πήτερς, υπογράψατε το γραπτό μου, αλλά ξεχάσατε να το βαθμολογήσετε!

Σημείωμα από τον Έκδοτη

αυτό που οι άλλοι ΔΕΝ ΣΚΕΦΤΗΚΑΝ

Ένα από τα σημαντικότερα **ουσιαστικά επιτυχίας** για μία επιχείρηση, έναν επαγγελματία ή ακόμη και για την προσωπική μας ζωή, είναι η **καινοτομία**. Οι φρέσκες **ιδέες**, το να μπορεί κάποιος να προσφέρει κάτι **μοναδικό**, κάτι **νέο**, είναι αυτό που **θα προσελκύσει το ενδιαφέρον** των άλλων.

Η **μοναδικότητα** και η **ιδιαιτερότητα** είναι αυτό το **μαγικό στοιχείο**, που **προκαλεί** και, ταυτόχρονα, **προσκαλεί** για μία **εξερεύνηση**.

Δυστυχώς, ο τρόπος που εκπαιδευόμαστε στα σχολεία και στα πανεπιστήμια, **σκοτώνει** την ικανότητά μας να δημιουργούμε και να αναπτύσσουμε την **φαντασία** και την **διαφορετικότητα** μας.

Μέσα από κάποιες έρευνες, που πραγματοποιήθηκαν σε παιδιά νηπιακής ηλικίας, καθώς και παιδιά του δημοτικού και του γυμνασίου, διαπιστώθηκε ότι το ποσοστό εκείνων, που είχαν την **ικανότητα να εφευρίσκουν νέες δυνατότητες** για ένα συνηθισμένο αντικείμενο, **μειώθηκε σταδιακά κατά 70%** καθώς μεγάλωναν.

Πώς θα ήταν αν είχατε έναν τρόπο να **ενεργοποιήσετε** και πάλι την **δημιουργική** σας σκέψη και να **αφυπνίσετε** τον **μοναδικό** σας, ιδιαίτερο **εαυτό**; Με τις παρακάτω νοητικές ασκήσεις, μπορείτε να καλλιεργήσετε σταδιακά την δημιουργική σας φαντασία και να αναπτύξετε την σκέψη σας.

1 Αρχίστε να **παρατηρείτε** τα αντικείμενα και τις ιδιαίτερες **λεπτομέρειες** τους. Δοκιμάστε αυτή την άσκηση ακόμη και για καθημερινά και συνηθισμένα αντικείμενα και δείτε τα σαν να τα βλέπετε για **πρώτη φορά**.

2 **Σκεφτείτε** όσο **περισσότερες χρήσεις** ενός αντικειμένου μπορείτε. Για παράδειγμα ο συνδετήρας έχει κατασκευαστεί για να κρατάει συνημμένα κάποια χαρτιά. Μπορεί όμως να χρησιμεύσει και σαν μπρελόκ για κλειδιά.

3 **Βρείτε** με ποιόν τρόπο ένα αντικείμενο θα μπορούσε να **γίνει καλύτερο**. Αφήστε το μυαλό σας ελεύθερο και σκεφτείτε ακόμα και παράδοξα πράγματα.

4 Όταν θέλετε να αντιμετωπίσετε ένα θέμα, μην επαναπαύεστε μόνο σε μία λύση. **Βρείτε περισσότερες** από μία εναλλακτικές **επιλογές**, ακόμη κι αν τελικά θα καταλήξετε σε κάποια πολύ συγκεκριμένη δράση.

5 **Αγνοήστε** τις **φράσεις-στερεότυπα** του τύπου "Αυτό δεν γίνεται", "Είναι αδύνατον να συμβεί κάτι τέτοιο" κλπ.

6 **Μελετήστε** την ζωή και την δράση ανθρώπων, που έκαναν **σπουδαίες ανακαλύψεις** στο παρελθόν, και πάρτε ιδέες από τον τρόπο σκέψης τους.

7 **Νοιώστε αυτοπεποίθηση** για τον εαυτό σας. Είστε ένας μοναδικός άνθρωπος με πολύ ιδιαίτερα χαρίσματα και ικανότητες, ακόμα κι αν μέχρι τώρα δεν σας δόθηκε η ευκαιρία να τα εκδηλώσετε!

Για περισσότερες ακόμη τεχνικές, παρακολουθήστε την σειρά πρακτικών σεμιναρίων "**Στρατηγική Επιτυχίας και Διαχείριση Χρόνου**", που θα πραγματοποιηθεί από Οκτώβριο έως Δεκέμβριο.

Και το κυριότερο: Να θυμάστε να είστε ο εαυτός σας!

Ο εκδότης
Δημήτριος Μπούκας

Διάφορα...

♦ Αν γυμνάζεται η γυναίκα κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης, η διανοητική λειτουργία του νεογέννητου είναι πιο δραστήρια. Σ' αυτό το συμπέρασμα κατέληξε ερευνητική ομάδα από το Πανεπιστήμιο του Μόντρεαλ. Ακόμα και ήπια άσκηση τρεις φορές την εβδομάδα κατά την διάρκεια της κύησης επιφέρει θετικά αποτελέσματα στην διανοητική ανάπτυξη του μωρού, η οποία μάλιστα διαρκεί σε όλη του την ζωή. Οι ειδικοί θεωρούν ότι μέσω της άσκησης της μητέρας επιτυγχάνεται καλύτερη οξυγόνωση των ιστών του εμβρύου, άρα και του υπό ανάπτυξη εγκεφάλου του.

♦ Μπορεί οι περισσότεροι άνδρες να παραπονιούνται ότι οι γυναίκες τους παραμελούν τον εαυτό τους μετά τον γάμο, ωστόσο νέα μελέτη του Πανεπιστημίου της Μινεσότα επιβεβαιώνει ότι το "ισχυρό" φύλο έχει 20% περισσότερες πιθανότητες να σταματήσει να ασχολείται με την εξωτερική του εμφάνιση μετά τον γάμο. Σύμφωνα με την έρευνα το 58,5% των ανδρών εθελοντών ήταν υπέρβαροι μετά τον γάμο, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τις γυναίκες δεν ξεπερνάει το 38,9%. Μάλιστα οι παντρεμένοι ζύγισαν κατά μέσον όρο 13% περισσότερο από τους άνδρες που ήταν ακόμα εργένικες ή δεν είχαν μακροχρόνια σχέση.

♦ Η κακοποίηση στην παιδική ηλικία σημαδεύει για πάντα την ζωή του θύματος, λένε οι επιστήμονες και διευκρινίζουν ότι τα μεν αγόρια γίνονται πιο επιθετικά και έχουν παραβατική συμπεριφορά, ενώ τα κορίτσια γίνονται αυτοκαταστροφικά. Οι πιο συνηθισμένες μορφές κακοποίησης είναι η σωματική, η σεξουαλική, η συναισθηματική, αλλά και η παραμέληση ή η έκθεση σε κίνδυνο. Τέλος, σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία του Ινστιτούτου Υγείας του παιδιού, 2 στους 3 Έλληνες γονείς χρησιμοποιούν το ξύλο ως μέσο για την "συμμόρφωση" των παιδιών τους.

ΤΕΛΕΙΟΣ ΥΠΝΟΣ

Νέα έρευνα από το Πανεπιστήμιο της Αριζόνα στο Φοίνιξ καταρρίπτει τον μύθο, που θέλει τις οκτώ ώρες ύπνου να αποτελούν χρυσό κανόνα, φανερώνοντας πως ασπίδα για την υγεία είναι τελικά οι επτά ώρες ύπνου.

Οπως εξηγούν οι ερευνητές, το επτάωρο του βραδινού ύπνου συνδέεται με την χαμηλότερη θνησιμότητα και νοσηρότητα, ενώ παλαιότερες έρευνες καθορίζουν ως κατώτερο αποδεκτό όριο στον ύπνο τις πέντε ώρες, με όσους κοιμούνται συστηματικά λιγώτερο από πέντε ώρες να παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο καρδιοπαθειών, σακχαρώδους διαβήτη, παχυσαρκίας και κάποιων εκφυλιστικών νοσημάτων.

Οκαθηγητής δρ Σον Γιανγκστεντ, από το Πανεπιστήμιο της Αριζόνα επισημαίνει ότι ο ελλιπής ύπνος είναι το ίδιο βλαβερός με τον υπερβολικό ύπνο, ενώ τα ευρήματα της νέας μελέτης συνάδουν με εκείνα μιας άλλης αντικαρκινικής έρευνας από το Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια, που έδειξε ότι όσοι κοιμούνται ανάμεσα σε 6,4 ώρες και 7,4 ώρες το βράδυ παρουσιάζουν την χαμηλότερη θνητότητα από καρκίνο.

Ομεγαλύτερος "κλέφτης" του ύπνου στην εποχή μας - εκτός από το άγχος για τα χρέη και τον φόβο της ανεργίας - είναι η υπερβολική καλωδίωση με κομπιούτερ, social media, smartphones και iPads, καθώς όλα αυτά τα απαραίτητα στην δουλειά γκάτζετ αναστατώνουν το βιολογικό μας ρολόι.

Επειδή η εργασία αποτελεί βασικό παράγοντα κούρασης και άγχους, αρχίζει να γίνεται διεθνώς αποδεκτή και επιτρεπτή η σύντομη σιέστα εν ώρα εργασίας, προκειμένου να αυξηθεί η παραγωγικότητα των εργαζομένων. Ήδη στις Ηνωμένες Πολιτείες έχουν δημιουργηθεί "ησυχαστήρια" σε αρκετούς χώρους εργασίας. Στην Νότιο Κορέα, όπου υπάρχει η πιο σκληρή εργασιακή ρουτίνα, με τις περισσότερες ώρες εργασίας καθημερινά στον κόσμο, η κυβέρνηση της Σεούλ επέβαλε την

σιέστα με ειδικό διάταγμα! Κάθε εργαζόμενος θα μπορεί να κοιμάται μέχρι και μία ώρα σε "δωμάτια ύπνου", που δημιούργησε ο δήμαρχος μέσα στην πόλη.

Επί τη ευκαιρία, να επισημάσουμε ότι πρόσφατες έρευνες ανέδειξαν τους Έλληνες ως τους εργαζόμενους τις περισσότερες ώρες στην Ευρώπη, αφήνοντας πίσω τους Γερμανούς και όσους μας χαρακτηρίζουν... τεμπέληδες.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

1. Μην βάζετε τηλεόραση στο υπνοδωμάτιο, αλλά κι αν έχετε, κλείστε την πριν να κοιμηθείτε.
2. Διατηρήστε μια ρουτίνα στην ώρα που ξυπνάτε και στην ώρα που πηγαίνετε για ύπνο. Αυτή η ρουτίνα βοηθά το βιολογικό μας ρολόι να λειτουργεί σωστά.
3. Επιλέξτε ανατομικό μαξιλάρι και στρώμα.
4. Διατηρήστε δροσερό το υπνοδωμάτιό σας χειμώνα-καλοκαίρι και σκοτεινό το βράδυ.
5. Μην πίνετε καφέ, τσάι ή αναψυκτικά τύπου κόλα μετά τις 8 το βράδυ, γιατί η καφεΐνη είναι διεγερτική. Αποφύγετε επίσης το αλκοόλ.
6. Να τρώτε ελαφρά το βράδυ, αποφεύγοντας τα λιπαρά και πικάντικα φαγητά, που είναι δύσπεπτα. Το ιδανικό βραδινό αποτελείται από σύνθετους υδατάνθρακες ή λαχανικά.
7. Η γυμναστική βοηθά να κοιμάστε καλύτερα. Αποφύγετε όμως την έντονη άσκηση μετά τις 8 το βράδυ, γιατί προκαλεί υπερένταση.
8. Κλείστε το κινητό και μην το αφήνετε κοντά στο κρεβάτι σας.
9. Μην κάθεστε στον υπολογιστή μέχρι αργά το βράδυ.
10. Τέλος, μην αναλογίζεστε τις εκκρεμότητες της επομένης ημέρας, την ώρα που πηγαίνετε για ύπνο.

Η ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΤΟΥ ΠΑΠΠΟΥ

Ενας παππούς άφησε σαν δώρο στα πέντε εγγόνια του τις παρακάτω συμβουλές για την ζωή τους. Τα λόγια του είναι σοφά και αξίζει τον κόπο να τα διαβάσετε.

1. Κάθε ένας από εσάς είναι ένα θαυμάσιο δώρο του Θεού, τόσο για την οικογένειά σας όσο και για τον κόσμο ολόκληρο. Να το θυμάστε πάντα αυτό, και ειδικά όταν οι "ψυχροί άνεμοι" της αμφιβολίας και της αποθάρρυνσης πλήξουν την ζωή σας.

2. Να μη φοβάστε όταν πρόκειται να ζείτε την ζωή σας ολοκληρωτικά. Να ζήσετε τα όνειρά σας. Δεν έχει σημασία πόσο δύσκολα ή διαφορετικά μπορεί να φαίνονται στους άλλους. Πολλοί άνθρωποι δεν κάνουν αυτό που θέλουν, λόγω του ότι φαντάζονται τί μπορεί να σκεφθούν ή να πουν οι άλλοι. Πάρτε το ρίσκο, κάντε λάθη.

3. Ο καθένας στον κόσμο είναι απλώς ένα συνηθισμένο άτομο. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να φορούν φανταχτερά ρούχα ή να έχουν μεγάλους τίτλους ή (προσωρινά) να έχουν δύναμη και να θέλουν να νομίζουν ότι είναι πάνω από τους υπολοίπους. Μην τους πιστεύετε. Έχουν τις ίδιες αμφιβολίες, τους ίδιους φόβους, τις ίδιες ελπίδες. Τρώνε, πίνουν και κοιμούνται όπως όλοι οι άλλοι. Να αμφισβητείτε πάντα τις αρχές, αλλά να είστε προσεκτικοί σχετικά με τον τρόπο που το κάνετε.

4. Κάντε μια λίστα Ζωής με όλα εκείνα τα πράγματα που θέλετε να κάνετε: Να ταξιδέψετε σε άλλα μέρη; Να αποκτήσετε μια νέα δεξιότητα; Να μάθετε μια νέα γλώσσα; Να συναντήσετε το άλλο σας μισό; Κάντε την λίστα μεγάλη και να πραγματοποιείτε κάποια απ' αυτά που έχετε συμπεριλάβει σ' αυτήν κάθε χρόνο. Μην πείτε "θα το κάνω αύριο" (ή τον επόμενο μήνα, ή τον επόμενο χρόνο). Αυτός είναι ο πιο σίγουρος τρόπος για να μην κάνετε κάτι. Δεν υπάρχει αύριο και δεν υπάρχει "σωστή" ώρα για να ξεκινήσετε κάτι, εκτός από τώρα.

5. Να εφαρμόσετε την ιρλανδική παροιμία: "Moi an Olge aus tiocfaidh si" (Δόξασε το παιδί κι αυτό θα ανθίσει).

6. Φροντίστε να καλλιεργήσετε την ψυχή σας. Να είστε διακριτικοί και ευγενικοί στην συμπεριφορά και στα λόγια σας και μη διστάζετε να φεύγετε από τον δρόμο και τα σπουδαία προγράμματά σας, προκειμένου να βοηθήσετε ανθρώπους - ιδιαίτερα τους αδυνάτους, τους δειλούς, τους αποκαμωμένους, τους περιθωριακούς και τα παιδιά.

7. Μην ενταχθείτε στον στρατό ή οποιαδήποτε οργάνωση, που εκπαιδεύει κόσμο να σκοτώνει. Ο πόλεμος είναι κακός. Όλοι οι πόλεμοι ξεκίνησαν από γέροντες, που αναγκάζουν ή ξεγελούν τους

νέους να μισούν και να σκοτώνουν ο ένας τον άλλον. Οι γέροι επιβιώνουν και, όπως ακριβώς ξεκίνησαν τον πόλεμο με το στυλό και το χαρτί, θα τον τελειώσουν με τον ίδιο τρόπο. Έτσι, πολλοί καλοί και αθώοι άνθρωποι πεθαίνουν. Αν οι πόλεμοι είναι τόσο καλοί και ευγενικοί, γιατί δεν πάνε αυτοί οι ηγέτες, που αρχίζουν πολέμους, στο πεδίο της μάχης να αγωνιστούν;

8. Διαβάστε βιβλία, όσα μπορείτε. Είναι μια θαυμάσια πηγή απόλαυσης, σοφίας και έμπνευσης. Δεν χρειάζονται μπαταρίες για να λειτουργήσουν και πάνε παντού...

9. Να είστε ειλικρινείς, όχι μόνο με τους άλλους, αλλά και απέναντι στον ίδιο σας τον εαυτό.

10. Ταξιδέψτε: πάντα, αλλά κυρίως όταν είστε νέοι. Μην περιμένετε να αποκτήσετε αρκετά χρήματα ή μέχρι να τακτοποιήσετε την ζωή σας όπως θέλετε. Αυτό δεν συμβαίνει ποτέ. Πάρτε το διαβατήριό σας και ξεκινήστε σήμερα.

11. Επιλέξτε το επάγγελμά σας, επειδή αυτό είναι που σας αρέσει να κάνετε. Ενδεχομένως να υπάρξουν κάποια μειονεκτήματα σ' αυτό, αλλά μια εργασία πρέπει να είναι χαρά. Προσέξτε να μην εμπλακείτε σε μια εργασία για τα χρήματα και μόνον - θα ακρωτηριάσουν την ψυχή σας.

12. Μην φωνάζετε. Αυτό δεν λειτουργεί ποτέ και πονάει τόσο τον εαυτό σας, όσο και τους άλλους. Κάθε φορά που φώναξα, απέτυχα.

13. Πάντα να κρατάτε τις υποσχέσεις σας στα παιδιά. Μην λέτε "θα δούμε", όταν εννοείτε "όχι". Τα παιδιά περιμένουν την αλήθεια. Δώστε την σε αυτά με αγάπη και καλωσύνη.

14. Ποτέ μην πείτε σε κανέναν πως τον αγαπάτε όταν δεν το εννοείτε.

15. Ζήστε σε αρμονία με την φύση: ζήστε έστω και για κάποια διαστήματα σε δάση, σε βουνά, στην θάλασσα, στην έρημο. Είναι σημαντικό για την ψυχή σας.

16. Αγκαλιάστε τους ανθρώπους που αγαπάτε. Πείτε τους πόσα σημαίνουν για σας τώρα. Μην περιμένετε μέχρι να είναι πολύ αργά.

17. Να είστε ευγνώμονες. Υπάρχει μια παροιμία που λέει: "Αυτή είναι μια ημέρα στην ζωή, που δεν θα έρθει ξανά". Ζήστε κάθε ημέρα με αυτό κατά νου.

18. Ο λόγος σας να έχει κύρος. Μην σκορπάτε λόγια δεξιά και αριστερά. Αυτό που λέτε, να το εννοείτε και να το κάνετε πράξη, όσο κι αν σας κοστίζει. Στο τέλος θα ανακαλύψετε ότι η ζωή σας αντάμειψε και οι άνθρωποι γύρω σας σας εμπιστεύονται.

ΤΟ ΠΕΙΡΑΜΑ ΤΗΣ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ

Μια ομάδα επιστημόνων έβαλε πέντε πιθήκους σ' ένα κλουβί, στην μέση του οποίου τοποθέτησαν μια σκάλα και πάνω από την σκάλα ένα κλαδί από μπανάνες. Όταν κάποιος πίθηκος ανέβαινε την σκάλα για να πάρει τις μπανάνες, οι επιστήμονες κατάβρεχαν με παγωμένο νερό **τους υπόλοιπους πιθήκους**, που ήταν στο έδαφος.

Μετά από λίγο καιρό, όταν ένας πίθηκος πήγαινε να ανεβεί την σκάλα, οι άλλοι, για να γλιτώσουν την ψυχρολουσία, έκαναν επίθεση σ' εκείνον που πήγαινε να πάρει την μπανάνα και τον ξυλοφόρτωναν. Λίγο αργότερα, κανείς πίθηκος δεν ανέβαινε τις σκάλες, παρά την λαχτάρα τους να φάνε τις μπανάνες. **Είχαν συμμορφωθεί!**

Τότε οι επιστήμονες αντικατέστησαν έναν από τους πιθήκους. Το πρώτο πράγμα που πήγε να κάνει ο νεοφερμένος ήταν, φυσικά, να ανεβεί την σκάλα για να πάρει τις μπανάνες. Αμέσως έπεσαν πάνω του οι υπόλοιποι τέσσερις, που ήξεραν τί τους περίμενε, και τον ξυλοφόρτωσαν. Αφού επιχείρησε αρκετές φορές να ανεβεί την σκάλα και πάντοτε έτρωγε ξύλο, ο νεοφερμένος **σταμάτησε πια να προσπαθεί** κι ας μην ήξερε γιατί. Αφού **συμμορφώθηκε κι αυτός**, οι επιστήμονες έφεραν και δεύτερο πίθηκο, και φυσικά έγιναν πάλι τα ίδια. Τα ίδια έγιναν και με τον τρίτο και με τον τέταρτο, μέχρι και με τον τελευταίο.

Αυτό που είχε απομείνει πλέον στο κλουβί ήταν μια ομάδα πιθήκων, που **ενώ δεν είχαν καταβρεχτεί ποτέ**, ωστόσο ξυλοκοπούσαν οποιονδήποτε επιχειρούσε να φτάσει τις μπανάνες, "γιατί έτσι είχαν τα πράγματα σ' αυτό το κλουβί", χωρίς κανείς να γνωρίζει τον λόγο για τον οποίο επιτίθεται στον καινούργιο πίθηκο και χωρίς κανείς να θυμάται ότι κι εκείνος είχε προσπαθήσει να ανεβεί στο κλαδί.

Η ΦΥΣΗ είναι ΧΡΗΜΑ

Σε μια προσπάθεια να ευαισθητοποιήσουν την διεθνή κοινή γνώμη, οι ερευνητές του ΟΗΕ έβαλαν τιμή στην αξία κάθε εκπροσώπου της βιοποικιλότητας του πλανήτη. Η έκθεσή του ΟΗΕ μετατρέπει την φύση σε... χρήμα, δείχνοντας πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η βιοποικιλότητα στην οικονομία.

Η τεράστια οικονομική αξία των δασών, για παράδειγμα, ή του πόσιμου νερού, καθώς και οι αντίστοιχες οικονομικές συνέπειες που θα προκληθούν από την απώλειά τους, αποδεικνύουν ότι η φύση αξίζει τρισεκατομμύρια ευρώ.

Συγκεκριμένα, τα οφέλη της ανθρωπότητας από τους κοραλλιογενείς υφάλους κυμαίνονται ανάμεσα στα 22 και 124 δισεκατομμύρια ευρώ ετησίως. Η καταστροφή τους, λοιπόν, εκτός από το γεγονός ότι βλάπτει ανεπανόρθωτα το θαλάσσιο οικοσύστημα, μπορεί να επηρεάσει και τις ζωές 30 εκατομμυρίων ανθρώπων, που βασίζονται οικονομικά στα κοράλλια.

Σ' ένα άλλο ενδεικτικό παράδειγμα, η έκθεση του ΟΗΕ υποστηρίζει ότι η αξία των εντόμων, που χρησιμεύουν στην επικονίαση των καλλιεργειών, αγγίζει τα 153 εκατομμύρια ευρώ τον χρόνο παγκοσμίως.

Από την άλλη πλευρά, η καταστροφή των δασών, των υδροτόπων και των λιβαδιών ζημιώνει την παγκόσμια οικονομία κατά 2 με 3 τρισεκατομμύρια ευρώ ετησίως!

Η κίνηση αυτή του ΟΗΕ, αν και αναγκαία, χαρακτηρίστηκε από πολλούς άνευ σημασίας, αφού ο οργανισμός έχει ήδη αποτύχει στην προσπάθειά του να σταματήσει την καταστροφή της βιοποικιλότητας.

Τα γράμματα στις πιο κάτω λέξεις είναι ανακατεμένα. Βρείτε τις λέξεις και μετά απομακρύνετε από κάθε μία στήλη την λέξη, που δεν ταιριάζει με τις υπόλοιπες:

ΡΕΣΑΝΙΟ

ΔΙΑΚΙΟΝΤΙ

ΠΑΝΚΑΜΑ

ΠΙΡΕΤΖΑ

ΕΠΠΙΟΝ

ΚΙΝΚΟΚΟ

ΑΜΙΝΕΣ

ΚΝΙΜΙΟ

ΑΜΥΡΟ

ΟΠΟΙΘΗΣΟ

ΧΙΛΑΔΑ

ΤΡΑΚΟΠΙΛΟ

ΑΙΝΤΙΑ

ΑΦΟΛΥΡΑ

ΤΡΙΝΙΚΟ

ΛΥΣΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ

Έξι ημέρες. Ο αριθμός των ημερών αργίας πρέπει να είναι $48 : 12 = 4$ /πλάσιος των εργασίμων ημερών. Επομένως, οι ημέρες που δούλεψε ο εργάτης είναι το $1/5$ των συνολικών ημερών.

ΤΕΣΤ

Ευημερία

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΕΤΟΣ ΕΝΔΕΚΑΤΟ, ΑΡ.ΦΥΛΛΟΥ (B) 130
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2014
ΚΥΡΙΑΛΛΟΥ ΛΟΥΚΑΡΕΩΣ 6
114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ. 210-6447.903, FAX 210-6424.266

Κωδ. Ταχ. 2750

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Δημήτριος Μπούκας
ΕΚΔΟΤΗΣ-ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Δημ. Μπούκας
Υπεύθ. τυπογραφείου: Παναγιώτης Νταλακούρας
Άριανίτου 13, 114 72 ΑΘΗΝΑ
ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ: 15 ευρώ

