



ΠΡΟΣΕΞΑΤΕ ΤΗΝ ΗΛΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Τό καλοκαίρι φτάνει σύντομα και οι φίλοι της θάλασσας και του ήλιου έτοιμάζονται να χαρούν όλες τις όμορφιές του. Δεν έχουν αδικιο γιατί το μπάνιο είναι το καλύτερο και υγιεινότερο σπόρο και οι άκτινες του ήλιου τόσο ευεργετικές και ζωογόνες γιατί όχι μόνο την χαρά αλλά και την τόνηση των ιστών μας προσφέρουν παράλληλα με το μυστασιαμα της επιθερμότητας (Brusissage) που τόσο το επιδιώκουμε τώρα το καλοκαίρι. Ακόμα όμως για αυτό θα σάς πω δυο λόγια έστω και αν έλοι γνωρίζετε πώς συσχετίζονται συμβαίνουν κάθε άρχη του καλοκαιριού με την άφροσύνη της ηλιοθεραπείας άρχίζοντας από τα αλλά ή λιοκαψίματα και φτάνοντας στα σοβαρά έγκαίματα που πολλές φορές φέρνουν και περσιό.

Και πρώτα απ' όλα ή ηλιοθεραπεία δεν πρέπει να γίνεται με γυαλιά στοιμχι. Πρέπει να έχουν περσί τουλάχιστον δυο ώρες μετά από φαγητό και να διακόπτεται μισή ώρα από το φαγητό. Απαραίτητος κανόνας είναι να προστατευθούν οι κεφάλι με καπέλο ή όμπρέλα και τα μάτια με οκρίνα γυαλιά γιατί το φως του ήλιου επιδρά στο σωμα μας δια τριών ειδών ακτίνων θερμικών, φωτεινών, χημικών που στο μέν σωμα πρέπει να πέσουν άμεσα χωρίς την μεσολάβηση τζαμιών ή άλλων διαφανών σωματιών διότι κατακρατούν τις υπεριώδεις που καίουν και τον σπουδαιότερον ρόλον, το δέ κεφάλι και τα μάτια πρέπει να προστατευθούν διότι εκεί αυτών ή επιδρασεις είναι δυσμενής.

Η ηλιοθεραπεία μπορεί να γίνει όπου θέξετε, στην παραλία, στη βερόντα, στο δασκλον κατά προτίμησιν όμως κοντά στο θάλασσα και μετά το μπάνιο. Πρόκει να γίνεται συστηματική με μέθοδο για να μην έχη όπας είπαμε δυσάρεστα έπακόλουθα.

Εκθέτομεν το σωμα δλόκληρο (καθολική ηλιοθεραπεία) στον ήλιο άρχίζοντας από 3'-5' και κάθε μέρα αυξανόμεν τον χρόνον 2'-3'. Έτσι σιγά σιγά συντελείται μια έναπόθεσις χρωστικής ούσιας εις το δέμα που το σκουραίνει και συγχρόνως το κάνει άνηκτικό. Έτσι ώστε στο τέλος να άντέξει επί ώρες το χέμα του ήλιου. Απαραίτητος πάντως είναι από την πρώτη ώ την τελευταία ήμερα της ηλιοθεραπείας σας τόσο για να αποφεύγεται το ξεφλούδισμα όσο και για την απόκτησιν ομοιομορφούς χρώματος πριν και μετά το μπάνιο ή επάλειψις ενός καλού λαδιού που θα προμηθευθήτε από τα διάφορα κατεστήματα καλλυντικών ή από τα ίνστιτούτα αισθητικής. Έτσι θα αποφεύγεται τα ήλιοκαψίματα και τα αντινασθητικά ξεφλούδισματα που προβάλλουν συνήθως κάτω από τα νεκρολίε. Αν παρά όλα αυτά δεν αποφεύγεται τον έρεθισμό μιλεις αισθηθήτε να σάς και οι (συνήθως ή πλάτη και οι ώμοι) χτυπήσει ένα άσπρα δι' αυχού και άλείψετε όπου ύπσρχει έρεθισμός, επλένεστε ύστερα από 2-3 ώρες και κάμειτε συνηθισμένη με καθαρή λανολίνη που έχει δροσιστική ιδιότητα.

Μ. ΧΟΥΛΑΚΗ Αθηνάικης 'Ινστιτούτον «ΔΙΑΝΝΑ» Μαστραχή 6-Καμαράκι

Αθήνα στην μόδα μας. Τό νέο Κατάστημα με άτυμοφαира και είδη Αθηναϊκά. Α. Βεργίος. ΟΔΟΣ 1821-ΑΡΙΘ. 16 (ΠΡΑΗ ΕΠΙΛΟΓΙΣΗΝ ΚΑΝΕΤΑΗ) ΗΡΑΚΛΕΙΟΝ. Υ Π Ο Δ Η Μ Α Τ Α ΔΕΡΜΑΤΙΑ & ΕΛΑΣΤΙΚΑ ΤΣΑΝΤΕΣ - ΠΟΡΤΟΦΟΡΙΑ. Τα έγκαίνα του Καταστήματος θα γίνου την προσεχή Δευτέραν 8 Μαΐου.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΖΩΗ - ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΚΙΝΗΣΗ

ΜΕ ΛΙΓΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ

ΤΑ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΑ ΜΑΣ ΝΕΑ

Η σημερινή έναρξη του θεατρικού Κονδύλακη. Τήν 8 μ. σήμερα στη Λέσχη Ηρακλείου «Θεοτοκόπουλος» άρχίζει ο επίσημος θεατρικός της Έκαστονετηόδας Κονδύλακη. Κατ' αυτόν θα προλογίσει ο Δημάρχων κ. Αντών. Μανασσής και θα έπακολουθήσει όμιλία της καθηγήτριας φιλολόγου έιδας Χρυσούλας Τσιροτζή με θέμα Κονδύλακη (δ άνθρακος—δ συγγραφέας) Αποσπάσματα από το έργο του Κονδύλακη θα άποδώσει ο καθηγητής κ. Κώστας Λουκάκης. Όπως είναι γνωστό, δ θεατρικός που οργανώνεται στην πόλη μας από την Τοπική Έπιτροπή υπό την προεδρία του Δημάρχου κ Ν. Κρασάδακη με τη συνεργασία του συλλόγου «Λόγος και Τέχνη», θα συνεχιστεί δλόκληρο το μήνα Μάιο με διάφορες εκδηλώσεις.

Ο ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ Κ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΚΟΚΟΛΑΚΑΚΗΣ. Επανελάθη εκ του ταξιδίου του δέχεται ως και πρότερον εις τό Ιατρειόν του οδός Κάρτερου (Ψαράδικα) 1-3

ΧΑΡΙΑΔΗΜΟΣ ΡΟΥΣΑΚΗΣ. Ιατρός Μικροβιολόγος Πλατεία Δασκαλογιάννη Τηλέφ. 96-80

ΕΥΑΓ. Μ. ΣΤΑΜΑΤΑΚΗΣ. ΕΙΔΙΚΟΣ ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ μετεκπαιδευθείς εις Λονδίον Δέχεται οδός Καρτερού 33 (Παραπλευρώς Ζαχαροπλαστικού Μεταξά Άγιος Μηνάς.) Τηλέφ. 99.96

ΠΩΛΗΣ ΟΙΚΟΠΕΔΟΥ. ΠΩΛΕΙΤΑΙ οικόπεδον 300 τετραγ. μέτρων εις θέσιν Τάλας. Πληροφορία παρά τώ Αδισιομοτάφ Πατά Μηνά Βλασσά, κη. Τηλ. 96-66 και 3-58.

ΘΕΡΙΝΟΣ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ 'ΚΥΠΡΟΣ, Τηλέφ. 97-33. Έναρξ εις σήμερα 8-10 10-12 μ.μ. Ο ΕΚΔΙΚΗΤΗΣ ΤΗΣ ΑΝΑΤΟΛΗΣ. Ίνδική περιπέτεια—Δράσις, άγω έτ. Ύμνερχα τραγούδια και χοροί. Πρωταγωνιστούν Αγγελικέτις—Ριζάν Σαρόζα

ΚΡΟΝΟΣ, Παραστάσεις από 6 μ.μ. ΑΠΟΨΕ: Συγχρόνως με την Αθήνα. Τό φιλμ της Έλληνικής Λιβαντιά! ΜΑΣ ΚΛΕΨΑΝΕ ΤΗΝ ΓΚΟΛΦΟ. Με τους Γ. Καμπαγέλη—Ντίνα Τριάντη—Α. Διανέλο—Μαλένα Άνουσάκη—και στα τραγούδια δ Δ. Ζάχος. Τήν Κυριακή ώρα 11 πρωινή. Γεν. είσοδος δρχ. 4. ΤΗΝ ΔΕΥΤΕΡΑΝ ΔΙΑΒΑΤΗΡΙΟΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΛΑΣΙ

ΑΠΟΛΛΩΝ Τηλέφ. 92-05. Παραστάσεις από 6 μ.μ. συνεχώς ΣΗΜΕΡΟΝ Άκόλατος Άιμοσταγής! Σατανικός ΟΙ ΟΡΓΙΟΙΣ ΝΥΧΤΕΣ ΤΟΥ ΡΑΣΠΟΥΤΙΝ (Έγχορομο παραγωγής 1961) Ένιμονι Πέρντομ—Τζιάννα Μαρία Κανάλε ΤΗΝ ΔΕΥΤΕΡΑΝ Η ΝΥΧΤΑ ΕΞΨΥΞΕ ΤΑ ΙΚΝΗ ΤΟΥ ΔΟΛΟΦΟΝΟΥ

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ΣΩΛΗΝΕΣ ΦΟΗΝΕΣ ΓΙΑ ΚΡΕΒΑΤΙΝΕΣ ΚΑΙ ΣΙΔΗΡΑ ΒΑΡΕΛΙΑ ΣΤΟΥ ΡΟΔΙΤΗ Χεϊτάν Όγλου

Ανακουφίζει από τούς πόνους

Πονοκέφαλος; ΠΑΡΤΕ 2 'ΑΣΠΡΟ' ΠΑΥΣΙΠΟΝΟΝ • ΑΝΤΙΝΕΥΡΑΛΓΙΚΟΝ • ΑΝΑΛΗΓΗΤΙΚΟΝ • ΑΝΤΙΠΥΡΕΤΙΚΟΝ Παιδιά 1/2 έως 1 δισκίον (κάτω των τριών ετών, όσο όριση ή Ιατρού) Ανακουφίζει από τούς πόνους

Αθήνα στην μόδα μας. Τό νέο Κατάστημα με άτυμοφαира και είδη Αθηναϊκά. Α. Βεργίος. ΟΔΟΣ 1821-ΑΡΙΘ. 16 (ΠΡΑΗ ΕΠΙΛΟΓΙΣΗΝ ΚΑΝΕΤΑΗ) ΗΡΑΚΛΕΙΟΝ. Υ Π Ο Δ Η Μ Α Τ Α ΔΕΡΜΑΤΙΑ & ΕΛΑΣΤΙΚΑ ΤΣΑΝΤΕΣ - ΠΟΡΤΟΦΟΡΙΑ. Τα έγκαίνα του Καταστήματος θα γίνου την προσεχή Δευτέραν 8 Μαΐου.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ

ΓΑΜΟΙ

Άχιότ Βασιριτζιάν Τερζό Τσαλτενκιάν έτέλεσαν τούς γάμους των. Παράνυμφος παρέστη ο κ. Βάρτ Κοσπαριάν. Νά ζήσουν εύτυχισμένοι.

ΕΘΡΤΑΙ Αθριον έορτήν της Άγίας Ειρήνης δέν εορτάζουν: —Η κ. Ριρίκα Ίω. Λογιόδου, φαρμακοποιού, λόγω πένθους. —Η κ. Ειρήνη Πεπονάκη. —Η κ. Ειρήνη Ε. Διοποτάκη λόγω πένθους. —Η Δίς Ειρήνη Ι. Μαρκάκη συντόχος Τραπεζιτικός. —Η Δίς Ριρίκα Ίωάν. Πολιτάκη. —Η κ. Ειρήνη Κοψετακή, δικηγόρου. —Η κ. Ριρίκα Φουτυλάκη λόγω πένθους. —Η κ. Ειρήνη Ίωσήφ Δληγιτάκη Ιατρού. —Η κ. Λιλίκα Πολυδάκη Ιατρού δια την κόρη της Ρένα. —Η Δίς Ρένα Σταύρου. —Η κ. Ειρήνη Ε. Πετράκη. —Η κ. Ειρήνη Άποστολίδου Καθημερική οδοντίατρος. —Η κ. Ειρήνη Μαν. Συγγελάκη. —Η Δίς Ριρίκα Κουβιδάκη. —Η Δίς Ειρήνη Καλλιτάκη Διδασκάλισσα. —Η Δίς Ρένα Γλόκα.

ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ Η γνωστή κομμώτρια Ρένα Δασκαλάκη Άγλου Τίτου 26 άναχώρησε δι' Αθήνας με σκοπόν να παρακολουθήσει τάς έπιπέσεις της τελευταίας άνοιξιατικής γραμμής του Γάλλου καλλιτέχνη κομμωτού Ζαques Pierre.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΟΝ Τούς συνοδεύσαντας την κηδείαν της άγαπημένης μας μη τρός και τούς όμοσώπους συμμετασχόντας εις τό πένθος μας θερμός εύχαριστούμεν. Έν Μοίραϊς τη 15/5/61 Μιχ. Γ. Μιχαηλινάκης Ιατρός Ειρήνη Μιχαηλινάκη

ΓΕΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ 'ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, ΚΩΝΙΝΟΥ ΚΟΥΒΙΔΗ. Λειτουργεί με όλα τα τμήματα Παθολογικών — Χειρουργικών — Ώτηρινολαρυγγολογικών — Οφθαλμολογικών.

ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ 1) εις ελατόμυλος συγχρόνον κατασκευής 2) μια μηχανή ακαθάρετου πετρέλαιου 10 ίππων, 3) έν βίντσι και 4) δύο πιεστήρια χειροκίνητα, τμηματικά και έν συνδύω. Πληροφορία παρά ή μιν.

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ οίκια εκ τριών δωματιών, γάλλ και βίντσι με αλή και νερό εις Μασταμά. Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ κατάστημα οδός Καντανολέων Ισώνων Κλινικής κ. Μ. Αυγουδ. Πληροφορία παρά τώ Ιδίω. 1-10

Δ)Π 'ΔΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, ΚΑΘΕ ΤΡΙΤΗ 7 Μ.Μ. ΚΑΤ' ΕΥΘΕΙΑΝ ΠΕΙΡΑΙΑ ΚΑΘΕ ΠΕΜΠΤΗ 12 ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΡΕΘΥΜΝΟΝ-ΣΟΥΔΑ-ΠΕΙΡΑΙΑ

Πρακτορείον Τηλ. 8.06 - 90.86

Δ)Π 'ΑΡΚΑΔΙΑ, ΠΕΡΑΤΩΘΕΙΣΗΣ ΤΗΣ ΕΤΗΣΙΑΣ ΕΠΙΘΩΡΗΣΕΩΣ ΚΑΙ ΤΕΛΕΙΩΣ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΘΕΣ ΕΠΑΝΑΡΧΙΖΕΙ ΤΑ ΤΑΚΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΑ ΚΑΘΕ ΣΑΒΒΑΤΟ ΩΡΑ 6 Μ.Μ. ΚΑΤ' ΕΥΘΕΙΑΝ ΠΕΙΡΑΙΑ

Πληροφορία παρά ή μιν. 1-3



