Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Διεύθυνση Γραφείου Τύπου & Επικοινωνίας Ε.Ε.Σ.

Άργος, 25 Νοεμβρίου 2026

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός: Η γνώση είναι δύναμη, η δράση είναι ζωή!»: Ενημερωτική Εσπερίδα του Περιφερειακού Τμήματος Άργους για τον Σακχαρώδη Διαβήτη



Με ιδιαίτερη επιτυχία και μεγάλη συμμετοχή πολιτών πραγματοποιήθηκε η ενημερωτική εσπερίδα που διοργάνωσε το Περιφερειακό Τμήμα Άργους του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, κατόπιν έγκρισης του Προέδρου του Ε.Ε.Σ., Dr. Αντώνιου Αυγερινού, στην αίθουσα του Εργατικού Κέντρου Άργους, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Διαβήτη.

Κεντρικό μήνυμα της εκδήλωσης ήταν το σύνθημα «Η γνώση είναι δύναμη, η δράση είναι ζωή!», αναδεικνύοντας τη σημασία της πρόληψης, της έγκαιρης διάγνωσης και της ολιστικής προσέγγισης στη διαχείριση του Σακχαρώδη Διαβήτη.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Δήμαρχος Άργους – Μυκηνών, κ. Ιωάννης Μαλτέζος, ο οποίος απηύθυνε χαιρετισμό, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πρόνοιας, Εμπορίου και Παραγωγικών Δραστηριοτήτων, κα Δήμητρα Γάτσιου, ο Πρόεδρος της «ΑΡΓΩ», κ. Κώστας Αναγνωστόπουλος, καθώς και η επίτιμη Πρόεδρος του Κ.Α.Π.Η. Άργους, κα Μαίρη Μέρη.

Παράλληλα, παρευρέθηκαν πρόεδροι και εκπρόσωποι συλλόγων , μεταξύ των οποίων ο Σύλλογος Αργείων «Ο ΔΑΝΑΟΣ», η Περιφερειακή Ένωση Τυφλών Ανατολικής Πελοποννήσου του Πανελλήνιου Συνδέσμου Τυφλών, ο Σύλλογος ΑμεΑ Νομού Αργολίδας «ΟΔΥΣΣΕΙΑ», ο Σύλλογος Πολιτικών Συνταξιούχων Δήμου Άργους – Μυκηνών, ο Σύλλογος Ποντίων Αργολίδας «ΠΑΝΑΓΙΑ ΣΟΥΜΕΛΑ», ο Πολιτιστικός Σύλλογος Άργους «Τελέσιλλα» και ο Αθλητικός Κολυμβητικός Σύλλογος «Οι Ιπτάμενοι Αργολίδας».

Στο επιστημονικό μέρος της εσπερίδας αναπτύχθηκαν τέσσερις σημαντικές θεματικές ενότητες από εξειδικευμένες ομιλήτριες, καλύπτοντας διαφορετικές πτυχές της πρόληψης και της καθημερινής διαχείρισης του διαβήτη:

- **Ιατρική προσέγγιση:** Η κ. Αναστάζια Κεή, Ιατρός – Ειδική Παθολόγος, MD, PhD και Πρόεδρος του Π.Τ. Άργους του Ε.Ε.Σ., παρουσίασε το θέμα «Σακχαρώδης Διαβήτης: Μύθοι και Αλήθειες», αποσαφηνίζοντας επιστημονικά δεδομένα και καταρρίπτοντας διαδεδομένες λανθασμένες αντιλήψεις γύρω από τη νόσο.
- **Διατροφική διαχείριση:** Η κ. Ευαγγελία Μανού, Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, ανέπτυξε το θέμα «Διατροφική Αντιμετώπιση στον Σακχαρώδη Διαβήτη», προσφέροντας χρήσιμες και πρακτικές συμβουλές για την υιοθέτηση μιας ισορροπημένης διατροφής στην καθημερινότητα.
- **Πρώτες Βοήθειες:** Η κ. Μαρία Σταματοπούλου, Νοσηλεύτρια, Εκπαιδεύτρια και Προϊσταμένη της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας του Π.Τ. Άργους του Ε.Ε.Σ., παρουσίασε το θέμα «Γνωρίζω – Αναγνωρίζω – Αντιδρώ: Πρώτες Βοήθειες στον Σακχαρώδη Διαβήτη», εστιάζοντας στην έγκαιρη αναγνώριση των συμπτωμάτων και στην ορθή αντιμετώπιση επειγόντων περιστατικών.
- **Άσκηση και ψυχική ενδυνάμωση:** Η κ. Λένα Χατζάρα, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής, πρώην αθλήτρια καράτε και μέλος της Εθνικής Ομάδας, μοιράστηκε την προσωπική της εμπειρία μέσα από την ομιλία της με θέμα «Από τις Προκλήσεις στις Δυνατότητες: Η Ζωή με τον Διαβήτη μέσα από τη Δύναμη του Αθλητισμού και της Προσωπικής Εξέλιξης», αναδεικνύοντας τη σημασία της σωματικής άσκησης, της ψυχικής ενδυνάμωσης και της προσωπικής θέλησης.

Παράλληλα με τις ομιλίες, στον χώρο του φουαγιέ, κλιμάκιο εθελοντών του Περιφερειακού Τμήματος Άργους πραγματοποίησε δωρεάν μετρήσεις σακχάρου για τους παρευρισκόμενους, ενώ διένειμε ενημερωτικό έντυπο υλικό με χρήσιμες πληροφορίες για την πρόληψη και την έγκαιρη αντιμετώπιση της νόσου.

Ιδιαίτερο συμβολισμό είχε και η δράση ευαισθητοποίησης που πλαισίωσε την εκδήλωση. Η πρόληψη έγινε μήνυμα και ταξίδεψε μέσα από ειδικά αυτοκόλλητα σήματα, τα οποία τοποθετήθηκαν στα μπλουζάκια των συμπολιτών μας κατά την είσοδό τους στην αίθουσα, μετατρέποντας την ενημέρωση σε μια όμορφη και ουσιαστική καθημερινή υπενθύμιση για τη σημασία της πρόληψης.

Το Περιφερειακό Συμβούλιο του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού εκφράζει τις θερμές του ευχαριστίες στις ομιλήτριες για την πολύτιμη επιστημονική συμβολή τους, στον Πρόεδρο του Εργατικού Κέντρου Άργους για την ευγενική παραχώρηση της αίθουσας και τη φιλοξενία, στον κ. Κων/νο Τσεβόπουλο για την ηχητική επιμέλεια καθώς και στους χορηγούς και υποστηρικτές της δράσης: Fasoulis Fruits, Auto Ηλιόπουλος, Φαρμακείο Λεονάρδος Γεώργιος & Σία Ε.Ε. και Ανθοπωλείο «Ο Λουλουδόκοσμος» της Κατερίνας Αντωνοπούλου.

Ιδιαίτερη αναφορά και θερμές ευχαριστίες αξίζουν στους εθελοντές και στο προσωπικό του Περιφερειακού Τμήματος Άργους, οι οποίοι με την ανιδιοτελή προσφορά, την αφοσίωση και την ενεργό συμμετοχή τους συνέβαλαν καθοριστικά στην επιτυχή διοργάνωση της εκδήλωσης.

***