



## ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ 424ΓΣΝΕ

«Η ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΣΤΙΣ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ»

### ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ 424ΓΣΝΕ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10/11/2017

**09.30 – 10.00:** ΕΝΑΡΞΗ-ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ

**10.00 – 10.30:** ΔΙΑΛΕΞΗ «**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΑΠΡΟΟΠΤΟ-ΣΧΕΔΙΑ ΚΑΙ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ ΚΡΑΤΙΚΟΥ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΥ**»

Προεδρείο: Σχης(ΥΝ) Μαρία Καλαφάτη

Ομιλητής: Κοκολάκης Κωνσταντίνος

**10.30 – 11.45:** ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΤΡΑΠΕΖΑ «**ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΡΑΥΜΑΤΙΑ ΣΕ ΤΑΚΤΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**»

Προεδρείο: Σχης (ΥΙ) Τούλιος Πέτρος, Τχης(ΥΝ) Μαστροκώστας Αθανάσιος

- **Αλγόριθμος τακτικής διάσωσης τραυματία (M.A.R.C.H-ON). Ένα σύστημα που σώζει ζωές.**

ΕΠΟΠ Λχιας(ΠΖ) Κατσαφούρος Κωνσταντίνος

- **Νέες τεχνολογίες στην αντιμετώπιση της αιμορραγίας στο τραύμα μάχης.**  
Γερογιάννης Ιωάννης

- **Τραυματισμοί από πυροβόλα όπλα και εκρήξεις-νεώτερα δεδομένα στην αντιμετώπιση.**

Τουμπέλης Αλέξανδρος

- **Τραυματικές εγκεφαλικές κακώσεις στο πολεμικό τραύμα.**

Υπλγος(ΥΙ) Κλιτσινίκος Δημήτριος

- **Πολεμικό τραύμα σπονδυλικής στήλης. Αντιμετώπιση ξεκινώντας στο πεδίο της μάχης.**

Υπλγος(ΥΙ) Συρρής Χριστόφορος

**11.45-12.15** Διάλειμμα (καφές)

**12.15-1300: ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΔΙΑΛΕΞΗ «Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ-Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΟΥ, ΠΩΣ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΠΩΣ ΘΑ ΘΕΛΑΜΕ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ**

Προεδρείο: Ανχης (ΥΝ) Μιλλερού Σοφία, Τχης(ΥΙ) Καραμανλίδης Αλέξανδρος

Ομιλητές :

**Ενδονοσοκομειακή εκπαίδευση**

Γερογιάννης Ιωάννης

**Προνοσοκομειακή εκπαίδευση**

Τουμπέλης Αλέξανδρος

**13.00 – 14.15: ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΤΡΑΠΕΖΑ «ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ. ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΚΑΙ ΔΙΔΑΓΜΑΤΑ».**

Προεδρείο: Σχης (ΥΝ) Κρίκη Βασιλική, Ανχης(ΥΝ) Βαρβαρούσης Μιχαήλ

- **Διαχείριση Απωλειών Υγείας Μάχης στο σύγχρονο περιβάλλον επιχειρήσεων**  
Τχης (ΥΙ) Τσούσκας Ιωάννης
- **Ασύμμετρες απειλές. Η απειλή των τρομοκρατικών επιθέσεων και η ανταπόκριση των υπηρεσιών υγείας.**  
Ακστης (ΛΣ) Πολίτης Ευθύμιος
- **Εμπειρίες και διδάγματα από αεροδιακομιδές (MEDEVAC) σε επιχειρήσεις του ΝΑΤΟ**  
Ανχης (ΥΝ) Μαλαμούσης Σπυρίδων
- **Οικονομική κρίση. Επίδραση στις υπηρεσίες υγείας**  
Ανχης (ΥΝ) Γκαγκάς Γεώργιος
- **Μεταναστευτική κρίση. Εμπειρίες από το πεδίο.**  
Τχης (ΠΖ) Μορφίδης Γεώργιος

**14.15 – 14.45 Διάλειμμα (ΕΛΑΦΡΥ ΓΕΥΜΑ)**

**14.45 – 15.45:ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΩΝ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

Προεδρείο: Σχης(ΥΝ) Κοτλίδα Ελένη, Ανχης(ΥΝ) Μάρου Ευανθία

- **Κόστος στη διαβητική νεφροπάθεια. Αποτελέσματα μελέτης στο 424ΓΣΝΕ και σε πολιτικό νοσοκομείο.**  
Σχης(ΥΝ) Φορμόζη Ελένη
- **Επίδραση των πτήσεων στον ανθρώπινο οργανισμό**  
Λγος(ΥΝ) Φλώρου Ζωή
- **Διακομιδή ασθενών σε ενδονοσοκομειακό επίπεδο**  
Υπλγος(ΥΝ) Αποστολού Βασιλική
- **Διακομιδές Απωλειών Υγείας Μάχης σε περίοδο πολέμου**  
Ανθλγος(ΥΝ) Καμινέλης Θεόδωρος

**ΑΙΘΟΥΣΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗΣ 424 ΓΣΝΕ**

**1300-1800: ΚΛΙΝΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ** «ΤΡΑΥΜΑ ΜΑΧΗΣ-Η ΜΑΧΗ ΜΕ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΚΑΙ Η ΑΛΛΑΓΗ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ»

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ:** Τουμπέλης Αλέξανδρος

**ΟΜΑΔΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ :**

Αποστολόπουλος Παναγιώτης, Βάγγος Γεώργιος, Γερογιάννης Ιωάννης, Ζαριφές Κωνσταντίνος, Κατσαφούρος Κωνσταντίνος, Λιαμόπουλος Δημήτριος, Πολίτης Ι. Ευθύμιος, Σάσσοσ Γεώργιος

**ΣΑΒΒΑΤΟ 11/11/2017**

**09.30–10.30: ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΩΝ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

Προεδρείο: Σχης (ΥΝ) Γκιώση Ελπινίκη, Ανχης (ΥΝ) Σεραφείμ Τατιάννα

- **Σιωπή και λόγος**  
Σχης(ΥΝ) Αϊδοנוπούλου Βασιλική, Σχης (ΥΝ) Κρίκη Βασιλική
- **Εργασιακό stress και επίδραση στην επαγγελματική και προσωπική ζωή των επαγγελματιών υγείας.**  
Υπλγος(ΥΝ) Βράβας Δημήτριος
- **Διαχείριση του εγκύματος στο τακτικό περιβάλλον.**  
Υπλγος(ΥΝ) Στάικου Καλλιόπη
- **Μετάγγιση αίματος και παραγώγων στο τακτικό περιβάλλον**  
Ανθλγος(ΥΝ) Παυλίδης Αριστείδης
- **Έλκη πιέσεως. Τάσεις και τεχνικές στην φροντίδα.**  
Ανθλγος(ΥΝ) Κωστούλας Κωνσταντίνος

**10.30 –11.45:ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΤΡΑΠΕΖΑ «ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΜΑΧΗΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΜΑΖΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΕΣ»**

Προεδρείο: Ανχης(ΥΝ) Κουκλοτίδης Γεώργιος, Τχης (ΥΝ) Μαστροκώστας Αθανάσιος

- **Η εκπαίδευση στο τραύμα μάχης στην Ελλάδα, την ΕΕ και τρίτες χώρες.**  
ΕΠΟΠ Λχιας (ΠΖ) Κατσαφούρος Κωνσταντίνος
- **Η ελληνική εκπαίδευση στο τραύμα μάχης, μέσα από τα μάτια ενός εκπαιδευτικού φορέα**  
Τουμπέλης Αλέξανδρος

- Η αναγκαιότητα μεταβατικής εκπαίδευσης (crossover training) των υγειονομικών στο τραύμα μάχης  
Πολίτης Ευθύμιος

**11.45 – 12.15: ΔΙΑΛΕΞΗ «Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ»**

Προεδρείο: Σχης (ΥΝ) Σαββάκη Άννα

Ομιλητής: Ανχης (ΥΝ) Μιλλερού Σοφία

**12.15 – 12.45 Διάλειμμα (καφές)**

**12.45 – 13.15: ΔΙΑΛΕΞΗ «ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΓΧΟΥΣ ΣΕ ΠΕΡΙΟΔΟ ΚΡΙΣΕΩΝ»**

Προεδρείο: Σχης(ΥΝ) Τσομπανίδου Φανή

Ομιλητής: Σχης(ΥΙ) Δημέλης Δήμος

**13.15–14.15: ΣΤΡΟΓΓΥΛΗ ΤΡΑΠΕΖΑ «Η ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΕ ΠΕΡΙΟΔΟ ΑΥΞΗΜΕΝΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΜΑΖΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΩΝ»**

Προεδρείο: Σχης (ΥΝ) Αϊδοנוπούλου Βασιλική, Βενέτη Αικατερίνη

Ειδικός σχολιασμός: Μπελλάλη Θάλεια

- **Ψυχολογικές επιδράσεις μετά από μαζικές καταστροφές.**  
Σχης(ΥΝ) Τσομπανίδου Φανή
- **Παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση ψυχικών νόσων στις ΕΔ και τα Σώματα Ασφαλείας**  
Σχης (ΥΝ) Αρχοντίδου Σοφία
- **Μετατραυματική Αγχώδης Διαταραχή (POST TRAUMATIC STRESS DISORDER-PTSD)**  
Ανχης (ΥΝ) Σεραφείμ Τατιάννα
- **Compassion Fatigue Syndrome. Η απειλή των διασωστών και των επαγγελματιών υγείας.**  
Σγος(ΥΝ) Κλεάνθους Μαρία

**1415-1500 Διάλειμμα (ΕΛΑΦΡΥ ΓΕΥΜΑ)**

**15.00 Συμπεράσματα-Λήξη Διημερίδας**

## **ΑΙΘΟΥΣΕΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗΣ –ΤΕΠ 424 ΓΣΝΕ**

**1300-1800:** ΚΛΙΝΙΚΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ «ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ-ΣΕΝΑΡΙΑΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΜΑΧΗΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΜΑΖΙΚΕΣ ΑΠΩΛΕΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ»

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ:** Τουμπέλης Αλέξανδρος

### **ΟΜΑΔΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ :**

Αποστολόπουλος Παναγιώτης, Βάγγος Γεώργιος, Γερογιάννης Ιωάννης, Ζαριφές Κωνσταντίνος, Κατσαφούρος Κωνσταντίνος, Λιαμόπουλος Δημήτριος, Πολίτης Ι. Ευθύμιος, Σάσσοσ Γεώργιος

### **ΟΜΙΛΗΤΕΣ-ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ ΔΙΗΜΕΡΙΔΑΣ**

Αποστολού Βασιλική, Υπλγος(ΥΝ),Υπεύθυνη Α Χειρουργικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Αρχοντίδου Σοφία, Σχης(ΥΝ), Ψυχολόγος, Msc, Ψυχιατρικό Τμήμα Εξωνοσοκομειακής Περίθαλψης, 424 ΓΣΝΕ

Βενέτη Αικατερίνη,Msc, Phd (c), Προϊσταμένη Πνευμονολογικής Κλινικής, Θεαγένειο Αντικαρκινικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης

Βράβας Δημήτριος, Υπλγος(ΥΝ),Υπεύθυνος Β Ορθοπεδικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Γερογιάννης Ιωάννης,Γενικός Χειρουργός, Oxford University Hospital NHS Trust, Medical Director of Meducation, GR

Γκαγκάς Γεώργιος, Ανχης (ΥΝ), Ιστορικός, MBA, Υπεύθυνος Χειρουργείου, 424ΓΣΝΕ  
Τχης(ΥΙ) Τσούσκα Ιωάννης, Χειρουργός, Επιμελητής Β΄ Χειρουργικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Δημέλης Δήμος, Σχης(ΥΙ), Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπευτής, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής, Ψυχιατρική Κλινική 424ΓΣΝΕ

Καμινέλης Θεόδωρος , Ανθλγος(ΥΝ), Υπεύθυνος Στεφανιαίας Μονάδας, 424ΓΣΝΕ

Κατσαφούρος Κωνσταντίνος, ΕΠΟΠ Λχιας (ΠΖ), Νοσοκόμος Ειδικών Δυνάμεων - ACSC - T3C instructor (NSHQ)

Κλεάνθους Μαρία, Σγος(ΥΝ), Υπεύθυνη Β Χειρουργικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Κλιτσινίκος Δημήτριος, Υπλγος(ΥΙ), Ειδικευόμενος Νευροχειρουργικής, 424ΓΣΝΕ

Κοκολάκης Κωνσταντίνος, τ. Διευθυντής Πολιτικής Προστασίας Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και Αποκεντρωμένης Διοίκησης Μακεδονίας – Θράκης

Μαλαμούσης Σπυρίδων, Ανχης (ΥΝ), Υπεύθυνος ΜΕΘ, 424ΓΣΝΕ

Μαστροκώστας Αθανάσιος, Τχης(ΥΝ), Msc(res), Phd (c), Γραφείο Νοσηλευτικής Έρευνας και Εκπαίδευσης, 424 ΓΣΝΕ

Μιλλερού Σοφία , Ανχης (ΥΝ), Προϊσταμένη ΤΕΠ, 424ΓΣΝΕ

Μορφίδης Γεώργιος, Τχης (ΠΖ), Διοικητής Λόχου Πολιτικοστρατιωτικής Συνεργασίας, ΓΣΣ

Παυλίδης Αριστείδης, Ανθλγος(ΥΝ), Υπεύθυνος Α Ορθοπεδικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Πολίτης Ευθύμιος, Αρχικελευστής Λ.Σ. , Νοσοκόμος Μάχης/Επικεφαλής Ο.Ε.Α.

Σεραφείμ Τατιάννα, Ανχης (ΥΝ), Προϊσταμένη Ψυχιατρικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Στάικου Καλλιόπη, Υπλγος(ΥΝ), Υπεύθυνη Ογκολογικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Συρρής Χριστόφορος, Υπλγος(ΥΙ), Ειδικευόμενος Νευροχειρουργικής, 424ΓΣΝΕ

Τούλιος Πέτρος, Σχης (ΥΙ), Νευροχειρουργός, Δντης Νευροχειρουργικής Κλινικής, 424ΓΣΝΕ

Τουμπέλης Αλέξανδρος, Educational Director of Meducation, Operating Theater Nurse/Paramedic , NMIOTC/MPSOTC Guest Instructor, NAEMT Instructor, ERC Instructor

Τσομπανίδου Φανή, Σχης(ΥΝ), Τομεάρχης Διατομεακού Επιπέδου, 424 ΓΣΝΕ

Φλώρου Ζωή, Λγος(ΥΝ), Υπεύθυνη Καρδιολογικής Κλινικής, 424 ΓΣΝΕ

Φορμόζη Ελένη, Σχης(ΥΝ), Msc, Προϊσταμένη Ά Παθολογικής Κλινικής, 424 ΓΣΝΕ

#### **ΟΜΑΔΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΩΝ :**

Αποστολόπουλος Παναγιώτης, Αλχιας (ΥΓ), Βοηθός Α.Ε

Βάγγος Γεώργιος, Διασώστης (Διασωστική Μοτοσυκλέτα), Υπεύθυνος Ε.Τ.Ι.Κ. Βορείου Ελλάδος, ΕΚΑΒ Θεσσαλονίκης

Γερογιάννης Ιωάννης, Γενικός Χειρουργός, Εξειδίκευση στην Επείγουσα Χειρουργική και Λαπαροσκοπική Χειρουργική Αν. Πεπτικού, Εκπαιδευτής DSTC, TCR, ATLS, PHTLS, CrISP, MUSEC, RCSEd, Kingston Hospital, Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο

Ζαριφές Κωνσταντίνος, Αλχιας (ΥΓ), Νοσοκόμος-Τραυματιοφορέας, 424ΓΣΝΕ

Κατσαφούρος Κωνσταντίνος, ΕΠΟΠ Λχιας(ΠΖ), Νοσοκόμος Ειδικών Δυνάμεων, ACSC, εκπαιδευτής Τ3C

Λιαμόπουλος Δημήτριος, Λχιας (ΥΓ) Διοικητικός, 424ΓΣΝΕ

Πολίτης Ι. Ευθύμιος- Ακσσης ΛΣ , Νοσοκόμος Μάχης-Επικεφαλής Ο.Ε.Α.

Σάσσοσ Γεώργιος, Επχιας (ΕΜΘ), Νοσοκόμος Ειδικών Δυνάμεων, NSOCM Τ3C Εκπαιδευτής

Τουμπέλης Αλέξανδρος- Educational Director of Meducation, Operating Theater Nurse/Paramedic, NMIOTC/MPSOTC Guest Instructor , NAEMT Instructor, ERC

Instructor (ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ)

### **ΕΠΙΤΡΟΠΕΣ**

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΔΙΗΜΕΡΙΔΑΣ:** Σχης (ΥΝ) Καλαφάτη Μαρία, Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας 424ΓΣΝΕ

### **ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ:** Ανχης (ΥΝ) Μιλλερού Σοφία

**ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΙ:** Τχης (ΥΝ) Μαστροκώστας Αθανάσιος, Τουμπέλης Αλέξανδρος

**ΜΕΛΗ:** Σχης (ΥΙ) Τούλιος Πέτρος

Σχης(ΥΙ) Δημέλης Δήμος

Σχης (ΥΝ) Αϊδονοπούλου Βασιλική

Σχης (ΥΝ) Σαββάκη Άννα

Σχης (ΥΝ) Κρίκη Βασιλική

Σχης(ΥΝ) Φορμόζη Ελένη

Ανχης (ΥΝ) Σεραφείμ Τατιάννα

Ανχης (ΥΝ) Κουκλοτίδης Γεώργιος

Τχης(ΥΝ) Γκριζιώτη Μαρία

Σγος(ΥΝ) Κλεάνθους Μαρία

Ανχης(ΥΝ) Μάρου Ευανθία

Ανχης(ΥΙ) Βαρβαρούσης Μιχαήλ

Τχης(ΥΙ) Καραμανλίδης Αλέξανδρος

Τχης (ΥΙ) Τσούσκας Ιωάννης

Βενέτη Αικατερίνη

Γερογιάννης Ιωάννης

Λαγκάζαλη Βασιλική

Χούτα Αθανασία

Τσιβίκη Αναστασία

Παντελίδου Ελένη

## **ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ:** Σχης (ΥΝ) Τσομπανίδου Φανή

### **ΜΕΛΗ:**

Σχης (ΥΝ) Κλαπάνη Βασιλική

Σχης (ΥΝ) Τζέκου Μαρία

Σχης (ΥΝ) Θεοδωρακάκη Ευαγγελία

Σχης (ΥΝ) Πουρζιτάκη Μαρία

Σχης (ΥΝ)Κοτλίδα Ελένη

Σχης (ΥΝ)Μιχαλέα Μαρία

Ανχης(ΥΝ) Τσερβένη Ζωή

Ανχης(ΥΝ)Πετρίδου Αγγελική

Ανχης(ΥΝ)Βασιλείου Βασιλική

Ανχης (ΥΝ) Στυλιανίδου Μαρία

Ανχης (ΥΝ) Κωσταρόπουλος Ανδρέας

Τχης(ΥΝ) Γκλαβέτα Φωτεινή

Τχης(ΥΝ) Γούλα Χριστίνα

Λγος(ΥΝ) Χαρτσίνα Στέλλα

Υπλγος(ΥΝ) Αποστολίδου Ελένη

Ανθλγος(ΥΝ) Κελεπούρη Μυρσίνη

Ανθλγος(ΥΝ)Ιλαρίδου Άννα

Αλχιας (ΥΓ) Αλεξίου Ιωάννης

Λχιας (ΥΓ) Σιαπλαούρα Παρασκευή