



Εργατική Φωνή

ΤΕΤΑΡΤΗ

13
ΜΑΪΟΥ
2015

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2858
ΤΙΜΗ 0.68€(€ 0.40)

14 Μαΐου το Παγκύπριο Συνέδριο Ομοσπονδίας Ιδιωτικών ΣΕΚ

Το Παγκύπριο Συνέδριο της Ομοσπονδίας Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ θα πραγματοποιηθεί αύριο **Πέμπτη 14 Μαΐου 2015 και ώρα 10π.μ.** στο οίκημα της ΣΕΚ στη Λευκωσία. Το τελετουργικό μέρος του συνεδρίου θα τιμήσουν με την παρουσία τους οι υπουργοί Εργασίας και Δικαιοσύνης -Δημόσιας Τάξης ενώ θα παραστούν πολιτειακοί αξιωματούχοι, εκπρόσωποι των κοινωνικών εταίρων, της Διεθνούς Ομοσπονδίας Εργαζομένων UNI και της Ομοσπονδίας Ιδιωτικών Εργατών Ελλάδας. Χαιρετισμούς στο συνέδριο θα απευθύνουν, η υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** και ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως**. Εισηγητική ομιλία θα καταθέσει ο γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας **Ελισσαίος Μιχαήλ**.

Το συνέδριο θα ασχοληθεί με τα σοβαρά προβλήματα των Ιδιωτικών Υπαλλήλων, κυρίως στο λιανικό εμπόριο, το συνεργατισμό και τις ιδιωτικές εταιρείες φύλαξης. Οι σύνεδροι θα κληθούν να εγκρίνουν την έκθεση δράσης και τα πεπραγμένα και θα εκλέξουν την ηγεσία της Ομοσπονδίας για την επόμενη τετραετία. Σελ. 5

Συνέντευξη γ.γ. ΣΕΚ στην εφημερίδα «Κύπρος»

Στην πρώτη γραμμή για θωράκιση των θεσμών

Οι καιροί είναι δύσκολοι και πονηροί γι' αυτό καλούμε τους εργαζόμενους να πυκνώσουν περαιτέρω τις γραμμές της ΣΕΚ ώστε να προστατεύσουμε την κοινωνία από τους καιροσκόπους και τους κερδοσκόπους.

Την κρίσιμη τούτη ώρα, καλούμαστε στον αγώνα για θωράκιση των θεσμών και επαναφορά της Κύπρου σε τροχιά ανάπτυξης.

Το μήνυμα αυτό έστειλε προς τους εργαζόμενους και όχι μόνον, ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** με συνέντευξη του στην πρώτη έκδοση της εβδομαδιαίας εφημερίδας «ΚΥΠΡΟΣ». Ο κ. Μωυσέως ανέπτυξε τις θέσεις της ΣΕΚ στα καίρια εργατικά, κοινωνικά και οικονομικά ζητήματα τονίζοντας την ανάγκη τάχιστης ρύθμισης της αγοράς εργασίας και νομική υπόσταση των συλλογικών συμβάσεων ώστε να αποτρέπεται η εκμετάλλευση εργαζομένων. Σελ. 3

Υπέρτατο χρέος του κράτους η ουσιαστική στήριξη της εργαζόμενης μητέρας

Η έμπρακτη στήριξη της Ελληνίδας Κύπριας μάννας, διαχρονικό σύμβολο ηρωισμού και κοινωνικής καταξίωσης, εξακολουθεί να αποτελεί υπέρτατο χρέος της πολιτείας.

Η ΣΕΚ και ο ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου στην ετήσια εκδήλωση προς τιμή της Μάννας κάλεσαν την πολιτεία να συναισθανθεί το βάρος της ευθύνης προσφέροντας στις μητέρες ότι

απλόχερα δικαιούνται.

Ο υπουργός Δικαιοσύνης και Δημόσιας Τάξης **Ιωνάς Νικολάου** στην ομιλία του επεσήμανε πως στόχος κάθε σύγχρονου κράτους, αποτελεί η ενδυνάμωση της εργαζόμενης μητέρας ώστε να διαδραματίζει, ισότιμα και σε κάθε πεδίο, τους ρόλους που η ίδια επιλέγει.



• Ασύμφορο και προβληματικό το πολυασφαλιστικό ΓΕΣΥ προκρίνει ο Π.Ο.Υ

ΝΑΙ ΣΤΟ ΜΟΝΟΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ ΓΕΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Κόλαφο για το πολυασφαλιστικό σχέδιο υγείας που επιχειρούν κάποιοι κύκλοι να επιβάλουν στην Κύπρο, αποτελεί η σχετική μελέτη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας [Π.Ο.Υ]

Η μελέτη προκρίνει ότι το πιο οικονομικό και αποτελεσματικό σχέδιο υγείας για την περίπτωση της Κύπρου θεωρείται το μονοασφαλιστικό, το οποίο προωθείται από τον Οργανισμό Ασφάλισης Υγείας βάσει των μέχρι τώρα σχεδιασμών. Ακόμη ο Π.Ο.Υ αξιολογεί ως την χειρότερη επιλογή για το Κυπριακό κράτος την προοπτική ενός μικτού συστήματος στο οποίο θα ανταγωνίζονται ο Οργανισμός

Ασφάλισης Υγείας και οι ασφαλιστικές εταιρείες.

Πουθενά στην Ευρώπη δεν εφαρμόζεται πολυασφαλιστικό ενώ σε κάποιες άλλες χώρες που λειτουργεί

- Δικαιώνεται η θέση της ΣΕΚ και του Ο.Α.Υ.
- Ξεκάθαρος πλέον ο δρόμος για εφαρμογή του ΓΕΣΥ

γεί, τα αποτελέσματα δεν είναι καθόλου ικανοποιητικά, σημειώνεται.

Η μελέτη του Π.Ο.Υ δικαιώνει την αταλάντευτη θέση της ΣΕΚ για

εφαρμογή του ΓΕΣΥ από τον Οργανισμό Ασφάλισης Υγείας, σύμφωνα με τις υφιστάμενες μελέτες. Ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** εξέφρασε την ευαρέσκεια του για την εξέλιξη αυτή, τονίζοντας ότι τώρα που το τοπίο ξεκαθάρισε πλήρως, πρέπει να επιταχυνθούν χωρίς προσκόμματα και δικαιολογίες όλες οι αναγκαίες διαδικασίες για εφαρμογή του ΓΕΣΥ. Στο ίδιο μήκος κύματος κινήθηκε και ο πρόεδρος του Ο.Α.Υ **Θωμάς Αντωνίου** ο οποίος δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» πως, μετά τη μελέτη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, ο πρόεδρος της Δημοκρατίας πρέπει να άρει τις όποιες επιφυλάξεις του, καταθέτοντας χωρίς χρονοτριβή στη Βουλή για ψήφιση το νομοσχέδιο του 2013 που συμφωνήθηκε από το σύνολο των κοινωνικών εταίρων και των άλλων εμπλεκόμενων φορέων

Σημειώνεται ότι η Κύπρος είναι το μόνο κράτος στην Ε. Ε. που δεν έχει Γενικό Σύστημα Υγείας και αυτό δεν μας τιμά ως χώρα και ως λαό.



Το δικαίωμα της απεργίας και οι εργοδοτικές αυθαιρεσίες

Τις τελευταίες μέρες με αφορμή την εδώ παρουσία του κλιμακίου της Τρόικα και μιας απεργιακής κινητοποίησης στα λιμάνια, η Ομοσπονδία Εργοδοτών και Βιομηχάνων (ΟΕΒ) επανέλαβε τις πάγιες γνωστές θέσεις της για περιορισμό του δικαιώματος της απεργίας στις ουσιώδεις υπηρεσίες.

Μάλιστα η Ομοσπονδία ετοίμασε και απέστειλε στον Πρόεδρο της Δημοκρατίας και σχετικό σχέδιο νόμου, παρακάμπτοντας το Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα στο οποίο λογικά θα έπρεπε να συζητούνται τέτοια κρίσιμα και κορυφαία ζητήματα.

Η κίνηση της ΟΕΒ είναι βεβιασμένη και κυρίως στερείται σοβαρής τεκμηρίωσης.

Η ΣΕΚ απορρίπτει αυτές τις θέσεις και υποδεικνύει προς κάθε κατεύθυνση, πως, στην Κύπρο ουδέποτε υπήρξε κατάχρηση του απεργιακού δικαιώματος. Ένα απλό μετροφύλλημα των ετήσιων εκθέσεων του υπουργείου Εργασίας, στις οποίες υπάρχουν σχετικά στοιχεία, επιβεβαιώνει του λόγου το αληθές, (π.χ.

- Βεβιασμένη και χωρίς επαρκή τεκμηρίωση η κίνηση της ΟΕΒ

από το 2007 έως και το 2011 έγιναν 40 συνολικά απεργίες, δηλαδή κατά μέσο όρο 8 απεργίες το χρόνο, οι περισσότερες απ' αυτές στις υπηρεσίες και

στις οικοδομές, όπου υπήρξαν από πλευράς εργοδοτών σοβαρές παραβιάσεις στα συνδικαλιστικά δικαιώματα και ωφελήματα των εργαζομένων).

Το συνδικαλιστικό κίνημα με αρκετή περίσκεψη και πολλή φειδώ προχωρεί στη λήψη απεργιακών μέτρων, εκεί όπου τεκμηριωμένα αποδεικνύεται πως, η εργοδοτική πλευρά παραβιάζει είτε τις συλλογικές συμβάσεις είτε τα εργασιακά θέσμιμα.

Το δικαίωμα της απεργίας είναι ιερό και θα διαφυλαχθεί έναντι κάθε τιμήματος και καλά κάνει η ΟΕΒ, αν θέλει να προσφέρει στην Κύπρο, να υποδείξει στα μέλη της να σταματήσουν να αυθαιρετούν σε βάρος των νόμων δικαιωμάτων της εργατικής τάξης.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

Στον απόηχο των διαβεβαιώσεων του προέδρου της Δημοκρατίας και του υπουργού Οικονομικών ότι η Κύπρος θα βγεί σύντομα από το Μνημόνιο και ως εκ τούτου δεν θα χρησιμοποιήσει και τα 10 δισ. ευρώ που δανείστηκε από την Τρόικα, επαναφέρεται δυναμικά στο προσκήνιο το θέμα της ιδιωτικοποίησης των ημικρατικών οργανισμών. Ήδη η ΕΠΟΕΤ [ΟΗΟ-ΣΕΚ] η μεγαλύτε-



Του Ξενή Ξενοφώντος, Αρχισυντάκτη «Εργατικής Φωνής»

xenis.xenofontos@sek.org.cy

ρη συντεχνία στην ΑΤΗΚ, άρχισε κύκλο επαφών με τα κόμματα με κύριο στόχο να αποτραπεί η ιδιωτικοποίηση του οργανισμού δεδομένου ότι δεν υφίσταται πλέον η σχετική Μνημονιακή υποχρέωση.

Πιστεύουμε βαθύτατα ότι όσο πιο γρήγορα ξεκαθαρίσει το τοπίο στο καίριο θέμα των ιδιωτικοποιήσεων τόσο πιά πολύ ευνοείται ο επιδιωκόμενος στόχος της ταχείας οικονομικής ανάκαμψης και κατεπέκταση η εξυπηρέτηση των καλώς νοούμενων συμφερόντων της δυσπραγούσας

Ιδιωτικοποιήσεις – εύκολο κέρδος και κοινωνικό συμφέρον

Κύπρου. Παράλληλα, υποστηρίζουμε σθεναρά την άποψη ότι η ΑΤΗΚ, η ΑΗΚ και οι άλλοι ζωτικού οργανισμοί κοινής ωφέλειας θα πρέπει να παραμείνουν στο κράτος το οποίο οφείλει να μεριμνά για την εύρυθμη και ανταγωνιστική λειτουργία τους προσφέροντας ποιοτικές υπηρεσίες στους πολίτες σε προσιτές τιμές.

Οι υπέρμαχοι των ιδιωτικοποιήσεων προβάλλουν το επιχείρημα ότι δεν είναι δουλειά του κράτους να κάνει τον επιχειρηματία τονίζοντας ότι ο ανταγωνισμός μεταξύ των ιδιωτών οδηγεί, δήθεν, σε ποιοτικότερες υπηρεσίες και χαμηλότερες τιμές προς όφελος των καταναλωτών. Αυτή η προσέγγιση είναι απλώς πυροτέχνημα και σε καμμία περίπτωση δεν αντικατοπτρίζει την πραγματικότητα. Μοναδικό μέλημα των επιχειρηματιών είναι το εύκολο κέρδος και όταν αισθανθούν ότι αυτός ο στόχος εξασθενεί, θα τα βροντήξουν και θα φύγουν αφήνοντας πίσω τους κοινωνικά συντρίμια. Αυτό το θλιβερό σκηνικό συντελείται καθημερινά στο διεθνές οικονομικό στερέωμα, ενώ το

ζήσαμε τελευταίως εις διπλούν, τόσο με την ασυδοσία των τραπεζιτών όσο και με το περίεργο λουκέτο μεγάλης αλυσίδας υπεραγοράς. Επιπροσθέτως, το βιώνουμε και τώρα με την αυθάδη απόπειρα

• Οι Ημικρατικοί Οργανισμοί να παραμείνουν στο κράτος και να εκσυγχρονισθούν με τους άριστους στο τιμόνι για εξυπηρέτηση του κοινωνικού και εθνικού συμφέροντος

των μεγαλοεπιχειρηματιών του λιανικού εμπορίου να επιβάλουν δια «πυρός και σιδήρου» το ωράριο λειτουργίας των καταστημάτων κατά τις Κυριακές και τις αργίες, αγνοώντας τις τεράστιες αρνητικές επιπτώσεις στο κοινωνικό σύνολο σε βάθος χρόνου.

Πολιτική μαγκιά

Εξυπακούεται ότι για να αποβούν πολλαπλώς ωφέλιμοι για τη χώρα και τους πολίτες οι ημικρατικοί οργανισμοί θα πρέπει να διέπονται από σύγχρονο και αποτελεσματικό καθεστώς λειτουργίας, που να

τους επιτρέπει να κινούνται ανταγωνιστικά στις μεγάλες προκλήσεις της νέας εποχής.

Εδώ ακριβώς είναι που χρειάζεται η πολιτική μαγκιά, όχι μόνον των κυβερνώντων αλλά και των αντιπολιτευομένων. Η κυβέρνηση αν πράγματι θέλει να παραμείνουν οι οργανισμοί κοινής ωφέλειας στο κράτος, όπως ρητώς υποσχέθηκε προεκλογικά στις συντεχνίες των εργαζομένων, ο πρόεδρος Αναστασιάδης οφείλει να προχωρήσει με ειλικρίνεια σε ουσιαστικό κοινωνικό διάλογο με σκοπό την ενίσχυση των οργανισμών μέσω καθεστώτος

δημοσίου δικαίου. Η αξιωματική αντιπολίτευση από την πλευρά της, αντί να καταριέται τον επάρατο καπιταλισμό τον οποίο για πέντε χρόνια υπηρέτησε με ζήλο με δύο υψηλόβαθμους τραπεζίτες στο πηδάλιο του υπουργείου Οικονομικών, καλείται να συμβάλει καταλυτικά στην υλοποίηση του στόχου αυτού με τεκμηριωμένα επιχειρήματα και όχι με πολιτικούς αφορισμούς, αν πραγματικά δεν θέλει το ξεπούλημα των ημικρατικών οργανισμών στα ιδιωτικά συμφέροντα.



Κυβέρνηση και αντιπολίτευση, καλούνται τούτη την κρίσιμη ώρα να πάρουν γενναίες αποφάσεις με πρώτιστο κριτήριο το δημόσιο συμφέρον και με μοναδικά όπλα την αξιοκρατία, τη διαφάνεια και τη χρηστή διοίκηση με τους άριστους και τίμιους στο τιμόνι, των ημικρατικών, μακριά από κομματικές εξαρτήσεις και άλλα ιδιοτελή συμφέροντα. Μόνον έτσι οι ημικρατικοί οργανισμοί μπορούν να προχωρήσουν προς το μέλλον, ισχυροί, αποδοτικοί και εύρωστοι στηρίζοντας με τα κέρδη, τις ποιοτικές υπηρεσίες και τις προσιτές τιμές το κοινωνικό κράτος το οποίο δυστυχώς μέρα με τη μέρα αποδυναμώνεται. Αυτό είναι το μεγάλο στοίχημα, το οποίο για να κερδηθεί χρειάζεται πρωτίστως πολιτική μαγκιά. Όλα τα άλλα πηγάζουν εκ του πονηρού εξού και ο λαός έχει υποχρέωση να επαγρυπνεί και να αντιδρά πάνω σε συνεχή βάση για να μην βρεθεί άθελα του προοδνηρών εκπλήξεων που θα σημαδέουν αναπόφευκτα τις νύν αλλά και τις επόμενες γενιές.

Η ΣΕΚ τίμησε την περασμένη Κυριακή στο ηρωικό Παλαιχώρι τη ζωοδότρα Ελληνίδα Κύπρια Μάνα που σφράγισε διαχρονικά την ιστορική διαδρομή του Ελληνικού Πολιτισμού και ήθους.

Η υπέρτατη αυτή φυσιογνωμία αποτελεί διαχρονικά το θεματοφύλακα των αρχών και αξιών της μαρτυρικής μας πατρίδας.

Αποτελεί την ιστορική μορφή της νεότερης κυπριακής ιστο-



Της Δέσποινας Ησαΐα - Κοσμά

Γραμματέας Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ

ρίας καθώς αποδεικνύοντας το ψυχικό της μεγαλείο πλήρωσε με υποδειγματική συνέπεια γενναιότητα και αυταπάρνηση το βαρύ τίμημα των ιστορικών γεγονότων.

Παρά τα αλλεπάλληλα κτυπήματα που δέχθηκε η Κύπρος η

Η Πολιτεία ας συναισθανθεί το βάρος της ευθύνης της έναντι στις μητέρες

Κύπρια μάνα ήταν πάντοτε στην πρώτη γραμμή αλύγιστους αγώνες για ελευθερία ισότητα και κοινωνική δικαιοσύνη. Στη σύγχρονη εποχή η Μάνα και κυρίως η εργαζόμενη μητέρα καλείται επιτακτικά να συνεχίσει μέσα από συμπληγάδες τον πολυσήμαντο και πολύπλευρο ρόλο της.

Και αυτή της η προσπάθεια έχει τεράστια σημασία σήμερα που οι βαριές και ασήκωτες συνέπειες της οικονομικής ύφεσης πλήττουν όχι μόνο την κοινωνική αλλά και την οικογενειακή συνοχή.

Οι αριθμοί των ανέργων είναι σκληροί και αδυσώπητοι και καταμαρτυρούν το μέγεθος και την ένταση των μετασεισμικών δονήσεων. Μέσα σε αυτή τη θολούρα η μητέρα εξακολουθεί απεγνωσμένα να κρατήσει αλώβητο το μόνο ασφαλές καταφύγιο που λέγεται οικο-

γένεια. Δυστυχώς όμως επί μακρόν το κράτος και η πολιτεία δεν της αναγνωρίζουν τη σπουδαιότητα του ρόλου και λόγου που πρέπει να έχει στην κοινωνία.

Της στερούμε ως κοινωνία ακόμη και το δικαίωμα να κλη-

ίδα στιγμή ένας μεγάλος αριθμός εγκύων απολύονται χωρίς ενδοιασμούς και αναστολές. Φορτώσαμε στις ωμοπλάτες της εργασίας και οικογένεια χωρίς καμιά βοήθεια χωρίς καμιά προσπάθεια συμφιλίωσης. Της φορτώσαμε με πολλαπλές ευθύνες που την

• Φορτώσαμε στις ωμοπλάτες της εργασίας και οικογένεια χωρίς καμιά βοήθεια χωρίς καμιά προσπάθεια συμφιλίωσης

ροδοτεί τα παιδιά της και το σύζυγο της τους κόπους της εργασίας της ως δικαίωμα σύνταξης.

Της στερούμε τη χαρά της εργασίας αφού νοοτροπίες που έχουν παγιωθεί την εμποδίζουν να ανέλθει στα ψηλά δώματα της ιεραρχίας.

Ενισχύσαμε νομοθεσίες που προάγουν την ισότητα και την

αναγκάζουν να απουσιάζει συχνότερα από την εργασία στιγματίζοντας την ως κακή επαγγελματία.

Την αμείβουμε λιγότερα και ας υπερτερεί σε προσόντα. Την βαφτίζουμε με ανήθικους χαρακτηρισμούς που κατακρεουργούν το ήθος της στο βωμό της προσπάθειας που καταβάλλει να ανελιχθεί στα ψηλά

δώματα της εργασίας της.

Αυτή η μάνα, αυτή η εργαζόμενη που της φερόμαστε με τόση αδιαφορία είναι η μάνα και η αδελφή μας. Η πολιτεία και το κράτος, ας αφουγκραστεί την αναγκαιότητα στήριξης των μανάδων στις οποίες στηρίζεται ολόκληρη η δημογραφική μας φυσιογνωμία.

Ας συναισθανθούμε το βάρος της ευθύνης όχι για να χαρίσουμε περισσότερα από αυτά που αξίζει αλλά να της προσφέρουμε απλόχερα όσα αξίζει. Μάνες του Μιχαλάκη Καραολή και Ανδρέα Δημητρίου που κρυφωλιόνατε σαν κερύ όταν αντικρίσατε τους λεβέντες σας λίγο πριν τον απαγχονισμό.

Μάνα της προσφυγιάς που έφερε βασιλικό από τον κήπο σου και ζεις με το όνειρο του γυρισμού. Σε όλες τις μαρτυρικές μανάδες όλου του κόσμου που σηκώνουν αγόγγυστα το δικό τους σταυρό σκύβω και φιλώ με σεβασμό το χέρι.

Συνέντευξη γ.γ. ΣΕΚ Ν. Μωυσέως στην πρώτη έκδοση της εβδομαδιαίας εφημερίδας «Η Κύπρος»

Κορυφαία επιδίωξη η προστασία των θεσμών και η επαναφορά της Κύπρου σε τροχιά ανάπτυξης

• Μπορείτε να μας κωδικοποιήσετε πως και σε ποια κατάσταση βρίσκεται η φετινή Πρωτομαγιά το λαό και τους εργαζόμενους της Κύπρου;

- Σήμερα οι εργαζόμενοι ζουν σε ένα εξαιρετικά δύσκολο οικονομικό περιβάλλον. Η οικονομική κρίση αναστάτωσε κάθε επιχειρηματική μονάδα και επηρέασε αρνητικά κάθε νοικοκυριό. Η αχορταγία επώνυμων τραπεζιτών για γρήγορο κέρδος και εύκολο πλουτισμό κατέστρεψε το χρηματοπιστωτικό μας σύστημα.

Η διαπίστωση αυτή σε συνδυασμό με το γεγονός ότι, η προηγούμενη Κυβέρνηση επέδειξε ολιγωρία, αναβλητικότητα και ανευθυνότητα στην

• Αναγκαιότητα της εποχής η νομοθετική υπόσταση των συλλογικών συμβάσεων

έγκαιρη και αποτελεσματική αντιμετώπιση της κρίσης, οδήγησαν την Κύπρο και το λαό της κάτω από το ζυγό της Τρόικα και του σκληρού Μνημονίου.

Δυστυχώς η εποχή που βιώνουμε χαρακτηρίζεται από σοβαρή ανεργία, από συνεχείς απολύσεις εργαζομένων, από απορρύθμιση της αγοράς εργασίας, από μείωση του βιοτικού επιπέδου και από συρρίκνωση του κοινωνικού κράτους, με πρώτα θύματα το κουτσούρεμα της φοιτητικής χορηγίας και του επιδόματος τέκνου, που έγιναν από την κυβέρνηση Χριστόφια από το 2011.

Όλα αυτά τα αρνητικά επηρεάζουν σοβαρά την ποιότητα ζωής των εργαζομένων και γενικά των πολιτών.

• Θα χαρακτηρίζατε αυτή την κατάσταση πρωτόγνωρη, ή ο λαός μας, και πιο ειδικά οι εργαζόμενοι, έχουν βιώσει και στο παρελθόν τέτοια κατάσταση; Μπορείτε να μας δώσετε κάποια ανάλογα στοιχεία από το παρελθόν; Και σε πόσο βάθος χρόνου μας παραπέμπουν στοιχεία από παρόμοιες καταστάσεις;

- Ανάλογη κατάσταση ο κυπριακός λαός βίωσε και το 1974. Οι επιπτώσεις της τουρκικής εισβολής ήταν οδυνηρές σε βάρος του τόπου και του λαού. Τα δύσκολα και δίσεκτα χρόνια της δεκαετίας του 1970 υπήρξε σοβαρή οικονομική οπισθοδρόμηση, όμως ο κυπριακός λαός, με την εργατι-

κότητα που τον διακρίνει, κατάφερε μέσα σε λίγα χρόνια να δημιουργήσει το τότε λεγόμενο οικονομικό θαύμα.

Και τότε - όπως βέβαια και τώρα - το συνδικαλιστικό κίνημα καθοδήγησε σωστά τους εργαζόμενους και μέσα από κόπους και πολλές θυσίες, οδηγήθηκε ο τόπος σε καλύτερες μέρες. Βέβαια το βάρος της συνεχιζόμενης πολυετούς κατοχής υφίσταται και αντανάκλα αρνητικά στις προσπάθειες που καταβάλλονται και σήμερα για πρόοδο, ανάπτυξη και ευημερία.

Μια άλλη τραυματική εμπειρία που βίωσε ο λαός - σε οικονομικό επίπεδο - ήταν το σκάνδαλο του Χρηματιστηρίου (ΧΑΚ) την περίοδο 1999 - 2000. Με αδιαφανείς και συνοπτικές διαδικασίες - που έμειναν ατιμώρητες - επιτήδειοι καιροσκόποι έκλεψαν τις οικονομίες αναποφάστων πολιτών, υπό το ψευδοπρόσχημα του γρήγορου και εύκολου πλουτισμού.

• Αν σας ζητούσα να φέρετε στη μνήμη σας την Πρωτομαγιά στην Κύπρο 10-15 χρόνια πριν, πώς θα την συγκρίνατε με την φετινή και ποιες βασικές διαφορές στη θέση των εργαζομένων στην κυπριακή κοινωνία και την κατανομή του εθνικού προϊόντος θα επισημάνατε;

- Οι δύο εποχές είναι εντελώς διαφορετικές. Πριν από 15 χρόνια η κυπριακή οικονομία λειτουργούσε μέσα σε ένα προστατευτικό περιβάλλον στο οποίο υπήρχε περιορισμός στη διακίνηση ανθρώπων, αγαθών και κεφαλαίων, ενώ υπήρχε Επιτροπή Τιμών που καθόριζε τιμές για βασικά είδη πρώτης ανάγκης, όπως ήταν π.χ. το ψωμί και το γάλα.

Υπήρχε λιγότερη ανεργία, λιγότερη απορρύθμιση των εργασιακών σχέσεων και περισσότερος σεβασμός στις συλλογικές συμβάσεις.

Τις Πρωτομαγιές του 2000 και 2001, η Κύπρος ήταν σε πορεία ένταξης στην Ε.Ε. και η ΣΕΚ προσπαθούσε να συμβάλει στην επιτυχή ολοκλήρωση αυτής της προσπάθειας, βοηθώντας την κοινωνία των απλών πολιτών να γνωρίσουν το Ευρωπαϊκό κεκτημένο και τις παράπλευρες επιπτώσεις και διαστάσεις του.

Το 2000 η προσοχή της ΣΕΚ επικεντρώθηκε, εκτός των πιο πάνω, στην προσπάθεια για μια γενική φορολογική μεταρρύθμιση με αύξηση του αφορολόγητου ποσού και δικαιότερη κατανομή των φορολογικών

βαρών, ενώ μεγάλο βάρος δόθηκε και για τη ψήφιση της νομοθεσίας για την εισαγωγή του Γενικού Σχεδίου Υγείας.

Σήμερα τα πράγματα είναι εντελώς διαφορετικά. Ζούμε σε ένα φιλελεύθερο οικονομικό περιβάλλον που το χαρακτηρίζει η ελεύθερη διακίνηση αγαθών, ανθρώπων και κεφαλαίων.



Σήμερα υπάρχει αυξημένη ανεργία, (11451 άνεργοι το 2002, 14522 άνεργοι το 2008 και 70267 άνεργοι το 2014), οι αλλοδαποί εργάτες αποτελούν το 23,53% του Επικερδώς Απασχολούμενου Πληθυσμού, η αδήλωτη εργασία οργιάζει, ενώ οι παραβιάσεις των συλλογικών συμβάσεων είναι πλέον μόνιμο και καθημερινό φαινόμενο.

• Επείγει η ρύθμιση του θέματος της εργοδότησης Κοινοτικών και η μείωση του αριθμού αλλοδαπών εργατών

• Η Πρωτομαγιά δεν είναι αργία, είναι απεργία, λέγει το γνωστό σύνθημα. Δηλαδή είναι μέρα αγώνα. Μπορείτε να μας πείτε ποιος οδικός σας αγώνας, ως συνδικαλιστική οργάνωση, και που θα στρέψετε τις προτεραιότητές σας;

- Η ΣΕΚ αναπτύσσει μια πολυδιάστατη συνδικαλιστική δραστηριότητα που στοχεύει στην προώθηση κρίσιμων και κορυφαίων ζητημάτων όπως είναι π.χ. ο απεγκλωβισμός της χώρας από το Μνημόνιο, η λειτουργία του Γενικού Σχεδίου Υγείας, η ενίσχυση των δημοσίων οικονομικών, η βελτίωση του βιοτικού επιπέδου, η πάταξη της φοροδιαφυγής, η κακοδιαχείριση και ο περιορισμός του σπάταλου κράτους, η εμπέδωση της αξιοκρατίας και της χρηστής διοίκησης, η προστασία των Ημικρατικών Οργανισμών από άκαιρες και ακραίες ιδιωτικοποιήσεις.

Αυτή την ώρα βρισκόμαστε σε πορεία ανανέωσης αρκετών συλλογικών συμβάσεων με βασικό άξονα πολιτικής την επαναφορά των μισθών και των ωφελημάτων στην περίοδο πριν από την οικονομική κρίση.

Τολμώ να πω ότι, αυτή η προσπάθεια άρχισε

Σήμερα υπάρχει απελευθέρωση του επιτοκίου με μεγαλύτερες τις πιθανότητες για εκμετάλλευση των δανειοληπτών, υπάρχει απελευθέρωση των αγορών με κρούσματα αισχροκέρδειας και ασυδοσίας να πλήττουν τους καταναλωτές, υπάρχει γενικά αρκετή εκμετάλλευση του ανθρώπου ως εργαζόμενου και ως καταναλωτή.

Η ΣΕΚ προσπαθεί να διαχειριστεί αυτή την κατάσταση, όμως εκφράζει και σχετική απaréσκεια γιατί διακρίνει πως, σε αρκετές περιπτώσεις η πολιτεία είναι απύσχα και αδυνατεί να εφαρμόσει τις σχετικές νομοθεσίες ή να παρέμβει έγκαιρα και αποτελεσματικά για την προστασία των νόμιμων δικαιωμάτων των εργαζομένων.

• Ποια η ευθύνη των θεσμικών οργάνων και της ίδιας της Ευρωπαϊκής Ένωσης στην οικονομική κρίση, στον τρόπο αντιμετώπισής της και, πρωτίστως, στην ολοένα και πιο δεινή οικονομικά θέση στην οποία ρίχνονται τα πλατύτερα στρώματα των εργαζομένων;

- Η ευθύνη είναι τεράστια. Η πολιτική της σκληρής λιτότητας που εφαρμόζει η Ε.Ε. και



να στέφεται με αρκετή επιτυχία, αφού πολλές συμβάσεις ανανεώνονται με πολύ καλά αποτελέσματα με επανάκτηση μέρους της απώλειας μισθών, ταμείων προνοίας και άλλων ωφελημάτων.

Μια άλλη προσπάθεια μας είναι να πετύχουμε τη νομική υπόσταση των συλλογικών συμβάσεων και να διορθώσουμε - πάντα σε συνεργασία με τους κοινωνικούς εταίρους - τις στρεβλώσεις και τις αδικίες που υπάρχουν στην αγορά εργασίας.

Ζητούμε από την κυβέρνηση να στοχεύσει στη ρύθμιση της απασχόλησης των Κοινοτικών εργαζομένων στη βάση των νέων δεδομένων που υπάρχουν σήμερα στην κυπριακή αγορά εργασίας και να δει πως μπορεί να αντικαταστήσει αλλοδαπούς από Τρίτες χώρες με Κύπριους ανέργους.

Φρονούμε πως προς αυτή την κατεύθυνση υπάρχουν τεράστιες δυνατότητες για μείωση της ανεργίας.

Άλλος βασικός στόχος πολιτικής αυτή την εποχή είναι η εφαρμογή του ΓΕΣΥ, το οποίο με ευθύνη όλων των κυβερνήσεων, δεν εφαρμόστηκε μέχρι τώρα.

τα θεσμικά όργανα της είναι απαραίτητα και δεν βοηθά την ανάπτυξη. Αντίθετα, οδηγεί τους λαούς πιο βαθιά στη φτώχεια.

Πέραν τούτου η Ε.Ε. με πρωτεργάτη τη Γερμανία, επέδειξε πρωτοφανή σκληρότητα απέναντί στην Κύπρο και το λαό της με το κούρεμα των καταθέσεων.

Τέτοιου είδους αποφάσεις δεν συμβάλλουν στην πρόοδο και την ευημερία των ευρωπαϊκών λαών και βρίσκονται μακριά από τη - θεωρητική πλέον - αλληλεγγύη ανάμεσα στα κράτη - μέλη.

• Ποιο το μήνυμά σας στους εργαζόμενους με την ευκαιρία της φετινής Πρωτομαγιάς;

- Τίποτα δεν κερδίζεται με τη σιωπή, τον εφησυχασμό και την αδράνεια. Οι καιροί είναι δύσκολοι και πονηροί γ' αυτό καλούμε τους εργαζόμενους να συσπειρώσουν τις γραμμές του συνδικαλιστικού κινήματος, και από κοινού - μέλη και ηγεσία - να προστατεύσουμε την Κύπρο και τα συμφέροντα της από τους καιροσκόπους και τους κερδοσκόπους. Να προστατεύσουμε θεσμούς και αξίες και να επαναφέρουμε την Κύπρο σε τροχιά ανάπτυξης.

Με ήθος, δυναμισμό, αξιοπρέπεια και συνέπεια θα αγωνιστούμε για την πρόοδο, και ευημερία του τόπου μας.

Συνεχίζουμε «Μαζί στον αγώνα της Ανάπτυξης και της Ευημερίας».

ΕΛΛΑΔΑ

Η κυβέρνηση προτείνει την επιβολή ειδικού τέλους στις 500 πλουσιότερες οικογένειες της χώρας

Η κυβέρνηση της Ελλάδας προτείνει την επιβολή ενός ειδικού τέλους στις 500 πλουσιότερες οικογένειες της χώρας, στο πλαίσιο των διαπραγματεύσεων για την εκταμίευση των χρημάτων που απομένουν στο πλαίσιο της δανειακής της σύμβασης, γράφει στο σημερινό της φύλλο η γερμανική εφημερίδα Bild, επικαλούμενη το νέο κατάλογο μεταρρυθμίσεων που υπέβαλε η Αθήνα στο Eurogroup.



Σύμφωνα με το δημοσίευμα, στις προτάσεις μεταρρυθμίσεις περιλαμβάνεται επίσης η αύξηση του φορολο-

γικού συντελεστή για τους εργαζόμενους με εισοδήματα πάνω από €30.000 κατ' έτος καθώς και ο φόρος πολυτελείας για αγαθά όπως τα ακριβά αυτοκίνητα, αναφέρει γερμανική εφημερίδα, η οποία ανάρτησε στον ιστότοπό της μέρος του άρθρου το οποίο δημοσιεύεται στο σημερινό της φύλλο.

Ακόμη, το δημοσίευμα της εφημερίδας αναφέρει πως η Αθήνα εισηγείται την επιβολή φόρου στις διαμονές πολυτελείας σε τουριστικά νησιά, καθώς και την τυποποίηση του ΦΠΑ.

Επιπλέον, στο πλαίσιο των προσπαθειών καταπολέμησης της φοροδιαφυγής, η ελληνική κυβέρνηση προτείνει οι πληρωμές για ποσά που ξεπερνούν τα €70 να γίνονται στο εξής μόνο με χρεωστικές ή πιστωτικές κάρτες, ώστε να εκδίδονται αποδείξεις για όλες τις συναλλαγές, κατά το δημοσίευμα της Μπιλντ.

Οικονομική αντεπίθεση της Ρωσίας

• Ο Β. Πούτιν φτιάχνει δικό του νομισματικό Ταμείο

Οι BRICS με επικεφαλής τον Πούτιν αντεπιτίθενται οικονομικά και οδεύουν προς τη δημιουργία ενός αντίπαλου δέοντος του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου. Οι χώρες οι οποίες συμμετέχουν στο νέο project είναι οι Ρωσία, Κίνα, Βραζιλία, Ινδία και η Νότια Αφρική.

Όπως αναφέρει το Business Insider, η Μόσχα διατίθεται να συμβάλει με 18 δισεκατομμύρια δολάρια στο Ταμείο.

Πρόκειται βέβαια για ένα αρκετά μικρότερο ποσό σε σχέση με τα 41 δισεκατομμύρια που έχει υποσχεθεί να δώσει η Κίνα στον οικονομικό φορέα που ιδρύθηκε μετά από τη συμφωνία που είχε υπογραφεί τον Ιούλιο του 2014 στη Βραζιλία.

Ηγετικός ωστόσο αναμένεται να είναι ο ρόλος του Πούτιν.

Οι BRICS, σχεδιάζουν την ίδρυση και της δικής τους διεθνούς τράπεζας, με έδρα τη Σανγκάη, προκειμένου να "χτυπήσουν" τη δυτική κυριαρχία στις διεθνείς αγορές.

"Η συμφωνία για τη δημιουργία του κοινού αποθεματικού ταμείου για τις χώρες τις BRICS επικυρώθηκε", ανέφερε έγγραφο από το Κρεμλίνο, σύμφωνα με το ρωσικό πρακτορείο ειδήσεων RIA Novosti.

Ο επίσημος στόχος του Ταμείου, όπως διατυπώνεται από τη συμφωνία, είναι η προστασία των μελών της ομάδας των αναδυόμενων οικονομιών από τις "βραχυπρόθεσμες πιέσεις ρευστότητας" και την προώθηση μεγαλύτερης συνεργασίας μεταξύ των πέντε κρατών.



Η Ρωσία, που έχει υποστεί τεράστιες διακυμάνσεις στις συναλλαγματικές ισοτιμίες από το ξέσπασμα της κρίσης στην Ουκρανία, αντιμετωπίζει το Ταμείο ως μία εναλλακτική λύση, απέναντι στο ΔΝΤ και την Παγκόσμια Τράπεζα, που κυριαρχούνται από τις ΗΠΑ.

Το δεδομένο πλέον είναι πως από το τέλος του 2015, όταν θα ξεκινήσει η λειτουργία της Αναπτυξιακής Τράπεζας των BRICS, θα είναι η πρώτη φορά στα οικονομικά χρονικά από το τέλος του Β' Παγκοσμίου Πολέμου που μια αναπτυξιακή τράπεζα που δεν ανήκει στην σφαίρα επιρροής της Δύσης θα μπορεί να χρηματοδοτεί αναπτυσσόμενες και όχι μόνο χώρες που σε άλλη περίπτωση θα έπεφταν στην οικονομική κυριαρχία του ΔΝΤ και επομένως της Δύσης.

Κύριος σκοπός της τράπεζας είναι η χρηματοδότηση έργων ανάπτυξης σε όλο τον πλανήτη.

Διευκρινίζεται πως οι BRICS είναι ένας διεθνής πολιτικός οργανισμός

των κορυφαίων αναδυόμενων αγορών, που αποτελείται από τις πέντε χώρες που αναφέραμε παραπάνω. Ο όρος προέρχεται από τα αρχικά γράμματα των ονομάτων των χωρών, ενώ δεν πρέπει να συγχέεται με τον καθαρά οικονομικό όρο BRIC.

Οι πέντε χώρες αποτελούν το 40% του παγκόσμιου πληθυσμού και το 1/5 του ΑΕΠ ολόκληρου του πλανήτη.

Το 2012, οι πέντε χώρες BRICS αντιπροσώπευαν έναν πληθυσμό σχεδόν τριών δισεκατομμυρίων ανθρώπων, με συνδυασμένο ονομαστικό ΑΕΠ 13,7 τρις δολάρια και ένα εκτιμώμενο σύνολο 4 τρις δολαρίων σε συναλλαγματικά αποθεματικά.

Τον Ιούλιο επικυρώθηκαν και τα σχέδια για τη δημιουργία αρχικά της τράπεζας που θα έχει κεφάλαιο 100 δισεκατομμυρίων δολαρίων, για να φτάσουμε σήμερα και στο Ταμείο χρηματοδότησης των πέντε.

Το ΔΝΤ πρόκειται να χαρακτηρίσει δίκαιη τη συναλλαγματική ισοτιμία του γουάν

Την ίδια ώρα το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο βρίσκεται πολύ κοντά στο να χαρακτηρίσει δίκαιη τη συναλλαγματική ισοτιμία του γιουάν, του νομίσματος της Κίνας, για πρώτη φορά την τελευταία δεκαετία και πλέον, όπως έγραψε χθες, Κυριακή, η εφημερίδα "Wall Street Journal".

Η νέα αποτίμηση του ΔΝΤ για το επίπεδο στο οποίο βρίσκεται το γουάν αναμένεται να επισημοποιηθεί σε εκθέσεις του για την κινεζική οικονομία που θα δημοσιοποιηθούν τους επόμενους μήνες.

Η μεγαλύτερη απεργιακή κινητοποίηση στην ιστορία των Γερμανικών Σιδηροδρόμων βρίσκεται σε εξέλιξη από τη Δευτέρα, ενώ επεκτάθηκε από τις εμπορικές και στις επιβατικές αμαξοστοιχίες και πρόκειται να διαρκέσει μέχρι τα ξημερώματα της Κυριακής. Πρόκειται για την όγδοη κατά σειρά απεργία του Συνδικάτου των Γερμανών Μηχανοδηγών GDL από το 2014, με βασικά αιτήματα τη σύναψη νέας συλλογικής σύμβασης εργασίας για τα μέλη του, την αύξηση του μισθού κατά 4,7%, καθώς και τη μείωση των εβδομαδιαίων ωρών εργασίας από τις 39 στις 37 ώρες.

Το συνδικάτο GDL διεκδικεί το δικαίωμα να διαπραγματεύεται συλλογικές συμβάσεις εργασίας για όλες τις κατηγορίες εργαζομένων που εκπροσωπεί (π.χ. μηχανοδηγούς και συνοδούς αμαξοστοιχίας) ανεξάρτητα από το ανταγωνιστικό Συνδικάτο Σιδηροδρόμων και Συγκοινωνιών EVG. Σε αυτό το σημείο αντιδρά η διοίκηση των Γερμανικών Σιδηροδρόμων, ζητώντας ενιαίες συλλογικές συμβάσεις εργασίας.

Κατοχυρωμένο από το Σύνταγμα το δικαίωμα ίδρυσης συνδι-

Σε απεργιακό κλοιό η Γερμανία με αιχμή τους μηχανοδηγούς σιδηροδρόμων

κάτων

Βασικό επιχείρημα όσων διαφωνούν με τη διαπραγμάτευση επί μέρους συλλογικών συμβάσεων εργασίας από διαφορετικά και ανταγωνιστικά μεταξύ τους συνδικάτα είναι ότι αυτές θα οδηγήσουν σε σοβαρές μισθολογικές και κοινωνικές ανισότητες των εργαζομένων της ίδιας επιχείρησης ή του ίδιου εργασιακού κλάδου.

Ο γερμανός εργατολόγος Βόλ-

• Γερμανία η χώρα με τις λιγότερες απεργίες στην Ευρώπη

φγκανγκ Ντόιμπλερ διαφωνεί. Όπως επισήμανε στο Γερμανικό Ραδιόφωνο Deutschlandradio Kultur, «δεν συμφέρωμαι αυτόν τον φόβο. Ούτε συμφωνώ ότι είναι δυνατή η ενοποίηση των συλλογικών συμβάσεων εργασίας διά νόμου. Έχουμε στο Σύνταγμα μας το άρθρο 9, παράγραφος

3, που δίνει στον καθένα και για κάθε επάγγελμα το δικαίωμα να ιδρύει συνδικάτα».

Παρά την ταλαιπωρία που θα υποστεί επί σειρά ημερών το επιβατικό κοινό και τη διάχυτη δυσαρέσκεια τόσο στην κοινωνία όσο και στον πολιτικό κόσμο της Γερμανίας για την

μόνο η Αυστρία και η Ελβετία. Εκεί είναι ακόμη πιο σπάνιες οι απεργίες. Αυτή τη στιγμή, αν λάβουμε υπόψη μας τις απεργίες σε παιδικούς σταθμούς και τις κινητοποιήσεις των πιλότων και των μηχανοδηγών, βρισκόμαστε σε μία κατάσταση που προσεγγίζει με αργό ρυθμό τη δυτικοευρωπαϊ-



απεργία, ο γερμανός εργατολόγος υπογραμμίζει ότι η Γερμανία είναι μία από τις χώρες με τις λιγότερες απεργιακές κινητοποιήσεις πανευρωπαϊκά. Όπως δήλωσε ο Βόλφγκανγκ Ντόιμπλερ, «μας ξεπερνούν

κή κανονικότητα».

Απεργίες και δημόσιο συμφέρον

Οι επαναλαμβανόμενες απεργίες του Συνδικάτου των Γερ-

μανών Μηχανοδηγών έχουν θέσει επί ποδός και τη γερμανική κυβέρνηση, δεδομένων και των οικονομικών απωλειών μισού δις ευρώ που εκτιμάται ότι θα προκαλέσει η απεργία στις εμπορικές αμαξοστοιχίες. Στο μεταξύ εξετάζεται και η ιδέα νομοθετικής παρέμβασης συμβάσεων εργασίας. Η σκέψη αυτή αιτιολογείται και με το επιχείρημα της προάσπισης του δημόσιου συμφέροντος.

Ο Βόλφγκανγκ Ντόιμπλερ εκφράζει, ωστόσο, σοβαρές επιφυλάξεις. «Αν υποθέσει κανείς ότι κάθε απεργία βλάπτει ως ένα βαθμό το δημόσιο συμφέρον, τότε θα μπορούσε να προβεί σε αυτήν την κίνηση. Όμως δεν είναι έτσι. Η απεργία είναι εν μέρει ενοχλητική για τους υπόλοιπους ανθρώπους και ναι, επιφέρει απώλειες στην πλευρά των εργοδοτών. Όμως αυτό ορίζει το Σύνταγμα! Κατοχυρώνει ορισμένα θεμελιώδη δικαιώματα, η άσκηση των οποίων ενδέχεται ορισμένες φορές να είναι ενοχλητική για άλλους ανθρώπους», τονίζει ο γερμανός εργατολόγος.



15ο παγκύπριο συνέδριο ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ



Την Παρασκευή 29 Μαΐου 2015 θα πραγματοποιηθεί στο οίκημα της ΣΕΚ στη Λευκωσία το 15ο Παγκύπριο Συνέδριο της ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ.

Στο Συνέδριο θα παραστούν 260 αντιπρόσωποι των έξι Σωματείων-μελών της ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ.

Στο συνέδριο αναμένεται να παραστούν εκπρόσωποι της κυβέρνησης, Διευθυντές / Λειτουργοί κυβερνητικών τμημάτων, εκπρόσωποι δημόσιων οργανισμών, καθώς επίσης και συνδικαλιστές εκπρόσωποι Ευρωπαϊκών Συνδικαλιστικών Οργανώσεων.

Εκ μέρους της κυβέρνησης θα παραστεί και θα απευθύνει χαιρετισμό ο Υπουργός Οικονομικών **Χάρης Γεωργιάδης**.

Το Συνέδριο θα ασχοληθεί με τα τρέχοντα θέματα που επηρεάζουν τους εργαζόμενους στις Δημόσιες Υπηρεσίες και θα τεθούν προς συζήτηση και έγκριση σημαντικά ψηφίσματα για την Απασχόληση, τις Μεταρρυθμίσεις στις Δημόσιες Υπηρεσίες, την παραγωγικότητα και παροχή ποιοτικών Δημοσίων Υπηρεσιών, και την προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων των εργαζομένων στις Βρετανικές Βάσεις.

Το συνέδριο θα εγκρίνει την έκθεση δράσης της Ομοσπονδίας για την περίοδο που μεσολάβησε από το προηγούμενο συνέδριο μέχρι σήμερα, και θα καθορίσει την πολιτική που θα ακολουθήσει η ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ την επόμενη τετραετία. Το συνέδριο θα εκλέξει επίσης την νέα ηγεσία της Ομοσπονδίας.

Οι σύνεδροι θα κληθούν να εγκρίνουν ψήφισμα για την εφαρμογή του ΓΕΣΥ και την προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων των Ωρομισθίων στα νοσοκομεία.

Ελαφριά αύξηση της απασχόλησης το 2014 στην Κύπρο

Ελαφρά αύξηση σημείωσε η απασχόληση στην Κύπρο το 2014 κινούμενη στο 67,6% για την ηλικιακή ομάδα 20 - 64 ετών, έναντι 67,2% το 2013. Ο στόχος για την Κύπρο στο πλαίσιο της στρατηγικής Ευρώπη 2020 είναι 75,0%.

Σύμφωνα με την Eurostat, τη στατιστική υπηρεσία της ΕΕ, ο δείκτης απασχόλησης του πληθυσμού 20 -



64 ετών αυξήθηκε το 2014 στην Ευρωπαϊκή Ένωση για πρώτη φορά από την έναρξη της οικονομικής κρίσης κι έφθασε το 69,2% - αν κι απέχει ακόμη από το επίπεδο

του 70,3% που είχε το 2008. Αντίστοιχη εικόνα μπορεί να παρατηρηθεί για τους άντρες, ενώ αντίθετως για τις γυναίκες παρατηρείται συνεχής αύξηση της απασχόλησης από το 2010 κι έχει φθάσει στο 63,5% το 2014, ξεπερνώντας την προηγούμενη κορύφωση του 62,8% το 2008.

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ 2020

Η στρατηγική Ευρώπη 2020 έχει θέσει ως στόχο να φθάσει η απασχόληση στην ΕΕ το 75,0% τουλάχιστον το έτος 2020.

Συγκριτικά με το 2013, η απασχόληση των ηλικίας 20 - 64 ετών αυξήθηκε το 2014 σχεδόν σε όλες τις χώρες μέλη - και κυρίως στην Ουγγαρία, την Πορτογαλία, την Κροατία και τη Λιθουανία. Δείκτες απασχόλησης άνω του 75% καταγράφηκαν στη Σουηδία (80,0%), τη Γερμανία (77,7%), το Ηνωμένο Βασίλειο (76,2%), την Ολλανδία (76,1%) και τη Δανία (75,9%). Αντιθέτως, δείκτες απασχόλησης κάτω του 60% παρατηρήθηκαν στην Ελλάδα (53,3%), την Κροατία (59,2%), την Ισπανία και την Ιταλία (αμφότερες 59,9%). Τέσσερα κράτη μέλη έχουν ήδη πετύχει τους εθνικούς τους στόχους στο πλαίσιο της Ευρώπης 2020: η Γερμανία, η Μάλτα, η Κροατία κι η Σουηδία.

Ομοσπονδία Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ

Καρκινοβατεί το θέμα του ωραρίου των καταστημάτων

Η νομοθεσία που ψήφισε την περασμένη Πέμπτη η Βουλή δεν επίλυσε το επίμαχο θέμα του ωραρίου λειτουργίας των καταστημάτων. Τη ρητή αυτή θέση διατύπωσε ο γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ **Ελισσαίος Μιχαήλ** προειδοποιώντας τους εργοδότες του λιανικού εμπορίου να μην προβούν σε βεβιασμένες αποφάσεις που θα συνιστούν απολύσεις προσωπικού.

Ο κ. Ελισσαίος εξέφρασε την ετοιμότητα του συνδικαλιστικού κινήματος για ουσιαστικό Κοινωνικό Διάλογο προκειμένου να εξευρεθεί η χρυσή τομή που θα εξυπηρετεί τα ευρύτερα κοινωνικά συμφέροντα.

Περαιτέρω προσδιόρισε το περιεχόμενο των θέσεων της ΣΕΚ γύρω από το φλέγον ζήτημα του ωραρίου στο λιανικό εμπόριο που ταλανίζει τον τελευταίο καιρό την κοινωνία και την οικονομία.

Περίγραμμα θέσεων ΣΕΚ

- Ολόκληρη η Κύπρος να θεωρηθεί τουριστική περιοχή κατά τη καλοκαιρινή περίοδο.
- Δεν μπορεί να αφήσουμε τα καταστήματα κλειστά κατά τη περίοδο τουριστικής αιχμής.
- Να διασφαλισθούν πλήρως και



εμπράκτως τα δικαιώματα των εργαζομένων στο λιανικό εμπόριο.

- Μέσω κοινωνικού διαλόγου όλων

• Να αποφευχθούν βεβιασμένες αποφάσεις για απολύσεις

των εμπλεκόμενων φορέων να εξευρεθεί η χρυσή τομή που εξυπηρετεί τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της κοινωνίας και της οικονομίας.

Η νέα νομοθεσία

Η νέα νομοθεσία για τα ωράρια των καταστημάτων της Κυριακής προκάλεσε θύελλα αντιδράσεων. Ο

πρόεδρος της Δημοκρατίας προανατολίζεται να αναπέμψει το νόμο στο Ανώτατο Δικαστήριο ενώ οι αντιπαραθέσεις στο κοινωνικοοικονομικό πεδίο προβλέπεται να συνεχισθούν και να ενταθούν.

Η ψηφισθείσα νομοθεσία προνοεί:

- Όλα τα καταστήματα θα παραμένουν κλειστά τις Κυριακές. Εξαιρούνται οι περιοχές Αγίας Νάπας, Πρωταρά, Πόλης Χρυσοχούς και Λατσιού. Ακόμη εξαιρείται η εντός των τειχών Λευκωσίας περιοχή.

- Τις Κυριακές θα παραμένουν ανοικτά τα καταστήματα πώλησης αναμνηστικών ειδών, παραδοσιακών προϊόντων, τα χρυσοχοεία και μικρές αγορές - περίπτερα μέχρι 150 τ.μ.

ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ ΣΕΚ

Πρωτομαγιάτικη επίσκεψη στην Τσιμεντοποιία Βασιλικού

Στα πλαίσια των εκδηλώσεων για την Εργατική Πρωτομαγιά, η Ομοσπονδία Οικοδόμων της ΣΕΚ πραγματοποίησε επισκέψεις σε χώρους εργασίας του κλάδου.

Την παραμονή της Πρωτομαγιάς ο γενικός γραμματέας της ΟΟΙΜ ΣΕΚ **Γιαννάκης Ιωάννου** μαζί με τον αναπληρωτή γενικό γραμματέα της ΟΟΙΜ - ΣΕΚ **Στέλιο Τσιαππουτή**, επισκέφθηκαν την Τσιμεντοποιία Βασιλικού Δημόσια Εταιρεία Λτδ. στην παρουσία του Τοπικού γραμματέα της Συντεχνίας **Σταύρου Καραγιώργη** και της Λειτουργού Ασφάλειας **Μαρίας Ευδοκίμου**. Περιήλθαν τα διάφορα τμήματα του εργοστασίου, όπου τους δόθηκε η ευκαιρία να εξάδουν το νόημα της ημέρας και να ανταλλάξουν απόψεις με τους εργαζόμενους κατά την ώρα της εργασίας τους. Δόθηκε ιδιαίτερη έμφαση στα δια-



• Με ενότητα και συστράτευση να αντιμετωπισθούν οι επιπτώσεις της κρίσης

χρονικά μηνύματα που στέλλονται διά μέσου των αγώνων των πρωτεργατών του Σικάγο ακόμα και

σήμερα, αφού οι εργαζόμενοι καλούνται να αντιμετωπίσουν τα μεγάλα ζητήματα που ταλανίζουν την εργατική τάξη, τα οποία επισώρευσε η οικονομική κρίση και η εκμετάλλευση. Κάλεσαν επίσης τους εργαζόμενους να εργαστούν από κοινού, ώστε να φανούν αντάξιοι των προσδοκιών και των θυσιών τους για ένα καλύτερο αύριο.

Στο τέλος της επίσκεψης, η αντιπροσωπεία συναντήθηκε με τον γενικό διευθυντή της εταιρείας **Γιώργο Σιδέρη** στην παρουσία του διευθυντή **Ανδρέα Ανδρέου**, όπου συζητήθηκαν θέματα αμοιβαίου ενδιαφέροντος. Αποχωρώντας η αντιπροσωπεία ευχαρίστησε την εταιρεία για τη θετική της ανταπόκριση στην πραγματοποίηση της επίσκεψης.

Σε χαμηλό διετίας η ανεργία τον Απρίλιο

Κατά 9% μειώθηκε η ανεργία στην Κύπρο τον Απρίλιο 2015.

Με βάση τα στοιχεία που τηρούνται στα Επαρχιακά Γραφεία Εργασίας, ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων στο τέλος Απριλίου έφτασε τα 42.551 πρόσωπα.

Με βάση τα στοιχεία διορθωμένα για εποχικές διακυμάνσεις που δείχνουν την τάση της ανεργίας, ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων τον Απρίλιο μειώθηκε στα

44.285 πρόσωπα σε σύγκριση με 44.579 τον προηγούμενο μήνα.

Σε σύγκριση με τον Απρίλιο του 2014 σημειώθηκε μείωση 4.207 προσώπων ή 9,0% που αποδίδεται κυρίως στους τομείς των κατασκευών (μείωση 1.109 ανέργων), των εμπορίου (μείωση 834), των χρηματοπιστωτικών και ασφαλιστικών δραστηριοτήτων (μείωση 755), της μεταποίησης (μείωση 741), της δημόσιας διοίκησης (μεί-

ωση 676), της εκπαίδευσης (μείωση 323) και στους νεοεισερχόμενους στην αγορά εργασίας (μείωση 939).

Αντίθετα, κατά την ίδια περίοδο υπήρξε αύξηση στην εγγεγραμμένη ανεργία στους τομείς των δραστηριοτήτων υπηρεσιών παροχής καταλύματος και υπηρεσιών εστίασης (αύξηση 831 ανέργων) και των μεταφορών (αύξηση 321 ανέργων).



12η Μαΐου

Η ΣΕΚ τιμά τη Διεθνή ημέρα Νοσηλευτών

Το Ελεύθερο Εργατικό Σωματείο Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ Λευκωσίας - Κερύνειας με τη ευκαιρία της Διεθνούς ημέρας νοσηλευτών και Μαΐων, η οποία γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 12 Μαΐου, παρέδωσε εισφορά €300 Παγκύπριο Σύνδεσμο Σπαστικών και Αναπήρων Παιδιών.

Φέτος λόγω της αυξημένης ανάγκης για οικονομική στήριξη που έχουν φιλανθρωπικά κέντρα παροχής υπηρεσιών υγείας, έχει αποφασιστεί από το Ελεύθερο Εργατικό Σωματείο Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ Λευκωσίας -Κερύνειας πως αντί του καθιερωμένου λουλουδιού που προσφέρετο στους νοσηλευτές ως ένδειξη εκτίμησης και σεβασμού στο λειτούργημα που ασκούν, να δοθεί εισφορά στον πιο πάνω σύνδεσμο.

Η μέρα αυτή υπενθυμίζει σε όλους μας την ανεκτίμητη συνεισφορά των νοσηλευτών σε κάθε κοινωνία. Η νοσηλευτική, γενικώς, θεωρείται ένα από τα πιο υποεκτιμημένα και κακοπληρωμένα επαγγέλματα.

Η 12η Μαΐου εορτάζεται κάθε χρόνο από το 1965 με πρωτοβουλία του Διεθνούς Συμβουλίου Νοσηλευτών.

Το Ελεύθερο Εργατικό Σωματείο Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ Λευκωσίας - Κερύ-

νειας εύχεται με την ευκαιρία της διεθνούς ημέρας νοσηλευτών «Χρόνια Πολλά» σε όλους τους νοσηλευτές, νοσηλεύτριες και Μαΐες εκφράζοντας παράλληλα την εκτίμηση του για το θεάρεστο λειτούργημα που επιτελούν.



Ο οργανωτικός γραμματέας του Σωματείου **Νικηφόρος Παφίτης** παραδίδει την επιταγή στον ταμία του Συνδέσμου **Άντη Γεωργίου**

ΟΡΚΟΣ ΝΟΣΟΚΟΜΩΝ

Ορκίζομαι ενώπιον Θεού και ανθρώπων να ασκώ το επάγγελμά μου με ευσυνειδησία και αξιοπρέπεια. Έχοντας πλήρη επίγνωση των ευθυνών που αναλαμβάνω, υπόσχομαι να προσφέρω τις υπηρεσίες μου με όλη τη γνώση, δεξιότητα και κατανόηση που κατέχω και να προσπαθώ να διατηρώ ψηλά επίπεδα νοσηλευτικής με συνεχή μάθηση.

Πάντοτε θα σέβομαι τη ζωή, την αξιοπρέπεια, τις θρησκευτικές πεποιθήσεις και τα δικαιώματα του ατόμου, της οικογένειας και της κοινότητας, χωρίς να επηρεάζομαι από παράγοντες όπως η εθνικότητα, η φυλή, το δόγμα, χρώμα, ηλικία, φύλο, πολιτικές πεποιθήσεις, και θα κρατώ με εχεμύθεια όλες τις προσωπικές πληροφορίες που έχουν εμπιστευθεί σε μένα.

Υπόσχομαι να προσφέρω τις υπηρεσίες μου με αφοσίωση και να συνεργάζομαι με όλα τα μέλη της ομάδας υγείας και να καταβάλλω κάθε δυνατή προσπάθεια για εκπλήρωση της βασικής ευθύνης των νοσοκόμων, η οποία είναι η προαγωγή της υγείας, η πρόληψη ασθενειών, η αποκατάσταση της υγείας και η ανακούφιση του πόνου.

Δίνω αυτό τον όρκο με υπευθυνότητα, θεληματικά και στο λόγο της τιμής.

Υποχώρηση ανεργίας κατά 9%

Μείωση της τάξης του 9% καταγράφει η εγγεγραμμένη ανεργία τον Απρίλιο σε ετήσια βάση, με τον αριθμό των ανέργων να φτάνει στις 42.551 άτομα από τις 46.758 την αντίστοιχη περίοδο του 2014. Η μείωση της εγγεγραμμένης ανεργίας αποδίδεται κυρίως στους τομείς των κατασκευών, μείωση 1.109 ανέργων, του εμπορίου 834, των χρηματοπιστωτικών και ασφαλιστικών δραστηριοτήτων μείωση 755 της μεταποίησης 741 και της δημόσιας διοίκησης 676.

Τον Απρίλιο σύμφωνα με τα στοιχεία της στατιστικής υπηρεσίας οι νεοεισερχόμενοι στην αγορά ανήλθαν στις 3.995 άτομα και ουσιαστικά παραμένουν στο ίδιο επίπεδο με αυτό του Μαρτίου, όταν αριθμούσαν 4.169 άτομα. Παρά τη μείωση της ανεργίας, τα στοιχεία διορθωμένα για εποχικές διακυμάνσεις (τάση της ανεργίας), ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων τον Απρίλιο σε σύγκριση με τον προηγούμενο μήνα παραμένει στο ίδιο επίπεδο.

Συγκεκριμένα, τον περασμένο μήνα οι άνεργοι αριθμούσαν 44.285 άτομα σε σύγκριση με 44.579 το Μάρτιο και 46.482 τον Απρίλιο του 2013.

Ύψιστη αξία προσδίδουν οι Κύπριοι στην Εργασία και Οικογένεια

Η συμφιλίωση εργασίας και οικογένειας είναι βασική συνιστώσα στην προαγωγή της Ισότητας και συμβάλει στην ουσιαστικότερη και ποιοτικότερη εμπλοκή του γυναικείου εργατικού δυναμικού στην αγορά εργασίας.

Ένα από τα πολλά ενδιαφέροντα αποτελέσματα μιας πρόσφατης έρευνας του ΟΟΣΑ καταδεικνύει πως η Κύπρος είναι η μοναδική χώρα στην Ευρώπη όπου οι πολίτες θεωρούν την ισορροπία μεταξύ εργασίας και οικογένειας ως ύψιστη προτεραιότητα της ζωής τους, με την Ελλάδα από την άλλη να υστερεί σημαντικά σε πολλούς τομείς ευημερίας. Αυτό ήταν ένα από τα πολλά ενδιαφέροντα αποτελέσματα μιας πρόσφατης έρευνας ερωτηματολογίου του ΟΟΣΑ, που με τη χρήση infographics, καταδεικνύει τις βασικές προτεραιότητες και τους δείκτες ικανοποίησης των πολιτών σε κάθε χώρα του κόσμου, σε όλους σχεδόν τους κοινωνικούς τομείς. Η πρωτοβουλία που βρίσκεται υπό την αιγίδα του ΟΟΣΑ φέρει το τίτλο «Better Life Index» (www.oecdbetterlifeindex.org) και ουσιαστικά έχει σκοπό τη συλλογή πληροφοριών σε συνεχή βάση από το 2011, και μέχρι σήμερα έχει λάβει πάνω από 60.000 απαντήσεις από περισσότερες από 180 χώρες.

Δείκτες ευημερίας

Το αποτέλεσμα, που ονομάζονται «Καλύτεροι Δείκτες Ζωής» (Better Life Index), έχουν ως στόχο να επιτρέψουν στο κοινό να συγκρίνει τα ποσοστά ευημερίας σε όλες τις χώρες του κόσμου, με βάση 11 συγκεκριμένους τομείς-δείκτες του ΟΟΣΑ που χαρακτηρίζονται ως καθοριστικής σημασίας, και αφορούν τόσο τις υλιστικές-ποσοτικές συνθήκες διαβίωσης όσο και ποιοτικές διαστάσεις.

Συγκεκριμένα, οι έντεκα τομείς αφορούν τη στέγαση, το εισόδημα, την εργασία, την κοινωνικοποίηση, την εκπαίδευση, το περιβάλλον, τη συμμετοχή στους θεσμούς, την

οικονομική περίθαλψη, την ικανοποίηση στη ζωή, την ασφάλεια και την ισορροπία οικογενειακής και επαγγελματικής ζωής.

Στην Κύπρο, μετά την εξισορρόπηση μεταξύ εργασίας και οικογενειακής ζωής που θεωρείται κομβικής σημασίας, τη δεύτερη θέση καταλαμβάνει το εισόδημα και την τρίτη η εκπαίδευση.

Την τελευταία θέση καταλαμβάνει η εμπιστοσύνη προς τους θεσμούς και η κοινωνικοποίηση.

Χάσμα πλουσίων-φτωχών

Δυστυχώς, σύμφωνα με την έρευνα, η Ελλάδα αποδίδει καλά μόνο σε ορισμένους τομείς ευημερίας, όπως μαρτυρείται από το γεγονός ότι κατατάσσεται κοντά στον

μέσο όρο σε μεγάλο αριθμό θεμάτων των δεικτών ποιότητας ζωής.

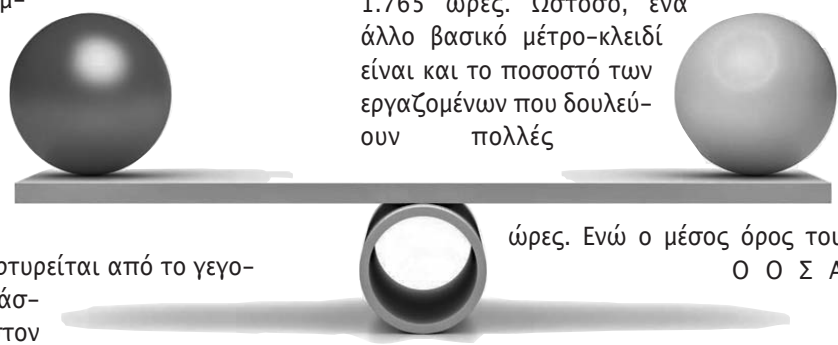
Τα χρήματα, αν και ασφαλώς δεν μπορούν να αγοράσουν την ευτυχία, εξακολουθούν εντούτοις να παραμένουν ένα σημαντικό μέσο για την επίτευξη καλύτερων προτύπων διαβίωσης. Στην Ελλάδα, το μέσο νοικοκυριό έχει καθαρό διαθέσιμο κατά κεφαλήν εισόδημα 16.973 ευρώ ετησίως (19.095 δολάρια), δηλαδή λιγότερο από τον μέσο όρο του ΟΟΣΑ, που βρίσκεται στα 21.272 ευρώ (23.938 δολάρια) τον χρόνο. Σημαντικό είναι, επίσης, και το χάσμα που υπάρχει μεταξύ των πλουσιότερων και των φτωχότερων κατοίκων της Ελλάδας, αφού το 20% του πληθυσμού που βρίσκονται στις ανώτερες κοινωνικές τάξεις κερδίζουν έξι φορές το ποσό του κατώτατου 20%.

Δυσκολεύονται οι γυναίκες

Όσον αφορά την απασχόληση, το 51% των

ατόμων ηλικίας μεταξύ 15 έως 64 στην Ελλάδα έχουν μian αμειβόμενη εργασία, που βρίσκεται κάτω από τον μέσο όρο απασχόλησης του ΟΟΣΑ, που φτάνει το 65%. Επιπλέον, το 61% των ανδρών έχουν αμειβόμενη εργασία, σε σύγκριση με το 42% των γυναικών, γεγονός που υποδηλώνει ότι οι γυναίκες αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο να εξισορροπήσουν την επαγγελματική με την οικογενειακή τους σταδιοδρομία.

Οι άνθρωποι στην Ελλάδα εργάζονται 2.034 ώρες ετησίως, 269 περισσότερες από τον μέσο όρο του ΟΟΣΑ, που είναι 1.765 ώρες. Ωστόσο, ένα άλλο βασικό μέτρο-κλειδί είναι και το ποσοστό των εργαζομένων που δουλεύουν πολλές



ώρες. Ενώ ο μέσος όρος του ΟΟΣΑ

είναι στο 9%, στην Ελλάδα το ποσοστό αυτό είναι 6%, με τους άνδρες (7%), να δουλεύουν περισσότερο εν συγκρίσει με τις γυναίκες (4%).

Δημόσιος τομέας και υγεία

Όσον αφορά την υγεία, το προσδόκιμο ζωής στην Ελλάδα είναι σχεδόν 81 χρόνια, ένα έτος υψηλότερο από τον μέσο όρο του ΟΟΣΑ, 80 χρόνια. Το προσδόκιμο ζωής για τις γυναίκες είναι σχεδόν 83 χρόνια, σε σύγκριση με 79 για τους άνδρες. Όσον αφορά τον δημόσιο τομέα, δυστυχώς υπάρχει μια μετριασμένη αίσθηση του ανέκαθεν ισχυρού κοινοτικού πνεύματος και των επιπέδων συμμετοχής των πολιτών στην Ελλάδα, αφού το μόλις 68% των ανθρώπων πιστεύουν ότι γνωρίζουν κάποιον που θα μπορούσαν να επικαλεστούν σε ώρα ανάγκης, ποσοστό χαμηλότερο από τον μέσο όρο του ΟΟΣΑ, 89%.



Η γενοκτονία των Χριστιανών ήταν ένα καλά μελετημένο σχέδιο εξόντωσης όλων των μειονοτήτων της άλλοτε κραταιάς Οθωμανικής Αυτοκρατορίας που άρχισε να εφαρμόζεται από το 1914 και ολοκληρώθηκε με την καταστροφή του 1922

Ο Ποντιακός Ελληνισμός, από την πτώση της αυτοκρατορίας της Τραπεζούντας (1461) γνώρισε συνεχείς διωγμούς, σφαγές, ξεριζωμούς και προσπάθειες για το βίαιο εξισλαμισμό και εκτουρκισμό του, με αποκορύφωμα τη συστηματική και μεθοδευμένη εξόντωση - γενοκτονία του περασμένου αιώνα.

Επτά χρόνια μετά την άλωση της Πόλης το 1453, οι Οθωμανοί κατέλαβαν την Τραπεζούνα.

Η οθωμανική κατάκτηση του μικρασιατικού Πόντου μπορεί να διαιρεθεί σε τρεις περιόδους.

- Η πρώτη αρχίζει με την άλωση της Τραπεζούντας το 1461 και λήγει στα μέσα του 17ου αιώνα. Την περίοδο αυτή οι Τούρκοι κρατούν μάλλον ουδέτερη στάση κατά των Ελλήνων του Πόντου.

- Η δεύτερη αρχίζει στα μέσα του 17ου αιώνα και λήγει με το τέλος του πρώτου ρωσοτουρκικού πολέμου. Χαρακτηρίζεται με τη θρησκευτική βία κατά των χριστιανικών πληθυσμών. Κατά την περίοδο αυτή πραγματοποιούνται οι ομαδικοί εξισλαμισμοί των ελληνικών πληθυσμών.

- Η τελευταία περίοδος, που τελειώνει το 1922 υποδιαιρείται σε δύο υποπεριόδους. Η πρώτη αρχίζει με τη συνθήκη του Κιουτσούκ Καϊναρτζή, το 1774.

Η δεύτερη υποπερίοδος αρχίζει το 1908 και χαρακτηρίζεται από την ανάπτυξη του τουρκικού σωβινισμού. Από τους βαλκανικούς πολέμους και από τους επίσημους συμβούλους, των Γερμανών, οι Νεότουρκοι διδάχθηκαν ότι μονάχα με την εξαφάνιση των Ελλήνων και Αρμενίων θα έκαναν πατρίδα τους τη Μικρά Ασία. Η απόφαση για την εξόντωσή του Ελληνισμού λήφθηκε από τους Νεότουρκους το 1911, εφαρμόστηκε κατά τη διάρκεια του Α΄ Παγκοσμίου πολέμου και ολοκληρώθηκε από το Μουσταφά Κεμάλ (1919 - 1923).

Η ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ ΤΟΥ ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΣ

Το Νεοτουρκικό Κομιτάτο «Ένωση και Πρόοδος» ιδρύθηκε το 1889. Στο συνέδριο τους, που πραγματοποιήθηκε στη Θεσσαλονίκη το 1911 πάρθηκε η απόφαση, ότι η Μικρά Ασία πρέπει να γίνει μωαμεθανική χώρα. Η απόφαση αυτή καταδίκασε σε θάνατο διάφορες εθνότητες. Οι Τούρκοι στον Πόντο άρχισαν με την επιστράτευση όλων από 15 έως 45 ετών και την αποστολή τους σε Τάγματα Εργασίας. Παράλληλα αμφισβήτησαν το δικαίωμα των Ελλήνων να ασκούν ελεύθερα τα επαγγέλματά τους και επί πλέον απαγόρευσαν τους μουσουλμάνους να εργάζονται επαγγελματικά με τους Έλληνες με την ποινή της τιμωρίας από τις στρατιωτικές Αρχές. Κατ' αρχάς οι άτακτες ορδές των Τούρκων επιτίθονταν στα απομονωμένα ελληνικά χωριά κλέβοντας, φονεύοντας, αρπάζοντας νέα κορίτσια, κακοποιώντας και καίγοντάς τα. Η εφαρμογή αυτής της πολιτικής ανάγκασε χιλιάδες Έλληνες των παραλίων της Μικρασίας να εγκαταλείψουν τις προαιώνιες εστίες τους και να μετοικήσουν με πολυήμερες εξοντωτικές πορείες.

Σύμφωνα με μια έκθεση της Ελληνικής Πρεσβείας, με ημερομηνία τον Ιούνιο του 1915 είναι γραμμένα τα εξής: «Οι εκτοπιζόμενοι από τα χωριά τους δεν είχαν δικαίωμα να πάρουν μαζί τους ούτε τα απολύτως αναγκαία. Γυμνοί και ξυπόλητοι, χωρίς τροφή και νερό, δερόμενοι και υβριζόμενοι, όσοι δεν εφρονούντο οδηγούντο στα όρη από τους δημίους τους. Οι περισσότεροι απ' αυτούς πέθαιναν κατά την πορεία από τα βασανιστήρια. Το τέρμα του ταξιδιού δεν σήμαινε και τέρμα των δεινών τους, γιατί οι βάρβαροι κάτοικοι των χωριών, τους παρέλάμβαναν για να τους καταφέρουν το τελειωτικό πλήγμα...» Σκοπός των Τούρκων ήταν, με τους εκτοπισμούς, τις πυρπολήσεις των χωριών, τις λεηλα-



σίες, να επιτύχουν την αλλοίωση του εθνολογικού χαρακτήρα των ελληνικών περιοχών και να καταφέρουν ευκολότερα των εκτουρκισμό εκείνων που θα απέμεναν.

ΤΟ ΤΕΛΙΚΟ ΧΤΥΠΗΜΑ

Το 1919 αρχίζει νέος διωγμός κατά των Ελλήνων από το

• Η γενοκτονία των Ελληνοποντιών (1916 - 1923) είχε ως θλιβερό απολογισμό 353.000 νεκρούς

κεμαλικό καθεστώς, πολύ πιο άγριος κι απάνθρωπος από τους προηγούμενους. Εκείνος ο διωγμός υπήρξε η χαρακτηριστική βολή για τον ποντιακό ελληνισμό.

Η 19 ΜΑΪΟΥ 1919

Στις 19 Μαΐου, με την αποβίβαση του Μουσταφά Κεμάλ στη Σαμφούντα, αρχίζει η δεύτερη και σκληρότερη φάση της Ποντιακής Γενοκτονίας. Με τη βοήθεια μελών του Νεοτουρκικού Κομιτάτου συγκροτεί μυστική οργάνωση, τη Mutafai Milliye, κηρύσσει το μίσος εναντίον των Ελλήνων και σχεδιάζει την ολοκλήρωση της εξόντωσης του ποντιακού ελληνισμού. Αυτό που δεν πέτυχε το σουλτανικό καθεστώς στους πέντε αιώνες της τυραννικής διοίκησής του, το πέτυχε μέσα σε λίγα χρόνια ο Κεμάλ, εξόντωσε τον ελληνισμό του Πόντου και της Ιωνίας.

Η τρομοκρατία, τα εργατικά τάγματα, οι εξορίες, οι κρεμάλες, οι πυρπολήσεις των χωριών, οι βιασμοί, οι δολοφονίες ανάγκασαν τους Έλληνες του Πόντου να ανέβουν στα βουνά οργανώνοντας αντάρτικο για την προστασία του αμάχου πληθυσμού. Τα θύματα της γενοκτονίας θα ήταν πολύ περισσότερα, αν δεν υπήρχε το επικό και ακατάβλητο ποντιακό αντάρτικο.

Με την επικράτηση του Κεμάλ, οι διωγμοί συνεχίζονται με μεγαλύτερη ένταση. Στήνονται στις πόλεις του Πόντου τα δικαστήρια έκτακτα δικαστήρια ανεξαρτησίας, που καταδικάζουν και εκτελούν την ηγεσία του ποντιακού ελληνισμού. Το τέλος του Πόντου πλησιάζει. Οι φωνές λιγοστεύουν.

Η γενοκτονία των Ελλήνων στον Πόντο υπήρξε το αποτέλεσμα της απόφασης των νεοοθωμανών για επίλυση του εθνικού προβλήματος της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας με τη φυσική εξαφάνιση των γηγενών εθνότητων. Η μοίρα αυτή απετράπη με ένα εξαιρετικά οδυνηρό τρόπο: με τις γενοκτονίες των χριστιανικών λαών, Ελλήνων και Αρμενίων, με την υποχρεωτική έξοδο όσων επιβίωσαν και με τη βίαιη τουρκοποίηση των μουσουλμανικών εθνότητων,



ΣΥΝΤΟΜΟ ΟΔΟΠΟΡΙΚΟ ΤΗΣ ΜΑΡΤΥΡΙΚΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΟΠΟΝΤΙΩΝ

Στις 19 Μαΐου 1919 ο Μουσταφά Κεμάλ αποβιβάζεται στη Σαμφούντα για να ξεκινήσει τη δεύτερη και πιο άγρια φάση της Ποντιακής Γενοκτονίας, υπό την καθοδήγηση των γερμανών και σοβιετικών συμβούλων του. Όσοι γλίτωσαν από το τουρκικό σπαθί κατέφυγαν ως πρόσφυγες στη Νότια Ρωσία, ενώ γύρω στις 400.000 πήγαν στην Ελλάδα. Με τις γνώσεις και το έργο τους συνεισέφεραν τα μέγιστα στην ανόρθωση του καθημαγμένου εκείνη την εποχή ελληνικού κράτους και άλλαξαν τις πληθυσμιακές ισορροπίες στη Βόρειο Ελλάδα.

Το Φεβρουάριο του 1994 η Βουλή των Ελλήνων ψήφισε ομόφωνα την ανακήρυξη της 19ης Μαΐου ως Ημέρας Μνήμης για τη Γενοκτονία των Ελλήνων στο μικρασιατικό Πόντο την περίοδο 1916-1923. Η αναγνώριση αυτή, παρόλη την εβδομηκονταετή καθυστέρηση, δικαίωσε ηθικά τον Ποντιακό ελληνισμό και συνέδεσε το σύγχρονο ελληνισμό με την ιστορική του μνήμη.

όπως οι Κούρδοι, που συνέχισαν να παραμένουν στην τουρκική, πλέον, επικράτεια.

Οι Έλληνες στον Πόντο ανέρχονταν σε 700.000 άτομα την παραμονή του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου. Μέχρι το τέλος του 1923 είχαν εξοντωθεί 353.000 άτομα.

ΟΙ ΣΟΒΙΕΤΙΚΟΙ ΣΥΜΜΑΧΟΙ ΤΩΝ ΝΕΟΟΘΩΜΑΝΩΝ

Οι σοβιετικοί υπήρξαν οι βασικοί σύμμαχοι του κεμαλικού σωβινισμού τα πρώτα χρόνια της εμφάνισής του. Πιθανότατα, οι μπολσεβίκοι να αντάλλαξαν με τον τρόπο αυτό την υποστήριξη του παντουρκιστικού κινήματος που δρούσε στη Ρωσία στην Οκτωβριανή τους Επανάσταση.

Οι σοβιετικοί προμήθευσαν τους κεμαλικούς με όπλα, χρήματα, στρατιωτικούς συμβούλους. Η τουρκική αντεπίθεση στο μικρασιατικό μέτωπο κατά των Ελληνικών στρατευμάτων το 1921, οργανώθηκε από τον Μ. Φρούντζε, στρατιωτικό απεσταλμένο των σοβιετικών. Οι Τούρκοι αρνούνται σήμερα τη σφαγή του 1922 όπως και τη γενοκτονία των αρμενίων.



• **ΤΕΛΕΤΗ ΛΗΞΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ**

Ανοίγονται διάπλατα οι προοπτικές για εργοδότηση στην ξενοδοχειακή βιομηχανία

Ολοκληρώθηκε με επιτυχία το πρόγραμμα κατάρτισης σε κλάδους της ξενοδοχειακής βιομηχανίας και αφορούσε συγκεκριμένες ειδικότητες όπως η μαγειρική τέχνη τραπεζοκομίας/μπαρ. Την Τρίτη 28 Απριλίου στο Εργατικό Κέντρο της ΣΕΚ Λεμεσού πραγματοποιήθηκε η Τελετή Αποφοίτησης των συμμετεχόντων στο Ταχύρρυθμο Πρόγραμμα Κατάρτισης Ανθρώπινου Δυναμικού στη φιλοξενία.

Διπλώματα απονεμήθηκαν στους 18 από τους 21 που πήραν μέρος στο Πρόγραμμα Μαγειρικής Τέχνης και 19 από τους 21 του Προγράμματος Τραπεζοκομίας/Μπαρ. Ανάμεσα σε 66 υποψήφιους είχαν επιλεγεί 42 οι οποίοι πληρούσαν τα κριτήρια και τελείωσαν το πρόγραμμα οι 37 με συνέπεια και αρκετό ενδιαφέρον. Όλοι τους έχουν αποκτήσει όλα τα απαιτούμενα εφόδια που χρειάζονται για να απασχοληθούν άμεσα

στην Ξενοδοχειακή και Επισιτιστική Βιομηχανία.

Όπως δήλωσαν στην «Εργατική Φωνή» ο γραμματέας του σωματείου Ξενοδοχειακών ΣΕΚ και ο οργανωτικός του σωματείου **Μιχάλης Φράγκος** και **Παναγιώτης Ιωαννίδης** ο στόχος του προγράμματος ήταν να δοθεί η ευκαιρία στους συμμετέχοντες χωρίς κόστος για τους ίδιους και τις οικογένειες τους να εργοδοτηθούν στον Ξενοδοχειακό κλάδο.

Συνεπώς, επεσήμαναν, η απασχόληση όλων των απόφοιτων του προγράμματος θα κρίνει και την επιτυχία της πρωτοποριακής ιδέας.

Σημειώνεται πως οι περισσότεροι συμμετέχοντες Τραπεζοκομίας / Μπαρ εργοδοτήθηκαν σε Ξενοδοχεία της Λεμεσού ενώ τροχοδρομούνται συνεντεύξεις για πρόσληψη και των υπολοίπων.



Ο επαρχιακός γραμματέας της ΣΕΚ Λεμεσού **Σάββας Γεωργίου** και ο γ.γ. της ΟΥΞΕΚΑ - ΣΕΚ **Μίλτος Μιλτιάδους** απονέμουν διπλώματα σε συμμετέχοντες



• Η ΣΕΚ πρωτοπορεί στην άμβλυση των προβλημάτων που προκαλεί η παρατεταμένη ανεργία



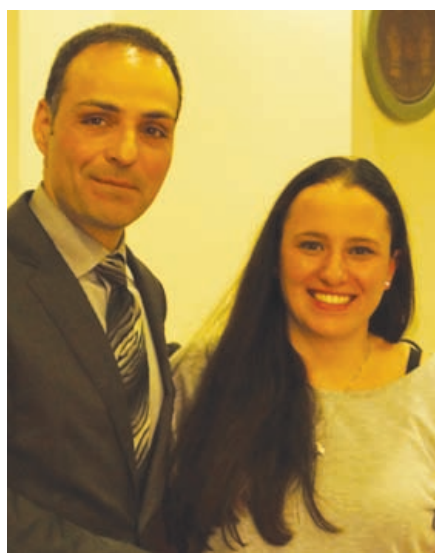
• Οι συμμετέχοντες απέκτησαν δεξιότητες που επιτρέπουν την άμεση εργοδότηση τους



Ο **Θεοχάρης Θεοχάρους** (πάνω) ΠΑΣΥΞΕ Λεμεσού απονέμει δίπλωμα



Απονομή διπλώματος από το **Χρίστο Νικολαΐδη** διευθυντή της ΙΗΕ



Η **Χρυσαιμέλη Ψιλογένη**, γενική διεύθυνση ΣΤΕΚ και **Σταύρος Κουλάνης** (αριστερά) πρόεδρος ΠΑΣΥΞΕ, απονέμουν διπλώματα

• Οι γνώσεις και οι δεξιότητες ανοίγουν το δρόμο εισδοχής νέων στην αγορά εργασίας, φράσσοντας το δρόμο στην ανεργία

• ΣΕΚ ΚΑΙ ΑΠΟΠ ΠΑΛΑΙΧΩΡΙΟΥ ΤΙΜΗΣΑΝ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΚΥΠΡΙΑ ΜΑΝΑ

Το Τμήμα Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ και ο ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου τίμησαν για μια ακόμη χρονιά στο ηρωτόκο Παλαιχώρι την Ελληνίδα-Κύπρια Μάνα που γέννησε και γαλούχησε ήρωες ταγμένους να θυσιαστούν για την πατρίδα τους.

Σε εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε στο οίκημα του ΑΠΟΠ ο Υπουργός Δικαιοσύνης και Δημοσίας Τάξης Ιωνάς Νικολάου στην ομιλία που εκφώνησε επεσήμανε χαρακτηριστικά πως η πολιτεία στηρίζει την εργαζόμενη μητέρα γιατί πιστεύει πως η προσφορά της προς την κοινωνία ευρύτερα είναι ασύλληπτα μεγάλη.

Επεσήμανε παράλληλα πως η σύγχρονη Κύπρια μάνα, έχει

Η πολιτεία οφείλει να προσφέρει στις μάνες όσα απλόχερα δικαιούνται

αποδείξει περίτρανα την διάθεση και ικανότητα της να συνεχίσει να διαδραματίζει τον ρόλο της, παρά τις νεοφανείς, πολλαπλές και αντίξοες απαιτήσεις.

Αναγνωρίζουμε πρόσθεσε ότι οι σύγχρονες κοινωνικές πιέσεις, η αλλαγή στον τρόπο ζωής και τα κοινωνικά πρότυπα, δημιουργούν προβλήματα και ρήγματα στις παραδοσιακές ισορροπίες, ενώ ταυτόχρονα, πολλαπλασιάζουν τις ανάγκες της σύγχρονης οικογένειας. Αυτός είναι και ο λόγος που η πολιτεία οφείλει να προστατεύσει και να στηρίζει

την σύγχρονη γυναίκα να λειτουργεί ισότιμα και χωρίς διακρίσεις στην οικονομική, κοινωνική και πολιτική ζωή του τόπου.

Σε χαιρετισμό που απηύθυνε η γραμματέας του Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ **Δέσποινα Ησαΐα** τόνισε πως η προσφορά της μάνας είναι απροσμέτρητη οι ικανότητες της άπειρες και ο ρόλος της θεϊκός.

Η γιορτή της μάνας, κατέληξε, υπαγορεύει το χρέος της πολιτείας και του κράτους να συναισθανθεί το βάρος της

ευθύνης όχι για να χαρίσει περισσότερα από αυτά που αξίζει αλλά να της προσφέρει όσα απλόχερα δικαιούται.

Ακολούθησε θεατρική παράσταση που αποτύπωσε την πολύπλευρη και πολύμοχθη προσφορά της μάνας η οποία δυστυχώς πολλές δεν αναγνωρίζεται από τον περιβάλλοντα χώρο.

Της εκδήλωσης προηγήθηκε το Εθνικό Μνημόσυνο των ηρώων της ΕΟΚΑ Μιχαλάκη Καραολή και Ανδρέα Δημητρίου στην εκκλησία της Παναγίας Χρυσοπαντάνασσας.

Κύριος ομιλητής ήταν ο Υπουργός Οικονομικών Χάρης Γεωργιάδης ο οποίος εξήρε την θυσία των δύο ηρώων της ΕΟΚΑ επισημαίνοντας πως και η αγάπη προς την Πατρίδα τους έδινε τη δύναμη να αγωνιστούν χωρίς να φοβούνται το θάνατο.

Τόνισε παράλληλα πως πατριωτισμός δεν είναι συνθήματα αλλά να υπηρετούμε την πατρίδα με υπευθυνότητα για να βγει το συντομότερο από τα σημερινά οικονομικά και κοινωνικά αδιέξοδα.

Ακολούθησε τρισάγιο και κατάθεση στεφάνων στο «Μνημείων Ηρώων» της κοινότητας στο προαύλιο της εκκλησίας της Παναγίας Χρυσοπαντάνασσας.



Ασύλληπτα μεγάλη η προσφορά της Ελληνίδας Κύπριας Μάνας στην πατρίδα και στην κοινωνία ευρύτερα



Ο υπουργός Δικαιοσύνης **Ιωνάς Νικολάου** εκφωνεί ομιλία στο οίκημα του ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου



Ο υπουργός Οικονομικών **Χάρης Γεωργιάδης** εξείρε στον επιμνημόσυνο του λόγο τη γενναϊότητα και την αυταπάρνηση που επέδειξαν οι ήρωες της ΕΟΚΑ **Μιχαλάκης Καραολής** και **Ανδρέας Δημητρίου**



Η θεατρική παράσταση «Μάνα λάστιχο» αποτύπωσε την πολύπλευρη και πολυεπίπεδη προσφορά της μάνας στο καθημερινό γίνεσθαι



Ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** και ο υπουργός Οικονομικών **Χάρης Γεωργιάδης** καταθέτουν στεφάνια στο «Μνημείο Ηρώων» της κοινότητας Παλαιχωρίου



«Εάν ζείτε σε ποταμό, πρέπει να φιλέψετε με τους κροκόδειλους»

Η εργατικότητα, η θέληση και ο προγραμματισμός, αποτελούν βασικό τρίπτυχο για επιτυχία στην καθημερινότητα μας και ιδίως στην εργασία μας. Πέραν τούτου, απαιτείται αυτογνωσία και αξιοποίηση των προσωπικών μας χαρακτηρισμάτων αλλά και η αποβολή των αδυναμιών μας την κρίσιμη ώρα.

Για επιτυχίες, μικρές ή μεγάλες, στη ζωή σας, είναι καλό να θυμάστε μερικά απλά κόλπα τα οποία ασφαλώς θα πρέπει να ενεργοποιείτε πάνω σε συνεχή βάση. Ιδού λοιπόν ο χρυσός οκτάλογος:

• Μικρά μυστικά για επιτυχία και ανέλιξη

1. Μην νομίζετε ότι η επιτυχία σας εξαρτάται από την ποσότητα των δυνατοτήτων σας. Η επιτυχία εξαρτάται από το ποσοστό των δυνατοτήτων σας που αξιοποιείτε.
2. Η επιτυχία στη ζωή είναι το παιδί της σκληρής δουλειάς και της επιμονής. Η αποτυχία είναι επιτυχία που αναβλήθηκε εάν το κουράγιο και η επιμονή οδηγούν τις πράξεις μας.
3. Ένα ινδικό ρητό λέει ότι, «εάν ζείτε σε ποταμό, πρέπει να φιλέψετε με τους κροκόδειλους.» Αυτό δείχνει πόση σημασία έχει η προσαρμοστικότητα για επιβίωση και επιτυχία.
4. Αντιμετωπίστε κάθε δυσκολία και εμπόδιο με θετικό τρόπο. Θεωρήστε ότι αποτελούν ευκαιρίες εκμάθησης και σαν μια πρόκληση, για να φτάσετε ψηλότερα.
5. Τα κλειδιά της επιτυχίας είναι τρία: Να είστε την κατάλληλη στιγμή στον κατάλληλο τόπο, να το καταλαβαίνετε ότι είστε εκεί και να ενεργείτε άμεσα.
6. Από τους καλύτερους τρόπους για την προσωπική σας ανάπτυξη και πρόοδο είναι να περιτριγυρίζετε από ανθρώπους πιο έξυπνους και πιο γνωστικούς από σας.
7. Εάν έχετε ένα στόχο που θέλετε να πετύχετε ή ένα έργο που θέλετε να κάνετε, εάν αποτύχετε να προετοιμαστείτε, τότε προετοιμάζετε την αποτυχία σας.
8. Η σκληρή δουλειά, όταν συνδυάζεται με έξυπνο τρόπο εργασίας, είναι συνταγή για επιτυχία. Πάντα υπάρχουν καλύτεροι τρόποι να κάνετε κάτι και αυτούς πάντα να τους ψάχνετε.

Μετατρέψτε το χόμπι σας σε δουλειά πλήρους απασχόλησης

Αναντίλεγκτα, για να νιώσει κανείς ικανοποιημένος, όσον αφορά την εργασία του, πρέπει πάνω απ' όλα να αγαπάει αυτό που κάνει.

Δεν είναι, όμως, εύκολο καθώς για πολλούς η διαδικασία επιλογής καριέρας χαρακτηρίζεται από τη διαθεσιμότητα και τον μισθό. Ενώ, οι συγκεκριμένες προτεραιότητες είναι δικαιολογημένες, δεν θα μπορούσατε ποτέ να νιώσετε απόλυτα ικανοποιημένοι από τη δουλειά σας.



Συνεπώς, η αρχή για να βρει κανείς το επάγγελμα που θα τον ικανοποιεί, είναι να αναρωτηθεί «Τι πραγματικά αγαπάει να κάνει;» στην περίπτωση που μέσα στις πρώτες απαντήσεις βρίσκεται το χόμπι του, τότε είναι καιρός να σκεφτεί πώς θα το μετατρέψει σε επιχείρηση!

Δεν είναι εύκολο γι αυτό ακολουθήστε τις παρακάτω συμβουλές:

1. Καινοτομήστε, από το χτίσιμο του προϊόντος μέχρι την προώθηση του στην αγορά πρέπει να βάλετε τη φαντασία σας να δουλέψει.
2. Η επιμονή είναι αναγκαίο συστατικό της επιτυχίας ειδικά σε αυτή την περίπτωση. Πρέπει να ασχολείστε καθημερινά με και συστηματικά με το χόμπι σας, ώστε να το μετατρέψετε σε μία κερδοφόρο επιχείρηση.
3. Επιδιώκετε να λαμβάνετε γνώμες και κριτικές για τη δουλειά σας, καθώς θα σας βοηθήσει να την κάνετε ακόμα καλύτερη.
4. Ακολουθήστε απλές διαδικασίες και μην καταπιάνεστε με πολλά πράγματα κάθε φορά, με φόβο να μην γίνει τίποτα τέλεια. Ένας βασικός προγραμματισμός θα σας βοηθήσει να επιτύχετε.
5. Μείνετε πιστοί στο όραμα σας και νάστε βέβαιοι σύντομα θα έχετε αποτελέσματα.

ΕΥΤΥΧΙΑ ΚΙ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΒΙΩΣΟΥΝ

Η εξοντωτικοί ρυθμοί και στο άγχος που βιώνετε στην εργασία σας συνήθως προέρχεται από την πολιτική της εργοδοσία, τη σχέση με τους συναδέλφους, τις οικονομικές δυσκολίες, την ανάγκη για παραγωγικότητα και περισσότερα έσοδα. Επειδή δεν είναι όλα υπό τον έλεγχό σας είναι ακόμα δυσκολότερο να νιώσετε ικανοποιημένοι στην εργασία σας, όμως και τα μισά να αλλάξετε, θα δείτε διαφορά.

Ιδού 7 τρόποι για να νιώσετε περισσότερο ευτυχισμένοι στην εργασία σας

Ξεκινήστε την ημέρα σας θεικά.
Δημιουργήστε μια καθημερινή ρουτίνα, αφιερώστε χρόνο στο πρωινό

σας, προκειμένου να αρχίσετε τη μέρα σας ήρεμα και θετικά. Δημιουργήστε σκέψεις δυνατές και αισιόδοξες που θα σας ακολουθούν και θα σας γεμίζουν δύναμη και ενέργεια στον εργασιακό σας χώρο.

Θέστε έναν χειροπιαστό στόχο. Δημιουργήστε προσωπικούς στόχους που θα μπο-

ρούν να υλοποιηθούν και θα σας προσφέρουν ικανοποίηση και αυτοπεποίθηση όταν πραγματοποιηθούν. Σκεφτείτε απλά και δημιουργικά, π.χ. να μάθετε μια νέα δεξιότητα στην

σική, να φάτε κάτι αργά και ήρεμα κ.ά.

Κάντε χιούμορ. Δημιουργήστε στιγμές χαλάρωσης και χιούμορ μέσα στην ημέρα σας, αφού το γέλιο μπορεί να σας

• 6+1 τρόποι για να νιώσετε περισσότερο ευτυχισμένοι στην εργασία σας

εργασία σας, να χαμογελάτε στους συναδέλφους σας, να ανανεώσετε τον χώρο εργασίας ώστε να νιώθετε πιο όμορφα κ.ά.

Επικοινωνήστε με τους συναδέλφους σας ή τους πελάτες σας. Επιλέξτε να είστε κοινωνικοί με τους συναδέλφους σας στα διαλείμματα ή κατά τη διάρκεια της εργασίας σας. Έρευνες δείχνουν πως η επικοινωνία με άλλους ανθρώπους αυξάνει τα επίπεδα

ικανοποίησης και εκτονώνει το εργασιακό στρες.

Κάντε διαλείμματα. Εκτιμήστε την ξεκούραση που σας προσφέρει ένα μικρό διάλειμμα. Μικρές παύσεις ενόσω εργάζεστε θα σας βοηθήσουν να αποφορτιστείτε από την ένταση. Επιλέξτε σε αυτά να μιλήσετε με φίλους ή με τον/τη σύντροφό σας, να ακούσετε λίγη μου-

σική, να φάτε κάτι αργά και ήρεμα κ.ά.

Συζητήστε με αγνώστους. Επικοινωνήστε με συναδέλφους που δεν γνωρίζετε ή μοιραστείτε χρόνο και διάλογο με πελάτες που εξυπηρετείτε. Οι νέες γνωριμίες και ο διάλογος με ανθρώπους που δεν έχουν τον ίδιο φόβο με εσάς θα σας βοηθήσουν να ξεφύγετε από την καθημερινή ρουτίνα που σας πιέζει.

Κινηθείτε περισσότερο. Η άσκηση ακόμα κι αν είναι περπάτημα εντός του χώρου εργασίας μπορεί να βοηθήσει να εκτονώσετε σωματικά την ένταση από την εργασία σας. Επωφεληθείτε ενός διαλείμματος και φάτε το μεσημεριανό σας στο πάρκο αν έχει καλό καιρό ή πιείτε τον καφέ σας σε κοντινή καφετέρια. Η αλλαγή περιβάλλοντος και το περπάτημα μέχρι εκεί θα σας χαρίσουν στιγμές ανακούφισης.

Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΣΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΠΡΟΣΟΧΗ

• Επιστημονική έρευνα εξηγεί γιατί οι όμορφες γυναίκες είναι «βάσανο» στο χώρο εργασίας;

Σας έτυχε ποτέ να είστε στο γραφείο σας, να εργάζεστε με ζήλο και όλοι να σας θαυμάζουν για τις εργασιακές σας επιδόσεις; Σας έχει τύχει εκεί που είστε παράδειγμα προς μίμηση για τους συναδέλφους σας και εισπράττετε τα «εύγε» του εργοδότη σας, ξαφνικά η άφιξη μιας νέας καλλίπυγου συναδέλφου να σας μπερδέψει και να ανατρέψει τον δρόμο σας προς την κορυφή; Αντί πλέον, να έχετε το νου σας στη δουλειά εσείς να χαζεύετε. Επιστημονική έρευνα αναλύει γιατί οι όμορφες γυναίκες στους χώρους εργασίας, είναι ένα «βάσανο» για τους υπόλοιπους εργαζόμενους. Αξίζει να την διαβάσουμε προς ... τέρψιν και συμμόρφωση

Η έρευνα που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό Πειραματικής και Κοινωνικής Ψυχολογίας αφορά στις επιδόσεις όσων εργάζονται μαζί με όμορφες γυναίκες. Οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι σε πολύ μεγάλο ποσοστό όσοι εργάζονται μαζί με μια όμορφη, ή έστω ελκυστική

γυναίκα, τότε χάνουν αρκετές εργατοώρες τον χρόνο (πολλά λεπτά την ημέρα) επειδή προσπαθούν να τις εντυπωσιάσουν είτε με κουβεντούλα και αστεϊακία (άρα παραμελούν την δουλειά τους), είτε μην μπορώντας να πάρουν τα μάτια τους από πάνω τους.

Οι επιστήμονες διαπίστωσαν



ότι ο εγκέφαλος του άνδρα, λειτουργεί διαφορετικά από τον εγκέφαλο της γυναίκας σε πολλά. Ένα από αυτά το οποίο έχει να κάνει με την αρχέγονη ανάγκη του αρσενικού να εντυπωσιάσει και να κερδίσει το θηλυκό, κάτι που οι γυναίκες δεν το διαθέτουν. Έτσι και στον

χώρο εργασίας όταν εμφανισθεί μια όμορφη γυναίκα ο άνδρας θέλει τις περισσότερες φορές να την εντυπωσιάσει. Την ίδια στιγμή ο εγκέφαλος του άνδρα στη θέα μιας όμορφης γυναίκας στη δουλειά του, απλά δεν μπορεί να συγκεντρωθεί, μπερδεύει τις σκέψεις του.

Όμως ότι συμβαίνει στον ανδρικό εγκέφαλο δεν συμβαίνει στον γυναικείο που από ότι έδειξε η έρευνα είναι πιο συγκροτημένος σε τέτοια θέματα και δεν εντυπωσιάζεται από κάποιον ελκυστικό συνάδελφο, αλλά παραμένει πιστή στη δουλειά της. Εκείνο που μπορεί να συγκινήσει τον εγκέφαλο μιας γυναίκας είναι ο πλούτος, το μορφωτικό επίπεδο του άνδρα, η θέση του στην εταιρία καθώς και το πόσο υγιής είναι.

Προσοχή λοιπόν γιατί η σεξουαλική παρενόχληση στο χώρο εργασίας πληρώνεται πολύ ακριβά βάσει της κειμένης νομοθεσίας.



ΜΥΣΤΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΣΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Οι ειδικοί επισημαίνουν ότι τα εξαντλητικά προγράμματα γυμναστικής ιδιαίτερα κατά την περίοδο του καλοκαιριού ενδέχεται να κρύβουν σοβαρούς κινδύνους για την υγεία σας.

Όσοι θέλουν να γυμνάζονται το καλοκαίρι περιορίζοντας τους κινδύνους, αυξάνοντας τα οφέλη στην υγεία τους, προτρέπονται να λάβουν σοβαρά υπόψη τις πιο κάτω συμβουλές.



Μείνετε ενυδατωμένοι. Βεβαιωθείτε ότι κάθε φορά που γυμνάζεστε έχετε ένα μπουκάλι νερό μαζί σας ώστε να λαμβάνετε τις αναγκαίες ποσότητες κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Αποφύγετε τα αεριούχα ποτά ή όσα περιέχουν καφεΐνη.

Επιλέξτε την κατάλληλη ώρα. Δοκιμάστε να ασκηθείτε κατά τις απογευματινές ή πολύ πρωινές ώρες όταν η ακτινοβολία του ήλιου είναι ελάχιστη. Προτιμήστε να παρακολουθείτε ένα πρόγραμμα γυμναστικής ή να προπονηθείτε σε εσωτερικούς χώρους αποφεύγοντας τον κίνδυνο θερμότητας. Εάν λατρεύετε το περπάτημα ή το τρέξιμο κάντε το κατά τη διάρκεια του πρωινού ή μετά τη δύση του ήλιου.

Φοράτε φαρδιά και ανοιχτόχρωμα ρούχα. Επιλέξτε βαμβακερά ρούχα τα οποία απορροφούν τον ιδρώτα αλλά και ανοιχτόχρωμα ώστε να αντανακλούν τη θερμότητα. Επιλέξτε τα ρούχα σας να μην είναι στενά και αν θα γυμναστείτε σε εξωτερικούς χώρους να φοράτε πάντα αντηλιακό.

Αφουκγραστείτε το σώμα σας. Κατά τη διάρκεια πολύ ζεστών ημερών δεν χρειάζεται να υπερβάλλετε. Είναι σημαντικό να θυμάστε πως η θερμότητα ενδέχεται να επιβραδύνει τις αντοχές σας για αυτόν ακριβώς τον λόγο ακούστε το σώμα σας δίνοντας σημασία στην υγεία σας και όχι στον υπέρμετρο ζήλο για να ολοκληρώσετε την άσκησή σας.

Πριν ξεκινήσετε τη γυμναστική κάντε προθέρμανση και τεντώματα. Με αυτόν τον τρόπο βοηθάτε να μεταβολιστεί το σάκχαρο στο αίμα ώστε να μειωθεί η αποθήκευση του λίπους στον οργανισμό.

Πρακτικοί τρόποι για να ζεις και να χαιρέσαι το τώρα

O Eckhart Tolle, συγγραφέας του βιβλίου «Η δύναμη του τώρα» που έγινε best seller καθώς πούλησε πάνω από 2 εκατομμύρια αντίτυπα, άλλαξε τον τρόπο που σκέφτεται μέσα σε ένα βράδυ.

Στο βιβλίο του αναφέρει ότι μέχρι τα 29 του είχε μια γεμάτη μεν, αλλά κενή ζωή. Πολλά άγχη, υποχρεώσεις και μεγάλη καριέρα. Ωστόσο, υπέφερε από αϋπνίες. Ένα βράδυ λοιπόν, στα 29α γενέθλιά του, ξύπνησε όπως τις υπόλοιπες ημέρες νωρίς τα χαράματα και είχε, όπως την περιγράφει, μια επιφώτιση. Σκέφτηκε «τι νόημα έχει να συνεχίσω να ζω μέσα στη μιζέρια;» και «γιατί δεν αντέχω τον εαυτό μου;»... Περιγράφει πολύ γλαφυρά την επιφώτιση και λέει ότι άκουγε συνέχεια τις λέξεις «resist nothing», δηλαδή, «μην αντιστέκεσαι σε τίποτα». Από εκείνη τη νύχτα της βαθιάς συνειδητοποίησης, ένιωσε συμφιλιωμένος με τον εαυτό του και γαλήνιος. Εκείνη η νύχτα άλλαξε τη ζωή του. Στο βιβλίο του εξηγεί το πώς...

Αν θέλεις κι εσύ να διώξεις τον φόβο και να ζεις την κάθε στιγμή, κάνε την αρχή διαβάζοντας τα σημαντικότερα που κράτησα και προσπάθη να θυμάμαι καθημερινά:

1. Απελευθερώσου από τα φαντάσματα του παρελθόντος και τα άγχη του μέλλοντος

Αν το σκεφτείς, το παρελθόν έρχεται σαν ανάμνηση στο μυαλό σου στο παρόν. Επίσης, σκέφτεσαι το μέλλον πάλι στο τώρα. Το παρόν είναι που έχει την μεγαλύτερη δύναμη και σημασία. Στην ουσία, μόνο το παρόν υπάρχει... Αυτό έχει σημασία και αυτό ζεις... Διαφορετικά, ζεις τη ζωή σου μόνο μέσα από την ανάμνηση και την αναμονή.

2. Μήπως σε δυσχεραστεί ο τρόπος που ζεις;

Μήπως κρατάς μια σιωπηλή αγανάκτηση ή στεναχώρια μέσα σου για ένα κοντινό σου πρόσωπο; Μήπως ένα κομμάτι σου αντιστέκεται και μετανιώνει για τη δουλειά που κάνει; Συνειδητοποιείς ότι η αρνητική αυτή ενέργεια συσσωρεύεται μέσα σου και είναι πολύ βλαβερή, τόσο για την σωματική όσο για την ψυχική σου υγεία; Κάνε μια ενδοσκόπηση και ανακάλυψε το παραμικρό κατάλοιπο δυσανεξίας και απροθυμίας; Νιώσε το συναίσθημα και

• Η ψυχολόγος Σάντυ Κουτσοσταμάτη συνειδητοποιεί ότι συχνά μόνο με ένα κακό νέο εκτιμούμε τα καλά Διαβάστε τις 7 συμβουλές της για να χαιρέσετε την καθημερινότητα!

παρατήρησε πως επηρεάζει το σώμα σου. Σταμάτα να κάνεις αυτό που κάνεις και σε δυσχεραστεί. Τι επιλογές έχεις;

• Μίλησε στο άτομο που το αφορά και εξέφρασε εντελώς αυτά που νιώθεις.

• Πέτα τον αρνητισμό που το μυαλό σου δημιούργησε για την κατάσταση και που δεν εξυπηρετεί κανέναν σκοπό. Και το πώς μπορείς να



ξεφορτωθείς τον αρνητισμό; Απλά με το να τον ξεφορτωθείς. Πώς πετάς κάτι που έπιασες και σου καίει τα χέρια σου; Πώς πετάς ένα άχρηστο φορτίο;

• Το κάνεις απλά και αυτόματα με το που θα αναγνωρίσεις ότι σε κάνει να υποφέρεις με το να το κουβαλάς. Αυτό που έχεις να κάνεις είναι να αναγνωρίσεις και να εμπιστευτείς τα συναισθήματά σου.

3. Μην ξεχνάς τον προορισμό σου, όμως μη χάνεις των εσωτερικό σου σκοπό

Αν σκεφτείς ότι η ζωή είναι ένα ταξίδι, είναι σίγουρα ωφέλιμο να γνωρίζεις τον προορισμό ή έστω την γενική κατεύθυνση. Ωστόσο, αν ο προορισμός ή τα βήματα που σκέφτεσαι να κάνεις στο μέλλον, απορροφούν τόσο πολύ τη προσοχή σου και γίνονται πιο σημαντικά από το βήμα που κάνεις τώρα, δεν θα φτάσεις ποτέ στον προορισμό σου.

4. Η δύναμη της επιλογής .

Η λέξη «επιλογή» είναι πολύ διαδεδομένη αυτή την εποχή. Ωστόσο, για να είμαστε σε θέση να επιλέξουμε,

απαιτείται μεγάλη δόση συνειδητότητας. Μπορείς να επιλέξεις, όταν είσαι παρών. Όταν αναγνωρίζεις τα συναισθήματα και τις ανάγκες σου στο τώρα.

5. Όλα τα αρνητικά συναισθήματα, όπως ανησυχία, άγχος, πίεση, ένταση και νευρικότητα, οφείλονται στην πολλή ενασχόληση με το μέλλον.

Οι ενοχές, η μνησικακία, η δυσανεξία και η λύπη, έχουν τις ρίζες τους στο παρελθόν. Μπορεί να σκεφτείς ότι οι συνθήκες και τα γεγονότα φταίνε για τα συναισθήματά σου. Σκέψου όμως ότι αυτό δεν αλλάζει, πάντα θα έρχονται και αναποδιές και κακοτυχίες. Εσύ μπορείς να επιλέξεις τον τρόπο που θα ζεις και θα σκέφτεσαι, δηλαδή τον τρόπο που θα επεξεργάζεσαι και θα λαμβάνεις τα γεγονότα στη ζωή σου. Διαφορετικά θα ζεις μέσα από σκιές.

6. Ο Θεός που πιστεύεις δεν χρειάζεται να είναι τιμωρός ούτε να θέλει να ζεις με ενοχές.

Ο Θεός είναι μέσα σου και εσύ του δίνεις νόημα και δύναμη στην ύπαρξή του.

7. Έλα σε επαφή με τη φύση.

Μπορεί να σου ακουστεί κοινότυπο, όμως η επαφή με τη φύση μπορεί να σου δημιουργήσει έντονο συναίσθημα ασφάλειας και γαλήνης. Νιώσε τη φύση γύρω σου και απόλαυσε τη στιγμή κλείνοντας για λίγο τα μάτια σου, καθαρίζοντας το μυαλό σου από περιττές σκέψεις. Όταν λοιπόν σκέφτομαι τον νεαρό φίλο μου, αναρωτιέμαι τι νόημα έχει η ζωή αν δεν μπορώ να απολαμβάνω την κάθε στιγμή μου... Αν χάνω την επαφή με τον εαυτό μου και τις ανάγκες μου; Είμαι ζωντανή; Ή μήπως ζωντανή νεκρή;... Όταν συμβαίνουν τέτοια περιστατικά και θυμάμαι το πόσο μικρή και απρόοπτη είναι η ζωή μας, χτυπάω το καμπανάκι στον εαυτό μου για τις αποφάσεις που χρειάζομαι να πάρω και τις αλλαγές που χρειάζομαι να κάνω έτσι ώστε να απελευθερωθώ από κάθε δυσανεξία και μνησικακία.

Αχώριστοι φίλοι το λεμόνι και η ομορφιά

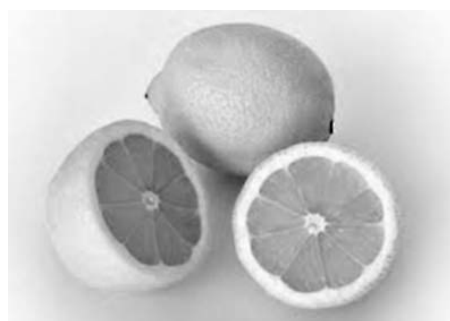
Μπορεί να αγαπάς την παγωμένη λεμονάδα ή ένα ωραίο λεμονάτο πιάτο, μάθε όμως ότι τα μαλλιά και το δέρμα σου, αγαπούν ακόμη περισσότερο το λεμόνι.

Πέρα λοιπόν από τη χρήση του στο φαγητό, δες 8 μυστικά ομορφιάς με βάση το λεμόνι:

Καθαρίζει και ασπρίζει το δέρμα. Ανακάτεψε λίγες σταγόνες λεμονιού με γάλα καρύδας και άπλωσε το πρόσωπό σου. Η καρύδα θα ενυδατώσει το δέρμα, ενώ το λεμόνι θα το κάνει να φαίνεται πιο φωτεινό και καθαρό.

Μαλακώνει και καθαρίζει τους αγκώνες και τα γόνατα. Εάν οι συγκεκριμένες

περιοχές του σώματός σου αντιμετωπίζουν πρόβλημα ξηροδερμίας, τότε τρίψε πάνω τους μισό λεμόνι και θα δεις αμέσως διαφορά.



Μειώνει τα σπυράκια και τα μαύρα στίγματα. Το λεμόνι έχει αντιβακτηριακές ιδιότητες που καταπολεμούν σπυράκια και ακμή. Κόψε μία φέτα λεμόνι και άπλωσε το χυμό του στο πρόσωπό σου.

Λευκαίνει τα δόντια. Ανακάτεψε μία κουταλιά baking soda με λίγες σταγόνες λεμονιού και βούρτσισε καλά τα δόντια σου. Στη συνέχεια ξέπλυσε με την οδοντόκρέμα σου.

Θεραπείει τις άφτρες στο στόμα. Στάξε λίγες σταγόνες κατευθείαν στην περιοχή και γρήγορα θα δεις αποτελέσματα.

Απομακρύνει τα νεκρά κύτταρα και μαλακώνει τα χείλη. Άπλωσε λίγες σταγόνες λεμονιού στα χείλη σου πριν πέσεις για ύπνο και ξέπλυσε τα καλά το πρωί.

Δυναμώνει τα νύχια. Εάν τα νύχια σου είναι ταλαιπωρημένα από το συχνό μανικιούρ ή ξεφλουδίζουν, τότε βούτηξε τα για λίγα λεπτά σε ένα μπολ με ελαιόλαδο και σταγόνες φρέσκου λεμονιού.

Ανοίγει το χρώμα των μαλλιών. Άπλωσε χυμό λεμονιού στα μαλλιά σου πριν βγεις στον ήλιο για να αποκτήσεις φυσικές ξανθές ανταύγειες.



ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Η ανθρωπότητα θα χαθεί από έκρηξη ηφαιστείου

Ο κόσμος είναι θλιβερά απροετοίμαστος για μια τεράστια ηφαιστειακή έκρηξη που θα μπορούσε να σκοτώσει εκατομμύρια ανθρώπους και να καταστρέψει μεγάλο μέρος του σύγχρονου κόσμου, προειδοποιούν οι επιστήμονες. Σε μια νέα έκθεση σχετικά με τους κινδύνους από φυσικές καταστροφές, οι εμπειρογνώμονες του Ευρωπαϊκού Ιδρύματος Επιστημών κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι ηφαιστειακές εκρήξεις αποτελούσαν ανέκαθεν το μεγαλύτερο κίνδυνο για την επιβίωση του ανθρώπου. Υπολόγισαν ότι μέχρι το τέλος του αιώνα υπάρχει πιθανότητα 5% - 10% να γίνει μία έκρηξη αρκετά μεγάλη ώστε να προκαλέσει έναν τεράστιο αριθμό θανάτων, να

αλλάξει το κλίμα και να δηλητηριάσει την ατμόσφαιρα.

Μάλιστα η έκρηξη θα είναι παρόμοια με την έκρηξη του Tambora στην Σουμπάβα της Ινδονησίας το 1815, κατά την οποία σκοτώθηκαν περίπου 100.000 άνθρωποι. Το σύννεφο τέφρας που εκτοξεύθηκε από αυτή την έκρηξη υψώθηκε στα 43 χιλιόμετρα στην ατμόσφαιρα και προκάλεσε αλλαγές στη θερμοκρασία που οδήγησε σε εκτεταμένη πείνα και επιδημίες. Μάλιστα, το καλοκαίρι μετά την έκρηξη του ηφαιστείου Tambora είναι γνωστό ως «η χρονιά χωρίς καλοκαίρι».

Οι επιστήμονες προειδοποιούν, ωστόσο, ότι η αύξηση των επιπέδων του πληθυσμού και οι συχνές μετακινήσεις θα μπορούσε να σημαίνουν ότι οι επιπτώσεις μιας παρόμοιας έκρηξης θα είναι πολύ πιο σοβαρές. Όπως αναφέρουν

στην σχετική έκθεση που δημοσίευσαν, πρέπει όλες οι χώρες να είναι επαρκώς προετοιμασμένες για μία τέτοια πιθανότητα. Οι αρχές εκτιμούν ότι η επαρκής παρακολούθηση των καταστροφικών εκρήξεων μπορεί να κοστίσει από 500.000.000 δολάρια μέχρι 3.500.000.000 δολάρια το χρόνο, αλλά μία έγκαιρη προειδοποίηση θα μπορούσε να τους γλυτώσει από εκατοντάδες φορές περισσότερα έξοδα.

Η έκθεση, η οποία παρουσιάστηκε πρόσφατα στη γενική συνέλευση της Ευρωπαϊκής Ένωσης Γεωπιστημών στη Βιέννη εξετάζει τους κυριότερους γεωκινδύνους που αντιμετωπίζει ο κόσμος, συμπεριλαμβανομένων των σεισμών, της ξηρασίας, τους αστεροειδείς, τις πλημμύρες, τα τσουνάμι, τους τυφώνες, τις χιονοστιβάδες και τις πυρκαγιές.

5 πράγματα που πρέπει να αποφεύγεις πριν πέσεις για ύπνο!

Η συμβουλή της εβδομάδας

— αγρυπνάς τελευταία και δεν ξέρεις το λόγο που συμβαίνει κάτι τέτοιο; Δες 5 πράγματα που πρέπει να αποφεύγεις να κάνεις πριν κοιμηθείς.

Τρως υψηλές σε λιπαρά τροφές

Οι λιπαρές και βαριές τροφές δε σε βοηθούν λίγη ώρα πριν πέσεις για ύπνο. Το στομάχι σου δυσκολεύεται να χωνέψει όλο αυτό το φαγητό με αποτέλεσμα να γίνεται ακόμα πιο δύσκολος ο ύπνος σου. Μείνε μακριά από το fast food, το παγωτό και όλες τις άλλες λιπαρές τροφές πριν κοιμηθείς.

Κάθεσαι μπροστά στον υπολογιστή

Το να σερφάρεις στο διαδίκτυο πριν πέσεις για ύπνο κάνει κακό στον οργανισμό σου καθώς το μπλε φως που εκπέμπει το λαπτοπ σου δε βοηθάει το σώμα σου και το μυαλό σου να χαλαρώνουν. Ακόμα και όταν βλέπεις το αγαπημένο σου show στην τηλεόραση μπορεί να σου κοστίσει έναν καλό ύπνο. Αν θέλεις να κάνεις κάτι πριν κοιμηθείς, διάβασε ένα βιβλίο ή κάνε λίγο διαλογισμό.

Κάνεις έντονη αερόβια άσκηση

Η συχνή άσκηση είναι το κλειδί για έναν καλό βραδινό ύπνο αλλά το να πηγαίνεις στο γυμναστήριο λίγο πριν κοιμηθείς δεν είναι τόσο καλή ιδέα. Πέρα από το ότι θα θέλεις να φας αμέσως μετά την προπόνηση, λόγω του ότι θα έχουν αυξηθεί τα επίπεδα της ενέργειάς σου θα είναι αρκετά δύσκολο να χαλαρώσεις και να κοιμηθείς. Γυμνάσου τουλάχιστον 3 ώρες πριν πέσεις για ύπνο.

Δουλεύεις μέχρι αργά

Αν έχεις ένα σημαντικό meeting το πρωί ή κάποιο project να ετοιμάσεις και δουλεύεις ακόμα και μετά το δείπνο, δεν είναι κακό. Φρόντισε, όμως, να σταματήσεις τουλάχιστον μία ώρα πριν κοιμηθείς για να ηρεμήσεις πριν πέσεις στο κρεβάτι.

Πίνεις καφέ

Η καφεΐνη που υπάρχει στον καφέ, το τσάι και τη σοκολάτα μπορεί να σε κρατήσει ξύπνια πολύ περισσότερο από ότι νομίζεις. Πες το αγαπημένο σου ρόφημα μερικές ώρες πριν πας για ύπνο.

ΑΠΙΣΤΕΥΤΟ ΚΙ ΟΜΩΣ ΑΛΗΘΙΝΟ

Επιστήμονας έβαλε στόχο να ζήσει 150 χρόνια!

Ο γεροντολόγος - ερευνητής Alex Zhavoronkov, διευθυντής στο βρετανικό ίδρυμα Ερευνών Βιογεροντολογίας, που λειτουργεί υπό μορφή think tank, έχει αφιερώσει την ζωή του στην επιμήκυνση της ίδιας του της ζωής!

Συγκεκριμένα, ο 37χρονος επιστήμονας δηλώνει ότι είναι πεπεισμένος πως θα ζήσει 150 χρόνια, όχι μόνο ο ίδιος, αλλά όλοι οι άνθρωποι, αφού το προσδόκιμο ζωής θα αυξηθεί λόγω της πρόοδου της ιατρικής και των νέων φαρμακευτικών συσκευασμάτων. Ο ίδιος έχει βάλει στην άκρη τις σκέψεις για γάμο και την απόκτηση παιδιών και έχει μετατρέψει τον εαυτό του σε πειραματόζωο με απώτερο στόχο να φθά-

σει 150 ετών.

Για την επίτευξη του στόχου του, ο επιστήμονας καταναλώνει κάθε μέρα 100 διαφορετικά χάπια, υποβάλλεται σε συχνές αιματολογικές και ακτινολογικές εξετάσεις και βέβαια, μόλις κυκλοφορήσει ένα νέο εμβόλιο, είναι ο πρώτος που θα το κάνει.

Με τις απόψεις του Zhavoronkov, συμφωνούν Αυστριακοί συνάδελ-

φοί του, που πρόσφατα δημοσίευσαν μελέτες με βάση τις οποίες η μέση ηλικία θα έχει όριο τα 74 έτη και αυτή η αλλαγή οφείλεται στην εξέλιξη της ιατρικής και της φαρμακολογίας.

Ο Zhavoronkov υποστήριξε ότι οι άνθρωποι που ζουν σήμερα και έχουν ξεπεράσει τα 100 έτη, είναι άνθρωποι που έχουν ζήσει εξαιρετικά δύσκολες καταστάσεις και δεν είχαν την τύχη να χρησιμοποιήσουν τα αντιβιοτικά που κυκλοφορούν στις μέρες μας, ούτε στην εποχή τους η γνώση της ανθρώπινης βιολογίας είχε την εξέλιξη που παρουσιάζει στην σύγχρονη εποχή.

Ο ίδιος τόνισε: «Νομίζω ότι ακόμα και οι άνθρωποι που σήμερα είναι 70 ετών και έχουν καλή υγεία θα μπορούσαν να φτάσουν 150 ετών και να τα ξεπεράσουν»!

**Αρβελέρ: Η Αθήνα δεν είναι πια στην Αθήνα**

Παραφράζοντας τη φράση: «Η Ρώμη δεν είναι πια στη Ρώμη» από την τραγωδία «Σερτούριος» του μεγάλου Γάλλου δραματουργού του 17ου αιώνα Πιερ Κορνέιγ, η σπουδαία Ελληνίδα και αειθαλής δασκάλα Ελένη Γλύκατζη Αρβελέρ, μιλώντας για τη σύγχρονη Αθήνα, χωρίς περιστροφές, περιορίστηκε στο να αναφέρει ότι «η Αθήνα δεν είναι πια στην Αθήνα».

Σε ομιλία που πραγματοποίησε στο θέατρο της Ακαδημία Πλάτωνος, η πρώτη γυναίκα πρύτανης του Πανεπιστημίου της Σορβόννης εξήγησε: «Η Αθήνα δεν είναι πια στην Αθήνα, γιατί ο δημόσιος χώρος της Αθήνας έχει γίνει ιδιωτικός. Ο καθένας θεωρεί τον δημόσιο χώρο της Αθήνας δικό του - εξού τα περίφημα γκράφιτι, εξού το μαύρο Πολυτεχνείο».

Χαρίζοντας ένα περιπετειώδες και έντονο πνευματικό ταξίδι στο ακροατήριο, η κα Αρβελέρ αναφέρθηκε στον ιστορικό χώρο της Αθήνας, από την εποχή του μύθου



μέχρι τη νεότερη ελληνική ιστορία. Απέδωσε με ιδιαίτερη ένταση και θαυμασμό τα «χρυσά» χρόνια της πόλης κατά την αρχαιότητα, «σταθμεύοντας» παράλληλα, στα σημεία εκείνα της ιστορίας όπου εμφανίζονται οι αιτίες της

παρακμής της πάλαι ποτέ «πόλις-κόσμος»: Πρωτοχριστιανικά χρόνια, φραγκοκρατία, τουρκοκρατία, απελευθέρωση, το σήμερα.

Έχοντας ζήσει η ίδια σε μία πόλη με χαμηλά αρχοντικά, με την Ακρόπολη χωρίς εισιτήριο, το Λυκαβηττό χωρίς κεραίες, «τυλιγμένη» από την ευωδία των ακακιών και υπό τους ήχους της φωνής της - άγνωστης τότε Μαρίας Καικιλίας Καλλογεροπούλου (Μαρία Κάλλας), ανέφερε: «Πρόκειται πλέον για «μία πόλις χωρίς οδηγό χρήσης». Ευτυχώς που κράτησε το όνομά της για να θυμόμαστε τη δόξα της την πρώτη».

Η ομιλία έγινε στο πλαίσιο του φεστιβάλ «Ελαιώνας», υπό την αιγίδα του υπουργείου Πολιτισμού.

Ο ... γερόκαττος που προβλέπει ποιός θα πεθάνει!

Ηλικιωμένος γάτος πλησιάζει μόνο τους μελλοθάνατους. Έχει προβλέψει τον θάνατο 100 ατόμων!

Η ιστορία του δεκάχρονου γάτου ονόματι Όσκαρ σου προκαλεί ανατριχίλα. Μπορεί να είναι τυχαίο μπορεί και όχι αλλά πλησιάζει μόνο τους μελλοθάνατους! Ο γάτος ζει στο γηροκομείο Steere στην Βρετανία και λέγεται πως έχει προβλέψει τον θάνατο 100 ατόμων!

Ο Όσκαρ σύμφωνα με τις νοσοκόμες είναι αντικοινωνικός και δεν δέχεται χάρη από κανένα. Μόνος του επιλέγει ποιους θα αγγίξει, και αυτοί είναι οι μελλοθάνατοι.

Το προσωπικό του γηροκομείου έχει μείνει άφωνο με την ικανότητα του γάτου να μυρίζει το θάνατο. Για την εν λόγω ικανότητά του έχει γράψει και το «New England Journal of Medicine».

**Σοβαρά ... αστεϊάκια**

Περί πλουσίων γκόμενας

Μπερλουσκόνι, 71 χρονών, η γκόμενα του 18.

Bill Gates 52 χρονών, η γκόμενα του 24.

Madonna 52 χρονών, ο γκόμενος της 21.

Μην ανησυχείτε αν δεν έχετε βρει την αγάπη σας, μπορεί να μην έχει ακόμη γεννηθεί



Δέκα λόγοι για να τρώτε μπάρες δημητριακών

Τη μεγάλη θρεπτική σημασία στον οργανισμό που έχουν οι μπάρες δημητριακών τονίζουν οι ειδικοί. Δείτε τους δέκα λόγους που οι μπάρες είναι ότι καλύτερο:

1. Είναι ένα γρήγορο και εύκολο σνακ, που μπορείτε να το έχετε πάντα μαζί σας είτε ως δεκατιανό είτε ως απογευματινό σνακ. Έτσι, θα αποφύγετε τα σνακ που είναι πλούσια σε κορεσμένο λίπος, ζάχαρη και αλάτι.
2. Οι μπάρες δημητριακών είναι συνήθως πολύ νόστιμες και χορταστικές.
3. Τα δημητριακά αποτελούν την κύρια πηγή ενέργειας στη διατροφή μας. Τρώγοντας μια μπάρα δημητριακών ως ενδιάμεσο γεύμα θα έχετε ενέργεια για τουλάχιστον 2 - 3 ώρες.
4. Οι μπάρες δημητριακών με δημητριακά ολικής άλεσης αποτελούν μια καταπληκτική επιλογή, διότι ενισχύουν το πεπτικό σύστημα και προκαλούν το αίσθημα κορεσμού λόγω των φυτικών ινών που περιέχουν. Επιλέξτε μια μπάρα με μεγάλη περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες. Διαβάστε την ετικέτα και επιλέξτε μια μπάρα με τουλάχιστον 6γρ. φυτικών ινών ανά 100γρ. προϊόντος.
5. Οι φυτικές ίνες που βρίσκονται στις μπάρες δημητριακών μειώνουν τις πιθανότητες εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων, καρκίνου και διαβήτη τύπου 2.
6. Οι μπάρες δημητριακών με βάση τη βρώμη ολικής άλεσης αποτελούν πλούσια πηγή βιταμινών του

συμπλέγματος Β, που ενισχύουν το νευρικό σύστημα.

7. Οι μπάρες δημητριακών αποτελούν εξαιρετική πηγή βιταμινών, μετάλλων, ιχνοστοιχείων και φαινολικών ενώσεων όπως ο σίδηρος, το ασβέστιο, ο φωσφόρος οι βιταμίνες του συμπλέγματος Β, οι β-γλουκάνες, η ινουλίνη κ.ά.

8. Προτιμήστε μπάρες δημητριακών με χαμηλή περιεκτικότητα σε

είναι συστατικά θρεπτικά και υγιεινά.

9. Συμβάλλουν στην διατήρηση ενός υγιούς σωματικού βάρους με την προϋπόθεση ότι επιλέγετε μπάρες δημητριακών πλούσιες σε θρεπτικά συστατικά (π.χ. φυτικές ίνες) και χαμηλής περιεκτικότητας σε κορεσμένα λιπαρά και σάκχαρα.

10. Οι μπάρες δημητριακών μπορούν να αποτελέσουν μια πολύ

• Οι μπάρες δημητριακών με δημητριακά ολικής άλεσης αποτελούν μια καταπληκτική επιλογή, διότι ενισχύουν το πεπτικό σύστημα και προκαλούν το αίσθημα κορεσμού λόγω των φυτικών ινών που περιέχουν

σάκχαρα (λιγότερο από 22.5γρ./100γρ.) όπως μπάρες με φρούτα, σταφίδες, ξηρούς καρπούς, σπόρους, μέλι, ταχίνι ή ακόμη και με μαύρη σοκολάτα που

καλή επιλογή όταν αναζητάτε κάτι γλυκό, αλλά ταυτόχρονα θρεπτικό. Γι' αυτό να διαβάζετε πάντα τις πινακές που αναφέρουν τα θρεπτικά τους συστατικά.



ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Η μέρα σε βρίσκει αρκετά ήρεμο και ισορροπημένο σε διάφορους τομείς, που μέχρι τώρα σου δημιουργούσαν πρόβλημα και σε αναστάτωναν. Μην αφήσεις να σου ξεφύγει πάλι η κατάσταση και κάνε ό,τι μπορείς για να αξιοποιήσεις τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται, αλλά και τη δική σου δύναμη και ενέργεια, για να βάλεις τη ζωή σου σε τάξη μια και καλή. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ξεχάσεις τα πισωγυρίσματα.

Ταύρος: Μπορείς να κάνεις ό,τι βάλεις στο μυαλό σου, ενώ θα χρειαστεί να πάρεις αποφάσεις, οι οποίες θα αλλάξουν τη ζωή σου, αλλά και τον τρόπο που αντιμετωπίζεις τις καταστάσεις γύρω σου. Σε αυτή την κατεύθυνση θα σε βοηθήσουν και άτομα, που πραγματικά σε νοιάζονται και είναι δίπλα σου όποτε χρειαστείς τη συμβουλή τους.

Δίδυμοι: Η μέρα έχει αυξημένες υποχρεώσεις, αρκετό άγχος και μια πίεση, που δεν θα σε αφήσει να λειτουργήσεις σωστά. Βάλε μπροστά τη λογική σου και μην αφήνεις τον πανικό να σε καταβάλλει. Δείξε προσοχή και αυτοέλεγχο, για να τα καταφέρεις.

Καρκίνος: Θα δεις θετικές εξελίξεις, κυρίως σε θέματα του παρελθόντος, που παρέμεναν στάσιμα για πολύ καιρό. Εκεί που είχες αποδεχθεί πως τίποτα δεν μπορεί να γίνει, τώρα όλα αρχίζουν να κινούνται και μάλιστα προς όφελός σου. Φυσικά, αυτό δε σημαίνει ότι δεν χρειάζεται να προσπαθήσεις κι εσύ για το καλύτερο, γι' αυτό μην επαναπαύεσαι.

Λέων: Τα νεύρα σου δεν είναι και στην καλύτερη κατάσταση και αυτό δεν αφορά μόνο εσένα, αλλά και τους ανθρώπους που

βρίσκονται γύρω σου και στους οποίους ξεσπάς με κάθε αφορμή και αιτία. Καλό είναι να ηρεμήσεις λίγο και να βρεις τι ακριβώς σου φταίει, γιατί κινδυνεύεις να τάρβξεις τις ισορροπίες σε σημαντικές σχέσεις σου, γεγονός που αργότερα θα το μετανιώσεις και θα σου δημιουργήσει προβλήματα.

Παρθένος: Η μέρα θα σε προβληματίσει αρκετά, καθώς κάποιες εκκρεμότητες του παρελθόντος επανέρχονται και μάλιστα με δυναμικό τρόπο, για να σου υπενθυμίσουν πως ό,τι έχεις αφήσει άλυτο, θα στέκεται εμπόδιο στα σχέδιά σου. Απ' την άλλη, η ενεργητικότητά σου θα σε βοηθήσει να τα ξεπεράσεις όλα και να προχωρήσεις γρήγορα, αξιοποιώντας τις διάφορες ευκαιρίες που θα προκύψουν.

Ζυγός: Θα έχει πολύ άγχος για εσένα η μέρα, καθώς οι υποχρεώσεις σου είναι πάρα πολλές και στην πραγματικότητα, δεν μπορείς να τις προλάβεις όλες. Ό,τι κι αν γίνει, θα πρέπει να είσαι ψύχραιμος και να κάνεις όσα μπορείς, χωρίς να βγαίνεις από τα όριά σου, τόσο τα σωματικά όσο και τα συναισθηματικά. Μην προσπαθήσεις να βάλεις καινούργια θέματα στο κεφάλι σου, παρά τις ευκαιρίες που θα προκύψουν, γιατί πρέπει πρώτα να ξεμπερδεύεις με όσα ήδη έχεις να κάνεις. Διαφορετικά, δεν θα μπει ποτέ μια σειρά στη ζωή σου.

Σκορπιός: Θα κάνεις πολλές σκέψεις για το μέλλον σου και με συντονισμένη προσπάθεια, θα μπορέσεις να τις υλοποιήσεις. Μην κάνεις βιαστικές κινήσεις και προσπάθησε να αναγνωρίσεις τις ευκαιρίες που σου δίνονται. Σε όλα αυτά, μην ξεχνάς και τους ανθρώπους που μπορούν να σε βοηθήσουν. Ζήτησε τη βοήθεια τους και μίλησε τους ανοιχτά για όσα σε απασχολούν.

Τοξότης: Η μέρα θα είναι ιδιαίτερα φορτισμένη για εσένα και οι υποχρεώσεις που έχεις θα αυξάνονται ώρα με την ώρα. Δείξε λοιπόν, την κατάλληλη ψυχραιμία και μην αποσυντονίζεσαι από κάποια ζητήματα που θα προκύψουν, εκεί που δεν τα περιμένεις. Γενικά, σου χρειάζεται ένας καλός προγραμματισμός ώστε να βρεις και λίγη ώρα για ξεκούραση, καθώς οι δυνάμεις σου αρχίζουν να σε εγκαταλείπουν.

Αιγόκερως: Οι δυνατότητες που έχεις είναι πάρα πολλές και ειδικά σήμερα, θα μπορέσεις να τις αξιοποιήσεις, για να πετύχεις πολλά από αυτά που θέλεις. Προσοχή στην κυκλοθυμία σου, που θα δημιουργήσει εμπόδια στη δυναμική στάση που πρέπει να επιδείξεις για να πετύχεις όσα θέλεις. Άφησε στην άκρη τη μελαγχολία που σε πιάνει κάποιες στιγμές και προχώρα τα σχέδιά σου συγκεντρωμένος και χωρίς να χάνεις την ψυχραιμία σου, ειδικά με κάποια άτομα που θα σε εκνευρίσουν.

Υδροχόος: Σήμερα ενδεχομένως να βγουν στην επιφάνεια μυστικά και σχόλια που θα σου κάνουν εντύπωση, αλλά καλό είναι να μην πες την γνώμη σου. Μείνε ουδέτερος και χρησιμοποίησε τη διπλωματικότητά σου, για να μη δημιουργηθούν εντάσεις με τα δικά σου πρόσωπα.

Ιχθείς: Σήμερα κάποιες καταστάσεις αλλά και ειδήσεις, θα σου χαλάσουν τη διάθεση. Προσπάθησε να μην επηρεαστείς και να είσαι σε ετοιμότητα, γιατί θα χρειαστεί να ασχοληθείς με τα δικά σου ζητήματα, που σήμερα εξελίσσονται με γοργούς ρυθμούς και πρέπει να τα προλάβεις, για να μην προκύψουν εξελίξεις ερήμην σου.

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ



Ελαφρύς και εύκολος μουςακάς

Υλικά:

- 5 μέτριες πατάτες κομμένες σε ροδέλες πάχους 1 εκ. περίπου
- 6 μελιτζάνες (γύρω στο 1 κιλό), κομμένες σε ροδέλες πάχους 1 εκ. περίπου
- ½ κιλό κιμά (βοδινόσ καλύτερα)
- 1 μέτριο κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1/3 φλ. κόκκινο, ξηρό κρασί
- 1 κονσέρβα (400 γρ.) ψιλοκομμένες ντομάτες
- 2 γεμάτες κουταλιές ψιλοκομμένο μαϊντανό
- 1 φύλλο δάφνης
- 1 φλ. τριμμένο κεφαλοτύρι (ή άλλο σκληρό τυρί) ελαιόλαδο, αλάτι, πιπέρι
- 1 λίτρο σάλτσα μπεσαμέλ με 1 αβγό

Εκτέλεση:

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 200°C. Πασπαλίζετε με αλάτι τις μελιτζάνες και τις αφήνετε σε σουρωτήρι για ½ ώρα περίπου να κατεβάσουν το νερό τους. Ύστερα, τις ξεπλένετε και τις στύβετε να στραγγίσουν καλά.



Τις βάζετε σε ένα μπολ, ρίχνετε μέσα 4-5 κουταλιές ελαιόλαδο και τις γυρίζετε να πιάσουν παντού. Ζεσταίνετε ένα τηγάνι / σχάρα ή ένα μεγάλο αντικολητικό τηγάνι και τις ψήνετε πάνω τμηματικά για 1-2 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν. Στο μεταξύ, λαδώνετε ένα πυρίμαχο ταψί και απλώνετε μέσα τις πατάτες. Τις αλατοπιπερώνετε και τις ψήνετε στο φούρνο για ½ ώρα, γυρίζοντάς τις στα 20 λεπτά. Ταυτόχρονα, ετοιμάζετε μια σάλτσα και ανακατεύετε μέσα το μισό τυρί και 1 αβγό.

Ζεσταίνετε 2 κουταλιές ελαιόλαδο σε μια πλατύστομη, ρηχή κατσαρόλα ή βαθύ τηγάνι και σοτάρετε τον κιμά και το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, μέχρι να ροδίσει, σπαζώνοντας τους σβόλους (είτε με ξύλινο κουτάλι, είτε με το εργαλείο για πουρέ). Ρίχνετε μέσα το κρασί αφήνετε να πάρει μια βράση να εξατμιστεί το μισό και προσθέτετε την ντομάτα, το μαϊντανό και τη δάφνη. Όταν κοχλάσει το μίγμα, το αλατοπιπερώνετε, χαμηλώνετε τη φωτιά και το σιγοβράζετε μέχρι να εξατμιστούν σχεδόν όλα τα νερά του και να δέσει η σάλτσα του. Το αποσύρετε από τη φωτιά και αφαιρείτε τη δάφνη.

Βγάζετε το ταψί από το φούρνο, απλώνετε πάνω από τις πατάτες τις μισές μελιτζάνες, τις σκεπάζετε με τη σάλτσα του κιμά και ύστερα απλώνετε από πάνω τις υπόλοιπες μελιτζάνες. Απλώνετε απάνω την μπεσαμέλ, την πασπαλίζετε με το υπόλοιπο τριμμένο τυρί και ψήνετε τα μουςακά στο φούρνο για 45 περίπου λεπτά, μέχρι να ροδίσει καλά.

SUDOKU



8					6
	1	3	2	7	
		4	8		
6					3
	8	5	7	4	
7					5
		7	9		
	3	8	5	9	
2					1

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω



Εργατική Φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 656 - 18 ΜΑΪΟΥ 1962

Με την βεβαιότητα ότι όλοι οι ελεύθεροι εργάται της Κύπρου θα εισφέρουν γενναιοδωρώς

**ΗΡΧΙΣΕΝ ΑΜΥΛΛΑ ΔΙ' ΥΠΕΡΚΑΛΥΨΙΝ
ΤΟΥ ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΥ ΕΡΑΝΟΥ ΤΗΣ ΣΕΚ**

**“Όλα τὰ ἐργατικά κέντρα
καθώρισαν ἤδη στόχους
δι' εἰσφοράς τῶν μελῶν**

ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΣΥΣΚΕΨΕΩΣ ΣΤΕΛΕΧΩΝ

Μὲ ἄνευ προηγουμένου ἐνθουσιασμόν τὰ Ἐλεῦθερα Ἐργατικά Κέντρα καὶ ὅλα τὰ μέλη τῆς Σ.Ε.Κ. ἐργάζονται δραστηρίως διὰ τὴν ἐπιτυχίαν τοῦ ὑπὸ τῆς Συνομοσπονδίας Ἐργατῶν Κύπρου προκηρυσθέντος Παγκυπρίου ἔρανου. Ἡδὴ τὰ διάφορα Σωματεία ἐφωδιάσθησαν μὲ διπλότυπα καὶ ἤρχισεν ἡ συλλογὴ τῶν εἰσφορῶν ἐκ μέρους τῶν μελῶν, θάσει τοῦ καθορισθέντος ὑπὸ τοῦ Γενικοῦ Συμβουλίου τῆς Σ.Ε.Κ. στόχου. Ἐλπίζεται ὅτι ἐντὸς ἐλαχίστου χρονικοῦ διαστήματος τὰ διάφορα Ἐργατικά Κέντρα θὰ καλύψουν τὸν στόχον τῶν, θεωρεῖται δὲ θέσπιον ὅτι ὅλοι οἱ ἐλεύθεροι εργάται θὰ συνεισφέρουν γενναιοδωρώς ὑπὲρ τῆς Σ.Ε.Κ., ἢ ὅποια ἴσταται παρὰ τὸ πλευρόν τῶν ὡς καθοδηγητῆς καὶ προστάτης τῶν δικαίων τῶν.



Ἐν στιγμίοτυπον ἀπὸ τὴν συγκροτηθεῖσαν κατὰ τὴν παρελεύσαν Παρασκευὴν συνέλευσιν τῶν στελεχῶν τῆς ΣΕΚ εἰς τὸ εἰκῆμα τοῦ Ἐλευθέρου Ἐργατικοῦ Κέντρου Λευκωσίας. Διχρῖνονται ἐξ ἀριστερῶν πρὸς τὰ δεξιὰ εἰς συν. Ὁμηρὸς Γεωργίου τῶν Ἐμποροῦπαλλήλων, Μιχαλάκης Ἰωάννου Ἐπαρχιακὸς Γραμματεὺς, Ἀνδρέας Βασιλείου Γενικὸς Ὄργανωτικὸς καὶ Παπαδέπουλες τῶν Στρατιωτικῶν.

Ετήσια Γενικὴ Συνέλευση

Ἡ Ετήσια Γενικὴ Συνέλευση τοῦ Ταμείου Προνοίας Ὑπαλλήλων Ξενοδοχειακῆς Βιομηχανίας γιὰ τὸ ἔτος 2014 θὰ πραγματοποιηθεῖ στὶς 27 Μαΐου 2015 ἡμέρα Τετάρτη, στὸ St. Raphael Hotel, Λεμεσός ἡ ὥρα 10:30.

Προτρέπουμε τὰ μέλη ὅπως σύμφωνα με τὸ ἀρθρο 8 τοῦ καταστατικοῦ, δηλώσουν στὶς Συντεχνίες τους ὡς αντιπρόσωποι τοῦ Ξενοδοχείου τους καὶ παρευρεθοῦν στὴν Γενικὴ Συνέλευση.

Εργατικὴ Πρωτομαγιά ΣΕΚ 2015

Γέννημα ἡλιου στὴ δουλειὰ ὅσπου να λιοβουττίσει κανέννας που τον τόπο του να μεν ἱξιμουττίσει. Πολλοὶ στον κόσμo ομπροστά τζιαί ἄλλοι με τὰ φκιάρκα γερά οὐλοὶ δουλεύκαμεν θηρία σαν λιοντάρκα. Κάποιοι που' μας εἰς τὸ μιστρί τζι' ἄλλοι πηλὸν ἐκάμναν ἐκτίζαμεντε τὰ τοισια ὅτι τζιαί μας προκάμναν. Δουλειᾶν ἀρεύκαμεν πρῶϊ αὐκήν που το ξιφώτῃ ο μάστρος ἐσιμποῦρκα μες ἔμεινα μεσοδότζι. Τζιαί γυρισόντα πάλε του καπάλιν πλατεύει που πανοδικῶν μας στέκεται καθόλου εν τζιαί φεύει. Να' μαςτε δούλοι θέλει μας σαν προ Γριστοῦ Αἰώνες τζιαί' μεἰς διεκδικήσαμε μ' ἐργατικούς αγώνες. Να' χουμε δικαιώματα αγαπητοὶ μαςτόροι πρέπει κάπου να πνάτζουμε εν οι δικοὶ μας ὅροι. Να πνάτζουμε τζι' εμεἰς σωστά συνέχειαν εν ζόρι Τζι' ἔτσι καθέννας μας γιὰ σας θα κάμνει ὅτι μπόρει.

Ἄδικο τζιαί ἀπάνθρωπο γιὰ τον φτωχὸν ἀρκάτῃ τζι' ἔτσι ἐξεσηκώθηκεν πρέπει να κάμει κάτῃ. Εἰς τὴν δουλειὰ εν το σωστό να πᾶννε τζιαί ἀνάσα γιὰτὶ οι ὡρες εν πολλῆς τὰ κόκκαλα ἐσπάσαν. Κάποιοι ἐκάμασιν ἀρκή μακρὰ εἰς το Σικάγο «στα ὅσα ἐκφωνήσετε σε δική σας ἐνάγν». Τζιαί ἀδικο συνάνθρωποι ἐνοχοὶ ἐκριθῆκαν τάχα ἐσυνομοτίσαν τζιαί ἐθανατωθῆκαν. Ἐτσι μεγάλο ματζιελιό τζιαι κάτῃ τζιαι ἐγίνην πραγματικά ἄξεχαστο στον κόσμo εν να μείνει. Ξέρουμε μέσα στὲς δουλειές ἀρκάτες υποφέραν ζητούσαν το οκτάωρον τζιαί το ἐκαταφέραν. Μετὰ που πάρερκα πολλὰ ἤρταν τζι' ἐπιτυχῆς ἀφούτοις πιον ἰδρύθηκαν Οι πρῶτες συντεχνίες. Συμβάλλει ἀρίστα τζι' ἡ ΣΕΚ στα ἐβδομήντα γρόνια πρῶτα με τους παππούς μας τῶρὰ με μας τ' ἀγγόνια. Πρωτομαγιά γιορτάζουμε μέρα ἐργαζομένων γιὰ τους αγώνες τους πολλοὺς ἡμέρα κεκτημένων. Ἐνοῦν τὰ πράματα πολλὰ γιὰ να τα ἱστορήσω με τζιαιένους που ἐχάθηκα με' σας θα μακαρίσω.

Ἀνδρέας Γρουτίδης
Πρωτομαγιά 2015

ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 11/2015, 6/5/2015

100.000.....	46048	100.....	36287
1.000.....	29299	100.....	52784
400.....	23261	100.....	18285
400.....	41558	100.....	45174
400.....	38129	100.....	50087
200.....	10647	100.....	34621
200.....	27720	100.....	35671
200.....	33152	100.....	58981
200.....	25488	Ἄλλα ποσὰ	
200.....	10398	Ἀπὸ €50 οἱ λήγοντες σε	
200.....	28822	2251, 2307, 9798, 1217,	
200.....	21929	5129, 9043	
200.....	39110	Ἀπὸ €50 οἱ λήγοντες σε	
200.....	44687	1070, 9230	
100.....	40262	Ἀπὸ €25 οἱ λήγοντες σε	
100.....	46634	839, 133, 548, 957	
100.....	56049		

ΛΥΣΗ SUDOKU

7	8	2	9	5	1	3	6	4
4	9	1	3	6	2	7	8	5
3	5	6	4	7	8	2	9	1
5	6	9	2	8	4	1	3	7
1	3	8	5	9	7	4	2	6
2	7	4	1	3	6	8	5	9
8	1	5	7	2	9	6	4	3
6	4	3	8	1	5	9	7	2
9	2	7	6	4	3	5	1	8

ΠΩΛΕΙΤΑΙ

Πωλεῖται 1/2 οικόπεδο, 252 τ.μ. στὴν περιοχή Ἀγ. Αθανάσιος Λεμεσός, σε ἀπόσταση 300μ. ἀπὸ τον κυκλικὸ κόμβο Ἀγ. Αθανασίου. Τμὴ πώλησης: €120.000 Πληροφορίες: 99437102 / 99597830

ΓΝΩΜΙΚΟ

"ΜΗΔΕΝΙ ΣΥΜΦΟΡΑ ΟΝΕΙΔΙΣΕΙΣ ΚΟΙΝΗ ΓΑΡ Η ΤΥΧΗ ΚΑΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΑΟΡΑΤΟ" - "Κανενὸς τῆ συμφορὰ μὴ κοροιδέ-ψεις γιὰτὶ ἡ τύχη εἶναι κοινὴ καὶ ἀγνωστο τὸ μέλλον". Σόλων ο Ἀθηναῖος (640 - 560 π.χ.)

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ: Στασάνδρου 26, 22764691
ΛΑΡΝΑΚΑ: Τὰ μέλη ἐξυπηρετοῦνται ἀπὸ ὅλα τὰ φαρμακεία τῆς ἐπαρχίας Λάρνακας.
ΛΕΜΕΣΟΣ: Κυρ. Οικονόμου 21, 25861000
Λεωφ. Ομονοίας 68Α 25562444
ΠΑΦΟΣ: Ἐλευθ. Βενιζέλου 24, 26933820
ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ: Ἀγ. Γεωργίου 16 23820422

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

Λευκωσία 90901402
Αμμόχωστος 90901403
Λάρνακα 90901404
Λεμεσός 90901405
Πάφος 90901406



Τηλέφωνα γιὰ ὥρα ἀνάγκης

Ἀσθενοφόρα 22604000
Ἄμεση ἀνάγκη 112 ἢ 199
Νοσοκομεία 1400
Ἀστυνομία 1499
Ἀστυνομία - γραμμὴ πολίτη 1460
Ἀναφορὰ Δασικῶν πυρκαγιῶν 1407
Κέντρο πληροφόρησης φαρμάκων καὶ δηλητηριάσεων 1401
Υπηρεσία Ἀνταπόκρισης Ναρκωτικῶν 1410
Υ.ΚΑ.Ν. 90901498
Κέν. Ἄμεσης Βοήθειας Θυμάτων βίας 1440
Συμβουλευτικὸ Κέντρο - AIDS 22305155
Υπὴρ. αεροπορ. ναυτικῶν ατυχημάτων 1441
ΚΙΣΑ - Κίνηση γιὰ Ἰσότητα, Στήριξη, Ἀντιρατσισμό 22878181
ΑΠΑΝΕΜΙ - Κ. Πληρ. καὶ Στήρ. Γυναίκα 80001999
Αεροδρόμιο 7778833
Α.Η.Κ. βλάβες 1800
Α.Τ.Κ. βλάβες 80000197
Πληροφορίες καταλόγου 11800/11888/11892

ΚΕΝΤΡΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΗ (ΚΕΠ):

Λευκωσία: 22446686 Λεμεσός: 25829129
Πόλη Χρυσόχου: 26821888

Τι γίνεται με τους πολυσυνταξιούχους;
Από τον περασμένο Οκτώβριο που το Ανώτατο Δικαστήριο δικάωσε τους πολυσυνταξιούχους «πρίγκιπες», η Βουλή έπαθε αλτσχάιμερ και δεν έχει κάνει καμιά κίνηση, όπως υποσχέθηκε, για να βρει τρόπους ώστε τα «γκόλντεν μπόις» να δικαιούνται τη μια από τις πολλές συντάξεις τους.
 Και είναι μια κραυγαλέα πρόκληση προς τον πονεμένο λαό που θα συνεχίσουν να απολαμβάνουν αυτό το πλουσιοπάροχο στρωμένο τραπέζι των υπερπρονόμων. Εκτός, κι αν βολεύει μερικούς να μην ξεχνούν τα αιώνια «κεκτημένα» τους!

Κυριάκος Πολυκάρπου

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΔΙΑΛΕΞΗ ΜΕ ΘΕΜΑ «ΚΡΗΤΕΣ ΜΑΚΕΔΟΝΟΜΑΧΟΙ»
 Από το Ρένο Θ. Κυριακίδη, τομεάρχη της ΕΟΚΑ, ερευνητή - συγγραφέα.
 Τετάρτη 20 Μαΐου 2015, ώρα 19.30. Επέτειος της Μάχης της Κρήτης 1941.
 Τόπος: Μέγα Συνοδικό του Μετοχίου Κύκκου, Λευκωσία.
 Η εκδήλωση γίνεται με συνεργασία της Παγκύπριας Ένωσης Κρητικών και υπό την αιγίδα του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Κύκκου και Τηλλυρίας κ.κ. Νικηφόρου.
 Είσοδος ελεύθερη
 Χαιρετισμοί: Γύπαρης Κωνστίνος, απόγονος του Μακεδονομάχου Παύλου Γύπαρη.
 Βακαάκης Στάθης, πρόεδρος της Παγκύπριας Ένωσης Κρητικών.
 Οι Κρήτες τρέξαν πρώτοι στο κάλεσμα του Παύλου Μελά και κάμαν τάμα τους τη φύλαξη και την απελευθέρωση της μακεδονικής γης. «Κανένας δε θα μείνει στη δοξασμένη Κρήτη. Όλοι οι Κρήτες είναι παρόντες στο μακεδονικό αγώνα. Συνεχίστε ρε Βούλγαροι, μα ξερετέ το πως θα 'ρθουμε κι εμείς και τότε θα πλερώσετε για το βρώμικο έργο σας, γιατί δεν είσατε άξιοι να πολεμάτε με τα παιδιά της Κρήτης» έλεγαν.

Photo Solution
 Φωτογραφίσεις - Βιντεογραφίσεις
Δημήτρης Χάρπας
 Τηλ. 99328442 - 99976363
 • Υπηρεσίες Ψηφιακής Φωτογραφίας
 • Φωτογραφίσεις / βιντεογραφίσεις
 • Γάμων, βαπτίσεων, Εκδηλώσεων
 • Ψηφιακά άλμπουμ

Εντατικό Πρόγραμμα: Cambridge «Ο» Level Sociology
 Διάρκεια Προγράμματος: Ιούνης - Νιόβρης 2015
 Διδάσκουσα - Εκπαιδευτρια: **Γαβριέλλα Φιλίππου, BA Social Sciences, MA Clinical Psychology, PCA Psychotherapist, MWARCP, MEAP, MBACP**
 Χώρος: Πάρνηθος 3, Διαμ. 201, Αγλαντζιά
 Πληροφορίες: 99342225
 Email: gabriellaphilippou@cytanet.com.cy
 www.gp-cec.com

Ο ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΣΤΟ ΚΟΛΠΟ ΤΟΥ ΤΙΤΛΟΥ

- «Πήρε την ταυτότητα» του ΑΠΟΕΛ, πλησίασε δύο ανάσες από την κορυφή
- Άλμα Ευρώπης από την Ομόνοια που ψαλίδισε τα όνειρα της ΑΝΟ
- Χρυσή ευκαιρία για τη δίδυμη υπέρβαση απέκτησε η ΑΕΚ Λάρνακας
- Έπεσε ο Οθέλλος ενώ Αγ. Νάπα και ΔΟΞΑ πανηγυρίζουν τη διάσωση τους

Ηνίκη του Απόλλωνα στο ντέρμπυ των πρωτοπόρων έδωσε νέα τροπή στο πρωτάθλημα δύο αγωνιστικές πριν από τη λήξη του. Ο Απόλλωνας μπήκε στο κόλπο του τίτλου με -2 βαθμούς από τον ΑΠΟΕΛ. Η Λευκωσιώτικη ομάδα σπέρησε σε όλους τους τομείς στον κρίσιμο αγώνα του «Τσιρέιου» απογοητεύοντας τις χιλιάδες οπαδούς της με την όλη εμφάνιση της.
 Στο κυνήγι του τίτλου έχει εισέλθει και η ΑΕΚ. Η ομάδα της Λάρνακας με το νέο τρίποντο παίζει σε δύο στόχους ταυτόχρονα, πρωτάθλημα και Ευρώπη.
 Η Ομόνοια έκανε άλμα Ευρώπης με τη νίκη της επί της Ανόρθωσης. Το «Τριφύλλι» θα επιδιώξει το απόλυτο των βαθμών στα δύο εναπομείναντα παιχνίδια για να ελπίζει σε κατάταξη στην πρώτη τριάδα. Τα φετεινά όνειρα της «Μεγάλης Κυρίας» γκρεμίσθηκαν σε μεγάλο βαθμό με την ήττα στο ΓΣΠ.

ομάδα της Αθηνών πάντως, έπεσε με το κεφάλι ψηλά καθώς διέθετε αξιόμαχο συγκρότημα από την αρχή του πρωταθλήματος.



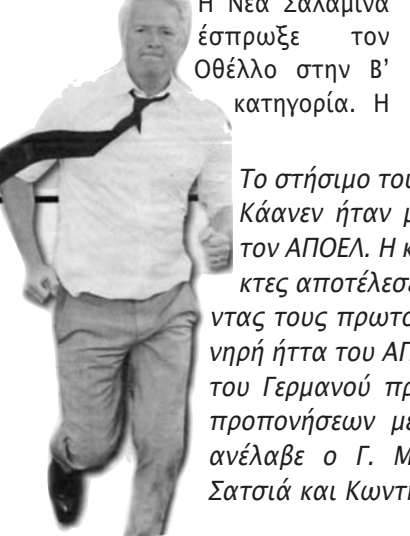
Η ομάδα του Τον Κάανεν με χρυσό εκτελεστή το Φώτη Παπουλή (φωτό) επιβλήθηκαν κατά κράτος στον αγώνα με τον πρωτοπόρο ΑΠΟΕΛ και σκαρφάλωσε σε απόσταση βολής από τον Όλυμπο

Αγία Νάπα και Δόξα Κατωκοπιάς πανηγύρισαν την παραμονή τους στα μεγάλα σαλόνια. Οι «πορτοκαλλί» έγραψαν ιστορία καθώς θα αγωνιστούν για πρώτη φορά στα σαλόνια σε δύο συνεχόμενες περιόδους.
 Τρίτωσε το καλό για τον Εθνικό στα τρία τελευταία παιχνίδια σκορπώντας ικανοποίηση στο Αχνιώτικο στρατόπεδο.

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ

31η αγωνιστική
Σάββατο 16 Μαΐου
 ΑΠΟΕΛ-ΑΕΚ
 Οθέλλος-ΑΕΛ
 Εθνικός-Αγία Νάπα
 Νέα Σαλαμίνα-Δόξα

Κυριακή 17 Μαΐου
 Ανόρθωση-Απόλλων
 Ομόνοια-Ερμής
32η αγωνιστική*
 Ερμής-ΑΠΟΕΛ
 Απόλλων-Ομόνοια
 ΑΕΚ-Ανόρθωση
 ΑΕΛ-Νέα Σαλαμίνα
 Δόξα-Εθνικός
 Αγία Νάπα-Οθέλλος



Το στήσιμο του Απόλλωνα στο γήπεδο από τον Τον Κάανεν ήταν μαεστρικό. Η τακτική του αμόλυτο του ΑΠΟΕΛ. Η κατάθεση ψυχής απ' όλους τους παίκτες αποτέλεσε το κερασί στη τούρτα αναγκάζοντας τους πρωτοπόρους σε ρόλο κομπάρσου. Η οδυνηρή ήττα του ΑΠΟΕΛ σηματοδότησε και την απόλυση του Γερμανού προπονητή Τ. Φίνγκ. Την ευθύνη των προπονήσεων μέχρι το τέλος του πρωταθλήματος ανέλαβε ο Γ. Μαντούκα πλαισιωμένος από τους Σατσιά και Κωντή.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

ΟΜΑΔΑ	ΑΓ.	Ν-Ι-Η	ΓΚΟΛ	Β.
1. ΑΠΟΕΛ	30	16-10-4	47-23	58
2. Απόλλων	30	16-5-8	56-37	56
3. ΑΕΚ	30	16-7-7	53-30	55
4. Ομόνοια	30	16-5-9	44-31	53
5. Ανόρθωση	30	15-4-11	47-34	49
6. Ερμής	30	11-7-12	35-44	40
7. ΑΕΛ	30	8-12-10	40-39	36
8. Εθνικός	30	9-8-13	28-46	35
9. Νέα Σαλαμίνα	30	8-9-13	25-35	33
10. Αγία Νάπα	30	6-11-13	28-49	29
11. Δόξα	30	7-7-16	28-44	28
12. Οθέλλος	30	4-9-17	21-40	21

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Α' ΟΜΙΛΟΣ

ΑΕΚ-Ερμής 2-1
(Μυτιός 12, Κολασούτι 69 / Παναθανασίου 40)
 Ομόνοια-Ανόρθωση 2-1
(Φοφανά 15, Κίρι 36 / Μακρής 23)

Απόλλων-ΑΠΟΕΛ 1-0
(Παπουλής 66)

Β' ΟΜΙΛΟΣ

ΑΕΛ-Εθνικός Άκνας 1-2
(Σαρόντζο 76 / Βάλντο 16, Χατζάρος 90+2)

Αγία Νάπα-Δόξα 0-0
 Νέα Σαλαμίνα-Οθέλλος 1-0
(Ενρίκε 56)

ΔΕΙΝΟΙ ΕΚΤΕΛΕΣΤΕΣ

Ποτέ	Ομίνοια	15
Ονίλο	Ερμής	15
Παπουλής	Απόλλωνας	13
Τζιμπούρ	ΑΠΟΕΛ	12
Μακρής	Ανόρθωση	12
Γκιέ	Απόλλωνας	10
Λόπο	Δόξα	10
Σανγκί	Απόλλωνας	9
Μυτιός	ΑΕΚ	9
Ταγκματζούμι	ΑΕΛ	8
Κολασούτι	ΑΕΚ	8
Βάλντο	Εθνικός	8
Γκονσάβες	Ανόρθωση	8
Κολοκούδιας	Απόλλωνας	7
Ράμος	Δόξα	7
Τιάνγκο	Οθέλλος	7
Μαντούκα	ΑΠΟΕΛ	6
Μπεμπέ	ΑΕΛ	6
Τομάς	ΑΕΚ	6
Φεργάντες	Δόξα	6
Κάλβο	Ανόρθωση	5
Λαρένα, Μοντέρρο	ΑΕΚ	5
Παναγιότοφ	Αγία Νάπα	5
Ενρίκε	Νέα Σαλαμίνα	5
Σωτηρίου	ΑΠΟΕΛ	4
Ρίσε, Εφραίμ	ΑΠΟΕΛ	4
Λόπες	Απόλλωνας	4
Στογιάνοβιτς, Τουράμ	Απόλλωνας	4
Ιακοβένκο, Αβραάμ	Ανόρθωση	4
Λαίφης	Ανόρθωση	4
Βάντερ, Κατάλι	ΑΕΚ	4
Ενρίκε, Λεόν, Βιέλο	Νέα Σαλαμίνα	4
Σταύρου	ΑΕΛ	4
Κίρι, Φοφανά	Ομόνοια	4

ΤΟ ΠΑΝΟΡΑΜΑ ΤΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ 2014 - 2015 (PLAY - OFF)

ΟΜΙΛΟΣ ΤΙΤΛΟΥ							ΟΜΙΛΟΣ ΥΠΟΒΙΒΑΣΜΟΥ	ΑΓΙΑ ΝΑΠΑ	ΑΕΛ	ΔΟΞΑ	ΕΘΝΙΚΟΣ	ΣΑΛΑΜΙΝΑ	ΟΘΕΛΛΟΣ
	ΑΕΚ	ΑΝΟΡΘΩΣΗ	ΑΠΟΕΛ	ΑΠΟΛΛΩΝ	ΕΡΜΗΣ	ΟΜΟΝΟΙΑ							
ΑΕΚ	-	32η	1-0	2-0	2-1	2-1	ΑΓΙΑ ΝΑΠΑ	-	1-0	0-0	1-0	0-0	32η
ΑΝΟΡΘΩΣΗ	3-0	-	3-3	31η	3-1	1-3	ΑΕΛ	2-2	-	0-4	1-2	32η	0-1
ΑΠΟΕΛ	31η	1-0	-	2-2	3-0	3-2	ΔΟΞΑ	0-1	1-2	-	32η	3-0	3-3
ΑΠΟΛΛΩΝ	1-0	1-3	1-0	-	2-2	32η	ΕΘΝΙΚΟΣ	31η	1-1	0-2	-	2-1	3-1
ΕΡΜΗΣ	0-4	1-1	32η	1-0	-	0-1	ΣΑΛΑΜΙΝΑ	3-0	1-1	31η	1-0	-	1-0
ΟΜΟΝΟΙΑ	1-1	2-1	1-1	1-0	31η	-	ΟΘΕΛΛΟΣ	2-2	31η	0-1	1-2	0-2	-



Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Η ημέρα της Ευρώπης

Με τον αναπληρωτή γενικό γραμματέα της ΣΕΚ
Ανδρέα Φ. Μάτσα

1 Αναπτύξετε το νόημα της 9ης Μαΐου. Οι εμπνευστές και οραματιστές της Ευρωπαϊκής ιδέας και ιδρυτές και πατέρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, μέσω της Ευρωπαϊκής Κοινότητας Άνθρακα και Χάλυβα, στόχευσαν στη δημιουργία μιας ένωσης των ανθρώπων, όπου θα επικρατούσαν οι αξίες της ελευθερίας και της αλληλεγγύης δημιουργώντας συνθήκες ειρήνης, ισότητας, κοινωνικής δικαιοσύνης και ευημερίας. Η Διακήρυξη Σούμαν στις 9 Μαΐου 1950 αποτέλεσε τη βάση για την ίδρυση μίας σειράς από υπερεθνικούς Ευρωπαϊκούς θεσμούς οι οποίοι στην πορεία του χρόνου μετεξελίχθηκαν δημιουργώντας τη σημερινή Ευρωπαϊκή Ένωση. Μέσα από την υφιστάμενη κοινωνικοοικονομική κρίση που βιώνει η ίδια η Ε.Ε και αριθμός κρατών μελών της, συμπεριλαμβανομένης και της Κύπρου, το νόημα της 9ης Μαΐου γίνεται ακόμα πιο επίκαιρο στη βάση της ανάγκης ενίσχυσης και εμβάθυνσης των θεσμών μέσα από μια πιο στοχευμένη κοινωνική πολιτική.

2 Η σημερινή Ευρώπη σέβεται την ελευθερία και την ιδιαίτερη ταυτότητα των λαών που την αποτελούν; Η απαρχή του Ευρωπαϊκού οράματος στηρίχτηκε στην ορθή και επικρατούσα προσέγγιση πως, η συγχώνευση οικονομικών συμφερόντων θα βοηθούσε στην άνοδο του βιοτικού επιπέδου, στη βάση της ορθολογικής κατανομής της παραγωγής στο υψηλότερο επίπεδο παραγωγικότητας και θα αποτελούσε το πρώτο βήμα για την ενοποίηση της Ευρώπης με ορίζοντα και προοπτική την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία. Δυστυχώς, η σημερινή Ευρώπη βρίσκεται εγκλωβισμένη ανάμεσα σε ιδεολογικές αποκλίσεις και τάσεις κοινωνικοοικονομικής τελμάτωσης. Παράλληλα, έντονα διακυβερνητικά στοιχεία δημιουργούν ελλείμματα δημοκρατίας και συμβάλλουν στην απαξίωση των θεσμών. Η έλλειψη σαφούς και υλοποιήσιμου στόχου και προσανατολισμού, σε συνάρτηση με την απουσία συγκροτημένου πλάνου για ανάπτυξη και κοινωνική συνοχή, δημιουργεί συνθήκες και τάσεις που καλλιεργούν τον Ευρωσκεπτικισμό.

3 Ενιαία Ευρώπη ή βόρεια και νότια. Σχολιάστε. Είναι σαφές και ξεκάθαρο πως, δεν υπάρχουν περιθώρια για γεωγραφικούς διαχωρισμούς στην Ε.Ε, καθώς μια τέτοια πολιτική προσέγγιση θα οδηγούσε την Ένωση μακριά από τη δυναμική της ομοσπονδοποίησης και σταδιακά στην κατάρρευσή της. Αυτή τη στιγμή η Ε.Ε θα πρέπει να δώσει μια νέα δυναμική στη στήριξη των κρατών μελών που βρίσκονται υπό οικονομική ύφεση, επανατοποθετώντας ταυτόχρονα την πολιτική της σε ότι αφορά την Ευρωπαϊκή ανάπτυξη μακριά από τη λιτότητα, τη στρατηγική απασχόλησης και την οικονομική διακυβέρνηση. Επιπρόσθετα, θα πρέπει να επανεξεταστεί η Στρατηγική Ευρώπη 2020, η οποία δεν φαίνεται να ανταποκρίνεται στα προβλήματα της απασχόλησης και της φτώχειας.

Στην ίδια βάση, είναι επιτακτική η ανάγκη για αναβάθμιση του θεσμοθετημένου κοινωνικού διαλόγου, μέσα από τον οποίο μπορούν να συγκεκριμενοποιηθούν οι πολιτικές που οδηγούν στην κοινωνική συνοχή και να ενισχυθούν οι προοπτικές καταπολέμησης της ανεργίας και προώθησης ποιοτικών θέσεων εργασίας.

Η Ευρώπη οφείλει να στοχεύσει μακριά μεγιστοποιώντας την αξιακή της υπόσταση, προς όφελος του κοινωνικού συνόλου που την αποτελεί.



Αγώνας Δρόμου προς τιμή του υποστράτηγου Τάσου Μάρκου Η αγωνιστικότητα του ήρωα φωτεινός φάρος για Ελευθερία και Κοινωνική Δικαιοσύνη

Η φεγγοβολούσα μορφή του ήρωα υποστράτηγου Τάσου Μάρκου αποτελεί φωτεινό φάρο για Ελευθερία και Κοινωνική δικαιοσύνη, ειδικότερα σε αυτές τις δύσκολες συνθήκες που βιώνουν οι πολίτες και ειδικότερα οι εργαζόμενοι από τις επιπτώσεις της οικονομικής ύφεσης.

Σε χαιρετισμό του στην εκδήλωση προς τιμή του ήρωα που διοργάνωσε την 1η Μαΐου η ΣΕΚ Αμμοχώστου, ο α.γ.γ. της ΣΕΚ Ανδρέας Φ. Μάτσας, έδωσε έμφαση στη συνταύτιση των αγώνων των εργαζομένων το 1886 με τους αγώνες που καταβάλλονται σήμερα για επαναφορά των αυτονόητων δικαιωμάτων σε δεδομένα.

Ο κ. Μάτσας έστειλε μήνυμα πως η ΣΕΚ θα συνεχίσει να αγωνίζεται με σύνεση, συναίνεση και τεκμηρίωση για να μπορέσει να συμβάλει ουσιαστικά στην ανάπτυξη της οικονομίας και στην κατοχύρωση των δικαιωμάτων των εργαζομένων με ορίζοντα την επαναφορά της ευημερίας και της προοπτικής στους εργαζόμενους και στην κοινωνία ευρύτερα.

Η ΣΕΚ, πρόσθεσε, έχει θέσει συγκεκριμένες εισηγήσεις που αφορούν τη δημιουργία θέσεων για το ντόπιο εργατικό δυναμικό μέσα από την αναθεώρηση των διαδικασιών εργοδότησης ξένων και αναμένει από την Κυβέρνηση να είναι θετική προς αυτή την κατεύθυνση. Διάσυνδεσε τέλος, το αγωνιστικό

φρόνημα για Ελευθερία, Ισότητα, Δικαιοσύνη, και την Πρωτοπορία στους Εθνικούς και Κοινωνικούς αγώνες με το πνεύμα και το ήθος του αγωνιστή Τάσου Μάρκου και την εθνική υπερηφάνεια που μας

χώστος κ.κ. Βασίλειο. Ομιλία στην εκδήλωση εκφώνησε ο υπουργός Γεωργίας, Νίκος Κουγιάλης. Το πρόγραμμα συνεχίστηκε με αγώνα δρόμου από δρομείς του Σωματίου Περικλής Δημητρίου και του



προκαλεί το δικό του παράδειγμα. Δρομείς του Σωματίου Περικλής Δημητρίου μετέφεραν από το μνημείο του Αχυρώνα στο Λιοπέτρι φλόγα και άναψαν βωμό μπροστά από τον ανδριάντα του ήρωα. Τελέσθηκε Τρισάγιο από τον Μητροπολίτη Κωνσταντίας, Αμμο-

ΠΑΣΕΚ.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους Βουλευτές Αμμοχώστου, ο Δήμαρχος Παραλιμνίου, ο Δήμαρχος Σωτήρας, δημοτικοί σύμβουλοι, στελέχη κομμάτων, οι συγγενείς του ήρωα, αξιωματούχοι της ΣΕΚ και πλήθος κόσμου.

Μοναδικές καλοκαιρινές αποδράσεις στις εξοχικές κατοικίες - κατασκηνώσεις της ΣΕΚ

Η ΣΕΚ και αυτό το καλοκαίρι προσφέρει ιδανικές εναλλακτικές επιλογές για ποιοτικές και φθηνές διακοπές στα εξοχικά της συγκροτήματα σε βουνό και θάλασσα.

Μέσα σε πανέμορφα τοπία στον Κάτω Αμιάντο, στον Πρωταρά, στο Πισσούρι, στην Πάφο και στα Καννάβια, οι εξοχικές κατοικίες είναι έτοιμες να υποδεχτούν τα μέλη της ΣΕΚ και τις οικογένειές τους, προσφέροντας τους τη δυνατότητα να απολαύσουν αξέχαστες στιγμές μακριά από το άγχος και τη ρουτίνα της καθημερινότητας.

Τα εξοχικά συγκροτήματα που είναι εφάμιλλα ξενοδοχειακών

μονάδων, διαθέτουν άνετα και ευρύχωρα διαμερίσματα με όλο τον απαιτούμενο οικιακό εξοπλισμό. Οι υπερσύγχρονες πισίνες που κοσμούν τα συγκροτήματα προσφέρουν δροσιά και ευεξία ενώ τα εστιατόρια με όλες τις σχετικές πιστοποιήσεις ασφάλειας και υγιεινής, προσφέρουν φαγητό σε ελκυστικές τιμές.

Κατασκηνώσεις

Ο Οργανισμός Βελτίωσης Ποιότητας Ζωής που ενεργεί πάντοτε με γνώμονα τη διασφάλιση της υγείας και της ασφάλειας των παιδιών προτρέπει και φέτος τους γονείς να εμπιστευθούν τις σύγχρονες εγκα-

ταστάσεις που βρίσκονται σ' ένα πανέμορφο καταπράσινο τοπίο στο χωριό Καννάβια.

Μέσα από ένα δομημένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα που περιλαμβάνει κολύμπι, θέατρο, τραγούδι, δραμομές στα μονοπάτια της φύσης και άλλα πολλά, προσφέρεται η δυνατότητα στα παιδιά να αναπτύξουν το αστείρευτο ταλέντο τους.

Κατασκηνωτικές περίοδοι

- Από 29/06-06/07/2015 θα φιλοξενηθούν αγόρια που κατά τη Σχολική χρονιά 2014-2015 φοιτούσαν στις τάξεις ΣΤ' Δημοτικού, Α' και Β' Γυμνασίου.
- Από 06/07-13/07/2015 θα φιλοξενηθούν αγόρια και κορίτσια που κατά τη Σχολική χρονιά 2014-2015 φοιτούσαν στις τάξεις Γ, Δ' και Ε' Δημοτικού.
- Από 13/07-20/07/2015 θα φιλοξενηθούν κορίτσια που κατά τη Σχολική χρονιά 2014-2015 φοιτούσαν στις τάξεις ΣΤ' Δημοτικού Α' και Β' Γυμνασίου.



Υποβολή αιτήσεων στα Ελεύθερα Εργατικά Κέντρα της ΣΕΚ

