



Εργατική Φωνή

ΤΕΤΑΡΤΗ
24
ΙΟΥΝΙΟΥ
2015



ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2864
ΤΙΜΗ 0.68€(€ 0.40)

Συνδικαλιστικό όχι στην ΤΤΙΡ

Πλήττει τις παρεχόμενες ουσιώδεις υπηρεσίες και συρρικνώνει τα δικαιώματα των πολιτών η πρωθούμενη Διατλαντική Σχέση Εμπορίου και Επενδύσεων (ΤΤΙΡ). Η ΣΕΚ αντιδρά, αξιώνοντας κοινωνικό διάλογο σε εθνικό κι ευρωπαϊκό επίπεδο. (Σελ. 6)



Η ζούγκλα της Παγκοσμιοποίησης



Διπλασιάστηκαν το 2014 οι δισεκατομμυριούχοι του πλανήτη ενώ αυξήθηκαν οι φτωχοί. Η οικονομική θηριωδία εντείνεται, προμηνύοντας κοινωνική έκρηξη. (Σελ. 4)

Έπιασαν δουλειά οι Επίτροποι Αφερεγγυότητας

Αδειοδοτήθηκαν οι πρώτοι 27 Σύμβουλοι Αφερεγγυότητας και ο αρμόδιος Επίτροπος καλεί τους ενδιαφερόμενους να εκδηλώσουν ενδιαφέρον. Στα €733 ορίσθηκε το ελάχιστο επίπεδο διαβίωσης σε περιπτώσεις αναδιαρθρώσεων δανείων. (Σελ. 5)

Η ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΔΕΝ ΕΠΙΤΥΓΧΑΝΕΤΑΙ ΜΕ ΜΕΙΩΣΕΙΣ ΜΙΣΘΩΝ ΚΑΙ ΩΦΕΛΗΜΑΤΩΝ

• Μηνύματα Παγκύπριας Συνδιάσκεψης Νεολαίας ΣΕΚ

Όσοι επιδιώκουν την ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεων μέσα από μείωση των μισθών και ωφελημάτων κυνηγούν χίμαιρες.

Το μήνυμα αυτό έστειλε προς κάθε κατεύθυνση με βασικούς αποδέκτες τους Κύπριους εργοδότες η

νεολαία ΣΕΚ, τονίζοντας ότι η ανταγωνιστικότητα επιτυγχάνεται μέσα από την αύξηση της παραγωγικότητας, του ορθολογιστικού προγραμματισμού, της αξιοποίησης των τεχνολογικών μεθόδων και του καλού περιβάλλοντος εργασίας.

Στα ψηφίσματα της Παγκύπριας Συνδιάσκεψης τονίζεται η ανάγκη υιοθέτησης καινοτόμων πολιτικών για συμφιλίωση εργασίας - οικογένειας. Επισημαίνεται πως τα μέτρα αναχαίτισης της ανεργίας κρίνονται ως ανεπαρκή.

(Σελ. 8)

• Αισιόδοξα μηνύματα εκπέμπουν τα θετικά πρόσημα της οικονομίας

ΟΜΑΛΗ ΑΝΑΝΕΩΣΗ ΣΥΜΒΑΣΕΩΝ ΜΕ ΣΤΑΔΙΑΚΗ ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΜΙΣΘΩΝ

- ✓ Η ΣΕΚ καλεί τους εργοδότες να συμβάλουν θετικά στη διορθωτική πορεία της οικονομίας
- ✓ Οι μισθοί δεν αποτελούν τροχοπέδη στη βελτίωση της παραγωγικότητας
- ✓ Οι ξενοδόχοι καλούνται να επιδείξουν πνεύμα ευθύνης έναντι της οικονομίας και της Κοινωνίας



Η Κύπρος αναδείχθηκε «πρωταθλήτρια» μείωσης μισθών στην Ε.Ε. τα έτη 2013-14. Η κατρακύλα των μισθών συνεχίσθηκε και στο πρώτο τρίμηνο του τρέχοντος έτους. Ήρθε η ώρα της διόρθωσης

- ✓ Ώρα για εξοικονόμηση θέσεων εργασίας για το ντόπιο εργατικό δυναμικό
- ✓ Στην Κύπρο σημειώθηκε η μεγαλύτερη μείωση μισθών μεταξύ των χωρών της Ευρωζώνης
- ✓ Ευθύνη της υπουργού Εργασίας να εξαλειφθούν τα κρούσματα εργασιακής εκμετάλλευσης

Αντίδοτο στην κρίση οι υγιείς εργασιακές σχέσεις

Η κυπριακή οικονομία, αργά αλλά σταθερά, οδεύει σε τροχιά ανάπτυξης, όπως φαίνεται και από τα επίσημα στατιστικά στοιχεία που περιλαμβάνονται στο Στρατηγικό Πλαίσιο Δημοσιονομικής Πολιτικής που εγκρίθηκε πρόσφατα από το υπουργικό συμβούλιο.

Φαίνεται πως η οικονομία τη φετινή χρονιά θα παρουσιάσει οριακά θετικό ρυθμό ανάπτυξης, ενώ το 2016, 2017 και 2018 ο ρυθμός ανάπτυξης θα αυξηθεί 1,4%, 2% και 2.2% αντίστοιχα.

Αυτά τα στοιχεία σε συνδυασμό με το γεγονός ότι, η ανεργία θα μειωθεί από το 16.1% φέτος στο 12.5% το 2018, δημιουργούν μια θετική εικόνα, η οποία όμως χρήζει σοβαρής και προσεκτικής διαχείρισης. Και τούτο γιατί, η κυπριακή οικονομία την ίδια ώρα καλείται να αντιμετωπίσει σοβαρούς κινδύνους που ελλοχεύουν και προέρχονται τόσο από το εξωτερικό,

όσο και από το εσωτερικό.

Ελλοχεύουν κίνδυνοι σε σχέση με τις προοπτικές του τουρισμού που έχουν να κάμουν με τις εξελίξεις στη ρωσική οικονομία, αλλά και άλλοι κίνδυνοι που αφορούν την ευρωστία των χαρτοφυλακίων των τραπε-

• Σοβαροί κίνδυνοι ελλοχεύουν στην πορεία προς την ανάκαμψη

ζών, πάντοτε σε σχέση με το ύψος των μη εξυπηρετούμενων δανείων.

Βέβαια η κυπριακή οικονομία επηρεάζεται και από τις εξελίξεις που διαδραματίζονται στην Ελλάδα και αυτός ο παράγοντας είναι ιδιαίτερα σημαντικός και πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη.

Κυρίως όμως ο τουριστικός και τραπεζικός τομέας

είναι οι δύο τομείς που αποτελούν κλειδί για την οικονομική ανάκαμψη της Κύπρου.

Η ΣΕΚ καταγράφει αυτά τα δεδομένα και καλεί τους κοινωνικούς της εταίρους, στη μετέπειτα διαχείριση όλων των σχετικών ζητημάτων, (είτε αυτά αφορούν διαρθρωτικές αλλαγές, είτε την ανανέωση συλλογικών συμβάσεων, είτε στιδήποτε άλλο), να επιδείξουν ακόμα μεγαλύτερο πνεύμα υπευθυνότητας, συνεργασίας και συναντίληψης και να εγκαταλείψουν τη λογική που θέλει τους εργαζόμενους να επωμίζονται τη μεγάλη πλειοψηφία των βαρών της κρίσης.

Η ΣΕΚ υπογραμμίζει πως, το μέλλον του τόπου είναι ταυτισμένο με τις υγιείς εργασιακές σχέσεις και αυτή την αρχή θα συνεχίσει να υπηρετεί, καλώντας στην ίδια πορεία την κυβέρνηση και τους εργοδότες.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

Δεν θέλει να διαπραγματεύεται με ανήλικους διαμήνυσε προς κάθε κατεύθυνση η σιδηρά κυρία του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου Κριστίν Λαγκάρντ, εννοώντας τον υπουργό Οικονομικών της Ελλάδας Γιάννη Βαρουφάκη. Για μας τους απλούς πολίτες, είναι καθόλα φυσιολογική η αντίδραση της ασπρομαλλούσας πριγκηπέσσας, η οποία ζώντας στη χλιδή που της



Του **Ξενή Ξενοφώντος**, Αρχισυντάκτη «Εργατικής Φωνής»

xenis.xenofontos@sek.org.cy

έχουν στρωμένη οι πλουτοκράτορες της υψηλίου, δεν αισθάνεται άνετα όταν υποχρεούται εκ των πραγμάτων να συζητήσει με άτομα που ανθίστανται στις ντιρεκτίβες του διεθνούς καπιταλισμού. Ούτε την ενδιαφέρει, αν υπάρχουν δισεκατομμύρια φτωχοί στον πλανήτη τη στιγμή που μερικές εκατοντάδες κροίσοι κατέχουν αμύθητη περιουσία. Ούτε βεβαίως συγκινείται αν οι μεγαστάνες Μπίλι Γκέιτς και Γουόρεν Μπάφετ, διαθέτουν πλούτη που ισούνται με το Ακαθαράστιστο Εθνικό Προϊόν της Ελλάδας των 11 εκατομμυρίων ανθρώπων. Έχοντας αυτά κατά νούν θέλουμε να στείλουμε ισχυρό

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΓΙΑ ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΑΥΡΙΟ Η ΛΥΣΗ ΣΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΖΗΤΗΜΑ

το μήνυμα προς ντόπιους και ξένους ότι η οικονομική παγκοσμιοποίηση αν αφεθεί να εξαπλώνεται με τους δικούς της όρους και ρυθμούς, σύντομα η φτώχεια που πλήττει σήμερα κυρίως τα κράτη της Ασίας και της Αφρικής θα πλήξει και την Ευρώπη. Ήδη, τα τελευταία χρόνια η μεθυσμένη παγκοσμιοποίηση άρχισε να δείχνει τα δόντια της σε χώρες της Νότιας Ευρώπης με πρώτα θύματα τους λαούς της Ελλάδας, της Κύπρου, της Ισπανίας, της Πορτογαλλίας και εσχάτως της Ιταλίας. Μεγάλα τμήματα του πληθυσμού των εν λόγω χωρών βρίσκονται τον τελευταίο καιρό στη δίνη της φτώχειας και της δυσπραγίας, διερωτούμενοι για ποίο λόγο ενσωματώθηκαν στη μεγάλη οικογένεια των κρατών της Ευρώπης.

Πρίν από δύο χρόνια οι Ευρωπαίοι πολίτες της μικρής Κύπρου βρέθηκαν εν μια νυκτί με το πιστόλι στον κρόταφο δεχόμενοι αδιαμαρτύρητα να χάσουν ολόκληρες περιουσίες λόγω της τραπεζικής πτώχευσης. Σήμερα, οι δυσπραγούντες Έλληνες πολίτες υπό τον φόβο της ολοκληρωτικής πτώχευσης του κράτους, καλούνται να σφίξουν κι άλλο τα ζωνάρια

προκειμένου να πάρουν τη... δόση τους από την κυρία Λαγκάρντ, παρατείνοντας για μερικούς ακόμη μήνες την σύνδεση τους με τον οικονομικό αναπνευστήρα

Κι ενώ η Ελλάδα καταβάλλει τιτάνειες προσπάθειες για να αποφύγει τα χειρότερα, ύστερα από πολύ καιρό απραξίας, έκανε όλως αιφνιδίως την εμφάνιση του ο «πολύς» Μανουέλ Μπαρόζο, πρώην

εποχής του το μέγα όραμα για οικοδόμηση της Ευρώπης των λαών και των εργαζομένων ξεθώριασε. Δεν θέλει να θυμάται, πώς η σκόπιμη έλλειψη κανόνων και διαφάνειας στην Ευρώπη, κυρίως στα χρηματοπιστωτικά και την ενέργεια, ευνοούν ασύστολα τις πολυεθνικές, τις τράπεζες επενδύσεων και τις λεγόμενες αγορές, σε βάρος των συμφερόντων των

πολιτών. Χωρίς να θέλουμε να δικαιολογήσουμε τις τεράστιες ευθύνες του σάπιου Ελληνικού πολιτικού συστήματος για την κατακλυσία της χώρας, θέλουμε να πληροφορήσουμε τον κάθε κύριο Μπαρόζο, ότι τα κοινωνικοοικονομικά αδιέξοδα της Ελλάδας ξεχείλισαν λόγω της λανθασμένης συνταγής που έδωσαν οι Θεσμοί στην Ελληνική ασθένεια. Αυτό άλλωστε το παραδέχθηκε η ίδια η Ευρωπαϊκή Ένωση πρίν από την άνοδο Τσίπρα στην εξουσία.

• Η «ενήλικη» Λαγκάρντ και ο «πολύς» Μπαρόζο καλά θα κάνουν να μην πυροβολούν τον «ανήλικο» Βαρουφάκη και τον «ανεύθυνο» Τσίπρα

πρόεδρος της «Κομισιόν», ρίχνοντας νερό στο μύλο της κυρίας Λαγκάρντ και της παγκόσμιας ολιγαρχίας. Χωρίς αιδώ, ο κ. Μπαρόζο εξαπέλυσε εντελώς απροκάλυπτα, επίθεση κατά της Ελληνικής κυβέρνησης υποστηρίζοντας πως ο ελληνικός λαός πληρώνει το τίμημα της ανευθυνότητας του Αλέξη Τσίπρα.

Χωρίς ίχνος ντροπής, θέλει να ξεχνά ο κ. Μπαρόζο ότι επί

φέρει λοιπόν μεγάλη ευθύνη το ΔΝΤ της κυρίας Λαγκάρντ και η Ε.Ε, (με την απεχθή νεοκαπιταλιστική μορφή που προσέλαβε με τον κ. Μπαρόζο στο τιμόνι), για την βαρεία επιδείνωση της οικονομικής υγείας των Ελλήνων. Συνεπώς ο κ. Μπαρόζο, ηθικά τουλάχιστον, δεν νομιμοποιείται να βρίζει τον Έλληνα πρωθυπουργό για τη σθεναρή στάση του στο Ελληνικό ζήτημα το οποίο ειρήσθω εν παρόδω αν δεν τύχει σοφής προσέγγισης από τους νυν Ευρωπαίους ηγέτες θα μετατραπεί σε λάκκο των λεόντων για ολόκληρη την Ευρωζώνη. Γιαυτό, οι κλεφταράδες της υψηλίου (που θάλεγε και ο τραγικός πρώην ηγέτης της «Κυπριακής Μπανανίας» Δημήτρης Χριστόφιας) και οι δορυφόροι τους, ας αφήσουν ήσυχους τον Βαρουφάκη και τον Τσίπρα να προσπείσουν όπως οι ίδιοι ξέρουν τα συμφέροντα της Ελλάδας. Σε τούτη την κρίσιμη περίοδο που το μέλλον της Ευρώπης παίζεται στα ζάρια ενός παγκοσμιοποιούμενου οικονομικού καζίνο, ας συνειδητοποιήσουν οι Ευρωπαίοι ηγέτες και ηγετίσκοι, πως με τις στεγνές πολιτικές λιτότητας που εφαρμόζουν αναγκάζουν τους πολίτες να αποστρέφονται τη Ευρώπη. Κι αν αυτό δεν τους ενδιαφέρει, τουλάχιστον ας τυπώσουν καλά στο μυαλό τους πως από ένα ενδεχόμενο GREXIT, η Ευρωζώνη θα θρυματισθεί και οι τελευταίοι που θα μετανοιώσουν γι' αυτή την εξέλιξη θα είναι οι Έλληνες.

Είμαστε άραγε προετοιμασμένοι να αντιμετωπίσουμε τα θρύψαλα που θα συσσωρευτούν την επόμενη μέρα της κρίσης.

Πόσοι νέοι με πλούσια ακαδημαϊκά προσόντα, απογοητευμένοι, από τη χαώδη κατάσταση στην αγορά εργασίας μεταναστεύουν για να βρουν δουλειά;



Της **Δέσποινας Ησαΐα - Κοσμά**, Γραμματέας Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ

Νέοι γεμάτοι όνειρα και ελπίδες, έχασαν την πατρώα γη κάτω από τα πόδια τους και ξενιτεύτηκαν για να μπορέσουν οι ίδιοι να επιβιώσουν αλλά και ενδεχομένως να ενισχύσουν τον οικονομικό προϋ-

Στο γκρίζο τοπίο της διαφθοράς και της θεσμικής κρίσης οι νέοι ψάχνουν το εργασιακό τους μέλλον

πολογισμό της οικογένειάς τους.

Η γη που τους γέννησε δεν μπόρεσε να τους κρατήσει και τους απέβαλε ως ξένο σώμα!

Φοβάμαι πως ακόμη και οι προσπάθειες που καταβάλλονται μέσα από τα σχέδια του κράτους για να απορροφηθούν νέοι στην αγορά εργασίας δεν θα επιφέρουν τα ποθούμενα αποτελέσματα

Πόσοι νέοι θα στεριώσουν και με ποίο μισθό; Πόσοι άλλοι θα αντέξουν μισθούς πείνας και δεν θα μιμηθούν τους υπόλοιπους παίρνοντας το πρώτο αεροπλάνο για άλλες πολιτείες. Στο γκρίζο τοπίο της σήψης της διαφθοράς, της θεσμικής κρίσης και της αλλο-

κοτιάς οι νέοι που αποτελούν το κρίκο που συνδέει το παρόν με το μέλλον, βρίσκονται μπροστά σε φοβερά αδιέξοδα και εργασιακά διλήμματα.

Είναι κρίμα όλο αυτό το απόσταγμα νέων προσοντούχων να μην τους προσφέρουμε

• Η επόμενη μέρα της κρίσης δεν μπορεί να είναι μακριά από σήμερα. Θα είμαστε προετοιμασμένοι να ανακτήσουμε τα χαμένα εδάφη;

γόνιμο έδαφος για να στεριώσει και είναι λυπηρό που το κράτος μέχρι σήμερα δεν έδωσε έμφαση σε αναπτυξιακά έργα για να ανοιχθούν θέσεις εργασίας, συγκρατώντας την ασυγκράτητη φυγή.

Η επόμενη μέρα της κρίσης δεν

μπορεί να είναι μακριά από σήμερα. Πρέπει να μας βρει έτοιμους για να αξιοποιήσουμε τις προοπτικές που θα δημιουργηθούν, τόνισε ο α.γ.γ. της ΣΕΚ **Ανδρέας Μάτσας** στην 9η Παγκύπρια Συνδιάσκεψη της Νεολαίας της ΣΕΚ.

Και πρόσθεσε: Κοιτάζοντας τους νέους στα μάτια είναι σαν να κοιτάξεις το ίδιο το μέλλον του οποίου οι νέοι αποτελούν βασικό συστατικό και προϋπόθεση.

Πολύ σωστά τέθηκε: «θα πρέπει να μας βρει έτοιμους να

αντιμετωπίσουμε τις προοπτικές». Αλλά προκύπτει αβίαστα το ερώτημα: Προετοιμάστηκε το κράτος για να μπορέσει να κτίσει το νέο οικονομικό οικοδόμημα, μετά την έξοδο από το μνημόνιο;

Οι ασκήσεις επί χάρτου δεν φέρουν αποτέλεσμα. Θα ήταν σφοδρό λάθος και ολισθημα να περιμένεις την έξοδο σου από την κρίση και μετά να αρχίσεις τις προετοιμασίες.

Το τραίνο των χαμένων ευκαιριών θα αποχωρήσει για άλλη μια φορά χωρίς επιβάτες και θα ψάχνουμε να βρούμε τι μας έφταιξε.

Η μέρα μετά την κρίση θα μας βρει έτοιμους ή θα αρχίσουμε εκείνη την ημέρα να στήνουμε γέφυρες για περάσουν οι νέοι από το παρόν στο μέλλον, όσοι θα μας έχουν απομείνει.

• Ο γ.γ. της ΣΕΚ κάλεσε τους εργοδότες να επιδείξουν σύνεση και υπευθυνότητα

Τα αισιόδοξα μηνύματα που εκπέμπει η εκδηλούμενη οικονομική ανάκαμψη και η σταδιακή έξοδος από το Μνημόνιο, δίδουν το δικαίωμα στο συνδικαλιστικό κίνημα να διεκδικήσει αναπροσαρμογή και βελτίωση των ωφελημάτων στο πλαίσιο των διεργασιών για ανανέωση των συλλογικών συμβάσεων.

Η ΣΕΚ μέσα από κύκλο των Παγκύπριων Συνεδρίων των Ομοσπονδιών της, διαμήνυσε ότι θα επιδιώξει σταδιακή επανάκτηση των ωφελημάτων που απολέσθηκαν μεσοσύσης της κρίσης.

Ήδη σε μερικούς κλάδους της οικονομίας όπως οι κλάδοι

Ώρα σταδιακής επανάκτησης των χαμένων ωφελημάτων

των κατασκευών και της βιομηχανίας έχει επιτευχθεί διόρθωση ωφελημάτων ενώ συλλογικές συμβάσεις έχουν ανανεωθεί ομαλά.

Ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ Νίκος Μωυσέως με δηλώσεις του στην «Ε.Φ.» καλεί τους εργοδότες να επιδείξουν θετικό πνεύμα στην αντίκρουση των συντεχνιακών αιτημάτων τα οποία και λογικά είναι και συνάδουν με τις υπάρχουσες πραγματικότητες της Κυπριακής οικονομίας.

Είναι προς το συμφέρον όλων, σημείωσε, να ανανεωθούν οι συλλογικές συμφωνίες ομαλά εδραιώνοντας την εργασιακή ειρήνη σε μια κομβική συγκυρία για την Κυπριακή οικονομία. Είναι ευθύνη όλων μας να συμβάλουμε συνετά και υπεύθυνα στην κοινωνικοοικονομική ανασυγκρότηση, χαράζοντας ένα ελπιδοφόρο αύριο.

ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΣ ΞΕΝΟΔΟΧΟΥΣ

Σε καμιά περίπτωση δεν θα ανεχθούμε αντεργατικές πρακτικές, υπογράμμισε,

στέλλοντας σαφέστατο μήνυμα προς τους ξενοδόχους τους οποίους καλεί σε ειλικρινή συνεργασία για πάταξη της οργιάζουσας εκμετάλλευσης κοινοτικών. Αν παρελπίδα, πρόσθεσε, οι ξενοδόχοι συνεχίσουν να επιδεικνύουν αλαζονί-

• Ευθύνη όλων η συμβολή στην προσπάθεια οικονομικής ανάκαμψης και εδραίωσης της εργατικής ειρήνης

κή συμπεριφορά, η αντίδραση των συντεχνιών μεσοσύσης της τουριστικής περιόδου αιχμής θα είναι δυναμική. Σε καμιά περίπτωση δεν επεδιώκουμε τη σύγκρουση. Εναπόκειται στον κοινωνικό πατριωτισμό και στο αίσθημα ευθύνης των ξενοδόχων να διαφυλάξουν την εργασιακή ειρήνη, επισήμανε.

Περαιτέρω, ο γ.γ. της ΣΕΚ έστειλε μηνύματα στην κυβέρνηση και τους εργοδοτικούς συνδέσμους:

- Η ΣΕΚ δεν θα δεχθεί άλλο τα βάρη της οικονομικής ύφεσης να συνεχίσουν να πέφτουν στους ώμους των μισθωτών.
- Επείγει η αναθεώρηση του πλαισίου εργοδότησης αλλο-

δαπών για εξοικονόμηση θέσεων εργασίας για τους Κύπριους.

• Τα κρούσματα εργασιακής εκμετάλλευσης θα πρέπει να περιορισθούν στο ελάχιστο με σκοπό να εξαλειφθούν. Το

τας της οικονομίας.

• Όχι στη δαιμονοποίηση του εργατικού κόστους. Η συνεχής μείωση μισθών που σημειώθηκε τον τελευταίο χρόνο δεν βοήθησε την ανταγωνιστικότητα ούτε συνέβαλε στην κοινωνική πρόοδο και ανάπτυξη.

Ευελπιστούμε κατέληξε, ότι οι επιχειρηματίες να εκτιμήσουν την υπεύθυνη στάση που επέδειξαν οι συντεχνίες και οι



✓ Σε 40 και πλέον ξενοδοχειακές μονάδες διαπιστώνεται παραβίαση της συλλογικής σύμβασης και εκδήλωση κρουσμάτων εργασιακής εκμετάλλευσης. Η ΣΕΚ δεν πρόκειται να ανεχθεί άλλο αυτή την κατάσταση

υπουργείο Εργασίας έχει τεράστια ευθύνη γι' αυτό.

• Οι μισθοί δεν αποτελούν τροχοπέδη στην αύξηση της Παραγωγικότητας και κατεπέκταση της ανταγωνιστικότητας

εργαζόμενοι στη βαθιά περίοδο της κρίσης, αντικρύζοντας θετικά την πολιτική της ΣΕΚ για επαναφορά των ωφελημάτων στην προ της κρίσης περίοδο.



Στα συρτάρια η αντιμετώπιση της υπογεννητικότητας

Η ΣΕΚ κατεπάναληψη ήγειρε ως κατεπείγον το ζήτημα της εκπόνησης δημογραφικής πολιτικής για ουσιαστική αντιμετώπιση της υπογεννητικότητας η οποία σταδιακά διαβρώνει τον κοινωνικό ιστό της χώρας με ανεπανόρθωτες κοινωνικές προεκτάσεις.

Μέχρι σήμερα παρά τη δημιουργία Φορέα Δημογραφικής Πολιτικής καμιά ουσιαστική ενέργεια δεν έχει προωθηθεί ενώ έντονος είναι ο προβληματισμός που επικρατεί σε σχέση με την αδράνεια στην οποία έχει περιέλθει ο Φορέας με αποτέλεσμα να πελαγοδρομεί το σχέδιο δράσης το οποίο ανέλαβε να υλοποιηθεί από κρατικούς φορείς σχεδόν εδώ και ένα χρόνο.

Το σχέδιο δράσης περιλαμβάνει δυο συγχρηματοδοτούμενα σχέδια με προϋπολογισμό 5.8 εκατ. Τα δύο σχέδια προβλέπουν την εργοδότηση εγγεγραμμένων ανέργων με στόχο την παροχή υπηρεσιών κατ'οίκον φροντίδας σε χαμηλοσυνταξιούχους και το δεύτερο σχέδιο προβλέπει στην εργοδότηση ανέργων για παροχή φροντίδας σε παιδιά νηπιακής ηλικίας.

Το κίνημα της ΣΕΚ από καιρού εις καιρόν έχει τονίσει πως οι επιδράσεις της υπογεννητικότητας ποικίλουν και αποκτούν ξεχωριστή σημασία ειδικότερα όταν αφορούν μια ημικατεχόμενη Πατρίδα και ως εκ τούτου τα ζητήματα της δημογραφίας θα πρέπει να τίθενται ψηλά στις προτεραιότητες.

Σημειώνεται τέλος πως το συνολικό ποσοστό γονιμότητας που χρειάζεται για να εξασφαλιστεί η αναπλήρωση του πληθυσμού παραμένει την τελευταία πενταετία πολύ πιο κάτω από το 2,10%.

Ενημερωτικές επισκέψεις, σε χώρους εργασίας του γ.γ. της Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ

Τα σοβαρά προβλήματα που αντιμετωπίζει η οικοδομική βιομηχανία και οι εργαζόμενοι στον κλάδο τέθηκαν στο επίκεντρο πρόσφατων επισκέψεων του γενικού γραμματέα της Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ **Γιαννάκη Ιωάννου** σε χώρους, εργασίας.

Ο κ. Ιωάννου είχε την ευκαιρία να ανταλλάξει απόψεις με τους εργαζόμενους και να προβεί σε εκτενή ενημέρωση για τις προσπάθειες που καταβάλλει η Ομοσπονδία για ανανέωση της συλλογικής σύμβασης των Οικοδόμων.

Όπως επεσήμανε, τα προβλήματα στον κλάδο είναι τεράστια και κάλεσε τους εργαζόμενους να μην υποκύπτουν σε παράλογες απαιτήσεις των εργοδοτών. Παράλληλα ο κ. Ιωάννου επισκέφθηκε εργοστάσια Μωσαϊκών-πλακών και Μαρμάρων και ενημέρωσε για την ανανέωση της ειδικής συμφωνίας που υπεγράφη, μέχρι το τέλος του 2015, με βάση την οποία θα επιστραφεί το 12% των αρχικών αποκοπών στους μισθούς.



Ε.Ε.: ΘΕΡΙΕΥΕΙ ΤΟ ΑΠΕΧΘΕΣ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΠΟΙΗΣΗΣ

Με την αυγή του 21ου αιώνα και της νέας χιλιετίας, στο όνομα της ελεύθερης αγοράς και του οικονομικού ανταγωνισμού, το χάσμα μεταξύ πλούσιων και φτωχών χωρών διευρύνεται. Την ώρα που πλούσιοι γίνονται πλουσιότεροι, 1,2 δισεκατομμύρια άνθρωποι δεν μην έχουν πρόσβαση σε υγιεινό πόσιμο νερό. Ο μισός πληθυσμός της γης ζει με λιγότερα από δυο ευρώ την ημέρα. Η εμπορευματοποίηση των αγαθών ως αποτέλεσμα μιας αχαλίνωτης κερδοσκοπίας προσλαμβάνει τρομακτικές διαστάσεις. Εκατομμύρια παιδιά ζουν σε συνθήκες εργασιακής δουλείας ή πορνείας. Εν μέσω αυτών των τραγικών καταστάσεων που προσβάλλουν την ανθρώπινη ύπαρξη, η παγκοσμιοποίηση των οικονομιών και η νέα τάξη πραγμάτων οδηγεί στο χάος. Δυστυχώς, το πρόβλημα, πλέον δεν εντοπίζεται μόνον στις χώρες της Αφρικής ή της Ασίας, Αλλά άρχισε να δείχνει τα δόντια του και στις προηγμένες χώρες της Ευρώπης.

Η ΑΠΟΓΟΝΤΕΥΤΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Οι λαοί της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ιδίως του νότου νοιώθουν απογοητευμένοι από την πορεία της ΕΕ την τελευταία 10ετία.

Οι άνεργοι ξεπερνούν τα 26 εκατομμύρια και έχουν αυξηθεί κατά 10 εκατομμύρια μέσα σε έξι χρόνια.Οι δισεκατομμυριούχοι από 196 αυξήθηκαν στους 482. Δηλαδή για κάθε έναν νέο δισεκατομμυριούχο αντιστοιχούν πάνω από 30.000 νέοι άνεργοι. Την ίδια ώρα περισσότεροι από 120 εκατ. Ευρωπαίοι ζουν σε συνθήκες παρατεταμένης φτώχειας.

Η Ελλάδα, η Ιρλανδία, η Ισπανία, η Ιταλία και η Ουγγαρία είναι οι χώρες - μέλη της Ε.Ε., όπου η φτώχεια και ο κοινωνικός αποκλεισμός σημείωσαν τη μεγαλύτερη αύξηση στη διάρκεια της κρίσης. (Έκθεση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την απασχόληση 2014). Στο σύνολο των νότιων κρατών η αύξηση της φτώχειας που ανήλθε κατά μέσο όρο στο 28,6% ήταν τριπλάσια



εκείνης των βόρειων κρατών για την περίοδο 2009 - 2013 (Μ. Δρεττάκης). Ειδικότερα για την Ελλάδα ήταν η μεγαλύτερη με το ποσοστό του πληθυσμού που βρίσκεται στα όρια της φτώχειας ή του κοινωνικού αποκλεισμού να αυξάνεται από το 28,1% το 2008 σε 35,7% (3.903.800 άτομα). 6.300.000 κάτοικοι της χώρας μας είναι μέσα ή βρίσκονται στα όρια της φτώχειας! Στον αντίποδα οι 500 πλουσιότερες οικογένειες το 2013 σε σχέση με το 2012 αύξησαν τον πλούτο τους κατά 20%! Και πώς να μην τον αυξήσουν, όταν η φορολογική επιβάρυνση των χαμηλοτέρων στρωμάτων αυξήθηκε κατά 337%, ενώ των πλουσίων, μόλις... 9%! (Ινστιτούτο Μακροοικονομίας και Ανάπτυξης (IMK).

ΕΛΛΑΔΑ

Στην Ελλάδα η πενταετία των παθών 2010-15, με τα μνημόνια και τη στυγνή λιτότητα, επιτάχυνε και πολλαπλασίασε τη φτώχεια και την ανεργία, προκάλεσε οικονομική καταστροφή ανάλογη ενός πολέμου: μείωση κατά 26% του ΑΕΠ και συρρίκνωση εισοδημάτων μέχρι 86% για το 10% των πιο φτωχών, πρωτοφανή μείωση της απασχόλησης κατά 1.000.000 και πάνω το 2014 σε σύγκριση με το 2009 και έκρηξη της ανεργίας με θανατηφόρες στην κυριολεξία συνέπειες. Οι ψυχροί αριθμοί αναφέρουν 7.000 αυτοκτονίες στα μνημονιακά χρόνια.

ΑΝΕΠΤΥΓΜΕΝΕΣ ΧΩΡΕΣ

Δεν είναι πια μόνο ο αναπτυσσόμενες, μα και οι ανεπτυγμένες καπιταλιστικές χώρες που βυθίζονται στον κοινωνικό αποκλεισμό, τη μαζική ανεργία, τη διεύρυνση των ανισοτήτων. Με πολιτικές που αντιμετωπίζουν τον άνθρωπο ως μέσο, ως καύσιμη ύλη για την «ανάπτυξη». Γιατί η φτώχεια, η ανεργία, ο κοινωνικός αποκλεισμός δεν είναι φυσικά φαινόμενα, αλλά σύμφυτα χαρακτηριστικά της καπιταλιστικής κοινωνίας που έχει ως βάση το κέρδος και όχι τις ανάγκες των ανθρώπων. Σπέρνουν, δηλαδή, την πείνα και τον θάνατο για να θερίσουν μυθικά πλούτη οι κερδοσκόποι, οι οποίοι πάντοτε έχουν στο πλευρό τους τους πολιτικούς καιροσκόπους που διαχειρίζονται τις τύχες μας, νόμιμα, με την ίδια μας την ψήφο. Ώρα λοιπόν για μαζική αντίδραση των λαών της Ευρώπης προτού μετατραπούν σε σύγχρονους δουλοπάροικους.

• Ιδού η ζούγκλα της οικονομικής παγκοσμιοποίησης

2014 ΔΙΠΛΑΣΙΑΣΘΗΚΑΝ ΟΙ ΔΙΣΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΟΥΧΟΙ ΤΟΥ ΠΛΑΝΗΤΗ ΕΝΩ ΟΙ ΦΤΩΧΟΙ ΔΙΕΘΝΩΣ ΠΟΛΛΑΠΛΑΣΙΑΣΘΗΚΑΝ

Ο Μπίλι Γκέιτς και ο Γουόρεν Μπάφετ, διαθέτουν πλούτη που ισούνται με το Ακαθάραστο Εθνικό Προϊόν της Ελλάδας των 11 εκατομμυρίων ανθρώπων. Αυτή η προκλητική διαπίστωση απορρέει μεταξύ άλλων από τον περίφημο «Ετήσιο κατάλογο των δισεκατομμυριούχων» του πλανήτη για το 2014 ου έδωσε στη δημοσιότητα το περιοδικό «Forbes». Ιδού οι πιο κραυγαλέες διαπιστώσεις που προκαλούν την οργή των πολιτών παγκοσμίως.

Το 2008, προ κρίσης δηλαδή, οι δισεκατομμυριούχοι του πλανήτη μετρήθηκαν στους 793 και η συνολική περιουσία τους ανερχόταν στα 2,4 τρισεκατομμύρια δολάρια.

• Το 2010 ο αριθμός τους

- 2014 Αυξήθηκαν οι δισεκατομμυριούχοι ενώ περιουσία τους εκτινάχτηκε στα 7,05 τρισεκατομμύρια
- Το φτωχότερο 50% του παγκόσμιου πληθυσμού κατέχει λιγότερο από το 1% του συνολικού πλούτου
- Το πλουσιότερο 10% κατέχει το 87% του παγκόσμιου πλούτου

αριθμός μιας χούφτας χρυσοκάνθαρων, που από 793 ανήλθαν στους 1.826...

2) Την ίδια περίοδο που η φτώχεια στον πλανήτη πήρε απίθανες διαστάσεις η περιουσία των δισεκατομμυριούχων του πλανήτη σχεδόν... τριπλασιάστηκε (!) και από 2,4 τρισ. δολάρια ανήλθε στα 7,05 τρισ. δολάρια...

3) Στις ΗΠΑ, όπου ο αριθμός των ανθρώπων που ζουν με συσσίτια ανήλθε στα 50 εκατομμύρια και που οι φάκελοι κατασχέσεων και οι πλειστηριασμοί κατοικιών ξεπέρασαν τα 10 εκατομμύρια, οι δισεκατομμυριούχοι από 359 που ήταν το 2008 ανήλθαν στους 536...

4) Στην Ευρώπη των μνημονίων και της λιτότητας, εδώ που οι επισήμως άνεργοι ξεπερνούν τα 26 εκατομμύρια και έχουν αυξηθεί κατά 10 εκατομμύρια από το 2008, την ίδια περίοδο οι δισεκατομμυριούχοι από 196 το 2008 τώρα μετρήθηκαν στους 482. Δηλαδή για κάθε έναν νέο δισεκατομμυριούχο αντιστοιχούν πάνω από 30.000 νέοι άνεργοι...

5) Στον κόσμο της κοινωνικής θηριωδίας, μέσα στα χρόνια της κρίσης, στα χέρια αυτών των 1.826 «Κροίσων» του διεθνούς επιχειρηματικού «τζετ σετ» και της «φιλανθρωπίας» συγκεντρώθηκαν τόσα πλούτη που:

- ισούνται σχεδόν με το ΑΕΠ της Κίνας των 1,5 δισεκατομμυρίων ανθρώπων,
- ξεπερνούν ολόκληρο το ΑΕΠ της Ιαπωνίας,
- ξεπερνούν τα ΑΕΠ της Γερμανίας και της Γαλλίας μαζί,
- ξεπερνούν τα ΑΕΠ της Βραζιλίας, της Ρωσίας και της Ινδίας μαζί,
- ξεπερνούν δύο και τρεις

φορές το ΑΕΠ της Αυστραλίας, του Καναδά, της Ισπανίας και το ΑΕΠ όλων μαζί των χωρών της Αφρικής...

6) Δυο μόνο πρωταγωνιστές οι Μπίλι Γκέιτς και Γουόρεν Μπάφετ, διαθέτουν πλούτη που ισούνται με ολόκληρο σχεδόν το ΑΕΠ της Ελλάδας των 11 εκατομμυρίων ψυχών.

ΦΤΩΧΑΙΝΟΥΝ ΟΙ ΠΟΛΛΟΙ ΠΛΟΥΤΙΖΟΥΝ ΟΙ ΛΙΓΟΙ

Οι αριθμοί μιλούν:

α) ο κ.Μπάφετ αύξησε μέσα σε ένα χρόνο τα εισοδήματά του κατά 14 δις. δολάρια και αυτό συνέβη στον ίδιο κόσμο όπου 3 δισεκατομμύρια άνθρωποι «ζουν» με λιγότερα από 2 δολάρια την ημέρα,

β) στην Ευρώπη των 20 εκατομμυρίων αστέγων οι δισεκατομμυριούχοι από 196 που ήταν το 2007 υπερδιπλασιάστηκαν και ανήλθαν στους 482 με την περιουσία τους να τριπλασιάζεται φτάνοντας στα 2 τρις,

γ) μετρήθηκαν 103 Γερμανοί υπερδισεκατομμυριούχοι την ώρα που στη Γερμανία καταγράφεται το υψηλότερο στην ιστορία ποσοστό φτώχειας μετά την επανένωση της χώρας το 1990 (15,5% - 12,5 εκατομμύρια άνθρωποι επί συνόλου πληθυσμού 80 εκατομμυρίων κατοίκων).

δ) μέσα σε ένα χρόνο μια δράκα αύξησε τα πλούτη της κατά 800 δισεκατομμύρια (!) όταν κάθε μέρα του ίδιου αυτού χρόνου πάνω από 22.000 παιδιά πέθαιναν - κάθε μέρα - από την πείνα.

έφτασε τους 1.011 και τα πλούτη τους στα 3,5 τρισεκατομμύρια δολάρια...

• Το 2011 οι δισεκατομμυριούχοι ανήλθαν στους 1.216 και η περιουσία τους ανήλθε στα 4,5 τρισεκατομμύρια δολάρια.

• Το 2012 οι δισεκατομμυριούχοι αυξήθηκαν στους 1.426 με την συνολική τους περιουσία να αυξάνεται στα 5,4 τρισεκατομμύρια δολάρια.

• Το 2013 ο αριθμός των δισεκατομμυριούχων ανέβηκε στους 1.645 και η περιουσία τους έφτασε στα 6,4 τρισεκατομμύρια δολάρια.

• Όσο για το 2014, οι δισεκατομμυριούχοι ανήλθαν στους 1.826 και η περιουσία τους εκτινάχτηκε στα 7,05 τρισεκατομμύρια!

Τα παραπάνω συνιστούν μια πολύ ενδιαφέρουσα «ακτινογραφία» του του κόσμου των κεφαλαιοκρατών, των πολυεθνικών, των μονοπωλίων και των τραπεζιτών. Από τη στιγμή, λοιπόν, που ξέσπασε η παγκόσμια καπιταλιστική κρίση, συμβαίνουν τα εξής:

1) Την ίδια περίοδο που διπλασιάστηκε ο αριθμός των δισεκατομμυρίων φτωχών στον πλανήτη, ταυτόχρονα υπερδιπλασιάστηκε και ο

Περιοχή	0-5	6-11	12-17	ΣΥΝΟΛΟ
• Πυκνοκατοικημένες	9,0%	17,1%	22,7%	16,2%
• Ενδιάμεσες πυκνότητας	12,1%	22,9%	19,0%	17,9%
• Αραιοκατοικημένες	28,2%	30,9%	33,4%	30,9%
• ΣΥΝΟΛΟ	18,3%	24,6%	27,3%	23,3%



12 +1 βήματα για τις εκποιήσεις

Η διαδικασία για εκποίηση κατοικία ακολουθεί δεκατρία στάδια. Με βάση τον νόμο τα βήματα την εκποίησης, χωρίς την εμπλοκή του κτηματολογίου, είναι τα εξής:

1. Η διαδικασία πώλησης ενυπόθηκου ακινήτου αρχίζει όταν υπάρχουν καθυστερήσεις πέραν των 90 ημερών. Ο οφειλέτης μπορεί να ζητήσει αναδιάρθρωση ή υπηρεσίες διαμεσολαβητή, όπου η προώθηση της διαδικασίας εκποίησης αναστέλλεται. Μπορεί επίσης ο οφειλέτης να καταθέσει αίτηση στο Δικαστήριο, θέτοντας σε αναμονή τη διαδικασία.

2. Μετά την πάροδο των 90 ημερών, ο δανειστής μπορεί να αποστείλει ειδοποίηση στον οφειλέτη για αποπληρωμή του χρέους εντός 30 ημερών. Σε διαφορετική περίπτωση, θα προχωρήσει σε πώληση του ακινήτου. Ο οφειλέτης μπορεί και σε αυτήν τη διαδικασία να προσφύγει στο Δικαστήριο.

3. Αν ο οφειλέτης δεν συμμορφωθεί, ο δανειστής με δεύτερη ειδοποίηση θα ενημερώνει για την πώληση του ακινήτου σε πλειστηριασμό. Με ημερομηνία, χώρο και ώρα. Η ειδοποίηση θα πρέπει να επιδοθεί 30 ημέρες πριν από την ημέρα πλειστηριασμού. Και εδώ ο οφειλέτης μπορεί να προσφύγει στο Δικαστήριο.

4. Ο δανειστής επιδίδει παράλληλα ειδοποίηση στον οφειλέτη, όπως εντός 10 ημερών διορίζει αδειούχο εκτιμητή για καθορισμό της αγοραίας αξίας του ακινήτου. Ο δανειστής από την πλευρά του, θα διορίζει δεύτερο εκτιμητή.

5. Οι δύο εκτιμητές πρέπει να παραδώσουν τις εκτιμήσεις τους μέσα σε 30 ημέρες από τον διορισμό τους.

6. Αν η διαφορά των δύο εκτιμήσεων δεν υπερβαίνει το 25%, τότε ως αγοραία αξία του ακινήτου θα λογίζεται ο μέσος όρος των δύο εκτιμήσεων.

7. Σε περίπτωση όπου η διαφορά μεταξύ των δύο εκτιμήσεων είναι ίση ή μεγαλύτερη από 25%, ο δανειστής εντός 5 ημερών θα ζητεί από το ΕΤΕΚ διορισμό τρίτου ανεξάρτητου εκτιμητή, ο οποίος εντός 30 ημερών να παραδώσει ανεξάρτητη εκτίμηση.

8. Μετά από αυτές τις διαδικασίες, ως αγοραία αξία του ενυπόθηκου ακινήτου θα λογίζεται ο μέσος όρος των 2 πλησιέστερων από τις 3 εκτιμήσεις.

9. Η αρχική προσπάθεια πώλησης διενεργείται από τον δανειστή μόνο με πλειστηριασμό. Η επιφυλασόμενη τιμή πώλησης θα αντιστοιχεί στο 80% της αγοραίας αξίας του ακινήτου.

10. Σε περίπτωση που το ακίνητο δεν πωληθεί στον πλειστηριασμό, ο δανειστής μπορεί να προχωρήσει σε περαιτέρω προσπάθειες πώλησης για περίοδο 3 μηνών, με την επιφυλασόμενη τιμή να παραμένει στο 80% της αξίας του ακινήτου.

11. Εάν το ενυπόθηκο ακίνητο δεν πωληθεί, η επιφυλασόμενη τιμή πώλησης μπορεί να μειωθεί σε ποσοστό όχι χαμηλότερο από το 50% της αγοραίας του αξίας, για περίοδο 9 μηνών, στην οποία συνεχίζονται οι προσπάθειες πώλησης του ακινήτου.

12. Ο δανειστής έχει την επιλογή να αγοράσει ο ίδιος το ενυπόθηκο ακίνητο μόνο μετά τη συμπλήρωση 12 μηνών από την έναρξη της διαδικασίας εκποίησης.

13. Επανάληψη της διαδικασίας κάθε χρόνο, όσο το ενυπόθηκο ακίνητο δεν έχει πωληθεί.

Σε καθημερινή βάση οι εκποιήσεις

Με βάση τους κανονισμούς που ψηφίστηκαν, οι εκποιήσεις ενυπόθηκων ακινήτων θα γίνονται σε καθημερινή βάση, εκτός από τα Σαββατοκύριακα και τις επίσημες αργίες, και η όλη διαδικασία θα διαρκεί πολύ λίγο διάστημα. Οι δημοπρασίες θα ξεκινούν στις 9 π.μ. και θα διαρκούν μέχρι τις 5 μ.μ. και ορίζονται από τον δημοπράτη εντός τριών ημερών από την ημερομηνία υποβολής σχετικού αιτήματος από τον ενυπόθηκο δανειστή.



Πιάνουν δουλειά οι Επίτροποι Αφερεγγυότητας

Αδειοδοτήθηκαν την περασμένη εβδομάδα οι πρώτοι 27 Σύμβουλοι Αφερεγγυότητας. Ο επίτροπος αφερεγγυότητας **Γιώργος Καροτσάκης**, κάλεσε όλους επηρεαζόμενους να εκδηλώσουν το ενδιαφέρον τους με βάση τα κριτήρια που προβλέπονται από τη νομοθεσία. Εντός των ημερών θα αρχίσει ο καταρτισμός μητρώου συμβούλων ώστε οι ενδιαφερόμενοι να αποτεινό-

νται σε αυτούς και να αρχίσουν οι διαδικασίες εξέτασης των υποθέσεων.

Η υπηρεσία αφερεγγυότητας, όπως αναφέρθηκε, δέχεται χιλιάδες τηλεφωνήματα καθημερινά και υποδείχθηκε προς το κοινό να ενημερώνεται από την ιστοσελίδα του τμήματος.

Ο κ. Καροτσάκης τόνισε ότι θα αρχίσει η αποκατάσταση των ήδη

πτωχευσάντων και ως εκ τούτου θα αρχίσει η εξέταση 7 χιλ. υποθέσεων και στη συνέχεια άλλων 3 χιλ.

Αναφέρθηκε ότι υπάρχουν υποθέσεις που πάνε πίσω χρονικά πέραν των εβδομήντα χρόνων καθώς οι πτωχεύσαντες έχουν αποθάνει και στην κατάθεση των υποθέσεων τους θα κληθούν οι κληρονόμοι τους.

Στα 733 ευρώ ... ο μαγικός αριθμός διαβίωσης ενόψει αφερεγγυότητας

Βάσει της νομοθεσίας, ένα άτομο, αφού πληρώσει τη δόση για μη εξυπηρετούμενο δάνειο πρέπει να έχει στη διάθεσή του 733 ευρώ το μήνα για την επιβίωση του. Η Υπηρεσία Αφερεγγυότητας ανακοίνωσε πρόσφατα τα λογικά έξοδα διαβίωσης (ΛΕΔ) τα οποία πρέπει να λαμβάνονται υπόψιν σε περιπτώσεις αναδιάρθρωσης δανείων.

Τα λογικά έξοδα διαβίωσης είναι το κατά το όριο εισοδήματος που πρέπει να παραμένει στην τσέπη ενός οφειλέτη, αφαιρουμένης της δόσης την οποία πρέπει

να καταβάλλει, ώστε να αρχίσει να αποπληρώνει μη εξυπηρετούμενο δάνειό του.

Με βάση την ανακοίνωση της Υπηρεσίας Αφερεγγυότητας, για ένα νοικοκυριό με ένα άτομο ηλικίας 15-64 ετών, τα ΛΕΔ καθορίζονται σε €733,60. Επιπλέον, προστίθενται €366,80 για κάθε άτομο ηλικίας 15-64 και €220,08 για κάθε παιδί κάτω των 14 ετών. Η Υπηρεσία αναφέρει ότι στα υπολογισθέντα ΛΕΔ δεν συμπεριλαμβάνονται οποιαδήποτε έξοδα ενοικίων για σκοπούς ιδιοκατοίκησης.

Η οδηγία της Κεντρικής Τράπεζας
Όπως εξήγησε ο Χρηματοοικονομικός Επίτροπος **Παύλος Ιωάννου** με βάση την οδηγία της Κεντρικής Τράπεζας, αλλά και διεθνώς παραδεκτές τεχνικές αρχές και μεθόδους, οι τράπεζες «οφείλουν να εκτιμήσουν τις συνολικές οικονομικές δυνατότητες του δανειολήπτη και να τις συγκρίνουν με τα έξοδα διαβίωσης του δανειολήπτη και της οικογένειάς του». Για το ζήτημα των εξόδων διαβίωσης η Οδηγία της Κεντρικής είναι αρκετά σαφής και επιτακτικώς αναφέρει ότι: «Οι τράπεζες οφείλουν να εφαρμόσουν κατευθυντήριες γραμμές για τον καθορισμό του τι

συνιστά λογικό βιοτικό επίπεδο και λογικά έξοδα διαβίωσης και να τις θέσουν σε ισχύ, ειδικά κατά την αξιολόγηση της ικανότητας εξυπηρέτησης των χορηγήσεων δανειοληπτών που αντιμετωπίζουν οικονομικές δυσκολίες εντός της διαδικασίας αναδιάρθρωσης». Αφού εκτιμηθούν τα συνολικά λογικά έξοδα διαβίωσης, είναι πλέον εφικτό να καθοριστεί η καθαρή οικονομική δυνατότητα του δανειολήπτη, η οποία και θα καθορίσει κατά πόσο αυτή η δυνατότητα επαρκεί να καλύψει τις τοκοχρεωλυτικές υποχρεώσεις του δανειολήπτη, κάτω από

• Δεν προσφέρει προστασία το σχέδιο του ΚΟΑΓ

ορισμένες ρυθμίσεις, με δεδομένο το ύψος των δανειακών του υποχρεώσεων. Επομένως, η τράπεζα θα πρέπει να καθορίσει τη μορφή της βιώσιμης αναδιάρθρωσης, ώστε το δάνειο να καταστεί βιώσιμα εξυπηρετούμενο και να υποβάλει σχετική πρόταση στον δανειολήπτη. Σε περίπτωση που η καθαρή οικονομική δυνατότητα του δανειολήπτη δεν επαρκεί να καλύψει τις τοκοχρεωλυτικές υποχρεώσεις του, η τράπεζα θα πρέπει να αρνηθεί να προσφέρει οποιαδήποτε πρόταση αναδιάρθρωσης προς τον δανειολήπτη, κρίνοντας ότι δεν είναι βιώσιμος. Με την πρόσφατη εξαγγελία από το Υπουργικό του σχεδίου από τον Κυπριακό Οργανισμό Ανάπτυξης Γης που αφορά στην προστασία της πρώτης κατοικίας πιθανόν να δίνονται λάθος μηνύματα και να δημιουργούνται υπέρμετρες προσδοκίες στους πολίτες. Ο Σύνδεσμος Προστα-

σίας Πρώτης Κατοικίας θεωρεί ότι λανθασμένα «πολυδιαφημίζεται ως "Σχέδιο Προστασίας Πρώτης Κατοικίας"» και σημειώνει: «Παρότι χαιρετίζουμε την έγκριση του όποιου σχεδίου θα βοηθήσει έστω και στον μικρότερο βαθμό τους δανειολήπτες ιδιοκτήτες πρώτης κατοικίας, θυμίζουμε ότι οι αρχικές εξαγγελίες μιλούσαν για δύο σχέδια, με πιο σημαντικό το σχέδιο που προνοούσε το ενοίκιο έναντι δόσης. Είναι ξεκάθαρο πλέον ότι λόγω έλλειψης κρατικών πόρων, η εφαρμογή του σχεδίου αυτού είναι αδύνατη, με αποτέλεσμα να εγκριθεί μόνο το σχέδιο για την επιδότηση των τόκων».

Ο Σύνδεσμος υποστηρίζει ότι είναι εμφανές πως δανειολήπτες με ενυπόθηκη την πρώτη τους κατοικία, που αδυνατούν προσωρινά να εξυπηρετήσουν τα δάνειά τους, «παραμένουν εκτεθειμένοι σε πιθανή εκποίηση της κατοικίας τους, αν τελικά κριθούν ως αφερεγγυοί, μη βιώσιμοι και τελικά μη επιλέξιμοι σε σχέση με τα κριτήρια του Κ.Ο.Α.Γ.». Ως εκ τούτου, αναφέρεται, «παρά να διαφημίζεται το εγκριθέν σχέδιο ως κάτι που δεν είναι, θα ήταν πολύ καλύτερο να γίνουν σοβαρές προσπάθειες για συμπληρωματικά και δυνατόν εφαρμόσιμα σχέδια για πραγματική πολιτική προστασίας». Ο Σύνδεσμος καλεί την Κυβέρνηση να προχωρήσει στη μελέτη συμπληρωματικών σχεδίων προστασίας και στήριξης των ιδιοκτητών πρώτης κατοικίας «που αναίτια βρίσκονται σήμερα στη δυσάρεστη θέση να μην μπορούν να εξυπηρετήσουν τα δάνειά τους, με κίνδυνο να απωλέσουν την κατοικία τους».

Νοικοκυριό με ένα άτομο ηλικίας 15-64 ετών: €733,60

Νοικοκυριό με ένα άτομο ηλικίας 15-64 ετών και ένα παιδί κάτω των 14 ετών: €733,60 + €220,08 = €953,68

Νοικοκυριό με δύο άτομα ηλικίας 15-64 ετών: €733,60 + €366,80 = €1.100,40

Νοικοκυριό με δύο άτομα ηλικίας 15-64 ετών και ένα παιδί κάτω των 14 ετών: €733,60 + €366,80 + €220,08 = €1.320,48

Νοικοκυριό με δύο άτομα ηλικίας 15-64 ετών και δύο παιδιά κάτω των 14 ετών: €733,60 + €366,80 + €220,08 + €220,08 = €1.540,56

Νοικοκυριό με τρία άτομα ηλικίας 15-64 ετών και ένα παιδί κάτω των 14 ετών: €733,60 + €366,80 + €366,80 + €220,08 = €1.687,28

Αύξηση της απασχόλησης στην Κύπρο το πρώτο τρίμηνο του έτους

Η απασχόληση στην Κύπρο ενισχύθηκε κατά 0,3% το πρώτο τρίμηνο του 2015, σε σύγκριση με το προηγούμενο τρίμηνο, σύμφωνα με τη Eurostat, τη στατιστική υπηρεσία της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

● **Ενθαρρυντικά μηνύματα στο ανεργιακό μέτωπο**

Στην ευρωζώνη, η απασχόληση το ίδιο τρίμηνο ενισχύθηκε κατά 0,1% και στην ΕΕ συνολικά ενισχύθηκε κατά 0,3%. Στο τελευταίο τρίμηνο του 2014 η απασχόληση είχε μειωθεί στην Κύπρο κατά -0,3%, ενώ στην ευρωζώνη είχε αυξηθεί κατά 0,1% και στην ΕΕ συνολικά κατά 0,2%.

Σε σύγκριση με το ίδιο τρίμηνο του 2014 η απασχόληση έμεινε στα ίδια επίπεδα στην Κύπρο, ενώ στην ευρωζώνη αυξήθηκε κατά 0,8% και στην ΕΕ αυξήθηκε κατά 1,1% το πρώτο τρίμηνο του 2015. Μεταξύ των χωρών μελών για τις οποίες υπάρχουν διαθέσιμα στοιχεία, η Λετονία και η Ουγγαρία (+1,5%) κατέγραψαν τη μεγαλύτερη αύξηση της απασχόλησης το πρώτο τρίμηνο του 2015 σε σύγκριση με το προηγούμενο τρίμηνο, ακολουθούμενες από την Εσθονία (+0,9%), την Ισπανία



(+0,8%), τη Δημοκρατία της Τσεχίας, την Ιρλανδία, την Πορτογαλία και το Ηνωμένο Βασίλειο (όλες +0,7%). Η Ελλάδα (-0,8%) και η Μάλτα (-0,4%) κατέγραψαν μείωση της απασχόλησης, η οποία έμεινε σταθερή στη Γερμανία, τη Γαλλία, την Ιταλία και την Ολλανδία.

Η ΣΕΚ αξιώνει κοινωνικό διάλογο για τη Διατλαντική Σχέση Εμπορίου και Επενδύσεων (ΤΤΙΡ)

Κοινωνικό διάλογο σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο αξιώνει η ΣΕΚ για να αντιμετωπισθούν οι κοινωνικοοικονομικοί κίνδυνοι για που περιέχονται στη δρομολογούμενη Διατλαντική Εμπορική και Επενδυτική Σχέση Ευρωπαϊκής Ένωσης - ΗΠΑ, γνωστή ως ΤΤΙΡ. Αν παρελπίδα εγκριθεί η συμφωνία αυτή, θα πληγούν τα εργατικά δικαιώματα και θα συρρικνωθούν οι ουσιώδεις δημόσιες υπηρεσίες που παρέχονται στους πολίτες.

Το θέμα συζητήθηκε στις 16 Ιουνίου 2015, στην Κοινοβουλευτική Επιτροπή Εξωτερικών και Ευρωπαϊκών Υποθέσεων. Τις θέσεις της ΣΕΚ ανέπτυξε ο αναπληρωτής γενικός γραμματέας **Ανδρέας Μάτσας** καλώντας τη Βουλή να παρέμβει για να διασφαλισθούν τα λαϊκά και κοινωνικά συμφέροντα.

Στο υπόμνημα που κατέθεσε στην Επιτροπή η ΣΕΚ, επισημαίνονται τα πιο κάτω:

Η ΣΕΚ προβληματίζεται έντονα για την εξέλιξη που αφορά την προοπτική δημιουργίας διατλαντικής συμφωνίας ανάμεσα στην Ε.Ε και τις Η.Π.Α, καθώς μέσα από αυτή προδιαγράφεται η δημιουργία νέων δεδομένων, πρακτικών, πολιτικών και νομοθετικών ρυθμίσεων, χωρίς τον προαπαιτούμενο διάλογο με τους επηρεαζόμενους φορείς.

Πιο συγκεκριμένα, διαφαίνεται μια τάση αναβάθμισης του ρόλου και των εξουσιών που παρέχονται στις πολυεθνικές εταιρίες με αρνητικές συνέπειες στη δημοκρατία και θα υπονομεύσει τα εθνικά δικαστικά συστήματα.

Η ΤΤΙΡ που αποτελεί μία προτεινόμενη συμφωνία ελεύθερου εμπορίου ανάμεσα στην Ε.Ε και τις Η.Π.Α, δεν είναι μια συνηθισμένη εμπορική συμφωνία που στοχεύει στη μείωση των δασμών επί των εισαγωγών ή τη ρύθμιση θεμάτων εμπορίου και επενδύσεων. Αντίθετα, πρόκειται για συμφωνία μέσα από την οποία τα πάντα θα γίνουν αντικείμενο εμπορίου και επενδύσεων.

Επιπρόσθετα, ο τρόπος με τον οποίο εξελίχθηκε η όλη διαδικασία συζήτησης του θέματος, έχει δημιουργήσει ανησυχία και προβληματισμό ως προς τις επιδράσεις προς τα εργασιακά και ευρύτερα κοινωνικά θέματα. Στη βάση αυτή, είναι έντο-

νος ο προβληματισμός του συνόλου του Ευρωπαϊκού και διεθνούς συνδικαλιστικού κινήματος, με έντονες παραστάσεις και διαβήματα προς τα διάφορα σώματα λήψης αποφάσεων.

«4» **απαραίτητες προϋποθέσεις**

Η ΣΕΚ θεωρεί πως απαραίτητη προϋπόθεση της όποιας εξέλιξης θα πρέπει να είναι :

- **Η προωθούμενη συμφωνία πλήττει τις παρεχόμενες ουσιώδεις υπηρεσίες, συρρικνώνει τα δικαιώματα των εργαζομένων και των πολιτών εξυπηρετώντας τα συμφέροντα των πολυεθνικών**



1. Η κατοχύρωση των εργατικών δικαιωμάτων μέσα και από την ενσωμάτωση στη Συμφωνία, των Συνθηκών της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (ILO)
2. Η ρητή εξαίρεση από τη συμφωνία ουσιαστών δημοσίων υπηρεσιών (πχ νερό, εκπαίδευση, υγεία, κοινωνικές υπηρεσίες).
3. Η διασφάλιση υψηλών επιπέδων διαφάνειας και εμπλοκής όλων των κοινωνικών εταίρων στον καθορισμό προδιαγραφών προστασίας της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, των καταναλωτών και του περιβάλλοντος.
4. Η αποτροπή της προσπάθειας για δημιουργία ενός συστήματος Διακανονισμού Διαφορών μεταξύ του Επενδυτή και του Κράτους (ISDS), μέσα από το οποίο οι πολυεθνικές εταιρείες θα έχουν το δικαίωμα άσκησης αγωγής για αποζημίωση, στις περιπτώσεις που πιστεύουν ότι έχουν υποστεί απώλειες κερδών ως αποτέλεσμα κυβερνητικών αποφάσεων.

Οι αποφάσεις τέτοιων μηχανισμών διακανονισμού διαφορών θα εδράζονται περισσότερο στα εμπορικά συμφέροντα και στην καθαρά οικονομική πτυχή των διαφορών, με σοβαρό τον κίνδυνο να αγνοούνται εργασιακά δικαιώματα, κοινωνικά πρότυπα, η προστασία του περιβάλλοντος και πολλά άλλα στοιχεία που αφορούν το δημόσιο συμφέρον.

Μέσα από μια τέτοια εξέλιξη παράλλη-

λης δικαιοσύνης, θα περιθωριοποιηθούν τα αξιόπιστα δικαστικά συστήματα, που έχουν παράδοση στις αξίες του δικαίου και λειτουργούν προς το συμφέρον του κοινού καλού, του περιβάλλοντος και των καταναλωτών.

Μέσα από την πιο πάνω καταγραφή, διαφαίνονται οι κίνδυνοι που δημιουργούνται και η προσπάθεια που καταβάλλεται για ισοπεδωτική προώθηση των υπερατλαντικών εμπορικών συναλλαγών και για αυτό η ΣΕΚ θεωρεί πως η συζήτηση θα πρέπει να είναι διεξοδική, τόσο σε εθνικό όσο και σε Ευρωπαϊκό επίπεδο, λαμβάνοντας υπόψη όλες τις παραμέτρους και ελαχιστοποιώντας τους κινδύνους για περαιτέρω αρνητικές εξελίξεις στα κοινωνικά και εργατικά ζητήματα.

Σημειώνεται ότι οι Η.Π.Α είναι μία από τις λιγοστές χώρες που δεν έχουν υιοθετήσει ακόμη, πολλές από τις Συμβάσεις της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας που αφορούν την προστασία θεμελιωδών εργατικών δικαιωμάτων.

Ποινικό αδίκημα η λειτουργία και προώθηση οικονομικών σχεδίων τύπου πυραμίδας

είδος βασισμένο σε παραπλανητική ή ψευδή υπόσχεση, δήλωση, παράσταση ή πρόβλεψη ότι θα λάβει αντάλλαγμα που κατά κύριο λόγο οφείλεται στη σύσταση νέων προσώπων εκ μέρους του ή εκ μέρους άλλων προσώπων, για να συμμετάσχουν στο σχέδιο. Για σκοπούς στοιχειοθέτησης αδικήματος, δεν λαμβάνεται υπόψη κατά πόσο:

-το αντάλλαγμα ή το δώρο που δόθηκε ή προβλέπεται να δοθεί ανάλογα με την περίπτωση έχει δοθεί ή αναμένεται να δοθεί εντός της Δημοκρατίας ή

σε άλλη χώρα ή -το αντάλλαγμα ή το δώρο αποτελούσε τη μόνη προϋπόθεση που έπρεπε να πληρωθεί

● **Οι πυραμίδες της απάτης στο στόχαστρο της ψηφισθείσας νομοθεσίας**

ται, προκειμένου ένα πρόσωπο να συμμετάσχει ή να δικαιούται να συμμετάσχει στο σχέδιο ή να δικαιούται να λάβει αντάλλαγμα σύμφωνα με το σχέδιο, ή

- η διευθέτηση ή η συμφωνία για συμμετοχή σε σχέδιο πυραμίδας έχει γίνει εγγράφως.

Σε περίπτωση που το σχέδιο προβλέπει την προμήθεια προϊόντος, κατά την ποινική διαδικασία λαμβάνονται υπόψη οι ακόλουθοι παράγοντες, με σκοπό να καθορισθεί κατά πόσο η ευκαιρία για τη λήψη ανταλλάγματος οφείλεται κατά κύριο λόγο στη σύσταση νέων προσώπων για συμμετοχή στο σχέδιο:

- η έμφαση η οποία δίδεται κατά την προώθηση του σχεδίου στην απόκτηση του προϊό-

ντος για συμμετοχή στο σχέδιο. - η αναλογία μεταξύ του ανταλλάγματος και της αξίας του προσφερόμενου προϊόντος ή άλλου συγκρίσιμου προϊόντος που διατίθεται αλλού.

Παρέχεται η δυνατότητα στο πρόσωπο που διώκεται να προβάλει ισχυρισμούς για τη νομιμότητα του σχεδίου και το δικαστήριο αποφασίζει επί του θέματος αυτού στη βάση του ισοζυγίου των πιθανοτήτων.



Η Ολομέλεια της Βουλής ψήφισε ομόφωνα τροποποίηση του ποινικού κώδικα με την οποία καθίσταται αδίκημα η οργάνωση, λειτουργία ή προώθηση σχεδίου τύπου πυραμίδας και η παρακίνηση ή απόπειρα παρακίνησης άλλου προσώπου να συμμετάσχει σε τέτοιο σχέδιο.

Το αδίκημα επισύρει ποινή φυλάκισης που δεν υπερβαίνει τα πέντε έτη ή/και χρηματική ποινή που δεν υπερβαίνει τις διακόσιες χιλιάδες ευρώ ή/και τις δύο ποινές.

Ο όρος "σχέδιο προώθησης πυραμίδας" ορίζεται ως το σχέδιο με βάση το οποίο πρόσωπο καταβάλλει αντάλλαγμα ή παραχωρεί δώρο σε χρήματα ή σε χρηματικά αποτιμώμενο



Ένα σπάνιο κειμήλιο του Εθνικοαπελευθερωτικού Αγώνα του 1955-59 για Ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα, θα παραδοθεί στον Πρόεδρο της Κυπριακής Βουλής Γιαννάκη Ομήρου κατά την επίσκεψή του στην Αθήνα αυτή την εβδομάδα.

Πρόκειται για το Ευαγγέλιο στο οποίο ορκίστηκε το Μάρτιο του 1953 η «Επιτροπή Προπαρασκευής Αγώνος Ενώσεως της Κύπρου μετά της Μητρος Ελλάδος», το οποίο θα παραδώσουν στον Πρόεδρο της Κυπριακής Βουλής η Ιστορική και Εθνολογική Εταιρεία της Ελλάδας και το Εθνικό Ιστορικό Εθνικό Μουσείο στο πλαίσιο ειδικής τελετής στο Μέγαρο της Παλαιάς Βουλής.

Το Ευαγγέλιο συνοδεύεται από το πρωτόκολλο ορκωμοσίας της Επιτροπής υπογεγραμμένο από τα μέλη της, Αρχιεπίσκοπο Μακάριο, Στρατηγό Γεώργιο Γρίβα -Διγενή, Γ. Κονιδάρη, Σ. Λοϊζίδη κ.ά. Οι ίδιες υπογραφές βρίσκονται και στο προτελευταίο εσώφυλλο του Ευαγγελίου.

Το κειμήλιο θα παραδοθεί ακολούθως από τον κ. Ομήρου στο Μουσείο Αγώνος στη Λευκωσία όπου και θα εκθέτεται για το κοινό.

Η δωρεά έγινε από τους Γεράσιμο Κονιδάρη, Σάββα Λοϊζίδη και Σωκράτη Λοϊζίδη. Τα αντικείμενα φυλάσσονται στο Αρχείο Ιστορικών Εγγράφων της Ιστορικής και Εθνολογικής Εταιρείας της Ελλάδος.

Με πρόσφατη επιστολή προς τον Πρόεδρο της Κυπριακής Βουλής το Διοικητικό Συμβούλιο της Ιστορικής και Εθνολογικής Εταιρείας της Ελλάδας, εκτιμώντας τη σημασία του κειμηλίου αυτού για την Κύπρο, του ζήτησε να υποδείξει τον φορέα που κατά την κρίση του είναι ο πλέον αρμόδιος να δεχθεί να παραλάβει το Ευαγγέλιο «επί μακροχρονίω δανεισμό» για να το εκθέτει «εις θέαν του ευρύτερου κοινού».

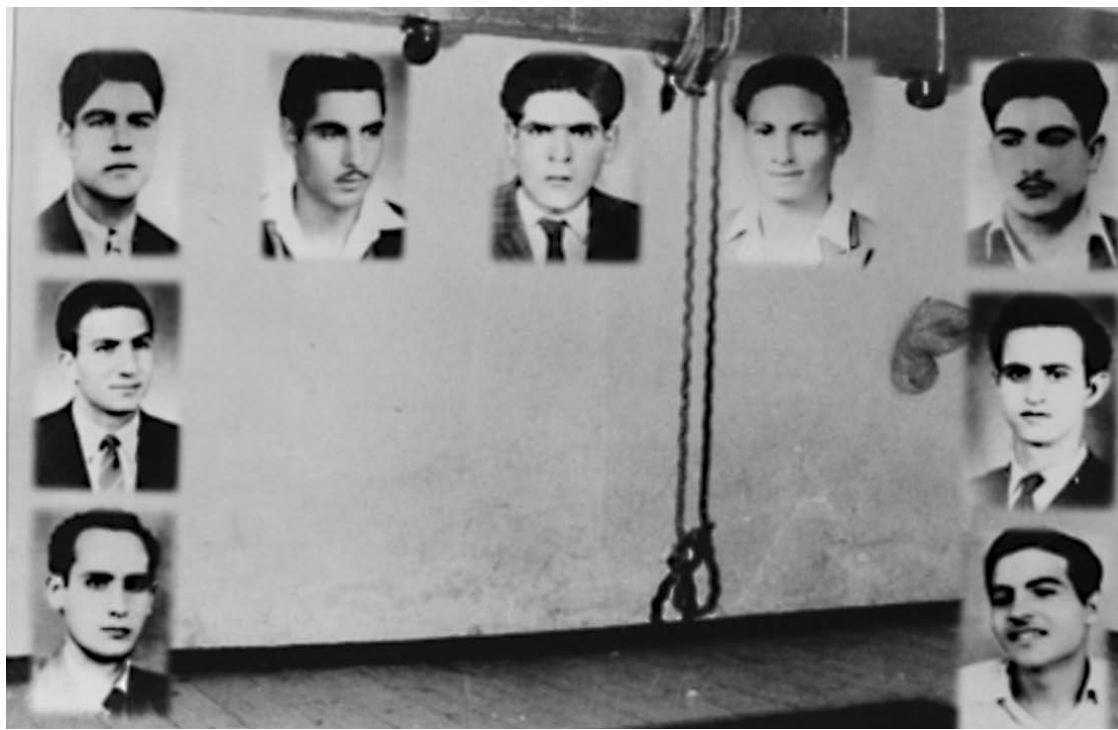
Όπως σημειώνεται, ο κ. Ομήρου όρισε το Μουσείο Αγώνος ως τον κατάλληλο φορέα στον οποίο να δοθεί το σπάνιο και σημαντικό αυτό κειμήλιο. Ορόσημο για την οργάνωση της ΕΟΚΑ ήταν η «ορκωμοσία των Αθηνών», στις 7 Μαρτίου 1953.

Οι πρώτες κινήσεις για προπαρασκευή της ένοπλης εξέγερσης

Σύμφωνα με τον καθηγητή του Τμήματος Ιστορίας του Πανεπιστημίου Κύπρου, Πέτρο Παπαπολυβίου, οι πρώτες συζητήσεις για ένοπλη αντίσταση εναντίον της βρετανικής κατοχής έγιναν στις αρχές της δεκαετίας του 1950, ανάμεσα

Το Ευαγγέλιο ορκωμοσίας της ΕΟΚΑ επιστρέφει στην Κύπρο

- Το κειμήλιο θα παραδοθεί στο Γιαννάκη Ομήρου κατά την επίσκεψή του στην Αθήνα - Ακολούθως θα εκτεθεί στο Μουσείο Αγώνος στη Λευκωσία



στους κύκλους των λίγων, αλλά δικτυωμένων στα κέντρα αποφάσεων, Κυπρίων της Αθήνας.

Πρωταγωνιστές ήταν η οικογένεια Κύρου, της «Εστίας», και οι αδελφοί Σάββας και Σωκράτης Λοϊζίδης, δικηγόροι από το Δίκωμο και εξόριστοι των Βρετανών: ο πρώτος των Οκτωβριανών του 1931 κι ο δεύτερος του Φεβρουαρίου 1950.

Το 1951, οι σκέψεις για ένοπλο αγώνα πήραν οριστικό χαρακτήρα με την προσέγγιση του Αρχιεπισκόπου Μακαρίου, γνώριμου του Σωκράτη Λοϊζίδη από τα γυμνασιακά χρόνια στο Παγκύπριο.

Ακολούθησε η προσέγγιση του τέως υπουργού Γεώργιου Στράτου και τον Μάιο του 1951, του συνταγματάρχη Γεώργιου Γρίβα και του αντι-συνταγματάρχη Ηλία Αλεξόπουλου.

Στη συνέχεια, η Επιτροπή συμπληρώθηκε με νέα μέλη, τον καθηγητή της Θεολογικής Σχολής Γεράσιμο Κονιδάρη, τον στρατηγό Νικόλαο Παπαδόπουλο (Παππού), εμβληματική μορφή της «μάχης της Φλώρινας» στον Εμφύλιο, τον δικηγόρο Αντώνιο Αυγίκο, τον καθηγητή της Νομικής Σχολής Δημήτρη Βεζανή και τους Ηλία Τσατσόμοιρο και Δ. Σταυρόπουλο.

Οι προσπάθειες επισημοποιήθηκαν στις 7 Μαρτίου 1953 με την ορκωμοσία για την ανάληψη αγώνα για την απελευθέρωση της Κύπρου, που έγινε ενώπιον του Μακαρίου στο σπίτι του καθηγητή Κονιδάρη, στην οδό Ασκληπιού 36B, στα Εξάρχεια.



Ο Όρκος της ΕΟΚΑ

εμείς επολεμήσαμε παρά το πλευρόν των λαών σας, και για το οποίον σεις τουλάχιστον διατείνεσθε ότι επολεμήσατε εναντίον του ναζισμού και του φασισμού. Έλληνες, όπου και αν ευρίσκεσθε, ακούσατε την φωνήν μας: Εμπρός, όλοι μαζί για την λευτεριά της Κύπρου μας, Ο Αρχηγός Διγενής».

Οι αγωνιστές, πριν γίνουν μέλη της ΕΟΚΑ, έδιναν όρκο με τον οποίο δεσμεύονταν ότι θα αγωνιστούν με όλες τους τις δυνάμεις για την απελευθέρωση της Κύπρου. Ο όρκος ήταν:

«Ορκίζομαι εις το όνομα της Αγίας Τριάδος ότι:

Θα αγωνισθώ με όλες μου τας δυνάμεις δια την απελευθέρωσιν της Κύπρου από τον Αγγλικόν ζυγόν, θυσιάζων και αυτήν την ζωήν μου.

- Δεν θα εγκαταλείψω τον αγώνα υπό οιονδήποτε πρόσχημα παρά μόνον όταν διαταχθώ υπό του Αρχηγού της Οργανώσεως και αφού εκπληρωθή ο σκοπός του αγώνος.

- Θα πειθαρχήσω απολύτως εις τας διαταγάς του Αρχηγού της Οργανώσεως και μόνον τούτου.

- Συλλαμβανόμενος θα τηρήσω απόλυτον εχεμύθειαν τόσον επί των μυστικών της Οργανώσεως όσον και επί των ονομάτων των συμμαχητών μου, έστω και εάν βασανισθώ δια να ομολογήσω.

- Δεν θα ανακοινώ εις ουδένα διαταγήν της Οργανώσεως ή μυστικόν το οποίον περιήλθεν εις γνώσιν μου παρά μόνον εις εκείνους δι'ους έχω εξουσιοδοτήσιν υπό του Αρχηγού της Οργανώσεως.

- Τας πράξεις μου θα κατευθύνη μόνον το συμφέρον του αγώνος και θα είναι απηλλαγμένα πάσης ιδιοτελείας ή κομματικού συμφέροντος».

Η νέα εποχή απαιτεί τη δημιουργία ευέλικτης νεολαίας, έτοιμης να καταθέσει τις δικές της προτάσεις και εισηγήσεις, μιας νεολαίας που να αποδεικνύει κάθε λεπτό ότι είναι σύγχρονη και δημιουργική.

Το πιο πάνω σαφέστατο μήνυμα στάληκε από την 9η Παγκύπρια Συνδιάσκεψη του Τμήματος Νεολαίας ΣΕΚ στο πλαίσιο της οποίας δόθηκε η δυνατό-

Η σύγχρονη εποχή απαιτεί δημιουργική και ευέλικτη νεολαία

τητα στους νέους να προβληματιστούν σε καίρια κοινωνικά και εργασιακά ζητήματα που τους αφορούν. Κυρίαρχο θέμα στην ημερήσια διάταξη ήταν το

σοβαρό ζήτημα της ανεργίας που έχει προσλάβει τρομακτικές διαστάσεις τόσο στην Κύπρο και την Ελλάδα όσο και στην υπόλοιπη Ευρώπη.

Τονίστηκε η αναγκαιότητα συγκροτημένης εφαρμογής και πολιτικών απασχόλησης και ανάπτυξης για να αναχαιτιστεί η συνεχής εκροή νέων στο

εξωτερικό για εξεύρεση εργασίας.

Στο πλαίσιο της Συνδιάσκεψης εκλέγηκε η νέα ηγεσία του Τμήματος Νεολαίας και εγκρίθηκαν ψηφίσματα για την ανεργία, το Κυπριακό, το ρατσισμό, την ξενοφοβία και την ισότητα των δύο φύλων. Το απόσπασμα των ψηφισμάτων ακολουθεί:

Ρεπορτάζ: **Δέσποινα Ησαΐα**

ΙΣΟΤΗΤΑ

Οι αντιπρόσωποι της 9ης Παγκύπριας Συνδιάσκεψης, εκφράζουν την αποφασιστικότητα τους για την προαγωγή ισότητας μεταξύ των δύο φύλων στους χώρους εργασίας και γενικότερα στην κοινωνία.

Επισημαίνουν ότι παρά την ύπαρξη ισχυρού νομοθετικού πλαισίου που προάγει την ισότητα, οι σοβαρές αδυναμίες που υπάρχουν στους μηχανισμούς ελέγχου εφαρμογής της νομοθεσίας το καθιστούν τις περισσότερες φορές ανενεργό.

Προς την κατεύθυνση αυτή οι σύνεδροι καλούν την πολιτεία:

- Να ενισχύσει τους μηχανισμούς της ώστε η νομοθεσία να εφαρμόζεται τόσο στο Δημόσιο όσο και στον Ιδιωτικό τομέα χωρίς εκπώσεις, προς όφελος των εργαζομένων.
- Καλούν επίσης την κυβέρνηση να προχωρήσει στην υιοθέτηση καινοτόμων πολιτικών, που να συμβάλλουν στη συμφιλίωση εργασίας και οικογένειας.

ΑΝΕΡΓΙΑ

Ο ανεργιακός δείκτης έχει σταθεροποιηθεί σε πολύ ψηλά επίπεδα, απειλώντας την κοινωνική και οικονομική συνοχή, σε ένα μέλλον έντονης αβεβαιότητας και ανασφάλειας, κυρίως για τους νέους ανθρώπους, οι οποίοι βάση και των στατιστικών αντιμετωπίζουν πιο έντονα το πρόβλημα.

Χαιρετίζουμε τις προσπάθειες της κυβέρνησης για ελαχιστοποίηση του προβλήματος και τιθάσωση του ανεργιακού δείκτη. Τα εξαγγελθέντα μέτρα για την αντιμετώπιση της ανεργίας αποδείχτηκαν ανεπαρκή και αναποτελεσματικά. Οι συνέπειες της ανεργιακής μάστιγας έχουν αρχίσει να προκαλούν σοβαρά κοινωνικά προβλήματα, τα οποία εξελίσσονται σε επικίνδυνα επίπεδα και θα πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη, έτσι ώστε να δοθεί ένα τέλος προτού φτάσουμε σε μη αναστρέψιμη κατάσταση.

ΚΥΠΡΙΑΚΟ

Οι αντιπρόσωποι της 9ης Παγκύπριας Συνδιάσκεψης εκφράζουν την ικανοποίησή τους για την επανέναρξη των συνομιλιών και δηλώνουν την στήριξη τους στην προσπάθεια του προέδρου της Δημοκρατίας για επίλυση του Κυπριακού. Αναγνωρίζουμε πως ο δρόμος για τη λύση δεν θα είναι εύκολος και πως η οποιαδήποτε λύση δεν εξαρτάται μόνο από τις καλές προθέσεις των ηγεσιών των δύο κοινοτήτων, αλλά εξαρτάται κυρίως από την πολιτική βούληση της Άγκυρας.

ΡΑΤΣΙΣΜΟΣ - ΞΕΝΟΦΟΒΙΑ

Οι αντιπρόσωποι της 9ης Παγκύπριας Συνδιάσκεψης, εκφράζουν τον έντονο προβληματισμό τους για την έξαρση ρατσιστικών φαινομένων που προέρχονται κυρίως λόγω της αύξησης της ανεργίας, της φτώχειας, της οικονομικής ανισότητας και της κοινωνικής αστάθειας. Το γενικό κλίμα που έχει δημιουργηθεί ενάντια των μεταναστών, ότι αυτοί ευθύνονται για όλα τα κακώς έχοντα στην κοινωνία, όπως η ανεργία και η εγκληματικότητα, δεν ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα γιατί τόσο οι ντόπιοι όσο και οι ξένοι εργαζόμενοι, πέφτουν πολλές φορές θύματα εκμετάλλευσης και παραβίασης των ουσιαστικών εργασιακών και ανθρωπίνων δικαιωμάτων.



ΓΕΣΥ

Οι αντιπρόσωποι της 9ης Παγκύπριας Συνδιάσκεψης εκφράζουν τη λύπη τους για τη μη εφαρμογή του Γενικού Σχεδίου Υγείας, το οποίο θα τους απαλλάσσει από την έντονη εκμετάλλευση του ιδιωτικού τομέα, θα παρέχει πλήρη και σύγχρονη ιατροφαρμακευτική περίθαλψη σε όλο τον πληθυσμό, χωρίς ουρές και ταλαιπωρίες και θα καλύπτει αποτελεσματικά και ποιοτικά τις ανάγκες των ασθενών.

Θύματα της μέχρι σήμερα μη εφαρμογής του ΓΕΣΥ είναι οι ευάλωτες ομάδες και η μη προνομιούχα τάξη του πληθυσμού που είναι τα μεγάλα θύματα της ανεργίας και της αύξησης του κόστους ζωής.



Μηνύματα συνδιάσκεψης προς κράτος και εργοδότες

✓ Όσοι κυνηγούν την ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεων τους μέσα από τη μείωση των απολαβών και των ωφελημάτων, κυνηγούν χίμαιρες, η ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεων επιτυγχάνεται μόνο μέσα από την αύξηση της παραγωγικότητας και του σωστού προγραμματισμού, μέσα από την αξιοποίηση της εκπαίδευσης και των νέων τεχνολογικών μεθόδων. «Αν οι χαμηλοί μισθοί ήταν προϋπόθεση της ανταγωνιστικότητας το Μπαγκλαντές θα κυβερνούσε την Γη και οι Σουηδοί θα έφευγαν μετανάστες!

✓ Ο Κώδικας Βιομηχανικών Σχέσεων που αποτελεί τη σημαντικότερη συμφωνία των Κοινωνικών Εταίρων της Κύπρου και που για χρόνια τώρα συνέβαλε στη διατήρηση της εργατικής ειρήνης στον τόπο μας, θα πρέπει να προστατευτεί ως κόρη οφθαλμού. Το Υπουργείο σας θα πρέπει να προστατεύσει και να λειτουργήσει ως θεματοφύλακας των υγιών εργασιακών σχέσεων, ιδιαίτερα αυτή την περίοδο κρίσης.

✓ Η κατάρτιση, η αναπροσαρμογή στα νέα δεδο-

μένα, όπως επίσης και η δια βίου εκπαίδευση, δημιουργούν τις προϋποθέσεις ένταξης και επανένταξης στην αγορά εργασίας, αυξάνοντας επίσης τις δυνατότητες επαγγελματικής ανέλιξης. Η σύνδεση του εκπαιδευτικού συστήματος με τις ανάγκες της αγοράς εργασίας, κρίνεται όλο και πιο έντονα αναγκαίο. Η ενίσχυση και η αναβάθμιση του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού, όπως επίσης και η επέκταση του στα Πανεπιστήμια θα πρέπει να τεθεί στις προτεραιότητες των αρμοδίων φορέων, γιατί μόνο έτσι θα μπορούν οι νέοι άνθρωποι να πάρουν τις καλύτερες δυνατές αποφάσεις που αφορά το μέλλον τους, θα δημιουργηθούν οι προϋποθέσεις για αναβάθμιση του επιπέδου εργασίας και επαγγελματισμού, που θα συμβάλει και στην πορεία στην αύξηση της εθνικής παραγωγικότητας.



ΕΞΟΧΙΚΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ ΤΗΣ ΣΕΚ ΣΤΑ ΚΑΝΝΑΒΙΑ

Ιδανική επιλογή για τις καλοκαιρινές σας διακοπές

Το καλοκαίρι δεν το χαίρομαστε μόνο στην ακρογιαλιά αλλά και στα πευκόφυτα βουνά της Μαδαρής. Μακριά από τον καύσωνα της πόλης 52 χιλιόμετρα νοτιοδυτικά της πρωτεύουσας στο χωριό Καννάβια, ξεπροβάλλουν οι σύγχρονες εξοχικές κατοικίες της ΣΕΚ που θα υποδεκτούν τους εργαζόμενους και τις οικογένειές τους από 1η Αυγούστου μέχρι 24 Αυγούστου.

Ολόκληρο τον Ιούλιο το εξοχικό συγκρότημα λειτουργεί ως κατασκηνωτικός χώρος για τα παιδιά που θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν μαγικές στιγμές σ' ένα φανταστικό περιβάλλον.

Όσοι θα διαμένουν στις εξοχικές εγκαταστάσεις, τους δίδεται η ευκαιρία αν οι ίδιοι το επιθυμούν να εκδράμουν στα

γύρω χωριά της περιοχής, ανακαλύπτοντας τις φυσικές τους ομορφιές, τα πολιτιστικά και θρησκευτικά τους μνημεία.

Το εξοχικό συγκρότημα της ΣΕΚ στα Καννάβια καλύπτει τις ανάγκες όσων θέλουν να χαλαρώσουν και να ξεκουραστούν αλλά και όσων είναι λάτρεις της δράσης και της εξερεύνησης.

Ρεπορτάζ: **Δέσποινα Ησαΐα**

- Το εξοχικό συγκρότημα διαθέτει υπερσύγχρονη πισίνα και εστιατόριο με εύγεστα φαγητά
- Συνδυάζει ημερία σ' ένα ειδυλλιακό πευκόφυτο περιβάλλον

Το συγκρότημα θα ανοίξει τις πύλες του για τους εργαζόμενους και τις οικογένειές τους σε τέσσερις περιόδους. 1-7 Αυγούστου, 7-12 Αυγούστου, 12-17 Αυγούστου, 17-23 Αυγούστου.

Στις 6, 8, 13, 17 Αυγούστου θα υπάρχει ζωντανή μουσική και θα προσφερθεί δωρεάν μπουφέ



Τα Καννάβια βρίσκονται στην επαρχία Λευκωσίας περίπου 52 χμ νοτιοδυτικά της πρωτεύουσας.

Το χωριό είναι κτισμένο στις βόρειες πλαγιές της Μαδαρής, σε μέσο υψόμετρο 800 μέτρων.



Κούρδαλη - Λημέρια (Σπηλιές του Διγενή) (Γραμμικό) Μονοπάτι της Φύσης

Η διαδρομή διασχίζει πυκνή δασώδη βλάστηση και προσφέρει την ευκαιρία να επισκεφθείτε διάφορες κρυφώνες που χρησιμοποιούσαν οι αγωνιστές της Ε.Ο.Κ.Α. την περίοδο του ανταποικιακού αγώνα 1955 - 1959. Στο Σελλάδι της Στραορουθικής η διαδρομή συναντά το μονοπάτι Αγία Ειρήνη - Λημέρια (Σπηλιές του Διγενή) και οι δύο συνεχίζουν σε κοινή πορεία για 2 χιλιόμετρα.

Για τους λάτρεις των εκδρομών

Για όσους επιθυμούν να εκδράμουν στα γύρω χωριά μπορούν να επισκεφθούν τη Μονή Χρυσοκουρδαλιώτισσας στο δρόμο Τροόδους - Σπήλια - Κούρδαλη, τα λημέρια του Διγενή στο Κούρδαλη, διασχίζοντας γραμμικό μονοπάτι της φύσης. Μπορούν επίσης να επισκεφθούν το χωριό Αγία Ειρήνη Κανναβιών, την Κακοπετριά και την Παναγία της Ασίνου.



Παναγία Ασίνου

Στα βορειοδυτικά του χωριού, πλησίον της εκκλησίας της Παναγίας ορθώνεται Μνημείο αφιερωμένο στους Χαράλαμπο Πεττεμερίδη και Ανδρέα Πατσαλίδη. Το Μνημείο ανεγέρθηκε το 1962 από την Επιτροπή Ανέγερσης Κανναβιών



«24» καθημερινές ενέργειες για να γίνετε πιο ... έξυπνοι

Β και τελευταίο μέρος

13. Φροντίστε το μυαλό σας
Η καθημερινή άσκηση, όπως το τρέξιμο για παράδειγμα, είναι ο τρόπος να εξασφαλίσετε την καλή λειτουργία του μυαλού σας και να διατηρήσετε σε φόρμα, όχι μόνο σωματικά αλλά και νοητικά. Επίσης, είναι ένας εξαιρετικός τρόπος να αναλογιστείτε τα όσα πιθανόν σας απασχολούν ή να επιτρέψετε στον οργανισμό



σας να απορροφήσει τις νέες πληροφορίες.

14. Παρακολουθήστε διαδικτυακά μαθήματα

Τα περισσότερα πανεπιστήμια του κόσμου, πλέον, προσφέρουν μαθήματα που μπορείτε να παρακολουθήσετε διαδικτυακά. Διασφαλίστε πως δεν θα υπεφορτώσετε το πρόγραμμά σας- αντιθέτως, διαλέξτε κάποια που πιστεύετε πως πραγματικά σας ενδιαφέρουν και αφοσιωθείτε σε αυτά.

15. Μιλήστε με κάποιον που έχει να σας «δώσει»

Ακόμη και αν πρόκειται για κάποιον άγνωστο, μην διστάσετε να τον πλησιάσετε. Ρωτήστε για ό,τι είναι αυτό που σας κέντρισε την προσοχή- για τα ενδιαφέροντά του, για παράδειγμα, και τον τρόπο που εκείνος τα ανακάλυψε. Την άποψη του για κάποιο ζήτημα που σας απασχολεί. Πολύ συχνά, μαθαίνουμε περισσότερα από άτομα τα οποία δεν γνωρίζουμε.

16. Συναναστραφέιτε ανθρώπους που είναι πιο έξυπνοι από εσάς

Περάστε όσο πιο πολύ χρόνο γίνεται με έξυπνους ανθρώπους. Καθημερινά, θα πρέπει να προσπαθείτε να πιείτε έναν καφέ ή να πάτε μία βόλτα, με κάποιον που πραγματικά σας εμπνέει. Να είστε ανοιχτοί και πρόθυμοι στο να μάθετε. Κάντε όλες τις ερωτήσεις που

πιθανόν σας απασχολούν. Αν περιστρέψετε διαρκώς από άτομα που έχουν περισσότερες γνώσεις από εσάς, δεν έχετε επιλογή: θα μαθαίνετε συνεχώς καινούρια πράγματα.

17. Αφήστε τις απορίες σας να σας οδηγήσουν

Αν δείτε, ακούσετε ή διαβάσετε κάτι πραγματικά ενδιαφέρον, μην το αφήσετε έτσι. Είναι μια ευκαιρία που ξεπροβάλλει αποκλειστικά για εσάς. Ακολουθήστε την απορία σας, μην σταματήσετε αν δεν ικανοποιηθείτε πλήρως την περιέργειά σας, μέχρι να δοθούν όλες οι απαντήσεις.

18. Γυμναστείτε και τρώτε υγιεινά

Αποφύγετε τις μεγάλες ποσότητες αλκοόλ και τα βαριά γεύματα- αντιθέτως, αθληθείτε και προσφέρετε στον εαυτό σας όλα τα θρεπτικά στοιχεία που χρειάζεται. Μην ξεχνάτε να πηγαίνετε μια βόλτα, όταν χρειάζεται και αν θυμάστε πως μεγάλοι διανοητές, όπως ο Γκάντι και ο Δαρβίνος ήταν γνωστοί για τις μεγάλες βόλτες που έκαναν.

19. Κάντε κάτι που σας ... δυσκολεύει

Λένε πως γινόμαστε σοφότεροι, όταν βρισκόμαστε εκτός της ζώνης άνεσης και ασφαλείας μας και εκθέτουμε τον εαυτό μας σε νέες εμπειρίες. Κάθε ημέρα, σπρώξτε τον εαυτό σας λίγο παραπάνω. Κάντε πράγματα που προηγουμένως σας φόβιζαν: αν για παράδειγμα, σας αγχώνει το να μιλάτε δημοσίως, καταπολεμήστε το, προσδευτικά. Φυσικά, αυτό ισχύει σε ό,τι τυχόν μας δυσκολεύει: οι φόβοι είναι για να ξεπερνιούνται.

20. Εξερευνήστε νέες περιοχές

Αν δεν μπορείτε να ταξιδεύετε συχνά, τουλάχιστον προσπαθήστε να βρίσκετε νέες σχολές και να επισκέπτεστε νέες τοποθεσίες, στην περιοχή που μένετε. Θα συναντήσετε διαφορετικούς ανθρώπους, θα μάθετε νέα πράγματα, θα αντιμετωπίσετε πράγματα που προηγουμένως πιθανότατα αγνοούσατε και, σίγουρα,

θα καταλάβετε κάτι νέο σχετικά με τον κόσμο. Είναι κάτι πολύ πιο δημιουργικό από το να κάθεστε σπίτι σας και να βλέπετε τηλεόραση.

21. Πιάξτε παιχνίδια που σας κάνουν έξυπνους

Σκάκι, Scrabble, σταυρόλεξα. Διευρύνετε τις γνώσεις σας και βελτιώστε τρόπο σκέψης σας, όσο και τα όρια της αντίληψης σας. Βάλτε προκλήσεις στον εαυτό σας, όταν ασχολείστε με τέτοια παιχνίδια και καταγράψτε το πόσο βελτιώνεστε κάθε φορά- θα σας βοηθήσει να παραμείνετε ενθουσιασμένοι.

22. Εξασφαλίστε χρόνο για... τίποτα

Είναι και αυτό απαραίτητο. Πολλές φορές, το να μην κάνετε απολύτως τίποτα και να απολαμβάνετε απλώς όλη την ησυχία που κατά τη διάρκεια της ημέρας σας λείπει, είναι ο καλύτερος τρόπος να αναλογιστείτε όλα όσα πραγματικά σας ενδιαφέρουν, να πάρετε αποφάσεις και να εφοδιαστείτε με ενέργεια για την επόμενη ημέρα.

23. Αρχίστε ένα δημιουργικό χόμπι

Αν έχετε μια πραγματικά δημιουργική ασχολία, η οποία θα καταλαμβάνει χρόνο σε κάθε ημέρα της εβδομάδας, μπορείτε να μαθαίνετε καθημερινά πράγματα, μέσα από αυτήν. Για παράδειγμα, ασχοληθείτε με την μουσική και θέστε στόχους στον εαυτό σας, για να δείτε κατά πόσο βελτιώνεστε. Τώρα που έφτασε το καλοκαίρι, μπορείτε να ασχοληθείτε με το ψάρεμα ή εναλλακτικά γράψτε μερικές σελίδες ακόμη στο μυθιστόρημα που έχετε ξεκινήσει, βάλτε στόχο να μάθετε μια γλώσσα προγραμματισμού- υπάρχουν τόσα χόμπι που η ενασχόληση σας μαζί τους, θα σας ωφελήσει πραγματικά.

24. Εφαρμόστε όσα μαθαίνετε

Ενσωματώστε τα όσα μαθαίνετε- από την ενασχόληση σας με κάποιο χόμπι, για παράδειγμα- στην καθημερινή σας ζωή, όσο συχνότερα γίνεται.

10 συμβουλές για να γεμίσουμε θετική ενέργεια

Η εκπομπή θετικής ενέργειας από τον εαυτό μας σε συνεχή βάση είναι σημαντικός παράγοντας για να διατηρήσουμε την ηρεμία μας. Οι παρακάτω συμβουλές θα μας βοηθήσουν να βάλουμε το χαμόγελο στην καθημερινότητά μας και το κέρδος μας θα είναι ανεκτίμητο

1. Η μουσική αλλάζει τη διάθεση

Κλείνοντας τα μάτια μας κατά τη διάρκεια ενός αγαπημένου τραγουδιού θα διαπιστώσουμε ότι η διάθεσή μας έχει αλλάξει εντελώς. Η μουσική είναι μια από τις πιο ισχυρές μορφές ενέργειας, ικανή να μετατοπίσει τη θετική μας ενέργεια στα ύψη και να μας προσφέρει τα ιδανικά συναισθήματα την κατάλληλη στιγμή.

2. Ο ήλιος... ενεργοποιεί το σώμα μας

Ανοίγοντας τις κουρτίνες του δωματίου μας το πρωί, ο χώρος κατακλύζεται από ήλιο και μας γεμίζει με θετική ενέργεια. Ακόμα και αν βρέχει, μπορούμε να παρατηρήσουμε την ομορφιά της φύσης και να δημιουργήσουμε αμέσως όμορφα συναισθήματα.

3. Ο διαλογισμός... το χρυσό εργαλείο για τη θετική ενέργεια

Η χαλάρωση και η αίσθηση του σώματος δίνουν μια θετική αύρα στο σώμα του ανθρώπου. Με απλές κινήσεις και ήρεμη ατμόσφαιρα καταφέρνουμε να αισθανθούμε τη θετικότητα στην ατμόσφαιρα και να εξασφαλίσουμε μια όμορφη διάθεση για το υπόλοιπο της ημέρας.



4. Παρατηρώντας τα θετικά σε κάθε κατάσταση

Αν σκεφτούμε ότι κάθε ημέρα στη ζωή μας αποτελεί ένα θαύμα του Θεού, το οποίο πρέπει να απολαύσουμε, τότε συνειδητά θα ξεφύγουμε από τον εθισμό μας στην αρνητικότητα. Αν εστιάσουμε στη φανταστική σκέψη μιας ειρηνικής ζωής, τα αποτελέσματά θα είναι άμεσα.

5. Καμία ανησυχία για το μέλλον και το παρελθόν

Ορισμένες φορές δεν χρειάζεται να ανησυχούμε για όλα, κυρίως για αυτά που απλά φανταζόμαστε ότι θα συμβούν στο μέλλον ή για αυτά που έχουν ήδη περάσει. Αφήνοντας το μέλλον να έρθει με τη σειρά του και βλέποντας τα θετικά του παρελθόντος, η ζωή μας θα αλλάξει προς το καλύτερο.

6. Αφήνοντας τη ζωή να έρθει όπως είναι..

Η ζωή είναι γεμάτη αλλαγές και ορισμένες φορές δεν πρέπει να της αντιστεκόμαστε, καθώς έτσι θα υποφέρουμε περισσότερο. Το άγχος δημιουργεί πολύ αρνητική ενέργεια, ενώ αντίθετα η χαλαρή στάση ζωής παράγει θετικά στοιχεία, αρκετά για να αναδείξουν τις χάρες της ζωής.



7. Ένα περιβάλλον με καλούς φίλους

Όταν περιτριγυρίζομαστε από ανθρώπους που μας επιβεβαιώνουν και μας υποστηρίζουν τότε το σώμα μας γεμίζει θετικότητα. Το αρμονικό περιβάλλον μας οδηγεί στο να εκτιμήσουμε τις σχέσεις

μας και να χαμογελάμε περισσότερο.

8. Δραπέτευση από την καθημερινότητα με μια εκδρομή

Χαλαρώνοντας και διασκεδάζοντας μέσα από μια βόλτα, μια εκδρομή στη φύση, το μυαλό και το σώμα θα αφεθούν ελεύθερα στη θετική αύρα. Τα λουλούδια, ο ουρανός και η όμορφη θέα είναι ικανά να μας αναζωογονήσουν και να έχουν καταλυτική σημασία για τη διάθεσή μας μέσα στην υπόλοιπη εβδομάδα.

9. Νιώστε εσωτερικά τη ψυχή και το σώμα σας

Απλά κλείστε τα μάτια σας και προσπαθήστε να νιώσετε το σώμα σας εσωτερικά. Η αίσθηση του σώματος θα απελευθερώσει την αρνητική ενέργεια που έχει αποθηκευτεί με τον καιρό και θα δώσει λάμψη στο σώμα και στη ψυχή σας.

10. Περιορίζοντας τις λάθος ενέργειές μας

Για να γεμίσουμε με θετική ενέργεια πρέπει να ορίσουμε τις πεποιθήσεις μας και αργότερα να φιλτράρουμε τις αρνητικές σκέψεις μας. Αν δεν σπαταλάμε ενέργεια και συναισθήματα σε ανάξια πράγματα, τότε όλες οι αρνητικές επιλογές μας θα μετατραπούν σε θετικές.

Φτιάξτε μόνοι σας σπιτικό ποτό κατά του άγχους

• Στοιχίζει τόσο λίγο, βοηθάει τόσο πολύ



Αν πριν από έναν διαγωνισμό ή κάποιο άλλο αγχογόνο γεγονός δεν μπορείτε να χαλαρώσετε και να κοιμηθείτε, αναζητήστε τις κατευναστικές και υπνωτικές ιδιότητες του φρέσκου βασιλικού.

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ:

Βάλτε 25 γρ. φύλλα φρέσκου βασιλικού σε 1/2 λίτρο κρύο νερό και αφήστε το αφέψημα να βράσει σε χαμηλή φωτιά, με το καπάκι κλειστό, για 10 λεπτά. Αφού κρυώσει το αφέψημα, πιείτε 3-4 φλιτζάνια μέσα στην ημέρα. Έτσι, όταν έρθει η ώρα του ύπνου, θα μπορέσετε εύκολα να κοιμηθείτε. Αν η νευρικότητα και το άγχος σας είναι πολύ έντονα, μπορείτε να ξεκινήσετε την θεραπεία αυτή αρκετές ημέρες πριν.

ΥΛΙΚΑ: 25γρ. βασιλικού, 1/2 λίτρο κρύο νερό



Νεανικά σφάλματα στο χώρο εργασίας

Οι νέοι και άπειροι στον επαγγελματικό χώρο, αναπόφευκτα θα κάνουν λάθη, θα πούν πράγματα που καλό θα ήταν να αποφύγουν, γενικά θα δοκιμαστούν άλλοι λιγότερο και άλλοι περισσότερο. Το σημαντικότερο πράγμα που μπορούν να κάνουν οι νέοι άνθρωποι στην αρχή της σταδιοδρομίας τους, όμως, είναι να αντιμετωπίσουν τα λάθη τους ως προκλήσεις και να μάθουν από αυτά.

1. Η συνέντευξη που δεν πήγε καλά

Πολλά μπορούν να πάνε στραβά σε μια συνέντευξη για δουλειά. Ίσως δεν καταλάβατε τις ερωτήσεις που θα δεχθείτε, ίσως νιώθετε αφόρητη πίεση και να μπερδεύετε τα λόγια σας, ή απαντάτε με ανάρμοστο λεξιλόγιο. Το σημαντικό είναι τί κάνετε μετά τη συνέντευξη αυτή. Θα βουλιάξετε στον καναπέ και την απελπισία ή θα βελτιωθείτε για να τα καταφέρετε την επόμενη φορά; Εξετάστε ποια ήταν τα λάθη σας, γιατί συνέβησαν και τί μπορείτε να κάνετε για να γίνετε καλύτεροι.

2. Ο μισθός που δε σας ικανοποιεί

Είστε νέοι και χωρίς μεγάλη εμπειρία, αλλά αυτό δε σημαίνει πως πρέπει να σας εκμεταλλεύονται. Οι νέοι εργαζόμενοι συμβιβάζονται με χαμηλότερους μισθούς από όσο πρέπει, γιατί νομίζουν πως δεν αξίζουν περισσότερα, ή γιατί θεωρούν πως θα φανούν άπληστοι, αλαζόνες και φορτικοί εάν ζητήσουν όσα τους αναλογούν. Θα πρέπει να μάθετε να αξιολογείτε τον εαυτό σας, αλλά και να μαθαίνετε τί γίνεται στην αγορά. Φροντίστε να διεκδικείτε τον κατάλληλο για εσάς μισθό και θυμηθείτε πως στη χειρότερη περίπτωση θα ακούσετε ένα «όχι», στην καλύτερη, όμως, θα πάρετε όσα σας αναλογούν.

3. Οι συμβιβασμοί

Παραμένετε στη θέση εργασίας σας, που διόλου δε σας ικανοποιεί, σκεπτόμενοι πως δε θα βρείτε κάτι καλύτερο; Σκεφτείτε προσεκτικά ποιες είναι οι ικανότητές σας και πώς τις αξιοποιείτε στη θέση εργασίας σας. Είστε ικανοποιημένοι με το αντικείμενο και τη φύση της δουλειάς σας; Τα χρήματα που λαμβάνετε καλύπτουν τις ανάγκες σας;

Έχετε χρόνο για τον εαυτό σας; Η δουλειά σας είναι πηγή χαράς ή αντίθετα σας προκαλεί σωματικά συμπτώματα; Μην παραμένετε σε μια θέση εργασίας μόνο και μόνο γιατί σας



παρέχει «ασφάλεια»: το αίσθημα αυτό συνδέεται με το φόβο της νέας αναζήτησης για δουλειά και της πιθανής απόρριψης. Αποχωρήστε για να σωθείτε! Εάν παραμένετε σε ένα κακό για εσάς περιβάλλον, θα «καείτε»: θα βιώσετε συμπτώματα εξάντλησης ψυχολογικής, αλλά και σωματικής, θα γίνετε μη αποδοτικός εργαζόμενος και θα χάσετε τη διάθεσή σας για δουλειά. Όλα αυτά, φυσικά, καταστρέφουν τις ικανότητές σας.

4. Μια ανάγκη για διακοπές

Στην αρχή της επαγγελματικής τους σταδιοδρομίας, πολλοί νέοι αγνοούν την αξία των διακοπών και του σεβασμού του ωραρίου τους. Εάν και εσείς φιλοδοξείτε να γίνετε σωστοί επαγγελματίες και γι' αυτό δεν κάνετε διακοπές ή διαλείμματα στη δουλειά, δεν παίρνετε ρεπό όταν είστε κουρασμένοι ή όταν σας έχει καταβάλλει ένα βαρύ κρουολόγημα, σκεπτόμενοι ότι δεν μπορείτε να λείψετε από τη δουλειά σας γιατί θα κάνετε κακή εντύπωση, κάνετε λάθος. Γρήγορα θα εξαντληθείτε και θα γίνετε αναποτελεσματικοί: σεβαστείτε το ωράριό σας, μην ελέγχετε email μετά τη δουλειά και μάθετε άμεσα πόσες ημέρες δικαιούστε άδεια!

5. Ντύσιμο και γλώσσα

Ίσως αναφέρεται τελευταίο, αλλά είναι σημαντικό. Η εξωτερική εμφάνιση και η γλώσσα που θα χρησιμοποιήσετε στη δουλειά σας θα πρέπει να αρμόζουν στο περιβάλλον στο οποίο εργάζεστε. Μπορεί να είστε νέοι και η απειρία σας να δικαιολογεί μερικά λάθη, αλλά δε θα σας καλύπτει για πάντα. Μάθετε πώς να ντύνεστε στη δουλειά σας: το μυστικό είναι ένα λιτό ντύσιμο με φροντισμένα ρούχα και φυσικά άψογη προσωπική υγιεινή. Όσο για τον τρόπο επικοινωνίας σας, φροντίστε να είστε ευγενικοί, όχι θορυβώδεις, όχι ιδιαίτερα διαχυτικοί (άλλο ο επαγγελματικός και άλλο ο φιλικός χώρος) και να εκφράζετε ξεκάθαρα τα όσα θέλετε.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΣΥΧΝΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΘΑΡΣΗ

✓ 8+1 χρήσιμα κόλπα για αποτοξίνωση του οργανισμού μας ειδικότερα τώρα το καλοκαίρι

Το σώμα μας χρειάζεται τακτική αποτοξίνωση. Ιδιαίτερα το καλοκαίρι λόγω των καιρικών συνθηκών (πολλή ζέση, βαριά ατμόσφαιρα, έλλειψη οξυγόνου κτλ) το σώμα μας, μας ωθεί στο να διώξουμε τις τοξίνες από μέσα μας προκειμένου να αναζωογονηθούμε και να νιώσουμε πιο ανάλαφροι..

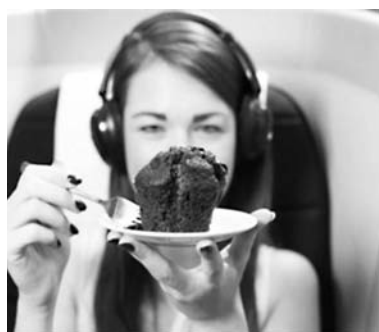
Τι κάνουμε λοιπόν; Ίδου οι χρυσή συνταγή

1 Ξεκινάμε με έναν καθαρισμό εντέρου από 7-10 ημέρες, ανάλογα με το πρόγραμμα που θα επιλέξουμε ώστε να διώξουμε τοξίνες, βαρέα μέταλλα, παθογόνα μικρόβια και στη συνέχεια πίνουμε προβιοτικά ώστε να διατηρήσουμε καθαρή την εντερική μας χλωρίδα. Τα παθογόνα μικρόβια που εισέρχονται μέσα μας με ό,τι τρώμε, πίνουμε ή αναπνέουμε είναι αυτά που πηγαίνουν και επικαθονται στο βλεννογόνο του εντέρου και εκκρίνουν τοξικές ουσίες που δηλητηριάζουν το σώμα και το μυαλό μας. Αυτά είναι η αιτία της νευρικής, της επιθετικότητας και της ακατάστατης μανίας να τσιμπολογήμε και κυρίως τροφές εθιστικές (ζάχαρη, αλάτι, πικάντικα κτλ). Πίνοντας προβιοτικά καταπολεμούμε τα παθογόνα μικρόβια (τα προβιοτικά είναι τα καλά βακτήρια έναντι των παθογόνων) γι' αυτό και πρέπει να τα εξασφαλίζουμε στον οργανισμό μας σε μεγάλη ποσότητα.

2 Καταναλώνουμε περισσότερα φρέσκα φρούτα και λαχανικά εποχής. Τρώμε άφθονα φρούτα κυρίως μέχρι το μεσημέρι. Έτσι και ενυδατώνουμε περισσότερο τον οργανισμό μας, δροσιζόμαστε, ενώ ταυτόχρονα με τις πλούσιες βιταμίνες, παίρνουμε και φυσικά σάκχαρα με αποτέλεσμα να μην έχουμε επιθυμία για γλυκά.

3 Περιορίζουμε τηγανητά και ψητά στα κάρβουνα, ενώ προσέχουμε και με τα όστρακα και μαλάκια, διότι έχουν πολλή τοξικότητα (είναι οι «σκουπιδιάρες» της θάλασσας). Προτιμούμε τα αφρόψαρα (γάβρο, σαρδέλλα, μικρά ψαράκια κυρίως) αν θέλουμε να φάμε θαλασσινά.

4 Προτιμούμε λαδερά φαγητά ελαφριά μαγειρεμένα (φασολάκια, μπάμιες, αρακά) ενώ προσπαθούμε να καταναλώνουμε και πολλά όσπρια κυρίως σε μορφή σαλάτας (όπως φακές, φασόλια κτλ).



5 Περιορίζουμε γλυκά, παγωτά, γρανίτες, αναψυκτικά και αν επιθυμούμε κάτι γλυκό επιλέγουμε τσάι χωρίς ζάχαρη αλλά με το φυσικό γλυκαντικό στέβια. Ιδανικό ρόφημα τώρα για το καλοκαίρι είναι το κόκκινο τσάι Rooibos που δεν περιέχει καφεΐ-

μέδουσες κτλ, ψεκάζουμε με αρωμαμένο Regulat (ένζυμα) ή εφαρμόζουμε τοπικά εμποτισμένη γάζα με ένζυμα, ενώ αν υπάρχει ανοιχτή πληγή εφαρμόζουμε πάνω υγρή χλωροφύλλη ώστε να κλείσει την πληγή και στη συνέχεια ψεκάζουμε με Regulat ώστε



νη, επομένως μπορούμε να το πίνουμε όλη μέρα χωρίς να επηρεάζει το νευρικό μας σύστημα, μας ξεδιψά, δίνοντάς μας πλούσια θρεπτικά συστατικά και μας απαλλάσσει από την κατακράτηση υγρών και τα ενοχλητικά φουσκώματα. Μπορείτε να το πιείτε είτε σκέτο, είτε προσθέτωντας λεμόνι, μέντα και στέβια.

6 Σε μεγάλα ταξίδια και εκδρομές φοράμε στα πόδια επιθέματα Kinetakara που μας οξυγονώνουν και μας κρατάνε ξεκούραστους. Ειδικά αν κανούμε αεροπορικά ταξίδια, είναι απόλυτως απαραίτητο να φοράμε τα αποτοξινωτικά επιθέματα, διότι σε μεγάλα υψόμετρα δημιουργούνται πολλές ελεύθερες ρίζες στον οργανισμό μας που οδηγούν σε πρόωρη γήρανση.

7 Τσιμπήματα: Κ Ο Υ Ν Ο Υ Π Ι Α ,



9 Ψυχική αποτοξίνωση: Θυμόμαστε ότι δεν έχουμε δικαίωμα να λερώνουμε το σώμα μας, διότι είναι ο Νάος της Ψυχής μας και οφείλουμε να το τιμάμε και να το σεβόμαστε διατηρώντας το καθαρό και υγιές. Ενώ παράλληλα φροντίζουμε το Νου μας με αποβολή των πνευματικών τοξινών, παγιωμένες αντιλήψεις που δε μας εξυπηρετούν πια, πεποιθήσεις και πιστεύω που μας τα έχουν φορτώσει άλλοι και μας κρατάνε κολλημένους, αρνητικές σκέψεις και «τοξικούς» ανθρώπους, τα αφήνουμε όλα στην άκρη και δίνουμε προτεραιότητα στις ανάγκες και τα θέλω μας προσπαθώντας να διατηρούμε ένα όσο γίνεται πιο καθαρό και θετικό μυαλό.

Φροντίζουμε την Ψυχή μας, το Πνεύμα μας: ερχόμαστε σε επαφή με τη φύση, διαβάζουμε βιβλία που μας ευχαριστούν και μας αφυπνίζουν, δίνουμε χρόνο στον εαυτό μας να έρθει σε κατάσταση σιωπής και να κοιτάξει μέσα του αναγνωρίζοντας την αληθινή του ουσία και το σκοπό του στη ζωή.

Φροντίζοντας τον εαυτό μας σε όλες του τις διαστάσεις, του δίνουμε την ευκαιρία να βρει το δρόμο της απελευθέρωσης και να νιώσουμε γεμάτοι ζωή και πληρότητα.

Οι μισοί θάνατοι ενηλίκων από 12 τύπους καρκίνου οφείλονται στο κάπνισμα

ΑΥΤΟ ΤΟ ΞΕΚΑΕΤΕ;

Το τσιγάρο ευθύνεται για περίπου τους μισούς θανάτους από δώδεκα τύπους καρκίνου στις ΗΠΑ, σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύθηκε στην επιστημονική επιθεώρηση JAMA Internal Medicine.

Σύμφωνα με την έρευνα αυτή, το 2011 το 48,5% των περίπου 346.000 θανάτων από έναν από τους δώδεκα τύπους καρκίνου που καταγράφηκαν εκείνη τη χρονιά σε ενήλικους άνω των 35 ετών, οφειλόταν στο κάπνισμα. Οι περισσότεροι από τους θανάτους αυτούς (το 74,9% ή 129.799) οφείλονταν σε καρκίνους των πνευμόνων, των βρόγχων και της τραχείας. Οι καρκίνοι του λάρυγγα αντιπροσώπευαν το 1,7% ή 2.856 θανάτους.

Σχεδόν οι μισοί από τους θανάτους λόγω καρκίνου του οισοφάγου, της στοματικής κοιλότητας και της κύστης ήταν επίσης συνέ-

πεια του καπνίσματος, συμπεράναν οι ερευνητές μεταξύ των οποίων ήταν και η Ρεμπέκα Σίγκελ της Αμερικανικής Αντικαρκινικής Εταιρείας της Ατλάντας. «Το



κάπνισμα εξακολουθεί να ευθύνεται για μεγάλο αριθμό θανάτων λόγω των διαφόρων καρκίνων, παρά το γεγονός ότι εδώ και πενήντα χρόνια το ποσοστό των καπνιστών μειώνεται», αποκαλύπτει η έρευνα.

Οι ερευνητές επισημαίνουν ότι

είναι σημαντικό να ληφθούν στο-χειμένα και πιο σκληρά μέτρα, ώστε να ελέγχονται τα προϊόντα καπνού και να ενθαρρύνονται οι καπνιστές να κόψουν το τσιγάρο, με στόχο να μειωθεί η θνησιμότητα από τους καρκίνους και τις σοβαρές ασθένειες που προκαλούνται από αυτό. Η μελέτη αφορούσε μόνο τα τσιγάρα και όχι τα άλλα προϊόντα καπνού, όπως τα πούρα ή τον ταμπάκο.

Περισσότερα από 20 εκατομμύρια Αμερικανών πέθαναν πρόωρα λόγω του τσιγάρου τα τελευταία 50 χρόνια, σύμφωνα με την τελευταία έκθεση του Υπουργείου Υγείας που δόθηκε στη δημοσιότητα στις αρχές του έτους. Παρά την εντυπωσιακή πρόοδο που έχει επιτευχθεί-σήμερα καπνίζει το 18% των Αμερικανών, σε σύγκριση με το 42% που ήταν το 1964-υπολογίζεται ότι 443.000 Αμερικανοί πεθαίνουν κάθε χρόνο από ασθένειες που σχετίζονται με το τσιγάρο.

Η θετική πλευρά του κουτσομπολιού...

ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΙ ΤΟΥ ΔΙΑΔΥΧΤΙΟΥ

Επιστήμονες αναφέρουν ότι βοηθά στην ανάπτυξη δεσμών εμπιστοσύνης

Είναι κάτι που κατηγορούν οι περισσότεροι, όμως το κάνουν και οι ίδιοι - είτε το παραδέχονται, είτε όχι. Ο λόγος για το... «παραδοσιακό» κουτσομπολιό.

Σύμφωνα με όσα αναφέρει δημοσίευμα της βρετανικής εφημερίδας The Telegraph, μια ομάδα επιστημόνων από το φημισμένο πανεπιστήμιο της Οξφόρδης υποστηρίζει ότι ο κοινωνικός σχολιασμός - ή αλλιώς η «θεωρία του κουτσομπολιού» όπως την ονόμασαν - είναι αυτό που μας κάνει ανθρώπους και μάλιστα, μπορεί να μας βοηθά να ζούμε και περισσότερο.

Οι ερευνητές αναφέρουν, ότι το κουτσομπολιό διαχωρίζει τους ανθρώπους από τα ζώα, καθώς βοηθά στη διαμόρφωση φιλικών δεσμών και την εκμάθηση σημαντικών πληροφοριών, για το ποιους μπορεί να εμπιστευτεί κανείς.

Ακόμη, όπως ισχυρίζεται ο καθηγητής εξελικτικής ψυχολογίας στο αγγλικό πανεπιστήμιο, Robin Dunbar, αυτή η ζωτική επικοινωνία θα μπορούσε να μας αποτρέψει ακόμη και από το να πεθάνουμε. Ο ίδιος πιστεύει ότι είναι «το πιο σημαντικό πράγμα που μας κρατά ζωντανούς».

Μιλώντας στην Telegraph ο καθηγητής σχολίασε: «Αυτό έχει τη μεγαλύτερη επίδραση από οτιδήποτε, πέρα από τη διακοπή του καπνίσματος. Το κοινωνικό μας

δίκτυο έχει πολύ μεγάλη επίδραση στην ευτυχία και την ευημερία. Το πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε είναι πώς να διατηρήσουμε τα κοινωνικά μας δίκτυα. Η εξέλιξη της γλώσσας μάς επέτρεψε να διατηρήσουμε τα κοινωνικά μας δίκτυα, να παραμένουμε ενημερωμένοι και να λέμε ιστορίες, οι οποίες είναι πολύ σημαντικές για την κοινωνική συνοχή. Το κου-



τσομπολιό δεν είναι τίποτε άλλο από την επικοινωνία με άλλους ανθρώπους και την ενημέρωσή μας για τον κοινωνικό κόσμο που μας περιβάλλει. Επομένως, το κουτσομπολιό είναι αυτό που μας κάνει ανθρώπους».

«Η χρήση του κουτσομπολιού με αρνητικό τρόπο δεν εμφανίστηκε παρά μόνο το 18ο αιώνα» πρόσθεσε ο ίδιος.

Οι ειδικοί εκτιμούν, ότι καθώς εξελισσόταν η γλώσσα επέτρεψε στους ανθρώπους να επικοινωνούν καλύτερα και να περνούν χρήσιμες πληροφορίες στις επό-

μενες γενιές, επιτρέποντάς τους να ζουν σε μεγαλύτερες ομάδες.

Ο Yuval Noah Harari, καθηγητής ιστορίας στο εβραϊκό πανεπιστήμιο της Ιερουσαλήμ εξήγησε ακόμη στην εφημερίδα: «Οι νέες γλωσσικές δεξιότητες που απέκτησαν οι σύγχρονοι άνθρωποι πριν από 70 εκατ. χρόνια περίπου τούς επέτρεψαν να κουτσομπολεύουν με τις ώρες χωρίς

τελειωμό. Οι αξιόπιστες πληροφορίες για το ποιον μπορούσε να εμπιστευτεί κανείς σήμαιναν, ότι οι μικρές ομάδες μπορούσαν να επεκταθούν σε μεγαλύτερες. Είναι κάτι που γίνεται φυσικά και φαίνεται σαν οι γλώσσες να εξελίχθηκαν για ακριβώς αυτό το σκοπό».

Ο ίδιος κατέληξε λέγοντας ότι οι πρώτοι «κουτσομπόληδες» ήταν στην πραγματικότητα οι πρώτοι δημοσιογράφοι, καθώς βοηθούσαν στην ενημέρωση των άλλων για το ποιους να αποφεύγουν και ποιους να εμπιστεύονται.

Ποια είναι τα 7 θαύματα που κάνει το νερό στον οργανισμό μας

Εσείς πίνετε αρκετό νερό; Οι περισσότεροι υγιείς ενήλικες πίνουν νερό αφήνοντας τη δίψα τους να τους καθοδηγήσει. Όμως, η ακριβής ποσότητα νερού που χρειάζεστε εξαρτάται από πολλούς παράγοντες.

Εξαρτάται από το μέγεθός σας, το επίπεδο της δραστηριότητάς σας, τις καιρικές συνθήκες και τη γενική σας υγεία. Μπορεί μάλιστα να χρειαστείτε περισσότερο νερό αν ασκείστε ή ιδρώνετε πολύ. Σε κάθε περίπτωση, το νερό είναι ό,τι καλύτερο μπορείτε να κάνετε για να είστε, να νιώθετε και να φαίνεστε υγιείς.

Δείτε ποια είναι τα 7 θαύματα που κάνει το νερό στον οργανισμό σας:

1. Το νερό ενεργοποιεί το μεταβολισμό: Προσπαθείτε να χάσετε βάρος; Το νερό ενεργοποιεί τον μεταβολισμό και βοηθά να αισθάνεστε πλήρεις. Αντικαταστήστε τις θερμίδες των ποτών με νερό και πιείτε ένα ποτήρι πριν τα γεύματά σας. Πίνοντας περισσότερο νερό βοηθάτε τον μεταβολισμό σας να ενισχυθεί, ειδικά αν το νερό είναι παγωμένο. Το σώμα σας πρέπει να εργαστεί για να ζεστανει το νερό και αυτή η διαδικασία καίει περισσότερες θερμίδες.

2. Το νερό αυξάνει την ενέργειά σας: Εάν αισθάνεστε στραγγισμένοι και εξαντλημένοι, μπορείτε να πάρετε τα πάνω σας με ένα ποτήρι νερό. Η αφυδάτωση σας κάνει να αισθάνεστε κουρασμένοι. Η



σωστή ποσότητα νερού θα βοηθήσει την καρδιά σας να αντλήσει το αίμα πιο αποτελεσματικά. Και το νερό μπορεί επίσης να βοηθήσει στη μεταφορά οξυγόνου στο αίμα σας και στη μεταφορά άλλων απαραίτητων θρεπτικών συστατικών στα κύτταρά σας.

3. Το νερό μειώνει το άγχος: Περίπου 70%-80% του εγκεφαλικού ιστού είναι νερό. Εάν είστε αφυδατωμένοι στο σώμα σας, είναι αφυδατωμένο και το μυαλό σας. Εάν αισθάνεστε δίψα, είστε ήδη λίγο αφυδατωμένοι. Για να κρατήσετε τα επίπεδα του άγχους χαμηλά, κρατήστε ένα ποτήρι νερό στο γραφείο σας ή μεταφέρετε ένα μπουκάλι νερό μαζί σας όπου πάτε και πίνετε τακτικά γουλιές.

4. Το νερό χτίζει τους μύες: Το πόσιμο νερό βοηθά στην πρόληψη των μυϊκών κραμπιών και λιπαίνει τις αρθρώσεις του σώματος. Όταν είστε καλά ενυδατωμένοι, μπορείτε να γυμναστείτε πιο πολύ και πιο δυνατά χωρίς να βρείτε... τοίχο.

5. Το νερό θρέφει το δέρμα σας: Οι λεπτές γραμμές και οι ρυτίδες γίνονται πιο βαθιές όταν είστε αφυδατωμένοι. Το νερό είναι η κρέμα ομορφιάς της φύσης. Το πόσιμο νερό ενυδατώνει τα κύτταρα του δέρματος και τα γεμίζει κάνοντας το πρόσωπό σας να φαίνεται νεότερο. Επίσης, ξεπλένει τις ακαθαρσίες και βελτιώνει την κυκλοφορία και τη ροή του αίματος, βοηθώντας το δέρμα να έχει λάμψη.

6. Το νερό βοηθάει την πέψη: Το νερό μαζί με τις φυτικές ίνες είναι πολύ σημαντικό για την καλή πέψη. Βοηθά να διαλυθούν τα σωματίδια των αποβλήτων και τα περνά ομαλά μέσω της πεπτικής οδού. Αν είστε αφυδατωμένοι, το σώμα σας απορροφά όλο το νερό, αφήνοντας το παχύ έντερο ξηρό και καθιστώντας πιο δύσκολο να περάσουν τα απόβλητα.

7. Το νερό μειώνει τις πέτρες στα νεφρά: Είναι γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια ολοένα και αυξάνεται το φαινόμενο της πέτρας στα νεφρά. Ενας από τους λόγους θα μπορούσε να είναι πως οι άνθρωποι, συμπεριλαμβανομένων και των παιδιών, δεν πίνουν αρκετό νερό σε καθημερινή βάση. Το νερό αραιώνει τα άλατα και τα μέταλλα στα ούρα σας που αποτελούν τους στερεούς κρυστάλλους που είναι γνωστοί ως πέτρες στα νεφρά. Οι πέτρες στα νεφρά δεν μπορούν να σχηματιστούν σε αραιά ούρα κι έτσι πίνοντας άφθονο νερό μειώνετε σημαντικά τον κίνδυνο δημιουργίας πέτρας.

Τρόποι για να διατηρηθούν λυγερά τα παιδιά το καλοκαίρι

Η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, με άσκηση και σωστή διατροφή, τώρα το καλοκαίρι, είναι πρωταρχικής σημασίας για να διατηρηθούν τα παιδιά σε φυσιολογικό σωματικό βάρος. Ακολουθούν απλές συμβουλές άσκησης και διατροφής.

Καθώς η παχυσαρκία τείνει να λάβει διαστάσεις επιδημίας και 'καρδαοκεί' η εμφάνιση διαβήτη τύπου II, είναι πολύ σημαντική η υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής και διατροφής που θα βοηθήσει τα παιδιά να διατηρηθούν σε φυσιολογικό σωματικό βάρος. Ακολουθούν συμβουλές για υιοθέτηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής για το καλοκαίρι, που αν γίνει συνήθεια πιθανότατα θα διατηρηθεί και μακροπρόθεσμα:

Περιορίστε τις ώρες που παρακολουθούν τηλεόραση

Υπάρχει άμεση σχέση μεταξύ του χρόνου που τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση, παίζουν ηλεκτρονικά παιχνίδια, ή κάθονται μπροστά στον ηλεκτρονικό υπολογιστή και της παχυσαρκίας. Έτσι, είναι σημαντικό να περιορίζονται αυτές οι δραστηριότητες σε λιγότερες από δυο ώρες την ημέρα. Με το να μειώνουν οι γονείς τις ώρες καθιστικής ζωής των παιδιών τους εξοικονομούν ώρες για παιχνίδια σε εξωτερικούς χώρους ή για άλλες δραστηριότητες.

Κάντε τις δραστηριότητες ευχάριστες

Η άσκηση δεν θα πρέπει να είναι δυσάρεστη, ειδικά για τα παιδιά. Με ζεστό καιρό τα παιδιά μπορούν να δραστηριοποιηθούν σε διασκεδαστικές ασχολίες που θα βοηθήσουν και τη σιλουέτα τους. Οι γονείς θα πρέπει να τα παρακινούν σε δραστηριότητες με κίνηση και όχι μόνο σε επιτραπέζια παιχνίδια και πάζλ. Ειδικό προ-



τήνουν το σκοινάκι, το κολύμπι, και το ποδήλατο.

Ενθαρρύνετε όλη την οικογένεια να συμμετάσχει

Μπορείτε να εναλλάσσετε όσον αφορά την επιλογή και τη συμμετοχή σε διασκεδαστικές δραστηριότητες, όπως το να πηγαίνετε οικογενειακώς για ποδήλατο, το να επισκεπτεστε ένα πάρκο ή ακόμα και το να ασχοληθείτε με την κηπουρική. Τα παιδιά είναι πιθανότερο να θέλουν να ασκηθούν και να διασκεδάσουν όταν είναι μαζί με τους γονείς. Επιπλέον, η εστίαση στην οικογένεια ως ομάδα βοηθά στη μείωση της αμηχανίας που μπορεί να νιώθουν τα υπέρβαρα παιδιά.

Αποθηκεύστε υγιεινά μικρογεύματα

Ότι υπάρχει στην κουζίνα σας επηρεάζει τον τρόπο διατροφής των παιδιών στο παρόν αλλά και στο μέλλον. Αποφύγετε την αγορά τροφών με υψηλά λιπαρά, αλάτι ή ζάχαρη, όπως τα τσιπς και τα μπισκότα. Αντί για αυτά, δοκιμάστε φρούτα και λαχανικά, όπως μήλα, μπανάνες και καρότα, που μπορεί εύκολα να τα πάρει κανείς μαζί του. Άλλα κατάλληλα μικρογεύματα (σνακς) αποτελούν τα γιαούρτια και τα κρακεράκια ολικής αλέσεως με τυρί. Αποφύγετε τα αναψυκτικά και αντικαταστήστε τα με εμφιαλωμένο νερό ή γάλα. Μπορείτε να πείσετε και τα παιδιά σας να συμμετάσχουν στην αγορά

των τροφίμων, συστήνουν ειδικοί. Επιτρέποντας στα παιδιά σας να διαλέξουν υγιεινά σνακς που τα ευχαριστούν, αυξάνονται οι πιθανότητες να καταναλώνουν αυτά τα τρόφιμα, αντί για λιγότερο υγιεινά σνακς.

Δώστε το καλό παράδειγμα

Τα παιδιά είναι περισσότερο πιθανόν να κάνουν υγιεινές επιλογές όταν οι γονείς δίνουν τέτοιο παράδειγμα. Να τους δείχνετε ότι σας ευχαριστεί να καταναλώνετε υγιεινές τροφές, για να αυξηθούν έτσι οι πιθανότητες να σας μιμηθούν. Ακόμα και μικρές αλλαγές, όπως το να περπατάτε μέχρι το μαγαζί που θέλετε να επισκεφτείτε, αντί να πηγαίνετε έως εκεί με το αυτοκίνητο, μπορεί να κάνουν τη διαφορά και να ενθαρρύνουν τα παιδιά να κινηθούν. Όσο πιο ενεργητικοί και υγιείς είστε σαν γονείς, σύμφωνα με τους ειδικούς, τόσο πιο ενεργητικό και υγιές θα θέλει να γίνει και το παιδί σας.

Συνεχίστε την υιοθέτηση του υγιεινού τρόπου ζωής

Οι συνήθειες που αναπτύσσονται κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού θα συνεχιστούν το φθινόπωρο και τον χειμώνα, ιδιαίτερα αν υπάρχει συνέχεια και συνέπεια στις συνήθειες του καλοκαιριού. Αν οι γονείς βοηθούν τα παιδιά να υιοθετήσουν αυτές τις υγιεινές συνήθειες, τότε πιθανότατα θα συνεχιστούν αυτές και στο μέλλον. Το να θέσετε την υγεία ως βασικό στόχο, το καλοκαίρι, είναι πρωταρχικής σημασίας και αν εξακολουθήσετε να τον έχετε στόχο και τους φθινοπωρινούς μήνες, τα παιδιά θα υιοθετήσουν υγιεινές συνήθειες μακροπρόθεσμα.



ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

ΚΡΙΟΣ: Θα πρέπει να είσαι πολύ προσεκτικός σε αυτά που θα κάνεις και θα πεις. Μάλιστα, θα περάσουν από το μυαλό σου πολλές σκέψεις για αλλαγές, βελτιώσεις και ανακατατάξεις. Ίσως να είναι η κατάλληλη στιγμή για ριζικές αλλαγές, αλλά πρώτα πρέπει να έχεις βεβαιωθεί για τα αποτελέσματά τους. Μην κάνεις τίποτα πριν ζυγίσεις όλα τα δεδομένα.

ΤΑΥΡΟΣ: Οι ιδέες σου είναι αρκετά έξυπνες και ευρηματικές. Μπορείς να υλοποιήσεις πολλά από αυτά που σκέφτεσαι, αρκεί να δείξεις μια ώριμη στάση και υπομονή απέναντι στις καταστάσεις. Αν νομίζεις ότι υπάρχουν άτομα από το οικογενειακό σου περιβάλλον που μπορούν να σε βοηθήσουν, σήμερα είναι μια καλή μέρα για να τα πλησιάσεις.

ΔΙΔΥΜΟΣ: Έχουν μαζευτεί πολλές υποχρεώσεις και σήμερα ειδικά θα είσαι αρκετά αγχωμένος. Χρειάζεται να περιορίσεις την ευαισθησία, αλλά και την ευθιξία σου, για να αντιμετωπίσεις ψύχραιμα και αποτελεσματικά τις καταστάσεις. Εξάλλου, η επικοινωνία με τους γύρω σου ευνοείται και πρέπει να αξιοποιήσεις αυτή τη συγκυρία. Προσοχή στον εκνευρισμό, ο οποίος θα είναι κακός σύμβουλος και θα σε οδηγήσει σε λάθος συμπεράσματα.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ: Η επικοινωνιακή σου ικανότητα και η έντονη φαντασία σου, σου υπόσχονται επαγγελματικές επιτυχίες. Θα δώσεις μεγάλη έμφαση στη διευθέτηση κάποιων εκκρεμών υποθέσεων σου στον επαγγελματικό σου τομέα. Προς το απόγευμα η διάθεση σου θα είναι ευμετάβλητη και ίσως και κυκλοθυμική. Θα σου κάνει καλό να μείνεις λίγο μόνος σου με τον εαυτό σου και τις σκέψεις σου.

ΛΕΟΝΤΑΣ: Η στασιμότητα, αλλά και τα εμπόδια που αντιμετωπίζεις μέχρι τώρα αρχίζουν να μένουν πίσω σου σιγά-σιγά. Διατήρησε την ψυχραιμία σου και την ήρεμη αντιμετώπιση, για να μπορέσεις να δώσεις λύσεις σε αυτά που σε απασχολούν. Ξεκίνησε με τα πιο παλιά προβλήματα που χρονίζουν και συνέχισε με τα νέα δεδομένα.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ: Η μέρα δεν είναι και η πιο εύκολη που έχεις περάσει το τελευταίο διάστημα. Κάποια προβλήματα οφείλονται σε άτομα με τα οποία δεν έχεις και τις καλύτερες σχέσεις. Αντί να γκρινιάζεις όμως, έχε το νου σου για να αποφύγεις κάθε κακοτοπία και ασχολήσου περισσότερο με τον εαυτό σου και το πώς μπορείς να κάνεις πιο εύκολη την καθημερινότητά σου.

ΖΥΓΟΣ: Θα έχεις μεγάλη αισιοδοξία και θα δεις πολλές καταστάσεις από την θετική τους πλευρά, αλλά συγκρατήσου και φρόντισε να μην κάνεις επιτόλαιες κινήσεις, που μπορεί να σου δημιουργήσουν πρόβλημα. Κάποιες ειδήσεις που θα έχεις για θέματα που σε απασχολούν, θα σε χαροποιήσουν πάρα πολύ. Η δυναμική σου πλευρά και η εφευρετικότητά σου θα είναι στα ύψη.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ: Έχεις την τάση να βλέπεις τα πράγματα και τις καταστάσεις μέσα από το δικό σου πρίσμα. Θα πρέπει όμως να έχεις περισσότερο ρεαλισμό, αν θέλεις να καταφέρεις να ξεπεράσεις κάποιες καταστάσεις, που σε προβληματίζουν από το παρελθόν. Η Νέα Σελήνη πάντως που πραγματοποιείται στο ζώδιο των Διδύμων σου δίνει την θετική της ενέργεια, ώστε να μπορέσεις να υλοποιήσεις όσα σχεδιάζεις για το μέλλον.

ΤΟΞΟΤΗΣ: Καλό θα ήταν να αφήσεις πίσω σου σιδηπότε σταματά την πορεία σου ή χαλάει την ψυχολογική σου διάθεση. Κάνε μια ανανέωση ξεκινώντας από την εξωτερική εμφάνιση, τις συνήθειες της διατροφής σου και άλλα τέτοια καθημερινά και θα δεις ότι έτσι θα νιώσεις πολύ καλύτερα. Διάφορες συγκυρίες και ευχάριστες εξελίξεις που θα προκύψουν με τις καλές επιρροές που δέχεσαι θα σε βοηθήσουν να πάρεις ξανά τα πάνω σου.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ: Υπάρχει ο κίνδυνος να έρθεις σε αντιπαράθεση με άτομα που δεν πρέπει, καθώς νοιώθεις έντονο εκνευρισμό για κάποια πράγματα που είναι σε στασιμότητα. Φρόντισε να κάνεις αισιόδοξες σκέψεις και μην ξεχνάς ότι με λίγη παραπάνω προσπάθεια μπορείς να λύσεις πολλές προβληματικές καταστάσεις του παρελθόντος. Απλώς ακολούθησε μεθοδικά το πρόγραμμά σου και να ξέρεις ότι μπορείς να πετύχεις όσα θέλεις.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ: Σήμερα ευνοείται κάθε δημιουργική ενασχόληση που θα σε κάνει να νιώσεις καλύτερα. Ανεβαίνει η διάθεσή σου και θα θέλεις να επικοινωνήσεις με τους δικούς σου ανθρώπους, για να λύσεις ενδεχόμενα προβλήματα. Να θυμάσαι ότι ξεκινά μια πολύ ευνοϊκή περίοδος για τα σχέδιά σου, γι' αυτό προγραμματίσου και προετοιμάσου ανάλογα, για τις ευχάριστες εξελίξεις που θα έρθουν.

ΙΧΘΥΣ: Η ημέρα σου ξεκινάει με πολύ δυναμισμό και αποφασιστικότητα. Με τις καλές επιρροές που δέχεσαι μπορείς να πάρεις σημαντικές αποφάσεις που αφορούν θέματα που καθυστερούν από το παρελθόν. Μην κάνεις όμως βιαστικές κινήσεις. Έχεις πολλές δυνατότητες για να ξεπεράσεις οποιοδήποτε πρόβλημα σου παρουσιαστεί, αρκεί να είσαι σίγουρος για κάθε σου βήμα.

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Σοκολατένιο cheesecake με topping καραμέλα

Υλικά:

- 8 cookies με σοκολάτα
- 60 γραμμάρια βούτυρο λιωμένο
- 60 γραμμάρια άχνη ζάχαρη
- 600 γραμμάρια τυρί κρέμα
- 200 γραμμάρια κρέμα γάλακτος
- 350 γραμμάρια κουβερτούρα Dessert
- Κουβερτούρα γάλακτος Dessert για τρίψιμο
- Για το topping:
- 200 γραμμάρια ζάχαρη
- 90 γραμμάρια βούτυρο
- 160 ml κρέμα γάλακτος σε θερμοκρασία δωματίου

Εκτέλεση:

Σε ένα μίξερ (multi) χτυπάτε τα cookies σοκολάτας και τα τοποθετείτε σε ένα μπολ. Προσθέτετε στο μπολ με τα cookies το λιωμένο βούτυρο και ανακατεύετε καλά. Τοποθετείτε το μείγμα σε ένα τσέρκι 20 εκατοστών και με ένα κουτάλι το απλώνετε να πάει παντού σε όλη την βάση. Το τοποθετείτε στο ψυγείο να κρυώσει και να σταθεροποιηθεί μέχρι να ετοιμάσετε την κρέμα. Σε ένα μπεν μαρί λιώνετε την κουβερτούρα Dessert μαζί με την κρέμα γάλακτος και την αφήνετε στην άκρη. Σε ένα μίξερ χτυπάτε το τυρί κρέμα μαζί με την άχνη ζάχαρη για 2-3 λεπτά. Συνεχίζετε προσθέτοντας την λιωμένη κουβερτούρα και χτυπάτε μέχρι να ομογενοποιηθούν όλα τα υλικά. Τοποθετείτε την κρέμα στο τσέρκι και το ξαναβάζετε στο ψυγείο για τουλάχιστον 2 ώρες να κρυώσει



καλά πριν το σερβίρισμα. Για το topping, τοποθετείτε την ζάχαρη σε ένα μικρό κατσαρολάκι σε μέτρια φωτιά μέχρι να λιώσει και να γίνει καραμέλα. Αποσύρετε το κατσαρολάκι από την φωτιά και προσθέτετε μέσα το βούτυρο, ανακατεύοντας μέχρι να ομογενοποιηθούν τα 2 υλικά. Προσθέτετε την κρέμα γάλακτος και τοποθετείτε το κατσαρολάκι στην φωτιά πάλι να πάρει μία βράση. Αφήνετε την καραμέλα να κρυώσει και την περιχύνετε πάνω από το cheesecake. Πασπαλίζετε με την τριμμένη κουβερτούρα γάλακτος Dessert από πάνω και σερβίρετε.

SUDOKU

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

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω



Εργατική Φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 612 - 7 ΙΟΥΛΙΟΥ 1961

Η ΣΕΚ ΕΡΓΑΖΕΤΑΙ ΔΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΑΣΠΙΣΙΝ ΤΩΝ ΣΥΜΦΕΡΟΝΤΩΝ ΤΩΝ ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ

Πέραν τών 50 εργατών οικοδόμων που απασχολούνται εις τές οικοδομικές δουλειές εις την κωμόπολιν Μόρφου πήραν αναδρομικά τές φίσιες τής άδειας τους.

Έν όψει του γεγονότος ότι οι εργάτες οικοδόμοι θα πραγματοποιήσουν την άδειαν τους τόν προσεχή Αύγουστον ή όμοσπονδία οικοδόμων αναπτύσσει άρκετην δραστηριότητα ούτως ώστε να μην μείνη κανένας εργάτης που να μην πάρη τές φίσιες άδειας από τόν εργοδότην του.

Βάσει αυτής τής άρχης οι συντεχνίες τών οικοδόμων τής ΣΕΚ και τής ΠΕΟ έπεσκέφθησαν την παρελθοῦσαν έβδομάδα οικοδομής εις Μόρφου και κατόπιν ερείνης διεπιστώθη ότι σέ άρκετες δουλειές οι εργάτες δέν έπερναν τές φίσιες άδειας τους.

Οι συντεχνίες επενέβησαν και ένηργησαν άποφασιστικά και έτσι όλοι οι εργολάβοι πληρωσαν αναδρομικά τές φίσιες τής άδειας εις τούς εργάτες που εργοδοτούσαν.

Εις την περίπτωση του εργολάβου κ. Γιάννη Φρυδά ό όποιος άρνείτο να δώση τές φίσιες εις τούς 21 εργάτες του οι συντεχνίες σέ συνέλευση τών εργατών του ως άνω εργολάβου καθοδήγησαν τούς εργάτες όπως απόσχουν από την εργα-

σίαν έφ' όσον ό κ. Φρυδάς έπιμένει εις την άρνησιν τής μη ίκανοποίησιν του δικαίου αυτού αίτήματος τό όποιον καταστρατηγούσε.

Κατόπιν τής μονολιθικής ατήσ στάσης τών εργατών και τής καθολικής άποχής από την εργασίαν ό κ. Γ. Φρυδάς έδέχθη να πληρώση τό ποσόν

των £47.750 μίλες ως άδειαν εις τούς 21 εργάτες του ανάλογα με τόν χρόνον που εργαστην ό κάθε εργάτης.

Γιά την καταβολήν του ποσού συμφωνήθη όπως ό κ. Φρυδάς καταβάλη τό ποσόν πρὸς τές συντεχνίες σέ έβδομαδιαίες δόσεις εκ δέκα λιρών £10 εκάστη.

ΠΑΝΕΡΓΑΤΙΚΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΙΣ ΕΙΣ ΞΕΡΟΝ

ΕΝΕΚΡΙΘΗΣΑΝ ΑΙ ΕΠΙΤΕΥΧΘΕΙΣΑΙ ΣΥΜΦΩΝΙΑΙ ΜΕΤΑΞΥ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΕΧΝΙΩΝ.

Τό απόγευμα τής παρελθοῦσης Δευτέρας συνεκοιτήθη εις Ξερόν όγκώδης συγκέντρωσις τών Μεταλλοργών τής ΚΜΕ. Εις την συνέλευση μίλησαν οι συν. Λουκῆς Ευσταθιάδης, Αν. Γ. Γραμματέυ τής ΣΕΚ, Ανδρέας Ηλιάδης Γ. Γραμματέυ τών Μεταλλοργών και Νεζαρί Τασκί Γ. Γραμματέυ τών Τοιχοκάν Συντεχνιών. Ο Γ. Γραμματέυ τών Μεταλλοργών συν. Ηλιάδης ανέλυσε εν άρχη τά αίτήματα τά όποια υπεβλήθησαν εις την Έταιρείαν και τά επιτευχθέντα άποτελέσματα, όστερα από τις διαπραγματεύσεις που πραγματοποιήθησαν εις τό Τ. πουργείον Έργασίας υπό την προεδρίαν του Τ. πουργού Έργασίας κ. Τάσου Παπαδοπούλου.

Ο συν. Ηλιάδης εκάλισε τούς εργάτες να όργανωθούν εις την ΣΕΚ και να εργασθούν με φανατισμόν διά την προάσπισιν τών συμφερόντων των.

Ακολούθως όμιλησεν ό συν. Τασκί Γ.Γ. τών Τοιχοκάν Συντεχνιών όστις εκάλισε τούς εργάτας να διαδώσουν έννομιόν Έλληνες και Τοιχοκί να όργανωθούν εις τές αντίστοιχους συντεχνίας των διά να τούς βοηθήσουν να επιλύσουν τά τόνον δύσκολα προβλήματα που έχουν.

Έπειτα όμιλησεν ό συν. Λουκῆς Ευσταθιάδης Άνωστηρωτής Γ. Γ. τής ΣΕΚ έξηγήσας την πορείαν των μέχρι σήμερα διεξαχθέντων διαπραγματεύσεων.

Μετά τό τέλος τής όμιλίας ή συγκέντρωσις ένεκρινε την Γραμμήν των συντεχνιών και έξουσιοδότησεν αυτής όπως ήπογράφουν τό σχετικόν συμβόλαιον.

Με την υπογραφή του συμβο-

λάιου τίθενται εις εφαρμογήν διά τά μέχρι σήμερα συμφωνηθέντα μετά τής Έταιρείας ήτοι, 1) Θα πληρωθούν αναδρομικός οι εργάτες από 1.5.61 τά άποκοπέντα ήμερομίσθια του Σαββάτου άτίνα ή Έταιρεία απέκρινε μετά την εφαρμογήν του διατάγματος περί όρων εργασίας.

2) Τίθενται εις εφαρμογήν αι άρχιες μετά πληρωμής.

3. Τεσοορίες.

4) Τό έπίδομα άσθενείας τό όποιον υπεβλήθη από 7 ήμερας εις τρεις.

5) Προετοιμοίσις εν περίπτωση άπολύσεως.

6) Χρονική άδεια Άναπαύσεως.

7) Έπιτροπή άσφαλείας.

Αι συντεχνίαί σήμερα 47.61 σφίτην υπό την Προεδρίαν του Τ. πουργού Έργασίας τά αίτήματα των εκτάκτων εργατών διά τά όποια θα υπογραφη σχετικόν συμβόλαιον.

Επίσης θα συζητηθούν μετά τής Έταιρείας οι κανονισμοί του Ταμείου Προνοίας και τών έτών προηθησεύς.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΙΣ

ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΤΑΜΙΑ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΑΡΙΟΥ Π. Τ. ΑΔΕΙΑΣ ΤΗΣ (ΣΕΚ)

Παρακαλούνται όλα τά Ε.Ε. Κέντρα όπως, κατό την ανταλλαγην ένσήμων Π.Τ.Α. περιόδου 1960-61 με ένσημα του Π.Τ.Α. περιόδου 1961-62, προσέξουν τά ακόλουθα:—

α) Έκκαθαρισθούν όλοι οι λογαριασμοί ένσήμων Π.Τ.Α. 1960-61 με τούς εργοδέτας.

β) Διά τας έπιτροφάς, εκ μέρους των εργοδωτών, ένσήμων Π.Τ.Α. 1960-61, τό Κέντρον καταέχλη την αντίστοιχον αξίαν πρὸς αύτους, εκδίδοντες άποδείξιν πληρωμής Έπαρχ. Ταμία.

γ) Διά την πώλησιν ένσήμων Π.Τ.Α. 1961-62 πρὸς τούς εργοδέτας εκδόσετε νέας άποδείξεις χρεώσεως και παραλαβής χρημάτων του Έπ. Ταμία.

Αι ως άνω πράξεις επιβάλλεται να γίνουσι δι' άπορρηγην οικιακήποτε παρεξηγήσεως, και εν τέλει διά την καλήν διεκπεραίωσιν του έλέγχου του Π.Τ.Α. 1960-61 υπό του Γενικού Ταμία.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΙΣ

ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΤΑΜΙΑ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΑΡΙΟΥ Π. Τ. ΑΔΕΙΑΣ ΤΗΣ (ΣΕΚ)

Συνάδελφοι και συναδέλφισσες, μέλη των Έλ. Έργατικών Συνδικάτων Κύπρου,

Καλείσθε όπως καταθέσετε τά ένσημα (φίσιες) του Π. Τ. Άδειας περιόδου 1960-61 μέχρι τής 31ης Ιουλίου 1961 εις τό οικείον Κέντρον. Παρελθούσης τής ως άνω ήμερομηνίας δέν θα γίνονται δεκτά περαιτέρω καταθέσεις ένσήμων πρὸς έξηργύρωσιν.

Έβγαλαν και το παλλούκι... τα κόμματα



Πρόταση νόμου κατατίθεται από τα κόμματα - πλήν του

ΑΚΕΛ - για επέκταση του ορίου αφυπηρέτησης των γιατρών από το 65ο στο 68ο έτος. Με την ενέργεια αυτή επωφελείται μια μικρή ομάδα γιατρών που σκοπό έχει είτε υποχρεώσεις προς την Τρόικα είτε μικροπολιτικά συμφέροντα.

Και διερωτάται, όμως, κανείς: Πώς

γίνεται σε μια εποχή που οι νέοι μας μεταναστεύουν για να βρουν δουλειά και η Κυβέρνηση μας επαναπροκηρύσσει τρία νέα σχέδια κατά της ανεργίας με μισθούς των 500 ευρώ το μήνα, να είναι επιθυμητή η παράταση του ορίου αφυπηρέτησης αρκετών, οι οποίοι ευρίσκονται στις ψηλότερες μισθολογικές κλίμακες, οι οποίες δεν είναι συνδεδεμένες με την παρα-

γωγικότητα αλλά μόνο με την αρχαιότητα; Γιατί σήμερα ευνοούνται οι γιατροί, αύριο μπορεί να είναι οι αστυνομικοί, μεθ αύριο οι εκπαιδευτικοί και πάει λέγοντας.

Όπως αποδεικνύεται, τα κόμματα πρέπει να έβγαλαν και το... παλλούκι, διαφορετικά θα ενδιαφέρονταν περισσότερο για την πλειονότητα των εργαζομένων μας!

Κυριάκος Πολυκάρπου

ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 17/2015, 17/6/2015

100.000.....	53346	100.....	32726
1.000.....	36626	100.....	15444
400.....	12331	100.....	53712
400.....	38731	100.....	49207
400.....	47871	100.....	53727
200.....	31797	100.....	20659
200.....	15468	100.....	10756
200.....	15879	100.....	14761
200.....	34122	100.....	55737
200.....	59482	Άλλα ποσά	
200.....	12590	Από €50 οι λήγοντες σε	
200.....	51460	9491, 0041, 4025, 2458,	
200.....	49035	4981, 8048	
200.....	58429	Από €25 οι λήγοντες σε	
200.....	52627	507, 679, 239, 229	
100.....	10882		

ΓΝΩΜΙΚΟ

Οι άνθρωποι ποτέ δεν λένε τόσα ψέματα, όσα μετά το κυνήγι, στη διάρκεια του πολέμου και πριν τις εκλογές.

Όττο Φον Μπίσμαρκ, 1815-1898, Γερμανός καγκελάριος

ΛΥΣΗ SUDOKU

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

ΠΩΛΕΙΤΑΙ

Πωλείται 1/2 οικόπεδο, 252 τ.μ. στη περιοχή Αγ. Αθανάσιος Λεμεσός, σε απόσταση 300μ. από τον κυκλικό κόμβο Αγ. Αθανασίου. Τιμή πώλησης: €120.000 Πληροφορίες: 99437102 και 99597830

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ: Στασάνδρου 26, 22764691
ΛΑΡΝΑΚΑ: Τα μέλη εξυπηρετούνται από όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας.
ΛΕΜΕΣΟΣ: Κυρ. Οικονόμου 21, 25861000
Λεωφ. Ομονοίας 68Α 25562444
ΠΑΦΟΣ: Ελευθ. Βενιζέλου 24, 26933820
ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ: Αγ. Γεωργίου 16 23820422

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

Λευκωσία 90901402
Αμμόχωστος 90901403
Λάρνακα 90901404
Λεμεσός 90901405
Πάφος 90901406



Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

Ασθενοφόρα 22604000
Άμεση ανάγκη 112 ή 199
Νοσοκομεία 1400
Αστυνομία 1499
Αστυνομία - γραμμή πολίτη 1460
Αναφορά Δασικών πυρκαγιών 1407
Κέντρο πληροφόρησης φαρμάκων και δηλητηριάσεων 1401
Υπηρεσία Ανταπόκρισης Ναρκωτικών 1410
Υ.ΚΑ.Ν. 90901498
Κέν. Άμεσης Βοήθειας Θυμάτων βίας 1440
Συμβουλευτικό Κέντρο - AIDS 22305155
Υπηρεσία αεροπορ. ναυτικών ατυχημάτων 1441
ΚΙΣΑ - Κίνηση για Ισότητα, Στήριξη, Αντιρατσισμό 22878181
ΑΠΑΝΕΜΙ - Κ. Πληρ. και Στήρ. Γυναίκας 80001999
Αεροδρόμια 77778833
Α.Η.Κ. βλάβες 1800
Α.Τ.Η.Κ. βλάβες 80000197
Πληροφορίες καταλόγου 11800/11888/11892

ΚΕΝΤΡΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΗ (ΚΕΠ):

Λευκωσία: 22446686 Λεμεσός: 25829129
Πόλη Χρυσοχούς: 26821888

**Γενικός Ελεγκτής****Το κόστος αστυνόμευσης ποδοσφαιρικών εκδηλώσεων να επιβαρύνει σωματεία**

Το κόστος αστυνόμευσης ποδοσφαιρικών εκδηλώσεων θα πρέπει να επιβαρύνει αποκλειστικά τα σωματεία της ΚΟΠ, ενδεχομένως με σχετική αύξηση στις τιμές των εισιτηρίων τους, σημειώνει ο Γενικός Ελεγκτής Οδυσσέας Μιχαηλίδης στην έκθεσή του για τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού για το έτος 2014.

Επισημαίνει ακόμη ότι ο Οργανισμός πρέπει να επιταχύνει τις προσπάθειές του για άμεση ετοιμασία στρατηγικού σχεδιασμού για την περίοδο 2016-2018.

Οργανωτική δομή

Το Διοικητικό Συμβούλιο, όπως αναφέρεται, θα πρέπει να προχωρήσει στην ολοκλήρωση της αξιολόγησης των σχετικών προσφορών για παροχή υπηρεσιών Συμβούλου για την ετοιμασία μελέτης νέας Οργανωτικής Δομής για τον Οργανισμό και στην αξιο-

- Ο Οδυσσέας Μιχαηλίδης καταπιάνεται με τα κακώς κείμενα στον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού υποβάλλοντας εισηγήσεις για διόρθωση τους
- Ο ΚΟΑ χρειάζεται εκ βάθρων ανασυγκρότηση και εκσυγχρονισμό με εδραίωση συνθηκών διαφάνειας και αξιοκρατίας

ποίηση της μελέτης που θα προκύψει το συντομότερο δυνατό.

Σημειώνεται ότι η αναλογιστική μελέτη για τις 31.12.2013 έγινε το Νοέμβριο του 2014. Η απόφαση της Επιτροπής του Ταμείου να ζητήσει τη διενέργεια αναλογιστικής μελέτης ήταν αντικανονική και αντικαταστατική. Η Υπηρεσία μας αναμένει ότι το θέμα της παράτυπης ανάθεσης της αναλογιστικής μελέτης θα τύχει διερεύνησης, προστίθεται.

Αναφέρεται επίσης ότι εντοπίστηκαν περιπτώσεις Γυμναστών οι οποίοι απασχολούνται στη Δημόσια Εκπαίδευση με σύμβαση αλλά και στον Οργανισμό, ενώ η ιδιωτική απασχόληση δημοσίων υπαλλήλων απαγορεύεται εκτός εάν εξασφαλίσουν σχετική έγκριση από το ΥΠΠ. Επισημαίνει ακόμη ότι θα πρέπει να τεθεί συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα για τη σύναψη προσωπικών συμβολαίων με το προσωπικό των Ομοσπονδιών και επίσης να αποφασιστεί σε τι ενέργειες θα προβεί ο Οργανισμός σε περίπτωση μη συμμόρφωσης από τις Ομοσπονδίες, συμπεριλαμβανομένης και της αναστολής της επιχορήγησης.

Ο Οδηγός Αποδέσμευσης Επιχορηγήσεων, προστίθεται, θα πρέπει να κάνει συγκεκριμένες αναφορές στα επιλέξιμα έξοδα που δύναται να επιχορηγήσει ο Οργανισμός για συγκεκριμένους σχεδιασμούς, ενώ αναμένεται η ετοιμασία πρότυπου καταστατικού ομοσπονδιών και ακολούθως η υιοθέτηση του από όλες τις Ομοσπονδίες.

Ποδόσφαιρο

Ο Γενικός Ελεγκτής υπογραμμίζει ότι το κόστος αστυνόμευσης ποδοσφαιρικών εκδηλώσεων αποτελεί εξολοκλήρου κόστος του Κράτους, ενώ θα έπρεπε να επιβαρύνει αποκλειστικά τα σωματεία της ΚΟΠ, ενδεχομένως με σχετική αύξηση στις τιμές των εισιτηρίων τους. Επίσης, τα έξοδα αστυνόμευσης αποτελούν κρατική χορηγία προς την ΚΟΠ και θα πρέπει να εξευρεθεί τρόπος να υπόκειται σε έλεγχο από τον ΚΟΑ.

Η έκθεση κάνει λόγο και για καταγγελία εναντίον Πρώτου Λειτουργού ΚΟΑ αναφορικά με βεβαίωση όσον αφορά στις γνώσεις του για θέματα αθλητισμού για διορισμό στη θέση Πρώτου Λειτουργού ΚΟΑ. Αναμένεται το συντομότερο ενημέρωση της Υπηρεσίας μας για τις τυχόν εξελίξεις και για τα μέτρα που έχει λάβει ο ΚΟΑ.

ΚΡΑΥΓΗ ΑΓΩΝΙΑΣ ΝΙΚΟΥ ΚΑΡΤΑΚΟΥΛΗ ΓΙΑ ΤΟ ΚΥΠΡΙΑΚΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

Με άρθρο του στον Τύπο ο πρώην πρόεδρος του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού επί διακυβέρνησης Δημήτρη Χριστόφια, Νίκος Καρτακούλης παραθέτει σειρά θεμάτων για προβληματισμό αναφορικά με το κυπριακό ποδόσφαιρο. Ο Νίκος Καρτακούλης είναι καθηγητής στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας.

Ο Νίκος Καρτακούλης παραιτήθηκε από τη θέση του προέδρου του ΚΟΑ ύστερα από 42 μήνες στο τιμόνι της ανώτατης αθλητικής αρχής της χώρας μας, για προσωπικούς λόγους όπως ισχυρίστηκε. Ωστόσο οι καλώς γνωρίζοντες υποστηρίζουν ότι έφυγε αηδιασμένος για την κατάσταση στα αθλητικά και ποδοσφαιρικά δρώμενα.

Στην επιστολή παραίτησης του στο τέλος Αυγούστου 2011 επισημαίνει:

» Υπηρετήσα τον Οργανισμό και τον Κυπριακό Αθλητισμό με βάση τις αρχές και αξίες που εξήγγειλα με τον διορισμό μου (τα 3Α του ΚΟΑ: Αξιοκρατία - Αξιοπρέπεια - Ανιδιοτέλεια) σε μια δημιουργική και αποτελεσματική διαδρομή.

Θέλω να ευχαριστήσω όλους, με



Ομοσπονδίας Ποδόσφαιρου χρειάζεται να αλλαχθεί. Πρέπει να γίνει πιο δημοκρατική και συμμετοχική, ένας από τους πιο σημαντικούς πυλώνες της καλής διακυβέρνησης του ποδοσφαίρου. Αναφέρομαι στη Γενική Συνέλευση και στο Διοικητικό Συμβούλιο.

3. Η ΚΟΠ πρέπει να εφαρμόσει τις αρχές καλής διακυβέρνησης στους

- Η ΚΟΠ πρέπει να εφαρμόσει τις αρχές της καλής διακυβέρνησης. Η δομή της Ομοσπονδίας να γίνει πιο δημοκρατική και συμμετοχική

αθλητικούς οργανισμούς. Διαφάνεια και λογοδοσία παντού είναι σημαντικότεροι πυλώνες προς αυτή την κατεύθυνση.

4. Η ΚΟΠ χρειάζεται πλάνο ανάπτυξης με καθορισμένους σκοπούς και στόχους (και Όραμα), πάνω στους οποίους θα γίνει η ανάπτυξη του κυπριακού ποδοσφαίρου.

5. Η ΚΟΠ πρέπει να εφαρμόσει άμεσα έναν κώδικα καλής διακυβέρνησης, στον οποίο θα υπάρχουν

πρόνοιες που να καλύπτουν τα πάντα και ειδικά θέματα που αφορούν τη σύγκρουση συμφερόντων και άλλα σχετικά. Χρειάζεται η σύσταση και λειτουργία ανεξάρτητης Επιτροπής Δεοντολογίας και Ηθικής μέσα σε αυτό το πλαίσιο.

6. Υπάρχει ανάγκη για τη σύσταση μιας Εθνικής Ακαδημίας Ποδόσφαιρου (National Football Academy), η οποία θα αναλάβει αποκλειστικά την ορθολογιστική ανάπτυξη του ποδοσφαίρου στην Κύπρο.

7. Η ΚΟΠ πρέπει να ξεπεράσει το μοντέλο της μικροδιαχείρισης (micromanagement) και, βάσει του στρατηγικού πλάνου που θα αναπτυχθεί, να υιοθετήσει νέες πρακτικές διαχείρισης και διοίκησης, οι οποίες θα συμβάλουν τα μέγισ-

στα στην αποφυγή πολλών προκλήσεων που προκύπτουν από τη «μικροδιαχείριση». Οι εποχές των «Supreme Football Leaders» έχουν περάσει ανεπιστρεπτή στο ποδόσφαιρο και οι ποδοσφαιρικά αναπτυγμένες Ομοσπονδίες έχουν εφαρμόσει μοντέλα και μηχανισμούς συλλογικής διαχείρισης και διακυβέρνησης. Τα μοντέλα του «Supreme Football Leaders» είναι επικίνδυνα, γιατί μπορούν να οδηγήσουν σε προβλήματα (maladministration).

8. Σε ό,τι αφορά το οργανόγραμμα της ΚΟΠ, αυτό πρέπει να αναθεωρηθεί και να αναπτυχθεί πάνω στα πρότυπα που έχουν υιοθετηθεί στις πλείστες Ομοσπονδίες παγκοσμίως. Για παράδειγμα, ο γενικός γραμματέας της

Ομοσπονδίας πρέπει να είναι εκτελεστικός και να είναι ο άμεσα υπεύθυνος για τη λειτουργία της Ομοσπονδίας.

9. Το σύστημα ανάπτυξης των διαιτητών και η Σχολή Διαιτησίας πρέπει να αναθεωρηθούν και να αναπτυχθούν σε εντελώς διαφορετική βάση, αν πράγματι τα σωματεία επιθυμούν να αντιμετωπίσουν ριζικά το πρόβλημα.

10. Υπάρχει πρόβλημα με τους σπημένους αγώνες στην Κύπρο. Δυστυχώς, δεν έχουν γίνει οποιεσδήποτε ενέργειες για αντιμετώπισή του. Η ΚΟΠ οφείλει να αναπτύξει συγκεκριμένη στρατηγική, ξεκινώντας από την πρόληψη, με σειρά δραστηριοτήτων που μπορούν να αξιοποιηθούν προς τον σκοπό αυτό.

11. Πρέπει να συζητηθεί άμεσα και να παρθούν αποφάσεις που αφορούν τη φιλοσοφία ανάπτυξης του ποδοσφαίρου στην Κύπρο. Αυτός είναι ο καθοριστικός ρόλος του Διευθυντή Ποδόσφαιρου σε μια Ομοσπονδία (δεν υπάρχει στην ΚΟΠ), ο οποίος είναι και ο πιο σημαντικός σε κάθε Ομοσπονδία. Να τονίσω ότι σε μικρές χώρες με περιορισμένους πόρους δεν μπορούν όλοι να παίζουν «επαγγελματικό» ποδόσφαιρο. Γι' αυτό υπάρχει και αυτή η φιλοσοφία της πυραμίδας για την ανάπτυξη του ποδοσφαίρου.

12. Η θητεία του προέδρου της Ομοσπονδίας και των άλλων αξιωματούχων δεν πρέπει κατ' ουδέναν λόγο να ξεπερνά τις δύο τετραετίες, γιατί διαφορετικά οι «εξαρτήσεις» που αναπτύσσονται δεν εξυπηρετούν το ποδόσφαιρο.



τους οποίους ακολουθήσαμε αυτή τη διαδρομή και να ευχηθώ καλή συνέχεια στην προσπάθεια αυτή, γιατί ο Κυπριακός Αθλητισμός αξίζει να έχει ένα καλύτερο μέλλον».

Ο ΔΩΔΕΚΑΛΟΓΟΣ ΝΙΚΟΥ ΚΑΡΤΑΚΟΥΛΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΠ

1. Το σύστημα απονομής της αθλητικής δικαιοσύνης πρέπει να αναθεωρηθεί. Από την ΑΔΕΑ στο εφετείο της ΚΟΠ και πρόσφατα στον αθλητικό δικαστή της ΚΟΠ! Είμαι σίγουρος ότι όλοι κατανοούν τα προβλήματα που δημιουργούνται με το σύστημα, όπως λειτουργεί σήμερα. Το σύστημα πρέπει να γίνει πιο ανεξάρτητο και αυτόνομο.
2. Η δομή της Κυπριακής



Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Η νεολαία στο μεταίχμιο σημαντικών αλλαγών

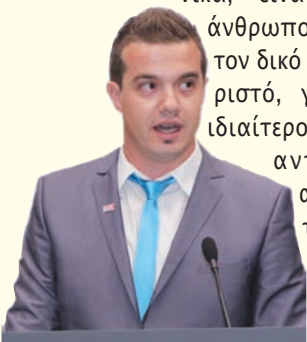
με τον **Τάσο Κακουλλή** γραμματέα Τμήματος Νεολαίας ΣΕΚ

1 Στο μεταίχμιο των πιο σημαντικών αλλαγών η Νεολαία. Η σημερινή νεολαία ίσως βρίσκεται μεταίχμιο της σύγχρονης ιστορίας και κατ' επέκταση στην δυσκολότερη θέση συγκρίνοντας τις συνθήκες που είχαν να αντιμετωπίσουν προηγούμενες γενιές. Ο λόγος είναι φανερός αφού τα προβλήματα της εποχής και η αναπόφευκτη ανάγκη υπογραφής μνημονίου με την Τρόικα έπληξε αναπόφευκτα τους νέους και τις επόμενες γενιές. Η νέα εποχή απαιτεί τη δημιουργία ευέλικτης νεολαίας, έτοιμης να καταθέτει τις δικές της προτάσεις και εισηγήσεις, μιας δυναμικής νεολαίας που με παρεμβάσεις και ανθρωποκεντρική φιλοσοφία να αποδεικνύει κάθε λεπτό ότι είναι σύγχρονη και δημιουργική.

2 Ποια είναι η μεγαλύτερη ανησυχία που αντιμετωπίζουν οι νέοι. Οι σημερινοί νέοι αντιμετωπίζουν τον εφιάλτη της ανεργίας και αναγκάζονται να επιβιώνουν στο σύγχρονο περιβάλλον εξαρτώμενοι από άλλους, αφού οι ίδιοι δεν είναι σε θέση να συντηρήσουν τους εαυτούς τους. Είναι πραγματικά τραγικό το γεγονός ότι το 43% των ανέργων είναι νέοι άνθρωποι γεγονός που αναδεικνύει περίτρανα τον σύγχρονο εφιάλτη και τις επιπτώσεις του αναδυόμενου κοινωνικού αποκλεισμού των νέων. Τα προβλήματα και οι προκλήσεις που βρίσκονται ενώπιον της νεολαίας σήμερα, είναι δυστυχώς πολλά και ποικίλα και είναι δύσκολο να τα αναλύσουμε σε μια σύντομη τοποθέτηση.

3 Ποιο πιστεύεται πως είναι το κλειδί στην επίλυση των προβλημάτων; Το κλειδί στη δεδομένη στιγμή είναι φυσικά η ανάπτυξη. Επιβάλλεται χωρίς άλλη καθυστέρηση, η κυβέρνηση να εντατικοποιήσει τις προσπάθειες για υλοποίηση αναπτυξιακών έργων του δημοσίου και παράλληλα να απλοποιήσει τις γραφειοκρατικές και άλλες διαδικασίες έτσι ώστε να ενισχυθεί η ιδιωτική πρωτοβουλία να προχωρήσει στην ανάπτυξη που είναι και το μόνο αντίδοτο της ανεργίας.

4 Ένα μήνυμα που θέλετε να στείλετε. Σε κάθε δύσκολη και κρίσιμη περίοδο κάθε κοινωνίας, που απαιτείται αλλαγή και ανανέωση, αυτοί που αναλαμβάνουν να δώσουν τις λύσεις, να πάνε κόντρα στα κατεστημένα και να πιέσουν για αυτά που πιστεύουν, να δώσουν τον δικό τους αγώνα για τα ωραία, τα μεγάλα και ανθρώπινα ιδανικά, είναι οι νέοι άνθρωποι, που με τον δικό τους ξεχωριστό, γνήσιο και ιδιαίτερο τρόπο αντίδρασης, αποτελούν την κινητήριο δύναμη.



• Σύσσωμα τα συνδικάτα προειδοποιούν με δυναμικά μέτρα

Ξεκινά ο αγώνας ενάντια στην εκποίηση της ΑΗΚ

Σύσσωμο το συνδικαλιστικό κίνημα της ΑΗΚ προειδοποιεί με δυναμικές κινητοποιήσεις για να αποτρέψει ιδιωτικοποίηση του Οργανισμού. Οι τέσσερις συντεχνίες, ΕΠΟΠΑΗ (ΟΗΟ - ΣΕΚ) ΣΗΔΗΚΕΚ (ΠΕΟ), ΣΥΒΑΗΚ και ΣΕΠΑΗΚ, κάλεσαν την κυβέρνηση να αποσύρει τα νομοσχέδια που αποσκοπούν στην αποδόμηση και τον κατακερματισμό της ΑΗΚ.

Μιλώντας σε δημοσιογραφική διάσκεψη εκ μέρους όλων των συντεχνιών της ΑΗΚ, ο πρόεδρος της ΣΕΠΑΗΚ **Άδωνης Γιασεμίδης**, κατάγγειλε την κυβέρνηση ότι με το προωθούμενο νομοσχέδιο γνωστό ως ΔΟΚΕ (Δημόσιοι Οργανισμοί και Κρατικές Επιχειρήσεις) και Διαχειριστή Συστήματος Μεταφορών θα επιφέρουν την κατάρρευση της ΑΗΚ και την τελική εκποίηση της.

Οι συντεχνίες έκαναν έκκληση στον

υπουργό Ενέργειας και τις αρμόδιες κοινοβουλευτικές επιτροπές να παρέμβουν για να αναθεωρηθούν οι κυβερνητικές προθέσεις τονίζοντας ότι το νομοσχέδιο ΔΟΚΕ είναι «ένα έξυπνο και πονηρό

εργαλείο στα χέρια των εκάστοτε κυβερνήσεων που θα τους επιτρέπει τον τεμαχισμό και την εκποίηση της δημόσιας περιουσίας».

«Ας κρατήσουν τους διακόπτες της Αρχής Ηλεκτρισμού ψηλά»

Αυτοί που έχουν την τάση να μας χαρακτηρίσουν ως εκβιαστές γιατί απειλούμε να κατεβάσουμε τους διακόπτες της Ηλεκτρικής, ας κρατήσουν οι ίδιοι τους διακόπτες ψηλά. Εμείς δεν κατεβάσαμε ποτέ διακόπτες».

Την απάντηση αυτή έδωσε ο πρόεδρος της ΕΠΟΠΑΗ (ΟΗΟ - ΣΕΚ) **Ανδρέας Πανόρκος** (φωτό) απαντώντας σε ερώτηση της «Ε.Φ.» κατά πόσον οι συντεχνίες της ΑΗΚ προσανατολίζονται να χρησιμοποιήσουν τη δύναμη που έχουν στα χέρια τους ως έσχατο μέτρο του αγώνα τους εναντίον της ιδιωτικοποίησης του Οργανισμού.

Ο κ. Πανόρκος κάλεσε την κυβέρνηση να αποτρέψει την επιχειρούμενη εκποίηση της ΑΗΚ διαφυλάσσοντας την ως δημόσιο οργανισμό που θα συνεχίσει να εξυπηρετεί τα συμφέροντα της κοινωνίας και της χώρας. Ας ελπίσουμε ότι οι κραυγές αγωνίας που εκπέμπουμε σύσσωμες οι συντεχνίες της ΑΗΚ, θα φθάσουν σε ώτα ακουόντων, σημείωσε.

Ο πρόεδρος της ΕΠΟΠΑΗ (ΟΗΟ - ΣΕΚ) που μιλούσε σε κοινή δημοσιογραφική διάσκεψη των συντεχνιών της ΑΗΚ την περασμένη Παρασκευή, τόνισε ότι τα συνδικάτα ενωμένα, πέραν και πάνω από κόμματα και ιδιοτελή συμφέροντα προωθούν το δίκαιο και το σωστό για την Κυπριακή οικονομία και την κοινωνία.

Περαιτέρω υπογράμμισε:

- Μοναδική μας έγνοια, η εξυπηρέτηση του Κύπριου πολίτη και η προαγωγή των συμφερόντων της Κοινωνίας.
- Δεν θα επιτρέψουμε τη δημιουργία ολιγοπωλίου στο αγαθό της ηλεκτρικής ενέργειας, για να αποτραπεί εκμετάλλευση των πολιτών.
- Αν ιδιωτικοποιηθεί η ΑΗΚ θα σημειωθεί αύξηση της τιμής του ηλεκτρισμού έως 20% μόνον για την κερδοφορία του επενδυτή.
- Το κόστος της υλοποίησης του επιδιωκόμενου από την κυβέρνηση νέου μοντέλου αγοράς ηλεκτρικής ενέργειας, θα επιβαρύνει τους καταναλωτές.



• Ο πρόεδρος της ΕΠΟΠΑΗ (ΟΗΟ - ΣΕΚ) ρίχνει το γάντι στην κυβέρνηση



• Η αξία της ΑΗΚ σήμερα υπερβαίνει τα 2 δις ευρώ.

Μαζικές διαδηλώσεις υπέρ της Ελλάδας σε Βρυξέλλες και Άμστερνταμ

Χιλιάδες πολίτες συμμετείχαν στη διαδήλωση αλληλεγγύης προς την Ελλάδα που πραγματοποιήθηκε στο κέντρο των Βρυξελλών την περασμένη Κυριακή την ώρα που βρισκόταν στην κόψη του ξυραφιού η έκβαση της διαπραγμάτευσης του πρωθυπουργού Αλέξη Τσίπρα με τους δανειστές.

Πρόκειται για τη μεγαλύτερη κινητοποίηση στήριξης στην Ελλάδα που έγινε από το 2012, όταν ξεκίνησαν να διοργανώνονται στο Βέλγιο παρόμοιες διαδηλώσεις. Οι συγκεντρωθέντες ανεμίζοντας ελληνικές σημαίες κραύγαζαν συνθήματα αλληλεγγύης υπέρ της Ελλάδας κακίζοντας τις πολιτικές λιτότητας.

Στο Άμστερνταμ της Ολλανδίας ο πρώην ευρωβουλευτής του ΣΥΡΙΖΑ, μορφή της ελληνικής Αντίστασης, ο 92χρονος Μανώλης Γλέζος, πήρε τον λόγο ενώπιον των διαδηλωτών για να καλέσει τους πιστωτές -την ΕΕ και το ΔΝΤ- να δώσουν έναν επιπλέον χρόνο

προθεσμία στην Ελλάδα. «Την κρίση αυτή την προκάλεσε ο χρηματοπιστωτικός τομέας, όχι ο ελληνικός λαός. Είναι ο χρηματοπιστωτικός τομέας που πρέπει να πληρώσει όχι ο ελληνικός λαός», επισήμανε. Στη διαδήλωση συμμετείχαν

και Έλληνες πολίτες. «Άλτ στον εκβιασμό της Ευρωπαϊκής Ένωσης», ήταν ένα από τα πολλά συνθήματα που ακούστηκαν από το πλήθος που εξέφρασε την συμπαράσταση του στη δεινοπαθούσα Ελλάδα.

