



Εργατική Φωνή

ΤΕΤΑΡΤΗ
30
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ
2015



ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2875
ΤΙΜΗ 0.68€(£ 0.40)

ΥΠΟΧΩΡΗΣΕ Η ΑΝΕΡΓΙΑ ΚΑΛΑ ΝΕΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Υποχώρησε κάτω από το 15% η ανεργία στην Κύπρο. Ενθαρρυντικά σημάδια στην οικονομία. Προτάσεις «Κομισιόν» για καταπολέμηση της μακρόχρονης ανεργίας.

(Σελ. 3, 6)

Η ΣΥΝΕΧΗΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ ΣΤΙΣ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΑΝΑΔ

Νέα σχέδια προωθεί η Αρχή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού σε συνεργασία με το υπουργείο Εργασίας για αναχαίτιση του ανεργιακού δείκτη και τόνωση της απασχόλησης. Το πολύμορφο έργο της ΑΝΑΔ αποτελεί εχέγγυο για αντιμετώπιση των πολλαπλών προκλήσεων της νέας εποχής. (Σελ. 8)

Η «ΛΙΣΤΑ ΛΑΓΚΑΡΝΤ» ΣΤΟΙΧΕΙΩΝΕΙ ΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Η υπερβόητη «λίστα Λαγκάρντ» με τις καταθέσεις €δισ σε Ελβετική τράπεζα «άπλωσε τα πλοκάμια» της και στην Κύπρο.



(Σελ. 5)

● Διαβεβαιώσεις υπουργού Εργασίας στον Εθνικό Φορέα Δημογραφικής και Οικογενειακής πολιτικής

ΣΤΑ ΣΚΑΡΙΑ Η ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΠΑΤΡΟΤΗΤΑΣ

Στις άμεσες προτεραιότητες του υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων βρίσκεται η εισαγωγή του θεσμού της άδειας πατρότητας που θα παραχωρείται στο πρότυπο της άδειας μητρότητας.

Την πολιτική βούληση της κυβέρνησης για την εισαγωγή του θεσμού, ανακοίνωσε η αρμόδια υπουργός Ζέτα Αιμιλιανίδου στην πρόσφατη συνεδρία του Εθνικού Φορέα Δημογραφικής και Οικογενειακής πολιτικής, ο οποίος μελέτησε το σχέδιο δράσης και τις συγκεκριμένες πολιτικές που θα εφαρμοσθούν την περίοδο 2016 - 17.

✓ Η κυβέρνηση προωθεί πρωτοποριακές κοινωνικές πολιτικές

Στο ίδιο πλαίσιο μελετάται και η μερική επιδότηση της γονικής άδειας, ενισχύοντας κατά αυτό τον τρόπο τη χρήση του συγκεκριμένου δικαιώματος από περισσότερους γονείς.

Και για τα δύο θέματα (άδεια πατρότητας, γονική άδεια), η υπουργός είπε ότι, σύντομα θα εκπονηθεί ειδική αναλογιστική μελέτη και θα ληφθούν οι σχετικές αποφάσεις, ενώ για το πρώτο θέμα εξήγησε πως αυτό βρίσκεται ψηλά στις προτεραιότητες του

● Ικανοποιούνται διαχρονικά αιτήματα της ΣΕΚ που ενισχύουν την οικογένεια και το κοινωνικό κράτος



Συμβουλίου υπουργών Εργασίας της Ε.Ε.. Σύντομα αναμένεται η έκδοση σχετικής οδηγίας από την Ευρωπαϊκή Ένωση.

ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΣΕΚ

Τόσο η εισαγωγή της άδειας πατρότητας, όσο και η μερική επιδότηση της γονικής άδειας είναι θέματα τα οποία η ΣΕΚ υπέβαλε και σε προηγούμενες κυβερνήσεις σε μια προσπάθεια ενίσχυσης των οικογενειών και του κοινωνικού κράτους.

ΔΟΜΕΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ

Μέσα στο πλαίσιο του σχεδίου Δράσης για το 2016 - 17 μελετάται η ενίσχυση των δομών φροντίδας παιδιών ώστε να εξυπηρετούνται καλύτερα οι εργαζόμενοι στον

ιδιωτικό τομέα καθώς επίσης και η υπογραφή σχετικού μνημονίου ανάμεσα σε εργοδότες και συντεχνίες για την «περαιτέρω προώθηση της ένταξης της διάστασης της συμφιλίωσης οικογένειας και εργασίας στην ατζέντα των συλλογικών διαπραγματεύσεων».

Ο θεσμός της πατρότητας εφαρμόζεται εδώ και μερικές δεκαετίες στη Σουηδία και σε άλλες Σκανδιναβικές χώρες. Τα τελευταία χρόνια, ο πρωτοποριακός αυτός θεσμός βρίσκεται στο μικροσκόπιο των κοινωνικών πολιτικών της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Τη ΣΕΚ στον Εθνικό Φορέα Δημογραφικής Πολιτικής εκπροσωπεί ο Χρίστος Καρύδης, υπεύθυνος του Τμήματος Οικονομικών Μελετών.

«Θερίζουν» οι αθέμιτες εμπορικές πρακτικές

Στην πρώτη γραμμή των προτεραιοτήτων της ΣΕΚ βρίσκεται το ενδιαφέρον για τη σωστή και αποτελεσματική προστασία των δικαιωμάτων και των συμφερόντων των καταναλωτών.

Αυτό το ενδιαφέρον πολλαπλασιάζεται καθημερινά γιατί τα τελευταία χρόνια ζούμε σε μια εποχή δύσκολη, ύποπτη και επικίνδυνη, αφού στην αγορά παρουσιάζονται κρούσματα αισχροκέρδειας, ελαττωματικά προϊόντα, ελλειμματικές υπηρεσίες, αθέμιτες εμπορικές πρακτικές, παραπλανητικές διαφημίσεις και πολλά άλλα που θέτουν σε κίνδυνο την ποιότητα ζωής των απλών και ανυποψίαστων πολιτών.

Από επίσημα στοιχεία προκύπτει πως, μέσα στο 2013 υποβλήθηκαν παγκύπρια στην αρμόδια υπηρεσία του υπουργείου Εμπορίου 1770 παράπονα από καταναλωτές, τα περισσότερα από τα οποία (701) αφορούσαν παραβιάσεις του νόμου περί των αθέμιτων εμπορικών πρακτικών των επιχειρήσεων σε βάρος των καταναλωτών π.χ. παραπλανητικές διαφημίσεις, διαφορά τιμής από το ράφι στο ταμείο

κ.λ.π.

Για προστασία του καταναλωτικού κοινού χρειάζεται εγρήγορη και αυξημένη συνεργασία ανάμεσα σ' όλους τους αρμόδιους φορείς και όλους τους κοινωνικούς εταίρους που ασχολούνται με αυτά τα ζητήματα.

Αυτή η συνεργασία θα αναβαθμιστεί όταν αναβαθμι-

● Ψηλά στις προτεραιότητες της ΣΕΚ η προστασία των καταναλωτών

στεί και η Συμβουλευτική Επιτροπή Καταναλωτών, που ως τώρα συνέρχεται αραιά και που, υπό την εποπτεία του εκάστοτε υπουργού Εμπορίου.

Πέραν των πιο πάνω η ΣΕΚ καλεί την πολιτεία να εφαρμόσει και τα εξής:

• Να στελεχωθεί με το απαραίτητο και καλά καταρτισμένο προσωπικό η Επιτροπή Προστασίας Ανταγωνισμού (ΕΠΑ), η οποία οφείλει να επισπεύσει την

μελέτη των καταγγελιών που βρίσκονται ενώπιόν της, σύμφωνα με τις οποίες υπάρχουν καρτέλ σε μια σειρά προϊόντων πρώτης ανάγκης.

• Να εντατικοποιηθεί η προσπάθεια ώστε να γίνει κτήμα του λαού η νέα νομοθεσία που αφορά την Εξώδικη Διευθέτηση των Καταναλωτικών Απαιτήσεων με παραπομπή τους σε Διαιτησία.

• Να αυξηθούν οι ποινές για όσους παράγουν και διοχετεύουν στην αγορά ακατάλληλα προϊόντα. Η αύξηση των ποινών ίσως περιορίσει τον διατροφικό εφιάλτη που μας απειλεί πλέον πάνω σε καθημερινή βάση.

Τέλος και ευκαιρίας δοθείσης, η ΣΕΚ συγχαίρει το υπουργείο Εμπορίου για την πρόσφατη απόφαση του να δημοσιοποιεί τις ποινές που επιβάλλονται σ' όσους παρανομούν σε βάρος των συμφερόντων των καταναλωτών. Είναι μια απόφαση που ικανοποιεί ένα πάγιο αίτημα του συνδικαλιστικού κινήματος και ως τέτοια χαιρετίζεται.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

ΚΟΝΤΗ ΜΝΗΜΗ

Επειδή κάποιος, σκόπιμα ή μην έχουν κοντή μνήμη θυμίζουμε τους ατυχείς διορισμούς στα καίρια πόστα του υπουργείου Οικονομικών δύο επιφανών (!) οικονομολόγων, των κυρίων **Σιαρλή και Σταυράκη** που φεύγοντας παρέδωσαν μια κατεστραμμένη οικονομία και μια Κύπρο διαλυμένη. Μνημονεύουμε ακόμη τον κύριον **Χάρη Θράσου** που ως υπουργός Συγκοινωνιών δεν ίδρωσε το αυτί του από την αεροπορική τραγωδία της «ΗΛΙΟΣ» που έσυρε στον τάφο 121 συνανθρώπους μας. Υπενθυμίζεται ότι ο εν λόγω κύριος επιβραβεύθηκε από την διακυβέρνηση Χριστόφια διορισθείς στη συνέχεια ως πρόεδρος τη Αρχής Ηλεκτρισμού ο ηλεκτροπαραγωγός σταθμός της οποίας τινάχθηκε στον αέρα από την έκρηξη στο Μαρί, χωρίς και πάλι να ιδρώσει το αυτί του και να καταθέσει την παραίτηση του για λόγους πολιτικής ευθιξίας. Τουλάχιστον ο κ. Θράσου συνειδητοποιώντας ότι η σιωπή είναι χρυσός, το έσκασε νύχτα χωρίς από τότε να προκαλέσει κανέναν, σε αντιδιαστολή με το μεγάλο αφεντικό που συχνά-πυκνά με τις γελοιώδεις παρεμβάσεις του προκαλεί οργή ακόμη και στις τάξεις των ΑΚΕΛικών ψηφοφόρων. Θα ήταν μεγάλη παράλειψη μας να μην αναφέρουμε τιμής ένεκεν τον φιλόπονο βοηθό γενικό εισαγγελέα **Άκη Παπασάββα** που χάρισε σε αναξιοπαθούσα συνάνθρωπο μας περίκαλλην οδοντοστοιχία με λεφτά του φορολογούμενη πολίτη και τον παγκοσμίου εμβέλειας κεντροτραπεζίτη **Πανίκο Δημητριάδη** που φεύγοντας, μας φόρτωσε πολλά χρέη μέσω ΕΛΑ.

ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΙ ΝΑ ΑΝΑΛΑΒΟΥΝ ΕΥΘΥΝΕΣ

«**Α**κατάλληλοι και ανίκανοι να αναλάβουν τις ευθύνες που του αναλογούν και να πούν ένα απλό mea culpa στον Κυπριακό λαό. Δύο μέρες μετά την απόφαση του Ανωτάτου Δικαστικού Συμβουλίου για παύση ενός «αρίστου των αρίστων» και δεν τόλμησαν να πούν μια συγγνώμη για τις λαθασμένες και επιζημίμες για τους θεσμούς επιλογές τους.» Ο πιο πάνω τίτλος με την φρασεολογία στα εισαγωγικά, αποτυπώθηκε με πηχιαίο τίτλο στην προχθεσινή έκδοση της «Χαραυγής» με φόντο τον παυθέντα από τη



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

xenis.xenofontos@sek.org.cy

Δικαιοσύνη Β. Γενικό Εισαγγελέα Ρίκκο Ερωτοκρίτου. Τους τελευταίους μήνες η επίθεση του ΑΚΕΛ κατά των κυβερνητικών θέσεων σε όλα σχεδόν τα ζητήματα είναι μετωπική, ανελέητη και στεφανωμένη με στοιχεία μύρης προπαγάνδας η οποία διοχετεύεται στο λαό με εμετικές δηλώσεις των κομματικών «ινστρουκτόρων». Στην απέλπιδα προσπάθεια

τους να χρυσώσουν το «θανατηφόρο» χάπι της πενταετούς διακυβέρνησης τους, οι λαοπλάνοι του ΑΚΕΛ χωρίς ίχνος αιδούς, επιχειρούν να πείσουν μέσω μαυροπροπαγανδιστικών συνταγών την κοινή γνώμη ότι η πολιτική ΔΗΣΥ - Αναστασιάδη είναι καταστροφική για τον λαό και τον τόπο. Πανικοβλημένοι από τις σφυγμομετρήσεις που δείχνουν ότι ο

• Ποτέ δεν είναι αργά για διορισμό των αρίστων αντί των αρεστών

κατακρεουργημένος λαός κατάλαβε πλέον ποιόν τον κοροιδεύουν, οι ΑΚΕΛικοί ταγοί επιχειρούν αγωνιωδώς να αναδείξουν λάθη, παραλείψεις και ατυχείς χειρισμούς της νύν διακυβέρνησης, με την ψευδαίσθηση πως ο λαός θα συγχωρέσει τα δικά τους εγκλήματα που βύθισαν την Κύπρο, τους εργαζόμενους και το λαό στην φτώχεια και την εξαθλίωση.

Φρονούμε πως αυτοί που δεν ανέλαβαν τις ευθύνες τους για το έγκλημα στο Μαρί δεν νομιμοποιούνται πολιτικά να συμπεριφέρονται κατά αυτόν τον τρόπο. Αυτοί που σε θέσεις κλειδιά της πολιτικής και

οικονομικής ζωής διόρισαν άτομα τα οποία έβλαψαν ασυστόλως με τις πράξεις, τις παραλείψεις και την ανευθυνότητα τους ζωτικά συμφέροντα του τόπου, δεν μπορεί να παρουσιάζονται ως προασπιστές των κοινωνικών συμφερόντων. Αυτοί που έγραψαν στα παλιά τους τα παπούτσια τα πορίσματα Πολυβίου για το Μαρί και Πική για την Οικονομία δεν πείθουν κανέναν για τις καλές προθέσεις τους.

Καταθέτοντας αυτές τις απόψεις, σε καμιά περίπτωση δεν θέλουμε να καλύψουμε τους ατυχείς διορισμούς της νύν διακυβέρνησης. **Ευτυχώς όμως, σ' αυτή την διακυβέρνηση υπάρχουν και άριστοι. Λίγοι μιν, αλλά υπάρχουν, κρατώντας αναμμένο το φώς της ελπίδας για ένα καλύτερο αύριο.** Με έναυσμα την δικαστική απόφαση για παύση του Βοηθού γενικού εισαγγελέα, ο πρόεδρος Αναστασιάδης ας επανρθώσει τα λάθη του διορίζοντας από δω και μπρος τους άριστους και όχι τους αρεστούς. Και νάναι βέβαιος ότι ο λαός που βιώνει στο πεσσί του την οικονομική εξαθλίωση, έστω και αργά, θα τον επαινέσει και δεν θα τον ανεβάσει στο πάνθεο της λαϊκής απαξίωσης στο οποίο κατέταξε τον προκάτοχο του.

Τα εκατομμύρια που οι Τουρκοκύπριοι χρωστούν

Από το 1964 μέχρι σήμερα, οι Τ/κύπριοι χρωστούν στην ΑΗΚ εκατοντάδες εκατομμύρια. Μερικοί υποστηρίζουν πως τα χρέη τους ξεπερνούν το ένα δισεκατομμύριο ευρώ. Ο Πρόεδρος των Οικολόγων Γ. Πεردίκης, με δηλώσεις του αναφέρεται στην παροχή ηλεκτρικού ρεύματος σε Τουρκοκύπριους στην Πύλα. «Ο λογαριασμός αυξάνεται κάθε χρόνο κατά ένα εκατομμύριο. Είναι άξιο απορίας πως η ΑΗΚ βρήκε τον τρόπο να συνεργαστεί με τις κατοχικές Αρχές για να διασυνδεθεί το δίκτυο των κατεχομένων με το δίκτυο των ελεύθερων περιοχών, αλλά δεν βρίσκει τον τρόπο για να ζητήσει το λαβείν της από τους Τουρκοκύπριους. Είναι άξιο απορίας πως η ΑΗΚ χαρίζει εκατομμύρια σε κάποιους, είτε αυτοί είναι Τουρκοκύπριοι, είτε αυτοί είναι μεγαλοεπιχειρηματίες αλλά κυνηγάει να κόψει το ηλεκτρικό ρεύμα σε λήπτες δημοσίου βοηθήματος και σε ανάπηρους».

Είναι ακόμα περισσότερο άξιο απορίας γιατί η Κυβέρνηση - και οι προηγούμενες - δεν θέτει επιτακτικά θέμα χρεών των Τ/κ στην ΑΗΚ. Η Αρχή εκτελεί πολιτικές αποφάσεις, όμως το βάρος των αποφάσεων ανήκει στην εκάστοτε Κυβέρνηση. Για πόσες ακόμα δεκαετίες οι Έλληνες θα εκλαμβάνονται ως τα αιώνια κορόιδα; Όταν εμείς είχαμε ανάγκη από ηλεκτρισμό και αγοράσαμε από τα κατεχόμενα, η ΑΗΚ κατέβαλε τα εκατομμύρια. Γιατί δεν απαιτούμε και τα εκατοντάδες εκατομμύρια που ο Τ/κ χρωστούν σε μας;

Σάββας Ιακωβίδης, «ΣΗΜΕΡΙΝΗ»

Απαραίτητη η πανοπλία για τον υπουργό Υγείας

Μόλις διορίστηκε ο υπουργός Υγείας Ζήτησε, και πολύ δικαιολογημένα, πίστωση χρόνου από όλους, μέχρις ότου ενημερωθεί για τα τεκταινόμενα στον ευαίσθητο τομέα της υγείας. Μετά που σκάλισε τη στάχτη για να μπορέσει να βγάλει τα δικά του συμπεράσματα ώστε να αποκτήσει ίδια γνώση, άρχισε να



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

λέει τα πράγματα με το όνομα τους, χωρίς να μασάει τα λόγια του.

Η στάση αυτή αποτελεί μια πολύ θετική και αισιόδοξη ένδειξη για του τι θα επακολουθήσει. Ένας άνθρωπος που δηλώνει πανέτοιμος να θρυμματίσει τα κατεστημένα και να καθαρίσει τα έλη. Καταδεικνύεται δε από τις τοποθετήσεις του, ότι σε σύντομο χρονικό διάστημα μωρίστηκε τη μπόχα που αναδύεται στον τομέα της υγείας ,τα διάφορα πάρεδώσε, και τα τεράστια διαπλεκόμενα συμφέροντα που φρενάρουν εδώ

και πολλά χρόνια την εξαφάνιση των μεγάλων εστιών μόλυνσης.

Πως γίνεται σε ένα λεγόμενο σύγχρονο κράτος να στοιβάζονται οι ασθενείς στις ατέλειωτες ουρές ως να είναι κονσέρβες.

Πως γίνεται σε ένα σύγχρονο κράτος ο άρρωστος να ειδοποιείται για χειρουργική επέμβαση μετά την αποδήμηση του εις Κύριον. Μήπως έχουμε κερδίσει επάξια τον όρο Μεσαιωνικό κράτος με Ευρωπαϊκό περιτύλιγμα;

• Η μάχη στον τομέα της υγείας τώρα αρχίζει

Και αν κάποιος το θεωρήσει υπερβολή τότε καλά είναι να θυμίσουμε και τα πρόσφατα περιστατικά του νεογέννητου νεκρού παιδιού που εντοπίστηκε σε κάλαθο των αχρήστων και της ανικανότητας ανίχνευσης δίδυμης κύησης.

Ο υπουργός υγείας έχει το χρόνο μπροστά του να τα βάλει με τα σιφλίκια τα οργανωμένα βασίλεια και τα καπετανάτα, όπως τα αποκάλεσε αλλά και με το νόμο της σιωπής που επικρατεί ανάμεσα στους λειτουργούς ώστε να μπορέσει σιγά-σιγά

αλλά αποτελεσματικά να εξυγιάνει τον ευαίσθητο τομέα της υγείας, παρέχοντας τη δυνατότητα σε όλους τους πολίτες να τυγχάνουν υψηλών προδιαγραφών ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης χωρίς να υπάρχουν διαχωρισμοί αμνών των εριφών. Χρειάζεται ωστόσο πολλή δύναμη και κουράγιο για να μπορέσει να αντέξει την αποκρουστική μπόχα της σήψης που αναδύεται και να δώσει πολλές μάχες πολεμώντας τους διαφθορμένους που λυμαινόνται το δημόσιο χρήμα σε βάρος των πολιτών.

«Το πάρτι επιτέλους πρέπει να τελειώσει». Συμφωνούμε και επαυξάνουμε κύριε υπουργέ, αλλά θα πρέπει να θωρακιστείτε καλού κακού με μια πανοπλία για να προστατευθείτε από τα χιλιάδες φαρμακερά βέλη που θα αρχίσουν να εξακοντίζονται εναντίον σας καθημερινά με στόχο να σας καθυποτάξουν.



«ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»
 Εβδομαδιαίο Εργατικό Όργανο της ΣΕΚ
 Διευθυντής: Νίκος Μουϊσοῦς
 Αρχισυντάκτης: Ξενή Ξενοφώντος
 Γραφεία: Κεντρικά Γραφεία ΣΕΚ
 Τυπογραφεία «Ι. Γ. Κασουλίδης & Υιοι Ατδ»
 ΚΕΝΤΡΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΣΕΚ: Μέγαρον ΣΕΚ
 Λεωφ. Στροβόλου 11, 2018 Στρόβολος, Λευκωσία
 Τ.Κ. 25018 Τηλ. 22-849849
 Τηλεμοιότητα: 22-849850 (ΣΕΚ) 22-849858 (Γραφείο Τύπου)

ΣΕΚ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ
 Λεωφ. Στροβόλου 11, 2018 Στρόβολος,
 Τ.Κ. 25018, 1306 Λευκωσία
 Τηλ. 22-849849, Τηλεμοιότητα: 22-849851
ΣΕΚ ΛΕΜΕΣΟΥ
 Κυριάζου Οικονόμου 21, Τ.Κ. 50266, 3602 Λεμεσός
 Τηλ. 25-861000, Τηλεμοιότητα: 25-362567
ΣΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ
 Μεδούσης 20, Λάρνακα Τ.Κ. 40279, 6302 Λάρνακα
 Τηλ. 24-633633, Τηλεμοιότητα: 24-642110

ΣΕΚ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ
 Οδός Αντώνη Παπαδόπουλου 4, Παραλίμνι
 Τηλ. 23-821432, 23-821832, Τηλεμοιότητα: 23- 826438
ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ
 Ελευθερίου Βενιζέλου 24, 8021 Πάφος
 Τηλ. 26-811639, 26-932293
 Τηλεμοιότητα: 26-946356.

Ιστοσελίδα ΣΕΚ
 www.sek.org.cy
 Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο
 ergatikifsek@cytanet.com.cy
 (Γραφείο Τύπου)
 sek@sek.org.cy

Τα δημοσιευόμενα άρθρα και σχόλια ΔΕΝ εκφράζουν κατ' ανάγκη τις θέσεις της ΣΕΚ



ΥΠΟΧΩΡΗΣΕ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΟ 15% Η ΑΝΕΡΓΙΑ

Στο 14,7% του εργατικού δυναμικού υποχώρησε το ποσοστό ανεργίας στη Κύπρο το δεύτερο τρίμηνο του 2015, σημειώνοντας μείωση από το 17,7% του προηγούμενου τριμήνου και από το 15,4% του αντίστοιχου τριμήνου του 2014. Το ποσοστό ανεργίας ανάμεσα στους άνδρες ήταν το δεύτερο τρίμηνο στο 14,9% και ανάμεσα στις γυναίκες στο 14,4%.

Επίσης, το ποσοστό ανεργίας για τους νέους 15-24 ετών ήταν 31,7% του εργατικού δυναμικού των ηλικιών αυτών σημειώνοντας μείωση από το προηγούμενο τρίμηνο (37,1%) και από το αντίστοιχο τρίμηνο του 2014 (37,2%).

Το ποσοστό απασχόλησης των ατόμων ηλικίας 20-64 ετών ήταν 68,7% (άνδρες 72,7% και γυναίκες 65,1%) σημειώνοντας αύξηση από το προηγούμενο τρίμηνο (67,2%) και από το αντίστοιχο τρίμηνο του 2014 (67,8%).

ΕΝΘΑΡΡΥΝΤΙΚΟ ΣΗΜΑΔΙ

Ο υπουργός Οικονομικών Χάρης Γεωργιάδης χαρακτήρισε ως ενθαρρυντική εξέλιξη την μείωση της ανεργίας στο 14,7%, διαμηνύοντας την ίδια ώρα πως για την κυβέρνηση, η ανεργία παραμένει σε «απαράδεκτα υψηλά επίπεδα» και συνεχίζει τις προσπάθειες, με υπευθυνότητα και σοβαρότητα, για έξοδο από την ύφεση.

Η ανάκαμψη της οικονομίας, η έξοδος από την ύφεση και η επάνοδος σε ρυθμούς ανάπτυξης είναι η μόνη οδός που θα οδηγήσει σταδιακά στην αποκλιμάκωση της ανεργίας, κάτι που όπως διαφαίνεται έχει ήδη αρχίσει να συμβαίνει, συμπλήρωσε.



Ο S & P αναβάθμισε σε BB την Κύπρο

Οίκος Standard & Poor's αναβάθμισε την Παρασκευή την πιστοληπτική ικανότητα της Κύπρου στο "BB-", από "B+", λόγω της άρσης των ελέγχων στη διακίνηση κεφαλαίων και της ισχυρής δημοσιονομικής απόδοσης. Παράλληλα έθεσε σε θετικό ορίζοντα τις προοπτικές της κυπριακής οικονομίας γεγονός που αντικατοπτρίζει την άποψη του οίκου για το ενδεχόμενο αναβάθμισης της Κύπρου στους επόμενους 12 μήνες στην περίπτωση που συνεχιστεί η οικονομική ανάπτυξη και σταθεροποιηθεί περαιτέρω ο τραπεζικός τομέας μέσω της βελτίωσης της ποιότητας των στοιχείων ενεργητικού και της περαιτέρω μείωσης του δημόσιου χρέους.

Η νέα αναβάθμιση της πιστοληπτικής ικανότητας της Κύπρου από το διεθνή Οίκο Αξιολόγησης Standard and Poor's σε BB- από B+ διατηρώντας παράλληλα σε θετικό ορίζοντα τις προοπτικές της κυπριακής οικονομίας, αποτελεί άλλη μια σημαντική εξέλιξη που επιβεβαιώνει την επανάκτηση της αξιοπιστίας της Κύπρου, αλλά και τη θετική προοπτική που έχει η κυπριακή οικονομία, αναφέρει σε γραπτή δήλωση του, ο Αναπληρωτής Κυβερνητικός Εκπρόσωπος Βίκτωρας Παπαδόπουλος.

Ταυτόχρονα, σημειώνει, επιβεβαιώνει το γεγονός ότι θα πρέπει να συνεχιστεί η ορθή πορεία και η συνετή πολιτική που ακολουθείται τα τελευταία δύο χρόνια.

Η ΕΕ χάνει έσοδα 454 δισ. ευρώ ετησίως λόγω της φοροδιαφυγής

Στη μεγάλη έκταση της φοροδιαφυγής σε όλο τον κόσμο και τα μέτρα που λαμβάνουν οι κυβερνήσεις για την αντιμετώπισή της, αναφέρεται δημοσίευμα της εφημερίδας Financial Times, με τίτλο : «Η ευρωπαϊκή παραοικονομία κοστίζει 454 δισ. ευρώ σε απώλειες φόρων».

Η Ελλάδα, σημειώνει το δημοσίευμα, έχει μία από τις μεγαλύτερες παραοικονομίες στην Ευρώπη, αλλά δεν είναι η μόνη που αντιμετωπίζει δυσκολίες στην προσπάθειά της να εξαλείψει τη φοροδιαφυγή, ενώ ταυτόχρονα αυξάνει τη φορολογία.

Η ΕΕ ανακοίνωσε αυτό τον μήνα ότι οι χώρες είχαν απώλειες 168 δισ. ευρώ από τα έσοδα ΦΠΑ, καθώς δεν βελτίωσαν την είσπραξη του φόρου το 2013. «Αυτό παραμένει ένα καυτό θέμα», δήλωσε ο Επίτροπος Οικονομικών Υποθέσεων Πιερ Μοσκοβισί, καλώντας τις κυβερνήσεις να εντείνουν τη μάχη κατά της φοροδιαφυγής.

Ο υπολογισμός του συνολικού κόστους της φοροδιαφυγής είναι εξαιρετικά δύσκολος. Μία νέα έρευνα όμως, του Φρίντριχ Σνάιντερ, καθηγητή στο πανεπιστήμιο του Λιντς της Αυστρίας, τοποθετεί τις ετήσιες απώλειες φορολογικών εσόδων της ΕΕ από την παραοικονομία στα 454 δισ. ευρώ ή στο 8,6% των συνολικών φορολογικών εσόδων. Οι απώλειες φόρων κυμαίνονται από 4,5% των συνολικών εσόδων στην Αυστρία έως το 18,8% στη Βουλγαρία.

Το ένα τρίτο σχεδόν των απωλειών προκύπτουν από τη δήλωση χαμηλότερων ποσών από επιχειρήσεις που διαχειρίζονται μεγάλο ποσοστό μετρητών, ενώ για το υπόλοι-



πο ευθύνεται η αδήλωτη εργασία.

Η οικονομική κρίση έδωσε ισχυρή ώθηση για την καταπολέμηση της παραοικονομίας, σύμφωνα με τον Αντρέας Πρατς, εταίρο στην πρακτική χρηματοοικονομικών υπηρεσιών της AT Kearney. Ο ίδιος δηλώνει ότι οι κυβερνήσεις έχουν επιβάλει πάνω από 100 δραστηριότητες κατά της αδήλωτης εργα-

✓ Η Ελλάδα έχει μία από τις μεγαλύτερες παραοικονομίες στην Ευρώπη

σίας τα τελευταία χρόνια.

Η επιτυχία των μέτρων όμως εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την εφαρμογή τους και ο κ. Πρατς συμβουλεύει τις κυβερνήσεις να εξετάσουν να χρησιμοποιήσουν «καρότα και μαστίγια». Για παράδειγμα, οι επιδοτήσεις και φοροαπαλλαγές αποδείχθηκαν χρήσιμα μέσα, ως κίνητρα για τη μετακίνηση από την ανεπίσημη απασχόληση. Το βελγικό σύστημα «των αποδείξεων παροχής υπηρεσιών», που επιδοτεί την απασχόληση όσων κάνουν οικιακές εργασίες, ήταν ιδιαίτερα επιτυχημένο για τη μείωση της σκιώδους οικονομίας, λέει ο Πρατς.

Ένα άλλο δημοφιλές μέτρο είναι η προσφορά βραβείων με κλήρωση

φορολογικών αποδείξεων - μία ιδέα που υιοθετήθηκε στην Πορτογαλία, τη Βραζιλία, την Αργεντινή, την Κολομβία, το Πόρτο Ρίκο, την Ταϊβάν και τη Σλοβακία.

Οι περιορισμοί στις συναλλαγές με μετρητά επιβάλλονται όλο και περισσότερο. Η Γαλλία ήταν η τελευταία χώρα που έκανε αυτό τον μήνα πιο αυστηρούς τους κανόνες της για να αντιμετωπίσει την ανωνυμία που τροφοδοτεί το έγκλημα, την τρομοκρατία και τη φοροδιαφυγή.

Οι χώρες με χαμηλά ποσοστά χρήσης πιστωτικών καρτών μπορούν επίσης να δίνουν κίνητρα για τη στροφή από τα μετρητά. Η Κολομβία και η Αργεντινή είναι μεταξύ των χωρών που θέσπισαν μειωμένους συντελεστές ΦΠΑ για τις πωλήσεις με πιστωτικές κάρτες. Η στροφή από τα μετρητά είναι πιο αξιοσημείωτη στις σκανδιναβικές χώρες, όπως η Σουηδία, όπου η χρήση των μετρητών μειώθηκε κατά το ένα πέμπτο. Σε άλλες χώρες, σημειώθηκε μία ταχεία αύξηση των χαρτονομισμάτων, την οποία η Τράπεζα της Αγγλίας αποδίδει στον αποταμίευση που κάνουν οι φοροφυγάδες. «Τα μετρητά δεν είναι πιθανό να πεθάνουν σύντομα», σημειώνει η Τράπεζα της Αγγλίας.

Οι ειδικοί αναφέρουν ότι οι κυβερνήσεις μπορούν να ωθήσουν επιχειρήσεις και εργαζόμενους εκτός της παραοικονομίας, αλλά δεν έχουν τη δυνατότητα να εξαλείψουν εντελώς τη φοροδιαφυγή. «Μπορεί να αντιμετωπισθεί το 20 έως 30% της παραοικονομίας με έξυπνες πολιτικές, αλλά όχι περισσότερο», δήλωσε ο καθηγητής Σνάιντερ.

ΔΝΤ: SOS με τα κόκκινα δάνεια στην Κύπρο

Τι αναφέρεται στην έκθεση για την ολοκλήρωση της 8ης αξιολόγησης

Ζεδραίωση της χρηματοπιστωτικής σταθερότητας και την τόνωση της ανάπτυξης στην Κύπρο, θεωρεί το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο (ΔΝΤ) την αντιμετώπιση του προβλήματος των μη εξυπηρετούμενων δανείων (ΜΕΔ).

Στην έκθεση του ΔΝΤ για την ολοκλήρωση της 8ης αξιολόγησης του κυπριακού προγράμματος, η οποία δημοσιοποιήθηκε σήμερα, αναφέρεται ότι κατά την 8η αξιολόγηση, οι συζητήσεις επικεντρώθηκαν στις πολιτικές για την εδραίωση της δημοσιονομικής και χρηματοπιστωτικής σταθερότητας, και συνέχισαν να θέτουν τα θεμέλια για μια βιώσιμη ανάπτυξη.

«Η επίλυση του υψηλού επιπέδου των μη-εξυπηρετούμενων δανείων μέσω της αποτελεσματικής εφαρμογής του νέου πλαισίου για αναδιάρθρωσης του ιδιωτικού χρέους είναι ζωτικής σημασίας για την εδραίωση της χρηματοπιστωτικής

σταθερότητας και την τόνωση της ανάπτυξης», αναφέρεται.

Προστίθεται ότι οι αρχές θα πρέπει να συνεχίσουν τη συνετή διαχείριση των δημοσίων οικονομικών, δεδομένου του ακόμα υψηλού

ποσοστού δημοσίου χρέους και να συνεχίσουν την προώθηση διαρθρωτικών μεταρρυθμίσεων για τη στήριξη της δημοσιονομικής βιωσιμότητας, την προώθηση της ανάπτυξης και τη δημιουργία θέσεων εργασίας. Αναφέρεται επίσης ότι η Κύπρος συνεχίζει να έχει γενικότερα ισχυ-



ρές επιδόσεις όσον αφορά την υλοποίηση του προγράμματος και ότι η οικονομική δραστηριότητα στο πρώτο μισό του χρόνου ήταν καλύτερη από την αναμενόμενη κυρίως λόγω της ιδιωτικής κατα-

νάλωσης. Σημειώνεται η επιστροφή σε θετικούς οικονομικούς δείκτες, τα γεγονότα ότι τα δημόσια οικονομικά συνέχισαν να εκπλήσσουν θετικά και τα ενθαρρυντικά σημάδια παρά το υψηλό ποσοστό των ΜΕΔ. «Τα δημοσιονομικά αποτελέσματα ξεπερνούν τις προβλέψεις και οι συνθήκες στο βασικό τραπεζικό σύστημα συνεχίζουν να εξομαλύνονται. Όλα τα κριτήρια επιδόσεως μέχρι το τέλος Ιουνίου έχουν ικανοποιηθεί και οι αρχές έχουν κάνει καλή πρόοδο στις διαρθρωτικές μεταρρυθμίσεις», αναφέρεται.

Θέσεις Εργασίας 34 κενές θέσεις για Δεσμοφύλακες Όσα πρέπει να ξέρετε για τα καθήκοντα

Σύμφωνα με τη γνωστοποίηση, με αριθμό 603, που δημοσιεύτηκε στην Επίσημη Εφημερίδα της Δημοκρατίας, με ημερομηνία 18.9.2015, έχουν προκηρυχτεί για πλήρωση, 34 κενές μόνιμες θέσεις Δεσμοφύλακα, Φυλακές.

Αιτήσεις θα πρέπει να υποβληθούν στο έντυπο Γεν. 6 και να παραδοθούν στο Γραφείο της Επιτροπής Δημόσιας Υπηρεσίας (ΕΔΥ) έναντι απόδειξης παραλαβής ή να αποσταλούν μέσω του Ταχυδρομείου με συστημένη επιστολή στον Πρόεδρο της Επιτροπής Δημόσιας Υπηρεσίας, 1407 Λευκωσία, ή μέσω τηλεομοιοτυπικής υπηρεσίας (αρ. 22670101), όχι αργότερα από τις 12 Οκτωβρίου 2015.

• Απαιτούμενα προσόντα:

- (1) Απολυτήριο Αναγνωρισμένης Σχολής Μέσης Εκπαίδευσης.
- (2) Πολύ καλή γνώση της Ελληνικής και καλή γνώση της Αγγλικής γλώσσας.
- (3) Ηλικία μέχρι 40 χρόνων.
- (4) Ύψος όχι μικρότερο από 1,65 μ. για άνδρες και όχι μικρότερο από 1,55 μ. για γυναίκες και καλή σωματική κατάσταση.
- (5) Ακεραιότητα χαρακτήρα, προσωπικότητα, πρωτοβουλία, υπευθυνότητα και ευθυκρισία.

Αιτήσεις θα πρέπει να υποβληθούν στο έντυπο Γεν. 6 και να παραδοθούν στο Γραφείο της Επιτροπής Δημόσιας Υπηρεσίας έναντι απόδειξης παραλαβής ή να αποσταλούν μέσω του Ταχυδρομείου με συστημένη επιστολή στον Πρόεδρο της Επιτροπής Δημόσιας Υπηρεσίας, 1407 Λευκωσία, ή μέσω τηλεομοιοτυπικής υπηρεσίας (Τέλεφαξ 22670101), όχι αργότερα από τις 12 Οκτωβρίου 2015. Οι αιτήσεις πρέπει να συνοδεύονται με αντίγραφα των πιστοποιητικών των ακαδημαϊκών και άλλων συναφών προσόντων που προνοούνται στην παράγραφο 3 ανωτέρω, περιλαμβανομένων βεβαιώσεων για υπηρεσία εκεί όπου απαιτείται πείρα. (Τα πρωτότυπα να παρουσιαστούν όταν ζητηθούν για έλεγχο). Έντυπα αιτήσεων διατίθενται και στην ιστοσελίδα του Γραφείου της Επιτροπής Δημόσιας Υπηρεσίας www.psc.gov.cy.

ΣΤΗ ΒΟΥΛΗ ΤΟ ΔΙΑΙΩΝΙΖΟΜΕΝΟ ΘΕΜΑ ΤΩΝ ΑΠΟΛΥΘΕΝΤΩΝ ΤΩΝ Κ.Α.

Ανεβαίνουν οι πολιτικοί τόνοι γύρω από το χρονίζον θέμα των αποζημιώσεων των απολυθέντων υπαλλήλων των Κυπριακών Αερογραμμών. Η κυβέρνηση θέτει όρους για καταβολή των αποζημιώσεων τους οποίους απορρίπτουν οι εργαζόμενοι, με τα κόμματα της αντιπολίτευσης να πολυβολούν την κυβερνητική στάση.

Το θέμα εξέτασε την περασμένη εβδομάδα η Κοινοβουλευτική Επιτροπή Οικονομικών. Το Υπουργείο Οικονομικών διευκρίνησε ότι απαιτεί από το πρώην προσωπικό της εταιρείας για να λάβει αποζημιώσεις να υπογράψει έντυπο στο οποίο αναγράφεται ότι δεν έχουν οποιαδήποτε πρόσθετη απαίτηση κατά των ΚΑ ή και του Ταμείου Προνοίας ή οποιουδήποτε αξιωματούχου ή εργοδοτούμενου ή αντιπροσώπου της εταιρείας ή κατά της Κυπριακής Δημοκρατίας.

Επισήμανε ότι το 60% (549 άτομα) του πρώην προσωπικού των ΚΑ έχει υπογράψει το σχετικό έγγραφο λαμβάνοντας συνολικές και έχουν λάβει χαριστικές αποζημιώσεις για τον τερματισμό της απασχόλησής τους. Οι συνολικές αποζημιώσεις που έχουν δοθεί ανέρχονται στα 6,4 εκατομμύρια ευρώ από τα συνολικά 14,9 εκ. ευρώ που είναι διαθέσιμα για τις αποζημιώσεις.



Ο Πρόεδρος της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Οικονομικών Νικόλας Παπαδόπουλος είπε ότι δεν έχουν καταβληθεί οι αποζημιώσεις που είχαν συμφωνηθεί αλλά και οι αποζημιώσεις που οφείλονται στο προσωπικό δια νόμου.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΟΣ ΕΚΒΙΑΣΜΟΣ

Ανέφερε ότι η Κυβέρνηση επιλέγει να εκβιάζει τους υπαλλήλους των ΚΑ, να απαιτεί να υπογράψουν σχετικά έντυπα και δηλώσεις απαλλαγής ευθύνης έτσι ώστε να περιορίζονται τα δικαιώματά τους να διεκδικήσουν οποιοδήποτε αποζημιώσεις ή αξιώσεις που οι ίδιοι θεωρούν ότι πρέπει να διεκδικήσουν.

Με αυτό τον εκβιασμό, η Κυβέρνηση χρησιμοποιεί τη μη πληρωμή των λεφτών που οφείλονται στους υπαλλήλους των ΚΑ και τα οποία είναι συνεισφορές που έχουν καταβάλει προς την εταιρεία, ως μοχλό πίεσης για να περιορίσει τις διεκδικήσεις και τις αξιώσεις τους για άλλες αποζημιώσεις που δεν έχουν να κάνουν με το ταμείο προνοίας.

Ο κ. Παπαδόπουλος είπε ότι για χρόνια η εταιρεία επέλεγε να χρησιμοποιεί το ταμείο προνοίας των υπαλλήλων για να χρηματοδοτεί την εταιρεία και σήμερα αντί να αντιμετωπιστεί αυτό το λάθος χρησιμοποιείται ως μοχλός πίεσης για να εκβιαστεί το προσωπικό, προσθέτοντας ότι "αυτή είναι μια απαράδεκτη πρακτική που πρέπει να σταματήσει από πλευράς του ΥΠΟΙΚ".

• Δεν έχουν πάρει ακόμη τις αποζημιώσεις που δικαιούνται

• Για κυβερνητικό εκβιασμό των απολυθέντων κάνουν λόγο ΑΚΕΛ και ΔΗΚΟ

Κληθείς να πει την άποψη του στη θέση του πρώην μέλους του ΔΣ Γιώργος Καλλή ότι το ΥΠΟΙΚ έχει ξοδέψει τα λεφτά του ταμείου προνοίας, ο κ. Παπαδόπουλος είπε ότι αυτά είναι ζητήματα που εξετάζει η ειδική επιτροπή της Βουλής που διερευνά τους λόγους κατάρρευσης των ΚΑ, προσθέτοντας ότι είναι μια σοβαρή



ρούμε αυτούς τους ανθρώπους, να μην καταβάλλουμε τα δεδουλευμένα και τα άλλα δικαιώματά τους και αντί αυτού να τους ζητούμε να υπογράψουν σχετική δήλωση με την οποία αποποιούνται οποιοσδήποτε μελλοντικές τους διεκδικήσεις".

Ο βουλευτής της ΕΔΕΚ Νίκος Νικολαΐδης είπε ότι οι άνθρωποι που θυματοποιήθηκαν και μπήκαν στην ανεργία πρέπει να διασφαλιστούν.

Ο Πρόεδρος του Κινήματος Οικολόγων Περιβαλλοντιστών Γιώργος Πεردίκης είπε ότι η συμπεριφορά του Υπουργείου Οικονομικών απέναντι στους εργαζόμενους στις ΚΑ είναι απάνθρωπη, καταχρηστική και άδικη, προσθέτοντας ότι "είναι απαράδεκτο να τίθεται ενώπιον των ανθρώπων αυτών που έχασαν τη δουλειά τους για ευθύνες κυρίως τους πολιτικού και οικονομικού συστήματος αυτής της χώρας να πρέπει να υπογράψουν και δήλωση ότι αποποιούνται των δικαιωμάτων τους για να πάρουν αυτά τα οποία δικαιούνται από το ταμείο προνοίας τους".

Ο κ. Πεردίκης είπε ότι θέση της Βουλής πρέπει να είναι να σταματήσει αυτή η καταχρηστική και άδικη συμπεριφορά απέναντι στους εργαζόμενους και "η Κυβέρνηση οφείλει να πληρώσει τα δεδουλευμένα στους πρώην εργαζόμενους".

Ανέφερε επίσης ότι πρέπει να διεξαχθεί έρευνα με βάση τις καταγγελίες που ακούστηκαν από το πρώην μέλος του ΔΣ των ΚΑ Γιώργος Καλλή, "για τον τρόπο που διαχειρίστηκαν την περιουσία των Κυπριακών Αερογραμμών τα τελευταία Διοικητικά Συμβούλια που διορίστηκαν από την παρούσα Κυβέρνηση".

"Είναι καιρός η Ad Hoc Επιτροπή της Βουλής αντί να ψάχνει ψύλλους στα άχυρα και να ερευνά το σκάνδαλο των Κυπριακών Αερογραμμών του... περασμένου αιώνα, να εξετάσει τις τελευταίες συμπεριφορές και πρακτικές που οδήγησαν τελικά στο κλείσιμο των Κυπριακών Αερογραμμών", πρόσθεσε ο κ. Πεردίκης.

Ανέφερε ότι θα ζητήσει εξηγήσεις από τον Υπουργό Οικονομικών σε ό,τι αφορά τις καταγγελίες του κ. Καλλή και πρόσθεσε ότι "πρέπει να υπάρξουν καταδίκες εάν αυτά που καταγγέλλονται είναι αλήθεια".

καταγγελία, η οποία αμφισβητήθηκε από τον τελευταίο πρόεδρο των ΚΑ ο οποίος ισχυρίστηκε πως δεν υπήρχαν χρήματα στο ταμείο προνοίας.

Ο κ. Παπαδόπουλος διερωτήθηκε "γιατί δεν υπήρχαν χρήματα στο ταμείο προνοίας και γιατί χρήματα που κατέβαλλαν οι υπάλληλοι της εταιρείας αντί να πηγαίνουν στο ταμείο που έπρεπε να υπάρχει προς όφελος των υπαλλήλων πήγαιναν αλλού".

Ο βουλευτής του ΑΚΕΛ Χρίστος Μέσης είπε ότι "διαπιστώθηκε πως από μέρους της Κυβέρνησης επιχειρείται ένας απαράδεκτος εκβιασμός εις βάρος αυτών των ανθρώπων". Συνεχίζουμε να ταλαιπω-

Ο πρόεδρος της ΣΥΝΥΚΑ ΟΗΟ-ΣΕΚ Βαγγέλης Μαππουρίδης δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» πως 350 άτομα δεν υπέγραψαν το έγγραφο και ότι όσοι υπέγραψαν είναι αυτοί που έφυγαν πριν κλείσει η εταιρεία.

Δυστυχώς το κράτος με την υπογραφή του εντύπου, τόνισε, ασκεί με τον χειρότερο τρόπο εκβιαστικές πιέσεις για να απεμποληθούν νόμιμα δικαιώματα των εργαζομένων.

Σημείωσε δε πως η ΣΥΝΥΚΑ αποτάθηκε, προτού εκδοθεί το έντυπο γραπτώς στον υπουργό οικονομικών για να μην τεθούν οποιοδήποτε περιορισμοί. Δυστυχώς όμως, επεσήμανε, δεν ληφθήκαμε καθόλου υπόψη και κατέληξε.

Το 90% των λεφτών που έχουν να παίρνουν οι εργαζόμενοι είναι τα ταμεία προνοίας του και το υπόλοιπο μια ασήμαντη χαριστική αποζημίωση σε σχέση με αποζημιώσεις που δόθηκαν σε προηγούμενα σχέδια εξόδου από την εταιρεία.

«ΛΙΣΤΑ ΛΑΓΚΑΡΝΤ» ΜΕ ΚΥΠΡΙΑΚΟ ΦΟΝΤΟ

Στα χέρια του προέδρου της Βουλής Γιαννάκη Ομήρου βρίσκεται η Κυπριακή λίστα Λαγκάρτ. Η λίστα αφορά συνολικά 490 περιπτώσεις, φυσικών ή νομικών προσώπων ανέφερε ο υπουργός Οικονομικών Χάρης Γεωργιάδης. Μιλώντας σε κοινή συνεδρία των επιτροπών Ελέγχου και Θεσμών της Βουλής, ο κ. Γεωργιάδης είπε ότι τα στοιχεία της λίστας παρουσιάζουν υπόλοιπα καταθέσεων για τον Δεκέμβριο του 2005 και του 2006, στην τράπεζα HSBC της Ελβετίας.

Στις περιπτώσεις των φυσικών προσώπων, συνέχισε, φέρεται να είναι Κύπριοι ή να έχουν κυπριακή διεύθυνση. Ο Χάρης Γεωργιάδης είπε ότι τα φυσικά ή νομικά πρόσωπα είναι συνδεδεμένα με έναν ή περισσότερους λογαριασμούς. Πρόσθεσε ότι πρόκειται για ακατέργασ-

τες πληροφορίες, οι οποίες έχουν παραληφθεί από το τμήμα φορολογίας και θα πρέπει να εξεταστούν όλες μία προς μία.

Κατέταξε τη λίστα Λαγκάρντ στην κατηγορία υψηλού ρίσκου, τονίζοντας παράλληλα την αποφασιστικότητα της κυβέρνησης να ακολουθήσει την οδό του αξιόπιστου χειρισμού, καθότι, όπως είπε, δεν αποτελεί απλώς πολιτική απόφαση, αλλά υποχρέωση, η οποία προκύπτει από τη νομοθεσία.

Στη Βουλή

Ο Χάρης Γεωργιάδης επέδωσε στον πρόεδρο της Βουλής Γιαννάκη Ομήρου αντίγραφο του μητρώου που σχετίζεται με τη "λίστα Lagarde".

Κοινή επιδίωξη είναι η πρόσθετη διασφάλιση και η ενίσχυση του αισθήματος εμπιστοσύνης των πολιτών ότι δεν θα υπάρξει καμία αλλοίωση των δεδομένων που περιλαμβάνονται στο σχετικό μητρώο.

Ο Πρόεδρος της Βουλής έχει αναλάβει την υποχρέωση για λήψη όλων των αναγκαίων μέτρων για την ασφαλή φύλαξη και τη διασφάλιση της εμπιστευτικότητας των σχετικών πληροφοριών. Το μέγα ερώτημα είναι είναι κατά πόσο η περιβόητη λίστα θα φέρει στο προσκήνιο φορολογικές παραβάσεις και οικονομικές απάτες με πολιτικές ή και κοινωνικοοικονομικές αναταράξεις. Ο χρόνος θα δείξει.

Σύμφωνα με δημοσίευμα της «Καθημερινής» (9/9/15) όταν το 2006 η HSBC ζήτησε από έναν επιφανή επιστήμονα των υπολογιστών και εμπειρογνώμονα επί των οικονομικών ο οποίος ανήκε στο εργατικό της δυναμικό και που είχε ανελλιχτεί στην ιεραρχία του private banking, τον Ερβέ Φαλτσιάνι, να γίνει αναβάθμιση του λογισμικού της, κανείς δεν περίμενε την εξέλιξη που θα έπαιρναν τα πράγματα. Ο γαλλοίταλός Ερβέ, βρέθηκε έχοντας απεριόριστη πρόσβαση, μπροστά σε εκατοντάδες λογαριασμούς που αντιστοιχούσαν σε εκατο-

Γαλλίας ότι αντί να παραδώσουν το Ερβέ, έδωσαν τη λίστα στη γαλλική εφορία. Αποτέλεσμα; Μέσα στους επόμενους μήνες, περίπου 10.000 Γάλλοι κλήθηκαν βάσει των στοιχείων να πληρώσουν φόρο. Παράλληλα, το ενδιαφέρον τους για τη λίστα εκδήλωσαν με όλους τους τρόπους και άλλες χώρες κυρίως από την Ευρώπη, στο δικό τους κυνήγι για πάταξη της φοροδιαφυγής. Σε αυτό το σκεπτικό κινήθηκε και η δήλωση της τότε ΥΠΟΙΚ της Γαλλίας Κριστίν Λαγκάρντ, η οποία δήλωσε πως «τα δεδομένα θα πρέπει να μοιράζονται και με άλλες χώρες στο πλαίσιο της αμοιβαίας συνδρομής». Η μετονομασία της λίστας από Φαλτσιάνι σε Λαγκάρντ, και το πόσο θα απασχολούσε την Ευρώπη, μόνο τότε άρχισε να γίνεται αντιληπτό, εφόσον Γαλλία, Βρετανία, Ισπανία και ΗΠΑ, μεταξύ άλλων άρχισαν να μπαίνουν για τα καλά στην υπόθεση. Το 2012, η HSBC, παραδεχόμενη ότι βοήθησε χιλιάδες πελάτες της να αποφύγουν φόρους ή να αποκρύψουν περιουσιακά στοιχεία που ανέρχονται σε εκατοντάδες εκατομμύρια ευρώ, πληρώνει πρόστιμο 1,7 δις. ευρώ και συναινεί με τις ΗΠΑ στην από κοινού πάταξη της φοροδιαφυγής.

Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΙΣΤΑ

Ο ίδιος ο Ερβέ, μετά τη δημοσιοποίηση των πάντων γύρω από τη δράση του, δεν έμεινε με σταυρωμένα τα χέρια. Η ιστορία του έκανε το γύρο του κόσμου και ο ίδιος δεν άφησε καμία ευκαιρία για συνέντευξη να περάσει ανεκμετάλλευτη. Μέσα στα λεγόμενα του υπήρχαν και σκοτεινά σημεία στα οποία δεν έδωσε πειστικές απαντήσεις, αλλά στην πορεία προέκυψε και το βιβλίο του με τίτλο «Το Χρηματοκιβώτιο των φοροφυγάδων» με αποτέλεσμα να μπουν όλες οι μη απαντήσεις στη θέση τους.

Σε μεγάλη έρευνα του Διεθνούς Κονσόρτιουμ Ερευνητικής Δημοσιογραφίας (ICIJ), στο οποίο συμπεριλαμβάνονται μεγάλοι τίτλοι εφημερίδων από διάφορες χώρες, ήρθαν στο φως της δημοσιότητας απίστευτα νούμερα που αφορούν εταιρείες και φυσικά πρόσωπα. Μιλάμε περίπου για 30.000 λογαριασμούς που περιείχαν 120 δις. δολ. περιουσιακά στοιχεία. Γίνεται επίσης λόγος για 100.000 πελάτες, 20.000 offshore και ένα σύνολο 180,6 δις. ευρώ που μεταφέρθηκαν μέσω της τράπεζας HSBC στη Γενεύη επί 4 μήνες, από το 2006 ως το 2007.



ντάδες πελάτες σε ολόκληρο τον κόσμο και τους οποίους υπέκλεψε. Επί της ουσίας, επρόκειτο για 15.000 ονόματα ενεργών λογαριασμών και άλλα 9.000 ονόματα λογαριασμών που είχαν κλείσει μέσα σε μια περίοδο δέκα χρόνων από το 1997 ως το 2007. Η επόμενη κίνηση εκ μέρους του ήταν μέχρι και ενός σημείου αναμενόμενη.

Τα στοιχεία που είχε στα χέρια του ήταν ένας μικρός «θησαυρός», προϊόν υποκλοπής, όπως προαναφέρθηκε, αλλά για τον ίδιο ήταν και ένα μέσο ώστε να αποκτήσει εύκολο και γρήγορο κέρδος. Η πρώτη του επαφή για πώληση των στοιχείων αυτών ήταν με μια τράπεζα του Λιβάνου όπου και ταξίδεψε με ψευδή στοιχεία και χαρτιά, την ίδια ώρα που είχε ξεσπάσει σάλος στην Ελλάδα αλλά και όπου υπήρχαν πελάτες της HSBC, ο οποίος αντιλήφθηκαν ότι οι τραπεζικές τους κινήσεις δεν ήταν πλέον απόρρητες. Το deal μεταξύ του Ερβέ και της τράπεζας στη Βηρυτό δεν ευδοκίμησε με αποτέλεσμα η επιστροφή στη Γαλλία να είναι μονόδρομος, εφόσον στο μεταξύ υπήρξε αίτημα για έκδοσή του στην Ελβετία, χωρίς ωστόσο αυτό να καταστεί δυνατό. Αφενός μεν η Γαλλία «είδαν» ένα μεγάλο παράθυρο ευκαιρίας ως προς την πάταξη του φαινομένου της φοροδιαφυγής στη λίστα που είχε ο Ερβέ στα χέρια του.

Χαρακτηριστικό είναι το δημοσίευμα της Λε Μοντ που, εμμέσως, πλην σαφώς, κατηγορούσε τις αρχές της

Το ιστορικό της «λίστας Λαγκάρντ»

Η ελβετική θυγατρική της HSBC βοήθωσε πλούσιους πελάτες της να αποφύγουν τους φόρους και να κρύψουν κεφάλαια ύψους πολλών εκατομμυρίων ευρώ.



■ **2007:** Ο υπάλληλος της HSBC Ερβέ Φαλτσιάνι κλέβει αρχεία με στοιχεία τουλάχιστον 100.000 καταθετών.



■ **Η HSBC υποστηρίζει πως έχει μειώσει τον αριθμό των τραπεζικών λογαριασμών της στην Ελβετία σχεδόν κατά 70% από το 2007.**

■ **2008:** Ο Φαλτσιάνι παραδίδει τα στοιχεία στη γαλλική κυβέρνηση.

■ **2010:** Η τότε υπουργός Οικονομικών της Γαλλίας, Κριστίν Λαγκάρντ, συντάσσει τη «λίστα Λαγκάρντ» για τις αρχές Ελλάδας, Ισπανίας, ΗΠΑ, Βελγίου και Αργεντινής.



φοροαποφυγής το 99,8% των Γάλλων που περιλαμβάνονται στη λίστα.

■ **2010:** Οι βρετανικές αρχές εντοπίζουν 1.000 φοροφυγάδες από τους οποίους και αποσπούν τουλάχιστον 176,6 εκατ. ευρώ.

■ **2014:** Η Αργεντινή κατηγορεί την HSBC ότι βοήθησε τουλάχιστον 4.000 πολίτες της να μην καταβάλουν φόρους.

■ **2012:** Η HSBC καταβάλλει πρόστιμο ύψους 1,7 δις. ευρώ και συμφωνεί με τις ΗΠΑ για κοινή δίωξη των φοροφυγάδων.

■ **Φεβρουάριος 2015:** Η Διεθνής Ένωση Δημοσιογράφων (ICIJ) αποκαλύπτει τα αρχεία που διέρρευσαν και αφορούν τραπεζικούς λογαριασμούς με κεφάλαια τουλάχιστον 180,6 δις. ευρώ που ανήκουν σε 106.000 πελάτες από 203 χώρες.

■ **2013:** οι γαλλικές αρχές συμπεραίνουν πως είναι ένοχοι

Οι χώρες με τους περισσότερους πελάτες της HSBC

Ελβετία	11.235
Γαλλία	9.187
Βρετανία	8.844
Βραζιλία	8.667
Ιταλία	7.499
Ισραήλ	6.554

Οι χώρες με το υψηλότερο ποσό στους τραπεζικούς λογαριασμούς

Ελβετία	€27,5 δις.
Βρετανία	€19,15 δις.
Βενεζουέλα	€13 δις.
ΗΠΑ	€11,8 δις.
Γαλλία	€11 δις.
Ισραήλ	€8,8 δις.

ΠΗΓΕΣ: ICIJ, Graphic News



Προτάσεις «Κομισιόν» κατά της ανεργίας

- Οξύτατο πρόβλημα η μακροχρόνια ανεργία που πλήττει την Κύπρο

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή πρότεινε κατευθύνσεις στα κράτη μέλη, ώστε να βοηθήσουν καλύτερα τους μακροχρόνια ανέργους να επιστρέψουν στην εργασία.

Περισσότεροι από 12 εκατομμύρια άνθρωποι στην Ευρώπη είναι άνεργοι εδώ και περισσότερο από έναν χρόνο. Παρά την οικονομική ανάκαμψη και τα σημάδια βελτίωσης στην αγορά εργασίας της ΕΕ, ο αριθμός τους έχει διπλασιαστεί από το 2007 ως το 2014 και αντιπροσωπεύουν πλέον το ήμισυ του συνολικού αριθμού ανέργων.

Το επενδυτικό σχέδιο για την Ευρώπη έχει δυνατότητες δημιουργίας εκατομμυρίων νέων θέσεων εργασίας. Ωστόσο, ακόμη και όταν δημιουργούνται νέες θέσεις



εργασίας, είναι συχνά πολύ δύσκολο για τους μακροχρόνια ανέργους να επανενταχθούν με επιτυχία στην αγορά εργασίας. Γι' αυτό, η πρόταση σύστασης του Συμβουλίου που υποβλήθη-

κε προβλέπει ότι όλα τα άτομα που αναζητούν εργασία και τα οποία είναι άνεργα πάνω από 12 μήνες θα λάβουν ατομική αξιολόγηση και συμφωνία ένταξης στην εργασία, η οποία θα τους προσφέρει ένα συγκεκριμένο και εξατομικευμένο σχέδιο επανόδου στην εργασία, πριν συμπληρώσουν 18 μήνες ανεργίας.

Όπως δήλωσε η Marianne Thyssen, επίτροπος Απασχόλησης, Κοινωνικών Υποθέσεων, Δεξιοτήτων και Κινητικότητας Εργατικού Δυναμικού, «η μακροχρόνια ανεργία είναι ένα από τα δυσκολότερα και οξύτερα προβλήματα που προκάλεσε η οικονομική κρίση, αφού πλήττει περισσότερα από 12 εκατομμύρια άτομα στην Ευρώπη. Εκθέτει ένα ολοένα μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού μας στον κίνδυνο της φτώχειας και του κοινωνικού αποκλεισμού». Πρέπει, είτε, να κάνουμε κάτι για ξαναφέρουμε τους ανθρώπους αυτούς στην εργασία. Εξέφρασε βεβαιότητα ότι η σημερινή πρόταση «θα φέρει αισθητά θετικά αποτελέσματα γι' αυτούς τους ανθρώπους, με την πλήρη υποστήριξη των κρατών μελών, των κοινωνικών εταίρων και των εργοδοτών.» Η πρόταση εξετάζει τις υπηρεσίες που προσφέρονται στους μακροχρόνια ανέργους με σκοπό την επανένταξή τους στην αγορά εργασίας και προτείνει συγκεκριμένες δράσεις για την ενίσχυσή τους. Αντλεί στοιχεία από τις βέλτιστες πρακτικές που συγκεντρώθηκαν από τα κράτη μέλη. Προτείνει τρία βασικά βήματα: Ενθάρρυνση της εγγραφής των μακροχρόνια ανέργων σε υπηρεσία απασχόλησης.

Ατομική και διεξοδική αξιολόγηση του κάθε εγγεγραμμένου μακροχρόνια ανέργου, το αργότερο μετά από 18 μήνες ανεργίας, με σκοπό να εντοπιστούν οι ανάγκες και οι δυνατότητές του.

Προσφορά συμφωνίας ένταξης στην εργασία σε όλους τους εγγεγραμμένους μακροχρόνια ανέργους το αργότερο μετά από 18 μήνες ανεργίας.

Η πρόταση ζητά επίσης την ενεργό συμμετοχή των εργοδοτών, μέσω συμπράξεων με τις δημόσιες αρχές, προβλέποντας μεγαλύτερη προσφορά υπηρεσιών γι' αυτούς, καθώς και την παροχή στοχοθετημένων οικονομικών κινήτρων.

ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Στις νέες συστάσεις της «Κομισιόν» για την Κύπρο, προκειμένου να αντιμετωπισθεί κάπως το πρόβλημα, περιλαμβάνονται τρία βήματα για τη βελτίωση των υπηρεσιών:

1. Εγγραφή των ανέργων σε μια υπηρεσία απασχόλησης.
2. Ατομική σε βάθος αξιολόγηση το αργότερο στους 18 μήνες ανεργίας
3. Συμφωνία ενσωμάτωσης στην εργασία το αργότερο στους 18 μήνες ανεργίας.

Ενδιαφέρουσα Έρευνα

Μειωμένη ζήτηση και έλλειψη ρευστότητας τα βασικότερα προβλήματα των επιχειρήσεων

ΚΙΝΗΤΡΑ

Η μειωμένη ζήτηση και η έλλειψη ρευστότητας είναι τα κυριότερα προβλήματα των επιχειρήσεων. Σύμφωνα με έρευνα του ομίλου Cyrgonetwork και του Cyrgus International Institute of Management (CIIM) μία στις τρεις επιχειρήσεις (33%) δημιούργησε νέες θέσεις εργασίας τους τελευταίους έξι μήνες, ενώ το ποσοστό των εταιρειών που έχουν χάσει θέσεις εργασίας είναι κατά 10 ποσοστιαίες μονάδες μικρότερο σε σχέση με το προηγούμενο κύμα. Τόσο οι νέες θέσεις εργασίας όσο και οι χαμένες αφορούσαν κυρίως τους τομείς της παραγωγής προϊόντων και υπηρεσιών, των πωλήσεων και μάρκετινγκ και της υποστήριξης προϊόντων και υπηρεσιών.

Αισιοδοξία δημιουργεί το γεγονός ότι οι νέες θέσεις που έχουν δημιουργηθεί είναι περισσότερες από τις χαμένες. Σύμφωνα με την έρευνα, το ποσοστό των επιχειρήσεων που έχει προχωρήσει σε μειώσεις στο μισθολόγιο και ωφελήματα ανέρχεται στο 31%, παρουσιάζοντας μείωση σε σχέση με το πρώτο και δεύτερο κύμα της έρευνας (43% αντίστοιχα). Όσον αφορά το μέσο ποσοστό μείωσης, έναντι του συνολικού μισθολογίου, αυτό έχει προσδιοριστεί στο 16,4%.

Τρεις στις πέντε επιχειρήσεις (62%) αναμένουν ότι ο αριθμός των εργαζομένων τους το επόμενο εξάμηνο θα παραμείνει σταθερός. Αύξηση του αριθμού των

- Σταθεροποιήθηκε η οικονομία ενώ παρουσιάζει σημάδια ελαφριάς ανάκαμψης
- Δειλά -δειλά δημιουργούνται νέες θέσεις εργασίας

εργαζομένων προβλέπει ποσοστό 14%, ενώ το 11% εκφράζει αντίθετη άποψη και αναφέρεται σε μείωση του προσωπικού.

Ο βαθμός ικανοποίησης από την πορεία της επιχείρησης το τελευταίο εξάμηνο δεν παρουσιάζει σημαντική διαφοροποίηση σε σχέση με το πρώτο και το δεύτερο κύμα της έρευνας. Οι απόλυτα ή πολύ ικανοποιημένοι επιχειρηματίες δεν ξεπερνούν το 3%, με τη μέση ικανοποίηση να είναι στο 2,3%.

Σημαντικότεροι λόγοι δυσαρέσκειας και κατ'επέκταση τα σημαντικότερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι επιχειρήσεις σήμερα είναι η μειωμένη ζήτηση/πελατεία/ κύκλος εργασιών και η έλλειψη ρευστότητας, ενώ σε σχέση με τις ενέργειες και προσεγγίσεις που πρέπει να γίνουν προς αντιμετώπιση των προβλημάτων αυτών, ψηλότερα ποσοστά συγκέντρωσαν η αλλαγή οργανωτικής δομής, η εξεύρεση κεφαλαίων και η εκπαίδευση του υπάρχοντος προσωπικού.

Ο κύκλος εργασιών των επιχειρήσεων κατά το τελευταίο εξάμηνο παρουσιάζεται πιο θετικός σε σχέση με το δεύτερο κύμα της έρευνας, αφού περισσότερες επιχειρήσεις δηλώνουν ότι ο κύκλος εργασιών τους έχει αυξηθεί. Ελαφρώς μειωμένο παρουσιάζεται το ποσοστό όσων ανέφεραν ότι ο κύκλος εργασιών έχει παραμείνει σταθερός, με μείωση να εντοπίζεται επίσης και στο ποσοστό των αρνητικών τοποθετήσεων. Η τάση αυτή δεν μεταβάλλεται σημαντικά σε σχέση με το δείκτη κερδοφορίας και εισπράξεων/ ρευστότητας, ενώ όσον αφορά το δείκτη κόστους χρηματοδότησης αυτός δείχνει να μειώνεται.

Όσον αφορά τις προβλέψεις των επιχειρήσεων για τον κύκλο εργασιών το επόμενο εξάμηνο, αυτός αναμένεται να παραμείνει σταθερός, όπως σταθερό αναμένεται να είναι και το κέρδος της επιχείρησης.

Σχολιάζοντας τα ευρήματα της έρευνας, ο εκτελεστικός πρόεδρος του ομίλου Cyrgonetwork Χρίστος Μιχαηλίδης χαρακτήρισε ενθαρρυντικό το ότι έχουν δημιουργηθεί νέες θέσεις εργασίας.

«Τα αποτελέσματα είναι ελαφρώς καλύτερα σε σύγκριση με το προηγούμενο κύμα, παραμένουν όμως για το σύνολο των δεικτών ακόμα σοβαρά προβλήματα στην αγορά» υπέδειξε.

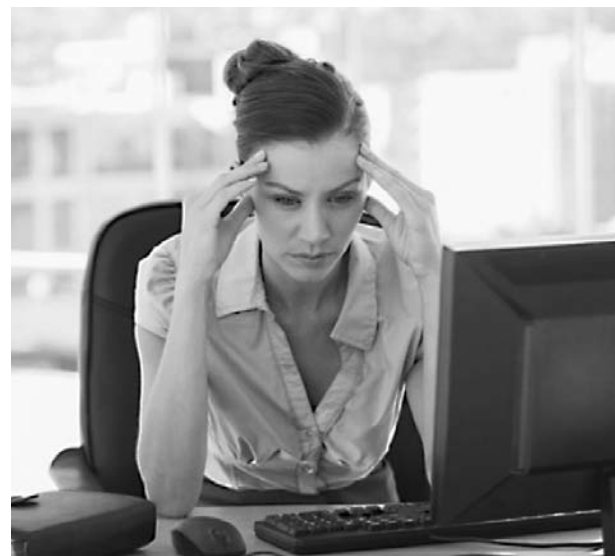
Ο κ. Μιχαηλίδης σημείωσε ότι «είναι σημαντικά το θέμα των φορολογικών ελαφρύνσεων και της απλοποίησης της γραφειοκρατίας και χρειάζονται κίνητρα πρακτικά που θα βοηθήσουν, όμως οι επιχειρήσεις πρέπει να πάρουν την κατάσταση στα χέρια τους».

Όπως ανέφερε, «ανεξαρτήτως της όποιας βοήθειας, καθοδήγησης ή στήριξης από το κράτος σημαντικό είναι το τι κάνει κάθε επιχείρηση από μόνη της», υποδεικνύοντας πως «η εξωστρέφεια είναι μια διέξοδος, οι συνεργασίες και οι συγχωνεύσεις είναι πρακτικά μέτρα που θα βοηθήσουν προς αυτή την κατεύθυνση».

Από πλευράς του ο διευθυντής του CIIM Θεόδωρος Παναγιώτου ανέφερε ότι «τα πράγματα δείχνουν να είναι καλύτερα, η οικονομία έχει σταθεροποιηθεί και βλέπουμε τα σημάδια μιας μάλλον αναμικτής ανάκαμψης».

Όταν μελετήσει κανείς τα αποτελέσματα της έρευνας διαπιστώνει ότι έχει μέσα της «τους σπόρους μιας πιο δυναμικής ανάπτυξης τους επόμενους έξι μήνες» είτε.

Σε έξι μήνες θα δημιουργηθούν περισσότερες θέσεις εργασίας, θα υποχωρήσουν η μείωση των θέσεων εργασίας και οι περικοπές μισθολογίων, αλλά «να



μην περιμένουμε θαύματα» ανέφερε χαρακτηριστικά. Υπέδειξε δε ότι «πρέπει να επικεντρώσουμε την προσοχή μας στις υπηρεσίες και στη δημιουργία νέων προϊόντων».

Χαρακτήρισε λυπηρό το ότι το 36% των επιχειρήσεων δεν έχει πλάνο για το επόμενο εξάμηνο, ποσοστό που αυξήθηκε σε σχέση με την προηγούμενη έρευνα.

Ο κ. Θεοδώρου ανέφερε ότι η μείωση των φόρων για τις επιχειρήσεις, οι φορολογικές απαλλαγές, τα κίνητρα και οι χρηματοδοτήσεις, μπορεί να βοηθήσουν, όμως προσωρινά, και υπέδειξε πως θα ήταν καλύτερο για τις επιχειρήσεις να δημιουργήσουν νέα προϊόντα και να στραφούν σε ξένες αγορές.

«Εάν θέλουμε πιο δυναμική ανάκαμψη πρέπει οι επιχειρήσεις μας να τελειοποιήσουν τα προϊόντα τους και να στραφούν προς εξωτερικές αγορές» είπε και πρόσθεσε ότι το κράτος θα μπορούσε να βοηθήσει τις επιχειρήσεις να γίνουν πιο εξωστρεφείς, καθώς και με την προσέλκυση επενδύσεων από το εξωτερικό.

Ο κ. Θεοδώρου είπε ότι με βάση τα ευρήματα της έρευνας οι μεγάλες επιχειρήσεις κάνουν επενδύσεις και δημιουργούν νέες θέσεις εργασίας, ενώ οι μικρές επιχειρήσεις ακόμα το παλεύουν και το κράτος πρέπει να δει με ποιο τρόπο θα βοηθηθούν.

• Τα αποτελέσματα του τρίτου κύματος της επιχειρηματικής έρευνας, που διεξήχθη μεταξύ Ιουνίου και Ιουλίου, με τη συμμετοχή 400 επιχειρήσεων, παρουσιάστηκαν πρόσφατα σε διάσκεψη Τύπου, στο CIIM, στην παρουσία του εκτελεστικού προέδρου του ομίλου Cyrgonetwork Χρίστου Μιχαηλίδη και του διευθυντή του CIIM Θεόδωρου Παναγιώτου.



Στις 16 Αυγούστου 1960 Σάνοιξε μια καινούργια σελίδα για την Κύπρο. Η επίσημη ανακήρυξη της Κυπριακής Δημοκρατίας γίνεται πραγματικότητα. Η σημαία της, που κυματίζει στη Βουλή και σε όλα τα δημόσια κτίρια, επιβεβαιώνει ότι η Μεγαλόνησος θα κατείχε πλέον μια θέση στο χάρτη των ανεξάρτητων κρατών.

Η ανεξαρτητοποίηση της Κύπρου ακολούθησε τη λήξη του επαναστατικού αγώνα '55-'59 κατά της αγγλικής αποικιοκρατίας και την υπογραφή της πολύκροτης συμφωνίας της Ζυρίχης που έγινε στις 11 του Φλεβάρη 1959 στο κυβερνείο (σημερινό προεδρικό), με την παρουσία αντιπροσώπων των τριών εγγυητριών Δυνάμεων: Αγγλίας, Ελλάδας και Τουρκίας. Η Συμφωνία εξασφάλιζε το Σύνταγμα της Κυπριακής Δημοκρατίας και τις συνθήκες Εγγύησης και Συμμαχίας.

Η επίσημη ανακήρυξη της Κυπριακής Δημοκρατίας έγινε στην αίθουσα του μεταβατικού Υπουργικού Συμβουλίου στη Λευκωσία, λίγο μετά τα μεσάνυχτα της 15ης προς τη 16η Αυγούστου. Ο μέχρι τότε Βρετανός κυβερνήτης, Σερ Χιού Φουτ, ανήγγειλε την προκήρυξη της Βασίλισσας της Αγγλίας, με την οποία επισημοποιούταν η αποχώρηση της αγγλικής κυριαρχίας από το νησί, εκτός των περιοχών, βέβαια, όπου υπήρχαν στρατιωτικές βάσεις, όπως όριζε η Συνθήκη της Ζυρίχης και του Λονδίνου. Πρώτος πρόεδρος της Μεγαλόνησου εκλέχθηκε ο Μακάριος, ενώ το μεσημέρι της 16ης Αυγούστου έγινε υποστολή της αγγλικής σημαίας στο μέγαρο



1Η ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ: ΕΠΕΤΕΙΟΣ ΚΥΠΡΙΑΚΗΣ ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑΣ



του κυβερνείου και έπαρση της σημαίας της Κυπριακής Δημοκρατίας. Την αμέσως επόμενη μέρα οι μηχανισμοί του νέου κράτους μπήκαν σε λειτουργία, ο κατάλογος των υπουργών συμπληρώθηκε, οι βουλευτές των δύο κοινοτικών Βουλών είχαν ήδη εκλεγεί και το παλιό κυβερνείο μετονομάστηκε σε Προεδρικό Μέγαρο.

Στις 21 Σεπτεμβρίου 1960 η

• Σύντομη ιστορική αναδρομή - Οι 3 μεγάλοι σταθμοί της 55χρονης πορείας του νεοσύστατου Κυπριακού κράτους

Κυπριακή Δημοκρατία αναγνωρίστηκε από τα Ηνωμένα Έθνη ως κυρίαρχο και ανεξάρτητο κράτος, έγινε δεκτή στη Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών και ένα χρόνο μετά ανακηρύχθηκε σε ισότιμο μέλος του Συμβουλίου της Ευρώπης.

Οι 3 μεγάλοι σταθμοί

Τρεις είναι μέχρι τώρα οι μεγάλοι σταθμοί που σημάδεψαν την πολυτάραχη πορεία της 55χρονης Κυπριακής Δημοκρατίας.

• Η ανταρσία των Τουρκοκυπρίων με έξωθεν διαταγή για κατάλυση του νεοσύστατου



Κυπριακού κράτους.

• Η τουρκική εισβολή του 1974 και κατοχή του 37% του Κυπριακού εδάφους από τον «Αττίλα»

• Η ένταξη της Κυπριακής Δημοκρατίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση και την Ευρωζώνη.

Η ΤΟΥΡΚΑΝΤΑΡΣΙΑ ΤΟΥ 1963

Επικαλούμενη λόγους ασφάλειας των Τουρκοκυπρίων, η Άγκυρα αποπειράθηκε το 1963 να καταλύσει το νεοσύστατο Κυπριακό κράτος προκειμένου να υλοποιήσει τα κατακτητικά της σχέδια εναντίον της μεγαλύτερης.

Επρόκειτο για μια καλά προετοιμασμένη ανταρσία που στόχευε στη διάλυση της Κυπριακής Δημοκρατίας και στην παροχή της δυνατότητας στην Άγκυρα να επέμβει στην Κύπρο. Αφορμή για την επιδρομή της Τουρκίας της περιόδου 1963-64 που κορυφώθηκε με τους βομβαρδισμούς των χωριών στην Τηλλυρία έδωσε η πρόταση του προέδρου Μακαρίου για αναθεώρηση 13 σημείων του Συντάγματος προκειμένου να γίνει λειτουργικό. Τα αίτια φυσικά είναι άλλα και αποσκοπούσαν στην κηδεμόνευση της Κύπρου από την Άγκυρα. Ήδη πριν ακόμη την επίσημη ανεξαρτησία είχε συλληφθεί στις ακτές της Καρπασίας το τουρκικό πλοίο «Ντενίζ» (18 Οκτωβρίου 1959) που μετέφερε μεγάλες ποσότητες οπλισμού για την ΤΜΤ. Η ελληνική πλευρά, δεν ήταν έτοιμη να αντιμετωπίσει την ανταρσία και απόδειξη αυτού είναι το γεγονός ότι οι

κάτω από τον αποικιακό ζυγό.

ΤΟΥΡΚΙΚΗ ΕΙΣΒΟΛΗ ΙΟΥΛΙΟΥ 1974

Στις 20 Ιουλίου του 1974 με αφορμή και πάλι την παροχή ασφάλειας στους τουρκοκύπριους που δήθεν κινδύνευαν από το πραξικόπημα της χούντας των Αθηνών κατά του προέδρου Μακαρίου πέντε μέρες νωρίτερα, η Τουρκία εισέβαλε στην Κύπρο. Η πολεμική επιχείρηση ξεκίνησε με απόβαση των Τουρκικών στρατευμάτων τα ξημερώματα της 20ης Ιουλίου. Ολοκληρώθηκε ένα μήνα αργότερα με τη 2η φάση της 15ης Αυγούστου με αποτέλεσμα την παράνομη κατοχή του 37% της Κυπριακής Δημοκρατίας. Περίπου 200.000 εκδιώχθηκαν από τα σπίτια τους περίπου 4.000 νεκροί ενώ 1.619 δηλώθηκαν αγνοούμενοι.

Οι Τούρκοι έθεσαν υπό τον πλήρη έλεγχο τους το 65% της καλλιεργήσιμης έκτασης, το 70% του ορυκτού πλούτου, το 70% της βιομηχανίας, το 80% των τουριστικών εγκαταστάσεων. Η Τουρκία υποστήριξε ότι δεν πρόκειται για εισβολή αλλά για «ειρηνική επέμβαση» με σκοπό την επαναφορά του συνταγματικού σκηνικού στην προτέρα της επεμβάσεως κατάσταση. Ανακοίνωσε ότι το δικαίωμα για την επέμβασή της ήταν κατοχυρωμένο από τη Συνθήκη. Αυτό απορρίφθηκε από το Συμβούλιο Ασφαλείας των Ηνωμένων Εθνών που με ψήφισμα του ζήτησε την αποχώρηση των τουρκικών στρατευμάτων κατοχής από την Κύπρο. Το εν λόγω ψήφισμα ωστόσο παραμένει μέχρι σήμερα γράμμα κενό. Στις 15 Νοεμβρίου 1983 ανακηρύσσεται μονομερώς το ψευδοκράτος στο κατεχόμενο τμήμα της Κύπρου με την επωνυμία «Τουρκική Δημοκρατία Βόρειας Κύπρου» που μόνο η Τουρκία αναγνωρίζει.

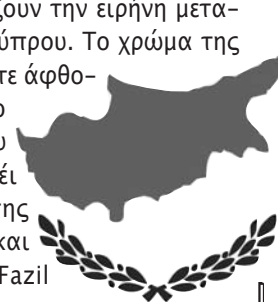
ΕΝΤΑΞΗ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΕΝΩΣΗ 1Η ΜΑΙΟΥ 2004

Ύστερα από στενή συνεργασία Κύπρου Ελλάδας και περίτεχνες διπλωματικές και πολιτικές κινήσεις των κυβερνήσεων Κληρίδη Σημίτη, η Κυπριακή Δημοκρατία έγινε μέλος της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Κορωνίδα της Ελληνικής επιτυχίας είναι ότι η Κυπριακή Δημοκρατία εντάσσεται στην Ευρωπαϊκή Ένωση με ισχύ του Κοινοτικού Κεκτημένου σε όλη την επικράτεια της νήσου συμπεριλαμβανομένου και του κατεχόμενου τμήματος. Αυτή η πρόνοια αποτελεί και την λυθία λίθο πάνω στην οποία στηρίζεται η στρατηγική της Ελληνικής πλευράς, Κύπρου και Ελλάδας και εξεύρεση δίκαιης, βιώσιμης και δημοκρατικής λύσης που να συνάδει με το Κοινοτικό Κεκτημένο.

Το επιστέγασμα της ευρωπαϊκής πορείας της Κύπρου επιτεύχθηκε το 2009 με την ένταξη της Κύπρου στην ευρωζώνη με αλλαγή νομίσματος. Στη βάση των ευρωπαϊκών αξιών και ασφαλώς στα ψηφίσματα των Ηνωμένων Εθνών, συνεχίζεται η τιτάνεια προσπάθεια του Ελληνισμού για απαλλαγή της Κύπρου από τα τουρκικά στρατεύματα και δικαίωση των αγώνων του Κυπριακού Ελληνισμού. Σημειώνεται ότι στις 24 Απριλίου του 2004 ο Κυπριακός Ελληνισμός απέρριψε με πλειοψηφία 75% το σχέδιο ανάν για λύση του Κυπριακού στελλοντας το μήνυμα παντού ότι δεν πρόκειται να αποδεχθεί οποιαδήποτε λύση, αξιώνοντας δίκαιη λύση που να διασφαλίζει την επιβίωση του κυπριακού Ελληνισμού στη γή των προγόνων του μέσα από έντιμο συμβιβασμό.

Ο Τουρκοκύπριος ζωγράφος, Ισμέτ Γκιουνέι, φιλοτέχνησε τη σημαία της Κύπρου

Η σημαία της Κύπρου καθιερώθηκε το 1960 με την ανεξαρτησία του νησιού από τους Βρετανούς. Προέκυψε από διεθνή διαγωνισμό. Προϋποθέσεις ήταν στη σημαία να μην εικονίζονται σταυρός ή ημισέληνος, και να μην περιέχονται το μπλε και το κόκκινο χρώμα, σύμβολα και τα δυο της Ελλάδας και της Τουρκίας. Στη σημαία προβάλλεται η Κύπρος με κίτρινο χρώμα σε άσπρο φόντο. Κάτω από την Κύπρο δύο πράσινα κλαδιά ελιάς, ενωμένα στις άκρες που συμβολίζουν την ειρήνη μεταξύ των Ελλήνων και των Τούρκων της Κύπρου. Το χρώμα της Κύπρου στη σημαία συμβολίζει τον άλλοτε άφθονο χαλκό που υπήρχε στο νησί. Το σχέδιο που κέρδισε στο διαγωνισμό ήταν του Τουρκοκύπριου ζωγράφου Ισμέτ Γκιουνέι και επιλέχθηκε από τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας Μακάριο Γ' και τον αντιπρόεδρο Φαζίλ Κιουτσούκ (Fazil Kutsuk).



• **ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ Η «ΕΠΙΘΕΣΗ» ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ**

Νέοι και μακροχρόνια άνεργοι στο επίκεντρο των νέων σχεδιασμών του υπουργείου Εργασίας

Ρεπορτάζ: **Δέσποινα Ησαΐα**

Έχοντας στη διάθεση του €130 εκατ. από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο, το υπουργείο Εργασίας σχεδιάζει τα επόμενα βήματα για άμβλυνση του σοβαρού προβλήματος της ανεργίας θέτοντας στο μικροσκόπιο τους άνεργους νέους και τους μακροχρόνια άνεργους.

Σε διάσκεψη τύπου της Αρχής Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού Αναδ για τα πεπραγμένα του 2014 η υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** αναφέρθηκε στους Κυβερνητικούς σχεδιασμούς για αναχαίτιση της ανεργίας.

Τόνισε πως οι νέοι σχεδιασμοί είναι σε προκαταρκτικό στάδιο και δεν έχουν καθοριστεί αριθμητικοί στόχοι ούτε το ύψος της κάλυψης του μισθολογικού κόστους.

Πριν το τέλος του χρόνου, το Υπουργείο Εργασίας θα ανακοινώσει τη λειτουργία δύο σχεδίων απασχόλησης ανέργων, που εξαγγέλθηκαν από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας



πριν από μερικούς μήνες. Πρόκειται για το σχέδιο παροχής φροντίδας σε άτομα τρίτης ηλικίας και οικογένειες με ανήλικα παιδιά και το σχέδιο κοινωνικών επιχειρήσεων. «Η ιδέα του σχεδίου παροχής φροντίδας» εξήγησε η κ. Αιμιλιανίδου, «είναι ότι εγγεγραμμένοι άνεργοι θα τύχουν εκπαίδευσης για να αναλάβουν καθήκοντα φροντιστή».

Με θετικό πρόσημο είναι ο απολογισμός της Αρχής, που επικεντρώνεται στην υλοποίηση σχεδίων που αφορούν

άνεργους νέους.

Είναι ενθαρρυντικό ότι οι μισοί από τους άνεργους πτυχιούχους οι οποίοι συμμετέχουν στα σχέδια τοποθέτησης παραμένουν σε εργασία, όπως ανακοίνωσε ο **γ.δ. της Αναδ, Γιώργος Παναγίδης**, προσθέτοντας ότι περίπου ένας στους τέσσερις πτυχιούχους παραμένει στην επιχείρηση που τοποθετήθηκε από την Αρχή.

Σε ανάλυση των αποτελεσμάτων των σχεδίων της Αρχής προέβη ο **πρόεδρος του Δ.Σ., Δημήτρης Κιττένης**, ο οποίος

ανέφερε, μεταξύ άλλων, ότι κονδύλι ύψους €20,3 εκατ. δαπανήθηκε το 2014 για κατάρτιση και λειτουργήσαν 4.736 προγράμματα, στα οποία συμμετείχαν 35.577 άτομα.

Ο κ. Κιττένης επικεντρώθηκε στα τρία σχέδια, του Υπουργείου Εργασίας, που υλοποιεί η Αρχή, συνολικής δαπάνης ύψους €16,5 εκατ.

Ειδικότερα, σύμφωνα με στοιχεία που παρέθεσε, τα αποτελέσματα των σχεδίων έχουν ως εξής:

• στο πρώτο σχέδιο τοποθετήθηκαν 1.775 άνεργοι έναντι δαπάνης €6,4 εκατ. και ως τον περασμένο Νοέμβριο ολοκλήρωσαν με επιτυχία το πρόγραμμα 1.498 άνεργοι

• στο δεύτερο σχέδιο έγιναν 1.916 τοποθετήσεις ανέργων και σε νέα πρόσκλησή του εντός του 2015 υποβλήθηκαν 2.931 αιτήσεις ανέργων που βρίσκονται υπό εξέταση. Η προϋπολογιζόμενη δαπάνη του έργου ανέρχεται στα €16,5 εκατ. για συμμετοχή 4.400 νέων πτυχιούχων

• στο τρίτο σχέδιο που αφορά άνεργους νέους απόφοιτους τριτοβάθμιας εκπαίδευσης κάτω των 25 ετών με συνολική δαπάνη €8,5 εκατ. έγιναν 1.142 τοποθετήσεις ανέργων και με τη νέα πρόσκληση εντός του 2015 υποβλήθηκαν άλλες 1.022 αιτήσεις που αξιολογούνται.

Ζέτα Αιμιλιανίδου, υπουργός Εργασίας

Το ανθρώπινο δυναμικό κινητήρια δύναμη για αποτροπή των αρνητικών δεδομένων

Η κυπριακή οικονομία, η οποία δοκιμάστηκε σκληρά, κατάφερε να σημειώσει θετικά πλέον αποτελέσματα και μπορούμε με ελπίδα να ατενίζουμε το μέλλον. Στην αποτελεσματική αντιμετώπιση των επιπτώσεων της κρίσης, συνέβαλε η συνεχής κινητοποίηση και συστράτευση όλων, ενώ το ανθρώπινο δυναμικό αποτέλεσε και συνεχίζει να αποτελεί την κύρια κινητήρια δύναμη για αναστροφή των αρνητικών δεδομένων.

Παρ' όλα αυτά, χρειάζεται να παραμείνουμε

• **Πολύμορφο το έργο που επιτελεί η Αναδ**

προσηλωμένοι στον στόχο και να συνεχίσουμε την προσπάθεια. Οι σημερινές συνθήκες θέτουν νέες απαιτήσεις για το ανθρώπινο μας δυναμικό, για συνεχή ανάπτυξη, εμπλουτισμό των προσόντων και των δεξιοτήτων του. Οι επιχειρήσεις, οι εργαζόμενοι, αλλά και οι θεσμοί γενικότερα, απαιτείται να βρίσκονται σε συνεχή εγρήγορση για να ανταποκρίνονται επιτυχώς στις νέες συνθήκες.

Ανάμεσα στις προτεραιότητες της Κυβέρνησης και του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, βρίσκεται η αντιμετώπιση του προβλήματος της ανεργίας το οποίο έχει πλήξει όλους και σοβαρότερα τους νέους. Για τον σκοπό αυτό, μεταξύ άλλων μέτρων, συνεχίζεται η υλοποίηση των δύο (2) Σχεδίων του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων για αντιμετώπιση της ανεργίας, τα οποία αρχικά εξήγγειλε ο Πρόεδρος

της Δημοκρατίας τον Δεκέμβριο του 2013 και υλοποιούμε μέσω της Αρχής Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού.

Τα μέχρι τώρα αποτελέσματα των Σχεδίων αυτών είναι πολύ ενθαρρυντικά, αφού κατά το 2014, στο πρώτο Σχέδιο εντάχθηκαν 1.916 άνεργοι νέοι πτυχιούχοι, ενώ για το ίδιο Σχέδιο, υποβλήθηκαν 2.931 αιτήσεις από άνεργους και 1.135 αιτήσεις από επιχειρήσεις στο πλαίσιο νέας πρόσκλησης που έγινε για το 2015. Ο συνολικός Προϋπολογισμός του Έργου ανέρχεται στα €16,5 εκατομμύρια.

Πέραν, όμως, των δράσεων που συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της ανεργίας, θα ήθελα να εκφράσω τα συγχαρητήρια μου και για τις άλλες πολύ σημαντικές δράσεις και προγράμματα τα οποία υλοποιεί η Αρχή, όπως είναι τα Σχέδια για την κατάρτιση των απασχολούμενων, το Σύστημα Επαγγελματικών Προσόντων και το Σύστημα Αξιολόγησης και Πιστοποίησης των Συντελεστών Παροχής Κατάρτισης που εξυπηρετούν τη διασφάλιση ποιότητας στην παροχή της κατάρτισης και συμβάλουν στην αναβάθμιση της ποιότητας του ανθρώπινου μας δυναμικού. Επίσης, η υιοθέτηση, σε συνεργασία με το Υπουργείο Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, Ειδικού Σχεδίου για προετοιμασία του ανθρώπινου δυναμικού για τα πράσινα επαγγέλματα.

Το πολύμορφο έργο που έχει επιτελέσει μέχρι σήμερα η Αρχή, αποτελεί εχέγγυο για να συνεχίσει την επιτυχή προσφορά της ανταποκρινόμενη στις ανάγκες του σήμερα και στις προκλήσεις του αύριο, βοηθώντας έτσι τις επιχειρήσεις, τους εργαζόμενους, αλλά κυρίως τους άνεργους της Κύπρου.

Η προβλέψεις αναγκών απασχόλησης

2014 - 2024

Η ετήσια συνολική ζήτηση θα ανέλθει στις 12.966 άτομα. Εκτιμάται ότι από αυτές τις θέσεις οι 4.600

θα είναι νέες και οι 7.700 θα προκύπτουν από μόνιμες αποχωρήσεις από την αγορά. Η συντριπτική πλειοψηφία των απασχολούμενων παραμένει συγκεντρωμένη στον τριτογενή τομέα, με αποτέλεσμα περίπου 8 στους 10 να εργοδοτούνται στις υπηρεσίες



✓ **Μέχρι το τέλος του χρόνου θα εξαγγελθούν δύο νέα σχέδια παροχής φροντίδας σε ηλικιωμένους και οικογένειες με ανήλικα παιδιά**

Μήνυμα Επαρχιακής Συνδιάσκεψης Τμήματος Γυναικών ΣΕΚ Λευκωσίας-Κερύνειας

Να βαδίσουμε όλοι μαζί το δρόμο της κοινωνικής προόδου και της ευημερίας

Η ΣΕΚ καλεί τις εργαζόμενες γυναίκες ως ένα ζωντανό κύτταρο της χώρας μας να εμπλακεί ενεργότερα στα κοινωνικά δρώμενα, προάγοντας τις συνδικαλιστικές αξίες για την οικοδόμηση μιας καλύτερης κοινωνίας.

Τη θέση αυτή διατύπωσε από το βήμα της επαρχιακής συνδιάσκεψης του Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ ο επαρχιακός γραμματέας της ΣΕΚ Λευκωσίας - Κερύνειας **Πάμπος Ιωαννίδης**, που πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 23 Σεπτεμβρίου 2015 στο οίκημα της ΣΕΚ.

Ο κ. Ιωαννίδης απευθυνόμενος στις γυναίκες αντιπροσώπους, τόνισε πως

το κίνημα ως θεματοφύλακας των διαχρονικών αξιών, «θα σας δώσει όλα τα εχέγγυα για να ανταποκριθείτε σε αυτόν το δύσκολο ρόλο».

Πρόσθεσε ακόμη πως όλοι μαζί, μπορούμε να δώσουμε στο κίνημά μας νέα δύναμη για να συνεχίσει το πρωτοποριακό του έργο και να βαδίσουμε όλοι μαζί τον δρόμο που έχουμε χαράξει για κοινωνική πρόοδο και ευημερία.

Η γραμματέας του Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ **Δέσποινα Ησσία** σε χαιρετισμό που απηύθυνε, επεσήμανε ότι παρά τις προφανείς οικονομικές δυσκολίες θα συνεχίσει να επιμένει πως η προαγωγή της Ισότητας δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ως πολυτέλεια ή

ως προσωπική υπόθεση αλλά θα πρέπει να επιμετρηθεί ως κοινωνική ανάγκη με στόχο την ενίσχυση της απασχόλησης με άξιους και καταρτισμένους εργαζόμενους ανεξαρτήτως φύλου. Δεν νοείται, πρόσθεσε, εργασία χωρίς την ισότιμη συμμετοχή όλων ανεξαιρέτα των εργαζομένων. Οι Κύπριες γυναίκες με υψηλά ακαδημαϊκά προσόντα και δεξιότητες, συμβάλουν τα μέγιστα στην ανόρθωση της οικονομίας και είναι λυπηρό να μην λαμβάνονται υπόψη οι καθημερινές πρακτικές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν λόγω των σοβαρών κενών στις δομές φροντίδας των παιδιών και των ηλικιωμένων με τα ωράρια και το ψηλό κόστος

να αποτελούν αποτρεπτικούς παράγοντες.

Η Επαρχιακή γραμματέας του Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ **Νατάσα Ιωάννου** αφού κατέδειξε την αναγκαιότητα όπως το κράτος και η πολιτεία δώσει την απαιτούμενη στήριξη στις εργαζόμενες γυναίκες, κατέθεσε την πλούσια δράση του Τμήματος εκφράζοντας την ευαρέσκεια της για την ομαδικότητα και την συνεργασία που επιδεικνύεται από όλα τα στελέχη του Τμήματος.

Η επαρχιακή συνδιάσκεψη εξέλεξε την νέα ηγεσία του Τμήματος και τους αντιπροσώπους που θα εκπροσωπηθούν στη Παγκύπρια Συνδιάσκεψη.

Πάμπος Ιωαννίδης, Επαρχιακός Γραμματέας ΣΕΚ Λευκωσίας - Κερύνειας

Οι διακηρύξεις ως μετατραπούν σε πράξεις

Είναι γνωστό πως οι εργαζόμενες γυναίκες πέραν από τα κοινά προβλήματα και διεκδικήσεις που έχουν συνήθως οι εργαζόμενοι, έχουν τα δικά τους ιδιαίτερα προβλήματα που πρέπει να τύχουν πολλαπλής προσοχής, μέριμνας και φροντίδας.

Τα τελευταία χρόνια η συμμετοχή της γυναίκας στο εργατικό δυναμικό έχει αυξηθεί σημαντικά. Την βρίσκουμε να επιδεικνύει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τα κοινά, να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες στην πολιτική ζωή και υπεύθυνες θέσεις τόσο στη Δημοσία Υπηρεσία όσο και σε ιδιωτικές επιχειρήσεις.

Οι πολύχρονοι αγώνες του γυναικείου κινήματος επέφεραν την κοινωνική αναγνώριση και τις διεθνείς συμβάσεις. Η συστηματική προβολή και καλλιέργεια της ιδέας της ισότητας της γυναίκας αλλά και η έμπρακτη απόδειξη των ικανοτήτων της, έφεραν την αλλαγή. Σήμερα οι σύγχρονες κοινωνίες αναγνωρίζουν ότι η γυναίκα έχει τα ίδια δικαιώματα και τις ίδιες ικανότητες όπως και ο άνδρας.

Παρόλα αυτά, είναι πολλοί που διακηρύττουν ότι σέβονται και αναγνωρίζουν τα δικαιώματα των γυναικών και τις διάφορες διεθνείς συμβάσεις, αλλά αρκούνται μόνο στη θεωρία και ουσιαστικά διστάζουν να μετατρέψουν τις διακηρύξεις σε πράξεις και να τις εφαρμόσουν στην καθημερινή τους ζωή.

Βέβαια δεν θα πρέπει να παραγνωρίζουμε τη μεγάλη πρόοδο που έχει επιτευχθεί. Οφείλουμε όμως όλοι να συνειδητοποιήσουμε ότι, υπάρχει μπροστά μας δύσκολο και μακροχρόνιο έργο που μόνο με συστηματική και οργανωμένη προσπάθεια μπορούμε να φέρουμε σε πέρας.

Το Συνδικαλιστικό Κίνημα αναγνωρίζοντας την προσφορά της γυναίκας, στήριξε και συνεχίζει να στηρίζει τους αγώνες για ισότητα και ισοτιμία και παλεύει για την βελτίωση της θέσης της στην εργασία και στην κοινωνία.



Δέσποινα Ησσία, γραμματέας τμήματος γυναικών ΣΕΚ

Ας επενδύσουμε σε ένα ποιοτικότερο μέλλον για όλους μας

Παρά τον εκσυγχρονισμό των νομοθεσιών, η κύπρια γυναίκα βρίσκεται σε μειονεκτικότερη θέση τόσο στο πλαίσιο της οικογένειας όσο και στη δημόσια σφαίρα της ζωής, την αγορά εργασίας, την απασχόληση, την επιχειρηματικότητα και την αντιπροσώπευση στα κέντρα λήψεως αποφάσεων.

Το κράτος οφείλει ειδικότερα σε αυτήν την δύσκολη περίοδο της κρίσης να εστιάσει την προσοχή της ενισχύοντας τους μηχανισμούς ελέγχου εφαρμογής της νομοθεσίας. Όταν η νομοθεσία δεν εφαρμόζεται τότε η ασυδοσία και η

εκμετάλλευση στην εργασία θηρεύουν διαβρώνοντας τον κοινωνικό ιστό.

Θα πρέπει η κυπριακή κοινωνία να αρχίσει να διαπνέεται από την αντίληψη ότι τα θέματα συμφιλίωσης δεν αποτελούν γυναικεία διεκδίκηση αλλά συνιστούν ευρύτερη κοινωνική ανάγκη.

Η πολιτεία έχει ευθύνη να προστατεύει τη μητρότητα, την οικογένεια να εξασφαλίζει την ίση μεταχείριση την ίση αμοιβή μεταξύ των δύο φύλων εξασφαλίζοντας ένα Ισόρροπο εργασιακό περιβάλλον για τις εργαζόμενες.

Θα πρέπει μέσα από ένα κράτος πρόνοιας να έχει τη δυνατότητα να κάνει η ίδια τις επιλογές της και όχι οι συνθήκες να την εξαναγκάζουν να ακολουθήσει συγκεκριμένες οδούς.

Παρά τις κοινωνικοοικονομικές δυσκολίες οφείλει να αγωνιστεί με όλες τις δυνάμεις της για τη δημιουργία μιας δικαιότερης κοινωνίας που να μην εδράζεται στο φύλο αλλά στη γνώση και την κατάρτιση. Μέσα από δράση και διεκδίκηση επενδύουμε σε ένα ποιοτικό μέλλον για όλους μας.



ΤΟΝΩΣΤΕ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΣΑΣ ΝΙΩΣΤΕ ΗΡΕΜΟΙ ΚΑΙ ΖΩΝΤΑΝΟΙ

• 6+ 1 τρόποι για να ... φορτίσετε τις μπαταρίες σας

Σηκώνεσαι το πρωί από το κρεβάτι σέρνεσαι σαν να μην έχεις σηκωθεί ποτέ. Κάνεις τα πάντα αλλά είναι αδύνατον να ξυπνήσεις και να βάλεις τον οργανισμό σου να δουλέψει και καμία δουλειά δεν σου γίνεται γιατί δεν μπορείς να δώσεις την απαραίτητη προσοχή.

Το ενδιαφέρον είναι ότι το αίσθημα της ενέργειας αποτελεί το κλειδί για την ευτυχία. Σύμφωνα με μελέτες όταν κάποιος νιώθει ζωντανία, τότε αισθάνεται πολύ καλύτερα για τον εαυτό του.

Από την άλλη πλευρά όταν κάποιος



νιώθει εξαντλημένος ακόμα και δραστηριότητες που υπό άλλες συνθήκες θα τον έκαναν χαρούμενο, -όπως η προετοιμασία για ένα πάρτι, ο σχεδιασμός ενός ταξιδιού- να τον κάνει να αισθάνεται κατηφής με «μαύρες σκέψεις».

Ηγνωστή συγγραφέας βιβλίων αυτοβοήθειας Gretchen Rubin, υποστηρίζει ότι αν κάποιος αισθάνεται τα ενεργειακά του αποθέματα σε χαμηλά επίπεδα τότε πρέπει να ακολουθήσει μία από τις παρακάτω τεχνικές. Βέβαια σημειώνει ότι πριν κάνει κάτι από τα παρακάτω πίνει έναν δυνατό καφέ και αν δεν πιάσει τότε ξεκινάει

1. Άσκηση - ακόμα και για λίγο. Δέκα λεπτά περπάτημα αυξάνουν την ενέργεια και ενισχύουν τη διάθεση. Οι περισσότεροι λένε ότι είναι πολύ κουρασμένοι για να ασκηθούν, αλλά στην πραγματικότητα αν κάποιος κάνει γυμναστική σε υψηλό επίπεδο έντασης, η άσκηση βοηθάει στην αύξηση της

ενέργειας και δεν την μειώνει.

2. Ακούστε έντονη μουσική. Αυτός είναι ένας από τους πιο γρήγορους και ευκολότερους τρόπους για να ανεβείτε ψυχολογικά και ενεργειακά.

3. Κοιμηθείτε όσο περισσότερο μπορείτε. Αν κάθε πρωί το ξυπνήτηρι είναι ο εφιάλτης σας και δεν έχετε κοιμηθεί αρκετά, αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι μπαταρίες να μην είναι γεμάτες και να μην μπορείτε να λειτουργήσετε. Οι ενήλικες χρειάζονται κάθε βράδυ τουλάχιστον επτά ώρες.

4. Να είστε δραστήριοι. Έρευνες αποδεικνύουν ότι όταν οι άνθρωποι είναι δραστήριοι, ο μεταβολισμός τους επιταχύνεται. Ο τρόπος που οι άνθρωποι ενεργούν επηρεάζει τα αισθήματά τους, έτσι όσο περισσότερο δραστήριοι είναι τόσο αυξάνεται η ενέργειά τους. Σταματήστε να μιλάτε στο τηλέφωνο καθιστοί, αλλά περπατήστε γρήγορα θα δείτε ότι σύντομα θα νιώσετε καλύτερα.

5. Μιλήστε με τους φίλους σας. Η επαφή αυτή θα σας δώσει ενέργεια. Αν λοιπόν αισθάνεστε τη διάθεσή σας στα πατώματα τότε πάρτε έναν φίλο σας και τρέξτε ή περπατήστε μαζί κουβεντιάζοντας.

6. Οργανωθείτε. Όταν οι άνθρωποι κάνουν δουλειές στο σπίτι συνήθως δυσανασχετούν, η γκρίνια αδειάζει τις δεξαμενές ενέργειας. Έτσι καλύτερα είναι να οργανώσετε τις δουλειές ώστε να τις κάνετε πιο ευχάριστα. Γράψτε τις δουλειές του σπιτιού σε μία λίστα και κάντε μία κάθε μέρα, θα δείτε ότι όλα θα είναι καλύτερα.

7. Ξεπεράστε το ξέσπασμα στο φαγητό. Είναι δελεαστικό και ιδιαίτερα ανεβαστικό όταν κάποιος αισθάνεται στα κάτω του να καταφεύγει στο βάζο με το παγωτό ή τα γλυκά που έχει στο ψυγείο, αλλά στο τέλος, όλες αυτές οι επιπλέον θερμίδες θα τον ρίξουν πιο χαμηλά. Είναι καλύτερα όταν είστε στα κάτω σας και νιώθετε έτοιμοι να ρημάξετε το ψυγείο να ασχοληθείτε με την περιποίηση του σώματός σας.

Κατάθλιψη

Τα συμπτώματα δεν κτυπούν μόνο τις γυναίκες

Αν και οι περισσότεροι ενδέχεται να πιστεύουν πως η κατάθλιψη «χτυπά» την πόρτα μόνο στο γυναικείο φύλο, έρευνες αναφέρουν πως και οι άντρες μπορούν να επηρεαστούν από αυτήν την «ύπουλη» ασθένεια της εποχής. Ωστόσο, η κατάθλιψη παρουσιάζεται στους άντρες με κάποια διαφορετικά συμπτώματα από αυτά που παρατηρούνται στις γυναίκες. Ποια είναι αυτά; Μάθετέ τα πιο κάτω.

Δυσκολία στη συγκέντρωση. Είτε δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν στη δουλειά τους είτε ακόμα αισθάνονται πως δίνουν περισσότερο έμφαση σε αρνητικές σκέψεις. Άντρες που πάσχουν από κατάθλιψη συχνά αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους προβλήματα συγκέντρωσης τα οποία δεν τους επιτρέπουν να σκεφτούν καθαρά και να λάβουν σωστές αποφάσεις.

• Η ύπουλη ασθένεια πλήττει και τον ανδρικό πληθυσμό

Θυμός ή ευερεθιστικότητα. Ένα άλλο σημάδι της κατάθλιψης είναι ο αυξανόμενος θυμός αλλά και η συνεχής ευερεθιστικότητα. Οι άντρες με κατάθλιψη, σε αντίθεση με τις γυναίκες οι οποίες καταφεύγουν στο κλάμα, παρουσιάζουν θυμό και επιθετικότητα. Σε αυτήν την περίπτωση η σωστή στήριξη από την οικογένεια αλλά και τους φίλους ενδέχεται να έχει μεγάλη επίδραση στη μείωση αυτού του συμπτώματος.

Συχνή κατάχρηση ουσιών. Πολλές φορές, οι άντρες προσπαθούν να αντιμετωπίσουν ή καλύτερα να «συγκαλύψουν» την κατάθλιψη καταφεύγοντας σε ουσίες όπως για παράδειγμα το αλκοόλ. Αυτό όμως που αγνοούν είναι πως το αλκοόλ και κατάθλιψη είναι εχθροί μιας και το πρώτο τον κάνει να αισθάνεται χειρότερα παρά καλύτερα αφού αυξάνει την ορμόνη του άγχους.

Μειωμένη σεξουαλική επιθυμία. Η κατάθλιψη συνδέεται συχνά με τη μείωση ή και την απώλεια σεξουαλικής επιθυμίας καθώς επίσης και με τη στυτική δυσλειτουργία. Και αυτό γιατί οι άντρες με κατάθλιψη πιστεύουν πως δεν έχουν

αρκετή ενέργεια για δραστηριότητες κατά τη διάρκεια της μέρας. Έτσι αυτό τους οδηγεί σε απελπισία και σε καμία απολύτως επιθυμία για σεξουαλική επαφή.

Χρόνιος πόνος και προβλήματα στο πεπτικό σύστημα. Σύμφωνα με έρευνα



του Harvard Medical School, ο χρόνιος πόνος είναι εξίσου συναισθηματική αλλά και φυσική κατάσταση. Στην πραγματικότητα, άντρες με χρόνιο πόνο έχουν τις τριπλάσιες πιθανότητες να εμφανίσουν κατάθλιψη σε σύγκριση με έναν υγιή άντρα. Μια άλλη μελέτη από το National Institute of Mental Health (NIMH) έδειξε πως η κατάθλιψη συνδέεται και με τις διαταραχές του πεπτικού συστήματος. Αυτά μπορούν να αντιμετωπιστούν με τη χρήση φαρμάκων αλλά και με την ψυχολογική στήριξη από ειδικούς.

Προβλήματα στον ύπνο. Πολύς ή λίγος ύπνος είναι και πάλι μια ένδειξη κατάθλιψης. Συνήθως άνθρωποι με κατάθλιψη παραπονιούνται καθημερινά πως δεν θέλουν να ξυπνήσουν και δυσκολεύονται να σηκωθούν από το κρεβάτι. Μερικοί ακόμη ξυπνούν κατά τη διάρκεια της νύκτας χωρίς να μπορούν να κοιμηθούν ξανά.

Κούραση σε ακραίο βαθμό. Άντρες που πάσχουν από κατάθλιψη έχουν αναφέρει πως αισθάνονται ένα γενικό αλλά σε ακραίο βαθμό αίσθημα κούρασης. Οι περισσότεροι βιώνουν ένα επίμονο αίσθημα κούρασης αλλά και έλλειψης κινήτρων ώστε να ολοκληρώσουν εργασίες ρουτίνας.

Οι άνθρωποι βιώνουν πολλά διαφορετικά συναισθήματα όταν μένουν χωρίς δουλειά, ανάλογα με τον τρόπο που έχασαν τη δουλειά τους, το χρόνο της ανεργίας, τις μελλοντικές εργασιακές πιθανότητες, την οικονομική τους κατάσταση κ.ά. Θυμός, ανησυχία, λύπη, άγχος, πίεση, φόβος, απογοήτευση, απάθεια είναι μερικά από τα συναισθήματα που κατακλύζουν τον άνεργο. Αισθάνονται σαν να «χάνουν» τον εαυτό τους και τα ταλέντα τους. Η αυτοεκτίμησή τους κλονίζεται και αναρωτιούνται αν φτάνει οι ίδιοι, κάνοντας σκέψεις όπως «δεν είμαι αρκετά καλός», «κάνεις δεν θα με προσλάβει» κ.ά. Σε αυτά μπορεί να προστεθεί το οικονομικό αδιέξοδο το οποίο αποτρέπει την αυτονομία των ανέργων και μπορεί να προκαλέσει φθορά στις διαπροσωπικές τους σχέσεις. Τίθεται λοιπόν το ερώτημα: Πώς μπορεί ο άνεργος να διαχειριστεί το διάστημα της ανερ-

Η αισιοδοξία του άνεργου



γίας ώστε να διατηρήσει τις ελπίδες και τον προσωπικό του έλεγχο για όσο χρόνο δεν έχει δουλειά; Σύμφωνα με την Καλλιόπη Σωτηράκη, Ψυχολόγος-Σύμβουλος Επαγγελματικού Προσανατολισμού (MSc) βασική προϋπόθεση είναι να οπλιστεί με υπομονή και επιμονή. Είναι σημαντικό να έχει ένα σταθερό πρό-

γραμμα στην καθημερινότητά του (π.χ. τακτικές ώρες ύπνου, καθημερινή αναζήτηση αγγελιών στο διαδίκτυο, άλλες δραστηριότητες), καθώς η ρουτίνα βοηθάει στην καταπολέμηση των συναισθημάτων θλίψης που μπορεί να βιώνει και την αποτελεσματικότερη οργάνωση του χρόνου του. Καλό είναι να μην αφιερώνει όλη την ημέρα στην αναζήτηση της εργασίας, διότι αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα να τον αποδυναμώσει. Ο καθορισμός μικρών και εφικτών στόχων μέσα από ένα δομημένο πλάνο κινήσεων που θα προγραμματίσει να κάνει είναι δυνατόν να ενισχύσει την αισιοδοξία και τη θετική του στάση.

Επανεκτίμηση δεξιοτήτων

Επίσης, οι ασχολίες του ελεύθερου χρό-

νου, η σωματική άσκηση, ο εθελοντισμός και οι «εργασίες επιβίωσης» ανακουφίζουν το αίσθημα μελαγχολίας και κρατούν τους ανθρώπους ενεργούς, δίνοντάς τους ταυτόχρονα σημαντικές ευκαιρίες διασυνδέσεων. Η περίοδος της ανεργίας μπορεί να εξελιχθεί σε σημαντική ευκαιρία για περαιτέρω εκπαίδευση και επιμόρφωση του ατόμου, προσφέροντάς του επιπλέον εφόδια και τη δυνατότητα για ενεργοποίηση και δικτύωση. Μπορεί κανείς να βρει ασχολίες που παρέχονται δωρεάν ή με ελάχιστο κόστος (π.χ. πολιτιστικοί σύλλογοι κ.ά.) και να ξεκινήσει δραστηριότητες για όσα πάντα ήθελε να κάνει αλλά ποτέ δεν είχε το χρόνο. Τέλος, το διάστημα της ανεργίας μπορεί να βοηθήσει τον άνεργο να ανακαλύψει σημαντικές πτυχές του εαυτού του και να επανεκτιμήσει τις δεξιότητές και τα ενδιαφέροντά του.

ΝΙΩΣΤΕ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΙ ΜΕ ΑΠΛΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

• 4 βήματα σε 10 εβδομάδες θα αλλάξουν τη διάθεση σας και θα νιώσετε όμορφα

Αλλάξτε μυαλά και επικεντρώστε την προσοχή σας σε ότι κάνει καλό, αν θέλετε να αισθανθείτε την ευτυχία. Αμερικανοί επιστήμονες με επικεφαλής τον δρ Άμιτ Σουντ, καθηγητή Ιατρικής στο Κολέγιο Ιατρικής της Κλινικής Μάγιο, στο Ρότσεστερ της Μινεσότα, δημιούργησαν ένα πρόγραμμα τεσσάρων βημάτων και 10 εβδομάδων που πιστεύουν ότι μπορεί να οδηγήσει σε αυτήν.

Το πρόγραμμα χρησιμοποιεί μία σειρά από ασκήσεις που βοηθούν τον κόσμο να εκπαιδεύσει τον εγκέφαλό του ώστε να «διαλέγει» την ευτυχία.

Ο δρ Σουντ λέει ότι το 40-50% της ευτυχίας μας εξαρτάται από τις επιλογές που κάνουμε και που ρίχνουμε το βάρος κάθε μέρα της ζωής μας.

«Όλοι μπορούμε να διαλέξουμε να ρίχνουμε το βάρος στα σωστά και όμορφα πράγματα

✓ **Τελικά η ευτυχία δεν είναι απρόσιτη, αρκεί να θέσετε σε κίνηση απλά πραγματάκια**



που έχουμε στη ζωή μας και όχι στα λάθος και άσχημα», λέει ο δρ Σουντ, ο οποίος δημοσίευσε ένα βιβλίο με το νέο πρόγραμμα.

«Η ευτυχία είναι συνήθεια. Μερικοί γεννιόμαστε με αυτή, άλλοι πρέπει να την επιλέγουμε».

Προγενέστερες μελέτες έχουν δείξει ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι προγραμματισμένος να εστιάζει στα αρνητικά της ζωής, διότι για τους μακρινούς προγόνους μας αυτό ήταν απαραίτητο για την επιβίωσή τους.

Ωστόσο η εστίαση στα θετικά πράγματα της ζωής μπορεί να μας κάνει πιο ευτυχισμένους απ' όσο θα φανταζόμασταν ποτέ, γράφει ο

δρ Σουντ.

Μόνο που αυτό «πιο εύκολα λέγεται, παρά γίνεται», παραδέχεται. Εξ ου και η ανάγκη του προγράμματος.

Τα τέσσερα βήματα

Στο βιβλίο που τιτλοφορείται «The Mayo Clinic Handbook for Happiness: A Four - Step Plan for Resilient Living», ο δρ Σουντ γράφει ότι τα τέσσερα βήματα προς την ευτυχία είναι συνοπτικά τα εξής:

• **Εκπαίδευση της προσοχής.** Ο δρ Σουντ συνιστά να εστιάζουμε καθημερινά σε ένα θετικό συναίσθημα, όπως ευγνωμοσύνη, συγχώρεση και καλοσύνη. Σε αυτό μπορεί να βοηθήσει η τεχνική 5-3-2.

Πρακτικά αυτό σημαίνει ότι μόλις ξυπνήσετε το πρωί θα σκεφθείτε 5 ανθρώπους που νιώθετε ευγνωμοσύνη που τους έχετε στη ζωή σας.

Θα αφιερώνετε επίσης τα 3 πρώτα λεπτά που βλέπετε την οικογένειά σας το πρωί στο να τους φέρεστε σαν να έχετε πολύ καιρό να τους δείτε και είστε πολύ χαρούμενοι που τους ξαναβλέπετε.

Και θα αφιερώνετε τα 2 πρώτα δευτερόλεπτα που θα βλέπετε έναν άλλο άνθρωπο, στο να του εύχεστε νοερά «να είσαι πάντα καλά».

• **Εκπαίδευση του συναίσθηματος.** Όταν κάτι πάει στραβά στη ζωή σας, να εστιάζετε την προσοχή σας σε ό,τι πήγε καλά μέσα στην όλη κατάσταση, και όχι σε ό,τι οδήγησε στην αποτυχία.

Να εξασκείτε επίσης την ευγνωμοσύνη, την συμπόνια, την αποδοχή και την συγχώρεση.

• **Ενίσχυση σύνδεσης σώματος και μυαλού.** Στις δραστηριότητες που προάγουν αυτή τη σύνδεση συμπεριλαμβάνονται το διάβασμα, η γυμναστική, η μουσική, οι τέχνες, η προσευχή, ο διαλογισμός, η γιόγκα και οι βαθιές αναπνοές.

• **Υιοθέτηση θετικών συνθηκών:** Λίγη γυμναστική κάθε μέρα, η διάθεση χρόνου για υγιεινό μαγεύρεμα και κατανάλωση του φαγητού με ηρεμία, και η διάθεση χρόνου για χαλάρωση είναι απαραίτητα συστατικά της ευτυχίας.

Αν υιοθετήσετε τα προαναφερθέντα για 10 εβδομάδες, θα αλλάξετε ριζικά τον τρόπο σκέψης σας, τονίζει ο δρ Σουντ.

Ψυχική Υγεία

Διαζύγιο και ανεργία βλάπτουν τη νεότητά μας

Αγχωτικές καταστάσεις της καθημερινότητας, όπως το διαζύγιο, η ανεργία και το πένθος, δεν έχουν μόνο συναισθηματικό αντίκτυπο, αλλά βλάπτουν σοβαρά το DNA όσων τα βιώνουν, σύμφωνα με μία νέα μελέτη.

Οι βλάβες που του προκαλούν έχουν ως συνέπεια να γερνάνε και να πεθαίνουν πρόωρα τα σωματικά κύτταρα, καθώς και να αυξάνεται ο κίνδυνος εκδηλώσεως σοβαρών ασθενειών, όπως η νόσος Αλτσχάιμερ, τα καρδιολογικά προβλήματα και ο καρκίνος.

Αυτό οφείλεται στο ότι το έντονο και παρατεταμένο στρες προκαλεί βράχυνση των τελομερών - των άκρων των χρωμοσωμάτων στους πυρήνες των κυττάρων, το μήκος των οποίων αποτελεί καλά τεκμηριωμένο παράγοντα μακροζωίας.

Τα τελομερή συχνά παρομοιάζονται με τις πλαστικές άκρες των κορδονιών στα αθλητικά παπούτσια. Όπως τα πλαστικά αυτά προστατεύουν τα κορδόνια από τη φθορά, έτσι και τα τελομερή προστατεύουν τα χρωμοσώματα από τις βλάβες.

Με κάθε πολλαπλασιασμό των κυττάρων, όμως, τα τελομερή κονταίνουν λίγο και όταν φτάσουν στο σημείο να είναι τόσο κοντά ώστε να μην μπορεί να γίνει νέος πολλαπλασιασμός, τα κύτταρα πεθαίνουν.

Αυτή τη διαδικασία επιταχύνει η έκθεση σε ψυχολογικούς ή σωματικούς παράγοντες (λ.χ. ο καρκίνος, οι αγχώδεις διαταραχές, η κατάθλιψη), με συνέπεια μείωση του προσδόκιμου επιβιώσεως.

Η νέα μελέτη δείχνει για πρώτη φορά ότι στους παράγοντες αυτούς θα πρέπει να προστεθεί και το έντονο στρες.

Στη μελέτη, που δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Psychological Science», συμμετείχαν 1.094 εθελοντές, οι οποίοι υποβλήθηκαν

σε αναλύσεις αίματος για να μετρηθεί το μήκος των τελομερών στα αιμοσφαίριά τους (είναι τα κύτταρα του αίματος).

Οι μετρήσεις έγιναν τρεις φορές: κατά την έναρξη της μελέτης, καθώς και 4 και 6 χρόνια αργότερα. Τις δύο τελευταίες φορές οι εθελοντές απάντησαν επίσης σε ερωτήματα για το αν και τι είδους ιδιαίτερα στρεσογόνο γεγονός είχαν αντιμετωπίσει στο μεσοδιάστημα.

Τα ευρήματα έδειξαν ότι η έκθεση



στο άγχος σχετιζόταν με ταχύτερη μείωση στο μέγεθος των τελομερών και μάλιστα ότι η μείωση αυτή ήταν μεγαλύτερη από εκείνη που οφείλεται στην ηλικία.

«Ξέρουμε καλά πως όταν τα τελομερή βραχύνονται με πιο γρήγορο ρυθμό από τον φυσιολογικό, σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνος εκδηλώσεως καρδιαγγειακών προβλημάτων, νόσου Αλτσχάιμερ και καρκίνου», δήλωσε η επικεφαλής ερευνήτρια δρ Σόνια φαν Όκενμπουργκ, από το Τμήμα Ιατρικών Σπουδών του Πανεπιστημίου του Χρόνινγκεν, στην Ολλανδία.

Ωστόσο η δρ φαν Όκενμπουργκ έχει και μερικά καλά νέα. «Από προγενέστερες μελέτες ξέρουμε πως όταν κάποιος περνάει εποχές έντονου άγχους, η άφθονη φυσική δραστηριότητα μπορεί να μειώσει τις βλάβες στα τελομερή - προφανώς διότι τον βοηθάει να εκτονώνεται».

«Βαριόμαι». Όλοι κάποτε το έχουμε πει. Δεν είναι κακό να βαριόμαστε πού και πού. Ίσως είναι μια καλή ευκαιρία να ξεκουραστούμε ή να βρεθούμε επιτέλους μόνοι με τον εαυτό μας. Αν όμως νιώθουμε συχνά εγκλωβισμένοι στα δίχτυα μιας αφόρητης πλήξης, είναι φυσικό να θέλουμε να ξεφύγουμε.

Σύμφωνα με τη Δέσποινα Δασενάκη [life coach] υπάρχουν κάποια «θρεπτικά υλικά», που αν μαγειρευτούν με κατάλληλα ερωτήματα προσφέρουν όρεξη για δράση αλλά και αυτοεπίγνωση.

1. Νόημα κι ενδιαφέρον. Πότε ξαναβρεθήκαμε στην ίδια θέση και δεν βαριόμασταν; Τι διαφορετικό υπήρχε τότε; Αν είχαμε όλες τις δυνατότητες, τι θα κάναμε με όρεξη; Τι είναι αυτό που ποτέ δεν μας έκανε να πλήξουμε;

2. Ισορροπία. Μήπως το παρακάνουμε

Δέκα «συνταγές» κατά της πλήξης

σε κάποιον τομέα της ζωής μας; Ποια πλευρά έχουμε παραμελήσει;

3. Όνειρο. Ποιους νέους στόχους μπορούμε να προσθέσουμε στη ζωή μας; Σε ποιον φίλο να περιγράψουμε με λεπτομέρειες ένα όνειρό μας;



4. Ποικιλία. Ποιες μικρές αλλαγές μπορούν να σπάσουν την καθημερινή ρουτίνα; Ψώνια σε άλλο σουπερμάρκετ, βόλτα σε άγνωστη γειτονιά, φωτοσάφρι στη διαδρομή για δουλειά, μαγεύρεμα ενός νέου γλυκού; Σε ποιον άγνωστο τομέα να εμπλουτίσουμε τις γνώσεις μας;

5. Αξίες. Πόσο τιμάμε τις αξίες μας μέσα στην καθημερινότητα; Τι είναι σημαντικό για εμάς; Μήπως έρχεται σε αντίθεση με τον τρόπο ζωής μας, όσο σωστός κι αν φαίνεται;

6. Αλλαγή οπτικής. Τι μπορούμε να κάνουμε εθελοντικά για κάποιον άλλο; Τι βλέπουν οι άλλοι στη ζωή μας; Τι εντελώς αντίθετο μπορούμε να κάνουμε από τα συνηθισμένα;

7. Ενθουσιασμός. Τι μας διασκεδάζει; Πώς μπορούμε να προσθέσουμε μια έκπληξη, ένα παιχνίδι στη ζωή μας;

8. Πρωτοβουλία. Υπάρχει κάποια συζήτηση ή προσπάθεια που ίσως άλλαζε μια κατάσταση που μας οδηγεί σε παραίτηση; Μήπως να μιλούσαμε επιτέλους στον σύζυγο ή τον συνάδελφο για το πώς να μοιράσουμε καλύτερα τις δουλειές;

9. Κίνηση. Ποιο μικρό βήμα μπορούμε να κάνουμε; Τρώγοντας έρχεται η όρεξη.

10. Θάρρος. Ποιες καθημερινές προκλήσεις αποφεύγουμε; Να ζητήσουμε επιτέλους ραντεβού με την κοπέλα στο απέναντι γραφείο; Ας μην ξεχνάμε ότι η ζωή γίνεται πιο ενδιαφέρουσα επειδή εμείς την κάνουμε πραγματικά ενδιαφέρουσα.

Ινδοί εργάτες έστρωσαν δρόμο πάνω στο σώμα ενός μεθυσμένου άνδρα

ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΑΥΤΑ

Ένας μεθυσμένος άνδρας στην Ινδία έπεσε σε τρύπα και εργάτες οδοποιίας κατασκεύασαν έναν... δρόμο από πάνω του.

Σύμφωνα με την αστυνομία της περιφέρειας Κάτνι, στο κρατίδιο Μάντια Πραντές της κεντρικής Ινδίας, ο 45χρονος επέστρεφε στο σπίτι του το βράδυ της προπερασμένης Παρασκευής όταν, προφανώς επειδή



ήταν σε κατάσταση μέθης, έπεσε στην τρύπα.

Οι εργάτες που δούλευαν στην κατασκευή του δρόμου κάλυψαν την τρύπα με ρευστή πίσσα και χρησιμοποίησαν έναν οδοστρωτήρα για να ισιώσουν την επιφάνεια. Αργότερα, κάτοικοι της περιοχής είδαν το πουκάμισο του άνδρα και σήμερα τον ανέσυραν νεκρό από τον ασφαλτοστρωμένο δρόμο.

Τρίκαλα

Μετ' εμποδίων η πρεμιέρα του Λεωφορείου Χωρίς Οδηγό

Το πρώτο δρομολόγιο του Λεωφορείου Χωρίς Οδηγό σε πραγματικές συνθήκες έγινε στην πόλη των Τρικάλων το απόγευμα του Σαββάτου.

ΑΠΙΣΤΕΥΤΟ ΚΑΙ ΟΜΩΣ ΑΛΗΘΙΝΟ

Σε χρόνο και ημέρα χωρίς κίνηση το λεωφορείο βρήκε πολλά οχήματα παρκαρισμένα στην λεωφορειογραμμή, παρά τις απαγορευτικές σημάνσεις που είχαν τοποθετηθεί, με αποτέλεσμα να κινείται συχνά εκτός λεωφορειόδρομου.

Το Λεωφορείο, στο πλαίσιο του πανευρωπαϊκού προγράμματος CityMobil 2, θα κυκλοφορεί κάθε μέρα πλην Δευτέρας τις ώρες 10:00 έως 14:00 και 16:00 έως 20:00, ενώ θα διασχίζει τη μήκος 2,4 χλμ. προγραμματισμένη διαδρομή στο κέντρο των Τρικάλων.

Η κυκλοφορία για τις πρώτες 6 ημέρες, δηλαδή μέχρι τις 17 Σεπτεμβρίου, θα γίνεται χωρίς επιβάτες. Από τις 18 Σεπτεμβρίου όμως το Λεωφορείο Χωρίς Οδηγό θα δέχεται επιβάτες



στην πιλοτική του λειτουργία και από τα τέλη Οκτωβρίου θα γίνεται κανονικά η αυτόματη ανεξάρτητη κυκλοφορία του.

Τα αρχικά δύο οχήματα θα αυξηθούν σε έξι, με άλλα δύο να έρχονται στα Τρίκαλα στις αρχές Οκτωβρίου τρέχοντος έτους.

Το ξύδι είναι σύμμαχός μας!

Η συμβουλή της εβδομάδας

Τόσα και άλλα τόσα μπορεί να καθαρίσει το ξύδι. Αν έχετε επίμονους λεκέδες στον τοίχο, λεκέδες από ιδρώτα στα μπλουζάκια, αλλά και λεκέδες στο σίδερο, τότε το ξύδι είναι ο καλύτερος σύμμαχος για εσάς!

Καθαρισμός καφετιέρας: Σε δύο κούπες νερό ρίξτε μία κούπα λευκό ξύδι. Αφήστε το υγρό να περάσει μέσα από τον μηχανισμό της καφετιέρας σας και επαναλάβετε τη διαδικασία δύο-τρεις φορές πριν φτιάξετε καφέ. Προσοχή όμως: Ελέγξτε πρώτα τις οδηγίες καθαρισμού της καφετιέρας σας. Μην δοκιμάσετε το ξύδι αν αυτές σαφώς ορίζουν να χρησιμοποιείτε κάποιο συγκεκριμένο καθαριστικό.

Απολύμανση σφουγγαριών: Μουλιάστε όλα τα σφουγγάρια που χρησιμοποιείτε στο σπίτι σε ένα λεκανάκι με ξύδι και αφήστε τα εκεί ένα ολόκληρο βράδυ. Στη συνέχεια στραγγίξτε τα και αφήστε να στεγνώσουν εντελώς πριν τα χρησιμοποιήσετε ξανά.

Αφαιρέστε μπιγιές από τους τοίχους: Βρέξτε μία οδοντόβουρτσα με λίγο λευκό ξύδι και τρίψτε ελαφρά τους λεκέδες από τις μπιγιές των παιδιών στους τοίχους. Θα εκπλαγείτε από το πόσο εύκολα θα καθαρίσουν.

Αφαίρεση αλάτων από τα βάζα: Ρίξτε λίγο λευκό ξύδι μέσα στο βάζο. Ανακαινήστε το βάζο για να πάει το ξύδι παντού και αφήστε το εκεί ένα ολόκληρο βράδυ. Την επόμενη μέρα αδειάστε το ξύδι και ξεπλύνετε όλο το βάζο με χλιαρό νερό.

Διώξτε τα μικρόβια από τους πάγκους της κουζίνας: Για να καθαρίζετε καλά τους πάγκους της κουζίνας μετά από κάθε χρήση μπορείτε να βρέχετε

ένα πανάκι με λίγο λευκό ξύδι, το οποίο σκοτώνει τα μικρόβια.

Αφαίρεση τσίχλας: Ξύστε όσο κομμάτι τσίχλας μπορείτε από το ύφασμα στο οποίο έχει κολλήσει (π.χ. από το ρούχο ή το χαλί). Μετά, βάλτε σε

ένα γυάλινο μπολ λίγο λευκό ξύδι και ζεστανέτε το στον φούρνο μικροκυμάτων. Βουτήξτε την κεφαλή μιας οδοντόβουρτσας σε αυτό και τρίψτε καλά την τσίχλα που έχει απομείνει μέχρι να φύγει εντελώς.

Διώξτε σκουριά και άλατα από χρωμαωμένα είδη υγιεινής: Μουλιάστε λίγο ρολό χαρτί σε ξύδι. Τυλίξτε το γύρω από βρύτες, μπαταρίες μπάνιου και χερούλια για δέκα λεπτά. Αφαιρέστε το και αφήστε το να στεγνώσει. Η σκουριά και τα άλατα θα φύγουν αμέσως.

Μπλούζες με λεκέδες από ιδρώτα: Γυρίστε τη μπλούζα από την ανάποδη και μουλιάστε τις περιοχές που έχουν κιτρινίσει λόγω ιδρώτα και αποσμητικού σε λευκό ξύδι. Αφήστε το ρούχο εκεί για δεκαπέντε λεπτά και μετά τρίψτε τα σημεία απαλά με μία οδοντόβουρτσα. Πλύνετε τη μπλούζα σε κανονική πλύση στο πλυντήριο για να απομακρυνθούν τυχόν υπολείμματα πριν την ξαναφορέσετε.

Διώξτε τα μυρμήγκια: Υγράνετε ένα ύφασμα ή ένα σφουγγάρι με λευκό ξύδι και σκουπίστε με αυτό περιμετρικά τις κάσες από πόρτες και παράθυρα που «βλέπουν» σε εξωτερικούς χώρους.

Καθαρίστε τα κρύσταλλα των γυαλιών σας: Ρίξτε μερικές σταγόνες ξύδι σε κάθε κρύσταλλο και σκουπίστε με το μαντηλάκι που υπάρχει στη θήκη των γυαλιών.

Καθαρίστε τις δαχτυλιές από το κινητό: Αναμείξτε σε ένα μπουκαλάκι με σπρέι μισή κούπα λευκό ξύδι και μισή κούπα νερό και ανακινήστε καλά. Ψεκάστε το διάλυμα σε ύφασμα με μικρο-ίνες (πετσέτα) και σκουπίστε με αυτό την οθόνη αλλά και ολόκληρο το εξωτερικό περίβλημα του κινητού σας τηλεφώνου.

Ενοχλητικές συνήθειες στον αέρα

Τι κάνουν οι επιβάτες και εκνευρίζουν τις αεροσυνοδούς!

Αν ενοχλείστε από τον διπλανό σας επιβάτη σε μία πτήση, σκεφτείτε να είστε αεροσυνοδός! Η Huffington Post ζήτησε από αεροσυνοδούς, να τους αναφέρουν ένα πράγμα που θέλουν να σταματήσουν να κάνουν οι επιβάτες - και οι απαντήσεις ίσως συνεντίσουν τους άτακτους. Οι απαντήσεις δόθηκαν στην σελίδα στο Facebook Flight Attendant Career Connection, που διαχειρίζεται από την πρώην αεροσυνοδό Abbie Unger.



Ιδού οι ενοχλητικές συνήθειες των επιβατών που εκνευρίζουν τις αεροσυνοδούς:

Το ότι κάνουν έναν αιώνα να αποφασίσουν τι θέλουν να πιούν.

Το να αφήνουν σκουπίδια στην «τσέπη» της θέσης τους.

Το να φορούν ακουστικά όταν παραγγέλνουν και πρέπει να ακούς τις φωνές τους.

Όταν κυκλοφορούν στο αεροπλάνο ξυπόλυτοι.

Όταν σκουντάνε ή να τραβούν το φόρεμα των αεροσυνοδών για τους δώσω προσοχή.

Το να σηκώνονται για τουαλέτα, ακριβώς πριν από την προσγείωση.

Το να δίνουν χρησιμοποιημένα χαρτομάντιλα, λερωμένες πάνες ή οδοντογλυφίδες.

Τα σχόλια του τύπου «Πόσο μικρό είναι το αεροπλάνο αυτό».

Το να σουλατσάρουν σε χώρους του αεροσκάφους.

Το να πηγαίνουν τουαλέτα την ώρα που σερβίρουμε το γεύμα.

Όταν ζητούν να δανειστούν στυλό.

Σοβαρά ... αστείακια

Μια φορά σε ένα μπαρ καθόταν ένας αδύνατος κύριος και κοιτούσε με μανία το ποτό του. Σε μια στιγμή έρχεται ένας μεγαλόσωμος κύριος, του παίρνει το ποτό του και το πίνει μονορούφι τότε ο άλλος βάζει τα κλάματα. Ο μεγαλόσωμος κύριος του λέει:

- "Καλά ρε φίλε μην κάνεις έτσι, θα σου πάρω άλλο."

- "Όχι, δεν φταις εσύ", λέει ο αδύνατος κύριος.

- "Σήμερα είναι η πιο άσχημή μου μέρα. Το πρωί άργησα να σηκωθώ, έχασα ένα σημαντικό ραντεβού στη δουλειά και ο διευθυντής μου με απέλυσε. Βγαίνω έξω, μου έχουν κλέψει το αυτοκίνητο. Παίρνω ένα ταξί και ξεχνάω μέσα το πορτοφόλι μου. Γυρνάω σπίτι και βλέπω τη γυναίκα μου αγκαλιά με τον υδραυλικό. Και ενώ δεν έφταναν όλα αυτά, ενώ σκόπευα να βάλω ένα τέλος στη ζωή μου έρχεσαι κι εσύ και μου πίνεις το δηλητήριο!"

Δημόσιος υπάλληλος

Συζητάει ο Γιωρίκας με έναν διευθυντή δημόσιας υπηρεσίας. Λέει ο διευθυντής: - Γιωρίκα, μην ανησυχείς για τίποτε! Θα σε κάνουμε δημόσιο υπάλληλο. Θα κάθεται 12 μήνες τον χρόνο, και θα σε πληρώνουμε. - Τι! Θα κάθεται 12 μήνες τον χρόνο και θα με πληρώνετε; - Ναι. - Και άδεια πότε θα παίρνω.

Τροφές που αγαπούν την καρδιά

Η υγεία της καρδιάς περνάει από το στομάχι. Ποιος μπορεί να το αρνηθεί, όταν δεκάδες έρευνες επιβεβαιώνουν τον ισχυρισμό αυτόν του Ιπποκράτη; Εμείς από τη μεριά μας σας παρουσιάζουμε έναν διατροφικό χάρτη με τροφές, οι οποίες θα προάγουν την υγεία του καρδιαγγειακού σας συστήματος μέσω της μείωσης των επιπέδων της χοληστερίνης και της πίεσης, αλλά και χάρη στην προστατευτική τους δράση στα αγγεία. Καταναλώστε όσες περισσότερες από αυτές μπορείτε μέσα στην εβδομάδα και κάντε την καρδιά σας να χαμογελά για πολλά χρόνια.

Γιαούρτι παντού!

Αν και είναι περισσότερο γνωστό για το όφελος που έχει στα οστά, ωστόσο το αγαπημένο επιδόρπιο φαίνεται να συμβάλλει και στη ρύθμιση της αρτηριακής πίεσης χάρη στα προβιοτικά που περιέχει. Επίσης, η περιεκτικότητά του σε κάλιο είναι μεγαλύτερη από ό,τι στο γάλα.

- Προτιμάτε προϊόντα με χαμηλά λιπαρά, για να λαμβάνετε τα οφέλη του χωρίς να επιβαρύνεστε με επιπλέον λίπος.

Ψήστε τα ψάρια

Τα λιπαρά ψάρια (όπως π.χ. ο σολομός, η σαρδέλα και ο τόνος) αποτελούν εξαιρετική πηγή πολύτιμων ω-3 λιπαρών οξέων, τα οποία συμβάλλουν στη μείωση των τριγλυκεριδίων και της φλεγμονής, εμποδίζουν τον σχηματισμό θρόμβων, ρίχνουν την πίεση και περιορίζουν τον κίνδυνο εμφάνισης αρρυθμιών.

- Το πώς θα μαγειρέψετε το ψάρι έχει μεγάλη σημασία για την καρδιά σας.

Προτιμήστε το ψήσιμο στον φούρνο, τη σχάρα ή τον ατμό αντί για το τηγάνισμα, ώστε να μειώσετε τα κορεσμένα λιπαρά.

Γνωρίστε τα μαύρα φασόλια

Στη χώρα μας δεν τους δείχνουμε ιδιαίτερη προτίμηση, ωστόσο τα μαύρα φασόλια είναι πλούσια σε



ευεργετικά συστατικά, όπως το φυλλικό οξύ, αρκετές αντιοξειδωτικές ουσίες, το μαγνήσιο (βοηθά στη μείωση της αρτηριακής πίεσης) και οι φυτικές ίνες (συμβάλλουν στη ρύθμιση της χοληστερίνης και των επιπέδων σακχάρου στο αίμα).

- Θα τα βρείτε κονσερβοποιημένα σε μεγάλα καταστήματα τροφίμων. Προσθέστε τα σε σαλάτες, αφού πρώτα τα ξεπλύνετε με νερό για να φύγει το πολύ αλάτι.

Αρωματίστε με βότανα

Φασκόμηλο, δεντρολίβανο, ρίγανη και θυμάρι. Βότανα και αρωματικά που γνωρίζει καλά η ελληνική κουζίνα και που εκτός από μοναδικό άρωμα διαθέτουν και αντιοξειδωτική δράση, η οποία βοηθά στη σωστή λειτουργία της καρδιάς και των αγγείων, αλλά και όλου του οργανισμού.

*Προσφέρουν γεύση και άρωμα στο φαγητό, γι' αυτό με τη χρήση τους μπορείτε να αντικαταστήσετε μέρος του αλατιού και του λίπους που θα βάζατε στο φαγητό σας.

Πείτε «ναι» σε ένα ποτηράκι κρασί. Εάν συνοδεύετε το φαγητό σας με λίγο αλκοόλ, τότε ένα ποτηράκι κόκκινο κρασί είναι μια καλή επιλογή για την καρδιά σας. Η ρεσβερατρόλη και οι κατεχίνες που περιέχει είναι δύο αντιοξειδωτικές ουσίες οι οποίες μπορούν να προστατεύσουν τα τοιχώματα των αρτηριών από την αθηροσκλήρωση.

Φτιάξτε μηλόπιτα

Πόσο δίκιο είχαν οι παλιοί όταν έλεγαν για το ένα μήλο την ημέρα. Η πηκτίνη (διαλυτές φυτικές ίνες)

και οι πολυφαινόλες που περιέχονται στα μήλα συμβάλλουν στη βελτίωση του μεταβολισμού των λιπών και μειώνουν την παραγωγή ουσιών που προκαλούν φλεγμονή.

Ψήστε τις ντομάτες

Οι ντομάτες διαθέτουν πολλές ευεργετικές ουσίες, όπως π.χ. βιταμίνες C και A, σίδηρο, κάλιο και ασβέστιο. Επιπλέον, το λυκοπένιο (μια ισχυρή αντιοξειδωτική ουσία που δίνει στην ντομάτα το κόκκινο χρώμα της) που περιέχουν έχει βρεθεί ότι σχετίζεται με μείωση του κινδύνου εμφάνισης πολλών καρδιαγγειακών παθήσεων.

Κάντε το όπως η Μεσόγειος

Το αγαπημένο ελαιόλαδο συμβάλλει στην καλή λειτουργία της καρδιάς, χάρη στα μονοακόρεστα λιπαρά (μειώνουν την «κακή» χοληστερίνη και αυξάνουν την «καλή»), τη βιταμίνη E και τις πολυφαινόλες (προστατεύουν τα αγγεία) που περιέχει. Μάλιστα, το λάδι που προέρχεται από το πρώτο πάτημα της ελιάς είναι εξαιρετικά πλούσιο στα συγκεκριμένα θρεπτικά συστατικά.

Βρώμη

Οι νιφάδες βρώμης είναι μια κλασική επιλογή για να βοηθήσετε την υγεία της καρδιάς σας. Οι φυτικές ίνες (β-γλυκάνες) που περιέχει η βρώμη ρίχνουν

την κακή χοληστερίνη και βοηθούν στη ρύθμιση των επιπέδων της γλυκόζης στο αίμα. Ωστόσο, τα έτοιμα προϊόντα μπορεί να έχουν αρκετή ζάχαρη, γι' αυτό είναι προτιμότερο να φτιάχνετε το δικό σας μείγμα.

Θυμηθείτε ξανά τις σταφίδες

Σύμφωνα με μελέτες, η κατανάλωση σταφίδας βοηθά στη μείωση της υψηλής αρτηριακής πίεσης και, κατά συνέπεια, αποτρέπει τον κίνδυνο εκδήλωσης καρδιαγγειακών προβλημάτων. Το γεγονός αυτό φαίνεται να οφείλεται στο ότι οι σταφίδες είναι πλούσιες σε κάλιο.

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Ραβιόλες φούρνου

Υλικά:

1 πακέτο ραβιόλες (750γρ.), 1 κύβο λαχανικών, 6 φέτες μπέικον κομμένο σε μικρά κομματάκια, 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο, 1 κόκκινη πιπεριά σε μικρά κυβάκια, 1/4 κουταλάκι σκόρδο σκόνη, 6 μανιτάρια κομμένα σε φέτες, 1 κουταλιά μαϊντανό ψιλοκομμένο, 2 φλ. διάφορα τυριά τριμμένα, 1 ½ φλ. κρέμα γάλακτος, αλάτι.

Εκτέλεση:

Βράζουμε τις ραβιόλες σε μπόλικο νερό μαζί με τον κύβο λαχανικών και λίγο αλάτι. Σε μια βαθιά κατσαρόλα με λίγο ελαιόλαδο σοτάρουμε το μπέικον μαζί με το κρεμμύδι. Προσθέτουμε την πιπεριά και τα μανιτάρια και συνεχίζουμε το ψήσιμο. Αφού ψηθούν τα υλικά μας ρίχνουμε την κρέμα γάλακτος, το σκόρδο και αφήνουμε να βράσουν. Όταν ζεσταθεί η κρέμα προσθέτουμε το 1 ½ φλιτζάνι τυρί και το μαϊντανό και κατεβάζουμε από τη φωτιά. Αναμιγνύουμε τις ραβιόλες μαζί με την κρέμα, απλώνουμε σε ένα πυρίμαχο σκεύος πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο τυρί και ψήνουμε στο φούρνο στους 180οC για περίπου 20 λεπτά.



SUDOKU

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

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

Κριός: Θα σε διακατέχει μία διάθεση να προβείς σε σημαντικές αλλαγές στους βασικούς τομείς της καθημερινότητάς σου, που δεν σε ικανοποιούν. Πρέπει να αποφύγεις τα βιαστικά βήματα, γιατί μπορεί να γίνουν λάθη που μετά δεν θα μπορείς να διορθώσεις. Συζητήσεις με δικά σου άτομα, για να λύσεις προβλήματα του παρελθόντος.

Ταύρος: Αν έχεις την δυνατότητα, προσπάθησε να αποστασιοποιηθείς όσο μπορείς από όλα θα συμβούν και κάτσε και σκέψου, αφομοίωσε τις αλλαγές και δες την θετική πλευρά των πραγμάτων. Άλλωστε, καμιά φορά δεν είναι στο χέρι μας η έκβαση των γεγονότων.

Δίδυμοι: Θα μπεις σε μια διαδικασία να κάνεις αλλαγές σε όλα αυτά που σε προβληματίζουν και σε αγχώνουν. Μην έρθεις σε σύγκρουση με δικά σου άτομα, γιατί μπορεί να προκαλέσεις άθελά σου ανεπα-



ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

νόρθωτες ζημιές και να ψυχράνεis το μεταξύ σας κλίμα κατά πολύ.

Καρκίνος: Οι ευκαιρίες που θα σου παρουσιαστούν στην ζωή σου θα είναι πολλές, γι' αυτό πρέπει με σύνεση και προγραμματισμό, να δεις τι είναι αυτό που θέλεις να κάνεις και τι σε συμφέρει. Ακολουθήσε το ένστικτό σου για να διακρίνεις ποια άτομα θέλουν το καλό σου και μην εμπιστεύεσαι τον καθένα που σου ανοίγεται και σου παρουσιάζεται ως φίλος.

Λέων: Θα προσπαθείς να επιλύσεις πολλά θέματα που σε προβληματίζουν, χωρίς όμως σημαντικό αποτέλεσμα. Πρέπει να δώσεις προτεραιότητα στα θέματα που αφορούν στο παρελθόν και δεν πρέπει να εκνευρίζεσαι, ό,τι και αν γίνει. Διατήρησε την ψυχραιμία σου.

Παρθένος: Θα αρχίσεις να βρίσκεις επιτέλους τους ρυθμούς σου, που τους είχες χάσει εξαιτίας θεμάτων που σε είχαν αποσυντονίσει και δεν μπορούσες να σκεφτείς βασικά πράγματα που σε αφορούσαν. Όμως, όποιες ενέργειες αποφασίσεις να κάνεις, αγαπητέ Παρθένε, πρέπει να τις έχεις μελετήσει πολύ καλά και μην φερθείς καθόλου με παρορμητικότητα.

Ζυγός: Θα κάνεις πολλά ξεκαθαρίσματα σε καταστάσεις που δεν έδινες λύσεις μέχρι τώρα, γιατί σε δέσμευε η συναισθηματικότητά σου. Πρέπει μερικά πράγματα να τα δεις με ηρεμία και να κινηθείς ανάλογα. Μπορείς και πρέπει να κάνεις επαφές με πολύ οικεία πρόσωπα, για ανταλλαγές απόψεων και για εκτόνωση της ψυχικής πίεσης που νιώθεις.

Σκορπιός: Μία δύσκολη ημέρα που

φέρνει δυσκολίες και ασυνενοησίες σε όλα τα επίπεδα και εκφάνσεις της καθημερινότητάς σου. Πρόσεξε πολύ τα λόγια σου και τις κινήσεις που θα κάνεις, αν θες να έχεις καλά ξεμπερδέματα.

Τοξότης: Πρέπει να καταβάλεις πολλές προσπάθειες, για να μωρέσεις να φτάσεις στους στόχους που θέλεις. Θα ασχοληθείς με θέματα που αφορούν τα οικογενειακά σου, ενώ δεν θα σου μένει χρόνος για σένα. Πρέπει να φροντίσεις τον εαυτό σου και την διατροφή σου, αν δεν θέλεις να έχεις προβλήματα στο μέλλον.

Αιγόκερως: Οι βάσεις που έχεις σε όλους τους τομείς της ζωής σου είναι πολύ καλές. Μην αλλάξεις πορεία, αν έρθουν κάποια προβλήματα κατά την διάρκεια της ημέρας. Συνέχισε στους ρυθμούς που έχεις και η επιτυχία είναι δική σου.

Η μέρα θα είναι έντονη σε σχέση με διάφορες δραστηριότητες που έχεις και καλό είναι να αποφύγεις να πάρεις σοβαρές αποφάσεις για τα σημαντικά θέματα της ζωής σου.

Υδροχόος: Η διάθεσή σου θα είναι πολύ καλή. Αυτό σε κάνει να καθίσεις να σκεφτείς μερικά πράγματα πιο σοβαρά και υπεύθυνα και έτσι θα μπορείς να αποδώσεις με τον καλύτερο τρόπο. Φρόντισε να έχεις πολύ συνετό προγραμματισμό σε ό,τι κάνεις και να κρατάς την ψυχραιμία σου σε κάποια θέματα που θέλεις να τελειώνεις.

Ιχθείς: Μπορείς να σκεφτείς τι θέλεις να κάνεις στο μέλλον. Προσπάθησε να δείξεις περισσότερο ενδιαφέρον στα δικά σου άτομα. Είναι καιρός να προσέξεις περισσότερο τον εαυτό σου και να σταματήσεις να κάνεις κακή διατροφή. Το βράδυ φρόντισε να χαλαρώσεις και να περάσεις ευχάριστα.

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω

Εργατική Φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 726 - 20 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 1963

ΛΑΜΠΡΟΝ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΝ ΕΡΓΟΝ ΕΠΙΤΕΛΕΙ Η Ε.Π.Ο.Π.Α.Η

ΙΣΤΟΡΙΚΑΙ ΛΙ ΕΓΚΡΙΘΕΙΣΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΚΑΙ ΑΡΧΑΙ.-ΕΝΤΟΣ ΕΤΟΥΣ Η ΕΠΟΠΑΗ ΕΔΙΠΛΑΣΙΑΣΕ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΑΡΙΘΜΟΥΣΑ ΣΗΜΕΡΟΝ 600.

ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΗΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑΝ εσημείωσε τὸ συγκροτηθὲν τὴν παρ. Κυριακὴν εἰς τὸ οἶκημα τοῦ σωματείου «Κεραυνός» Στροβόλου Γ' Παγκυπρίων Συνέδριον τῆς Ἐλευθέρας Παγκυπρίου Ὁμοσπονδίας Προσωπικοῦ Ἀρχῆς Ἡλεκτρισμοῦ (ΕΠΟΠΑΗ - Τμήμα ΣΕΚ). Ἰδιαίτερός ἀξιοσημείωτοι καὶ πραγματικῶς ἱστορικῆς σημασίας εἶναι αἱ κάτωθι ὑπὸ τοῦ Συνεδρίου ἐγκριθεῖσαι προγραμματικαὶ ἀρχαί, διὰ τὰς ὁποίας ἀνετέθη δὲ εἰς τὸ νέον Γενικὸν Συμβούλιον ὅπως ἀγωνισθῇ διὰ τὴν πραγματοποίησίν των.

ΠΟΙΑΙ ΛΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΚΑΙ ΑΡΧΑΙ

1. Προαγωγή καὶ προστασία τῶν συμφερόντων τῶν ὑπαλλήλων καὶ τοῦ κοινοῦ.
2. Ἐξάλειψις πάσης φύσεως ἀδικίας ἀπὸ τοὺς ἐργατοῦπαλλήλους τῆς Ἀρχῆς Ἡλεκτρισμοῦ.
3. Περιφρούρησις τῶν κεκτημένων καὶ περαιτέρω προώθησις καὶ ἐπίλυσις τῶν ἀντιμετωπιζομένων προβλημάτων.
4. Ἐπικράτησις δικαιοσύνης καὶ ἴσων ἐυκαιριῶν εἰς τοὺς ὑπαλλήλους διὰ προαγωγῆν.
5. Ἡ διὰ παντὸς μέσου ἐξασφάλισις τῆς ἀξιοπρεπείας καὶ προσωπικότητος τοῦ ὑπαλλήλου.
6. Ἡ ὀργάνωσις νέων μελῶν ὑπὸ τὴν δύναμιν τῆς Ὁμοσπονδίας.
7. Ἐξασφάλισις ὑγιεινῶν συνθηκῶν ἐργασίας.
8. Ἐπιδίωξις ὑπογραφῆς νέας συλλογικῆς συμβάσεως, ἢ ὅποια νὰ κατοχυρῶν ἡλικίαν τῶν ἐργαζομένων, ἢ ὅποια πλὴν τῶν κεκτημένων νὰ διαλαμβάνη καὶ διὰ τὰ κατωτέρω:

- α) Κατοχυρῶσις τῶν ἐργαζομένων καὶ περιορισμὸς τοῦ δικαιώματος τῆς Ἀρχῆς νὰ ἀπολύῃ ἔναντι ὀρισμένης προειδοποιήσεως οἰονδήποτε χωρὶς ἐπαρκῆ δικαιολογητικά.
- β) Οἱ ἔχοντες ἐξάμηνον καὶ πλέον ὑπηρεσίαν νὰ γίνωνται μόνιμοι, ἀνεξαρτήτως τεχνικῶν διακοπῶν τῆς ὑπηρεσίας των.
- γ) Ὅρος περὶ ἐγκαθιδρύσεως μηχανισμοῦ ἐπίλυσεως παραπονήων μέχρι τελικῆς λύσεως.
- δ) Τὰ Ἐπαρχιακὰ νὰ ἐργάζωνται ἴσες ὥρες μετὰ τὰ Κεντρικὰ Γραφεῖα.
- ε) Καθορισμὸν ἐπιδομάτων θάρδιας κλπ.
9. Ἡ ΕΠΟΠΑΗ θὰ ἐπιδιώξη τὴν ἐξάλειψιν τοῦ παρα-

γοντισμοῦ καὶ τῆς εὐνοίας. Καλεῖ ὡς ἐκ τούτου τὰ μέλη τῆς ὅπως στηρίζουν τὴν πρόοδον καὶ σταδιοδρομίαν των εἰς τὰς ἀρχὰς τῆς συναδελφικότητος καὶ τῆς ἀξιοπρεπείας συμπεριφορᾶς πού συνθέτουν τὸν πραγματικὸν ἀνθρωπον.

10. Θὰ ἀγωνισθῶμεν διὰ τὴν διατήρησιν τῆς ἀνεξαρτησίας τοῦ Κινήματος ἀπὸ κάθε ἐπιτροπῆν οἰωνδήποτε ἐξωσυντεχνιακῶν παραγόντων ἀποβλεπόντων εἰς ὑποδούλασιν ἢ κηδεμονίαν τοῦ Κινήματος.



Τὴν Τρίτην 17ην τρέχοντος ἀνεχώρησεν ἀεροπορικῶς διὰ τὸ Ἰνωμένον Βασίλειον ὁ συν. Ἀντωνάκης Μαραθεύτης Βοηθὸς Γεν. Γραμματεὺς τῆς ΕΠΟΠΑΗ. Ὁ συν. Μαραθεύτης μετέβη εἰς Λονδίνον διὰ τριμήνου μετεκπαιδεύσιν ἐπὶ τοῦ θέματος «διαπραγματεύσεις» καὶ μελέτην ἄλλων συνδικαλιστικῶν θεμάτων. Ἐπίσης ὁ Κύπριος συνδικαλιστὴς θὰ ἐπισκεφθῇ τὰ Ἀγγλικά Συνδικάτα ὅπου θὰ ἔχη συνομιλίαν μετὰ Ἀγγλοὺς συνδικαλιστάς.

Τὸν συν. Μαραθεύτην προέπεμψαν εἰς τὸν ἀερολιμένα

τὸν συν. Μαραθεύτην προέπεμψαν εἰς τὸν ἀερολιμένα Λευκωσίας οἱ συν. Ν. Ζιθάνας, Ι. Πελετιές, Π. Καραβάς, καθὼς καὶ ἄλλοι ἀξιωματοῦχοι τῆς ΣΕΚ, ὡς ἐπίσης καὶ ὁ κ. Τόναλτ τῆς Ἀγγλικῆς Ἀρμοστείας ἐν Κύπρῳ.

ΕΚΔΡΟΜΗ ΞΕΝΟΔΟΧΟΥΠΑΛΛΗΛΩΝ

ΙΩΑΝΝΙΝΑ - ΖΑΓΟΡΟΧΩΡΙΑ - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

26 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ ΜΕΧΡΙ 01 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2015

ΤΙΜΗ: €410 κατὰ άτομο σε Δίκλινο δωμάτιο.

ΤΙΜΗ: €590 σε Μονόκλινο δωμάτιο.

(Το ποσὸ πληρωμῆς εἶναι ἐπιχορηγημένο ἀνὰ άτομο ἀπὸ το Ταμεῖο Εὐημερίας ΟΥΞΕΚΑ - ΣΕΚ)

ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ

- Ἐπειδὴ ὁ ἀριθμὸς τῶν θέσεων εἶναι περιορισμένος, θὰ ἐγκριθοῦν τὰ μέλη με σειρά υποβολῆς τῆς αἴτησης μέχρι 22/10/2015 καὶ με προτεραιότητα ὅσους κάνουν γιὰ πρώτη φορά αἴτηση.
- Προκαταβολὴ €100 τὸ άτομο.
- Μέχρι τὴν 30/10/2015 θὰ πρέπει νὰ ἐξοφληθῇ ὅλο το ποσὸ τῆς ἐκδρομῆς.

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

- Ἀεροπορικὸ εἰσιτήριο με τοὺς φόρους με ἀπευθείας πτήση.
- 26 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ Α3921 - ΛΑΡΝΑΚΑ / ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 14:40 - 16:45
- 01 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ Α3920 - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ / ΛΑΡΝΑΚΑ 12:00 - 13:55
- Διαμονὴ 2 νύχτες στο CAPSIS Hotel, 4 * (Θεσσαλονίκη) με πρόγευμα.
- Διαμονὴ 3 νύχτες στο GRAND SERAI, 5 * (Ιωάννινα) με ημιδιατροφή.
- Μεταφορὲς ἀπὸ τὸ αεροδρόμιο στο ξενοδοχεῖο καὶ ἀντιστρόφως.
- Τρεῖς ἐκδρομές.

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΞΟΡΜΗΣΕΩΝ:

- Μέτσοβο
- Καλπάκι - Ι. Μ. Μολυβδοσκεπάστης - Κόνιτσα - Ζαγόρι - Μουσεῖο Βρέλλη
- Βίτσα - Μονοδέντρι - Χαράδρα τοῦ Βίκου - Ξεναγήση στα Ιωάννινα (Νησάκι Ιωαννίνων - Σπήλαιο Σταλακτιτῶν καὶ Σταλαγμιτῶν)

Πληροφορίες - δηλώσεις συμμετοχῆς
στα Ε.Ε. Σωματεῖα Ξενοδοχοῦπαλλήλων

Ε.Ε.Σ. ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ ΚΑΙ ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΕΚ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

33ο ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ ΤΣΑΙ

Σας προσκαλούμε γιὰ νὰ περάσουμε μαζί, ἓνα ἀπόγευμα σε μιὰ πολὺ φιλικὴ ἀτμόσφαιρα!

Μαζί μας θὰ ἔχουμε τὸν **Δρ. Κρίνο Τροκούδη**, παθολόγο - ἐνδοκρινολόγο ὁ ὁποῖος θὰ μας ἀναλύσει τὸ θέμα:

«**Ο Θυροειδῆς - ἀνίχνευση - θεραπεία**»

Στο τέλος θὰ ἔχετε τὴν εὐκαιρίαν νὰ υποβάλετε ἐρωτήσεις ἐπὶ τῶν θεμάτων. Ἡ ἐκδήλωση θὰ κλείσει με κλήρωση δώρων. Ὅλες οἱ εἰσπράξεις ἀπὸ τὴν ἐκδήλωση

θὰ διατεθοῦν γιὰ φιλανθρωπικοὺς σκοπούς.

Τετάρτη, 14 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2015

ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ NISSI BEACH, Αγία Νάπια - ΩΡΑ 5.30Μ.Μ.

ΛΥΣΗ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟΥ

1	Γ	Α	Υ	Κ	Ω	Μ	Α
2	Κ	Ο	Ν	Δ	Ο	Ρ	Α
3	Ο	Λ	Ο	Ν	Α	Ν	Α
4	Ρ	Ο	Υ	Π	Ι	Τ	Μ
5	Τ	Κ	Λ	Α	Π	Α	
6	Σ	Γ	Ο	Κ	Ε	Τ	Ο
7	Ο	Υ	Ρ	Ι	Ν	Α	Ι
8	Ρ	Ι	Α	Ν	Τ	Ν	
9	Ζ	Η	Ν	Τ	Α	Ρ	Ο
10	Η	Γ	Κ	Α	Λ	Ο	Π
11	Τ	Ο	Κ	Α	Σ	Ζ	Ο
12	Η	Σ	Λ	Ο	Γ	Α	Σ
13	Μ	Α	Π	Α	Γ	Κ	Ι
14	Α	Μ	Ο	Ι	Β	Α	Τ

ΓΝΩΜΙΚΟ

Οἱ πιο ἐνδόξες στιγμὲς τῆς ζωῆς δεν εἶναι οἱ λεγόμενες μέρες ἐπιτυχίας, ἀλλὰ, περισσότερο, οἱ μέρες ἐκείνες που, μετὰ ἀπὸ ἀπόρριψη καὶ ἀπελπίσια, αἰσθάνεσαι νὰ μεγαλώνει μέσα σου ἡ θέληση γιὰ ζωὴ καὶ ἡ ὑπόσχεση γιὰ μελλοντικὰ ἐπιτεύγματα.
Gustave Flaubert, 1821-1880, Γάλλος συγγραφέας

Σας προσκαλούμε στο γάμο μας
την Πέμπτη 1 Οκτωβρίου 2015
καὶ ὥρα 5.00μ.μ.
στον Ἱερό Ναό Αγίου Νικολάου
Ἐγκωμης
Αντρέας & Ελένη
Οἱ γονεῖς:
Νίκος καὶ Σοφία Κλεάνθους
Πέτρος καὶ Νίκη Θεοφάνους
Συγχαρητήρια καὶ δεξίωση στο ξενοδοχεῖο
Hilton Park 6.30 μ.μ. μέχρι 8.00μ.μ.

Σας προσκαλούμε στο γάμο μας
το Σάββατο 10 Οκτωβρίου 2015
καὶ ὥρα 4.30μ.μ. στον Ἱερό Ναό
Αρχαγγέλου Μιχαὴλ στην Παρεκκλησιά
Μιχάλης & Έλενα
Οἱ γονεῖς:
Ονησίφορος & Αντρούλλα Θεοδώρου
ἀπὸ τὴν Παρεκκλησιά
Ζένιος & Γεωργία Νικολάου
ἀπὸ τὸ Τσέρι
Συγχαρητήρια καὶ δεξίωση στο
Amathus Beach Hotel στη Λεμεσό
6.30 μ.μ. μέχρι 8.30μ.μ.

ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 23/2015, 23/9/2015

100.000...29642	100.....57923
ΤΖΑΚΠΟΤ	100.....10973
1.000.....48444	100.....54378
400.....10536	100.....43960
400.....24062	100.....48122
400.....49805	100.....18930
200.....22430	100.....50750
200.....23414	100.....37459
200.....55977	Ἄλλα ποσὰ
200.....29125	Απὸ €50 οἱ
200.....59881	λήγοντες σε
200.....15590	5713, 6045,
200.....52737	5023, 5341,
200.....37499	0070, 6608
200.....33020	Απὸ €25 οἱ
200.....32527	λήγοντες σε 908,
100.....31077	329, 462, 838
100.....52068	

Με ἰδιαίτερη χαρὰ
σας προσκαλούμε στο γάμο μας
που θὰ γίνῃ το Σάββατο
17 Οκτωβρίου 2015 στις
4.30μ.μ. στον Ἱερό Ναό Παναγίας
Οδηγήτριας στο Παλιομέτοχο
Αντρέας & Αννίτα
Οἱ γονεῖς:
Πόλυς καὶ Μαρία Παπαϊωακείμ
Χαραλάμπους
ἀπὸ Χανδριά καὶ Ξυλιάτο
Ἰάκωβος καὶ Λένια Δημητρίου (Κιτὰ)
ἀπὸ Παλιομέτοχο
Συγχαρητήρια καὶ δεξίωση
στο Royal Hall (ΡΟΓΙΑΛ)
ἀπὸ 6.30 μ.μ. μέχρι 8.30μ.μ.
(πλησίον κυκλικοῦ κόμβου «ΟΧΙ»
στην παλιὰ Λευκωσία)

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

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

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

- Λευκωσία 90901402
Αμμόχωστος 90901403
Λάρνακα 90901404
Λεμεσός 90901405
Πάφος 90901406

Τηλέφωνα γιὰ ὥρα ἀνάγκης

Ἀσθενοφόρα 22604000

- Ἄμεση ἀνάγκη 112 ἢ 199
Νασοκομεία 1400
Ἀστυνομία 1499
Ἀστυνομία - γραμμὴ πολίτη 1460
Ἀναφορὰ Δασικῶν πυρκαγιῶν 1407
Κέντρο πληροφόρησις φαρμάκων
καὶ δηλητηριάσεων 1401
Υπηρεσία Ἀναπόκρισις Ναρκωτικῶν 1410
Υ.Κ.Α.Ν. 90901498
Κέν. Ἄμεσης Βοήθειας Θυμάτων βίας 1440
Συμβουλευτικὸ Κέντρο - AIDS 22305155
Υπηρ. ἀεροπορ. ναυτικῶν ατυχημάτων 1441
ΚΙΣΑ - Κίνηση γιὰ Ἰσότητα, Στήριξη,
Ἀντιρατσισμό 22878181
ΑΠΑΝΕΜΙ - Κ. Πληρ. καὶ Στήρ. Γυναίκα 80001999
Ἀεροδρόμια 77778833
Α.Η.Κ. βλάβες 1800
Α.Τ.Κ. βλάβες 80000197
Πληροφορίες καταλόγου 11800/11888/11892

ΚΕΝΤΡΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΗ (ΚΕΠ):

Λευκωσία: 22446686 Λεμεσός: 25829129
Πόλη Χρυσοχούς: 26821888

ΜΙΚΡΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

ΔΥΟ ΣΤΟ ΡΕΤΙΡΕ

Καρμιώτισσα και Ελπίδα Ξυλοφάγου συγκατοικούν στο ρετιρέ. Είναι οι μόνες ομάδες που πέτυχαν το απόλυτο στις πρώτες δύο αγωνιστικές.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

ΟΜΑΔΑ	ΑΓ.	ΓΚΟΛ	ΒΑΘΜΟΙ
1. ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ	2	5-1	6
2. ΕΛΠΙΔΑ Ξ	2	3-0	6
3. ΘΘΕΛΟΣ	2	2-0	4
4. ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ	2	2-1	4
5. ΑΕΖ	2	1-0	4
6. ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ	2	2-1	3
7. Ν&Σ ΕΡΜΗΣ	2	2-3	3
8. ΑΣΙΑ	2	2-3	1
9. Θ.Ο.Ι.	2	2-4	1
10. ΠΑΕΕΚ	2	1-2	1
11. ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ.	2	0-1	1
12. ΕΝΑΔ	2	0-1	1
13. ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ.	1	1-2	0
14. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	2	2-4	0

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΑΣΙΑ - ΑΕΖ	0-1
ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ - ΠΑΕΕΚ	2-1
ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ - ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ.	1-0
ΕΝΑΔ - ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	0-1
Ν&Σ ΕΡΜΗΣ - ΘΘΕΛΟΣ	0-2
Θ.Ο.Ι. - ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ	0-2
ΕΛΠΙΔΑ Ξ - ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ.	2-0

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ - ΑΣΙΑ
ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ. - ΘΘΙ Λ.
ΘΘΕΛΟΣ - ΕΛΠΙΔΑ Ξ
ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ. - ΕΝΑΔ
ΠΑΕΕΚ - ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ
ΑΕΖ - ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ
ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ - Ν&Σ ΕΡΜΗΣ

Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

ΗΡΑΚΛΗΣ: ΠΟΥ ΠΑΣ ΑΛΚΗ;

Ο Ηρακλής Γερολάκκου στη νέα του έδρα στη Λακατάμια, επέφερε το πρώτο θανατηφόρο πλήγμα στην φιλόδοξη πορεία της ΑΛΚΗΣ Ορόκλινης.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

ΟΜΑΔΑ	ΑΓ.	ΓΚΟΛ	ΒΑΘΜΟΙ
1. ΜΕΑΠ	2	6-1	6
2. ΑΚΡΙΤΑΣ	2	4-0	6
3. ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ	2	4-1	6
4. ΑΧΥΡΩΝΑΣ	2	3-0	6
5. ΗΡΑΚΛΗΣ	2	3-2	4
6. ΑΛΚΗ	2	1-1	3
7. ΑΜΑΘΟΥΣ	2	2-2	3
8. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	2	2-2	2
9. ΔΙΓΕΝΗΣ Μ.	2	2-3	1
10. ΟΡΜΗΔΕΙΑ	2	1-2	1
11. ΚΟΥΡΡΗΣ	2	2-4	1
12. ΕΘΝΙΚΟΣ Λ.	2	1-3	1
13. ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ	2	1-3	1
14. ΞΥΛΟΥΜΠΟΥ	2	1-3	1
15. ΑΠΕΠ	2	2-5	1
16. ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΣ.	2	1-4	0
16. ΚΟΥΡΡΗΣ	1	1-3	0

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΟΡΜΗΔΕΙΑ - ΑΧΥΡΩΝΑΣ	0-1
ΞΥΛΟΥΜΠΟΥ - ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	1-1
ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΣ. - ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ	1-2
ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. - ΑΚΡΙΤΑΣ	0-2
ΑΜΑΘΟΥΣ - ΔΙΓΕΝΗΣ	2-1
ΜΕΑΠ - ΑΠΕΠ	3-0
ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. - ΑΚΡΙΤΑΣ	0-2
ΚΟΥΡΡΗΣ - ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ	1-1
ΗΡΑΚΛΗΣ - ΑΛΚΗ	1-0

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΔΙΓΕΝΗΣ Μ. - ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.
ΑΠΕΠ - ΚΟΥΡΡΗΣ
ΑΚΡΙΤΑΣ - ΑΜΑΘΟΥΣ
ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ - ΕΘΝΙΚΟΣ Λ.
ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ - ΕΘΝΙΚΟΣ Λ.
ΑΧΥΡΩΝΑΣ - ΞΥΛΟΥΜΠΟΥ
ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ - ΟΡΜΗΔΕΙΑ
ΑΛΚΗ - ΜΕΑΠ

ΑΠΟΛΛΩΝ: ΞΕΣΠΑΣΜΑ ΜΕ ΠΕΝΤΑΡΑ

• Νίκη ηρεμίας και ανασύνταξης δυναμένων - Ανώμαλη προσγείωση για τους Αχινιώτες

• ΑΕΚ: Έμαθε το κόλπο του τρίποντου - Αδύναμη στα εκτός έδρας η ΕΝΩΣΗ

• ΑΠΟΕΛ: Άνετη νίκη με το μυαλό στην Πράγα - Παραμένει χωρίς νίκη ο ΑΡΗΣ

• 3η συνεχόμενη νίκη για Νέα Σαλαμίνα - Ψάχνει τα πατήματα του ο ΕΡΜΗΣ

• Νίκη ψυχολογίας για την ΟΜΟΝΟΙΑ - Μαχητική και άτυχη η Αγία Νάπα

• ΑΝΟ: Βρήκε τις λύσεις κι έκανε την ανατροπή - Αξιόλογη εμφάνιση της ΔΟΞΑΣ

Απολαυστική βραδιά με θέαμα και απέντε τέρματα πρόσφερε ο Απόλλωνας, επαναφέροντας κλίμα ηρεμίας στο Λεμεσιανό στρατόπεδο. Ωστόσο, οι αδυναμίες στην άμυνα προβληματίζουν σοβαρά τον Π. Εμανουέλ. Άσχημη εμφάνιση για τον Εθνικό που παρουσιάζεται αδύναμος μακριά από το Δασάκι.

Έμαθε το κόλπο να παίρνει το τρίποντο η ΑΕΚ, συνεχίζοντας ακάθεκτη την ξέφρενη πορεία της. Δυσκολεύεται να βρει το ρυθμό της η Ένωση μακριά από το Παραλίμνι.

Ενθουσιασμός στην Νέα Σαλαμίνα για την 3η σερί νίκη. Υπομονή και σταθερότητα είναι τα δύο συστατικά που θα φέρουν τον Ερμή στο δρόμο των επιτυχιών, σημειώνουν παράγοντες της Αραδιπιώτικης ομάδας.

Με το μυαλό στραμμένο στην Πράγα για τον αυριανό Ευρωπαϊκό αγώνα με τη Σπάρτα, ο ΑΠΟΕΛ έκανε υγιεινό περίπατο με αντίπαλο τον ΑΡΗ. Στην «Ελαφρά Ταξιαρχία» τα πράγματα όπως εξελίσσονται πληγώνουν αφού η νίκη είναι άγνωστη λέξη μέχρι στιγμής.

Γλυκόπικρη γεύση άφησε η ισοπαλία

στο Παφιακό. Οι Παφίτες ήθελαν δικαίως το τρίποντο και λίγο έλειψε να το πετύχουν αφού έχασαν καλές ευκαιρίες. Η ΑΕΛ ήταν αποκαρδιωτική σκορπώντας για άλλη μια φορά την απογοήτευση στους φίλους της.

Με δύο προσωπικά τέρματα του Βέλγου Μπαντιμπάγκα, η ΟΜΟΝΟΙΑ πέτυχε την παρθενική εκτός έδρας



• Η αποκάλυψη αρκετών ντόπιων ταλέντων στο φετινό πρωτάθλημα, χαροποιεί αφάνταστα το φιλάθλο κοινό της Κύπρου

νίκη της. Ικανοποίηση επικρατεί στο «Τριφύλλι» αφού το τρίποντο επαναφέρει κατά κάποιον τρόπο την ηρεμία στην ομάδα. Η Αγία Νάπα έδειξε καλές αρετές, αλλά ως εκεί.

Δυσκολεύθηκε, αγχώθηκε αλλά στο τέλος βρήκε τις ψυχικές δυνάμεις και τις αγωνιστικές λύσεις κάνοντας την ολική ανατροπή η Ανόρθωση. Η νίκη επί της γρωμαλέας ΔΟΞΑΣ ήλθε από τον πάγκο με το νεαρό Μακρή (φωτό). Η Δόξα πάλεψε, πίεσε, αποκάλυψε πολλές αρετές αλλά δεν τα κατάφερε.

• Αυτό που κάνει εντύπωση στην μέχρι τώρα πορεία του φετινού μαραθωνίου είναι η αναγέννηση της Νέας Σαλαμίνας η οποία δίδει έντονο χρώμα, στέλλοντας το μήνυμα ότι η συγκροτημένη προσπάθεια και ο σοβαρός προγραμματισμός, έστω και αργά επιβραβεύονται

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ

6η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ
Σάββατο 3/10

18:00 ΟΜΟΝΟΙΑ - ΑΠΟΛΛΩΝ
18:00 Ν. ΣΑΛΑΜΙΝΑ - ΠΑΦΟΣ FC
20:00 ΔΟΞΑ - ΑΡΗΣ
Κυριακή 4/10
18:00 ΑΝΟΡΘΩΣΗ - Αγία Νάπα
19:00 ΑΕΛ - ΑΕΚ
19:00 ΕΘΝΙΚΟΣ - ΕΡΜΗΣ
Δευτέρα 5/10
19:00 ΕΝΩΣΗ - ΑΠΟΕΛ

ΔΕΙΝΟΙ ΕΚΤΕΛΕΣΤΕΣ

5 ΓΚΟΛ: Εντλοβού (Ανόρθωση), Καβενάγκι (ΑΠΟΕΛ)
4 ΓΚΟΛ: Μακρίφ (Ν. Σαλαμίνα), Ντε Βινσέντι (ΑΠΟΕΛ)
3 ΓΚΟΛ: Τσούρτσουρις (Ν. Σαλαμίνα)
2 ΓΚΟΛ: Σιέρινταν, Λοίς, Σκέμπρι, Μπαντιμπάγκα (Ομόνοια), Χόλγκερσον (Ανόρθωση) Τομάς, Εγγλέζου, Μαρτίνιακ (ΑΕΚ), Βινίσσιους, Χαραλαμπίδης, Λεάλ (ΑΠΟΕΛ), Αντόρνο, Παύλου (Ν. Σαλαμίνα), Νταμάχου (Πάφος), Βασιλογιάννης (Ερμής), Μάσται (Πάφος), Παπουλής, Ελιζίο (Απόλλωνας), Πιτνσέλι, Χατζηβασιλίας (Εθνικός)

ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΑΑΟΚ ΛΕΜΕΣΟΥ

Κ&Ε ΤΡΑΧΩΝΙΟΥ - ΠΑΡΘΕΝΩΝ ΧΑΛΚΟΥΤΣΑΣ 0-3
ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑΣ - ΧΡ. ΜΗΝΑ ΚΟΡΦΗΣ 7-1
ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΜΟΥΤΑΓΙΑΚΑΣ - Θ.Ο.Ι ΠΥΡΓΟΥ 5-3
Π&Σ ΖΑΚΑΚΙΟΥ - Α&Ν ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ/ΑΕΝ ΣΥΝ. 5-4
ΣΕΚ ΑΠΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ - Α Ε Κ ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ 4-8
Για την 2ην αγωνιστική της Α.Κατηγορίας θα γίνουν οι πιο κάτω αγώνες.
1. ΣΑΒΒΑΤΟ 3.10.2015 και ώρα 3.00 μ.μ
ΧΡ. ΜΗΝΑ ΚΟΡΦΗΣ - ΣΕΚ ΑΠΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ
Θ.Ο.Ι ΠΥΡΓΟΥ - Α&Ν ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ/ΑΕΝ ΣΥΝ.
Θ.Ο.Ι ΜΟΝΑΓΡΙΟΥ - ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΜΟΥΤΑΓΙΑΚΑΣ
Κ&Ε ΤΡΑΧΩΝΙΟΥ - Π & Σ ΖΑΚΑΚΙΟΥ
2. ΔΕΥΤΕΡΑ 5.10.2015 και ώρα 7.00 μ.μ.
ΠΑΡΘΕΝΩΝ ΧΑΛΚΟΥΤΣΑΣ - ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑΣ

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

	Β	Ν	ΙΣ.	ΗΤ.
1. ΑΠΟΕΛ	13	4	1	0
2. ΑΝΟΡΘΩΣΗ	13	4	1	0
3. ΑΕΚ	13	4	1	0
4. ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ	10	3	1	1
5. Ν. ΣΑΛΑΜΙΝΑ	9	3	0	2
6. ΟΜΟΝΟΙΑ	8	2	2	1
7. ΕΝΩΣΗ	7	2	1	2
8. ΑΕΛ	7	2	1	2
9. ΕΘΝΙΚΟΣ	7	2	1	2
10. ΠΑΦΟΣ	4	1	1	3
11. ΕΡΜΗΣ	4	1	1	3
12. ΔΟΞΑ	2	0	2	3
13. ΑΡΗΣ	1	0	1	4
14. ΑΓ. ΝΑΠΑ	0	0	0	5

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Απόλλων-Εθνικός5-2
26' , 90' + Ελιζίο, 30' Γκιέ, 33' Μέσκα, 43' Παπουλής - 14' Πιτνσέλι, 77' Χατζηβασιλίας
Ερμής-Ν. Σαλαμίνα1-2
7' Κεϊτά - 61' Τσούρτσουρις, 83' Μακρίφ
ΑΕΚ-Ένωση2-1
1' Εγγλέζου, 57' Μαρτίνιακ - 86' Σβόγιτς
ΑΠΟΕΛ-Άρης4-0
24' πέν. Καβενάγκι, 36' αυτ. Μποργκ, 49' 88' Ντε Βινσέντι
Αγία Νάπα-Ομόνοια1-2
62' Μάσται - 21' 28' Μπαντιμπάγκα
Πάφος FC-ΑΕΛ0-0
Ανόρθωση - Δόξα2-1
57' Χόλγκερσον, 77' Μακρής - 52' Καρλίτος

ΕΠΙΛΕΚΤΗ (ΣΤΟΚ)

Τέσσερις στην κορυφή

Στην επίλεκτη κατηγορία της ΣΤΟΚ τέσσερις ομάδες συνοστίζονται στην κορυφή του βαθμολογικού πίνακα με την ΑΠΕΛ να έχει πλεονέκτημα στα τέρματα.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

ΟΜΑΔΑ	ΑΓ.	ΓΚΟΛ	ΒΑΘΜΟΙ
1. ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ	2	4-1	6
2. ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ	2	4-1	6
3. ΦΟΙΝΙΚΑΣ	2	4-2	6
4. ΑΠΕΛ ΑΚΡ.	1	2-1	3
5. ΑΕΝ	2	3-3	3
6. ΚΟΡΝΟΣ	2	3-3	3
7. ΛΕΝΑΣ	2	3-3	3
8. ΠΕΓΕΙΑ	2	3-3	3
9. ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ	2	3-4	1
10. ΕΛΠΙΔΑ	2	2-4	1
11. ΦΡΕΝΑΡΟΣ	1	1-2	0
12. ΑΣΠΙΔΑ	1	1-2	0
13. ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ.	2	1-4	0

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΦΡΕΝΑΡΟΣ - ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ 1-2
ΠΕΓΕΙΑ - ΑΣΠΙΔΑ 2-1
ΛΕΝΑΣ - ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ 2-1
ΚΟΡΝΟΣ - ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ 0-2
ΕΛΠΙΔΑ ΑΣΤΡ. - ΑΕΝ 0-2
ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ. - ΦΟΙΝΙΚΑΣ 1-2
ΡΕΠΟ: ΑΠΕΛ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ - ΑΠΕΛ
ΦΟΙΝΙΚΑΣ - ΦΡΕΝΑΡΟΣ
ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ - ΕΝΩΣΗ
ΑΕΝ - ΛΕΝΑΣ
ΛΕΙΒ.ΣΑΛΑΜΙΝΑ - ΕΛΠΙΔΑ ΑΣΤΡ.
ΑΣΠΙΔΑ - ΚΟΡΝΟΣ
ΡΕΠΟ: ΠΕΓΕΙΑ





Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Οι επιπτώσεις της κρίσης στην εργασία

με τον **Πάμπο Ιωαννίδη**
Επαρχιακό γραμματέα ΣΕΚ
Λευκωσίας - Κερύνειας

1 Πως η κρίση επηρέασε την πόλη σας και σε ποιους τομείς της οικονομίας; Η οικονομική ύφεση έχει επηρεάσει όλους τους τομείς της οικονομίας, καθώς τα τελευταία χρόνια βιώνουμε αρνητικούς ρυθμούς ανάπτυξης, αυξανόμενη ανεργία αλλά και συνεχή αύξηση στα ποσοστά κινδύνου φτώχειας και κοινωνικού αποκλεισμού. Ωστόσο υπάρχουν συγκεκριμένοι κλάδοι οι οποίοι έχουν επηρεαστεί σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό σε σύγκριση με κάποιους άλλους. Συγκεκριμένα στην επαρχία Λευκωσίας η οικοδομική βιομηχανία έχει πληγεί σε τεράστιο βαθμό, ενώ ταυτόχρονα σοβαρά προβλήματα αντιμετωπίζει και η ίδια η Βιομηχανία. Οι υπόλοιποι κλάδοι έχουν επηρεαστεί σε μικρότερο βαθμό, ωστόσο ακόμα και στον τομέα των υπηρεσιών, παρουσιάζεται τάση εκμετάλλευσης, που επηρεάζει αρνητικά όλους τους εργαζόμενους.

2 Ποιες οι επιπτώσεις της κρίσης για το εργατικό σας κέντρο και ποιες προσπάθειες γίνονται εκ μέρους σας για τον περιορισμό τους; Οι συνεχείς απολύσεις και πλεονασμοί που παρουσιάζονται σε όλους τους κλάδους οπωσδήποτε συμβάλλουν αρνητικά στην οργανωτική δύναμη του Εργατικού Κέντρου, παρ' όλα αυτά οι προσπάθειες για υπεράσπιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων είναι συνεχείς και σθεναρές. Η εθελοντική αποχώρηση εργαζομένων τόσο από την Κυβέρνηση, όσο και από Ημικρατικούς οργανισμούς και Τοπική Αυτοδιοίκηση διευρύνει ακόμα περισσότερο το πρόβλημα. Προφανώς τα εργαλεία που έχουμε στην διάθεση μας για οργάνωση νέων χώρων εργασίας είναι περιορισμένα και το περιβάλλον ακόμα πιο περίπλοκο, ωστόσο υπάρχουν οι περιπτώσεις κατά τις οποίες η κρίση έχει δημιουργήσει τις προοπτικές και ευκαιρίες για τους εργαζομένους, έτσι ώστε να αντληφθούν την δύναμη της οργάνωσης και να οργανωθούν, αποκτώντας ωφελήματα που για κάποιους άλλους θεωρούνται αυτονόητα.

3 Εξακολουθούν οι άνεργοι της πόλης και της επαρχίας σας να διατηρούν την επαφή τους και τη σχέση τους με την ΣΕΚ και γενικότερα με το συνδικαλιστικό κίνημα; Η δημιουργία γραφείου εξυπηρέτησης και προσπάθειας αποκατάστασης των ανέργων στα γραφεία μας, έχει δημιουργήσει τις προϋποθέσεις συνεχούς επαφής με τους ανέργους, παρά το γεγονός ότι οι θέσεις οι οποίες κατά καιρούς ανακοινώνονται είναι περιορισμένες. Οι υπηρεσίες που παρέχονται σε όσους ζητούν εργασία δεν αφορούν μόνο το αντικείμενο της εξεύρεσης εργασίας, αλλά ταυτόχρονα με εξατομικευμένη προσέγγιση παρέχουν συμβουλές, οι οποίες αναμένεται ότι θα βελτιώσουν την απασχολησιμότητα των ανέργων με περαιτέρω εκπαίδευση και κατάρτιση και ενώ παράλληλα συμβάλλουμε στην βελτίωση της ίδιας τους της ψυχολογία. Ανάμεσα σε αυτές είναι και η πληροφόρηση για ταχύρυθμα προγράμματα εκπαίδευσης, η διαμόρφωση βιογραφικού σημειώματος κλπ. Θεωρούμε την επαφή με την ομάδα αυτή του πληθυσμού ιδιαίτερα σημαντική και για τον λόγο αυτό παρέχεται και η ανάλογη εξυπηρέτηση.

4 Λόγω των προκλήσεων της νέας εποχής ποιες καινοτομίες πιστεύεται πως πρέπει να υιοθετήσει το συνδικαλιστικό κίνημα για την αντιμετώπιση τους; Είναι από όλους αποδεκτό ότι ακόμα και το Συνδικαλιστικό κίνημα αντιμετωπίζει μια μορφή απαξίωσης, όπως ακριβώς και το πολιτειακό σύστημα στην χώρα. Για να επανακτήσουμε λοιπόν την χαμένη μας αίγλη, θα πρέπει να διαμορφώσουμε εντελώς διαφορετικές προσεγγίσεις, παρουσιάζοντας ταυτόχρονα την κοινωνική μας πτυχή η οποία δεν αφορά μόνο τα μέλη μας, αλλά ολόκληρη την κοινωνία. Επιπρόσθετα σε μια περίοδο υψηλών ποσοστών ανεργίας, υπάρχει σοβαρό ενδεχόμενο απορρύθμισης της αγοράς εργασίας και θα πρέπει να είμαστε σε συνεχή εγρήγορση και πάντα έτοιμοι να εξυπηρετήσουμε τα μέλη μας, αλλά ταυτόχρονα να επιλύουμε τα επαγγελματικά προβλήματα που παρουσιάζονται στους χώρους εργασίας.



Επιπρόσθετα σε μια περίοδο υψηλών ποσοστών ανεργίας, υπάρχει σοβαρό ενδεχόμενο απορρύθμισης της αγοράς εργασίας και θα πρέπει να είμαστε σε συνεχή εγρήγορση και πάντα έτοιμοι να εξυπηρετήσουμε τα μέλη μας, αλλά ταυτόχρονα να επιλύουμε τα επαγγελματικά προβλήματα που παρουσιάζονται στους χώρους εργασίας.

Φλέγοντα εργασιακά ζητήματα στο μικροσκόπιο του 15ου Συνεδρίου της Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ

Καίρια κοινωνικά και εργασιακά ζητήματα που επηρεάζουν καθημερινά χιλιάδες εργαζόμενους στο κλάδο της οικοδομικής βιομηχανίας θα τεθούν στο μικροσκόπιο του 15ου Συνεδρίου της Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ που θα πραγματοποιηθεί το **Σάββατο, 10 Οκτωβρίου, στις 10.00 π.μ.** στο οίκημα της ΣΕΚ στο Στρόβολο.

Στην εναρκτήρια τελετή χαιρετισμούς θα απευθύνουν η υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** και ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως**.

Χαιρετισμό επίσης θα απευθύνει ο **Άμπετ Γιουσόν**, γενικός γραμματέας της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Οικοδόμων και Ξύλου.



Εισηγητική ομιλία θα εκφωνήσει ο γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ **Γιαννάκης Ιωάννου (φωτο)** ο οποίος θα

καταθέσει την έκθεση δράσης της Ομοσπονδίας για την παρελθούσα τετραετία.

Το συνέδριο θα χαράξει την πολιτική της Ομοσπονδίας σε καίρια εργατικά ζητήματα που απασχολούν καθημερινά τους εργαζόμενους και θα εγκύψει παράλληλα στο καυτό ζήτημα της ανεργίας, της αδήλωτης εργασίας που διασαλεύει το εργασιακό τοπίο, στις καθημερινές παραβιάσεις των συλλογικών συμβάσεων αλλά και της αναγκαιότητας για νομική ρύθμιση βασικών άρθρων των συλλογικών συμβάσεων, με στόχο την προστασία των εργαζομένων.

Προς έλεγχο ποινικού μητρώου στις εταιρείες

Με πιστοποιητικό ποινικού μητρώου θα ελέγχονται πλέον οι εταιρείες για δημόσιες προσφορές. Το Υπουργικό Συμβούλιο, ενέκρινε σε προχθεσινή συνεδρία του, νομοσχέδιο το οποίο παραπέμπεται στη Βουλή.

Μετά τη συνεδρίαση, ο Αναπληρωτής Κυβερνητικός Εκπρόσωπος Βίκτωρας Παπαδόπουλος δήλωσε στους δημοσιογράφους ότι το Υπουργικό ενέκρινε το νομοσχέδιο, με το οποίο ρυθμίζεται - μετά από γνωμάτευση του Γενικού Εισαγγελέα - το κενό που υπάρχει στη νομοθεσία, αναφορικά με έκδοση πιστοποιητικού ποινικού μητρώου για νομικά πρόσωπα, δηλαδή εταιρείες, και επιπλέον για τον τρόπο και τη δυνατότητα αποκατάστασης τους στις περιπτώσεις που καταδικάζονταν για οποιοδήποτε ποινικό αδίκημα από τα δικαστήρια.

«Η έκδοση αυτών των πιστοποιη-

τικών ήταν αναγκαία διότι, λόγω του κενού που υπήρχε στη νομοθεσία, τα πιστοποιητικά που εκδίδονταν μέχρι σήμερα ήταν αναγκαστικά όλα λευκά», εξήγησε ο κ. Παπαδόπουλος.

Ανέφερε επιπλέον ότι με αυτό τον τρόπο και με τη ρύθμιση της νέας νομοθεσίας, οι εταιρείες που θα επιθυμούν να υποβάλουν αίτηση για να προσφοροδοτήσουν για έργα του δημοσίου, θα δίνουν πλέον τα σωστά πιστοποιητικά μητρώων που έπρεπε να κατατεθούν έτσι και αλλιώς βάσει της νομοθεσίας. «Γίνεται, δηλαδή, μια διόρθωση στη στρέβλωση που υπήρχε έως τώρα», ανέφερε.

Σύμφωνα με τον Αναπληρωτή Κυβερνητικό εκπρόσωπο, πρόκειται για μια ακόμα ενέργεια προς τη σωστή κατεύθυνση για να διορθωθεί η στρέβλωση αναφορικά με την καταπολέμηση της διαφθοράς και ταυτόχρονα, ρυθμίζεται και για τα



νομικά πρόσωπα το θέμα της παραγραφής των αδικημάτων.

Όπως εξήγησε, υπάρχουν κατηγορίες αδικημάτων και πρόνοιες για το πότε παραγράφονται.

80 εκ. ευρώ εισέπραξε η Ελλάδα μέχρι τώρα, από τη «Λίστα Λαγκάρντ»

Το ποσό των 80 εκ. ευρώ έχει αποφέρει μέχρι σήμερα στο ελληνικό δημόσιο ταμείο ο έλεγχος των οικονομικών εισαγγελιών στα στοιχεία της «λίστας Λαγκάρντ».

Οι αρμόδιοι εισαγγελείς έχουν ταυτοποιήσει 1.725 λογαριασμούς που ανήκουν είτε σε φυσικά πρόσωπα είτε σε εταιρίες. Ήδη, έχει ολοκληρωθεί πλήρως ο έλεγχος οικονομικών στοιχείων για 170 πρόσωπα, ενώ είναι στο τελικό στάδιο η φορολογική έρευνα για άλλες 350 περιπτώσεις.

Μέχρι τώρα, μέσω αυτών των διαδικασιών, το δημόσιο έχει εισπράξει ποσό 80 εκ. ευρώ, εκ των οποίων τα 13.788.184 περιήλθαν στα κρατικά ταμεία μετά από ρυθμίσεις που έκαναν ελεγκτές οφειλτές, βάσει του νόμου Βαλαβάνη

(«100 δόσεις»). Οι βεβαιωμένες οφειλές που τέθηκαν σε ρύθμιση αφορούν συνολικό ποσό 26.023.832 ευρώ.

Σημειώνεται, ότι η έρευνα με ελέγχους και διασταυρώσεις στοιχείων

• Ταυτοποιήθηκαν 1.725 λογαριασμοί που ανήκουν σε φυσικά πρόσωπα και εταιρίες

των καταθετών της τράπεζας HSBC που διενεργούν οι οικονομικοί εισαγγελείς είναι διαφορετική από εκείνη που ξεκίνησαν οι τέσσερις εισαγγελείς Πρωτοδικών, οι οποίοι εξέτασαν το πρώην στέλεχος της τράπεζας, Ερβέ Φαλτσιανί και συντάκτη της λεγόμενης «Λίστας Λαγκάρντ».

Ο Φαλτσιανί φαίνεται πως έχει δώσει στους εισαγγελείς που μετέβησαν στο Παρίσι, στοιχεία για συγκεκριμένα πρόσωπα, μέλη της υπό διερεύνηση εγκληματικής οργάνωσης, η οποία φέρεται να διευκόλυνε καταθέτες να αποκρύπτουν και να φυγαδεύουν στην Ελβετία μεγάλα χρηματικά ποσά.

