ERG_1-1_inn_1 9/29/14 12:34 PM Page 1

ΣΕΚ 1944

Εργατική Φωνή

ΤΡΙΤΗ 30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2014

ITUC CSI IGB · SYNDICAT EUROPEEN TRADE UNION

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2829
ΤΙΜΗ 0.68€(£ 0.40)

ΒΟΛΕΣ γ.γ. ΣΕΚ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΕΡΓΟΔΟΤΩΝ – ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ

Απορρυθμίζονται επικίνδυνα οι εργασιακές σχέσεις

- Παραβιάζονται οι συλλογικές συμβάσεις
- Ο ανθρώπινος μόχθος τυγχάνει εκμετάλλευσης και καλείται η κυβέρνηση και ιδιαίτερα το υπουργείο Εργασίας να επαναφέρουν την ομαλότητα και την τάξη στην αγορά Εργασίας
- Πρώτιστος στόχος η γρήγορη έξοδος από το Μνημόνιο με προστασία των συνδικαλιστικών δικαιωμάτων, θωράκιση των εργατικών κατακτήσεων και των κοινωνικών παροχών.

(Σελ. 8, 9)

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Δρ. Ελένη Σταύρου: Η Τουρκία θα συντηρεί την φρίκη του ΙΣΛΑΜΙΚΟΥ κράτους, αυξάνοντας τις πιέσεις προς την Κύπρο. Σελ. 4



ΥΓΕΙΑ

Απλές ενέργειες και έξυπνες κινήσεις για ζωντανή και ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ μέρα. Τι υποστηρίζουν οι ειδικοί.

Σελ. 11

ΕΠΕΤΕΙΑΚΟ

Με την προσδοκία της Κυπριακής ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗΣ. Το χρέος του λαού και της Πολιτείας για το 54α γενέθλια της Κυπριακής Δημοκρατίας.



Σελ. 2, 7

ΕΡΓΑΣΙΑ

Πανευρωπαϊκή συνεργασία για πάταξη της ΑΔΗΛΩΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ. Τι επισημαίνεται σε γνωμοδότηση της ΕΟΚΕ.

Σελ.5, 6

Στους ρυθμούς των εκδηλώσεων για τα 70χρονα της ΣΕΚ



Μπροστάρηδες για διαφύλαξη των κοινωνικών κατακτήσεων



- Με τη μνήμη στραμμένη στην ιστορική 29η Οκτωβρίου 1944, ημέρα ίδρυσης της ΣΕΚ

Η ΣΕΚ ως η μεγαλύτερη συνδικαλιστική οργάνωση της Κύπρου συνεχίζει αταλάντευτα τον αγώνα για προστασία των εργατικών δικαιωμάτων , διαφύλαξη των κοινωνικών επιτευγμάτων, εδραίωση συνθηκών ευημερίας για όλους και δίκαιη επίλυση του Κυπριακού στη βάση των αρχών του ΟΗΕ και των αξιών της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

✔ *Όλες οι μεγάλες κοινωνικές κατακτήσεις του λαού μας φέρουν ανεξίτηλη τη σφραγίδα της ΣΕΚ*

Το μήνυμα αυτό έστειλε το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ σε επετειακή του συνεδρία στη Λεμεσό την Τετάρτη 24 Σεπτεμβρίου 2014 στο πλαίσιο της έναρξης των εκδηλώσεων για τον εορτασμό των 70ων γενεθλίων των Ελεύθερων Εργατικών Συνδικάτων.

Οι Σύνεδροι σε διακήρυξη τους διαβεβαίωσαν ότι η ΣΕΚ θα παραμείνει όπως πάντα υπεύθυνη και διεκδικητική στην εμπροσθοφυλακή των κοινωνικών, εργατικών και εθνικών αγώνων.

- Η ΣΕΚ πιστή στα οράματα του ιδρυτή της Χριστόδουλου Μιχαηλίδη (φωτό αριστερά), του πρώτου γ.γ. Κώστα Δημητρίου (φωτό δεξιά) και των άξιων διαδόχων τους, συνεχίζει αταλάντευτα την ιστορική της πορεία για εξυπηρέτηση των συμφερόντων των εργαζομένων και του Κυπριακού Ελληνισμού ευρύτερα.



Ο ιδρυτής της ΣΕΚ Χριστόδουλος Μιχαηλίδης (με καπέλλο) μαζί με την ηγεσία και τα μέλη της Συντεχνίας υπαλλήλων δημοσίων κέντρων Λεμεσού

Η Κύπρος πρέπει να πάει μπροστά

Την ώρα που η κυπριακή κοινωνία στο σύνολο της, βρίσκεται ξανά μπροστά σε τεράστιες οικονομικές και άλλες δυσκολίες που έχουν σχέση κυρίως με την οικονομική κρίση, η ΣΕΚ είναι δυναμικά παρούσα και με υπευθυνότητα προσπαθεί να βοηθήσει την Κύπρο να βγει από τα αδιέξοδα.

Η Κύπρος που τα τελευταία χρόνια βίωσε πολλά πισωγυρίσματα και βρέθηκε όμηρος της Τρόικα και των σκληρών όρων του Μνημονίου, πρέπει να πάει μπροστά.

Για να επιτευχθεί ο στόχος αυτός, όπως επίσης και ο στόχος της εξόδου από το Μνημόνιο, χρειάζεται συνεργασία, συναντίληψη και υπευθυνότητα ανάμεσα στις παραγωγικές δυνάμεις του τόπου, αλλά κυρίως ανάμεσα στις πολιτικές και κοινοβουλευτικές δυνάμεις που καλούνται να λάβουν τις πλέον δύσκολες αποφάσεις. Χρειάζεται κοινωνικός διάλογος και διαβούλευση σε όλα τα επίπεδα.

Για να βγούμε από τα αδιέξοδα και να δημιουργήσουμε ευκαιρίες για ένα καλύτερο αύριο χρειάζεται να προϋπάρξουν μια σειρά από ενέργειες, κυρίως

- **Προαπαιτούμενο η κάθαρση και η τιμωρία**

Στη σωστή πορεία η Γενική Εισαγγελία

πολιτικές.

Χρειαζόμαστε κάθαρση μέσα από τεκμηρίωση και τιμωρία όσων ευθύνονται για τα εγκλήματα σε βάρος της οικονομίας.

Χρειάζεται να εξυγιανθεί μέσα από διαφανείς διαδικασίες το τραπεζικό σύστημα. Χρειάζεται να μπει οριστικά τέλος στην εποχή του ρουσφετιού και της διαπλοκής και να πάμε σε λογικές αξιοκρατίας.

Οφείλουμε να δημιουργήσουμε όραμα και προοπτική για τη νέα γενιά.

Η Γενική Εισαγγελία με τις τελευταίες ενέργειες της στο χειρισμό συγκεκριμένων γεγονότων και υποθέσεων έδειξε και απέδειξε ότι, είναι παρούσα και αγωνίζεται για την επικράτηση της δικαιοσύνης.

Η ΣΕΚ όλα αυτά τα χρόνια μακριά από δογματισμούς και άλλου είδους επιρροές, βοήθησε τη χώρα να διαχειριστεί τα δύσκολα, διατηρώντας συνθήκες εργατικής ειρήνης και εργασιακής ομαλότητας.

Αυτή την ώρα καλούνται και οι υπόλοιποι, (κυβέρνηση, βουλή, αστυνομία, εισαγγελία), να επαναφέρουν την Κύπρο και το λαό της σε πορεία ομαλότητας, προόδου, ευημερίας και ανάπτυξης επισπεύδοντας τις διαδικασίες κάθαρσης και εξυγίανσης.

ΟΧΙ στον εφησυχασμό και την ολιγωρία.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

ERG_2-2_inn_4 9/29/14 12:28 PM Page 1

Καιρικά Φαινόμενα

Όταν θέλει το κράτος μπορεί

Η υπόθεση της προσωποκράτησης του επιχειρηματία θεόδωρου Αριστοδήμου σε νοσοκομεία και κλινικές έχει αναδείξει μια πολύ σοβαρή διάσταση του τρόπου λειτουργίας του κράτους. Από τη μια την ευκολία με την οποία ένας «επώνυμος» κρατούμενος μπορεί να τύχει άλλης μεταχείρισης από αυτήν που προβλέπει ο νόμος και από την άλλη τη δύναμη που έχει το ίδιο το κράτος όταν επιθυμεί να εφαρμόσει τον νόμο.

Δεν μπορεί και δεν πρέπει να περάσει απαρατήρητος ο ρόλος των γιατρών, οι οποίο προσπάθησαν να παρουσιάσουν τον ύποπτο ως βαρύτατα ασθενή, συστήνοντας παράλληλα την εσπευσμένη μεταφορά του σε ιδιωτική κλινική για καρδιολογικής φύσεως προβλήματα. Όπως αποδείχθηκε δεν υπήρχε τίποτα το ανησυχητικό και η αναγκαιότητα άμεσης επέμβασης ήταν μη υπαρκτή.

Δεν είναι η πρώτη φορά που η ιατρική χρησιμοποιείται για να εξυπηρετήσει άλλους σκοπούς πέραν αυτών για τους οποίους πρέπει να ασκείται. Και στο παρελθόν «επώνυμοι» συλληφθέντες κατέφυγαν σε ιατρικές γνωματεύσεις για να αποφύγουν την κράτησή τους. η ανοχή που είχε επιδειχθεί φαίνεται πως θεωρήθηκε «πράσινο φως» για επανάληψη της ίδιας τακτικής και στη περίπτωση του κ. Αριστοδήμου. Ωστόσο αυτή τη φορά το κράτος μέσω της Νομικής υπηρεσίας και του υπ. Υγείας έδειξε πως όχι μόνο εξαντλήθηκε η υπομονή αλλά και δεν μπορεί να γίνει ανεκτή η υποτίμηση της νοημοσύνης των πάντων.

Όσοι εσπευσμένα μεταφέρθηκε σε ιατρικά κέντρα, το ίδιο εσπευσμένα πήραν εξιτήρια, όταν έγινε αντιληπτό ότι το κράτος δεν αστειεύεται. Η υπόθεση όμως δεν πρέπει να σταματήσει εδώ. Οι γιατροί, που ενδεχομένως συμμετείχαν σε μια συμπαιγνία, η οποία παρακώλυε το ανακριτικό έργο και κατ' επέκταση την απονομή δικαιοσύνης, οφείλουν να ελεγχθούν και να λογοδοτήσουν. Αν αποδειχθεί ότι όντως λειτούργησαν με τρόπο που στόχευε στην εξυπηρέτηση άλλων στόχων, πέραν αυτών της αποκατάστασης της υγείας των ασθενών – κρατουμένων, τότε το κράτος οφείλει να λάβει μέτρα τα οποία θα λειτουργήσουν αποτρεπτικά για όσους επιχειρήσουν κάτι παρόμοιο στο μέλλον.

Εφημερίδα «ΠΟΛΙΤΗΣ»

ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΔΟΚΙΑ ΤΗΣ ΚΥΠΡΙΑΚΗΣ ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗΣ

Με το λαό κατακρεουργημένο, την κοινωνία σε απόγνωση και το νησί γαντζωμένο στις σιαγόνες της «Τρόικα», γιορτάζουμε φέτος τα 54α γενέθλια της Κυπριακής Δημοκρατίας. Οι εξαθλιωμένοι πολίτες και οι περιθωροποιημένοι νέοι μας που παρακολουθούν αμήχανοι το πολιτικό σύστημα να παραμένει βουτηγμένο στην ανηθικότητα, τη διαπλοκή και στα πολύχρωμα ιδιοτελή συμφέροντα, προσμένουν εναγωνίως τον από μηχανής Θεό της λύτρωσης. Μάταια όμως καθώς

η ευνοιοκρατία, η αναξιοκρατία, η κλεπτοκρατία, η διαπλοκή και γενικότερα το νοσηρό σύστημα της πελατειακής σχέσης που άνθισε στα πρώτα χρόνια της Κυπριακής Δημοκρατίας εξακολουθούν να ταλανίζουν την καθημερινή μας ζωή.

Παρά την προσπάθεια που καταβάλλει η κυβέρνηση και γενικότερα η πολιτεία για ανασυγκρότηση από τα ερείπια που άφησαν πίσω τους τραπεζίτες, ανεύθυνοι πολιτειακοί άρχοντες και ανεπαρκέστατες πολιτικές ηγεσίες, το σήμερα φαντάζει

απαισιόδοξο και το αύριο θολό. Οι πληγές είναι χαίνουσες και δεν φαίνεται στο ορατό μέλλον να επουλώνονται.

.Η νεολαία και οι νέοι επιστήμονες μας, αδυνατούν να εργοδοτηθούν, αναγκαζόμενοι να μεταναστεύσουν προτού τους συνθλίψει η κατάθλιψη.



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

• Τα νοικοκυριά ασφυκτιούν οικονομικά και η δαμόκλεια σπάθη της εκποίησης αιωρείται πάνω από τα κεφάλια τους.

• Η εργασιακή εκμετάλλευση κάνει θραύση και η μαύρη εργασία οργιάζει.

Και το πιο τραγικό. Τα κόμματα και οι δορυφόροι τους, ερίζουν σε καθημερινή βάση πάνω από το πτώμα της κοινωνίας, με κύριο σκοπό της διαφύλαξη των «κεκτημένων τους». Και ο εξουθενωμένος λαός που αδυνατεί να αντιδράσει συγκροτημένα ενάντια το βρώμικο παιγνίδι που διαδραματίζεται πάνω στις πλάτες του, επιχειρεί απεγνωσμένα να «φιλοτεχνήσει» τον εφιάλτη της επόμενης μέρας.

Με τις θέσεις μας αυτές, σε καμμία

• Τα 54α γενέθλια της Κυπριακής Δημοκρατίας και το χρέος του λαού

περίπτωση δεν θέλουμε να ενσπείρουμε δόσεις απαισιοδοξίας. Τουναντίον επιδιώκουμε να προβληματίσουμε βαθύτατα για τους ορατούς κινδύνους και τα υπαρκτά αδιέξοδα που εξακολουθούν να μας απειλούν. Σε τούτη την αδυσώπητη συγκυρία η οποία τείνει να τινάξει στον αέρα όλα όσα ο λαός μας πέτυχε με πολλούς κόπους και αιματηρές θυσίες στα 54 χρόνια Κυπριακής Ανεξαρτησίας, έχουμε χρέος ο καθένας χωριστά αλλά και όλοι μαζί να εγκαταλείψουμε την μοιρολατρία και την απραξία που μας κυριεύουν τιμωρώντας με την καθημερινή μας στάση αυτούς που λεηλάτησαν τον πλούτο της χώρας και



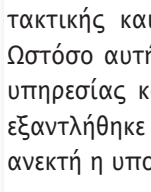
φτωχοποίησαν το λαό.

Πάνω απόλα θα πρέπει να ενεργοποιήσουμε τις υγιείς και τίμιες δυνάμεις του λαού για να συντριβεί το πολιτικό και κοινωνικοοικονομικό κατεστημένο που δυστυχώς παρά την υνεχιζόμενη οικονομική τραγωδία, εξακολουθεί να εκμεταλλεύεται στυγνά το μόχθο των εργαζομένων και τον κόπο των δημιουργικών δυνάμεων του πληθυσμού. Οι ενεργοί πολίτες με πρωτοστάτες τους ανθρώπους του πνεύματος και της τέχνης, μακριά από κομματικά ή άλλα ιδιοτελή συμφέροντα ,οφείλουν να ξαναβρούν τη λαλιά και να ανακτήσουν την χαμένη αυτοπεποίθηση τους ενεργώντας ως καθοδηγητές για χάραξη της ελπιδοφόρας πορείας για ένα καλύτερο αύριο. Ο λαός καλείται τούτη τη δύσκολη ώρα να αποβάλει τα όποια τοξικά πολιτικά σύνδρομα που τον κρατούσαν αιχμάλωτο εδώ και χρόνια και με μοναδικό όπλο την αξιοζήλευτη ευθικρισία που διαθέτει, να στείλει στον σκουπιδοτενεκέ της ιστορίας αυτούς που τον κατέστρεψαν.

Αυτή θα είναι και η καλύτερη μνημόνευση των λαμπρών αγωνιστών της Ελευθερίας και της Κυπριακής Ανεξαρτησίας 54 χρόνια μετά την ίδρυση του Κυπριακού κράτους το οποίο οι πολιτικοί τυχοδιώκτες και οι οικονομικοί αλητάμπουρες μετέτρεψαν σε φέουδο των άνομων συμφερόντων τους.

Όταν το κράτος σφυρίζει αδιάφορα είναι καταδικασμένο να χαθεί!

Η βαθιά οικονομική κρίση στην οποία βυθίστηκε η Κύπρος έχει δυστυχώς δημιουργήσει πλήγματα στον κοινωνικό ιστό αλλά παράλληλα έχει προκαλέσει έντονη δυσφορία στους πολίτες κατά πόσο οι θεσμοί λειτουργούν εντελώς ανεξάρτητα ή κάποιες αόρατες δυνάμεις κινούν τα νήματα τους.



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

Με βάση την πιο πάνω διαπίστωση που κατά την άποψη μου είναι η πιο σοβαρή επίπτωση της οικονομικής κρίσης, το κράτος οφείλει να κάνει αγώνα δρόμου για να μπορέσει να κερδίσει το στοίχημα της ανάκτησης της εμπιστοσύνης των πολιτών.

Πως ο πολίτης θα συνεχίσει να υπόκειται σε θυσίες για τη χώρα του όταν αισθάνεται πως το σακούλι των δημοσίων οικονομικών είναι τρύπιο και όσα λεφτά ρίχνονται μέσα από τις θυσίες του λαού χάνονται ως δια μαγείας.

Η διαπιστωμένη κακοδιαχείριση η φοροδιαφυγή από τους «μεγάλους» και «τρανούς» είναι έννοιες οι οποίες έχουν εμπεδωθεί ανάμεσα στους πολίτες ως προνόμιο μερικών αλλά από την αντίπερα όχθη οι μισθοσυντήρητοι που δεν μπορούν να αποκρύψουν τα έσοδα τους είναι κατά κανόνα η εύκολη λεία.

Αν το κράτος δεν κατορθώσει να αλλάξει την εικόνα του τότε οι δύσκολοι καιροί δεν θα περάσουν ποτέ.

Και αν η Κύπρος κατορθώσει να ανορθωθεί οικονομικά ,ποιο το όφελος όταν οι πολίτες αισθάνονται **πως οι λίγοι αρμέγουν τους πολλούς.**

Ποιο το μέλλον αυτού του τόπου όταν χρόνο με το χρόνο οι νέοι επιστήμονες μας μεταναστεύουν για νέες πατρίδες αφού η ίδια τους η χώρα τους αποβάλει ωσάν να πρόκειται για ξένο σώμα.

Τι θα επιτύχουμε αν μετατρέψουμε τους πολίτες σε δικαιούχους επιδομάτων και Ελάχιστου Εγγυημένου Εισοδήματος όταν η ανεργία δεν σταθεροποιείται και όταν οι μισθοί εξακολουθούν να κουτσουρεύονται.

Ένα κράτος οφείλει να φροντίζει ώστε να ευημερούν πρώτιστα οι πολίτες και ύστερα οι αριθμοί ώστε στις οποιεσδήποτε κρίσιμες αποφάσεις να είναι συνεργοί και όχι αποστασιοποιημένοι! Αν αυτό δεν γίνει συνείδηση τότε θα αποτύχουμε παταγωδώς γιατί τότε θα υλοποιηθεί το απόφθεγμα του Ζαν Ζακ Ρουσό πως **«Όταν ο πολίτης λέει για τα ζητήματα του κράτους "Τι μ' ενδιαφέρουν εμένα", αυτό το κράτος είναι καταδικασμένο να χαθεί.»**

«ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»
Εβδομαδιαίο Εκφραστικό Όργανο της ΣΕΚ
Διευθυντής: Νίκος Μωϋσέως
Αρχισυντάκτης: Ξενής Ξενοφώντος
Γραφεία: Κεντρικά Γραφεία ΣΕΚ
Τυπογραφεία «Ι. Γ. Κασουλίδης & Υιος Λτδ»

ΚΕΝΤΡΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΣΕΚ: Μέγαρον ΣΕΚ
Λεωφ. Στροβόλου 11, 2018 Στρόβολος, Λευκωσία
1306 Λευκωσία, Τ.Κ. 25018 Τηλ. 22-849849
Τηλεομοιότυπο: 22-849850 (ΣΕΚ) 22-849858 (Γραφείο Τύπου)

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

ΣΕΚ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ
Οδός Αντώνη Παπαδόπουλου 4, Παραλίμνι
Τηλ. 23-821432, 23-821832, Τηλεομοιότυπο: 23- 826438

ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ
Ελευθερίου Βενιζέλου 24, 8021 Πάφος
Τηλ. 26-811639, 26-932293
Τηλεομοιότυπο: 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

ERG_3-3_inn_4 9/29/14 12:28 PM Page 1

28ο Επαρχιακό Συνέδριο ΣΕΚ Λεμεσού

Την **Τετάρτη 15 Οκτωβρίου 2014 στις 10 π.μ.** θα πραγματοποιηθεί στο ξενοδοχείο Ajax το 28ο Επαρχιακό Συνέδριο της ΣΕΚ Λεμεσού στο οποίο θα απευθύνουν χαιρετισμούς ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωϋσέως** και εκπρόσωπος του Εργατικού Κέντρου Θεσσαλονίκης. Εισηγητική ομιλία θα εκφωνήσει ο Επαρχιακός Γραμματέας της ΣΕΚ Λεμεσού **Σάββας Γεωργίου**.

• *ΤΕΤΑΡΤΗ 15 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2014, 10π.μ.*

Στο Συνέδριο θα αξιολογηθεί η δράση του Εργατικού Κέντρου της περασμένης τετραετίας ενώ θα κατατεθεί για έγκριση η οργανωτική και οικονομική έκθεση από τον Επαρχιακό Οργανωτικό και Επαρχιακό Ταμία **Φλώρο Φλώρου** και **Τίτο Τιμοθέου,** αντίστοιχα.

Το συνέδριο θα εκλέξει τη νέα ηγεσία του Εργατικού Κέντρου για την επόμενη τετραετία η οποία θα χαράξει την πορεία πλεύσης με στόχο τη θωράκιση των εργαζομένων στο νέο διαμορφούμενο οικονομικό και κοινωνικό περιβάλλον.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕΛΩΝ ΣΕΚ

Το Τμήμα Εργαζόμενης Νεολαίας ΣΕΚ διοργανώνει ολοήμερη εκδρομή σε αξιοθέατα στη Λάρνακα για τους μικρούς του φίλους **το Σάββατο 25 Οκτωβρίου 2014.**

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν παιδιά μελών της ΣΕΚ, ηλικίας από 8 μέχρι 11 ετών.

Αναχώρηση από τα γραφεία της ΣΕΚ στην κάθε επαρχία.

Θα γίνει επίσκεψη στο «Μεσαιωνικό Κάστρο» στη Λάρνακα, στην Εκκλησία του Αγίου Λαζάρου, όπως επίσης και στο «Πάρκο Καμήλων» στο Μαζωτό.

Η εκδρομή θα περιλαμβάνει και γεύμα.

Τα έξοδα συμμετοχής θα είναι καλυμμένα από το Τμήμα Εργαζόμενης Νεολαίας της ΣΕΚ

Έντυπο συμμετοχής στο www.sek.org.cy, στο facebook: SEK YOUTH DEPARTMENT και στο Twitter:Sek_Youth.

Προθεσμία υποβολής εντύπου συμμετοχής μέχρι τη Δευτέρα 20 Οκτωβρίου 2014.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε στα τηλέφωνα: 22849628, 99412599, 99722678.





Μείωση στο 15,4% της ανεργίας στο β' τρίμηνο του 2014

Στο 15,4% μειώθηκε η ανεργία στο β' τρίμηνο του 2014 έναντι του πρώτου τριμήνου του έτους, που είχε διαμορφωθεί στο 16,9%, σύμφωνα με τα στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα την περασμένη Παρασκευή η Στατιστική Υπηρεσία της Κύπρου.

Ειδικότερα, το β' τρίμηνο του 2014, ο αριθμός των εργαζομένων ανερχόταν στις 365 χιλιάδες άτομα (άνδρες 185,8 χιλιάδες και γυναίκες 179,2 χιλιάδες) και ο αριθμός των ανέργων στις 66,7 χιλιάδες άτομα (άνδρες 37,7 χιλιάδες και γυναίκες 29,0 χιλιάδες).

Το ποσοστό απασχόλησης των ατόμων ηλικίας 20-64 ετών ήταν 67,8% (άνδρες 71,7% και γυναίκες 64,3%), σημειώνοντας αύξηση από το προηγούμενο τρίμηνο του 2014 και το αντίστοιχο τρίμηνο του 2013.

Το ποσοστό ανεργίας ανερχόταν σε 15,4% του εργατικού δυναμικού (άνδρες 16,8% και γυναίκες 13,9%), σημειώνοντας μείωση από το προηγούμενο τρίμηνο του 2014 που είχε διαμορφωθεί στο 16,9% (άνδρες 17,6% και γυναίκες 16,1%) και παραμένοντας στα ίδια επίπεδα με το αντίστοιχο τρίμηνο του 2013, ήτοι 15,4% (άνδρες 16,2% και γυναίκες 14,6%).

Επίσης το ποσοστό ανεργίας για τους νέους 15-24 ετών ήταν 37,2% του εργατικού δυναμικού των ηλικιών αυτών, σημειώνοντας μείωση από το προηγούμενο τρίμηνο του 2014 και το αντίστοιχο τρίμηνο του 2013

√ *Ξεπερνά το 37% η ανεργία των νέων*

• Το ποσοστό απασχόλησης των ατόμων ηλικίας 20-64 ετών ήταν 67,8% (άνδρες 71,7% και γυναίκες 64,3%) σημειώνοντας αύξηση από το προηγούμενο τρίμηνο του 2014 και το αντίστοιχο τρίμηνο του 2013.

Από τα στοιχεία προκύπτει ότι η μερική απασχόληση το δεύτερο τρίμηνο του έτους παρουσίασε οριακή μείωση, ενώ η πλήρης απασχόληση οριακή άνοδο σε σχέση με το πρώτο τρίμηνο του έτους



• <u>Συνάντηση συντεχνιών με τον υπουργό Τουρισμού</u>

Έντονη ανησυχία για την κατάσταση στον ΚΟΤ

Οι συντεχνίες εκφράζουν έντονη ανυσυχία για τα τεκταινόμενα στον Κυπριακό Οργανισμού Τουρισμού και στηρίζουν κάθε προσπάθεια για επίλυση των προβλημάτων και διαλεύκανση όλων των περιπτώσεων για να αποδοθούν ευθύνες εκεί και όπου υπάρχουν.

Αυτό διαμήνυσαν δια ζώσης στον αρμόδιο υπουργό Γιώργο Λακκοτρύπη οι συντεχνίες ΕΥΚΟΤ (ΟΗΟ - ΣΕΚ) και ΣΗΔΗΚΕΚ - ΠΕΟ σε πρόσφατη συνάντηση τους.

Σε κοινή ανακοίνωση τους οι δύο συντεχνίες αναφέρουν: «Οι Συντεχνίες των Εργαζομένων του ΚΟΤ παρακολουθούν με έντονη ανησυχία τα τεκταινόμενα στον Οργανισμό. Στις 24.9.2014 κατόπιν πρόσκλησης του Υπουργού Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού πραγματοποιήθηκε συνάντηση μεταξύ των δύο Συντεχνιών του Οργανισμού με τον Υπουργό. Η όλη συνάντηση διεξήχθη σε άριστο κλίμα και με ειλικρινή διάθεση από όλα τα μέρη για συνεργασία προς επίλυση των προβλημάτων που αντιμετωπίζει ο Οργανισμός. Έγινε ανταλλαγή απόψεων για όλα τα θέματα που αφορούν το παρόν και το μέλλον του ΚΟΤ συναποφασίστηκε όπως συνεχιστούν οι συναντήσεις για εξέταση ζητημάτων που αφορούν την αναδιοργάνωση του Οργανισμού και το μέλλον του Οργανισμού γενικότερα.

Οι εργαζόμενοι στον ΚΟΤ συμμερίζονται τις ανησυχίες και προβληματισμούς του κ. Υπουργού για την όλη κατάσταση που διαμορφώθηκε ενόψει και των διαπιστώσεων της έκθεσης του Γενικού Ελεγκτή για το έτος 2013. Ταυτόχρονα όμως πιστεύουμε ότι η στοχοποίηση ολόκληρου του Οργανισμού και ο εκμηδενισμός του πολύτιμου από κάθε άποψης έργο που αποδεδειγμένα προσφέρει στη χώρα μας δεν αποτελούν εποικοδομητική στάση. Ο Κυπριακός Οργανισμός Τουρισμού απαρτίζεται από άρτια καταρτισμένο προσωπικό το οποίο με ζήλο διεκπεραιώνει τα καθήκοντα του με γνώμονα την περαιτέρω ανάπτυξη του τουρισμού. Ο τουρισμός σαν ο μοναδικός πνεύμονας της οικονομίας έχει συνεισφέρει τα μέγιστα στον τόπο μας και έχει στηρίξει την οικονομία του τόπου την ίδια ώρα που άλλοι τομείς καταρρέουν ο ένας μετά τον άλλο. Δεν αμφισβητούμε ότι υπάρχει περιθώριο σημαντικής βελτίωσης. Αυτό θα επιτευχθεί μέσα από την σκληρή δουλειά όλων μας με τη μέγιστη δυνατή συνεργασία των εταίρων μας στη τουριστική βιομηχανία.

Εκφράζουμε την ευαρέσκεια μας για την όλη στάση που τήρησε μέχρι τώρα ο κ. Υπουργός και δηλώνουμε απερίφραστα την στήριξη μας σε όλες του τις προσπάθειες που αποσκοπούν στην επίλυση των προβλημάτων του ΚΟΤ. Χαιρετίζουμε ιδιαίτερα την αποφασιστικότητα που επέδειξε για διεξαγωγή ερευνών για τις διαπιστώσεις της έκθεσης του Γενικού Ελεγκτή και ζητούμε πλήρη διαλεύκανση όλων των περιπτώσεων για να λάμψει η αλήθεια και να αποδοθούν ευθύνες εκεί και όπου υπάρχουν».

√ Στήριξη στις προσπάθειες του αρμόδιου υπουργού για επίλυση των προβλημάτων στον Οργανισμό Τουρισμού

√ Χαιρετίζεται η απόφαση διεξαγωγής έρευνας για να λάμψει η αλήθεια



ERG_4-4_inn_8 & 9 9/29/14 12:28 PM Page 1

Οι Τζιχαντιστές χρηματοδοτούνται από ένα ασύλληπτο σε μέγεθος οικονομικό σύστημα το οποίο σήμερα εκτιμάται ότι αντιπροσωπεύει πάνω από 1,2 τρισεκατομμύρια δολλάρια

Ο 4ος παγκόσμιος πόλεμος έχει ήδη αρχίσει

Μπορεί στο θρησκευτικό και πολιτικό επίπεδο ο μουσουλμανικός κόσμος να βρίσκεται στην εποχή του δυτικού μεσαίωνα, όμως από οικονομικής πλευράς η κατάσταση είναι εντελώς διαφορετική.

Όπως επισημαίνει η Λορέττα Ναπολεόνι, Ιταλίδα οικονομολόγος και σύμβουλος δυτικών κυβερνήσεων σε θέματα που αφορούν την «οικονομία του τρόμου», ισλαμικά οικονομικά συμφέροντα έχουν σοβαρή διείσδυση στην Δύση και εμμέσως ή αμέσως ελέγχουν αρκετούς τραπεζικούς και παραγωγικούς τομείς των αναπτυγμένων δυτικών οικονομιών. Υπό αυτή τους δε την ιδιότητα, σε κάποιες περιπτώσεις συνδέονται και με την ισλαμική τρομοκρατία -με την τελευταία να αποτελεί πλέον ισχυρό οικονομικό μέγεθος. «Στην νέα οικονομία της τρομοκρατίας βασική μηχανή είναι η σύγχρονη τζιχάντ. Πρόκειται για μία βάρβαρη ισλαμική επαναστατική ιδεολογία, η οποία εδράζεται αποκλειστικά στο μίσος και καλύπτεται εντέχνως πίσω από την μουσουλμανική αναζήτηση για ταυτότητα και κοινωνικο-οικονομικές εμπνεύσεις», αναφέρει η Λορέττα Ναπολεόνι.

• Οικονομική ευρωστία Τζιχαντιστών

Η σύγχρονη Τζιχάντ τροφοδοτείται από ένα ιδιαίτερα σημαντικό δίκτυο οικονομιών που ελέγχονται από ισλαμικά κράτη, κράτη-πυρήνες και ένοπλες οργανώσεις. Τα οικονομικά της όρια είναι πολλά και κυμαίνονται από νόμιμες μέχρι εγκληματικές επιχειρήσεις. Η εξαγωγή αραβικής μαστίχας, η μεταβίβαση πλούτου σε αυτήν από πλούσιους μουσουλμάνους μέσω φιλανθρωπικών οργανώσεων, η λαθραία διακίνηση όπλων και ναρκωτικών και το ξέπλυμα χρήματος είναι όλα μέρος μιας προσπάθειας να επιτευχθεί η οικονομική της αυτάρκεια. Ισλαμικά κράτη-πυρήνες θέλουν να δρέψουν τα πλεονεκτήματα αυτού του δικτύου, το δίκτυο τα αγκαλιάζει και το σύστημα επεκτείνεται.

Σήμερα, ο διακηρυγμένος στόχος της σύγχρονης τζιχάντ είναι η καταστροφή του κράτους του Ισραήλ και των «δυτικών ιμπεριαλιστών συμμάχων του» -πολιτικές οντότητες οι οποίες προσδιορίζονται από την «θρησκευτική απληστία» τους, δηλαδή τον ιουδαϊσμό και τον χριστιανισμό. Όμως, αν πάμε πίσω από αυτή την ασπίδα της θρησκείας, η πραγματικότητα φέρνει στο προσκήνιο τους πραγματικούς εχθρούς του μουσουλμανικού κόσμου, που είναι εσωτερικές και εξωτερικές δυνάμεις που τον εκμεταλλεύονται οικονομικά.

Είναι συνεπώς κατάδηλο ότι η «οικονομία του τρόμου» είναι ένα πολυκέφαλο τέρας και, αν δεν αντιμετωπισθεί ως τέτοιο, η συνέχεια θα είναι πολύ δυσάρεστη -σε πολλά επίπεδα



• Η οργάνωση Ισλαμικό Κράτος του Ιράκ και της Συρίας (ISIS) θεωρείται η πλουσιότερη τρομοκρατική οργάνωση στον κόσμο.

• Η Δρ. Ελένη Σταύρου επισείει τους κινδύνους που ελλοχεύουν και προειδοποιεί

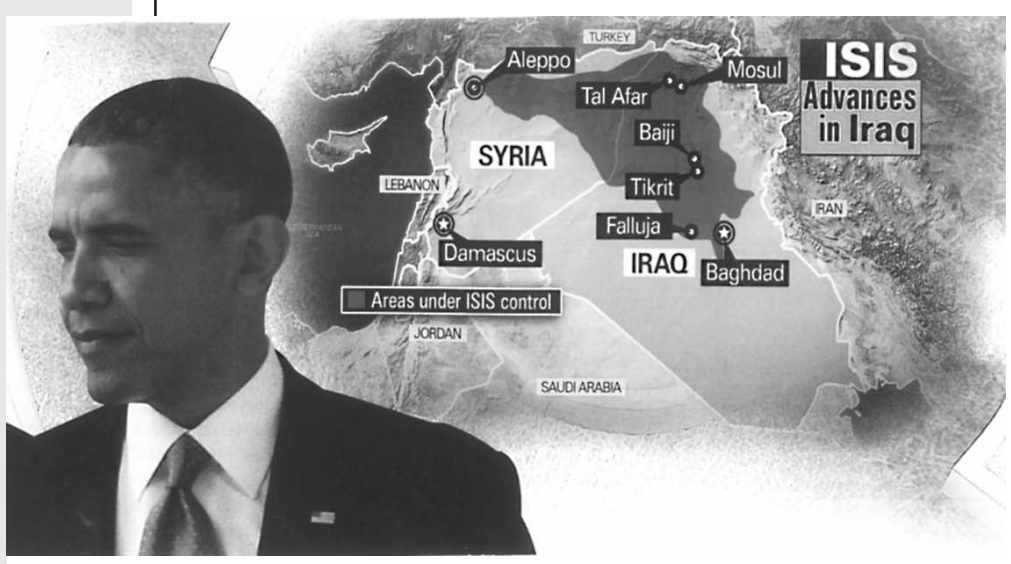
Η ΤΟΥΡΚΙΑ ΘΑ ΣΥΝΤΗΡΕΙ ΤΗ ΦΡΙΚΗ ΤΟΥ ΙΣΛΑΜΙΚΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ ΑΥΞΑΝΟΝΤΑΣ ΤΙΣ ΠΙΕΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Οι κατακλυσμιαίες εξελίξεις στην Συρία και στην ευρύτερη περιοχή με πρωταγωνιστές τους αδίστακτους Τζιχαντιστές πυροδοτούν ένα φρικτό σκηνικό το οποίο αναπόδραστα επηρέαζει και την Κύπρο. Σ' αυτό το πολεμικό θέατρο του παράλογου, η Τουρκία διαδραματίζει εκ της θέσεως πρωτεύοντα ρόλο αυξάνοντας τις πιέσεις της προς την κυπριακή Δημοκρατία.

Η Δρ. Ελένη Σταύρου, ειδική σε θέματα Μέσης Ανατολής και σύμβουλος της Κυπριακής Κυβέρνησης, Σε συνέντευξη της στην ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ, προσδιορίζει τους κινδύνους τονίζοντας ότι η Αγκυρα θα συντηρεί την φρίκη του πολέμου για μεγιστοποίηση των ανταλλαγμάτων που θα ζητά από την εμπλοκή της στο πολεμικό πεδίο.

• Από ποιους απαρτίζεται στρατός των Τζιχαντσιτών, γνωστός ως ISIS.

Ο Στρατός του Ισλαμικού Κράτους δημιουργήθηκε από «επίλεκτα» τμήματα φανατικών Σουνιτών Μουσουλμάνων εθελοντών , που είχαν συρρεύσει στη Συρία, απ'όλο τον κόσμο, για να αγωνισθούν κατά του καθεστώτος Άσαντ στη Συρία.



Από το συνονθύλευμα των Τρομοκρατικών Οργανώσεων, που περισφίξανε τον «Ελεύθερο Στρατό της Συρίας,» και όταν πια κατέστη αδύνατη η ανατροπή του Άσαντ, οι Μυστικές Υπηρεσίες της Τουρκίας, που ασκούσαν πλήρη έλεγχο της καταστάσεως, συγκροτήσανε τα ομοιο0γενή τμήματα του ISIS, και τα κατηύθυναν στη Νέα 'ριζοσπαστική Αποστολή' τους.

Το Χαλιφάτο της φρίκης που οικοδομεί ο Ισλαμικός Στρατός, είναι επικίνδυνο όχι μόνο για τη ΔύσΗ, αλλά και για τους ίδιους Μουσουλμάνους όλου του κόσμου και όλων των δογμάτων τους.

Είναι όμως ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο στα χέρια της Νέας Τουρκίας των Ερντογάν και Νταβούτογλου. Ίσως , όμως αποδειχθεί «φίδι στον κόρφο τους» που αναπόφευκτα θα δαγκώσει και τους ίδιους.

• Ποιοι οι κυριότεροι στόχοι της Τουρκίας στα δραματικά τεκταινόμενα στην περιοχής της Μέσης Ανατολής.

Ελέγχοντας το Ισλαμικό Κράτος, η Τουρκία γίνεται ο βασικώτερος ρυθμιστής των πολιτικών εξελίξεων στη Μέση Ανατολή για κάποιο διάστημα. Με τους Τζιχαντιστές θα προσπαθήσει να ματαιώσει τα Σχέδια για τη δημιουργία του Μεγάλου Κουρδιστάν. Πρώτα άρπαξε τη ΜΟΣΟΥΛΗ από το Ιρακινό Κουρδιστάν. Για παραπλάνηση άφησε εκεί τους 59 δήθεν ομήρους.Τώρα διαλύει και ξεριζώνει το Συριακό Κουρδιστάν.

• Διαλύοντας και εκπατρίζοντας τους Κούρδους της Συρίας, οι Τζιχαντιστές προσφέρουν τεράστιο πλεονέκτημα προς την Τουρκία

• Αναπόδραστα, η Κύπρος επηρεάζεται από το πολεμικό θέατρο που παίζεται στην ευρύτερη περιοχή

Παράλληλα ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ στους Κούρδους της Τουρκίας να περάσουν τα σύνορα και να πολεμήσουν στη Συρία, στο πλευρό των ομοεθνών τους. Διαλύοντας και εκπατρίζοντας τους Κούρδους της Συρίας, οι Τζιχαντιστές προσφέρουν τεράστιο πλεονέκτημα και προς την Τουρκία. Όποιος φαίνεται και στο σχεδιάγραμμα, το έδαφος του Συριακού Κουρδιστάν αποτελεί βάση εξορμήσεως, από την οποία θα εκτοξευθεί κυρία επίθεση χερσαίων δυνάμεων. Αποστολές αυτών των στρατευμάτων θα είναι, αφενός να κλείσουν όλες τις διόδους «εισροής» και «διαρροής» των Τζιχαντιστών στο έδαφος της Τουρκίας, και αφετέρου να καταλάβουν την περιοχή της RAKKA που είναι η πρωτεύουσα του Ισλαμικού Κράτους.

• Πως επωφελείται η Τουρκία από τις εξελίξεις και την δράση των Τζιχαντιστών.

Η Τουρκία πρωτίστως επωφελείται από την διάλυση του Συριακού Κουρδιστάν διότι αυτό, ή θα αποκτούσε αυτονομία ΕΝΤΟΣ του Συριακού κράτους, ή θα προσχωρούσε στο ανεξάρτητο Ιρακινό Κουρδιστάν που θα προκύψει πολύ σύντομα.

Πέραν αυτών, η Τουρκία θα επηρεάζει τις εξελίξεις και στα μεγάλα προβλήματα της Μέσης Ανατολής όπως το Συριακό, το Ιρακινό, το Κουρδικό, το Παλαιστινιακό, η Τρομοκρατία, ο Άξονας Ιράν-Συρίας, και η επιβίωση της Μουσουλμανικής Αδελφότητας της Αιγύπτου και της Χαμάς. Οραματίζεται, ξανά, πως θα αποκτήσει καθοριστικό λόγο στις ΑΟΖ και τα ενεργειακά κοιτάσματα όλης της Ανατολικής Μεσογείου, πως θα τεντώνει το σχοινί στις σχέσεις με τις ΗΠΑ και θα ανοιγοκλείνει, κατά βούληση τις στρόφιγγες των αγωγών που διασχίζουν το έδαφός της.Και όλα αυτά, ενώ δεν έχει καταδικάσει ούτε λεκτικά τον ISIS, ούτε επιτρέπει τη χρησιμοποίηση του εδάφους της στις επιχειρήσεις κλπ.

• Η Κύπρος πως εμπλέκεται σαυτό το πολεμικό θέατρο.

Οι διαστάσεις που προσλαμβάνει ο νέος αυτός πόλεμος μας αφορά σε πολύ μεγάλο βαθμό. Διότι είναι βέβαιο 'ότι, η Τουρκία θα ζητήσει πολύ μεγάλα ανταλλάγματα για να συνδράμει στη διάλυση του Ισλαμικού Κράτους. Και στα ανταλλάγματα αυτά πρώτη θέση θα κατέχει το Κυπριακό.

Συνεπώς η Κυπριακή Δημοκρατία θα πρέπει να προστατευθεί ΟΛΟΠΛΕΥΡΑ. Οι κίνδυνοι για τη μικρή Πατρίδα μας με το Μεγάλο Πρόβλημα, θα αυξάνονται από'δω και πέρα. Γιατί η Τουρκία η ίδια θα μεγιστοποιεί και θα συντηρεί τη φρίκη του Ισλαμικού Κράτους για να μεγιστοποιεί και τα ανταλλάγματα που θα ζητά για να συνδράμει στον πόλεμο. Η Τουρκία θα ΑΣΚΕΙ πιέσεις εναντίον μας αντί να ΔΕΧΕΤΑΙ πιέσεις από οποιουσδήποτε υπέρ της Κύπρου.Φυσικά η Κυβέρνηση έχει σαφή εικόνα των καταστάσεων και των προοπτικών και, ήδη, λαμβάνει τις επιβαλλόμενες αποφάσεις και μέτρα. Στον τομέα, ειδικά, της πληροφοριακής κάλυψης, ο Διοικητής της ΚΥΠ έχει δηλώσει ότι η χώρα επαγρυπνεί και έχει τη δυνατότητα και ετοιμότητα για την αντιμετώπιση οποιδασδήποτε απειλής.

ERG_5-5_inn_4 9/29/14 12:29 PM Page 1

Γνωμοδότηση της Ευρωπαϊκής Οικονομικής Κοινωνικής Επιτροπής

ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΠΑΤΑΞΗ ΤΗΣ ΑΔΗΛΩΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ



Η Ευρωπαϊκή Οικονομική και Κοινωνική Επιτροπή [ΕΟΚΕ] υιοθέτησε σε συνεδρία της στις 27 Αυγούστου 2014 με 172 ψήφους υπέρ, 88 κατά και 22 αποχές Γνωμοδότηση για πάταξη της Αδήλωτης Εργασίας.

Η ΕΟΚΕ θεωρεί την αδήλωτη εργασία ένα πρόβλημα το οποίο, αν και σε διαφορετικό βαθμό, αφορά όλα τα κράτη μέλη και τείνει να υπονομεύσει τα ευρωπαϊκά ιδεώδη της νομιμότητας, της ασφάλειας, της αλληλεγγύης, της κοινωνικής και φορολογικής δικαιοσύνης, του ελεύθερου ανταγωνισμού στην αγορά και της ελεύθερης κυκλοφορίας των εργαζομένων στην Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ).

Πιστεύει ότι η καταπολέμηση της αδήλωτης ή της μη δηλωμένης εργασίας, που πραγματοποιείται μέσω των κατάλληλων μέτρων πρόληψης, ελέγχου και αντιμετώπισης, αντιπροσωπεύει μια θεμελιώδη στρατηγική επιλογή που θα συμβάλει στην ανάδειξη της αδήλωτης εργασίας και στην εξασφάλιση της ανάκαμψης της ανταγωνιστικότητας του οικονομικού και κοινωνικού συστήματος της ΕΕ, σύμφωνα με τις προτεραιότητες και τις κατευθυντήριες γραμμές που θεσπίστηκαν από τη στρατηγική Ευρώπη 2020.

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Επικροτεί την πρόταση δημιουργίας μιας ευρωπαϊκής πλατφόρμας για την ενίσχυση της συνεργασίας όσον αφορά την καταπολέμηση της αδήλωτης εργασίας. Μια πρόταση σύμφωνη με τις διάφορες διακηρύξεις, μέσω των οποίων το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, το Συμβούλιο και η ΕΟΚΕ έχουν επισημάνει —τα τελευταία χρόνια— την ανάγκη να εφαρμοστεί μια στρατηγική για τη δημιουργία θέσεων απασχόλησης, την έξυπνη, διατηρήσιμη και χωρίς αποκλεισμούς ανάπτυξη και την ενίσχυση της συνεργασίας για την καταπολέμηση της αδήλωτης εργασίας, η οποία θα συντονίζεται σε ευρωπαϊκό επίπεδο, όπου η αδήλωτη εργασία μέχρι τώρα έχει αντιμετωπιστεί με ασύμμετρο και όχι επαρκώς συντονισμένο τρόπο.

Επικροτεί την πρόταση για τη δημιουργία μιας ευρωπαϊκής πλατφόρμας με την υποχρεωτική συμμετοχή όλων των κρατών μελών (ΚΜ) και πιστεύει ότι, μέσω της κοινής και συντονισμένης συμμετοχής όλων των χωρών της ΕΕ, είναι δυνατόν να αντιμετωπιστούν οι διασυνοριακές πτυχές και τα προβλήματα που σχετίζονται με την παράτυπη παρουσία μη κοινοτικών αδήλωτων εργαζομένων.

Αν και αναγνωρίζει ότι η αδήλωτη εργασία και η ψευδώς δηλωμένη εργασία, συνεπώς ψευδής αυτοαπασχόληση, είναι δύο διαφορετικές έννοιες, θεωρεί σωστή την εισαγωγή της ψευδούς αυτοαπασχόλησης μεταξύ των μορφών της αδήλωτης εργασίας για την πρόληψη, την αποτροπή και την καταπολέμησή της από την πλατφόρμα, λόγω των αρνητικών της συνεπειών: i) στα δικαιώματα και στα συμφέροντα των εργαζομένων, ii) στην κανονική λειτουργία του ανταγωνισμού της ελεύθερης αγοράς, iii) στην ελεύθερη κυκλοφορία των εργαζομένων εντός της ΕΕ.

√ Ο ανταγωνισμός μεταξύ επιχειρήσεων στρεβλώνεται, λόγω του αθέμιτου ανταγωνισμού που προκαλεί αδήλωτη εργασία

Ελπίζει ότι οι εργασίες της πλατφόρμας —σύμφωνα με τους εθνικούς κανόνες και πρακτικές— θα συμβάλουν, μέσω της αξιολόγησης των εμπειριών στα διάφορα κράτη μέλη, στην επίτευξη, μέσω του ορισμού της ψευδούς αυτοαπασχόλησης, μιας αποτελεσματικής στρατηγικής για την καταπολέμηση του φαινομένου.

ΜΕΤΡΑ ΑΠΟΤΡΟΠΗΣ

Πιστεύει ότι στις παρεμβάσεις για την πρόληψη και την αποτροπή της αδήλωτης εργασίας θα πρέπει να συνδυάζονται διαφορετικά εργαλεία, συμπληρώνοντας ελέγχους και κυρώσεις με μέτρα έξυπνης νομοθεσίας, ώστε να εξασφαλιστεί ένα σταθερό και προβλέψιμο νομικό πλαίσιο. Κρίνεται σκόπιμο να μειωθεί ο διοικητικός φόρτος και το κόστος εφαρμογής των κανόνων, να αποφευχθεί η υπερβολική φορολόγηση της εργασίας, η χρήση αποδοτικών και μη καταπιεστικών μέτρων, να ενθαρρυνθούν οι εργοδότες να δηλώνουν τους εργαζομένους τους και να συμμορφώνονται στο νόμο, μεταξύ άλλων μέσω φορολογικών κινήτρων και απλοποιημένων συστημάτων πληρωμών των φόρων και των κοινωνικών εισφορών και να θεσπιστούν φορολογικές ελαφρύνσεις για την ενθάρρυνση της ανάδειξης της αδήλωτης εργασίας.





Έννοια αδήλωτης εργασίας

Σε επίπεδο ΕΕ, με τον όρο «αδήλωτη εργασία» νοούνται «όλες οι αμειβόμενες δραστηριότητες που είναι νόμιμες ως προς τη φύση τους, αλλά δεν δηλώνονται στις δημόσιες αρχές, λαμβανομένων υπόψη των διαφορετικών κανονιστικών ρυθμίσεων που εφαρμόζονται στα διάφορα κράτη μέλη» . Στην περίπτωση αυτή εμπίπτει και η ψευδώς δηλωμένη εργασία ή ψευδής αυτοαπασχόληση, δηλαδή όταν ο εργαζόμενος δηλώνεται επίσημα ως αυτοαπασχολούμενος βάσει σύμβασης παροχής υπηρεσιών, αλλά η εργασία που εκτελεί πληροί όλα τα κριτήρια που θεσπίζονται από την εθνική νομοθεσία και πρακτική για να χαρακτηριστεί μισθωτή δραστηριότητα.

Η αδήλωτη εργασία και η ψευδώς δηλωμένη αυτοαπασχόληση είναι διαφορετικές πτυχές ενός φαινομένου που έχει αρνητικό αντίκτυπο στα δικαιώματα και τα συμφέροντα των εργαζομένων, στην κανονική λειτουργία του ανταγωνισμού στην ελεύθερη αγορά και στην ελεύθερη κυκλοφορία των εργαζομένων της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η συμπερίληψη της ψευδούς αυτοαπασχόλησης, στις μορφές της αδήλωτης εργασίας που πρέπει να καταπολεμηθούν με την πλατφόρμα, είναι απολύτως συνεπής, δεδομένου ότι πρόκειται για είδη παρατυπιών που αυξάνονται σε σχέση με την τριτογενοποίηση της αδήλωτης εργασίας, που καθορίζουν για τους εργαζόμενους τους όρους στέρησης δικαιωμάτων και εγγυήσεων, παρόμοιους με εκείνους που χαρακτηρίζουν την αδήλωτη εργασία .

Οποίοι δεν δηλώνουν τη δεύτερη εργασία, αυτοαπασχολούμενοι οι οποίοι επιλέγουν να μην τακτοποιηθούν νομικά, ψευδοαυτοαπασχολούμενοι, παράνομοι μετανάστες οι οποίοι πραγματοποιούν αδήλωτη εργασία, εργαζόμενοι τρίτων χωρών που πραγματοποιούν υπεργολαβίες για ΚΜ της ΕΕ χωρίς να τηρούν τα ελάχιστα πρότυπα της αξιοπρεπούς εργασίας . Αυτή η ανομοιογένεια δυσχεραίνει την προσέγγιση της αδήλωτης εργασίας και απαιτεί ειδικές στρατηγικές.

Η αδήλωτη εργασία αποτελεί ένα πρόβλημα το οποίο αφορά όλα τα κράτη μέλη και είναι ένα φαινόμενο που τείνει να υπονομεύσει τα ευρωπαϊκά ιδεώδη της νομιμότητας, της ασφάλειας, της αλληλεγγύης, της κοινωνικής και φορολογικής δικαιοσύνης, του ελεύθερου ανταγωνισμού στην αγορά και της ελεύθερης κυκλοφορίας των εργαζομένων στην ΕΕ.

6

ERG_6-6_inn_8 & 9 9/29/14 12:32 PM Page 1

Γνωμοδότηση της Ευρωπαϊκής Οικονομικής Κοινωνικής Επιτροπής

ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΠΑΤΑΞΗ ΤΗΣ ΑΔΗΛΩΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

(Συνέχεια από σελ. 5)



• Λόγω της αδήλωτης εργασίας, οι εργαζόμενοι υπόκεινται σε συνθήκες ανασφάλειας όσον αφορά τη σωματική τους ακεραιότητα, το εισόδημα, την εργασία και την κοινωνική τους ασφάλιση,

ΑΘΕΜΙΤΟΣ ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΜΟΣ

Η ανάγκη να αντιμετωπιστεί σοβαρά η αδήλωτη εργασία προκύπτει από τις πολλαπλές συνέπειες τόσο στις επιχειρήσεις και στους εργαζομένους, όσο και στον δημόσιο προϋπολογισμό:

– ο ανταγωνισμός μεταξύ επιχειρήσεων στρεβλώνεται, λόγω του αθέμιτου ανταγωνισμού μεταξύ όσων σέβονται τους κανόνες και όσων δεν τους σέβονται, με τη διατήρηση δραστηριοτήτων που ενδεχομένως να είναι εκτός αγοράς· δημιουργείται εξάλλου μια δυναμική αναποτελεσματικότητας, όταν οι επιχειρήσεις δεν αναπτύσσονται για να παραμείνουν αδήλωτες ούτε διαθέτουν κατάλληλη πρόσβαση στην πίστωση και ούτε μπορούν να έχουν πρόσβαση στις ευκαιρίες που παρέχουν οι δημόσιες συμβάσεις·

– οι εργαζόμενοι υπόκεινται σε συνθήκες ανασφάλειας όσον

• Η αδήλωτη εργασία επενεργεί συνήθως κινητήριος μοχλός της παράνομης μετανάστευσης

αφορά τη σωματική τους ακεραιότητα, το εισόδημα, την εργασία και την κοινωνική τους ασφάλιση, με συνέπειες, όχι μόνο από ηθική άποψη, στην αξιοπρέπειά τους, αλλά και από επαγγελματική άποψη, εφόσον δεν έχουν τη δυνατότητα συνεχούς κατάρτισης, επαγγελματικής επανεκπαίδευσης, αναβάθμισης των καθηκόντων, των διαδικασιών παραγωγής και των προϊόντων·

– τα δημόσια οικονομικά υφίστανται στέρηση εσόδων, με αποτέλεσμα τη μείωση των φορολογικών εσόδων και των εισφορών κοινωνικής ασφάλισης (tax gap) και την άνιση κατανομή του κόστους των δημόσιων υπηρεσιών και του κράτους πρόνοιας (free-riding).

Σήμερα, το φαινόμενο της αδήλωτης εργασίας απαντάται εντός της ΕΕ, με διαφορετικό βαθμό έντασης σε διάφορους τομείς: στη γεωργία, στις κατασκευές, στη βιοτεχνία (κλωστοϋφαντουργία, ένδυση, υπόδηση, κλπ), στο λιανικό εμπόριο, στον ξενοδοχειακό τομέα, στον τομέα εστίασης, στις υπηρεσίες συντήρησης και επισκευής, στις υπηρεσίες φροντίδας προσώπων και στις υπηρεσίες για ιδιωτικά νοικοκυριά .

ΟΙ ΠΑΡΑΝΟΜΟΙ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΣ

Η συμμετοχή των μη νόμιμων μεταναστών στην αδήλωτη εργασία είναι ένα σοβαρό πρόβλημα που πρέπει να αντιμετωπιστεί ως μέρος της συνολικής στρατηγικής για την καταπολέμηση της παράνομης μετανάστευσης. Για πολλούς μη νόμιμους μετανάστες η αδήλωτη εργασία είναι μια υποχρεωτική κατάσταση που συνιστά στρατηγική επιβίωσης. Εξάλλου, η αδήλωτη εργασία μπορεί να λειτουργήσει ως κινητήρια δύναμη της παράνομης μετανάστευσης.

Η καταπολέμηση της αδήλωτης εργασίας αποτελεί θεμελιώδη στρατηγική επιλογή για την ΕΕ. Μέσω αυτής της στρατηγικής, ενδέχεται να καταστεί δυνατή η ανάδειξη της αδήλωτης εργασίας —βασικός παράγοντας οικονομικής ανάπτυξης— προκειμένου να εξασφαλιστεί η ανάκαμψη της ανταγωνιστικότητας του οικονομικού και κοινωνικού συστήματος της ΕΕ σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές της στρατηγικής Ευρώπη 2020.

Οι δράσεις για την πρόληψη και την αποτροπή της αδήλωτης εργασίας πρέπει να επικεντρώνονται στις πραγματικές αιτίες του φαινομένου αυτού και στην ανάγκη συνδυασμού των μέσων για την καταπολέμηση της αδήλωτης εργασίας —μέσω ελέγχων και κυρώσεων που να αποσκοπούν στην καταπολέμηση των αθέμιτων, άδικων και μη δηλωμένων εμπορικών πρακτικών— με έξυπνα ρυθμιστικά μέτρα ώστε να εξασφαλιστεί ένα σταθερό και προβλέψιμο νομικό πλαίσιο.

Ευνοϊκό περιβάλλον

Ενδείκνυται να δημιουργηθεί ένα ευνοϊκό περιβάλλον για τις επιχειρήσεις και τους εργαζομένους στο οποίο να μειωθεί το κόστος εφαρμογής των κανόνων, να μεταρρυθμιστούν και να απλοποιηθούν οι διοικητικές και δημοσιονομικές διαδικασίες, να βελτιωθούν οι νομοθετικές διατάξεις για την εργασία και την ασφάλεια στον χώρο εργασίας για την εποχική και περιστασιακή απασχόληση και για τις νέες μορφές εργασίας.

Σημαντικό ρόλο στη δράση για την πρόληψη και την αποτροπή της αδήλωτης εργασίας μπορούν να διαδραματίσουν οι φορολογικές πολιτικές διευκόλυνσης με την εισαγωγή φορολογικών κινήτρων που να πριμοδοτούν συμπεριφορές σεβασμού των κανόνων και ανάδειξης της αδήλωτης εργασίας συμπεριλαμβανομένης της οικιακής εργασίας και των υπηρεσιών φροντίδας προσώπων.



Βλάπτουν σοβαρά την υγεία τους όσοι φορτικά παίρνουν δουλειά στο σπίτι

Η πολλή δουλειά ... σκοτώνει

Οι εργαζόμενοι που δεν αφήνουν τη δουλειά τους στο γραφείο αλλά τη συνεχίζουν τα απογεύματα και τα Σαββατοκύριακα στο σπίτι, βλάπτουν σοβαρά την υγεία τους, προειδοποιούν επιστήμονες από τη Γερμανία. Αναλύοντας στοιχεία από δύο προγενέστερες πανευρωπαϊκές μελέτες, στις οποίες είχαν συμμετείχαν 57.235 εθελοντές, ανακάλυψαν πως περιστατικά έως καθημερινά σχεδόν οι μισοί εργάζονταν πέραν του καθιερωμένου οκταώρου. οι εργαζόμενοι αυτοί είχαν αυξημένες πιθανότητες να αναφέρουν τουλάχιστον ένα πρόβλημα υγείας, όπως αϋπνία, πονοκεφάλους, κόπωση, άγχος, πεπτικά προβλήματα, μυϊκά ενοχλήματα και το σοβαρότερο καρδιαγγειακά νοσήματα. Μάλιστα οι πιθανόττες αυξάνονταν κατ' αναλογία με τη συχνότητα της δουλειάς στο σπίτι. Έτσι, όσοι δούλευαν «μερικές φορές» στο σπίτι είχαν 14% περισσότερες πιθανότητες να πάσχουν από κάπιο από τα προαναφερθέντα προβλήματα, σε σύγκριση με όσους δεν εργάζονταν ποτέ στο σπίτι. Αντίστοιχα, όσοι δούλευαν «συχνά» στο σπίτι είχαν κατά 60% περισσότερες πιθανότητες να αρρωστήσουν. Οι επιστήμονες από την Εταιρεία Εργασιακής, Βιομηχανικής & Οργανωτικής Ψυχολογικής Έρευνας (GAWOe.V.), στον Όλντερνμπουργκ, γράφουν στην επιθεώρηση «Chronobiology International» πως πρέπει να υπάρξουν αυστηροί κανόνες για να πάψει η «εισβολή της δουλειάς» στην προσωπική ζωή των εργαζομένων.

• Ο ανθρώπινος οργανισμός χρειάζεται καθημερινά χρόνο μακριά από τη δουλειά, για να μπορέσει να ξεκουραστεί και να ξαναβρείς τις δυνάμεις του

Όπως λένε, η πρόοδος της τεχνολογίας έχει δημιουργήσει την εσφαλμένη αντίληψη ότι οι εργαζόμενοι είναι μονίμως διαθέσιμοι για δουλειά, σαν να μην έχουν τίποτε άλλο να κάνουν στη ζωή τους. Και αυτό, διότι smartphone, tablet και οικιακοί υπολογιστές επιτρέπουν την εύκολη πρόσβαση στα έγγραφα και στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές της δουλειάς, οπότε μπορεί κάλλισστα ένας εργαζομένος να συνεχίσει να εργάζεται από το σπίτι του.

Ωστόσο ο ανθρώπινος οργανισμός χρειάζεται καθημερινά χρόνο μακριά από τη δουλειά, για να μπορέσει να ξεκουραστεί και να ξαναβρεί τις δυνάμεις του.

Τα ευρήματά μας υποδηλώνουν ότι ακόμα και λίγη ώρα παραπάνω να εργάζεται κάποιος πέραν του καθιερωμένου ωραρίου, μπορεί να βλάψει σοβαρά την υγεία του», δήλωσε η επικεφαλής ερευνήτρια Δρ. Άννα Άρλινγκχαουζ, ειδική σε θέματα δημοσίας υγείας. «Η συσχέτιση είναι πολύ ισχυρή και πολύ ανησυχητική. Η σύγχρονη εποχή της εύκολης επικοινωνίας αλλάζει την απασχόληση με τρόπους που υπονομεύουν την υγεία και γι' αυτό έχει ζωτική σημασία να περιοριστούν στο ελάχιστο οι απαιτήσεις των εργοδοτών για διαθεσιμόηττα των υπαλλήλων εκτός του ωραρίου απασχόλησης».



ERG_7-7_inn_4 9/29/14 12:32 PM Page 1

54 ΧΡΟΝΙΑ ΚΥΠΡΙΑΚΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ

• Η ιστορική ομιλία του πρώτου προέδρου Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ' στις 16 Αυγούστου 1960

54 χρόνια ζωής συμπλήρωσε στις 16 Αυγούστου 2014 η Κυπριακή Δημοκρατία, χώρα μέλος των Ηνωμένων Εθνών και της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της οποίας μεγάλο τμήμα της επικράτειας βρίσκεται εδώ και 40 χρόνια υπό την κατοχή στρατευμάτων της Τουρκίας.

Το 1960, μετά τον αγώνα κατά της Βρετανικής αποικιοκρατίας με αίτημα την Ένωση με την Ελλάδα, η Κύπρος έγινε ανεξάρτητο κράτος, βάσει των συμφωνιών Ζυρίχης – Λονδίνου, οι οποίες απέκλειαν την ένωση ή τη διχοτόμηση.

Στη βάση των συμφωνιών συντάχθηκε το κυπριακό Σύνταγμα του 1960.

Το νέο κράτος ήταν δικοινοτικό (Ελληνοκύπριοι 82%- Τουρκοκύπριοι 18%), αλλά προέβλεπε ενιαίο σύστημα διακυβέρνησης ολόκληρης της επικράτειας.

Δεν υπήρχε de jure γεωγραφικός διαχωρισμός των δύο κοινοτήτων, εκτός από την ειδική περίπτωση των χωριστών δήμων.

Εκτός από τις συμφωνίες Ζυρίχης-Λονδίνου υπεγράφησαν και τρεις συνθήκες: Εγγυήσεως (Ελλάδα, Τουρκία, Βρετανία), Συμμαχίας, Εγκαθίδρυσης. Με βάση τη συνθήκη Εγκαθίδρυσης η Βρετανία διατηρεί κυρίαρχες βάσεις στο νησί.

Η επίσημη ανακήρυξη της Κυπριακής Δημοκρατίας έγινε στις 16 Αυγούστου 1960, αλλά λίγο αργότερα καθιερώθηκε ως Ημέρα της Κυπριακής Δημοκρατίας η 1η Οκτωβρίου. Πρώτος πρόεδρος της Κύπρου ήταν ο Αρχιεπίσκοπος Μακάριος Γ' με αντιπρόεδρο τον Τουρκοκύπριο δρ. Φαζίλ Κιουτσούκ.

Τον Αρχιεπίσκοπο Μακάριο διαδέχθηκαν στην προεδρία της Κυπριακής Δημοκρατίας διαδοχικά ο Σπύρος Κυπριανού (1977-1988), ο Γιώργος Βασιλείου (1988-1993), ο Γλαύκος Κληρίδης (1993-2003), ο Τάσσος Παπαδόπουλος (2003-2008). Τον Φεβρουάριο του 2008 πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας εξελέγη ο Δημήτρης Χριστόφιας ενώ τον Μάρτιο του 2013 ανέλαβε την προεδρία ο Νίκος Αναστασιάδης.

Λίγο μετά τα μεσάνυχτα κι ενώ ξημέρωνε η 16η Αυγούστου 1960, η υπογραφή του Συντάγματος κατά τα προβλεπόμενα στις Συμφωνίες της Ζυρίχης και του Λονδίνου (11.02.1959) καθιστούσε την Κυπριακή Δημοκρατία κυρίαρχο και ανεξάρτητο κράτος.



Όπως διαβάζουμε στο σχετικό ρεπορτάζ της εφημερίδας ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ (με ημερομηνία 17.08.1960): "Υπό τους ήχους της μουσικής της αστυνομίας πρώτος υπέγραψε τα έγγραφα ο κ. Φουτ (σημ.: ο τελευταίος Βρετανός κυβερνήτης του νησιού), δεύτερος ο Έλλην πρεσβευτής κ. Χριστόπουλος, τρίτος ο Τούρκος πρόξενος κ. Τουρέλ και ακολούθως ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας, Αρχιεπίσκοπος Μακάριος και ο αντιπρόεδρος αυτής κ. Κιουτσούκ".

Στο ίδιο δημοσίευμα διαβάζουμε επίσης ότι ο ελληνικός πληθυσμός του νησιού ήταν περισσότερο συγκρατημένος σε σχέση με τους Τουροκύπριους, οι οποίοι πανηγύριζαν με περισσότερο ενθουσιασμό, χωρίς να λείπουν και τα.. παρατράγουδα: "Τούρκος καταληφθείς εξ ενθουσιασμού επυροβόλει εις τον αέρα και ετραυμάτισε σοβαρώς συμπατριώτην του".

Αντίθετα, μεγαλειώδης ήταν υποδοχή που επιφύλαξαν 100.000 Ελληνοκύπριοι στους αγωνιστές της ΕΟΚΑ που επέστρεφαν στην πατρίδα τους αεροπορικώς το απόγευμα της 16ης Αυγούστου: ".. πλήθη λαού ανέκοπτον τα αυτοκίνητα και γυναίκες έρραινον με άνθη και ροδοστάγματα τους αγωνιστάς. Η εκ τριών μιλίων απόστασις εκ του αεροδρομίου προς το Στάδιον της Λευκωσίας εκαλύφθη εις δύο ώρας".

Την ίδια ημέρα, ο Αρχιεπίσκοπος Μακάριος, ως πρώτος Πρόεδρος της ανεξάρτητης πλέον Κυπριακής Δημοκρατίας, απηύθυνε διάγγελμα προς τον κυπριακό λαό με αφορμή το ιστορικό γεγονός της ανεξαρτησίας. Ο λόγος που εκφώνησε έχει αδιαμφισβήτητη ιστορική αξία, ενώ προσφέρει πολλαπλά μηνύματα μέχρι και σήμερα:

"Συγχαίρων από βάθους καρδίας τον Κυπριακόν λαόν επί τη σημερινή ιστορική ημέρα της ανεξαρτησίας, απευθύνω προς πάντας μήνυμα αγάπης, ειρήνης και συναδελφώσεως.

Η Κύπρος αποδίδεται σήμερον εις χείρας του λαού της, όστις καλείται όπως διαμορφώση ελευθέρως τα ιστορικά πεπρωμένα του και αναλάβη, ως μέλος πλέον της κοινωνίας των ελευθέρων Εθνών, τας ευθύνας του δια την εδραίωσιν της διεθνούς ειρήνης και την πρόοδον της ανθρωπότητος.

Ο Κυπριακός λαός απέδειξεν ήδη ότι κατέχει εκείνας τας αρετάς, αι οποίαι συνθέτουν τον χρηστόν πολίτην και τον ελεύθερον άνθρωπον. Μία μακρά ιστορική παράδοσις, απορρέουσα από ένα των αρχαιοτέρων και ευγενεστέρων πολιτισμών, έχει ενσταλάξει εις την ψυχήν του λαού μας το καθήκον προς την ελευθερίαν, τον έρωταν προς την δικαιοσύνην, την πίστιν εις τον ηθικόν νόμον, την προσήλωσιν προς το ιδεώδες της; ειρήνης, την αγάπην προς τας ευγενείς αξίας της ζωής. Τας αρετάς ταύτας, επηυξημένας με το αίσθημα της πολιτικής και κοινωνικής ευθύνης, θα χρησιμοποιήση τώρα ο Κυπριακός λαός ως θεμέλιον της Δημοκρατίας του, και επ' αυτών θα οικοδομήση το κοινωνικόν και πολιτικόν του μέλλον.

Η Νήσος μας είναι μία πλουσία και ευδαίμων χώρα, διαθέτουσα τεράστιον φυσικόν πλούτον και κατέχουσα επίκαιρον γεωγραφικήν θέσιν. Τας δυνατότητας ταύτας έχομεν τώρα την ευκαιρίαν να αναπτύξωμεν και να αξιοποιήσωμεν εις μέγιστον βαθμόν.

Η νέα πολιτεία είναι αποφασισμένη να δώση εις τον αγρότη όλα τα αναγκαία δια τον εκσυγχρονισμόν της αγροτικής οικονομίας μας εφόδια και να λάβη όλα τα απαραίτητα δια την προστασίαν της παραγωγής και την ανύψωσιν του βιοτικού του επιπέδου μέτρα. Να κατοχυρώση το ύψιστον κοινωνικόν κεφάλαιον της εργασίας και να παράσχη εις τον εργάτην πάσαν προστασία. Να ενισχύση τον μικροβιοτέχνην και τον μικροκαταστηματάρχην. Να καταστήση την παιδείαν προσιτήν εις τους πάντας. Να παράσχη νέας ευκαιρίας εις το εμπόριον, να προστατεύση τας βιωσίμους βιομηχανίας, και να ενθαρρύνη τους επιστήμονας και τους πνευματικούς εν γένει ανθρώπους της Νήσου.

Η νέα πολιτεία θα εφαρμόση προς τούτο σταθερώς την αρχήν των ίσων δικαιωμάτων, της ίσης μεταχειρίσεως και της παροχής των αυτών ευκαιριών εις πάντας ανεξαιρέτως τους πολίτας, ανεξαρτήτως φυλής, φρονημάτων ή θρησκεύματος.

Ουδεμία διάκρισις είναι νοητή εις τους κόλπους της Δημοκρατίας, όπου εις εν καθεστώς ευνομίας και ισονομίας καλούνται πάντες να συνεργασθούν εν πνεύματι αλληλεγγύης και αγάπης, άνευ προκαταλήψεων, μνησικακίας, ευνοίας ή πάθους.

Την επίσημον ταύτην ώραν απευθύνω προς πάντας θερμήν, εν ονόματι της πατρίδος, έκκλησιν, όπως ενώσουν τας δυνάμεις των και συνεργασθούν δια την ευημερίαν και την πρόοδον της Νήσου μας. Μόνον ούτω η Κύπρος θα δυνηθή να εκπληρώση τον προορισμόν της, και να αποβή εσωτερικώς μεν πλουσία και ευδαίμων, επί διεθνούς δε πεδίου παράγων ειρήνης, σταθερότητος και προόδου.

Η ανθρωπότης διέρχεται σήμερον κρισίμους στιγμάς. Αι θεμελιώδεις αρχαί της ειρήνης, της ελευθερίας και της δικαιοσύνης διακυβεύονται ανά πάσαν στιγμήν εις πλείστα σημεία της υδρογείου. Η Κύπρος, εισερχομένη εις την κοινωνίαν των ελευθέρων Εθνών, είναι αποφασισμένη να αναλάβη ενεργώς τας ευθύνας της, και να εργασθή προς πάσαν κατεύθυνσιν δια την επικράτησιν των αρχών και των διατάξεων του Καταστατικού Χάρτου των Ηνωμένων Εθνών.

Έκφρασις της νέας πολιτείας θα είναι, εφ' όλων των πεδίων, το δίκαιον και η αλήθεια. Με γνώμονα τας αρχάς ταύτας καλώ σήμερον πάντας, όπως προσφέρουν μετά ζήλου και πίστεως την συμβολήν των εις το έργον της οικοδομής της ανεξαρτήτου πολιτείας μας και κατέλθουν εις το στάδιον της αναδημιουργίας της νήσου μας ηνωμένοι, αθληταί του αληθούς, του ωραίου και του ευγενούς".



Το θέμα των αγνοουμένων αποτελεί την τραγικότερη πτυχή του κυπριακού

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 εικονίζεται 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).



ERG_8-9_inn_8 & 9 9/29/14 12:32 PM Page 1

ΕΠΕΤΕΙΑΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΗ ΛΕΜΕΣΟ ΓΙΑ ΤΑ 70ΧΡΟΝΑ

Η ΣΕΚ του χθες και του σήμερα





Μερική άποψη της επετειακής συνεδρίας του Γενικού Συμβουλίου

• Μια δράκα οραματιστών το 1944 στη Λεμεσό έθεσαν τις βάσεις για τη δημιουργία ενός ανεξάρτητου δημοκρατικού κινήματος για προάσπιση των δικαιωμάτων των εργαζόμενων σε αντίξοες συνθήκες

Με τη ρητή διαβεβαίωση ότι η ΣΕΚ θα συνεχίσει να υπηρετεί τους εργαζόμενους και την κοινωνία χωρίς κομματικές εξαρτήσεις ή εξωσυνδικαλιστικές επιρροές ξεκίνησαν την περασμένη εβδομάδα οι εκδηλώσεις για τα 70χρονα του κινήματος.

Το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ, σε πανηγυρική συνεδρία του στη Λεμεσό, γενέτειρα του ελεύθερου συνδικαλισμού, ενέκρινε διακήρυξη στην οποία τονίζεται πως όλες οι μεγάλες κοινωνικές και οικονομικές κατακτήσεις του λαού φέρουν ανεξίτηλη τη σφραγίδα του Κινήματος.

Σε χρόνια δύσκολα και δίσεκτα, όπως ήταν αυτά της δεκαετίας του 1950 που τα πάντα τα σκέπαζε η βία και τα πλάκωνε η σκλαβιά, η ΣΕΚ είχε τεράστια συμβολή στον απελευθερωτικό αγώνα της ΕΟΚΑ. 39 από τους ήρωες της ΕΟΚΑ ήταν μέλη της ΣΕΚ, με ηγέτιδα φυσιογνωμία το Μάρκο Δράκο, ο οποίος υπήρξε μέλος του Γενικού μας Συμβουλίου.

Μεταγενέστερα η ΣΕΚ διαδραμάτισε κορυφαίο και πρωταγωνιστικό ρόλο στην ένταξη της Κύπρου στην Ευρωπαϊκή Ένωση, ενώ καθοριστική υπήρξε η συμβολή του Κινήματος μας στην ένταξη στην ΟΝΕ και την υιοθέτηση του ευρώ.

Σήμερα που οι εργαζόμενοι και η κοινωνία στο σύνολο της, βρίσκονται ξανά μπροστά σε τεράστιες οικονομικές και άλλες δυσκολίες που έχουν σχέση με την ύφεση, την απορρύθμιση της αγοράς εργασίας, την αύξηση της ανεργίας και τη μείωση των μισθών, η ΣΕΚ δηλώνει δυναμικά παρούσα. Σε συνεργασία με το υπόλοιπο συνδικαλιστικό Κίνημα και αξιοποιώντας πλήρως τη συμμετοχή της στη Συνομοσπονδία Ευρωπαϊκών Συνδικάτων, προσπαθεί να ελαχιστοποιήσει τις επιπτώσεις της κρίσης, να περιορίσει την ασυδοσία που εκδηλώνει η Τρόικα σε βάρος των εργατικών κατακτήσεων, να δαμάσει τον εργοδοτικό ετσιθελισμό και να υποβοηθήσει την οικονομία να επανέλθει σε ρυθμούς ανάπτυξης.

Το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ διαβεβαιώνει τον Κυπριακό λαό πως αξιοποιώντας τη συσσωρευμένη εμπειρία των 70 χρόνων ζωής και δράσης, θα συνεχίσει να αγωνίζεται για την προστασία των εργαζομένων και για την προώθηση δίκαιης, βιώσιμης και ειρηνικής διευθέτησης του Κυπριακού προβλήματος.

ΟΜΙΛΙΑ γ.γ. ΝΙΚΟΥ ΜΩΥΣΕΩΣ

Σε ομιλία του ο γενικός γραμματέας Νίκος Μωυσέως εξύμνησε την εβδομηντάχρονη προσφορά της ΣΕΚ στον εθνικό, κοινωνικό κι εργατικό στίβο τονίζοντας πως το εγχείρημα δημιουργίας ανεξάρτητων συνδικάτων τη δεκαετία το 1930 μέσα στις τότε αντίξοες συνθήκες δεν ήταν καθόλου εύκολο.

Σημείωσε πως μια δράκα οραματιστές του Ελεύθερου και Δημοκρατικού Συνδικαλισμού, με πρωταγωνιστές τους Κώστα Δημητρίου, πρώτο Γενικό Γραμματέα της ΣΕΚ, και το δικηγόρο Χριστόδουλο Μιχαηλίδη, στις 29 Οκτωβρίου 1944 στη Λεμεσό, προχώρησαν στην ίδρυση της ΣΕΚ με καταστατικό κεντρικό στόχο την αποτίναξη του αποικιακού ζυγού και την ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα.

Στην τιτάνια προσπάθεια τους δέχθηκαν σκληρή πολεμική τόσο από το κομμουνιστικό κόμμα της Κύπρου όσο και από την τότε Βρετανική αποικιοκρατία.

Σήμερα 70 χρόνια μετά γυρίζοντας το δείκτη της μνήμης στο ιστορικό μας παρελθόν, είμαστε υποχρεωμένοι με μέγιστο σεβασμό να μνημονεύσουμε τους ιδρυτές του Κινήματος της ΣΕΚ, τους αείμνηστους Κώστα Δημητρίου (πρώτο γενικό γραμματέα) και Χριστόδουλο Μιχαηλίδη, καθώς επίσης και τους μετέπειτα κορυφαίους ηγέτες Μιχαήλ Πισσά, Νίκο Ζιβάνα και Μιχαλάκη Ιωάννου που δεν βρίσκονται στη ζωή.

Αυτοί οι πέντε, πλαισιούμενοι από άλλους πολλούς, δημιούργησαν τις βάσεις του σύγχρονου και ανεξάρτητου συνδικαλισμού στον τόπο μας και παρέδωσαν στη νέα γενιά μια ΣΕΚ δυνατή, ισχυρή, ανεξάρτητη και ελεύθερη που αποτελεί σήμερα την ασπίδα προστασίας των συνδικαλιστικών και ανθρωπίνων δικαιωμάτων κάθε εργαζόμενου.

Οικονομική κρίση.

Τα τελευταία 3-4 χρόνια, πρόσθεσε, που επικρατούν συνθήκες οικονομικής κρίσης και βαθιάς ύφεσης η ΣΕΚ , με ύψιστη υπευθυνότητα και μακριά από δογματισμούς, δίνει σκληρές μάχες για να επικρατήσουν στη χώρα συνθήκες εργατικής ειρήνης και εργασιακής ομαλότητας, στοιχεία απαραίτητα για κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη και σταθερότητα.

Από το βήμα του Γενικού Συμβουλίου κάλεσε την Κυβέρνηση και ιδιαίτερα το υπουργείο Εργασίας να εγκαταλείψουν την πολιτική της ανοχής και της σιωπής και με αποτελεσματικότητα να επαναφέρουν την ομαλότητα και την τάξη στην αγορά εργασίας, τιμωρώντας την οποιαδήποτε εργοδοτική αυθαιρεσία.

Ο Επαρχιακός Γραμματέας της ΣΕΚ Λεμεσού **Σάββας Γεωργίου** επεσήμανε χαρακτηριστικά πως το Κίνημα της ΣΕΚ παρά τις σημερινές αντιξοότητες είναι πανέτοιμο να συνεχίσει να προασπίζει τους εργαζόμενους από τον εργοδοτικό ετσιθελισμό.

Η ΣΕΚ, η μεγαλύτερη συνδικαλιστική οργάνωση του τόπου θα συνεχίσει να αγωνίζεται με κάθε νόμιμο τρόπο, διεκδικητικά και υπεύθυνα, ενάντια την ασυδοσία που επιδεικνύει η Τρόικα σε βάρος των εργατικών κατακτήσεων και των κοινωνικών παροχών συμβάλλοντας στην αντιμετώπιση της κρίσης και στην έξοδο της χώρας από το Μνημόνιο.

Στο πλαίσιο της πανηγυρικής συνεδρίας τιμήθηκαν αφυπηρετήσαντα στελέχη του Γενικού Συμβουλίου της ΣΕΚ. Οι εκδηλώσεις για τα 70χρονα της ΣΕΚ θα κορυφωθούν στις 29 Οκτωβρίου με συγκέντρωση σε ξενοδοχείο της Λευκωσίας στην παρουσία του προέδρου της Δημοκρατίας και εκπροσώπων της Κυπριακής Πολιτείας.





ERG_8-9_inn_8 & 9 9/29/14 12:32 PM Page 2

70 χρόνια ενεργούς συνδικαλιστικής και κοινωνικής δράσης

Νίκος Μωϋσέως, γ.γ. ΣΕΚ

Ραχοκοκκαλιά της ανάπτυξης η εργατική τάξη



Σήμερα που η κυπριακή κοινωνία στο σύνολο της, βρίσκεται ξανά μπροστά σε τεράστιες οικονομικές και άλλες δυσκολίες που έχουν σχέση κυρίως με την οικονομική ύφεση, η ΣΕΚ δηλώνει δυναμικά παρούσα.

Έχουμε όραμα, έχουμε στόχους, δημιουργούμε προοπτικές.

Θέλουμε με κάθε νόμιμο τρόπο να συμβάλουμε στην αντιμετώπιση της κρίσης και στην έξοδο της χώρας από το Μνημόνιο.

Οφείλουμε να προστατεύσουμε τα συνδικαλιστικά δικαιώματα των χιλιάδων μελών μας και να περιορίσουμε, με δυναμισμό και αποφασιστικότητα, την ασυδοσία που επιδεικνύει η Τρόικα σε βάρος των εργατικών κατακτήσεων και των κοινωνικών παροχών.

Οφείλουμε να προστατεύσουμε το περιεχόμενο των συλλογικών συμβάσεων και να υποδείξουμε σε αρκετούς εργοδότες που αυθαιρετούν, πως οφείλουν να σέβονται τα όσα ελεύθερα συνομολογούνται ανάμεσα σε συντεχνίες και εργοδοτικές οργανώσεις.

Η ΣΕΚ είναι εδώ για να παρεμβαίνει, να διεκδικεί, να δημιουργεί και να κερδίζει μάχες προς όφελος της εργατικής τάξης που αποτελεί τη ραχοκοκαλιά της ανάπτυξης.

ΤΙΜΗΘΕΝΤΕΣ ΣΤΑ 70ΧΡΟΝΑ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΙΤΤΕΝΗΣ
ΠΕΤΡΟΣ ΘΕΟΦΑΝΟΥΣ
ΕΡΩΤΟΚΡΙΤΟΣ ΚΟΥΜΙΔΗΣ
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΙΧΑΗΛ
ΝΙΚΟΣ ΕΠΙΣΤΗΘΙΟΥ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΦΡΑΓΚΟΥ
ΑΛΕΚΟΣ ΤΑΣΟΥΡΗΣ
ΣΤΕΛΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ
ΝΙΚΟΣ ΤΑΜΠΑΣ
ΝΙΚΟΣ ΧΡ. ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ
ΜΙΧΑΛΗΣ ΚΑΛΑΦΑΤΗΣ
ΑΝΔΡΕΑΣ ΠΙΕΡΙΔΗΣ – ΟΗΟ
ΞΕΝΟΦΩΝ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ – ΟΟΙΚ
ΤΑΣΟΣ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΥΡΙΑΚΟΥ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΑΒΒΙΔΗΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΕΥΑΓΟΡΟΥ (ΑΠΕΒΙΩΣΕ)
ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΣΟΥΡΜΕΛΗΣ (ΑΠΕΒΙΩΣΕ)
ΧΡΥΣΤΑΛΛΑ ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΚΑΡΑΝΙΚΚΗΣ
ΙΩΑΝΝΗΣ ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΗΣ
ΔΗΜΗΤΡΑΚΗΣ ΚΥΠΡΙΑΝΟΥ
ΣΤΑΥΡΟΣ ΣΥΚΟΠΕΤΡΙΤΗΣ
ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΑΤΤΙΡΤΖΙΗΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ
ΣΩΤΗΡΗΣ ΙΩΑΝΝΟΥ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ
ΚΩΣΤΑΚΗΣ ΖΕΝΙΟΣ
ΜΙΧΑΛΗΣ ΛΟΪΖΟΥ
ΤΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ
ΧΡΙΣΤΟΣ ΚΛΕΙΤΟΥ
ΜΑΡΚΟΣ Χ''ΣΟΦΡΩΝΙΟΥ
ΑΝΔΡΕΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ
ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΣΑΖΟΣ
ΠΕΤΡΟΣ ΓΑΛΑΤΗΣ
ΧΡΙΣΤΑΚΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ
ΑΡΙΣΤΟΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ
ΡΗΓΙΝΟΣ ΑΡΓΥΡΙΔΗΣ
ΜΗΝΑΣ ΣΤΑΥΡΙΝΟΥ
ΠΑΝΙΚΚΟΣ ΑΛΑΜΠΡΙΤΗΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΔΗΜΟΣΘΕΝΟΥΣ
ΘΕΟΦΑΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ
ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΕΛΛΗΝΑ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΚΑΚΟΥΡΑΣ
ΣΟΛΩΜΟΣ ΚΑΟΥΛΛΑΣ







Σάββας Γεωργίου, Επαρχιακός γραμματέας ΣΕΚ Λεμεσού

Πανέτοιμη η ΣΕΚ για προάσπιση στόχων και ιδανικών



Μετρούμε τις δεκαετίες και τιμούμε την υλοποίηση του οράματος των αξιοθαύμαστων πρωτοπόρων της ΣΕΚ.

Όπως τότε έτσι και τώρα, αγωνιζόμαστε όλοι μαζί για να περισώσουμε όσο είναι δυνατό τα ωφελήματα και την αξιοπρέπεια των εργαζομένων.

Οι πρωτεργάτες της ΣΕΚ αντιστάθηκαν και αγωνίστηκαν για τις αρχές και τα πιστεύω τους και όχι μόνο αντιμετώπισαν επιτυχώς τον εξοντωτικό πόλεμο, αλλά πάρα πολλοί από αυτούς ευτύχησαν, χρόνια αργότερα να καμαρώνουν την ελεύθερη οργάνωση που δημιούργησαν και στήριξαν, σαν την πρώτη συνδικαλιστική δύναμη του τόπου. Με αναμφισβήτητη πρωτοπορία σε όλους τους εθνικούς, κοινωνικούς και εργατικούς αγώνες της Κύπρου.

Το κίνημα μας βρίσκεται, όπως τότε έτσι και σήμερα πανέτοιμο στους προμαχώνες για την προάσπιση των ίδιων στόχων και ιδανικών. Αυτό είναι το χρέος μας προς την πατρίδα, την κοινωνία και τους αείμνηστους ιδρυτές της οργάνωσης μας.

√ Στην πορεία του χρόνου ο στόχος της ΣΕΚ παραμένει αμετάκλητος: ΘΩΡΑΚΙΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΚΑΙ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΒΙΟΤΙΚΟΥ ΤΟΥΣ ΕΠΙΠΕΔΟΥ



ERG_10-10_inn_8 & 9 9/29/14 12:33 PM Page 1

Το φαρμακείο της φύσης

• Το φυσικό και σχεδόν ανέξοδο, ΑΛΦΑ βητάρι της υγείας

Το φαρμακείο της φύσης είναι απίστευτα πλούσιο. Μας προμηθεύει δωρεάν ή με ελάχιστο κόστος με όλα τα προϊόντα που έχει ανάγκη ο οργανισμός μας για την άριστη λειτουργία του αλλά και για κάθε είδους σοβαρή ή μη πάθηση που μας ενοχλεί και αλλοιώνει την καθημερινότητά μας. Ώρα,λοιπόν, υποβοηθούσης και της οικονομικής κρίσης να δημιουργήσουμε το δικό μας φαρμακείο στο σπίτι μας.

Η

ΗΠΑΤΙΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ (ΙΚΤΕΡΟΣ): πορτοκάλι, σπαράγγι, αγκινάρα, καρότο, λάχανο, χαιρέφυλλο, ραδίκι, κεράσι, νεροκάρδαμο, φράουλα, μαρούλι, μαγιά μπίρας, λεμόνι, μήλο, μελιτζάνα, μέντα, καρύδι, ελιά, κριθάρι, πρόπολη, γκρέιπ φρουτ, μαϊντανός, δαμάσκηνο, μαυροράπανο, ρύζι, δεντρολίβανο, φασκόμηλο, σέλινο, ταραξάκο, θυμάρι, σταφύλι.



Ι

ΙΓΜΟΡΙΤΙΔΑ: σκόρδο, λάχανο, λεμόνι, μέντα, πρόπολη, κουκουνάρι, θυμάρι, γιαούρτι.

Κ

ΚΑΡΔΙΑΚΟ ΕΜΦΡΑΓΜΑ: σκόρδο, καρότο, λάχανο, μήλο, σίκαλη, σόγια γιαούρτι.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ: σκόρδο, παντζάρι, καρότο, λάχανο, χαιρέφυλλο, κρεμμύδι, νεροκάρδαμο, φύτρα, μήλο, πρόπολη, μαϊντανός, σέλινο.

ΚΙΡΡΩΣΗ ΤΟΥ ΗΠΑΤΟΣ: κρεμμύδι, λάχανο, κέδρος, πρόπολη, δεντρολίβανο.

ΚΙΡΣΟΙ: σκόρδο, λάχανο, λεμόνι, ταραξάκο.

ΚΟΚΚΙΤΗΣ: σκόρδο, βασιλικός, λάχανο, μαρούλι, ρίγανη, μαυροράπανο, δεντρολίβανο, θυμάρι.

ΚΟΛΙΤΙΔΑ: σκόρδο, βασιλικός, κανέλλα, καρότο, αγκινάρα, λάχανο, ραδίκι, κρεμμύδι, μαγιά μπίρας, μήλο, μέντα, μέλι, κριθάρι, τομάτα, ρύζι, δεντρολίβανο, ταραξάκο, θυμάρι, σταφύλι, γιαούρτι, κολοκύθα, κολοκυθάκι.

ΚΥΣΤΙΤΙΔΑ: σκόρδο, καρότο, λάχανο, κρεμμύδι, μάραθο (φινόκιο), κέδρος, κριθάρι, πράσο, γογγύλι, θυμάρι, γιαούρτι.

Λ

ΛΑΡΥΓΓΙΤΙΔΑ: σκόρδο, λάχανο, χαιρέφυλλο, κρεμμύδι, σύκο, λεμόνι, μέλι, φασκόμηλο, σέλινο (σέλερι).

Μ

ΜΕΤΕΩΡΙΣΜΟΣ: σκόρδο, φρέσκο γλυκάνισο, βασιλικός, κανέλλα, γαρύφαλλο, κρεμμύδι, μάραθο (φινόκιο), μαρούλι, λεμόνι, μαντζουράνα, μέντα, μοσχοκάρυδο, ρίγανη, κόκκινη πιπεριά, μαϊντανός, δεντρολίβανο, φασκόμηλο, θρούμπι, θυμάρι, γιαούρτι.

Ν

ΝΕΥΡΩΤΙΚΗ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ: βερίκοκο, κανέλλα, λάχανο, μήλο, μέντα, μοσχοκάρυδο, πρόπολη, βασιλικός πολτός, δαμάσκηνο, δεντρολίβανο, φασκόμηλο, σέλινο, θυμάρι.

ΝΕΦΡΙΚΗ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑ: σκόρδο, φρέσκο γλυκάνισο, αγκινάρα, λάχανο, χαιρέφυλλο, ραδίκι, κεράσι, κρεμμύδι, νεροκάρδαμο, μάραθο (φινόκιο), μήλο, πεπόνι, κριθάρι, αχλάδι, γκρέιπ φρουτ, ροδάκινο, πράσο, μαϊντανός, γογγύλι, ρύζι, φασκόμηλο, ταραξάκο, κολοκυθάκι.

Ο

ΟΙΔΗΜΑ: σκόρδο, λάχανο, χαιρέφυλλο, κρεμμύδι, μαϊντανός, γογγύλι, σταφύλι.

ΟΞΥΤΗΤΑ ΣΤΟΜΑΧΟΥ: λεμόνι, μέντα.

ΟΥΛΙΤΙΔΑ: πορτοκάλι, καρότο, λάχανο, κρεμμύδι, σύκο, λεμόνι, σέλινο και σέλερι.



(Συνεχίζεται)

Τα επαγγέλματα του αύριο

Πληθώρα νέων ειδικοτήτων που σχετίζονται με την αλματώδη εξέλιξη της πληροφορικής και κλάδων της ιατρικής ανοίγει νέες προοπτικές σε φιλόδοξους νέους, σύμφωνα με μελέτη της World Future Society και Fast Future για το χρονικό διάστημα 2010-30.

«Η κοινωνική δικτύωση έχει εντα-χθεί πλέον στην καθημερινότητά μας», σημειώνει η κ. Μαρία Κουτσαύτη, σύμβουλος διαχείρισης σταδιοδρομίας, «στο άμεσο μέλλον θα υπάρχει χώρος στην αγορά εργασίας για αναλυτές της κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και ψυχολόγους που θα αναλαμβάνουν άτομα εξαρτημένα από τα μέσα

√ Η αγορά εργασίας θα διευρυνθεί με νέες ειδικότητες που επιτάσσει η αλλαγή στην καθημερινότητά μας



κοινωνικής δικτύωσης». Το πλήθος των πληροφοριών, με τις οποίες καθημερινά βομβαρδιζόμαστε, μας αποπροσανατολίζει. Ενας εξειδικευμένος επιστήμονας θα αναλαμβάνει τη διαχείριση και αξιολόγηση των πληροφοριών, τις οποίες εν συνεχεία θα κατατάσσει βάσει αντικειμένου σε ειδικές «δεξαμενές γνώσης» (think tanks). «Ο εν λόγω επαγγελματίας, που θα μπορούσε να φέρει τον τίτλο "διαχειριστής γνώσης" (knowledge broker) και να έχει τον ρόλο του επόπτη, μπορεί να προέρχεται από οποιοδήποτε επιστημονικό πεδίο». Παραπλήσια ειδικότητα είναι και εκείνη του διαχειριστή ασφαλείας των δεδομένων που διαχέονται στο Ιντερνετ, όπως και του νομικού συμβούλου που θα επιλύει νομικές διαφορές μεταξύ πολιτών χωρών με διαφορετικά νομικά συστήματα, οι οποίοι ωστόσο λόγω του Διαδικτύου εργάζονται μαζί. Και η εκπαίδευση, όμως, προβλέπεται να «αλλάξει» σελίδα, με την ανάδειξη «εικονικών ψηφιακών καθηγητών». «Η τρισδιάστατη τεχνολογία θα μας προσφέρει ψηφιακές τάξεις, όπου με χαμηλό κόστος θα μπορεί ο καθένας με έναν avatar ψηφιακό χαρακτήρα να συμμετέχει». Μπορεί οι ψηφιακοί καθηγητές εν μέρει να αντικαταστήσουν τους... παραδοσιακούς, αλλά με τη σειρά τους θα αναδείξουν νέες ειδικότητες, που θα «ενορχηστρώνουν» το μάθημα και θα διασφαλίζουν την ποιότητά του.

Η υπερπληθώρα πληροφόρησης θα αναδείξει μία ακόμα επαγγελματική κατεύθυνση, αυτή της τεχνητής νοημοσύνης ως κλάδου της ρομποτικής. «Οι άνθρωποι βρίσκονται συνεχώς εκτεθειμένοι σε αυξανόμενο όγκο πληροφόρησης, με συνέπεια να χρειάζονται περισσότερη μνήμη για να τις "αποθηκεύσουν"» επισημαίνει η κ. Κουτσαύτη, «ενώ παράλληλα μεγάλο ποσοστό αυτών λόγω γήρανσης θα κινδυνεύει με απώλεια μνήμης». Η νέα πραγματικότητα, όμως, όσο ελκυστική και αν μοιάζει, θα εγείρει διλήμματα ηθικής φύσεως. «Στη θέση αυτή άλλοτε μπορεί να βρίσκεται ένας γιατρός που αμφιταλαντεύεται για το αν πρέπει να προχωρήσει σε ευθανασία ενός ασθενούς, άλλοτε μια πολυεθνική εταιρεία, που καλείται να αξιολογήσει μια επιχειρησιακή τακτική της σε συνάρτηση με τις επιπτώσεις σε μια τοπική κοινωνία». Σε τέτοιες περιπτώσεις θα καταφεύγουν σε συμβούλους ηθικής της νέας επιστήμης, οι οποίοι θα συμβάλουν στη διαδικασία λήψης τέτοιων «δύσκολων» αποφάσεων.

Εργαζόμενοι γονείς και παροχή παιδικής φροντίδας

Η μεγάλη ζήτηση των εργαζόμενων γονέων για μια δωρεάν θέση στους παιδικούς σταθμούς που βρίσκεται από καιρό στην ελληνική επικαιρότητα - στο πλαίσιο της δράσης «Εναρμόνιση Οικογενειακής και Επαγγελματικής Ζωής» ακούγεται σαν ένα ηχηρό μανιφέστο μέσα στο «2014, Ευρωπαϊκό Ετος για την Εναρμόνιση της Εργασίας και Ζωής», όπως το έχει κηρύξει το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Με σκεπτικό ότι, πέρα από τον εκμοντερνισμό των πολιτικών απασχόλησης, η ανακήρυξη του «Ευρωπαϊκού Ετους» αφορά και την ανακούφιση της Γενιάς Χ -όσων γεννήθηκαν μετά το 1960 και ώς το 1980- που σήμερα έχει πληθυσμιακά διευρυνθεί, πλήττεται περισσότερο από την ανεργία και την κρίση, ενώ δέχεται διπλή πίεση, τόσο από τη νέα γενιά των παιδιών τους όσο και από αυτήν των ηλικιωμένων μελών των οικογενειών τους.

Με δεδομένο ότι το παλαιό μοντέλο του κύκλου ζωής με τα στερεότυπα στάδια -σπουδές, αποφοίτηση, εργασία, γάμος, συνταξιοδότηση- δεν ισχύει πλέον, το ζητούμενο είναι μια νέα πολιτική απασχόλησης, που να λαμβάνει υπόψη της ότι οι άνθρωποι δεν βρίσκουν εργασία αμέσως μετά το τέλος των σπουδών τους. Γίνονται γονείς σε μεγαλύτερη ηλικία, έχει αυξηθεί το ποσοστό των διαζυγίων - άρα και των μονογονεϊκών οικογενειών. Επιπλέον, χρειάζονται μεγάλες διακοπές από την εργασία τους για να αποκτήσουν νέες δεξιότητες και, τέλος, δεν αποσύρονται από την τυπική είτε την εθελοντική απασχόληση με τη συνταξιοδότησή τους.

Ωστόσο, ανεξάρτητα από την παλαιότητα είτε σε τι βαθμό εκμο-



ντερνίζεται το μοντέλο αυτό, το κυρίαρχο στοιχείο της πολιτικής απασχόλησης πρέπει να είναι ο γονικός ρόλος του εργαζομένου. Με επίκεντρο πάντα τη γονική φροντίδα. Ευτυχώς, ο Διεθνής Οργανισμός Εργασίας (ΔΟΕ) γνωστός ως ILO με έδρα τη Γενεύη, άγρυπνος φρουρός των εργαζομένων του πλανήτη, καταγράφει και δημοσιοποιεί οποιαδήποτε εξέλιξη στον τομέα αυτό - ιδιαιτέρως μετά το 2008 όταν άρχισε η παγκόσμια οικονομική κρίση. Μας ενημερώνει λοιπόν κατ' αρχάς ότι μόνο σε 36 χώρες είναι αμειβόμενη η γονική άδεια, στο σύνολο των 66 χωρών του κόσμου στις οποίες ισχύει η παροχή άδειας γονικής φροντίδας. Επίσης ότι λόγω της κρίσης σε Εσθονία, Ουγγαρία, Λεττονία και Ρουμανία μειώθηκαν -αλλού προσωρινά αλλού μονίμως- τόσο η διάρκεια όσο και οι παροχές για τη γονική άδεια. Αντιθέτως όμως άλλες χώρες αύξησαν λόγω κρίσης τη στήριξη των οικογενειών των εργαζομένων είτε μέσα από την πρόσβαση σε νηπιακούς σταθμούς είτε με δάνεια ή με αύξηση τόσο της διάρκειας όσο και του επιπέδου των παροχών για την μητρική και τη γονική άδεια. Στις χώρες αυτές συγκαταλέγονται οι, Αυστραλία, Γαλλία, Γερμανία, Πολωνία και Σλοβακία - αλλά και η Κίνα που επεξέτεινε την άδεια μητρότητας από 90 σε 98 ημέρες.

Θετικές εξελίξεις σημειώθηκαν επίσης και για την ενθάρρυνση των ανδρών να αναλαμβάνουν τη γονική φροντίδα. Για παράδειγμα, στην Αυστραλία το 2013 θεσπίστηκε αμειβόμενη πατρική άδεια 14 ημερών, ενώ στη Νορβηγία η ποσόστωση για άδεια πατρικής φροντίδας επεκτάθηκε από 12 σε 14 ημέρες. «Αφενός τα μέτρα αυτά -με τα οποία υπογραμμίζεται η τάση για μεγαλύτερη εμπλοκή των ανδρών στις οικογενειακές υποχρεώσεις- αφετέρου η παροχή περισσότερων διευκολύνσεων για την οικογένεια, ώστε και οι γυναίκες να μπορούν να προωθούνται στην αγορά εργασίας, είναι η απάντηση που δίνουν οι χώρες αυτές στην οικονομική λαίλαπα», σχολιάζει η σχετική ανακοίνωση του ΔΟΕ.

ERG_11-11_inn_13 9/29/14 12:33 PM Page 1

ΕΥΖΩΙΑ

5 καλές συνήθειες για καλή και ζωντανή μέρα

Μπορεί οι ώρες που μεσολαβούν του κρεβατιού και της καρέκλας του γραφείου να μοιάζουν οι δυσκολότερες της ημέρας, αλλά κάποιοι εκμεταλλεύονται αυτό το «νεκρό» διάστημα εμπλουτίζοντας την καθημερινότητά τους με τις παρακάτω ευεργετικές συνήθειες.

Η πρωινή άσκηση και η θετική διάθεση δεν είναι κάτι που εφαρμόζουν πολλοί στη ζωή τους αλλά αξίζει μια εβδομάδα, να το δείτε σαν πρόκληση και να το δοκιμάσετε και μετά να κρίνετε οι ίδιοι το πόσο καλό σας έκανε αυτή η αλλαγή τακτικής.

Μην περιμένετε να ξεκινήσετε ξαφνικά με περισσή ενέργεια το πρωινό σας, αν δεν ζορίσετε τον εαυτό σας λίγο. Λίγο σπρώξιμο όλοι το χρειαζόμαστε για να σηκωθούμε από το κρεβάτι και μην ξεχνάτε πως «τρώγοντας έρχεται η όρεξη» ακόμα και στην καλή διάθεση.

Οι παρακάτω συνήθειες, όχι μόνο δίνουν ένα γερό έναυσμα στην ημέρα σας, αλλά σας προδιαθέτουν να εργαστείτε πιο ήρεμα, με λιγότερο άγχος και με ένα σώμα ικανό να ακολουθήσει κάθε σας ιδέα και πόνημα, μέχρι το τέλος της ημέρας.

1. Πίνετε ζεστό λεμονόνερο. Έχουμε μιλήσει πολλές φορές για τις ευεργετικές ιδιότητες του λεμονόνερου και δε θα χάσουμε την ευκαιρία να ξαναμιλήσουμε γι' αυτές. Η καλή ενυδάτωση με ένα ποτήρι νερό είναι ένας ιδανικός τρόπος να ξεκινήσετε τη μέρα σας, ενώ αν το ζεστάνετε και προσθέσετε και χυμό από λεμόνι θα ενεργοποιήσετε από νωρίς τη διαδικασία της πέψης και όλα θα λειτουργήσουν ευκολότερα και ομαλότερα για το υπόλοιπο της μέρας.

2. Κινηθείτε. Τεντωθείτε, πηγαίνετε για τρέξιμο, κάντε μερικές ασκήσεις γιόγκα ή οτιδήποτε σας ευχαριστεί και ενεργοποιεί το σώμα σας. Δώστε στο σώμα σας την ευκαιρία να ξεκινήσει τη μέρα του δυναμικά, πριν το καθηλώσετε στην καρέκλα του γραφείου, μπροστά από τον υπολογιστή.

3. Διαλογιστείτε. Ακόμα και αν δεν προλαβαίνετε να πάτε για τρέξιμο, έχετε σίγουρα το χρόνο να σκεφτείτε θετικά και να καθίσετε ακίνητοι για 2 λεπτά αφήνοντας το μυαλό σας να καθαρίσει και τα χείλη σας να χαμογελάσουν. Όσο αμήχανο και ανόητο σας ακουγεται, δηλώστε δυνατά, τις προθέσεις για μια καλή και παραγωγική μέρα και διαπιστώστε αργότερα ότι τελικά είναι.

4. Κάντε πρόγραμμα. Όλοι έχουμε μια λίστα με υποχρεώσεις και εκκρεμότητες, αλλά το θέμα είναι πόσοι από εμάς τις ακολουθούμε εκπληρώνοντας όλα όσα καταγράφουμε σε αυτές. Στην αρχή της εβδομάδας, σημειώστε όσα θέλετε να φέρετε εις πέρας και ανάλογα με τους χρόνους σας και μοιράστε σε κάθε ημέρα και τις αντίστοιχες εκκρεμότητες. Μην έχετε υπερβολικές προσδοκίες από τον εαυτό σας και ασχοληθείτε πρώτα με εκείνα που είναι περισσότερο σημαντικά για εσάς να γίνουν. Όσο σβήνετε τις υποχρεώσεις από τη λίστα σας, θα νιώθετε λιγότερο αγχωμένοι και περισσότερο ικανοποιημένοι από τον εαυτό σας. Εάν τα φέρει έτσι η δουλειά και δεν ανταποκριθείτε στο πρόγραμμά σας, χρησιμοποιήστε τη λίστα προς όφελός σας, κάνοντας άλλα πράγματα που έχετε σημειώσει σε αυτή. Σε καμία περίπτωση μην απογοητευτείτε. Ο μόνος που δίνετε λογαριασμό είναι ο εαυτός σας και όλη αυτή η οργανωσή γίνεται αποκλειστικά για δικό σας όφελος.

5. Φάτε πρωινό και ετοιμάστε κολατσιό. Δεν είναι δύσκολο να αντιληφθεί κανείς ότι «νηστικό αρκούδι δε χορεύει» και το ίδιο ισχύει και με όσους ξεκινούν την ημέρα τους άφαγοι. Ξεκινήστε τη μέρα σας με ένα καλό πρωινό και πριν φύγετε για τη δουλειά ετοιμάστε και ένα κουτάκι για το μεσημεριανό σας. Η κακή συνήθεια να παραγγέλνει όλο το γραφείο πρόχειρο φαγητό καλό είναι να κοπεί και να αρχίσετε να τρώτε και πιο υγιεινά και πολύ πιο οικονομικά.



Απλές κινήσεις και έξυπνες ενέργειες για μια δυναμική και παραγωγική ημέρα

Τονώστε τον εαυτό σας και εφοδιάστε τον με καλή διάθεση για να "βγάλει" τη μέρα με χαμόγελο.





Τα πρώτα λεπτά του πρωινού μπορούν να σας βοηθήσουν να θέσετε τον τόνο για μια παραγωγική ημέρα. Αν αρχίζετε την ημέρα εξαντλημένοι και σε κακή διάθεση μπορεί να θέλετε να περάσει γρήγορα η ημέρα αντί να χαίρεστε το κάθε της λεπτό. Το να έχετε μια ρουτίνα που σας ανεβάζει τη διάθεση μπορεί να σας κινητοποιήσει να σηκωθείτε το πρωί, ακόμα και αν δεν είστε πρωινός τύπος.

Ακολουθούν απλά πράγματα για να ενσωματώσετε στη ρουτίνα σας, που θα σας βοηθήσουν να έχετε μια παραγωγική ημέρα.

Οραματιστείτε

Πριν αρχίσετε να δημιουργείτε καλές συνήθειες περάστε χρόνο να σκεφτείτε πώς θέλετε να είναι οι συνήθειες αυτές και να αναγνωρίσετε τις κακές συνήθειες που σας εμποδίζουν από το να συμβούν.

Πόσες φορές πατάτε το κουμπί στο ξυπνητήρι πριν σηκωθείτε από το κρεβάτι, αργείτε πάντα και τρέχετε να φύγετε χωρίς πρωινό ή απλώς θέλετε ένα πιο ευχάριστο πρωί;

Όταν οραματιστείτε πώς θέλετε να φαίνεται το πρωί σας μπορείτε να αρχίσετε να κάνετε τα βήματα που θα σας οδηγήσουν εκεί.



Βρείτε λίγα λεπτά για να κάνετε ένα κατάλογο βήμα προς βήμα των πραγμάτων που κάνετε κάθε πρωί και στη συνέχεια ετοιμάστε τα πάντα για να κάνετε πιο εύκολα τα πρωινά σας.

Διαλογιστείτε

Αν αρχίσετε το πρωί με μερικά λεπτά ησυχίας μπορείτε να έχετε θετική στάση για το υπόλοιπο της ημέρας. Αν δεν συνηθίζετε να διαλογίζεστε, η ενσωμάτωση του διαλογισμού στη ρουτίνα σας μπορεί να κάνει τη διαφορά- όχι μόνο στην ημέρα σας αλλά σε όλη σας τη ζωή. Σύμφωνα με τη Mayo Clinic, ο διαλογισμός παρέχει την αίσθηση ειρήνης, ηρεμίας και ισορροπίας, που θα βοηθήσουν τη γενική υγεία σας καθώς και τη συναισθηματική, συμβάλλοντας στη μείωση του στρες, του άγχους και της ανησυχίας. Τα οφέλη του διαλογισμού συνεχίζουν όλη την ημέρα δίνοντας την αίσθηση γαλήνης. Αν είναι νέα συνήθεια για εσάς, απλώς αρχίστε με 5 λεπτά και συνεχίστε αυξητικά. Οι ασκήσεις βαθιάς αναπνοής αν είναι το πρώτο πράγμα που κάνετε το πρωί είναι καλό πρώτο βήμα για να συνηθίσετε να κάθεστε ήσυχοι.

Να σκέφτεστε θετικά

Κάθε πρωί έχουμε την ευκαιρία να μετατοπίσουμε το μυαλό μας προς τη θετική πλευρά και να θέσουμε τις προθέσεις μας για την ημέρα. Οι στάσεις, οι πεποιθήσεις και οι προθέσεις μας μπορούν να βοηθήσουν στο σχηματισμό των εμπειριών μας, όπως και οι σκέψεις, οι πράξεις και οι αντιλήψεις μας.

Το να βρείτε μερικά λεπτά για να σκεφτείτε πώς θέλετε να αισθάνεστε και τι θέλετε να πέτυχετε οδηγεί στη δημιουργία θετικής θεώρησης της ημέρας σας.

Ένας εύκολος τρόπος να αποκτήσετε τη συνήθεια να το κάνετε είναι να γράφετε την πρόθεσή σας και τη θετική πρόταση κάθε πρωί και να τις επαναλαμβάνετε στον εαυτό σας κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Δημιουργήστε ένα ειδικό πρωινό ημερολόγιο ή απλώς γράψτε σε αυτοκόλλητο χαρτί για να το πάρετε μαζί σας.

Ανεφοδιασμός

Ο σωστός ανεφοδιασμός του οργανισμού το πρωί, σας δίνει την ενέργεια, την ενίσχυση της διάθεσης και την αναγκαία ενυδάτωση για να κατακτήσετε την ημέρα.

Το νερό είναι αναγκαίο για να διατηρεί την πλήρη λειτουργικότητα του οργανισμού σας, επομένως να έχετε ένα μεγάλο ποτήρι δίπλα στο κρεβάτι σας και πάντα το νερό να είναι το πρώτο πράγμα που βάζετε στον οργανισμό σας κάθε πρωί.

Ο συνδυασμός υγιεινού πρωινού με πρωτεΐνη είναι επίσης αναγκαίος για να αρχίσετε το πρωί με αρκετή ενέργεια. Να αποφεύγετε τις κατεργασμένες τροφές και τη ζάχαρη και αντ' αυτών να επιλέγετε ένα θρεπτικό γεύμα που να περιλαμβάνει υγιεινά λιπαρά και πρωτεΐνες.

Σολομός, ξηροί καρποί και σπόροι είναι πολύ καλές, εύκολες επιλογές. Ακόμα και μερικές μπουκιές πρωινού θα συμβάλουν στην πρόληψη της πείνας αργότερα, εντός της ημέρας.

Προετοιμαστείτε

Πριν πάτε για ύπνο, ανατρέξετε στον πρωινό σας κατάλογο και προετοιμάστε όσα πράγματα μπορείτε. Αν το να τρώτε πρωινό δεν αποτελεί τακτικό μέρος της ρουτίνας σας δοκιμάστε να ετοιμάσετε κάτι την προηγούμενη νύχτα.

Ξεκινήστε ένα ημερολόγιο για να θυμάστε να βρίσκετε ένα λεπτό για να θέτετε την πρόθεση της ημέρας. Καθώς αρχίζετε να προσθέτετε tips στη ζωή σας και να ενισχύετε τα πρωινά σας μην ξεχνάτε να χαμογελάτε. Η απλή πράξη του χαμόγελου, ακόμα και αν είναι προς τον εαυτό σας, μπορεί να βοηθήσει να αισθανθείτε καλύτερα και να φωτίσει αμέσως τη διάθεση σας.

ERG_12-12_inn_8 & 9 9/29/14 12:33 PM Page 1

Από το περιβόλι του διαδιχτύου

Καθηγητής Πανεπιστημίου κατοικεί σε... κάδο σκουπιδιών!

Ο Δρ Jeff Wilson, καθηγητής της περιβαλλοντικής επιστήμης στο πανεπιστήμιο στο Ώστιν στο Τέξας ζει σε ένα σκουπιδοτενεκέ από τον Φεβρουάριο και για έναν χρόνο με σκοπό να δείξει στους ανθρώπους ότι είναι δυνατόν να έχουμε μια πολύ καλή ζωή ακόμα και σε λιτές συνθήκες.

Ο Wilson έχει κερδίσει το παρατσούκλι «ο καθηγητής Dumpster» ανάμεσα στους μαθητές του, και όχι άδικα. Σπουδαγμένος στο Χάρβαρντ προσπαθεί με κάθε τρόπο να περάσει στον κόσμο το μήνυμα της προστασίας του περιβάλλοντος και της πράσινης ανάπτυξης στις πόλεις.



Ο κάδος όπου ζει βρίσκεται σε μια γωνιά της πανεπιστημιούπολης και πριν εγκατασταθεί εκεί καθαρίστηκε επιμελώς από σκουπίδια και δυσάρεστες μυρωδιές. Αν και πριν ζούσε σε ένα σπίτι περίπου 250 τετραγωνικών, μετά το διαζύγιό του αναγκάστηκε να συρρικνώσει τη ζωή του σε 90 περίπου τετραγωνικά. "Σήμερα χρειάζομαι μόλις τέσσερα παντελόνια, τέσσερα πουκάμισα, τρία ζευγάρια παπούτσια, τρία καπέλα και μερικά παπιγιόν.

Συνήθισα το μικρό χώρο και το μόνο που έκανα ήταν να ενισχύσω το καπάκι με μουσαμά για τη βροχή και να βάλω ένα κλιματιστικό για την αφόρητη ζέστη". Ως τουαλέτα, σύμφωνα με το perierga, χρησιμοποιεί τις εγκαταστάσεις του πανεπιστημίου και λέει ότι περνάει μια χαρά.



Η συμβουλή της ημέρας

Μάθε στην ζωή σου να αντιστέκεσαι...Να πολεμάς δυνατά... Να σκέφτεσαι έξυπνα... Να μην κρατάς κακία...Να αποφεύγεις τις αστοχίες του παρελθόντος, και να μην τις ξανακάνεις...

ΚΑΙ ΟΛΑ ΑΥΤΑ ΕΑΝ ΚΑΙ ΕΦΟΣΟΝ ΑΓΑΠΑΣ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ...

ΑΛΛΙΩΣ... ΠΑΝΤΟΤΕ ΘΑ ΓΥΡΝΑΣ ΣΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΚΑΙ ΘΑ ΠΛΗΓΩΝΕΣΑΙ...

ΑΛΛΩΣΤΕ ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΤΟ ΞΕΧΝΑΜΕ, ΤΟ ΠΑΡΟΝ ΤΟ ΖΟΥΜΕ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΕΛΠΙΖΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΘΕΟ...

10 πράγματα που ίσως να μην ξέρατε

1. Δύο στους πέντε ανθρώπους παντρεύονται την πρώτη τους αγάπη.
2. Οι μέδουσες κατοικούν στη Γη πάνω από 650 εκατομμύρια χρόνια.
3. Οι μέλισσες σκοτώνουν περισσότερους ανθρώπους κάθε χρόνο από τα φίδια.
4. Οι γυναίκες δεν είχαν τη δυνατότητα να ψηφίσουν στη Γαλλία μέχρι το 1944.
5. Το 80% των ανθρώπων που κτυπιούνται από κεραυνό είναι άντρες.
6. Το μόνο πράγμα που μπορεί να καταστρέψει ένα διαμάντι είναι η έντονη θερμότητα.
7. Ο μέσος άνθρωπος καταναλώνει πάνω από ένα τόνο τρόφιμα και ποτά.
8. Οι ιπποπόταμοι έχουν δέρμα πάχους 3,8 εκατοστών
9. Δεν μπορείτε να γαργαλήσετε τον εαυτό σας.
10. Ο μέσος άνθρωπος βλέπει πάνω από 1460 όνειρα το χρόνο.

Από την Κύπρο τα διπλοκάμπινα των Τζιχαντιστών

Απίστευτο αλλά αληθινό

Ανησυχία έχει προκαλέσει στη Λευκωσία η πληροφορία των υπηρεσιών ασφαλείας ότι 170 έως 200 αυτοκίνητα με κυπριακούς αριθμούς κυκλοφορίας βρίσκονται στη κατοχή των τζιχαντιστών στη Συρία και το Ιράκ.

Σύμφωνα με πληροφορίες του protothema.gr πρόκειται για αυτοκίνητα με καρότσα τα οποία χρησιμοποιούν οι ισλαμιστές στις μάχες αφού πρώτα τοποθετούν βάση για πολυβόλο.

Όπως φαίνεται τα αυτοκίνητα αυτά αγοράστηκαν ή κλάπηκαν από τις ελεύθερες περιοχές και αφού πέρασαν στα κατεχόμενα μεταφέρθηκαν στη Συρία με πλοίο που από το λιμάνι της Αμμοχώστου.

Σήμερα πραγματοποιήθηκε σύσκεψη υπό τον αρχηγό της Κυπριακής Αστυνομίας Ζαχαρία Χρυσοστόμου, στην οποία εξετάστηκαν τα μέτρα που λαμβάνονται ώστε να αποτραπεί η διέλευση ανθρώπων και μέσων από τις ελεύθερες στις κατεχόμενες περιοχές με σκοπό την ενίσχυση των τζιχαντιστών.

Αυστηρότεροι είναι οι έλεγχοι τόσο στα αεροδρόμια και τα λιμάνια, όσο και στα οδοφράγματα. Επίσης λαμβάνονται μέτρα ασφαλείας στις πρεσβείες ξένων χωρών, ενώ διακριτικά παρακολουθούνται μουσουλμάνοι που ζουν στη Κύπρο και έχουν επαφές με άτομα στη Συρία και το Ιράκ.



Το γέλιο του ... σήμερα



Σοβαρά ... αστειάκια

– "Ωραίο αμάξι!", είπα στο αφεντικό μου για την καινούργια του BMW.

Απάντησε: – Δούλεψε σκληρά, ξέχνα τις απεργίες και θα πάρω ακόμα καλύτερο του χρόνου.

Τα Ματσώνουν Χονδρά

361 ΣΚΛΑΒΕΣ ΤΟΥ ΣΑΡΚΙΚΟΥ ΕΡΩΤΑ ΣΤΑ ΚΑΤΕΧΟΜΕΝΑ

Η εφημερίδα «Χαβαντίς» (Είδηση), με τίτλο "361 σκλάβες του σεξ" γράφει ότι στα κατεχόμενα λειτουργούν 42 καμπαρέ στα οποία δουλεύουν 361 κοπέλες εξασκώντας το επάγγελμα της πορνείας.

Σύμφωνα με το δημοσίευμα, μεγάλο μέρος των εσόδων των καμπαρέ επιστρέφονται στο "κράτος" ως φόροι και για ειδικές άδειες για την εξάσκηση της πορνείας. Άλλωστε δεν είναι τυχαίο που πολλοί Ε/κ καταφεύγουν στις κατεχόμενες περιοχές αναζητώντας απόλαυση στα μονοπάτια του αγοραίου έρωτα.

361 SEKS KÖLESİ!

Ülkede kanayan yara haline gelen ve bir türlü önlem alınmayan gece kulüplerinde yüzlerce yabancı uyruklu kadın devletten alınan konsomatris izniyle fuhşa zorlanıyor



ΠΑΡΑΞΕΝΑ – ΠΕΡΙΕΡΓΑ

Πες μου πότε γεννήθηκες να σου πω... τι δουλειά κάνεις

Μπορεί να ακούγεται αρχικά πολύ παράξενο το γεγονός ότι οι μήνες του έτους συνδέονται με το επάγγελμα που επιλέγει να ακολουθήσει κάποιος, όμως αυτό είναι το συμπέρασμα στο οποίο κατέληξε η Εθνική Στατιστική Υπηρεσία του Ηνωμένου Βασιλείου (Office for National Statistics) μετά από πολύμηνη έρευνα σε διαφορετικά επαγγέλματα και εργαζομένους.

Πιο συγκεκριμένα, αφού πρώτα μελέτησαν και ανέλυσαν τα δεδομένα εργαζομένων από 12 διαφορετικά επαγγέλματα, οι ερευνητές διαπίστωσαν πως υπάρχει κάποια σύνδεση ανάμεσα στο μήνα της γέννησης και στη μετέπειτα επαγγελματική σταδιοδρομία ενός ατόμου. Έτσι κατέληξαν να παρουσιάσουν μια λίστα με τους μήνες του έτους και αντίστοιχα επαγγέλματα που ταιριάζουν στον καθένα από αυτούς.

Για παράδειγμα, όσοι έρχονται στον κόσμο το Δεκέμβριο έχουν περισσότερες πιθανότητες να γίνουν οδοντίατροι, ενώ οι γεννημένοι τονΙανουάριο είναι πιο κοντά στο να σχοληθούν με την παθολογία ή τα οικονομικά. Κατά ανάλογο τρόπο, ο Φεβρουάριος φέρεται να είναι ο μήνας γέννησης των καλλιτεχνών και ο Μάρτιος των πιλότων και των μουσικών. Ο Απρίλιος είναι ο κατάλληλος μήνας για όσους θέλουν να γίνουν καθηγητές, ενώ ο Μάιος ευνοεί μια καθαρά πολιτική καριέρα.

Τον Ιούνιο συνήθως γεννιούνται διευθυντές επιχειρήσεων ή άτομα που θα εργαστούν σε πολυεθνικές, ενώ, αντίθετα, όσοι γεννηθούν τον Ιούλιο και τον Αύγουστο έχουν περισσότερες πιθανότητες να γίνουν οικοδόμοι. Ο Σεπτέμβριος από την άλλη παρουσιάζεται να «γεννάει» αθλητές και ο Οκτώβριος ηθοποιούς ή ζωγράφους και γενικά άτομα που θα ασχοληθούν στο μέλλον με τις τέχνες. Τέλος, ο χειρότερος μήνας για να γεννηθεί κάποιος είναι ο Νοέμβριος, καθώς έχει πολλές πιθανότητες να στραφεί προς την παρανομία και την εγκληματικότητα!

ERG_13-13_inn_13 9/29/14 12:34 PM Page 1

Οι ιώσεις κτυπούν τη πόρτα μας

Κατά την περίοδο του φθινοπώρου διάφορες αρρώστιες και αδιαθεσίες κάνουν και πάλι την εμφάνισή τους. Το κρύο, που έρχεται σταδιακά, αλλά και οι έντονες αυξομειώσεις της θερμοκρασίας στον καιρό ευνοούν τις λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος, τις ιώσεις και τα κρυολογήματα. Κάποιοι από τους γνωστούς μας μπορεί να είναι άρρωστοι αυτή τη στιγμή, καθώς έχει υπολογιστεί ότι ο μέσος όρος προσβολής από το κοινό κρυολόγημα κατ' άτομο είναι περίπου τρεις φορές το χρόνο.

Το κρύο καθαυτό δεν ευθύνεται για συμπτώματα όπως ο πονόλαιμος, ο βήχας και ο πυρετός. Ωστόσο, δημιουργεί στον οργανισμό κατάλληλες συνθήκες για να εκδηλωθούν κοινό κρυολόγημα και γρίπη, αποδυναμώνοντας το ανοσοποιητικό σύστημα. Το πάγωμα οποιουδήποτε σημείου του σώματός μας προκαλεί ελάττωση της κυκλοφορίας του αίματος στο ρινικό επιθήλιο, μειώνοντας έτσι την άμυνα του οργανισμού.

Λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού, όπως το κοινό κρυολόγημα, εκδηλώνονται συνήθως με συνάχι. Αυτό που κυρίως χρειάζεται να προσέξουμε τώρα το φθινόπωρο, με τις έντονες εναλλαγές της θερμοκρασίας, είναι να μην ιδρώνουμε και έπειτα να αφήνουμε τον ιδρώτα να στεγνώνει πάνω μας. Έτσι, φροντίζουμε να φοράμε στρώσεις από λεπτά ρούχα, τα οποία βγάζουμε αναλόγως του πώς νιώθουμε τη θερμοκρασία μας.



• Τα φθινοπωρινά σκαμπανεβάσματα του καιρού το φθινόπωρο προκαλούν λοιμώξεις και κρυολογήματα

Η διατροφή μπορεί σίγουρα να μας βοηθήσει να «χτίσουμε» την άμυνα του οργανισμού μας τόσο σε επίπεδο πρόληψης όσο και αφού αρρωστήσουμε.

• Ισορροπημένη διατροφή, πλούσια σε φρούτα και λαχανικά, κυρίως φρέσκα και ωμά. Τα τρόφιμα αυτά περιέχουν βιταμίνη C και ένζυμα, που ισχυροποιούν την άμυνα του οργανισμού.

• Κατανάλωση άφθονων υγρών για την ενυδάτωση και την αποτοξίνωση του οργανισμού. Παράλληλα, μειώνουμε τα διουρητικά ροφήματα, όπως το μαύρο τσάι και τον καφέ, και αποφεύγουμε το αλκοόλ που καταστρέφει τη βιταμίνη C και επιβαρύνει το συκώτι. Επίσης, η κατανάλωση γάλακτος μπορεί να επιδεινώσει την αναπνευστική συμφόρηση.

• Κατανάλωση φρέσκων χυμών για τόνωση. Ειδικά ο χυμός καρότου είναι πλούσιος σε βήτα καροτίνη, που είναι απαραίτητη για τις βλεννώδεις μεμβράνες του αναπνευστικού συστήματος.

• Ζεστά αφεψήματα που ανακουφίζουν το αναπνευστικό σύστημα, ζεσταίνουν το λαιμό και βοηθούν στην απόχρεμψη. Το τσάι πιπερόριζας (ginger tea) μπορεί να ωφελήσει ιδιαίτερα, χάρη στη θερμαντική του ιδιότητα αλλά και στην αντιιική του δράση.

• Για κυρίως γεύματα προτιμούμε σούπες. Καταναλώνονται εύκολα, μας προσφέρουν ενέργεια και δεν βαραίνουν το στομάχι. Η κοτόσουπα είναι ένα δοκιμασμένο «φάρμακο». Όλα τα φαγητά με πιπεράτα μπαχαρικά, σε σημείο που να υγροποιούνται τα μάτια, προκαλούν επίσης ρινική αποσυμφόρηση. Παρ' όλα αυτά, προτιμήστε τα γεύματά σας ζεστά, αλλά όχι καυτά.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Ένα πρόσωπο από το πρόσφατο παρελθόν, θα σας αναστατώσει με την εμφάνιση του. Έχετε πιστεί πολύ το τελευταίο χρονικό διάστημα στον επαγγελματικό σας τομέα και τώρα θα αρχίσετε να παίρνετε μια ανάσα, αφού θα καταφέρετε να βάλτε σε μια τάξη τις υποθέσεις σας και να τακτοποιήσετε τις εκκρεμότητες σας. Ο αισθηματικός τομέας δείχνει να βρίσκεται σε καλή φάση και οι αδέσμευτοι θα έχετε ευκαιρίες και αρκετή τύχη.

Ταύρος: Εμπιστευτείτε το ένστικτό σας για να αξιολογήσετε τις καταστάσεις ή ακόμη και κάποιες ευκαιρίες. Οι προβληματισμοί θα είναι ζωηροί γι αυτό οπλιστείτε με υπομονή και ψυχραιμία. Σχέσεις και συνεργασίες θα βρεθούν στο προσκήνιο και θα δεχθούν κραδασμούς. Ακολουθήστε την οδό της φρόνησης και μην κάνετε καινούργια ανοίγματα.

Δίδυμοι: Μην οδηγήσετε τα πράγματα στα άκρα με τη συμπεριφορά σας, γιατί θα έρθετε σε οριστική ρήξη με το ταίρι σας. Οι αδέσμευτοι θα μπλεχτείτε πάλι σε εφήμερες καταστάσεις. Παράλληλα, προωθήσετε τις ιδέες και τα σχέδια που έχετε για την επέκταση της επιχείρισης. Στον επαγγελματικό σας τομέα, θα προκύψουν διαφωνίες με τους συνεργάτες σας, για τους χειρισμούς που έχετε κάνει στις υποθέσεις που έχετε αναλάβει.

Καρκίνος: Στα οικονομικά μην κάνετε καινούργια ανοίγματα γιατί υπάρχει περίπτωση να έχετε απώλειες και θα πιεστείτε πολύ για να καλύψετε τις τρέχουσες υποχρεώσεις σας. Στην εργασία σας θα πρέπει να προετοιμαστείτε κατάλληλα γιατί θα δουλεύετε σκληρά αυτή την περίοδο αλλά δεν θα έχετε την αναγνώριση και την ανταμοιβή που θέλετε. Κάποιες συνεργασίες σας θα υποστούν δοκιμασίες.

Λέων: Διευθετήσετε τις υποθέσεις που εκκρεμούν, για να μπορέσετε να εστιάσετε το ενδιαφέρον σας στις ανάγκες σας και να σχεδιάσετε τις επόμενες σας κινήσεις. Δύσκολα θα το καταφέρετε αυτή την περίοδο, γιατί θα προκύψουν κάποια θέματα που θα πρέπει άμεσα να βρείτε λύσεις. Ενώ δημιουργούνται κάποιες θετικές προοπτικές παράλληλα παρουσιάζονται δυσκολίες και εμπόδια με αποτέλεσμα να μπερδεύεστε και να προβληματίζεστε.

Παρθένος: Εκμεταλλευτείτε και αξιοποιήστε όλες τις ευκαιρίες που σας παρουσιάζονται αυτή την περίοδο για να φτάσετε στους στόχους σας. Οι αδέμευτοι του ζωδίου νοιώθετε πιο ώριμοι από ποτέ και αρχίζετε να ψάχνετε την ουσία και την ποιότητα στην ερωτική σας ζωή. Προσέχετε ιδιαίτερα τον τρόπο με τον οποίο επικοινωνείτε με τους άλλους. Στον επαγγελματικό τομέα δεν αποκλείεται αρκετοί από εσάς να δεχθείτε καινούργιες προτάσεις.

Ζυγός: Αποφύγετε όσο είναι δυνατόν να έρθετε σε σύγκρουση και με άτομα της οικογένειάς σας. Ευνοείστε αυτή την περίοδο για να υπογράψετε συμβόλαια ή να κάνετε συμφωνίες. Μπορείτε πλέον να βάλετε σε εφαρμογή τα σχέδιά σας ενώ δεν αποκλείεται να υπάρξουν και σημαντικές αλλαγές στις όποιες συνεργασίες. Οικονομικές απαιτήσεις τρίτων θα έρθουν στο προσκήνιο, ενώ θα αυξηθούν οι κοινωνικές σας υποχρεώσεις.

Σκορπιός: Συμφωνίες, υπογραφές συμβολαίων και σημαντικές αποφάσεις καλό θα είναι να τις αποφύγετε αυτήν την περίοδο. Θα πρέπει να αποφύγετε υπογραφές συμβολαίων και κλεισίματα συμφωνιών, γιατί δύσκολα θα πετύχετε ευνοϊκούς όρους για σας. Το κλίμα που θα επικρατεί στον εργασιακό σας χώρο θα είναι ρευστό, οπότε μην κάνετε καμία κίνηση, ούτε να πάρετε κάποια απόφαση αυτές τις ημέρες, γιατί δεν θα έχετε θετικά αποτελέσματα.

Τοξότης: Προσοχή σε τυχόν οικονομικές εξαπατήσεις. Η διπλωματικότητα και η εφευρετικότητα σας, θα σας βοηθήσει στο να βρίσκετε τρόπους να ξεπεράσετε τις δυσκολίες που θα συναντήστε. Θα αντιμετωπίσετε δυσκολίες στην εφαρμογή των σχεδίων σας στον επαγγελματικό σας τομέα λόγω του ανταγωνισμού που υπάρχει. Θα υπάρξουν ευκαιρίες για να αξιοποιήσετε κάποιες προτάσεις που θα σας γίνουν.

Αιγόκερως: Θα πρέπει να οργανωθείτε για να διορθώσετε τυχόν παραλείψεις ή λάθη σας και να μπορέσετε να εδραιωθείτε καλύτερα στο χώρο σας. Θα προκύψουν ορισμένες προτάσεις που θα μπορέσετε να διεκδικήσετε καλύτερους όρους να και να εισπράξετε περισσότερα χρήματα. Παράλληλα προσέξετε λίγο τις σχέσεις με τους συνεργάτες σας και μην αφήνετε την νευρικότητα να σας κάνει να λέτε λόγια που δεν πρέπει.

Υδροχόος: Η οικογένεια και τα παιδιά φαίνεται να αποσπούν την προσοχή σας ενώ δεν θα λείψουν σε κάποιους από εσάς οι ευκαιρίες για να αξιοποιήσετε ή και να επεκτείνετε την ακίνητή σας περιουσία. Μείνετε εστιασμένοι στους στόχους σας για να μην βρεθείτε εκτός προγράμματος. Οι υπόλοιποι θα πρέπει να προσέξετε γιατί δεν αποκλείονται οι εντάσεις και τα προβλήματα με τον ερωτικό σας σύντροφο.

Ιχθύες: Ζητήστε την γνώμη των κατάλληλων ανθρώπων προκειμένου να πάρετε τις σωστές - συμβουλές - αποφάσεις. Αντιπαραθέσεις και μπερδέματα με άτομα της οικογένειας δεν είναι απίθανο να επικράτησαν αυτήν την περίοδο. Αποφύγετε να υπογράψετε αυτό το διάστημα διακανονισμούς ή συμφωνίες και μην πάρετε μεγάλα ρίσκα. Γραφειοκρατικά ζητήματα θα σας απασχολήσουν έντονα.

ΟΙ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΑΣ

Μοσχάρι με κολοκυθάκια και πατάτες



Υλικά:
1/2 κιλό μοσχάρι (για κατσαρόλα)
5-6 κολοκυθάκια
4 μέτριες πατάτες
χυμός 1 λεμονιού
λίγο αλεύρι
αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:
Κόβουμε το μοσχάρι σε κύβους, πλένουμε τα κολοκυθάκια και κόβουμε τις άκρες και καθαρίζουμε και κόβουμε σε σχετικά μεγάλα κομμάτια τις πατάτες. Ανακατεύουμε το αλεύρι με αλάτι και πιπέρι και αλευρώνουμε ελαφρά τους κύβους του κρέατος. Το αφήνουμε να περιμένει. Σε κατσαρόλα με χοντρό πάτο, τσιγαρίζουμε λίγο τις πατάτες και τα κολοκύθια, τα βγάζουμε από την κατσαρόλα και τα αφήνουμε στην άκρη. Βάζουμε το κρέας και το τσιγαρίζουμε καλά καλά, από όλες τις πλευρές. Μόλις έχει πάρει χρώμα παντού, προσθέτουμε βραστό νερό (προσοχή γιατί μπορεί να πετάξει λάδι καθώς το προσθέτουμε), περίπου 1 λίτρο, να σκεπάσει το κρέας μας (ανάλογα και το μέγεθος βέβαια της κατσαρόλας), εκτός και αν χρησιμοποιούμε χύτρα ταχύτητος, οπότε θα βάλουμε λιγότερο νερό. Προσθέτουμε το χυμό του λεμονιού (εδώ μπορούμε να προσθέσουμε και μια κουταλιά σάλτσα Wostersteshire), σκεπάζουμε την κατσαρόλα και αφήνουμε το κρέας να σιγοβράσει για 45'. Προσθέτουμε και τα κολοκυθάκια και τις πατάτες, αν θέλουμε προσθέτουμε και λίγο αλατοπίπερο και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν όλα μαζί μέχρι να γίνει το κρέας πολύ μαλακό (άλλα 45' περίπου).

Σαλάτα πράσινη με ροκφόρ και καρύδια



Υλικά:
600 γραμ πράσινες σαλάτες (iceberg, σπανάκι, αντίδια, μαρούλι, κόκκινη λόλα, άνηθο)
1 αχλάδι καθαρισμένο και κομμένο σε κυβάκια
60 γραμ καρυδόψιχα χοντροκομμένη
150 γραμ ροκφόρ κομμένο σε μικρούς κύβους για τη σάλτσα
1 φλιτζ του καφέ ελαιόλαδο, 1 κουτ σούπας μπαλσάμικο, 1 κουτ γλυκού ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:
Σε ένα μικρό μπρικάκι ζεσταίνουμε το μπαλσάμικο μαζί με τη ζάχαρη μέχρι να διαλυθεί. Το αποσύρουμε από τη φωτιά. Σε ένα σέικερ χτυπάμε το ελαιόλαδο μαζί με το μείγμα μπαλσάμικο, αλάτι και πιπέρι. Το αφήνουμε να περιμένει. Σε μια σαλατιέρα βάζουμε τα καθαρά πράσινα φύλλα των λαχανικών ανακατωμένα. Σκορπάμε από πάνω τα κομματάκια του αχλαδιού, του ροκφόρ και πασπαλίζω με τη καρυδόψιχα. Φυλάμε τη σαλάτα στο ψυγείο μέχρι το σερβίρισμα σκεπασμένη. Πριν τη σερβίρω την περιχύνω με τη σάλτσα και ανακατεύω καλά.

SUDOKU

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

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

ERG_14-14_inn_4 9/29/14 12:34 PM Page 1

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω

Ἐργατική φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 729 - 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1963



Ὑπὸ τὴν προεδρίαν τοῦ Ὑπουργοῦ Ἐργασίας κ. Τ. Παπαδοπούλου συνῆλθε τὴν παρελθοῦσαν Παρασκευὴν τὸ Συμβουλευτικὸν Συμβούλιον Ἐργασίας, τὸ ὁποῖον ἐξήτασε τοὺς ὅρους ἐργασίας τῶν ὑπαλλήλων ξενοδοχείων. Ἀνωτέρω φωτογραφία ἀπὸ τὰς ἐργασίας τοῦ Συμβουλίου. Εἰς τὸ βάθος διακρίνεται ὁ Ὑπουργὸς κ. Τ. Παπαδόπουλος καὶ δεύτερος ἐκ δεξιῶν (κάτω) ὁ Γ. Γ. τῆς ΣΕΚ κ. Ν. Ζιβάνας καὶ παρ' αὐτὸν ὁ κ. Α. Μ. Βασιλείου.

ΕΙΣ ΟΛΑ ΤΑ ΕΛΕΥΘΕΡΑ ΕΡΓΑΤΙΚΑ ΣΥΝΔΙΚΑΤΑ ΤΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ

ΜΑΖΙΚΑΙ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΕΙΣ ΤΟΥ Ε.Ε.Κ. ΤΗΣ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΜΟΝΟΝ ΜΕ ΙΣΧΥΡΑ ΣΥΝΔΙΚΑΤΑ ΘΑ ΠΕΡΙΦΡΟΥΡΗΣΩΜΕΝ ΤΑ ΚΕΚΤΗΜΕΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΤΟΥ-ΠΑΛΛΗΛΙΚΗΣ ΤΑΞΕΩΣ.

ΟΜΙΛΙΑΙ τῶν συν. Ν. ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ καὶ Γ. ΓΙΩΡΚΑ

Συνεχίσθησαν καὶ τὴν παρελθοῦσαν ἑβδομάδα οἱ ἐξορμήσεις τῶν ἀξιωματούχων καὶ στελεχῶν τοῦ Ἐλευθέρου Ἐργατικοῦ Κέντρου Ἀμμοχώστου εἰς τὰ διάφορα Ἐργατικὰ Συνδικάτα τῆς ὑπαίθρου.

Τὴν Πέμπτην, 3)10)63, οἱ συν. Νῖκος Χαραλάμπους, Γ. Γιώρκας καὶ Μ. Δημητρίου ἐπεσκέφθησαν τὰ Ἐλεύθερα Ἐργατικὰ Συνδικάτα Ἀχερίτου, ὅπου ὡμίλησαν εἰς μαζικὴν συγκέντρωσιν ἐργατῶν καὶ ἐργατριῶν.

Ὁ συν. Νῖκος Χαραλάμπους ὡμίλησεν ἐπὶ τῶν καθηκόντων τῶν μελῶν καὶ ἐκάλεσε τοὺς ἐργάτας ὅπως ἐργασθοῦν διὰ τὸ δυνάμωμα τῶν Ἐλευθέρων Ἐργατικῶν Συνδικάτων. «Μὲ ἰσχυρὰ ἐργατικὰ Συνδικάτα, ἐτόνισεν ὁ συν. Ν. Χαραλάμπους, δυνάμεθα νὰ περιφρουρήσωμεν τὰ κεκτημένα δικαιώματα τῆς ἐργατοϋπαλληλικῆς τάξεως».

Ὁ συν. Γ. Γιώρκας ὡμίλησε διὰ τοὺς σκοποὺς καὶ ἐπιδιώξεις τῶν Ἐλευθέρων Ἐργατικῶν Συνδικάτων καὶ ἰδιαιτέρως διὰ τὴν προσπάθειαν αὐτῶν ὅπως ἐφαρμοσθῇ καὶ εἰς τὸν τόπον μας ἕνα Δημοκρατικὸν Σοσιαλιστικὸν Σύστημα διὰ νὰ καταργηθῇ ἡ ἐκμετάλλευσις ἀνθρώπου ἀπὸ ἄνθρωπον. «Μὲ τὴν ἐφαρμογὴν τοῦ Δημοκρατικοῦ Σοσιαλισμοῦ εἰς τὸν τόπον μας, ὑπεγράμμισεν ὁ συν. Γ. Γιώρκας, θὰ ἐπιλυθοῦν ριζικὰ ὄχι μόνον τὰ προβλήματα τῶν ἐργατῶν, ἀλλὰ καὶ τῶν ἀγροτῶν».

Τὴν Παρασκευὴν 4)10)63 ἔγιναν ἐπισκέψεις εἰς τὰ κάτωθι Ἐλεύθερα Ἐργατικὰ Συνδικάτα:

Εἰς τὸ Λάπαθος ὅπου ὡμίλησεν ὁ συν. Χρῖστος Στρούθιας, Γραμματεὺς τῶν Βιομηχανικῶν καὶ Γενικῶν Ἐργατῶν. Εἰς τὴν Γύψου ὅπου ὡμίλησαν οἱ συν. Θ. Μενοίκου καὶ Μ. Δημητρίου.

Εἰς τὸ Λευκόνοικον ἡ συγκέντρωσις ἦτο μαζική, παρευρέθησαν δὲ καὶ ἄλλοι κάτοικοι τῆς κοινότητος Λευκονοίκου. Εἰς τὴν συγκέντρωσιν ὡμίλησεν ὁ συν. Γ. Γιώρκας, Ἐπαρχιακὸς Ὀργανωτικὸς τοῦ Κέντρου Ἀμμοχώστου, ἀναπτύξας τοὺς σκοποὺς τῶν Ἐλευθέρων Ἐργατικῶν Συνδικάτων ὡς καὶ τοὺς ἀγῶνας

ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ «ΕΛΕΥΘΕΡΟΙ» ΠΑΙΔΙΚΟ ΤΜΗΜΑ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΗ ΣΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Από 1 - 30 Σεπτεμβρίου 2014, στις 5 - 6 μ.μ.

Τα μαθήματα αρχίζουν το πρώτο δεκαήμερο του Οκτώβρη και θα γίνονται κάθε Τρίτη και Πέμπτη.

Γίνονται δεχτά παιδιά από 4 - 16 χρόνων.

ΔΙΔΑΚΤΡΑ

Για ένα παιδί: €12 το μήνα

Για δύο παιδιά: €20 το μήνα

Για τρία παιδιά: €25 το μήνα

Πληροφορίες και εγγραφές: Δήμητρα Φωκά, τηλ.: 99463977

ΖΗΤΕΙΤΑΙ ΣΤΗ ΛΑΡΝΑΚΑ

Ζητείται οικιακή βοηθός με πολύ καλή γνώση τη Ελληνικής Γλώσσας για μερική απασχόληση στη Λάρνακα

Τηλ. 99 337782

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑ

Πωλείται διαμέρισμα τεσσάρων ετών σε άριστη κατάσταση στη Λακατάμια σε μοντέρνα και λειτουργική πολυκατοικία σε ήσυχη γειτονιά, πίσω από το φούρνο «Ζορπά». Δύο υπνοδωμάτια, κουζίνα, κλιματιστικά στα δωμάτια, μεγάλη βεράντα, δύο μπάνια

Τιμή συζητήσιμη

99 444000

ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΔΕΤΕ ΤΗΝ «ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»

ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 25/2014, 24/9/2014

150.000 10865	100 42857
ΤΖΑΚΠΟΤ	100 14049
1.000..... 30528	100 56565
400..... 33865	100 16651
400 38218	100 59546
400 52016	100 50030
200 22942	100 53444
200 26727	100 59251
200 33817	Άλλα ποσά
200 36553	Από €40 οι λήγοντες σε
200 39243	**8046, 9259**
200 54752	Από €20 οι λήγοντες σε
200 52792	**014**
200 31925	Από €10 οι λήγοντες σε
200 17928	**547, 238**
200 20285	Από €4 οι λήγοντες σε
100 35509	**25, 22**
100 39498	
100 34866	
100 24927	

ΛΥΣΗ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟΥ

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

ΓΝΩΜΙΚΟ

Η αληθινή ευτυχία του ανθρώπου βρίσκεται στην αγάπη των συνανθρώπων του.

Τολστόι

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ: Στασάνδρου 26, 22764691

ΛΑΡΝΑΚΑ: Τα μέλη εξυπηρετούνται από όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας.

ΛΕΜΕΣΟΣ: Κυρ. Οικονόμου 21, 25861000
Λεωφ. Ομονοίας 68Α 25562444

ΠΑΦΟΣ: Ελευθ. Βενιζέλου 24, 26933820

ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ: Αγ. Γεωργίου 16 23820422

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

Λευκωσία	90901402
Αμμόχωστος	90901403
Λάρνακα	90901404
Λεμεσός	90901405
Πάφος	90901406

Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

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

ΚΕΝΤΡΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΗ (ΚΕΠ):
Λευκωσία: 22446686 Λεμεσός: 25829129
Πόλη Χρυσοχούς: 26821888

Χρίστος & Χριστιάνα

Σας προσκαλούμε στο γάμο μας το Σάββατο 4 Οκτωβρίου 2014 και ώρα 5.30μ.μ. στον Ιερό Ναό Της Του Θεού Σοφίας στο Στρόβολο

Οικογένειες:

Μιχάλης και Ευγενία Ρώσση από Στρόβολο

Αντώνης και Γιαννούλα Νικολάου από Στρόβολο και Ριζοκάρπασο

Συγχαρητήρια και δεξίωση στο Pavilion Hall η ώρα 7.00 μ.μ.

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ

Ενοικιάζεται διαμέρισμα τεσσάρων ετών σε άριστη κατάσταση δύο υπνοδωματίων πίσω από το φούρνο «ΖΟΡΠΑ» στη Λακατάμια. Δύο μπάνια, μεγάλη βεράντα, ηλεκτρικό σύστημα ψύξης - θέρμανσης.

Τιμή: €400 μηνιαίως

Τηλ. 99444000

ERG_15_inn_4 9/29/14 12:28 PM Page 1

ΕΛΛΑΔΑ: ΑΝΘΟΥΝ ΤΑ ΦΥΤΩΡΙΑ ΝΤΟΠΙΩΝ ΤΑΛΕΝΤΩΝ

• 300 Έλληνες ποδοσφαιριστές παίζουν σε ξένα γήπεδα στην άκρη του κόσμου

• Από τον 16χρονο Τάσο Δώνη στον κατά 20 χρόνια μεγαλύτερό του Γιώργο Καραγκούνη

Αφθονεί το ταλέντο στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια. Η χώρα έχει μετατραπεί σε απέραντο εκκολαπτήριο ποδοσφαιριστων ακριβής κοπής οι πλείστοι των οποίων μεταναστεύουν για άλλες πολιτείες λόγω της βαθύτατης οικονομικής ύφεσης που την μαστίζει εδώ και μία πενταετία.

300 και πλέον Έλληνες παίκτες αγωνίζονται σε ξένα πρωταθήματα, κυρίως στην Ευρώπη. 100 και πλέον από αυτούς πρωταγωνιστούν σε ομάδες Α ή Β Εθνικής.

Χαρακτηριστικά παραδείγματα

Από το Σίδνεϊ και το Σικάγο ως το Πουέρτο Ρίκο και το Αζερμπαϊτζάν, περίπου 140 έλληνες επαγγελματίες ποδοσφαιριστές βγάζουν το ψωμί τους στο εξωτερικό.

Από τον 16χρονο Τάσο Δώνη που «άρπαξε» η Γιουβέντους μέσα από τις Ακαδημίες του Παναθηναϊκού ως τον αειθαλή Γιώργο Καραγκούνη



Μετανάστες

Οι Έλληνες παίκτες αναζητούν ένα περιβάλλον πιο υγιές και λιγότερο αγχωτικό: πρωταθλήματα τα οποία διεξάγονται μπροστά σε γεμάτες εξέδρες από ομάδες και συλλόγους που διέπονται από ιδανική οργάνωση παρέχοντας όλες τις βασικές και αναγκαίες προϋποθέσεις για σωστή εργασία σε συνθήκες στήριξης και κατανόησης.

Ωστόσο ο σημαντικότερος παράγοντας για την απόφαση του ξενιτεμού, βάσει και της κατάστασης που επικρατεί πλέον στη συντριπτική πλειοψηφία των ομάδων της Α' και της Β' Εθνικής, είναι ο οικονομικός. Ιδού μερικά ονόματα .

Νίκος Καρέλης (Ρωσία – Αμκάρ Περμ)

Πάρις Πανταζόπουλος (Πουέρτο Ρίκο – Αϊλάντερς)

Ηλίας Κυριακίδης (Βουλγαρία – ΤΣΣΚΑ Σόφιας)

Παναγιώτης Αχείμαστος (Τσεχία – Ζενίτ Τσάσλαβ)

Οι κατηγορίες των ξενιτεμένων

Οι πρώτες φίρμες, οι νέοι και οι «κυνηγοί» ευρώ.

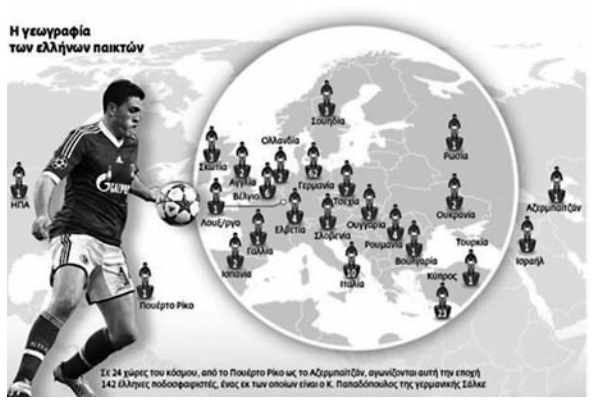
Οι πρωτοκλασάτοι: Βασίλης Τοροσίδης των Παπασταθόπουλος, Κ. Παπαδόπουλος, Σαμαράς , Γκέκας. Σωτήρης Κυργιάκος,

Οι ταλαντούχοι κάτω των 20:

Κώστας Φορτούνης Αλμπερτ Ρούσσος , Τάσος Δώνης Ταξιάρχης Φούντας Οι κυνηγοί του καλού συμβολαίου:

Δημήτρης Σιαλμάς, Παναγιώτης Λαγός οι Παντελής Καπετάνος και Ηλίας Κυριακίδης Γιάννης Σκοπελίτης

Οι ομογενείς: Σωτήρης Παπαγιαννόπουλος



ΚΥΠΡΙΑΚΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

ΩΡΑ ΕΞΥΓΙΑΝΣΗΣ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΣΤΑ ΔΙΚΑ ΤΟΥ ΠΟΔΙΑ

• Η πολιτεία να αναλάβει επιτέλους τις πελώριες ευθύνες της έναντι του δημοφιλέστερου αθλήματος

• Υπέρτατο χρέος όλων να στηρίξουν το ποδόσφαιρο ώστε να σταθεί στα δικά του κυπριακά πόδια

Του **Ξενή Χ. Ξενοφώντος**
Δημοσιογράφου – προπονητή ποδοσφαίρου.

Τις τελευταίες ημέρες με αφορμή το επίμαχο θέμα της κάρτας φιλάθλου το κλίμα στον ποδοσφαιρικό χώρο είναι ιδιαίτερα ηλεκτρισμένο. Το άθλημα έφθασε σε έσχατα όρια ανυποληψίας και ο κόσμος με την απουσία του από τα γήπεδα, του δείχνει επιδεικτικά την πλάτη. Το μόνο ενδιαφέρον εστιάζεται σε τυχόν διακρίσεις ομάδων μας στα ευρωπαικά πρωταθλήματα, στον στοιχηματικό οίστρο και στον εκτρεφόμενο φανατισμό αντιπάλων στρατοπέδων.

Διαπρεπείς δημοσιογράφοι και επιφανείς αναλυτές εδώ και καιρό χτυπούν δυνατά το καμπανάκι του κινδύνου για την καταστροφική πορεία του Κυπριακού ποδοσφαίρου χωρίς ωστόσο να ιδρώνουν τ' αυτιά των αρμοδίων προς τέρψιν βέβαια των αετονύχηδων που λυμαίνονται το χώρο του δημοφιλέστερου αθλήματος.

Ώρα για ριζικές τομές

Πιστεύουμε βαθύτατα, ότι τώρα είναι ή ώρα για αποφασιστική παρέμβαση της κυβέρνησης, της πολιτείας και όλων των εμπλεκομένων φορέων για εξυγίανση και ανόρθωση του ποδοσφαιρικού οικοδομήματος.

Είναι κρίμα να βλέπουμε ιστορικές ομάδες, να καταρρέουν οικονομικά και όχι μόνον, υπό το βάρος των ανομιών των παραγόντων τους.

Είναι ντροπή για τον αθλητισμό μας να παρακολουθούμε αμήχανα το λαικότερο άθλημα να συνθλίβεται σε βρώμικα κυκλώματα και να καθίσταται υποχείριο επιτηδείων των οποίων μόνη έγνοια είναι το προσωπικό όφελος, σε βάρος του Κύπριου ποδοσφαιριστή και της δυσπραγούσας οικονομίας.

Για τους υγιείς φιλάθλους και ασφαλώς για την συντριπτική πλειοψηφία των πολιτών, τα σημερινά τραυματικά βιώματα του Κυπριακού ποδοσφαίρου πρέπει να εξετασθούν σοβαρά σε όλες τους τις πτυχές προκειμένου να εξευρεθεί το φάρμακο θεραπείας.

Η κοινωνική πτυχή

Εκατοντάδες οικογένειες που με πολλές θυσίες στέλλουν τα παιδιά τους στις ακαδημίες, σωματειακές ή ιδιωτικές, νοιώθουν μεγάλη απογοήτευση βλέποντας τις πόρτες της ανέλιξης ερμητικά κλειστές λόγω της πλημμύριδας των ξένων που κατακλύζουν τις Κυπριακές ομάδες. Οι κόποι και οι θυσίες των νεαρών ταλέντων πάνε του βρόντου καθώς στα 18 τους χρόνια αντί να ανοίξουν τα φτερά τους δοκιμάζονται σκληρότατα από την παρουσία τους στο στράτευμα. Πλήν, φυσικά, των λιποτακτών οι οποίοι αφθονούν και με διάφορα προσχήματα αρνούνται να υπηρετήσουν τη θηεία τους σε βάρος των ευσυνείδητων συμποδοσφαιριστών τους που υπηρετούν κανονικά και με ευσυνηδησία.

√Ήρθε η ώρα η Κυπριακή ποδοσφαιρική βιομηχανία να συνεισφέρει ουσιαστικά στην καταβαλλόμενη προσπάθεια για κοινωνικοοικονομική ανόρθωση του τόπου

Η εθνική πτυχή

Η δυσμενής μεταχείριση και γενικά η απαξίωση που τυγχάνουν οι Κύπριοι νεαροί ποδοσφαιριστές από τους παράγοντες και τους προπονητές, σε συνάρτηση με την κραυγαλέα έλλειψη υποδομών και μακρόπνοου προγραμματισμού δεν βοηθούν καθόλου στην ανάδειξη ντόπιων ταλέντων. Δεν είναι τυχαία που η Εθνική ομάδα, τόσο στους άνδρες όσο και στους νέους αποτελεί το φτωχό συγγενή στο Ευρωπαϊκό και διεθνές ποδοσφαιρικό στερέωμα. Κι όσοι μεθυσμένοι από το νέκταρ της νίκης τους εκτός έδρας με τη Βοσνία – Ερζεγοβίνη θαρρούν πως όλως αιφνιδίως φτιάξαμε υπερομάδα , πλανώνται πλάνην οικτράν. Με αυτό δεν θέλουμε σε καμμία περίπτωση να μειώσουμε την ιστορικότερη νίκη της Εθνικής μας αλλά να διαμηνύσουμε προς κάθε κατεύθυνση ότι οι ομάδες κτίζονται με σχέδια επιστημονικά και με σκληρη δουλειά σε βάθος χρόνου. Η συντριβή των Εθνικών ομάδων νέων και εφήβων στις ευρωπαικές διοργανώσεις ας δώσουν στους αρμοδίους τα αναγκαία μαθήματα .

Η οικονομική πτυχή

Αποτελεί μόνιμη χαίνουσα πληγή η «διαφυγή» πελώριων ποσών στο εξωτερικό μέσω της μισθοδοσίας και των ύποπτων συμβολαίων των ξένων ποδοσφαιριστών ο αριθμός των οποίων αγγίζει το αστρονομικό 80 % στις ομάδες της Α' κατηγορίας.

Η συντριπτική πλειοψηφία των ομάδων χρωστούν σεβαστά ποσά στο Φόρο Εισοδήματος, στον ΦΠΑ και στα κοινωνικά ταμεία, ενώ την ίδια στιγμή το κράτος τις επιχορηγεί .

Σοβαρές αποφάσεις

Έχοντας αυτές τις οδυνηρές πραγματικότητες κατά νου, φρονούμεν ότι ήρθε η ώρα να ληφθούν σοβαρές αποφάσεις για το παρόν και το μέλλον του Κυπριακού ποδοσφαίρου προκειμένου να διαδραματίσει τον καθοριστικό του ρόλο στα αθλητικά, κοινωνικά και εθνικά δρώμενα προς όφελος του κοινωνικού συνόλου και τις αιμάσουσας πατρίδας.

Προς την κατεύθυνση αυτή, τον πρώτο ρόλο έχει η κυβέρνηση η οποία έχει ύψιστο χρέος να προχωρήσει με ριζοσπαστικά μέτρα στην εξυγίανση του ποδοσφαίρου το οποίο είναι βουτηγμένο στις υπόγειες διαδρομές του μαύρου χρήματος.

Πρώτο βήμα προς την κατεύθυνση αυτή πρέπει να είναι η γενναία επιχορήγηση των ομάδων που αποδεδειγμένα θα επενδύσουν στις υποδομές τους, θα λειτουργήσουν τις ακαδημίες τους σε επιστημονικά δεδομένα και θα προωθήσουν τα ντόπια ταλέντα ώστε σε λίγο χρόνο η συντριπτική πλειοψηφία των αγωνιζομένων ποδοσφαιριστών να είναι Κύπριοι.

Τον τελευταίο καιρό μεσούσης της οικονομικής κρίσης εμφανίσθηκαν στο προσκήνιο αρκετά ταλέντα ντόπιας κοπής τα οποία απέδειξαν ότι διψούν για διάκριση και μπορούν να προσδώσουν νέα πνοή στο Κυπριακό ποδόσφαιρο. Στα χέρια των νούσημων παραγόντων και των τίμιων προπονητών εναπόκειται η περαιτέρω ανέλιξη τους και κυριαρχία τους στο ποδοσφαιρικό στερέωμα. Η τελευταία απόφαση της ΚΟΠ για υποχρεωτικη συμμετοχή δύο νεαρών στην αρχική εντεκάδα είναι μέτρο προς την σωστή κατεύθυνση αλλά από μόνο του δεν μπορεί να λύσει προβλήματα που ταλανίζουν το ποδόσφαιρο μας.

Από την πλευρά τους οι Κύπριοι προπονητές που σιγά – σιγά κερδίζουν με το σπαθί τους αυτό που τους αξίζει, έχουν υπέρτατο χρέος να εμπιστευθούν το ντόπιο υλικό έστω κι αν χρειαστεί να συγκρουστούν με παθογένειες του συστήματος που ελέγχει το δημοφιλέστερο άθλημα. Η χειμαζόμενη και ημικατεχόμενη Κύπρος έχει απόλυτη ανάγκη τα παιδιά της και η δοκιμαζόμενη κυπριακή οικονομία χρειάζεται απόλυτα την στήριξη της ποδοσφαιρικής βιομηχανίας.

ERG_16-16_inn_8 & 9 9/29/14 12:31 PM Page 1

Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Βγάλτε το αλάτι από τη διατροφή σας

με τον κλινικό διαιτολόγο – διατροφολόγο **Δημήτρη Μπερτζελέτο.**

1 Με ποιο τρόπο υποκαθιστά κάποιος το αλάτι. Τα μυρωδικά στο φαγητό είναι η νοστιμότερη και ευκολότερη λύση για να φτιάχνει κανείς ξεχωριστά φαγητά και ο καλύτερος τρόπος για να αποφύγει το αλάτι και τα λιπαρά.

Μάλιστα, λόγω του χαμηλότατου θερμιδικού τους φορτίου (η θερμιδική τους αξία δεν ξεπερνάει τις 20 θερμίδες ανά φλιτζάνι) συστήνονται και για όσους ακολουθούν δίαιτες αδυνατίσματος, καθώς δίνουν πιο ευχάριστο τόνο στη διατροφή τους.

2 Ποια μυρωδικά εννοείται και ποιο το όφελος. Μυρωδικά όπως ο άνηθος, ο μαϊντανός, η μαντζουράνα, ο δυόσμος, κ.ά. αποτελούν σημαντικές πηγές βιταμινών και ανόργανων στοιχείων. Προσφέρουν κάλιο, μαγνήσιο, φυλλικό οξύ, βιταμίνη C, αντιοξειδωτικά καροτένια και φλαβονοειδή, που όλα έχουν σημαντικές ιδιότητες για την υγεία.

3 Για ποια ποσότητα μιλάμε. Η ποσότητα των βοτάνων που θα χρησιμοποιήσει κανείς στο φαγητό του εξαρτάται καθαρά από τις γευστικές προτιμήσεις του. Ωστόσο, όλοι πρέπει να γνωρίζουν πως όταν μια συνταγή αναφέρει την ποσότητα αποξηραμένου μυρωδικού, τότε, για να χρησιμοποιηθεί στη θέση του φρέσκο η ποσότητα πρέπει να τριπλασιαστεί.

Καλύτερα τα φρέσκα μυρωδικά να τα αγοράζετε όταν θέλετε να τα χρησιμοποιήσετε. Όσο παραμένουν στη συντήρηση, χάνουν ένα μεγάλο μέρος από το άρωμά τους και φυσικά από τη γεύση τους.

Σε περίπτωση που έχετε φυτέψει διάφορα μυρωδικά στον κήπο σας ή στο μπαλκόνι σας, η καλύτερη ώρα για να τα συλλέξετε είναι νωρίς το πρωί, πριν ζεστάνει αρκετά ο καιρός, γιατί κρατούν περισσότερο τη φρεσκάδα τους.

4 Τι προτείνετε για τη συντήρηση τους. Η καλύτερη συντήρηση των μυρωδικών είναι να τα βάλετε (χωρίς να τα πλύνετε) σε νάιλον σακούλες στις οποίες θα ανοίξετε τρύπες με ένα ψαλιδάκι, ώστε να γίνεται καλύτερα η κυκλοφορία του αέρα μέσα από αυτές. Τοποθετήστε τις σακούλες στο συρτάρι των λαχανικών στο ψυγείο όχι περισσότερο από 6 μέρες.



Για να μη χάσουν το άρωμα και τη γεύση τους, επιλέξτε να τα βάζετε στο φαγητό 1-2 λεπτά πριν κατεβάσετε το φαγητό από τη φωτιά.

Ξεκίνησαν από τη Λεμεσό οι εκδηλώσεις για τα 70α γενέθλια της ΣΕΚ

Με επετειακή συνεδρία του Γενικού Συμβουλίου, προς τιμήν των πρωτεργατών της δημιουργίας του Ελεύθερου Συνδικαλιστικού Κινήματος, ξεκίνησαν την περασμένη Τετάρτη στο οίκημα της ΣΕΚ Λεμεσού οι εκδηλώσεις για τα 70χρονα της ΣΕΚ.

Ο γενικός γραμματέας **Νίκος Μωυσέως** εξήρε την τεράστια και μακρόχρονη συμβολή της ΣΕΚ στους εργατικούς κοινωνικούς αγώνες της Κύπρου ενώ ο επαρχιακός γραμματέας Λεμεσού **Σάββας Γεωργίου** έκανε ξεχωριστή αναφορά στους εκ Λεμεσού ορμώμενους οραματιστές και ιδρυτές του Ελεύθερου Συνδικαλισμού, Χριστόδουλο Μιχαηλίδη και Κώστα Δημητρίου. Στο πλαίσιο της συνεδρίας τιμήθηκαν στελέχη του Γενικού Συμβουλίου της τελευταίας 10ετίας, προβλήθηκε οπτικό υλικό με τους κυριότερους σταθμούς της ιστορικής διαδρομής της ΣΕΚ ενώ εγκρίθηκε Διακήρυξη για τους σημερινούς στόχους της ΣΕΚ. Προς τιμήν των εβδομηκοστών γενεθλίων της ΣΕΚ, θα γίνουν οι πιο κάτω εκδηλώσεις.

• Στις 29 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1944 με πρωτοπόρους τον Κώστα Δημητρίου, πρώτο Γενικό Γραμματέα της ΣΕΚ και το δικηγόρο Χριστόδουλο Μιχαηλίδη, στη Λεμεσό, πραγματοποιήθηκε η πρώτη Παγκύπρια Συνδιάσκεψη που δημιούργησε τη Συνομοσπονδία Εργατών Κύπρου ΣΕΚ



• Εκστρατεία ενημέρωσης από το Τμήμα Νεολαίας για θέματα απασχόλησης των νέων στα πανεπιστήμια και στους χώρους εργασίας.

• Εκστρατεία του Τμήματος Γυναικών σε χώρους εργασίας για το θέμα της σεξουαλικής παρενόχλησης και της Ισότητας.

• Αιμοδοσία σε όλα τα Ελεύθερα Εργατικά Κέντρα.

• Κοινωνική παρέμβαση μέσω εισφοράς από τα Ελεύθερα Εργατικά Κέντρα στα κοινωνικά παντοπωλεία όλων των επαρχιών.

Πριν από την επετειακή συνεδρία του Γενικού Συμβουλίου στη Λεμεσό στις 24 Σεπτεμβρίου 2014 ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωϋσέως** και επαρχιακός γραμματέας ΣΕΚ Λεμεσού **Σάββας Γεωργίου (φωτό)** παράθεσαν συνέντευξη τύπου όπου υπογράμμισαν την 70χρονη πορεία της ΣΕΚ και ανακοίνωσαν τις εκδηλώσεις που θα πραγματοποιηθούν.

(Ρεπορτάζ στις σελίδες 8, 9)

ΜΕΓΑΛΕΙΩΔΗΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΙΣ 29 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Το πρόγραμμα θα ολοκληρωθεί στις 29 Οκτωβρίου με μεγαλειώδη εκδήλωση σε ξενοδοχείο της Λευκωσίας στην παρουσία του προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Αναστασιάδη και αξιωματούχων της Κυπριακής Πολιτείας. Χαιρετισμό θα απευθύνει ο πρόεδρος Αναστασιάδης ενώ την 70χρονη πορεία της ΣΕΚ στον εργατικό, κοινωνικό κι εθνικό στίβο θα αποτυπώσει σε ομιλία του ο γενικός γραμματέας **Νίκος Μωϋσέως.**

Το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ διαβεβαιώνει τον Κυπριακό λαό πως, αξιοποιώντας τη συσσωρευμένη εμπειρία των 70 χρόνων ζωής και δράσης, θα συνεχίσει να αγωνίζεται διεκδικητικά και υπεύθυνα για προστασία των εργαζομένων, ευημερία του λαού και προώθηση δίκαιης, βιώσιμης και ειρηνικής διευθέτησης του Κυπριακού προβλήματος.

Παρασκευή 17 Οκτωβρίου 2014

17ον Επαρχιακό Συνέδριο ΣΕΚ Πάφου

Την **Παρασκευή 17 Οκτωβρίου στις 9.30πμ** θα διεξαχθεί στο οίκημα της ΣΕΚ Πάφου το 17ον Παγκύπριο Συνέδριο του Εργατικού Κέντρου.

Στην εναρκτήρια τελετή χαιρετισμό θα απευθύνει ο γγ της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** ενώ εισηγητική ομιλία θα εκφωνήσει ο επαρχιακός γραμματέας της ΣΕΚ Πάφου **Νεόφυτος Ξενοφώντος.**

Στο πλαίσιο του συνεδρίου η ΣΕΚ Πάφου θα τιμήσει στελέχη της για την πολύχρονη προσφορά τους στο Κίνημα της ΣΕΚ.

Τα οικονομικά και οργανωτικά θέματα του Ελεύθερου Εργατικού Κέντρου θα αναπτύξουν ο επαρχιακός οργανωτικός και επαρχιακός ταμίας Μάριος Φιλιππίδης και Γεώργιος Χαριλάου αντίστοιχα.

Το συνέδριο θα εκλέξει τη νέα ηγεσία του εργατικού κέντρου και θα τεθούν οι στόχοι για την επόμενη τετραετία.

Εκδρομή συνταξιούχων στην Πελοπόννησο

Η ΠΕΣΥΣ -ΣΕΚ πληροφορεί τους συναξιούχους ότι υπάρχουν διαθέσιμες θέσεις στην εκδρομή της Πελοποννήσσου μόνο για την περίοδο **10-16 Οκτωβρίου** και καλεί τους ενδιαφερόμενους να δηλώσουν συμμετοχή στα κατά τόπους γραφεία της ΣΕΚ, το συντομότερο δυνατόν.

7ΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ – 6 ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΣΕΙΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ: 10-16/10/2014
ΠΤΗΣΕΙΣ: ΛΑΡΝΑΚΑ – ΑΘΗΝΑ CY 312 08.00 – 09.45
ΑΘΗΝΑ – ΛΑΡΝΑΚΑ CY 337 20.35 – 22.10

1η ημέρα: ΛΑΡΝΑΚΑ – ΝΑΥΠΛΙΟ – ΠΑΤΡΑ.
2η ημέρα: ΠΑΤΡΑ – ΜΕΓΑ ΣΠΗΛΑΙΟ – ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ – ΑΓΙΑ ΛΑΥΡΑ – ΠΑΤΡΑ.
3η ημέρα: ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ – ΓΑΛΑΞΙΔΙ – ΙΤΕΑ -ΠΑΤΡΑ.
4η ημέρα: ΠΑΤΡΑ – ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ.
5η ημέρα: ΠΑΤΡΑ – ΖΑΚΥΝΘΟΣ – ΠΑΤΡΑ
6η ημέρα: ΠΑΤΡΑ

Ελεύθερος χρόνος στην πόλη της Πάτρας για περιδιάβαση, προσκύνημα στην εκκλησία του Απ. Ανδρέα.

7η ημέρα: ΠΑΝΑΓΙΑ ΜΑΛΕΒΗ – ΑΘΗΝΑ – ΛΑΡΝΑΚΑ.

ΤΙΜΗ ΚΑΤ' ΑΤΟΜΟ: Δίκλινο €625
Τρίκλινο €615 Μονόκλινο €730

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:
- Αεροπορικό εισιτήριο Λάρνακα – Αθήνα – Λάρνακα
- Φόροι αεροδρομίων.
- 6 διανυκτερεύσεις σε ξενοδοχείο 4* στην Πάτρα.
- Πλήρης διατροφή.
- Μεταφορές και περιηγήσεις, βάση του προγράμματος με πολυτελή κλιματιζόμενα λεωφορεία.
- Είσοδοι στους αρχαιολογικούς χώρους στην Ολυμπία.
- Ομαδική ασφάλεια ταξιδίου (μέχρι την ηλικία των 75 χρόνων).
- Επαγγελματίας συνοδός σ' όλες τις διαδρομές.
- Τοπικός ξεναγός στην αρχαία Ολυμπία.
- Υπηρεσίες των αντιπροσώπων μας.
- Φ.Π.Α