ERG_1-1_inn_1 3/1/16 11:42 AM Page 1

ΣΕΚ 1944

Εργατική Φωνή

ITUC CSI IGB · SYNDICAT EUROPEEN TRADE UNION

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΤΕΤΑΡΤΗ 2 ΜΑΡΤΙΟΥ 2016

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2895
ΤΙΜΗ 0.70€

ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΜΕ ΦΟΝΤΟ ΤΗΝ 8η ΜΑΡΤΙΟΥ



Η προαγωγή της ισότητας σε όλες τις εκφάνσεις της είναι απραγματευτο δικαίωμα για τις γυναίκες. Τα κάστρα των στερεότυπων αντιλήψεων που επικρατούν στην Κύπρο πλήττοντας την ισότητα πρέπει να πέσουν. **(Σελ. 8, 9)**

Ο ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΗΡΩΕΣ ΜΑΣ ΔΕΙΧΝΟΥΝ ΤΟ ΔΡΟΜΟ

Στις κρίσιμες τούτες ώρες που διέρχεται η Κύπρος και ο Ελληνισμός ευρύτερα, η θυσία του Γρηγόρη Αυξεντίου αποτελεί άσβεστο φάρο που καθοδηγεί την πορεία μας στην εξεύρεση δίκαιης, βιώσιμης, δημοκρατικής, Ευρωπαϊκής λύσης στο Κυπριακό Ζήτημα χωρίς γκρίζες ζώνες και εθνικές εκπτώσεις. **(Σελ. 7)**



• Ξενοδοχεία: Καταρχήν συμφωνία για 3ετή εργασιακή ειρήνη

ΚΑΤΟΧΥΡΩΝΟΝΤΑΙ ΔΙΑ ΝΟΜΟΥ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΩΦΕΛΗΜΑΤΑ

• Ταμείο Προνοίας, πενθήμερο και αργίες ρυθμίζονται νομοθετικά

• Η συμφωνία τίθεται ενώπιον των Επαρχιακών Συνελεύσεων των ξενοδοχοϋπαλλήλων για τελική απόφαση

Ανοίγει σήμερα Τετάρτη στις 10 π.μ. στο μέγαρο της ΣΕΚ στη Λευκωσία, η αυλαία των Επαρχιακών Γενικών Συνελεύσεων των ξενοδοχοϋπαλλήλων οι οποίοι καλούνται να τοποθετηθούν επί της καταρχήν συμφωνίας που επιτεύχθηκε την περασμένη Παρασκευή για ανανέωση της συλλογικής σύμβασης μέχρι το τέλος του 2018.

Η διαδικασία των Γενικών Συνελεύσεων που θα ολοκληρωθεί στις 10 Μαρτίου στη Λάρνακα, θα κρίνει κατά πόσον η καταρχήν συμφωνία θα τύχει τελικής έγκρισης από τους εργαζόμενους του κλάδου. Ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Νίκος Μωϋσέως** εκτιμά ότι η συμφωνία ανοίγει τον δρόμο και σε άλλους κλάδους για κατοχύρωση δια νόμου βασικών ωφελημάτων τους. **(Σελ. 3)**



«Άσπρος καπνός» βγήκε τις πρωϊνές ώρες από την ολονύχτια συνάντηση Συντεχνιών – ξενοδόχων στις 26.2.16 υπό την αιγίδα της υπουργού Εργασίας Ζέτας Αιμιλιανίδου

Νίκος Μωϋσέως, γ.γ. ΣΕΚ

Η ΣΥΜΦΩΝΙΑ ΑΝΟΙΓΕΙ ΕΥΟΙΩΝΕΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ

Μέσα στις σημερινές δύσκολες συνθήκες που η εργατική τάξη καλείται να διαχειρισθεί τα δικαιώματα της, η καταρχήν συμφωνία που επιτεύχθηκε στην ξενοδοχειακή βιομηχανία, ανοίγει δρόμους και σε άλλους κλάδους εργαζομένων να κατοχυρώσουν δια νόμου ουσιαστικά ωφελήματα τους. Η νομοθετική κατοχύρωση του ταμείου προνοίας, των αργιών και της πενθήμερης, θεωρείται πολύ σημαντική επιτυχία, καθώς λύνεται ένα οξύτατο πρόβλημα που καταδυνάστευε για πολύ καιρό τις εργασιακές σχέσεις στα ξενοδοχεία και αποτελούσε μόνιμη πηγή αντιπαραθέσεων και ενίοτε συγκρούσεων. Η επίμονη θέση της ΣΕΚ για νομοθετική ρύθμιση των συλλογικών συμβάσεων εισέρχεται σε φάσης δικαίωσης.

Χρήζουν φοροελάφρυνσης τα καύσιμα

Ένα θέμα που πρέπει να απασχολήσει κατά προτεραιότητα το υπουργείο Οικονομικών, είναι αυτό που αφορά την ανάγκη για την εκπόνηση και εφαρμογή μιας γενικής φορολογικής μεταρρύθμισης.

Η ΣΕΚ, αφού υπενθυμίζει πως η προηγούμενη μεγάλη και γενική φορομεταρρύθμιση έγινε το 2002, επισημαίνει την ανάγκη έναρξης ενός κοινωνικού διαλόγου που θα θέσει τις βάσεις για συγκεκριμένες φορολογικές αλλαγές που θα βρίσκονται στο πλαίσιο των οικονομικών δυνατοτήτων του τόπου.

Ήδη ο υπουργός Οικονομικών Χάρης Γεωργιάδης από το βήμα της βουλής στις 3 Δεκεμβρίου 2015, δήλωσε με την ευκαιρία της συζήτησης για τον κρατικό προϋπολογισμό, ότι «σταθερός πολιτικός προσανατολισμός της κυβέρνησης αποτελεί η φορολογική μεταρρύθμιση».

Η ΣΕΚ υιοθετεί αυτή την κυβερνητική στοχοπροσήλωση και υποδεικνύει πως, μια καλά μελετημένη φορολογική μεταρρύθμιση θα μειώσει τα φορολογικά βάρη που επωμίζονται οι πολίτες, θα ενισχύσει τα εισοδήματα τους, θα αυξήσει τη ροπή προς κατανάλωση και θα βοηθήσει την Κυπριακή οικονομία να

• Επείγει ο κοινωνικός διάλογος για γενική φορολογική μεταρρύθμιση

κινηθεί προς αναπτυξιακές κατευθύνσεις.

Ειδικότερα μέσα στο πιο πάνω πλαίσιο, θα πρέπει να προχωρήσουμε στη φορολογική ελάφρυνση των καυσίμων που αποτελούν πρώτη ύλη παραγωγής. Δυστυχώς τα καύσιμα στην Κύπρο επιβαρύνονται με διπλές φορολογίες, αφού είναι γνωστό πως, επιβαρύνονται πρώτα με φόρο κατανάλωσης και ύστερα με ΦΠΑ ύψους 19% (π.χ. η λιανική τιμή πώλησης της βενζίνης 95 οκτανίων στις 22/2/2016 ήταν €1.080 ανά λίτρο. Σ' αυτή την τιμή περιλαμβάνονται €0.48 φόροι κατανάλωσης και επιπρόσθετα ΦΠΑ €0.17 σεντ ανά λίτρο. Δηλαδή περισσότερο από το 60% της ολικής λιανικής τιμής είναι φορολογία).

Αυτά τα θέματα π.χ. της διπλής φορολόγησης σε μια σειρά προϊόντων πρώτης ανάγκης, όπως είναι τα καύσιμα, θα πρέπει να συζητηθούν στο πλαίσιο μιας ευρύτερης φορομεταρρύθμισης.

Στην Κύπρο με τις περιορισμένες δημόσιες συγκοινωνίες, το ιδιωτικό αυτοκίνητο αποτελεί αναγκαιότητα και όχι πολυτέλεια, γι' αυτό οι φορολογίες δεν πρέπει να λειτουργούν απαγορευτικά.

Ανάλογα παραδείγματα που χρήζουν φορολογικών βελτιώσεων και διαφοροποιήσεων υπάρχουν αρκετά.

Η ΣΕΚ αναμένει από τον υπουργό Οικονομικών να ξεκινήσει τη διαβούλευση και στο τραπέζι του διαλόγου θα καταθέσει με τεκμηρίωση τις απόψεις της.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

ERG_2-2_inn_4 3/1/16 11:41 AM Page 1

Άντε να κάνετε και κανένα μάθημα!

Αυτοί που ωθούν τους μαθητές να βγαίνουν με το παραμικρό από τις τάξεις τους και να διαδηλώνουν, δεν προσφέρουν καλή υπηρεσία στους ίδιους τους μαθητές. Το να χάνεις διδακτικές ώρες για να κατεβείς στους δρόμους στο όνομα της δήθεν διεκδίκησης αιτημάτων των μαθητών, είναι και άστοχο και επιζήμιο. Δυστυχώς, ο λεγόμενος «μαθητικός συνδικαλισμός» έχει ξεφύγει, με την ενθάρρυνση κομμάτων και ειδικότερα του ΑΚΕΛ. Ήταν εντελώς αχρείαστη η κινητοποίηση της περασμένης Πέμπτης από τις Επαρχιακές Συντονιστικές Επιτροπές Μαθητών (ΕΣΕΜ), για να εκφράσουν την αντίθεσή τους στο ενδεχόμενο καθιέρωσης γραπτών εξετάσεων ανά τετράμηνο. Η ενέργεια των μαθητών προκάλεσε δυσφορία στο Υπουργείο Παιδείας, αφού η απόφασή τους για διαδηλώσεις έρχεται σε πλήρη αντίθεση με την επίσημη θέση της Παγκύπριας Συντονιστικής Επιτροπής Μαθητών (ΠΣΕΜ), η οποία έχει αποδεχτεί το σχέδιο του Υπουργείου για τις εξετάσεις. Δεν κατάλαβα τι το κακό έχουν οι εξετάσεις ανά τετράμηνο. Γιατί, δηλαδή, πρέπει οι μαθητές να φοβούνται τις εξετάσεις; Ποιος είναι ο στόχος της εκπαίδευσης; Να σε διδάξει γράμματα και μετά να βεβαιωθεί, μέσω των εξετάσεων, ότι τα έμαθες. Οι εξετάσεις ανά τετράμηνο είναι ένα καλό κίνητρο για τους μαθητές για να βελτιώσουν την απόδοσή τους. Και, στο κάτω-κάτω, γιατί να εξαρτώνται από μια μόνο εξέταση στο τέλος της περιόδου, στην οποία μπορεί να αποτύχουν ακόμα και λόγω ψυχολογικής πίεσης και να αδικηθούν; Πάντως μετά τις διαδηλώσεις των ΕΣΕΜ, η συμβουλή κάθε νούσιμου πολίτη είναι η εξής: Μέσα οι μαθητές στις τάξεις και έξω τα κόμματα από τα σχολεία!

«ΣΗΜΕΡΙΝΗ» ΜΠΟΞΕΡ

ΚΟΜΜΑΤΑΡΧΩΝ «ΕΓΚΩΜΙΟΝ»

Τις τελευταίες ημέρες επανήλθε στο προσκήνιο μια παλιά μορφή κομματικού παραλογισμού που θέλει τους μαθητές εξαρτήματα των κομματικών οχημάτων. Χωρίς ίχνος σεβασμού προς την τρυφερή ηλικία των 15άρηδων παιδιών μας, κάποια κόμματα, αγωνιώντας προφανώς για το μέλλον τους την επαύριον των εκλογών του Μάη, επιχειρούν ανερυθρίαστα να εκμεταλλευθούν τον νεανικό αυθορ-



Του **Ξενή Ξενοφώντος,**
Αρχισυντάκτη
«Εργατικής Φωνής»
xenis.xenofontos@sek.org.cy

μητισμό και την ορμή της μαθητιώσας νεολαία ς μας, προς ίδιον όφελος.

Φρονώ ότι η σκληρή κομματική αντιπαράθεση που ξέσπασε με αφορμή τις πρόσφατες κινητοποιήσεις μαθητών για το θέμα των εξετάσεων ανά τετράμηνο, προμηνύει τις επερχόμενες λογικές που θα κυριαρχήσουν στην προεκλογική αρένα. Το κυβερνόν κόμμα με δηλώσεις του αρχηγού του, θεωρεί ότι οι εκδηλώσεις διαμαρτυρίας των μαθητών είναι καθοδηγούμενες από το ΑΚΕΛ. Από την πλευρά του, ο γενικός γραμματέας του ΑΚΕΛ κατηγορεί το κυβερνητικό στρατόπεδο για μεθοδεύσεις ελέγχου των μαθητών από το υπουργείο Παιδείας και τον ΔΗΣΥ «για να εξυπηρετούν σκοπιμότητες και να εξασφαλίζουν ότι δεν θα υπάρχει καμία αντίδραση στις πολιτικές που θα διαμορφωθούν». Προχωρώντας ένα βήμα πάρα πέρα, το ΑΚΕΛ μιλά για «στιγματισμό και απαξίωση της μαθητιώσας νεολαίας η οποία σπρώχνεται από τους κυβερνώντες στα ιδιαίτερα μαθήματα και στα φροντιστήρια σε καιρούς οικονομικής κρίσης.»

Σε ένα άλλο πολιτικό συμβάν ή καλύτερα ατύχημα, το ΑΚΕΛ βάλλει κατά της κυβέρ-

• Επιτέλους, αφήστε ήσυχους τους μαθητές και τους κατακρεουργημένους πολίτες και παύσατε να χύνετε άλλα κροκοδείλια δάκρυα

νησης και του ΔΗ.ΣΥ για τους χειρισμούς τους στην απεργία των νοσοκόμων και της δριμύτατης επίθεση που το κυβερνητικό δίδυμο εξαπέλυσε τελευταίως κατά των συντεχνιών. Ομολογώ ότι το ΑΚΕΛ έχει δίκιο να υπεραμύνεται των συντεχνιών στην περίπτωση αυτή, ωστόσο χάνει την έξωθεν καλή μαρτυρία γιατί, παρόλον ότι κυβέρνησε την Κύπρο με καθαρά δικούς του υπουργούς στα κρίσιμα αυτά υπουργεία δεν κατάφερε ούτε το Γενικό Σχέδιο Υγείας να εφαρμόσει, ούτε τους μαθητές να προστατεύσει από τους τσαρλατάνους των φροντιστηρίων. Ανταυτού, πρωταρχική του έγνοια ήταν το μάντρισμα των μαθητών και κατεπέκταση των φοιτητών στα κομματικά γρανάζια προκειμένου να τους χρησιμοποιεί κατά το δοκούν για εξυπηρέτηση των ιδιοτελών του συμφερόντων του.

Κοντολογίς, το ΑΚΕΛ με τις πολιτικές πρακτικές του, συνέβαλε αποφασιστικά στην αποδυνάμωση του κράτους πρόνοιας. Η θλιβερή διακυβέρνηση Χριστόφια, κουτσούρεψε δραματικά τις δαπάνες για την Παιδεία με αιχμή το πετσόκομμα της φοιτητικής χορηγίας και του επιδόματος τέκνου, συρρικνώνοντας δύο βασικούς πυλώνες του κοινωνικού κράτους. Με τις επισημάνεις αυτές σε καμμιά περίπτωση δεν δίνουμε συγχωροχάρτι στα λοιπά κόμματα που ηθελημένα ή άθελα τους, άφησαν να παραπαίουν κρίσιμα ζητήματα όπως το ΓΕΣΥ, η φοροδιαφυγή και η ανύπαρκτη εποπτεία των τραπεζιτών και Κεντροτραπεζιτών, αφήνοντας την κοινωνία στις ορέξεις των γερακιών της κερδοσκοπίας και του εύκολου πλουτισμού. Τουναντίον, στέλλουμε ισχυρό το μήνυμα ότι ουδείς αναμάρτητος, ειδικότερα αυτοί που πρωτοστάτησαν στις διακυβέρνηση του τόπου, την τελευταίαν τουλάχιστον 30ετία.

Ας αφήσουν λοιπόν τα κροκοδείλια δάκρυα τώρα που έρχονται εκλογές, γιατί ο κατακρεουργημένος πολίτης «επήραν τους πρέφαν» και είναι πλέον έτοιμος τον Μάιο να αποδόσει τα του Καίσαρος τω Καίσαρι, «επιβραβεύοντας» όλους, όσοι ευθύνονται για την οικονομική τραγωδία και την κοινωνική εξαθλίωση.

Η συμβολή της εκπαίδευσης στην προώθηση της ισότητας

Η εκπαίδευση με την ευρεία της έννοια καταπιάνεται με όλες τις δραστηριότητες που έχουν σκοπό την επίδραση με συγκεκριμένο τρόπο στη σκέψη, στον χαρακτήρα και στη σωματική αγωγή του ατόμου. Αποτελεί σημαντικό εργαλείο που δύναται να συμβάλει ώστε η Ισότητα να εμπεδώνεται στις συνειδήσεις , εξοστρα-



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

κίζοντας από την παιδική ηλικία, τις παγιωμένες αντιλήψεις και νοοτροπίες που φρενάρουν την ισότητα και δημιουργούν μια λανθασμένη εικονική πραγματικότητα.

Σε μια εποχή ραγδαίων αλλαγών, η εκπαίδευση ως θεσμός, στόχος και μεθοδολογία εξέλιξης μπορεί να διαδραματίσει καταλυτικό και σημαίνοντα ρόλο.

Η σχέση της με την αγορά εργασίας θα πρέπει να είναι αλληλένδετη , αφού μέσω της εκπαίδευσης διαμορφώνονται κοινωνικοί ρόλοι και καλλιεργούνται στερεότυπα. Ο ρόλος του Σχολείου δεν πρέπει να αναπαράγει, αλλά να παρέχει βάσεις μέσω ενός σταθερού συστήματος γνώσεων, να αναπτύσσει την κριτική σκέψη των εκπαιδευόμενων και να τους προσφέρει κίνητρα για αυτοανάπτυξη.

• Το αρχαίο ελληνικό ρήμα εκπαιδεύω σημαίνει ανατρέφω από παιδική ηλικία, μορφώνω, διαπαιδαγωγώ

Η εκπαίδευση θα πρέπει να αποτελεί την πυξίδα στο τομέα της απασχόλησης. Μολονότι το επίπεδο γνωσιολογίας γυναικών και ανδρών έχει σχεδόν εξισωθεί, (στην Κύπρο οι γυναίκες υπερτερούν κατά πολύ διδακτορικών τίτλων από τους άνδρες), φαίνεται πως οι διαφορετικές εκπαιδευτικές επιλογές των δύο φύλων ,επηρεάζουν άμεσα και τις επαγγελματικές τους προσεγγίσεις, με αποτέλεσμα ο επαγγελματικός προσανατολισμός να έχει ζωτική σημασία για τη διαιώνιση ή όχι του επαγγελματικού χάσματος λόγω φύλου.

Ως ΣΕΚ φρονούμε πως το Υπουργείο Παιδείας θα πρέπει να δώσει έμφαση στο ζήτημα της εκπαίδευσης των εκπαιδευτικών στα ζητήματα ισότητας ώστε να έχουν τη δυνατότητα να διοχετεύουν μέσα από το μάθημα τους ουσιώδη μηνύματα όσον αφορά την ισότητα, τα οποία καλλιεργούν τη ψυχή και το μυαλό μακριά από στερεότυπα.

Χρειάζονται πρακτικές τομές και όχι θεωρητικές. Και τολμώ να πω ότι έχουμε πολύ δρόμο να διανύσουμε. Μπορεί να υπάρχουν τροχιοδρομημένες σκέψεις αλλά δε μπορέσαμε την πρόθεση να την μετουσιώσουμε σε πράξη. Επιβάλλεται να γίνουν τομές στον επαγγελματικό προσανατολισμό ώστε να υπάρχει η κατάλληλη και ουσιαστική καθοδήγηση των νέων και των γονιών τους για τα κορεσμένα επαγγέλματα και τα επαγγέλματα προοπτικής, προς αποφυγήν των «επαγγελμάτων ανεργίας».Έχουμε πλημμυρίσει με απογοητευμένους άνεργους πτυχιούχους γιατί τα όνειρα τους μετατρέπονται σε σκόνη και θρύψαλα όταν επιστρέψουν στην Κύπρο για εργασία. Όλα αυτά ως εισαγωγικό ερέθισμα.

«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_8 & 9 3/1/16 11:40 AM Page 1

• Καταρχήν συμφωνία 3ετούς διάρκειας στα ξενοδοχεία

ΚΑΤΟΧΥΡΩΝΟΝΤΑΙ ΔΙΑ ΝΟΜΟΥ ΒΑΣΙΚΑ ΩΦΕΛΗΜΑΤΑ

• Ταμείο προνοίας, αργίες και πενθήμερο, ρυθμίζονται νομοθετικά

• Η συμφωνία τίθεται ενώπιον των ξενοδοχοϋπαλλήλων για έγκριση

Ενώπιον των Επαρχιακών Συνελεύσεων των εργαζομένων τίθεται η καταρχήν συμφωνία τριετούς διάρκειας που επιτεύχθηκε στην ξενοδοχειακή βιομηχανία, την περασμένη Παρασκευή. Η συμφωνία προνοεί μεταξύ άλλων, νομοθετική κατοχύρωση τριών σημαντικών ωφελημάτων, του Ταμείου Προνοίας, του πενθήμερου και των αργιών και σταδιακή επανάκτηση μισθών και δικαιωμάτων που παραχωρήθηκαν στην τελευταία τριετία στο πλαίσιο της πολιτικής για αντιμετώπιση της οικονομικής κρίσης.

Η συμφωνία επιτεύχθηκε ύστερα από μαραθώνια ολονύχτια συνάντηση των Συνδέσμων Ξενοδόχων, των Κλαδικών Συντεχνιών ξενοδοχοϋπαλλήλων στην παρουσία των γ.γ. ΣΕΚ, ΠΕΟ, **Νίκου Μωϋσέως** και **Πάμπη Κυρίτση,** υπό την προεδρία της υπουργού Εργασίας **Ζέτας Αιμιλιανίδου.**

• Οι ίδιοι οι ξενοδοχοϋπάλληλοι θ' αποφασίσουν μέσα από τις Γενικές Συνελεύσεις κατά πόσον θα εγκρίνουν ή θα απορρίψουν τη Μεσολαβητική Πρόταση η οποία έγινε κατ' αρχήν αποδεκτή από τις Συντεχνίες ΣΕΚ, ΠΕΟ και τους Συνδέσμους ξενοδόχων ΠΑΣΥΞΕ και ΣΤΕΚ



ΕΠΑΡΧΙΑΚΕΣ ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΕΙΣ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ	Τετάρτη 2 Μαρτίου	10 π.μ.	ΣΕΚ
ΛΕΥΚΩΣΙΑ	Τετάρτη 2 Μαρτίου	4.30 μ.μ.	ΣΕΚ
ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ	Παρασκευή 4 Μαρτίου	10 π.μ.	ΖΑΠΠΕΙΟΝ
ΠΑΦΟΣ	Δευτέρα 7 Μαρτίου	4 μ.μ.	ΣΕΚ
ΛΕΜΕΣΟΣ	Τρίτη 8 Μαρτίου	6 μ.μ.	ΠΕΟ
ΛΑΡΝΑΚΑ	Πέμπτη 10 Μαρτίου	4.30 μ.μ.	ΣΕΚ

Μεσολαβητική πρόταση στην ξενοδοχειακή βιομηχανία

Η Μεσολαβητική πρόταση που υπέβαλε η υπουργός Εργασίας στις συντεχνίες και στους εργοδότες με σκοπό την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης που έληξε στο τέλος του 2015 είναι η πιο κάτω:

• Έναρξη ισχύος Συλλογικής Σύμβασης: 1/3/2016.

• Ημερομηνία λήξης της Συλλογικής Σύμβασης 31/12/2018.

• Γιορτές / αργίες. Νομοθετική ρύθμιση (Κανονισμοί) 15 ημέρες, ως αργίες με αποζημίωση 1:2. Παραμένει το 2(β) του Μνημονίου Συμφωνίαςε (2013 – 2015).

• Φιλοδώρημα	2016	2017	2018
	15%	20%	20%
• Σπασίματα	2016	2017	2018
	13%	12%	10%

Νομοθετική Ρύθμιση (Κανονισμοί)

• Εργασία την Κυριακή ως το Μνημόνιο παρ. 4 (2013 – 2016)

• Ταμείο Προνοίας	2016	2017	2018
	5%	5%	5%

Νομοθετική Ρύθμιση ως το Μνημόνιο (2013 – 2015) και ως η συμφωνία τροποποίησης των Κανονισμών με διατήρηση όσων έχουν ήδη συμπληρώσει τρεις συνεχόμενες εποχιακές περιόδους.

• Ρύθμιση Ημεραργιών. Παραχωρούνται δύο 24ωρες ημεραργίες κάθε βδομάδα. Ο εργοδότης δικαιούται να αναστείλει την μια ημεραργία της κάθε εβδομάδας για τις αναστελλόμενες ημεραργίες θα παραχωρείται ελεύθερος χρόνος ή χρηματική αποζημίωση των συσσωρευμένων αναστελλόμενων ημεραργιών με αναλογία 1:1.

Σε περίπτωση τερματισμού της απασχόλησης, θα καταβάλλεται χρηματική αποζημίωση των συσσωρευμένων αναστελλόμενων ημεραργιών με αναλογία 1:1.

Σημειώνεται ότι η συλλογική Σύμβαση ισχύει από 1/3/2016 με την άμεση προώθηση της τροποποίησης των σχετικών Κανονισμών, όπως ακριβώς έχουν συμφωνηθεί και περιγράφονται στη Μεσολαβητική Πρόταση. Επιπρόσθετα, σημειώνεται ότι παρούσα Μεσολαβητική Πρόταση αφορά τόσο τα θέματα των ωφελημάτων των εργαζομένων, όσο και τις αναγκαίες τροποποιήσεις των Κανονισμών ως ένα και αδιαίρετο σύνολο.

Ζητείται σεβασμός!

Είναι στα αλήθεια εξωπραγματικό αυτό που σχεδόν καθημερινά ζούμε τον τελευταίο καιρό. Πρωτοφανείς επιθέσεις με χαρακτηρισμούς εξαπολύουν με τεράστια ευκολία πολιτικά πρόσωπα και δημοσιογράφοι εναντίον εργαζομένων που «έχουν το θράσος» να διεκδικούν βελτιώσεις στους όρους εργοδότησής τους. Όποια τάξη εργαζομένων τολμήσει να ξεκινήσει



Του **Ιωάννη Τσουρή**
Γραμματέα Σωματείου ΜΕ.ΠΕ.ΓΕ. ΣΕΚ Λεμεσού
Αναπληρωτή γ.γ. Τμήματος Εργαζόμενης Νεολαίας ΣΕΚ

έναν αγώνα διεκδίκησης, μετατρέπεται την αμέσως επόμενη μέρα από ραδιόφωνα, εφημερίδες και τηλεοράσεις σε αντικείμενο στοχευμένων απαξιωτικών αναφορών. Αξιοπρεπείς εργαζόμενοι παρουσιάζονται, ούτε λίγο ούτε πολύ, ως προδότες της πατρίδος που βάζουν τα μικροεπαγγελματικά προσωπικά τους συμφέροντα και την καλοπέρασή τους πάνω από το κοινό καλό. Η ταμπέλα φαίνεται να είναι πάντα έτοιμη και απλά κάποιοι αναμένουν ποιος θα σηκώσει κεφάλι για να του την κολλήσουν. Απλοί εργαζόμενοι γίνονται στόχος συντονισμένων τρομοκρατικών επιθέσεων από τα γεράκια που τυγχάνει να έχουν καθημερινά βήμα να εκφράζουν άποψη, είτε λόγω ιδιότητας είτε λόγω επαγγέλματος. Αν είναι δυνατόν!!! Ενώ έχουν γίνει τα αίσχιστα στη μικρή μας κοινωνία τα τελευταία χρόνια από κόμματα, πολιτικούς και τραπεζίτες, τα οποία ως δια μαγείας γίνονται γαργάρα από τα ΜΜΕ και όσους τα καθοδηγούν μέσα από επιδερμικές αναφορές, ξαφνικά βρήκαμε πεδίο δόξης λαμπρό στους ανιδιοτελείς εργατικούς αγώνες για να κάνουμε μαθήματα και να ικανοποιήσουμε την κοινή γνώμη.

Όλα είναι παιχνίδι εντυπώσεων. Αυτό είναι νομίζω πλέον ξεκάθαρο. Και βασιζόμενοι διάφοροι επιτήδειοι στη ρηχή μνήμη τούτου του λαού, χτίζουν καριέρες μέσα από στοχευόμενες επιθέσεις. Κάνεις δεν αναλογίζεται, ή πιθανόν να διαγράφει συμφεροντολογικά από το μυαλό του, τα όσα έγιναν στην κυπριακή οικονομία τα τελευταία τουλάχιστον τέσσερα χρόνια. Μέσα σε ένα περιβάλλον που κατέρρεε, με επιχειρήσεις που εκλιπαρούσαν τις συντεχνίες και τους εργαζόμενους για κατανόηση,

• Απαιτούμεν όπως τύχει της δέουσας εκτίμησης και έμπρακτης αναγνώρισης η υπεύθυνη στάση των συντεχνιών και η εν γένει προσφορά τους στην κοινωνική και οικονομική ανάπτυξη

οι συνδικαλιστές, που σήμερα κατηγορούνται συλλήβδην, επέδειξαν μεγίστη υπευθυνότητα και ο απλός εργαζόμενος δέχτηκε αγόγγυστα να παραχωρήσει από το υστέρημά του για να κρατήσει όρθιες τις επιχειρήσεις και κατ΄ επέκταση να διατηρήσει θέσεις εργασίας. Αυτά τα τελευταία καταπελτικά χρόνια, και ας αναστρέξουν όσοι με τόση σπουδή ψάχνουν και επιλεκτικά έχουν γνώμη και άποψη, έχουν γίνει ελάχιστες απεργιακές κινητοποιήσεις, που πολύ αμφιβάλλω αν ανέρχονται σε διψήφιο αριθμό. Αυτή λοιπόν, η αξιομνημόνευτα υπεύθυνη στάση συντεχνιών και εργαζομένων παίρνει σήμερα το ευχαριστώ μέσα από επιθέσεις και χαρακτηρισμούς. Λες και για τα αδιέξοδα στα οποία οδηγήθηκε η κυπριακή οικονομία και κοινωνία γενικότερα, ευθύνονται οι οδηγοί λεωφορείων ή οι λιμενεργάτες. Ξεχνούν οι παντογνώστες ότι ο φορολογούμενος πολίτης, τον οποίο προτάσσουν ως εύηχο σύνθημα κάθε μέρα για να ευαισθητοποιήσουν την κοινή γνώμη, δεν είναι άλλος από αυτόν τον απλό εργαζόμενο. Ο φορολογούμενος πολίτης δεν είναι αυτός που έκρυψε εισοδήματα, που τα πήρε μαύρα ή φρόντισε να βγάλει κεφάλαια στο εξωτερικό, αλλά ο απλός εργαζόμενος που ταΐζει οικονομικά αυτό το κράτος, και ως ελάχιστη ένδειξη σεβασμού δεν θα πρέπει να του αφαιρούνται βασικά δικαιώματα, όπως αυτό της διεκδίκησης για βελτίωση των συνθηκών εργασίας και της ποιότητας ζωής.

Οι εργαζόμενοι και οι συντεχνίες που τους εκπροσωπούν, δεν διεκδίκησαν ποτέ και δεν διεκδικούν χειροκροτήματα και δαφνοστεφανώματα, που διήλθαν την κρίσιμη αυτή τετραετία διατηρώντας την εργατική ειρήνη προς όφελος της κοινωνίας. Απαιτούν όμως σεβασμό. Σεβασμό για τις θυσίες τους και για τη διαχρονική προσφορά τους σ΄ αυτό τον τόπο. Σεβασμό για την υπευθυνότητα που επέδειξαν τις δύσκολες ώρες, όταν κάποιοι άλλοι δεν τολμούσαν να αγγίξουν την καυτή πατάτα.

Και να υπενθυμίσουμε προς πάσα κατεύθυνση ότι ο δρόμος για τους εργαζόμενους δεν ήταν ποτέ στρωμένος με ροδοπέταλα. Είμαστε, δυστυχώς για τους ταγμένους πολέμιους του συνδικαλισμού, μαθημένοι σε αγώνες. Στις επτά δεκαετίες ύπαρξης των Συντεχνιών δεν μας χαρίστηκε τίποτε. Πάντα διεκδικούσαμε αγωνιζόμενοι και πάντα θα διεκδικούμε. Κι αυτή η στοχευμένη και πολεμική που δεχόμαστε σήμερα δεν είναι παρά άλλος ένας αγώνας που θα πρέπει να δώσουμε ενωμένοι.

ERG_4-4_inn_13 3/1/16 11:34 AM Page 1

Αυτόματη αντιστοίχηση κενών θέσεων εργασίας και βιογραφικών

Η νομοθετική πρόταση για τον εκσυγχρονισμό του Ευρωπαϊκού Δικτύου Υπηρεσιών Απασχόλησης (EURES) προκειμένου αυτό να συμπεριλάβει μια πανευρωπαϊκή βάση δεδομένων με τα άτομα που αναζητούν εργασία και τις κενές θέσεις εργασίας εγκρίθηκε από το ΕΚ την Πέμπτη. Στόχος της νομοθεσίας είναι η καταπολέμηση της ανεργίας με την καλύτερη αντιστοίχηση της προσφοράς και της ζήτησης στην αγορά εργασίας. Η επικαιροποίηση του κανονισμού, ο οποίος έχει ήδη συμφωνηθεί με το Συμβούλιο, θα εστιάσει περισσότερο σε διασυνοριακές περιοχές και στους νέους.

Η επικαιροποίηση του κανονισμού, ο οποίος έχει ήδη συμφωνηθεί με το Συμβούλιο, θα εστιάσει περισσότερο σε διασυνοριακές περιοχές και στους νέους.

Η νέα, "εξυπνότερη" πύλη του EURES θα αντιστοιχίζει αυτόματα τα βιογραφικά σημειώματα με τις κατάλληλες θέσεις εργασίας που προσφέρονται. Όλες οι θέσεις εργασίας που δημοσιεύονται από δημόσιους οργανισμούς στα κράτη μέλη θα διατίθενται πανευρωπαϊκά μέσω της ίδιας διαδικτυακής πύλης.

Οι ευρωβουλευτές ενέκριναν το συμβιβασμό που επετεύχθη με τα κράτη μέλη στο τέλος του προηγούμενου έτους με 576 ψήφους υπέρ, 56 ψήφους κατά και 21 αποχές. Ο εισηγητής Heinz K. Becker (ΕΛΚ, Αυστρία) δήλωσε κατά τη διάρκεια της συζήτησης τα εξής: "Παρατηρούμε υψηλά επίπεδα ανεργίας σε ορισμένες χώρες της ΕΕ, αλλά την ίδια στιγμή υπάρχουν δύο εκατομμύρια κενές θέσεις εργασίας αλλού εξαιτίας της έλλειψης εξειδικευμένου εργατικού δυναμικού. Η πλατφόρμα EURES, στο πρώτο στάδιο επέκτασης της, θα πρέπει να διευκολύνει την πρόσβαση σε εκατοντάδες κενές θέσεις εργασίας (...). Ποτέ στο παρελθόν δεν έχουμε δει ένα τέτοιο φιλικό προς το χρήστη τρόπο να παρέχει τόση υποστήριξη, ιδίως για τους νέους που αναζητούν εργασία οι οποίοι έχουν πλέον στα χέρια τους τη δυνατότητα να θέτουν τα βιογραφικά τους στη διάθεση κάθε εργοδότη σε όλη την Ευρώπη."

Η υπηρεσία της αυτόματης αντιστοίχισης προσφορών εργασίας και αιτήσεων θα παρέχεται δωρεάν. Δεν θα γίνεται καμία διάκριση με βάση την εθνικότητά των αιτούντων αναφορικά με την απασχόληση, την αμοιβή και άλλους όρους εργασίας, ενώ θα διασφαλίζεται και η συμμετοχή των ατόμων με αναπηρία.

Οι διαπραγματευτές του Κοινοβουλίου κατάφεραν να διευρύνουν το δίκτυο, παρέχοντας την ιδιότητα του μέλους και σε ιδιωτικούς οργανισμούς, εφόσον οι οργανισμοί αυτοί παρέχουν υπηρεσίες υποστήριξης τόσο σε εργαζομένους όσο και σε εργοδότες, και εισάγοντας τροπολογίες για την ενίσχυση των διασυνοριακών αγορών εργασίας.

Οι ευρωβουλευτές εισήγαγαν επίσης τροπολογίες ώστε να δοθεί η δυνατότητα εξαίρεσης από τη δημοσιοποίηση διασυνοριακών υποχρεώσεων στις χρηματοδοτούμενες από το δημόσιο πρακτικές άσκησης και μαθητείες, λόγω των διαφορών στα εκπαιδευτικά συστήματα και στις πολιτικές στην αγορά εργασίας στα κράτη μέλη.

Επόμενα βήματα

Ο κανονισμός , όπως ψηφίστηκε από το Κοινοβούλιο, πρέπει ακόμη να εγκριθεί επίσημα από το Συμβούλιο των Υπουργών. Θα τεθεί σε ισχύ μετά τη δημοσίευσή του στην Επίσημη Εφημερίδα της ΕΕ.

Συμπληρωματικές πληροφορίες

Η πανευρωπαϊκή βάση δεδομένων του δικτύου EURES ιδρύθηκε το 1993 ως ένα δίκτυο συνεργασίας μεταξύ της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και των δημόσιων υπηρεσιών απασχόλησης των κρατών μελών της ΕΕ, της Ελβετίας, της Νορβηγίας, της Ισλανδίας και του Λιχτενστάιν, και εταίρων όπως ιδιωτικά γραφεία εργασίας, συνδικάτα και ενώσεις εργοδοτών.

Οι ελλείψεις που εντοπίστηκαν από τότε αφορούν την ελλιπή συγκέντρωση κενών θέσεων εργασίας και βιογραφικών σημειωμάτων, την περιορισμένη αυτόματη αντιστοίχιση κενών θέσεων και βιογραφικών, καθώς και την ανεπαρκή πληροφόρηση για τις διασυνοριακές αγορές εργασίας. Ο αριθμός των ατόμων που εργάζονται σε κράτος μέλος εκτός της χώρας τους είναι 7,5 εκατομμύρια, δηλαδή 3,1 % του ενεργού πληθυσμού (δεν συμπεριλαμβάνονται στον αριθμό αυτό οι μεθοριακοί διασυνοριακοί εργαζόμενοι).

Δημιουργείται εξειδικευμένη βάση δεδομένων για τοποθέτηση ανέργων

• Καταχώρηση καταλόγου ανέργων βάσει των προσόντων και τις εμπειρίες

Μέσα στο τρέχον έτος θα δημιουργηθεί εξειδικευμένη βάση δεδομένων στην οποία θα καταχωρούνται οι άνεργοι βάσει των προσόντων και των εμπειριών τους. Στην βάση αυτή θα έχουν απευθείας πρόσβαση οι εργοδότες .

Σε δηλώσεις της μετά από πρόσφατη συνεδρία της Επιτροπής Εργασίας της Βουλής και απαντώντας σε ερώτηση για το πρόβλημα της ανεργίας, η κ. Αιμιλιανίδου ανέφερε ότι «πράγματι έχω πει πάρα πολλές φορές ότι είναι ένα πολύ σοβαρό θέμα».

«Έχουμε κάνει πάρα πολλά προγράμματα για ενεργοποίηση των ανέργων πέραν των €70 εκ. μέχρι σήμερα και προγραμματίζουμε και άλλα προγράμματα τα οποία θα βοηθήσουν τόσο τους μακροχρόνια άνεργους όσο και τους νέους μας». Ήδη, ανέφερε, τρέχουν κάποια προγράμματα, δίνοντας το παράδειγμα προγράμματος της ΑΝΑΔ για τους νέους και για την εξάμηνη πρακτή εξάσκηση. Πριν λίγο καιρό, πρόσθεσε, ολοκληρώθηκε το πρόγραμμα που αφορούσε τους μακροχρόνια άνεργους στο πλαίσιο του οποίου εργοδοτήθηκαν 1.100 άνθρωποι.

Ναι, ανέφερε η Υπουργός, «είμαστε ανοιχτοί σε οποιαδήποτε συζήτηση για τα θέματα αυτά γιατί η ανεργία είναι θέμα που απασχολεί όλους μας».



Η κυρία Αιμιλιανίδου πρόσθεσε στη συνέχεια τα ακόλουθα: «Στόχος να υπάρχει μια ανοιχτή πλατφόρμα όπου όλοι οι εγγεγραμμένοι άνεργοι, με βάση τα προσόντα τους και την εμπειρία τους, να μπορεί ελεύθερα οποιοσδήποτε εργοδότης να βρίσκει ποιοι είναι οι διαθέσιμοι προς εργασία».

Διευκρίνισε ότι ο έλεγχος των όρων εργοδότησης θα συνεχίσει να υπάρχει στο Υπουργείο Εργασίας, «γιατί είναι το πρώτιστο για τη διασφάλιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων».

Στόχος της πλατφόρμας, πρόσθεσε, «είναι να μην χρειάζεται η διαμεσολάβηση της δημόσιας υπηρεσίας και να μπορεί ο εργοδότης να έχει πρόσβαση στην ηλεκτρονική πλατφόρμα». Είπε επίσης απαντώντας σε άλλη ερώτηση ότι για τη συμπερίληψη τους στην πλατφόρμα θα πρέπει να δοθεί εξουσιοδότηση από τους άνεργους, αφού θα αναρτηθούν προσωπικά τους δεδομένα.

Ανησυχητικά υψηλό ποσοστό νεανικής ανεργίας

Ανησυχητικά υψηλό παραμένει το ποσοστό νεανικής ανεργίας που ανήλθε στο 32% στο τρίτο τρίμηνο του 2015, σύμφωνα με τη Στατιστική Υπηρεσία.

Μια πορεία που προβληματίζει το Υπουργείο Εργασίας και το οποίο προσανατολίζεται στην εκπόνηση και άλλων σχεδίων παροχής κινήτρων, που θα στοχεύουν στην άμβλυνση του μεγάλου αυτού οικονομικοκοινωνικού προβλήματος.



Με βάση τα αποτελέσματα της Έρευνας Εργατικού Δυναμικού, για το δεύτερο τρίμηνο του 2015, το ποσοστό ανεργίας ανάμεσα στους νέους ηλικίας 15-24 ετών ήταν 31,7% του εργατικού δυναμικού των ηλικιών αυτών, σημειώνοντας μείωση 5,5 ποσοστιαίες μονάδες, σε σύγκριση με το αντίστοιχο τρίμηνο του 2014, ενώ μειώθηκε κατά 5,4 ποσοστιαίες μονάδες σε σύγκριση με το πρώτο τρίμηνο του 2015.

Τα σχέδια, κατά πάσα πιθανότητα, θα κινηθούν στο πλαίσιο των προηγούμενων σχεδίων κατά της ανεργίας, δηλαδή θα απευθύνονται στους εγγεγραμμένους άνεργους και θα προβλέπουν την παροχή κινήτρων στον εργοδοτικό κόσμο μέσω της επιδότησης του μισθολογικού κόστους.

Στο μεταξύ, σύμφωνα με τα στοιχεία του Υπουργείου Εργασίας, ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων τέλος Νοεμβρίου 2015, έφτασε στις 43.602 πρόσωπα.

Σύμφωνα, με την ανάλυση του Παρατηρητηρίου Αγοράς Εργασίας, του Υπουργείου Εργασίας, σημειώθηκε μείωση σε σύγκριση με τον Νοέμβριο του 2014, 4.001 προσώπων ή 8,4%. Η μείωση αφορούσε όλες τις ηλικιακές ομάδες, με εξαίρεση αυτή των 65 ετών και άνω, η οποία παρουσίασε οριακή αύξηση κατά 11 άτομα.

Η μεγαλύτερη μείωση παρουσιάστηκε στις ηλικιακές ομάδες 50-59 ετών (κατά 1.133 άτομα) και των 25-29 ετών (κατά 899 άτομα). Στην ηλικιακή ομάδα των 15-24 ετών η ανεργία μειώθηκε κατά 594 άτομα.

Ο αριθμός των ανέργων που ήταν εγγεγραμμένοι πέραν των έξι μηνών έφτασε στα 18,387 άτομα (μείωση κατά 1,250 άτομα ή 6,4% σε σχέση με τον ίδιο μήνα πέρσι) και αντιπροσωπεύει το 42% των εγγεγραμμένων ανέργων.

Ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων πέραν των 12 μηνών έφτασε τα 12.131 άτομα (αύξηση κατά 60 άτομα ή 0,5%) και αντιπροσωπεύει το 28% των εγγεγραμμένων ανέργων.

ERG_5-5_inn_4 3/1/16 11:34 AM Page 1

Συνεργατισμός

Νέο πακέτο προϊόντων για μικρομεσαίες επιχειρήσεις

Νέο πακέτο προϊόντων για μικρές και μικρομεσαίες επιχειρήσεις, θα παρουσιάσει ο Συνεργατισμός σε εκδήλωση ενώπιον του επιχειρηματικού κόσμου της Λάρνακας την ερχόμενη Τετάρτη.

Επιδίωξη του Συνεργατισμού είναι να πρωταγωνιστήσει στον τομέα των μικρομεσαίων επιχειρήσεων αλλά και στην ενίσχυση της ανάκαμψης της κυπριακής οικονομίας, κάτι που εξάγεται από τον τίτλο της εκδήλωσης με θέμα: «Ο Συνεργατισμός πρωταγωνιστής στην επανεκκίνηση της Κυπριακής Οικονομίας», αλλά και από το γεγονός ότι διαθέτει υψηλή ρευστότητα που ανέρχεται περίπου στα 3 δισεκατομμύρια ευρώ.

Όπως πληροφορείται το ΚΥΠΕ, το πακέτο περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα προϊόντων ειδικά για επιχειρηματίες όπως: Δάνεια για επιχειρήσεις με χαμηλό επιτόκιο, καταθετικούς λογαριασμούς, κάρτες, ασφάλειες, υπηρεσίες συναλλάγματος και πληρωμών, υπηρεσίες διεθνούς εμπορίου.

• Περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα προϊόντων με αιχμή των δανεισμό με χαμηλό επιτόκιο

Πρόκειται για το πρώτο πακέτο προϊόντων προς επιχειρήσεις από τον Συνεργατισμό, το οποίο έρχεται έπειτα από ένα χρόνο εντατικών διεργασιών για αναδιαρθρώσεις δανείων, οι οποίες ξεπέρασαν το €1 δισεκατομμύριο το 2015, ενώ ο πήχης για τις αναδιαρθρώσεις το 2016 έχει τεθεί στα €1,5 δισ.

Νέα οδηγία για απλοποίηση διαδικασιών στη χορήγηση δανείων

Με νέα οδηγία της Κεντρικής Τράπεζας (ΚΤ) της Κύπρου προς τα πιστωτικά ιδρύματα απλοποιούνται οι διαδικασίες που θα πρέπει να ακολουθούν οι τράπεζες για τη χορήγηση δανείων. Ως βασικό κριτήριο καθορίζεται η ικανότητα αποπληρωμής του δανειολήπτη και όχι οι εξασφαλίσεις.

Σε σχέση με προσωπικές εγγυήσεις, στην οδηγία η ΚΤ προτρέπει τις τράπεζες να μην ζητούν προσωπικές εγγυήσεις εάν ικανοποιηθούν από την ικανότητα αποπληρωμής του πρωτοφειλέτη. Οι τράπεζες θα πρέπει να αξιολογούν την ικανότητα αποπληρωμής του δανειολήπτη και θα μπορούν να χορηγούν πιστωτικές διευκολύνσεις, χωρίς εξασφαλίσεις αν κρίνουν ότι είναι ικανοποιητική η ικανότητα του δανειολήπτη να αποπληρώσει ένα δάνειο.



Επίσης, προτρέπονται οι τράπεζες όπως στην περίπτωση που στηρίζονται στα εισοδήματα του εγγυητή για την χορήγηση ενός δανείου, να θεωρούν τον εγγυητή ως συνοφειλέτη.

Σύμφωνα με το κείμενο της οδηγίας, "βασική αρχή για την αξιολόγηση της χορήγησης νέας και για την αναθεώρηση υφιστάμενης πιστωτικής διευκόλυνσης είναι ο προσδιορισμός της ικανότητας αποπληρωμής του δανειολήπτη".

"Η αξία των εξασφαλίσεων δεν αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για την αξιολόγηση από το πιστωτικό ίδρυμα της αίτησης για παροχή πιστωτικής διευκόλυνσης. Η εξασφάλιση χρησιμοποιείται μόνο ως δευτερεύουσα πηγή αποπληρωμής και ως τέτοια θα πρέπει να αξιολογείται", σημειώνεται.

Συγκεκριμένα, αναφέρεται ότι "η εξασφάλιση από μόνη της δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να αποτελεί κριτήριο για την έγκριση πιστωτικής διευκόλυνσης και δεν μπορεί από μόνη της να αιτιολογήσει την έγκριση οποιασδήποτε πιστωτικής διευκόλυνσης. Οι εξασφαλίσεις θεωρούνται μόνο ως εναλλακτική διέξοδος του πιστωτικού ιδρύματος σε περίπτωση αθέτησης και όχι ως η πρωταρχική πηγή αποπληρωμής".

Αναθεώρηση υφιστάμενων πιστωτικών διευκολύνσεων

Σύμφωνα με το κείμενο της οδηγίας, τα πιστωτικά ιδρύματα οφείλουν να αναθεωρούν τις πιστωτικές διευκολύνσεις ανά τακτά χρονικά διαστήματα, ανάλογα με το επίπεδο κινδύνου του δανειολήπτη και του κλάδου στον οποίο δραστηριοποιείται.

Κεντρική Τράπεζα Κύπρου

Εκτεθειμένο σε έξι κινδύνους το κυπριακό χρηματοοικονομικό σύστημα

Με κινδύνους βρίσκεται αντιμέτωπο το κυπριακό χρηματοπιστωτικό σύστημα, εκτιμά η έκθεση χρηματοπιστωτικής σταθερότητας για το 2015, που εξέδωσε η Κεντρική Τράπεζα Κύπρου (ΚΤΚ).

Με βάση τις προβλέψεις της ΚΤΚ, ο ρυθμός ανάπτυξης του ΑΕΠ εκτιμάται στο 1,6% για το 2015, ενώ το 2016 η οικονομία θα αναπτυχθεί με ρυθμό 2%.



Η κυπριακή οικονομία παρουσίασε σημάδια ανάκαμψης το 2015, ύστερα από τέσσερα σχεδόν χρόνια συρρίκνωσης. Καταγράφηκε πρόοδος στην πορεία εφαρμογής του προγράμματος οικονομικής προσαρμογής, παρατηρήθηκε σταδιακή ανάκαμψη της κατάστασης των τραπεζών, ενώ βελτιώνεται η πρόσβαση της Κύπρου στις πηγές χρηματοδότησης.

«Ενώ το κλίμα βελτιώνεται, οι προκλήσεις παραμένουν», αναφέρει η ΚΤΚ και παραθέτει τα «πρωτοφανή επίπεδα απομειωμένων δανείων», που είναι από τα υψηλότερα στην Ευρώπη, το χαμηλό επίπεδο ζήτησης νέων δανείων, τα αυξημένα επίπεδα χρέους τόσο των νοικοκυριών όσο και των επιχειρήσεων, που αγγίζουν στο 280% του ΑΕΠ (τέλος Μαρτίου 2015), καθώς και την ανεργία, η οποία αν και έχει βελτιωθεί σημαντικά, εν τούτοις παραμένει σε υψηλά επίπεδα.

Οι κίνδυνοι

Πρώτη πηγή κινδύνου αποτελεί η ποιότητα των δανειακών χαρτοφυλακίων, που οφείλεται στην υπερβολική έκθεση του τραπεζικού τομέα σε μη εξυπηρετούμενα δάνεια, που ανέρχονται στο 47% του συνολικού δανειακού χαρτοφυλακίου.

Σημειώνει πως η αποφασιστική και αποτελεσματική εφαρμογή του νέου πλαισίου αφερεγγυότητας αναμένεται να είναι υποβοηθητική για τη μείωση των ΜΕΔ και προσθέτει πως η εκτίμηση του κινδύνου παραμένει σταθερή και αναμένεται να παρουσιάσει βελτίωση.

«Η αντιμετώπιση του υψηλού επιπέδου των μη εξυπηρετούμενων χορηγήσεων παραμένει η βασική προτεραιότητα για την αποκατάσταση της εμπιστοσύνης και την επαναφορά στην ανάπτυξη», τονίζει.

Δεύτερη πηγή κινδύνου αποτελεί ο υπερδανεισμός των μη χρηματοοικονομικών επιχειρήσεων και των νοικοκυριών, κάτι που δημιουργεί δυσκολίες στην αποπληρωμή αν υπάρξει απότομη μείωση των εισοδημάτων τους. Σε αυτό τον τομέα, η ΚΤΚ εκτιμά πως η αποφασιστική εφαρμογή του νέου πλαισίου αφερεγγυότητας αναμένεται να μειώσει το συνολικό επίπεδο

√ Χαίνουσα πληγή της οικονομίας, τα κόκκινα δάνεια

του δανεισμού και μπορεί να επιφέρει επιτάχυνση της αναδιάρθρωσης του ιδιωτικού χρέους, ενώ η εκτίμηση του κινδύνου είναι σταθερή με αναμενόμενη βελτίωση.

Ωστόσο, η ΚΤΚ αποδίδει «αυξανόμενη ευπάθεια» στον κίνδυνο που προέρχεται λόγω των μειωμένων προοπτικών κερδοφορίας για τις τράπεζες και τις ασφαλιστικές εταιρείες σε ένα περιβάλλον χαμηλών επιτοκίων και μικρότερης ανάπτυξης.

Τρίτη πηγή κινδύνου. Η κερδοφορία των τραπεζών μπορεί να μειωθεί περαιτέρω εάν οι τράπεζες δεν πετύχουν να αντισταθμίσουν τη μείωση των επιτοκίων «με αύξηση στον όγκο των δανείων ή / και με τη μείωση του πιστωτικού κινδύνου, πράγμα το οποίο είναι αρκετά δύσκολο υπό τις παρούσες συνθήκες».

Για τις ασφαλιστικές εταιρείες, η ΚΤΚ προειδοποιεί πως «τα παρατεταμένα χαμηλά επιτόκια μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο τον ασφαλιστικό τομέα, κυρίως τον κλάδο ζωής, λόγω των επιπτώσεων στην κερδοφορία και τις δυσκολίες στην παραγωγή επαρκούς εισοδήματος από επενδύσεις, ειδικά καθώς οι ασφαλιστικές εταιρείες προχωρούν με διασπορά των χαρτοφυλακίων τους».

Με τα ασφάλιστρα των ασφαλιστικών εταιρειών κλάδου ζωής να αντιστοιχούσαν στο 14% της παραγωγής το 2013, η ΚΤΚ θεωρεί ακόμη ότι «η εφαρμογή του ΓεΣΥ χωρίς τη συμμετοχή των ασφαλιστικών εταιρειών θα οδηγήσει σε σημαντική μείωση των εργασιών και των εσόδων τους».

Τέταρτη πηγή κινδύνου είναι ο τομέας των ακινήτων. Η ΚΤΚ σημειώνει πως παρόλο που οι τιμές έχουν φτάσει στο κατώτατο σημείο, με τα σημάδια ανάκαμψης και αυξημένης ζήτησης τόσο από ξένους όσο και από το εσωτερικό, εντούτοις οι προοπτικές για ανάκαμψη της αγοράς ακινήτων είναι δύσκολο να εκτιμηθούν με βεβαιότητα.

«Η στενή παρακολούθηση του τομέα των ακινήτων είναι απαραίτητη λόγω της σημασίας του τόσο για τα περιουσιακά στοιχεία των νοικοκυριών όσο και για τα δανειακά χαρτοφυλάκια των τραπεζών», προσθέτει, αποδίδοντας ωστόσο σταθερή εκτίμηση κινδύνου.

Πέμπτη πηγή. Όσον αφορά τους κινδύνους χρηματοδότησης, η ΚΤΚ σημειώνει ότι μετά το κούρεμα καταθέσεων, η πρόσβαση σε βιώσιμη μεσοπρόθεσμη και μακροπρόθεσμη χρηματοδότηση εξακολουθεί να αποτελεί πρόκληση για τις τράπεζες, καθώς η χρηματοδότηση από την Κεντρική Τράπεζα παραμένει ένα σημαντικό μέρος της χρηματοδοτικής βάσης. Σημειώνει πως μειώθηκε η εξάρτηση των τραπεζών, αλλά προσθέτει πως «η διατήρηση της εμπιστοσύνης είναι ουσιαστικής σημασίας για τη χρηματοοικονομική σταθερότητα».

Έκτη πηγή. Προσοχή στις εκποιήσεις εξασφαλίσεων.

Η ΚΤΚ θεωρεί πως «αναπόφευκτα τα πιστωτικά ιδρύματα δεν έχουν άλλη επιλογή από το να διαχειρίζονται ενεργά τα καθυστερημένα δάνεια, και, αν χρειαστεί, να εκποιήσουν τις εξασφαλίσεις των δανείων».

«Θα πρέπει να τονιστεί όμως ότι η πώληση των εξασφαλίσεων των δανείων θα πρέπει να γίνεται με προσοχή καθώς οι μαζικές εκποιήσεις θα οδηγήσουν σε απότομες μειώσεις στις τιμές των ακινήτων, δημιουργώντας αρνητικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ της πραγματικής οικονομίας και του χρηματοπιστωτικού τομέα», τονίζει.

ERG_6-6_inn_13 3/1/16 11:35 AM Page 1

• Με φόντο το Μεταναστευτικό και το θέμα της Ασφάλειας

Συστηματικός έλεγχος για όλους κατά την είσοδο στην ΕΕ συμπεριλαμβανομένων των Ευρωπαίων πολιτών

Οι «28» Υπουργοί Εσωτερικών της ΕΕ αποφάσισαν την περασμένη εβδομάδα πως οι πάντες, πολίτες ή μη της ΕΕ, θα ελέγχονται το ίδιο όταν εισέρχονται στο ευρωπαϊκό έδαφος από τα εξωτερικά σύνορα της ΕΕ.

Αυτή θα είναι και η διαπραγματευτική θέση του Συμβουλίου, ενόψει της διαβούλευσης με το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.

«Η ενίσχυση των εξωτερικών κοινών συνόρων μας, μέσω της ενίσχυσης των συνοριακών ελέγχων, είναι εξαιρετικά σημαντική για την πάταξη της τρομοκρατίας και την προστασία των Ευρωπαίων πολιτών», δήλωσε από τις Βρυξέλλες, ο Ολλανδός Υπουργός Μετανάστευσης, του οποίου η χώρα προεδρεύει της ΕΕ, Κλάας Ντάικχοφ.

Η πρόταση υποχρεώνει τα κράτη μέλη να διενεργούν συστηματικούς ελέγχους σε όλα τα πρόσωπα που εισέρχονται από τα εξωτερικά σύνορα, ακόμα και αν είναι πολίτες της ΕΕ, κάνοντας χρήση των βάσεων δεδομένων ασφαλείας. Αυτό θα ισχύει για πάσης φύσεως σύνορα.

Η θέση του Συμβουλίου είναι πως σε περίπτωση που ενδέχεται να προκληθεί σοβαρή καθυστέρηση στις οδικές μεταφορές, οι έλεγχοι που θα διεξάγονται θα είναι στοχευμένοι και όχι καθολικοί, μετά από εκτίμηση του κινδύνου.

Ο ΕΠΙΤΡΟΠΟΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΕΙ

Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει ακόμα μερικές ημέρες για να επιτύχει σημαντική μείωση των προ-





σφυγικών ροών από την Τουρκία «διαφορετικά υπάρχει ο κίνδυνος όλο το σύστημα της Σένγκεν να καταρρεύσει» είπε ο Επίτροπος Μετανάστευσης Δημήτρης Αβραμόπουλος μετά την Σύνοδο των υπουργών Δικαιοσύνης και Εσωτερικών της ΕΕ στις Βρυξέλλες, που έλαβε χώρα στον απόηχο της Διάσκεψης των Δυτικών Βαλκανίων που συγκάλεσε η Βιέννη και προκάλεσε την έντονη αντίδραση της Αθήνας.

Προσερχόμενος στη συνάντηση, ο προεδρεύων ολλανδός υπουργός Μετανάστευσης Κλάας Ντάικχοφ ανέφερε πως «εάν έως τη Σύνοδο της 7ης Μαρτίου [με την Τουρκία] δεν έχουν μειωθεί οι εισροές προσφύγων από την Τουρκία στην Ελλάδα, θα πρέπει να πάρουμε κι άλλα μέτρα».

Η ΕΥΡΩΠΗ ΣΤΗ ΔΙΝΗ ΤΟΥ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΤΙΚΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΙΣΛΑΜΙΚΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ

Σήμα κινδύνου για τη συνθήκη Σένγκεν, εκπέμπε ο Γιόζεφ Γιάνινγκ



Ο Γερμανός επικεφαλής του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου για τις διεθνείς σχέσεις στο Βερολίνο, θεωρεί πιθανή την κατάρρευση της Ευρώπης, υποστηρίζοντας ωστόσο ανοιχτά την περαιτέρω οικονομική ενοποίηση ενός πυρήνα κρατών-μελών. Ιδού τι επισημαίνει σε συνέντευξη του στο Real.gr

Η συνθήκη Σένγκεν, που αφορά την ελεύθερη κυκλοφορία των ατόμων μεταξύ των συνόρων, ενδεχομένως θα καταρρεύσει λόγω της αδυναμίας εφαρμογής μιας συλλογικής απάντησης στην προσφυγική κρίση από όλα τα κράτη-μέλη. Η σύνοδος των βαλκανικών χωρών που έλαβε χώρα στην Αυστρία, στις 24 Φεβρουαρίου, δείχνει από την μεριά των συμμετεχόντων κυβερνήσεων μια αυξανόμενη νευρικότητα, αν όχι πανικό.

Αυτές οι χώρες δείχνουν να έχουν χάσει την πίστη τους στην βιωσιμότητα της Ευρωπαϊκής συμφωνίας με την Τουρκία, όσον αφορά τη μείωση του αριθμού των νέων αφίξεων. Στην πραγματικότητα, η απόφασή τους θα μετατοπίσει το βάρος της κρίσης προς τη Γερμανία όσον αφορά τη βόρεια πλευρά της Ευρώπης και προς την Ελλάδα για την νότια πλευρά της, εξωτερικεύοντας και μεταφέροντας την πίεση στις γειτονικές χώρες. Αυτή είναι η συνταγή για την πολιτική αποτυχία της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

– Η Ευρώπη βρίσκεται αντιμέτωπη με τη μεγαλύτερη κρίση της, από την συγκρότηση της Ευρωζώνης. Προσφυγική κρίση, Οικονομική κρίση, Ανεργία, Grexit και τώρα Brexit. Ποιά είναι η επόμενη μέρα για την Ευρώπη;

Η ερώτηση αυτή δεν είναι εύκολο να απαντηθεί. Από την μια πλευρά, η παρούσα κατάσταση δείχνει τελικά πόσο εύθραυστη είναι η διαδικασία της ολοκλήρωσης της ενοποίησης. Το ενδεχόμενο κατάρρευσης είναι πιθανό, στην περίπτωση που κράτη-μέλη αρχίζουν να απομακρύνονται από την Ευρωπαϊκή Ένωση εγκαταλείποντας την πίστη τους στο κοινό νομικό και θεσμικό πλαίσιο, κατευθύνοντας αλλού τις πολιτικές τους προτεραιότητες.

Από την άλλη, τα κίνητρα διατήρησης της ενοποίησης στο βαθμό που είναι σήμερα, παραμένουν υψηλά, ιδιαίτερα στο πεδίο της οικονομίας και τα νομισματικά θέματα, την εσωτερική ασφάλεια αλλά και την εξωτερική πολιτική. Εκτιμώ, πως μια νέα συνθήκη Schengen θα προκύψει, που θα αφορά τον πυρήνα των χωρών, την στιγμή που το σημερινό καθεστώς, ενδεχομένως, θα διαλύσει. Τα κίνητρα για την εξερεύνηση της προοπτικής πλήρους ενοποίησης παραμένουν ισχυρά στο οικονομικό κέντρο της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Παγκόσμιο σκάνδαλο

55 χώρες ανακαλούν τις σοκολάτες Mars και Snickers!

Μεγάλες διαστάσεις φαίνεται πως προσλαμβάνει η υπόθεση με την απόσυρση των προϊόντων σοκολάτας Mars και Snickers καθώς σύμφωνα με το Associated Press, οι σοκολάτες αποσύρθηκαν από συνολικά 55 χώρες!

Αρχικά, η αμερικανική εταιρεία παρασκευής των συγκεκριμένων προϊόντων ανακοίνωσε πως αποσύρει την Mars και την Snickers από την αγορά της Γερμανίας και της Ολλανδίας, ωστόσο, όπως έγινε γνωστό η απόσυρση αφορά σε συνολικά 55 χώρες, μεταξύ των οποίων την Ισπανία, την Ιταλία, τη Βρετανία, το Βέλγιο και τη Γαλλία.

Ο λόγος που οδήγησε την εταιρεία σε αυτή την απόφαση είναι το γεγονός ότι βρέθηκε σε ένα προϊόν της κομμάτια πλαστικού και προκειμένου να μην επηρεαστεί περαιτέρω η φήμη της και να προκληθούν προβλήματα στους καταναλωτές, η Mars αποσύρει από την γερμανική αγορά όλα τα προϊόντα Mars, Snickers, Milky Way Minis, Miniatures καθώς και ορισμένες καραμέλες Celebrations των οποίων η ημερομηνία λήξης κυμαίνεται από τις 19 Ιουνίου 2016 έως τις 8 Ιανουαρίου 2017.

Ο κατάλογος με τις χώρες από τις οποίες ανακαλούνται τα προϊόντα αυτά υπάρχει στην ιστοσελίδα της εταιρείας **www.mars.de,** ωστόσο, λόγω αυξημένης επισκεψιμότητας, ο ιστότοπος δεν λειτουργεί κατά διαστήματα.

ΤΙ ΕΠΙΣΗΜΑΙΝΟΥΝ ΟΙ ΚΥΠΡΙΑΚΕΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Νεότερη πληροφόρηση έλαβαν οι Υγειονομικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Υγείας από την Αρμόδια Αρχή της Ολλανδίας, μέσω του Συστήματος Έγκαιρης Προειδοποίησης για τα Τρόφιμα και τις Ζωοτροφές (RASFF), σύμφωνα με την οποία η παρασκευάστρια



εταιρεία έχει επικαιροποιήσει τον πίνακα με τα προϊόντα σοκολάτες που ανακαλούνται. Σύμφωνα με επίσημη ανακοίνωση οι αλλαγές αφορούν τόσο τις εμπλεκόμενες παρτίδες καθώς και τις ημερομηνίες ελάχιστης διατηρησιμότητας. Ως εκ τούτου η πιο κάτω πληροφορίες αντικαθιστούν προηγούμενες.

Εμπορική επωνυμία Μορφή συσκευασίας Παρτίδες (τρία πρώτα ψηφία των παρτίδων) Ανάλωση κατά προτίμηση: Από Έως MARS Ατομική συσκευασία 550*, 551*, 552*, 553*, 601*, 602*, 603A* 7 Αυγούστου 2016 16 Οκτωβρίου 2016 Συσκευασία 2 τεμαχίων Πολυσυσκευασία Μίνι συσκευασία (Mini's) Συσκευασία μινιατούρα (Miniatures) MILKY WAY Μίνι συσκευασία (Mini) 550*, 552*, 601*, 603* 4 Σεπτεμβρίου 2016 8 Ιανουαρίου 2017 SNICKERS Ατομική συσκευασία 549*, 550*,551*, 552*,553*, 601*, 602*,603B* 3 Ιουλίου 2016 21 Αυγούστου 2016 Συσκευασία 2 τεμαχίων Πολυσυσκευασία Μίνι συσκευασία (Mini's) Συσκευασία μινιατούρα (Miniatures) CELEBRATIONS Όλες οι συσκευασίες 548*, 549*, 550*, 551*, 553*, 601*, 602*, 603*, 605*, 606* 19 Ιουνίου 2016 21 Αυγούστου 2016 MINI MIX Όλες οι συσκευασίες 550*, 601*, 602*, 603*, 604*, 607* 10 Ιουλίου 2016 18 Σεπτεμβρίου 2016. Επισημαίνεται εκ νέου πως η ανάκληση αφορά μόνο τα προϊόντα που έχουν παραχθεί από το εργοστάσιο της παρασκευάστριας εταιρείας στην Ολλανδία και φέρουν στον αριθμό παρτίδας τους λατινικούς χαρακτήρες NLD. Τέλος, αναφέρεται πως οι Υγειονομικές Υπηρεσίες είναι σε διαρκή επικοινωνία με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και με τις Αρμόδιες Αρχές της Ολλανδίας μέσω του Συστήματος Έγκαιρης Προειδοποίησης για τα Τρόφιμα και τις Ζωοτροφές, καθώς και με τον επίσημο αντιπρόσωπο στην Κύπρο και σε περίπτωση που κριθεί αναγκαίο θα επανέλθουν με νέα ανακοίνωση.

ERG_7-7_inn_8 & 9 3/1/16 11:35 AM Page 1

ΤΟΥ ΑΝΔΡΕΙΩΜΕΝΟΥ Ο ΘΑΝΑΤΟΣ ΔΙΝΕΙ ΖΩΗ ΣΤΗ ΝΙΟΤΗ

Ο ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ ΚΑΘΟΔΗΓΕΙ ΤΑ ΒΗΜΑΤΑ ΜΑΣ

• 59 χρόνια από την ηρωική θυσία του γενναίου των γενναίων

Στις 3 Μαρτίου 1957, έπεσε ηρωικά μαχόμενος κατά των Άγγλων, στην περιοχή Μαχαιρά στο όρος Τρόοδος, ο υπαρχηγός της ΕΟΚΑ Γρηγόρης Αυξεντίου. Μετά από πολύωρη μάχη, οι Άγγλοι που τον είχαν κυκλώσει έριξαν βενζίνη στο σπήλαιο - κρησφύγετό του και του ζήτησαν για τελευταία φορά να παραδοθεί. Ο Αυξεντίου αρνήθηκε και έγινε παρανάλωμα για την Ελευθερία.

Έτσι μετουσίωσε σε πραγματικότητα αυτό που είχε γράψει το 1950, υπηρετώντας ως έφεδρος ανθυπολοχαγός του ΕΣ στα ελληνοβουλγαρικά σύνορα: «Την Λευτεριά μας, το ιδανικό των ιδανικών μας, την υπέγραψα κι εγώ, όχι μόνο σε χαρτί, μα φορώντας την τιμημένη στολή του Έλληνα φαντάρου και θα την υπογράψω οποιαδήποτε στιγμή το ζητήσει η Κύπρος μας και με το αίμα μου...». Καθώς κι αυτό που είχε πει λίγους μήνες πριν τη θυσία του στη Μονή Μαχαιρά, «Θα τους μάθω όλους τους αγωνιστές μας, όλα τα παλληκάρια μας, να πεθαίνουν. Έφθασε η στιγμή που δεν θα ξαναϊδεί ο εχθρός κανένα να παραδίδεται...».

Η ΜΥΗΣΗ

Τον Ιανουάριο του 1955 μυήθηκε στην Ε.Ο.Κ.Α. (Εθνική Οργάνωση Κυπρίων Αγωνιστών) και είχε την πρώτη επαφή του με τον αρχηγό Γεώργιο Γρίβα στις 20 Ιανουαρίου του ίδιου έτους. Μέσα στην οργάνωση πήρε το ψευδώνυμο «Ζήδρος». Μπήκε στον αγώνα κατά των Άγγλων, συμμετέχοντας την άνοιξη του 1955 στις επιθέσεις κατά της Ηλεκτρικής Εταιρείας και του Ραδιοφωνικού Σταθμού της Λευκωσίας. Πολύ γρήγορα διακρίθηκε για τις ηγετικές του ικανότητες και του δόθηκε η θέση του υπαρχηγού της Ε.Ο.Κ.Α. Κατά τη διάρκεια της αντιστασιακής του δράσης έλαβε και τα ψευδώνυμα «Ρήγας», «Αίαντας», «Άρης», «Μάστρος», «Ανταίος» και «Ζώτος» και έγινε το φόβητρο των Άγγλων και ο θρύλος των συμπατριωτών του.

Η ΕΠΙΚΗΡΥΞΗ

Δεν άργησε να γίνει ο υπ' αριθμόν ένα καταζητούμενος από τους Άγγλους, οι οποίοι τον επικήρυξαν αρχικά με 250λίρες και στην συνέχεια με το υπέρογκο, για την εποχή, ποσό των 5.000 λιρών, επειδή ανατίναξε αγγλικές περιουσίες. Μετά την επικήρυξη του κατέφυγε σε μια φυσική σπηλιά στον Πενταδάκτυλο, όπου έμαθε στους αγωνιστές την χρήση των όπλων, καθώς και τεχνικές ανταρτοπόλεμου. Η δράση του ήταν πλούσια τόσο στον Πενταδάκτυλο όσο και στο όρος Τρόοδος όπου κατέφυγε αργότερα. Το Πάσχα του 1956 ο Αυξεντίου αναρρώνει στο μοναστήρι του Μαχαιρά μετά από εγχείρηση. Όταν πάνω από 100 Άγγλοι στρατιώτες περικύκλωσαν το μοναστήρι, ο Γρηγόρης Αυξεντίου μεταμφιεσμένος σε καλόγερο με γενειάδα και ράσο παρουσιάστηκε στον Άγγλο επικεφαλής αξιωματικό ως ο «πάτερ-Χρύσανθος». Στις 12 Δεκεμβρίου 1955 ο Αυξεντίου και όλη η ιεραρχία της ΕΟΚΑ παγιδεύτηκαν από τους Βρετανούς στο όρος Τρόοδος, κοντά στο χωριό Σπήλια. Ο Αυξεντίου, όχι μόνο οδήγησε τους συντρόφους του σε ασφαλές μέρος, αλλά άφησε με μαεστρια τους Άγγλους να αλληλοπυροβολούνται και να έχουν πολλά θύματα.

Ο ΕΦΙΑΛΤΗΣ

Στα τέλη Φεβρουαρίου 1957 οι αγγλικές δυνάμεις ασφαλείας έλαβαν την πληροφορία από ένα βοσκό ότι ο Αυξεντίου και η ομάδα του κρύβονται σε μια σπηλιά πλησίον της Μονής Μαχαιρά στο όρος Τρόοδος. Απόσπασμα από 60 στρατιώτες έφθασε εκεί το απόγευμα της 2ας Μαρτίου. Η μάχη κράτησε για ώρες. Στην ομάδα του Αυξεντίου ήταν οι Ανδρέας Στυλιανού, Αυγουστής Ευσταθίου, Αντώνης Παπαδόπουλος και Φειδίας Συμεωνίδης, τους οποίους, όμως,διέταξε να βγουν από το κρησφύγετο και να παραδοθούν για να σωθούν, ενώ αυτός έμεινε και πολέμησε μόνος επί 10 ώρες τους εχθρούς, τραυματισμένος από θραύσμα χειροβομβίδας. Ο ίδιος αποφασισμένος να μην πέσει ζωντανός στα χέρια των Άγγλων και αν χρειαστεί να θυσιαστεί τους είπε επί λέξη: «Μέχρι σήμερα μαθαίνατε πως πολεμούν οι Έλληνες. Σήμερα θα μάθετε και πως πεθαίνουν». Σε προτροπές των Άγγλων να παραδοθεί είχε μόνο μία απάντηση να δώσει «Μολών Λαβέ». Τέσσερις στρατιώτες όρμησαν μέσα στην σπηλιά. Ο Αυξεντίου τους υποδέχτηκε με καταιγιστικά πυρά. Οι τρεις Βρετανοί οπισθοχώρησαν έντρομοι, ο τέταρτος, ένας δεκανέας, έπεσε νεκρός.



ΤΟ ΜΟΛΩΝ ΛΑΒΕ

Ο συμπολεμιστής του Αυγουστής Ευσταθίου, επέστρεψε, με υπόδειξη των Άγγλων, για να εξακριβώσει αν ο Αυξεντίου ήταν ζωντανός και να τον πείσει να παραδοθεί. Ο Αυγουστής προτίμησε να μείνει μαζί με τον αρχηγό του. Και η μάχη συνεχίστηκε ως το απόγευμα. Προσπάθειά τους ήταν να κρατήσουν τη μάχη μέχρι να νυχτώσει και επωφελούμενοι από το σκοτάδι να διαφύγουν. Οι Άγγλοι περιέλουσαν το κρησφύγετο με βενζίνη, το πυρπόλησαν και έκαψαν ζωντανό τον Αυξεντίου, ενώ ο Αυγουστής Ευσταθίου, με βαριά εγκαύματα, επιχείρησε έξοδο και συνελήφθη. Ήταν Κυριακή 3Μαρτίου 1957. Οι ισχυρές δυνάμεις των Άγγλων υπέστησαν πρωτοφανείς απώλειες(πάνω από 40 οι νεκροί, ακόμα περισσότεροι οι τραυματίες).

Η ΤΑΦΗ

Το καρβουνιασμένο πτώμα του αναγνώρισε πρώτος ο πατέρας του. «Απ' τις χοντρές ελληνικές κοκκάλες του», όπως είπε, «κι από κείνο το χρυσό κωσταντινάτο που άχνιζε στον κόρφο του». Βγήκε από το νεκροτομείο χαμογελώντας, και κάνοντας τους συνοδούς του να πιστέψουν ότι άλλος ήταν ο νεκρός... Έκλαψε για τον γιο του μόνο όταν απομακρύνθηκε από τους Άγγλους: «Ναι, ο Γρηγόρης είναι, αλλά να μην μας δούνε αυτά τα σκυλιά να κλαίμε»). Ενώ η μάνα του Αυξεντίου είπε: «Είμαι περήφανη για τον γιο μου. Κάλλιο μια φούχτα τιμημένη στάχτη, παρά γονατισμένος ο λεβέντης μου».

Από φόβο λαϊκών εκδηλώσεων οι Άγγλοι έθαψαν το καμένο σώμα του Αυξεντίου στις Κεντρικές Φυλακές Λευκωσίας, στις 4 Μαρτίου1957, στον χώρο που είναι γνωστός σήμερα ως «Φυλακισμένα Μνήματα». Έτσι ο Γρηγόρης Αυξεντίου, σε ηλικία 29 ετών, επισφράγισε με τη θυσία του τον αγώνα του για την Ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα και την ελευθερία. Η θυσία του αυτή, όπως και πολλών άλλων, περιμένει ακόμα τη δικαίωσή της...

ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ

Σε καιρούς οικονομικής δυσπραγίας, κοινωνικής καθίζησης, πολιτικής παρακμής, πνευματικής ατροφίας και κραυγαλέας αποχής των νέων από τα κοινά και με την κατοχή να μας καταπλακώνει έχουμε υπέρτατο χρέος να προασπιστούμε την εθνική μας ταυτότητα και την χριστιανική μας πίστη για τις οποίες ο Γρηγόρης και οι συναγωνιστές του έδωσαν τη ζωή τους. Είναι καθήκον εθνικό και πατριωτικό να διεκδικήσουμε ό,τι μας ανήκει ως Έλληνες και Ευρωπαίοι με αμετάθετο στόχο την εξεύρεση δημοκρατικής, βιώσιμης λύσης με βάση τις αρχές και αξίες της Ευρωαπαικής Ένωσης χωρίς εκπτώσεις και γκρίζες ζώνες.

Οφείλουμε να μεταλαμπαδεύσουμε στη νέα γενικά τα ιδανικά της ΕΟΚΑ προκειμένου να κρατήσουμε αλώβητη την Ελληνική μας συνέχεια και ταυτότητα. Σε αυτή μας την πορεία, ως πυξίδα μας φωτίζει τον δρόμο το άγαλμα του Γρηγόρη Αυξεντίου από τη Μονή Μαχαιρά.



Ο Γρηγόρης Αυξεντίου γεννήθηκε στο χωριό Λύση Αμμοχώστου στις 22 Φεβρουαρίου 1928. Με την αποφοίτησή του από το γυμνάσιο μετέβη στην Ελλάδα για να σπουδάσει στη Στρατιωτική Σχολή Ευελπίδων. Τελικά το 1949 μπήκε στη Σχολή Εφέδρων Αξιωματικών του Ελληνικού Στρατού, ενώ παράλληλα μελετούσε για να εγγραφεί στην Φιλοσοφική. Αφού αποφοίτησε, υπηρέτησε ως έφεδρος ανθυπολοχαγός πεζικού στα Ελληνοβουλγαρικά σύνορα και αλλού. Τελείωσε τη θητεία του στις 15/11/1952 και επέστρεψε στην Κύπρο, όπου εργάστηκε ως οδηγός ταξί. Στις 10 Ιουνίου του 1955, βρήκε την ευκαιρία να παντρευτεί την αγαπημένη του Βασιλική στο μοναστήρι του Αχειροποιήτου.

ΑΥΞΕΝΤΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

Προς τιμήν του υπαρχηγού της ΕΟΚΑ μετονομάσθηκε το χωριό Κατράμιο Θράκης σε Αυξέντιο. Οι κάτοικοι του οικισμού δεν ήθελαν το χωριό τους να έχει τουρκογενές όνομα και έτσι το 1960 αποφάσησαν ν' αλλάξουν το όνομα του επιθυμώντας σφοδρά να τιμήσουν το λαμπρό ήρωα και αγωνιστή της ΕΟΚΑ Γρηγόρη Αυξεντίου, του οποίου η θυσία ήταν πρόσφατη και είχε συγκινήσει το πανελλήνιο. Το 1999 κατασκευάστηκε το ηρώο του Γρηγόρη Αυξεντίου στον ομώνυμο οικισμό, με πρωτοβουλία του Δήμου Λύσης με την βοήθεια του Συλλόγου Κυπρίων Νομού Ξάνθης και χρηματοδότηση της Συνεργατικής Λύσης.

ΠΟΙΗΤΙΚΗ ΑΠΟΘΕΩΣΗ

(Κώστας Μόντης για Αυξεντίου)

Να πάρουμε μια σταγόνα από το αίμα σου
να καθαρίσουμε το δικό μας,
να πάρουμε μια σταγόνα από το αίμα σου
να μπολιάσουμε το δικό μας,
να πάρουμε μια σταγόνα από το αίμα σου
να βάψουμε το δικό μας
να μη μπορέση πια ποτέ
να το ξεθωριάσει ο φόβος.
Να πάρουμε το τελευταίο σου βλέμμα
να μάς κοιτάζει μη ξεστρατίσουμε,
να πάρουμε την τελευταία σου εκπνοή
νάχουμε οξυγόνο ν' αναπνέουμε χιλιάδες χρόνια,
να πάρουμε τις τελευταίες σου λέξεις
νάχουμε να τραγουδάμε ανεξάντλητα εμβατήρια για τη λευτεριά...

ERG_8-9_inn_8 & 9 3/1/16 11:35 AM Page 1

Μέρα αυτογνωσίας και ευθύνης η 8η Μαρτίου 1857 για τους δυναμικούς και ανεπανάληπτους αγώνες που έδωσαν οι γυναίκες διεκδικώντας αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας για μια πιο ανθρώπινη και δίκαιη κοινωνία που δεν καλλιεργεί και δεν επιτρέπει ανισότητες και διακρίσεις.

Παρά τη σημαντική πρόοδο που έχει επιτευχθεί ο δρόμος μέχρι την τελική καταξίωση είναι μακρύς και δύσβατος.

Η Κύπρια γυναίκα αντιμετωπίζει στην καθημερινότητα της πάμπολες δυσκολίες που διευρύνονται και ενισχύονται λόγω στερεότυπων αντιλήψεων που εξακολουθούν να καταδυναστεύουν την κοινωνία.

Για τη ΣΕΚ η κοινωνική καταξίωση της εργαζόμενης γυναίκας αποτελεί κορυφαία προτεραιότητα και θα συνεχίσει ακατάπαυστα τον αγώνα μέχρις ότου η πολιτεία να χαράξει μακρόπνοη πολιτική για επίλυση των πολλαπλών και χρονίζοντων προβλημάτων της εργαζόμενης γυναίκας.

ΑΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ Η ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΙΣΟΤΗΤΑΣ



Η Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 8 Μαρτίου, σε ανάμνηση μιας μεγάλης εκδήλωσης διαμαρτυρίας που έγινε στις 8 Μαρτίου του 1857 από εργάτριες κλωστοϋφαντουργίας στη Νέα Υόρκη, οι οποίες ζητούσαν καλύτερες συνθήκες εργασίας. Η πρώτη Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας γιορτάστηκε το 1909 με πρωτοβουλία του Σοσιαλιστικού Κόμματος των ΗΠΑ και υιοθετήθηκε δύο χρόνια αργότερα από τη Σοσιαλιστική Διεθνή.

ΙΣΤΟΡΙΚΟ

Η 8η Μαρτίου ορίστηκε το 1977 από τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών ως Παγκόσμια Ημέρα για τα δικαιώματα της Γυναίκας και τη Διεθνή Ειρήνη.

Η ιδέα για τον εορτασμό της προέκυψε κατά το πέρασμα στον 20ό αιώνα, το οποίο σηματοδοτήθηκε από την εκβιομηχάνιση, την πληθυσμιακή έκρηξη και τις ριζοσπαστικές ιδεολογίες. Το έναυσμα, όμως, είχε δοθεί αιώνες πριν, με τη Λυσιστράτη να πρωτοστατεί σε μια ιδιόμορφη «φεμινιστική» απεργία, προκειμένου να τελειώσει ο πόλεμος των ανδρών.Κατά τη διάρκεια της Γαλλικής επανάστασης οι γυναίκες του Παρισιού ζητούσαν «ελευθερία, ισότητα, αδελφότητα» στις Βερσαλίες. Η γιορτή ουσιαστικά αφορά στους αγώνες γυναικών, που με το θάρρος και την αποφασιστικότητα τους έγραψαν ιστορία.

Στις Ηνωμένες Πολιτείες, οι εργάτριες στο τομέα της υφαντουργίας και του ιματισμού

• Μόνιμη έγνοια της ΣΕΚ η εδραίωση συνθηκών Ισότητας για όλους

κινητοποιήθηκαν στις 8 Μάρτη του 1857 στη Νέα Υόρκη για τις απάνθρωπες συνθήκες εργασίας και τους χαμηλούς μισθούς τους. Η αστυνομία επιτέθηκε και διέλυσε βίαια το πλήθος των λευκοντυμένων γυναικών, όμως το εργατικό κίνημα είχε ήδη γεννηθεί. Δυο χρόνια αργότερα, οι γυναίκες που συμμετείχαν στις κινητοποιήσεις οργάνωσαν το πρώτο εργατικό σωματείο γυναικών και συνέχισαν τον αγώνα για τη χειραφέτηση τους.Το 1908 παρέλασαν 15.000 γυναίκες στους δρόμους της Νέας Υόρκης ζητώντας λιγότερες ώρες εργασίας, καλύτερους μισθούς και δικαίωμα ψήφου. Υιοθέτησαν το σύνθημα **«Ψωμί και τριαντάφυλλα»,** με το ψωμί να συμβολίζει την οικονομική ασφάλεια και τα τριαντάφυλλα την καλύτερη ποιότητα ζωής. Η Ημέρα της Γυναίκας γιορτάστηκε για πρώτη φορά από το Σοσιαλιστικό Κόμμα των ΗΠΑ στις 28 Φεβρουαρίου 1909. Ο εορτασμός της καθιερώθηκε το 1910 με πρόταση της Γερμανίδας σοσιαλίστριας Clara Zetkin κατά τη διάρκεια της Δεύτερης Διεθνούς.

Στις μέρες μας, όμως, σε πολλές χώρες η ημέρα αυτή έχει χάσει το πολιτικό της μήνυμα: Αφενός εμπορευματοποιήθηκε και αφετέρου εκλήφθηκε ως ευκαιρία για να εκφράσουν οι άνδρες την αγάπη τους στις γυναίκες, όπως κατά την Ημέρα της Μητέρας και του Αγίου Βαλεντίνου.

Ωστόσο, περιστατικά που σημειώνονται με αφορμή τον εορτασμό της Ημέρας τη Γυναίκας, αποδεικνύουν την ανάγκη προβολής και τίμησης, αν μη τι άλλο, των αγώνων των γυναικών. Στην Τεχεράνη στις 4 Μαρτίου 2007, η αστυνομία ξυλοφόρτωσε χιλιάδες άνδρες και γυναίκες που σχεδίαζαν συλλαλητήριο για τον εορτασμό της ημέρας. Οι δεκάδες γυναίκες που συνελήφθησαν κρατήθηκαν για μέρες στην απομόνωση. Οι ακτιβίστριες Shadi Sadr και Mahbubeh Abbasgholizadeh αφέθηκαν ελεύθερες μετά από δεκαπέντε μέρες απεργία πείνας.

ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΕΚ

- Επιδότηση της γονικής άδειας.
- Επανεξέταση και καθορισμός νέου ωραρίου των κρατικών δομών φροντίδας των παιδιών ώστε να εξυπηρετεί τους εργαζόμενους του ιδιωτικού τομέα.
- Υλοποίηση εισηγήσεων που κατατέθηκαν στο Φορέα Δημογραφικής Πολιτικής, συμβάλλοντας στην αναχαίτιση του δημογραφικού προβλήματος, που απειλεί σοβαρά τον κοινωνικό ιστό της χώρας.
- Φορολογική ελάφρυνση των οικογενειών που έχουν παιδιά στους ιδιωτικούς σταθμούς ηλικίας κάτω των 4 χρόνων και 8 μηνών, οι οποίες αιτούνται θέσης στους κρατικούς σταθμούς και απορρίπτονται, λόγω της ανεπαρκούς αριθμού κάλυψης παιδιών στους κρατικούς σταθμούς.
- Εφαρμογή του νόμου για την Ίση Μεταχείριση στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση, που καλύπτει, μεταξύ άλλων, το αδίκημα της σεξουαλικής παρενόχλησης στο χώρο εργασίας, και του νόμου για την Ίση Αμοιβή.
- Να αναληφθεί εκστρατεία ενημέρωσης για τις νομοθεσίες που προάγουν την ισότητα.





ΥΜΝΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ 8Η ΜΑΡΤΙΟΥ

Καθώς τραβάμε εμπρός, εμπρός στην ομορφιά της μέρας
Χιλιάδες σκοτεινές κουζίνες, χιλιάδες μαύρες φάμπρικες
Γεμίζουν ξάφνου με του ήλιου τη λαμπράδα
Γιατί ο κόσμος μας ακούει να τραγουδάμε "ψωμί και τριαντάφυλλα, ψωμί και τριαντάφυλλα".

Καθώς τραβάμε εμπρός, εμπρός είναι και για τους άνδρες ο αγώνας μας
Γιατί είναι των γυναικών παιδιά και τους γεννάμε πάλι,
Φτάνει πια ο παιδεμός σ'όλη μας τη ζωή,
Πεινάνε οι ψυχές και όχι το σώμα μόνο "Δώστε μας Ψωμί και Δώστε μας Τριαντάφυλλα"



Η γυναίκα συμμετέχει, η κοινωνία αλλάζει!

- Πολεμήστε τις αδικίες που ξεφυτρώνουν μπροστά σας.
- Διεκδικήστε με αποφασιστικότητα τα δικαιώματα σας.
- Αξιοποιήστε το νομοθετικό πλαίσιο που σας θωρακίζει.
- Στοχεύετε στην ενδυνάμωση της θέσης σας μέσα στην εργασία.
- Δράστε δυναμικά, όταν θίγεται η αξιοπρέπεια σας.
- Καταγγείλετε άφοβα διακρίσεις και ανισότητες.
- Εξαλείψτε τα στερεότυπα που κυριαρχούν στην καθημερινότητα σας.
- Σπάστε τα τείχη που σας εγκλωβίζουν.

ERG_8-9_inn_8 & 9 3/1/16 11:35 AM Page 2

• Ημερίδα για το Σεξισμό

Οι παγιωμένες αντιλήψεις και τα αρνητικά στερεότυπα χρειάζονται δραστικές παρεμβάσεις

Η απόσταση λόγων και έργων για την Ισότητα είναι πολύ μεγάλη και συνεπώς η προσπάθεια θα πρέπει να είναι συνεχής και ακατάπαυστη.

Η θέση αυτή προτάχθηκε στο πλαίσιο συνεδρίου, με θέμα τον Σεξισμό που διοργάνωσε από κοινού η Επιτροπή Ισότητας και η Επίτροπος Διοίκησης, που πραγματοποιήθηκε την περασμένη Πέμπτη στο Υπουργείο Οικονομικών.

Σε χαιρετισμό που απηύθυνε η Υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** τόνισε χαρακτηριστικά πως παρόλο που ουδείς αμφισβητεί σε επίπεδο διακηρύξεων, ότι γυναίκες και άντρες είναι απολύτως ισότιμα μέλη της κοινωνίας και του ενεργού εργατικού πληθυσμού, είναι προφανές πως δυστυχώς η απόσταση μεταξύ της ρητορικής και της θεωρητικής αναγνώρισης της ισότητας και της ουσιαστικής ισότητας στην πράξη και στην καθημερινότητα του κάθε ενός από εμάς είναι ακόμη μεγάλη.

Τόνισε δε πως η Ισότητα των φύλων αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση για δημοκρατία και δικαιοσύνη αλλά και για τη βέλτιστη αξιοποίηση των ανθρώπινων πόρων, των δεξιοτήτων και του ταλέντου όλων των πολιτών», ανέφερε.

Χρειαζόμαστε, πρόσθεσε, «την ισότητα στην οικονομική και κοινωνική ζωή, στην πολιτιστική δραστηριότητα και στη συμμετοχή στα κέντρα λήψης των αποφάσεων». Αναφερόμενη στη δράση του Υπουργείου της, είπε ότι «δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη πολιτικών για θεμελίωση της αρχής της ισότητας των δύο φύλων και στην ενδυνάμωση της συμμετοχής της γυναίκας στην κοινωνία, την αναγνώριση της συμβολής της σε όλα τα μήκη και τα πλάτη της αγοράς εργασίας και την ουσιαστική και ταχεία ενίσχυση της γυναικείας παρουσίας στη δημόσια ζωή».



Ιδιαίτερη μνεία έκανε η Υπουργός στη σημασία της ύπαρξης των φορέων ισότητας, όπως η Επιτροπή Ισότητας των Φύλων στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση, η οποία παρέχει χωρίς οικονομική επιβάρυνση, συμβουλές για θέματα ισότητας των φύλων στην απασχόληση και την επαγγελματική εκπαίδευση, αλλά και ανεξάρτητη συνδρομή προς θύματα διακρίσεων, μετά από καταγγελία τους.

Σύμφωνα με την Επίτροπο Διοίκησης **Ελίζα Σαββίδου**, «ο σεξισμός είναι διάχυτος στην κυπριακή κοινωνία και διαπερνά όλα τα κοινωνικά στρώματα και όλες τις εκφάνσεις της ζωής μας». «Ενώ λοιπόν η πολιτική ζωή του τόπου βρίθει διακηρύξεων και νομοθετικών δεσμεύσεων για την ισότητα των φύλων τα έμφυλα στερεότυπα και τα πατριαρχικά κατάλοιπα που συντηρούν τον σεξισμό και την έμφυλη βία καλά κρατούν», είπε.



√ Ο σεξισμός δεν είναι ούτε τυχαίος, ούτε αθώος. Αντικατοπτρίζει μια υφιστάμενη πραγματικότητα εξουσιαστικών σχέσεων και ανισοτήτων σε βάρος των γυναικών

«Είναι γεγονός ότι ενώ ο ρατσισμός τυγχάνει σε πολύ γενικές γραμμές κοινωνικής και νομικής απαξίας, ο σεξισμός ως μια ειδικότερη έκφανση του ρατσισμού παραμένει εν πολλοίς στο απυρόβλητο», πρόσθεσε.

Αναφερόμενη στην πρόσφατη τοποθέτησή της για το θέμα, εξήγησε ότι έγινε για να προκαλέσει μια δημόσια συζήτηση «για την αδιόρατη αυτή μορφή βίας, η οποία διέπει σε μεγάλο βαθμό την κοινωνία μας, συντηρώντας την πατριαρχική δομή της και υποδαυλίζοντας τις διακρίσεις σε βάρος των γυναικών».

Σύμφωνα με την ίδια «η πρόληψη και η καταπολέμηση του σεξισμού χρειάζεται λήψη αποφασιστικών και συνειδητών πρωτοβουλιών σε πολλά επίπεδα».

Σε ένα απόσπασμα που αποδίδεται στον Πυθαγόρα σύμφωνα με το οποίο «η δημιουργία του άνδρα συνδέεται με την τάξη και το φως ενώ της γυναίκας με το χάος και το σκοτάδι», αναφέρθηκε η Πρόεδρος της Επιτροπής Ισότητας των Φύλων **Λουϊζα Ζαννέττου - Χριστοδουλίδου** κάνοντας μια ιστορική αναδρομή της παρουσίας των προκαταλήψεων και του σεξισμού.

«Οι περισσότεροι άνθρωποι, θύματα και δράστες, δυστυχώς δεν κατανοούν το σεξισμό ή αν τον κατανοούν δεν πιστεύουν ότι είναι πρόβλημα», είπε. Σε σχέση με τα ΜΜΕ στην Κύπρο – και όχι μόνο – , είπε ότι καλλιεργούν το σεξισμό είτε μέσα από ψυχαγωγικές εκπομπές, είτε μέσα από διαφημίσεις και καθημερινές σειρές.

Η κ. Ζαννέττου ανέφερε ακόμη ότι «κοινωνιογλωσσικές έρευνες δείχνουν ότι η γλώσσα είναι ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες μέσω του οποίου αντανακλώνται οι κοινωνικές ανισότητες». Αν θέλουμε, σημείωσε, «να πάψει να υπάρχει ο σεξισμός στην κοινωνία πρέπει να εκλείψουν και οι σεξιστικές φράσεις». Την ίδια ώρα, είπε ότι «ως Επιτροπή καταδικάζουμε το σεξισμό και ιδιαίτερα όταν εμφανίζεται στην απασχόληση» και ευχαρίστησε την Υπουργό Εργασίας για την υποστήριξή της.

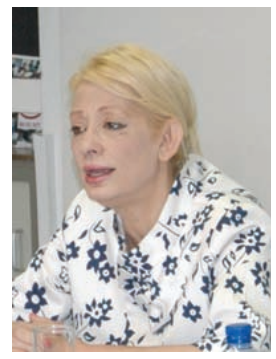
Εισαγωγή ενός αυτορυθμιστικού πλαισίου «ηθικής» δημοσιογραφίας και λογοδοσίας, σαφείς και συγκεκριμένες αρχές για δημόσιες αντιδράσεις και καταδίκης του σεξισμού, συνολική ενδυνάμωση του θεσμικού πλαισίου για την έμφυλη βία με στόχο την ανατροπή της εντύπωσης ότι οι σεξιστικές συμπεριφορές είναι αμελητέες, εστίαση στο χώρο της εκπαίδευσης ως θεσμού που μπορεί να προωθήσει ουσιαστικά την ισότητα των φύλων και την αντιμετώπιση του σεξισμού είναι μερικές από τις εισηγήσεις της Εθνικής Ανεξάρτητης Αρχής Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων στην τοποθέτησή της σχετικά με το σεξισμό στο χώρο της πολιτικής και των ΜΜΕ, την οποία παρουσίασε η λειτουργός του γραφείου της Νιόβη Γεωργιάδη.

Στοιχεία από την έκθεση του Παγκόσμιου Οικονομικού Φόρουμ το Νοέμβριο 2015 για το χάσμα μεταξύ των φύλων εμπεριέχονται στην παρουσίαση της Καθηγήτριας στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης και Πρόεδρου της Επιτροπής Φύλου και Ισότητας στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης **Δήμητρας Κογκίδου**. Σύμφωνα με τα στοιχεία, η Κύπρος καταλαμβάνει την 100η θέση από τις 145 στη γενική κατάταξη, την 88η θέση στον τομέα της οικονομίας, με συμμετοχή κατά 66% των γυναικών στο εργατικό δυναμικό, την 41η θέση στον τομέα της εκπαίδευσης, την 73η στον τομέα της υγείας και την 124η θέση στον τομέα της πολιτικής.

Στον επαγγελματικό σεξισμό εστίασε η παρουσίαση της Επιστημονικής Συνεργάτιδας της Επιτροπής Ισότητας των Φύλων στην Απασχόληση και στην Επαγγελματικής Εκπαίδευση **Άννας Πηλαβάκη**. Μεταξύ άλλων στην παρουσίαση της παρατίθενται στοιχεία για έρευνα του 2006 από την Α.Σ. Πανδώρα με ανάδοχο τη ΣΕΚ, σύμφωνα με την οποία τα επόμενα 50 χρόνια δεν θα σταματήσει ο επαγγελματικός διαχωρισμός και ότι οι γυναίκες θα εξακολουθούν να καλύπτουν τις χαμηλά αμειβόμενες θέσεις εργασίας.

Ζέτα Αιμιλιανίδου,
υπουργός Εργασίας

Μεγάλη η απόσταση λόγων και έργων για την Ισότητα



Ο σεξισμός είναι μια έμπρακτη συνέπεια των προκαταλήψεων φύλου και συνιστά διάκριση βασισμένη στο φύλο και τον σεξουαλικό προσανατολισμό. Οι προκαταλήψεις αυτές διαμορφώνουν στερεότυπα και ρόλους διαφορετικούς στο κάθε φύλο, γενικευμένες δηλαδή αντιλήψεις για το τι αντιπροσωπεύει και πώς συμπεριφέρεται ο άνδρας και η γυναίκα.

Σε αυτήν τη γενικευμένη και αδιαφοροποίητη εικόνα της «αρρενωπότητας» και της «θηλυκότητας», η γυναίκα παρουσιάζεται υποδεέστερη σε όλους τους τομείς δράσης και γίνεται το θύμα των διακρίσεων. Οι διακρίσεις αυτές, στο πέρασμα του χρόνου, έχουν παγιωθεί σε κατ' όνομα «κοινωνικά» αποδεκτές συμπεριφορές και στάσεις, τις οποίες η νομοθεσία σήμερα επιδιώκει να αποδομήσει, όπως είναι, για παράδειγμα, η διαφορά στην αμοιβή για εργασία ίσης αξίας, ο αποκλεισμός της γυναίκας από συγκεκριμένα επαγγέλματα και τομείς δράσης και ο περιορισμός της γυναίκας σε οικιακή απλήρωτη εργασία.

Παρόλο ότι ουδείς αμφισβητεί σε διακηρυκτικό επίπεδο ότι γυναίκες και άντρες είναι απολύτως ισότιμα μέλη της κοινωνίας και του ενεργού εργατικού πληθυσμού, είναι προφανές πως δυστυχώς η απόσταση μεταξύ της ρητορικής και της θεωρητικής αναγνώρισης της ισότητας και της ουσιαστικής ισότητας στην πράξη και την καθημερινότητα είναι ακόμη μεγάλη. Γιατί, για να αλλάξουν οι παγιωμένες αντιλήψεις και τα αρνητικά στερεότυπα, χρειάζονται δραστικές παρεμβάσεις, μιας και αντιλήψεις και στερεότυπα έχουν συνδεθεί παγκοσμίως με την εκμετάλλευση του ενός φύλου από το άλλο, με μια απαράδεκτη κατανομή ρόλων και διαμοιρασμό της εξουσίας, και οικονομικά και πολιτικά συμφέροντα που διαιωνίζουν, με τρόπους άμεσους και έμμεσους, τους μύθους της ανωτερότητας του ενός φύλου ή συγκεκριμένων χαρακτηριστικών των «ικανών» ατόμων.

Η ισότητα των φύλων αποτελεί αναγκαία προϋπόθεση για δημοκρατία, για δικαιοσύνη, αλλά και για τη βέλτιστη αξιοποίηση των ανθρωπίνων πόρων, των δεξιοτήτων και του ταλέντου όλων των πολιτών. Χρειαζόμαστε ισότητα στην οικονομική και κοινωνική ζωή, την πολιτιστική δραστηριότητα και τη συμμετοχή στα κέντρα λήψης αποφάσεων. Οι αρχές και οι διαπιστώσεις αυτές έχουν τονιστεί επανειλημμένα σε διεθνείς και σε ευρωπαϊκές διακηρύξεις και αποφάσεις, στις οποίες συμμετέχουμε ενεργά.



ERG_10-10_inn_13 3/1/16 11:36 AM Page 1

Μαγικές Κινήσεις

Τα πέντε πράγματα που πρέπει να κάνουν όσοι εργάζονται μπροστά από υπολογιστές!

Τα μάτια σας τσούζουν, η πλάτη σας πονάει και τα πόδια σας παθαίνουν κράμπες. Κάπως έτσι είναι η καθημερινότητα όσων δουλεύουν για πολλές ώρες μπροστά από έναν υπολογιστή. Για να αποφύγετε όσο το δυνατόν γίνεται την καταπόνηση του σώματός σας και να κάνετε την κατάσταση πιο υποφερτή, υπάρχουν μερικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε. Μάθετέ τα πιο κάτω.

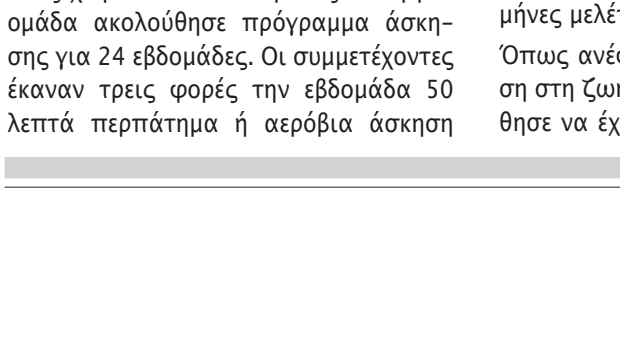
Σηκωθείτε. Κάθε 1 ώρα σηκωθείτε, καλό θα ήταν να σηκώνεστε και να περπατάτε μέσα στο γραφείο ή τον διάδρομο. Τεντωθείτε, γυρίστε το κεφάλι σας στο πλάι, σκύψτε προς τα κάτω, προσπαθώντας να αγγίξετε τα δάχτυλα των ποδιών σας.

Ξεκουράστε τα μάτια σας. Κοιτάξτε μακριά από την οθόνη για μερικά λεπτά. Η συνεχής έκθεση σε αυτή προκαλεί ξηροφθαλμία, θολή όραση και πονοκεφάλους. Μην περιμένετε να σας πονέσουν τα μάτια σας για να το κάνετε. Μια πολύ καλή ιδέα θα ήταν να χρησιμοποιήσετε φυσικά δάκρυα.

Μείνετε ενυδατωμένοι. Είναι σύνηθες επάνω στον παροξυσμό της δουλειάς να ξεχνάτε να πιείτε νερό. Ακούγεται φοβερό, μα είναι πέρα για πέρα αληθινό. Εχετε πάντα ένα μπουκάλι με νερό δίπλα σας, ώστε να το βλέπετε και να θυμάστε να πίνετε. Βρίσκεστε σε μια σταθερή θέση, όποτε το νερό θα σας βοηθήσει να αποβάλλετε τις τοξίνες.

Φάτε μεσημεριανό. Δεν είναι ντροπή να σηκωθείτε από το γραφείο σας και να πάτε να φάτε το μεσημεριανό σας κάπου αλλού. Θα πρέπει να επιτρέψετε στο σώμα και το μυαλό σας να ξεκουραστούν, μακριά από την οθόνη.

Πάρτε την τέλεια στάση. Αυτό είναι πιο εύκολο στα λόγια, παρά στην πράξη. Ξεκινάτε με την πλάτη ίσια, αλλά μετά από λίγο καμπουριάζετε ή «χύνεστε» στην καρέκλα. Η κακή στάση του σώματος μπορεί να προκαλέσει ένα σωρό προβλήματα στην σπονδυλική στήλη και γενικότερα στο σώμα σας. Οσο δύσκολο και να είναι έχετε το νου σας, για να διορθώνετε τη στάση σας.



Μήν αφήσετε την κούραση και τις απρογραμμάτιστες κινήσεις της καθημερινότητας να σας γονατίσουν

- **6 Τρόποι να ενισχύσετε τη δημιουργικότητά σας**
- **Κλειδί η σωστή διαχείριση του 24ωρου χρόνου σας**



Έχετε κουρασθεί από τα προβλήματα της καθημερινότητας και τα βάρη στην εργασία σας. Ώρα να ξεκινήσετε μια εντελώς νέα προσέγγιση απέναντι στη ζωή, αλλά και τη δουλειά σου.αφήστε την βαριεστιμάρα στην άκρη και πειθαρχήστε. Και νάστε βέβαιοι ότι το όφελος θα είναι μεγάλο.

Ιδού τα πρώτα βήματα της νέας προσέγγισης

Γενικός κανόνας

Σκληρή δουλειά, επιμονή, μαθαίνουμε από τα λάθη μας, με θετική σκέψη και οποσδήποτε δημιουργούμε όσο περισσότερο ελεύθερο χρόνο γίνεται, για να γεμίζουμε τις μπαταρίες μας!

Ειδικές συμβουλές

Για να αποφύγετε την επαγγελματική εξουθένωση και να εμπλουτίσετε την δημιουργικότητα και ζωτικότητα σας, ακολουθήστε τα πιο κάτω βήματα.

1. Βρες τα δυνατά σου σημεία και αξιοποίησέ τα

Όταν πρωτοξεκινάς την επιχείρησή σου, υποδύεσαι διάφορους ρόλους. Άλλοι σου ταιριάζουν απόλυτα, ενώ άλλοι όχι και τόσο. Ποια είναι τα πράγματα στη δουλειά σου που λατρεύεις να κάνεις και μάλιστα τα καταφέρνεις με τα καλύτερα αποτελέσματα; Λοιπόν, αυτά είναι τα δυνατά σου σημεία! Αν αγαπάς αυτό που κάνεις κάθε μέρα, κάνεις το καλύτερο δυνατό έχοντας το χρόνο σύμμαχο, έτσι ώστε να έχεις στο "τσεπάκι" σου μία μακροπρόθεσμη επιτυχία.

2. Κάνε λιγότερα από εκείνα που απεχθάνεσαι

Όταν δε σου αρέσει καθόλου ένα μέρος της εργασίας σου: το αποφεύγεις, δεν το θέτεις ως προτεραιότητα, το αργοπορείς αρκετά και στο τέλος τρέχεις και δεν προλαβαίνεις να το ολοκληρώσεις. Ψάχνεις συνεχώς τρόπους να το μεταβιβάσεις ή να το αναθέσεις σε άλλον, απαλλάσσοντας τον εαυτό σου από αυτό το επίμονο βάρος. Πιθανότερο είναι κάποιος άλλος, περισσότερο παθιασμένος από εσένα να το αναλάβει εξ' ολοκλήρου και να το κάνει και καλύτερα!

3. Προγραμμάτισε τις διακοπές σου εκ των προτέρων

Ο στόχος είναι εσύ και οι συνάδελφοί σου να προγραμματίσετε τις διακοπές σας για τους προσεχείς μήνες. Οτιδήποτε μπορεί να προκύψει στη δουλειά, εσύ πρέπει να κρατήσεις αυτό το χρονικό διάστημα "καθαρό" και μακρυά από κάθε είδους υποχρέωση. Προστάτευσε την προσωπική σου ζωή.

4. Αφιέρωσε μία στιγμή μέσα στην ημέρα για τον εαυτό σου

Έχεις δεν έχεις χρόνο, είτε δέκα λεπτά είτε μία ώρα, πάρε το χρόνο σου και απομάκρυνε το μυαλό σου από την επίλυση των οποιονδήποτε προβλημάτων της επιχείρησής σου. Διέκοψε την online επικοινωνία σου για λίγο, βάλε να πιεις ένα φλιτζάνι καφέ.

5. Διάβασε άρθρα που δεν έχουν σχέση με την επιχείρησή σου

Μερικές φορές, αόρατες δυνάμεις μπορεί να μας οδηγήσουν σε δημιουργικές ιδέες! Μπορεί να σκέφτεσαι πως ένα βιβλίο άσχετο με την επιχείρησή σου, δεν έχει τίποτα να σου προσφέρει, μέχρι που ακούς μια διαφορετική, μοναδική προσέγγιση επίλυσης των προβλημάτων σου. Όταν νιώσεις το πρώτο "τσίμπημα" της εξουθένωσης, διάβασε ένα άρθρο με περιεχόμενο που δεν ανήκει στον κλάδο σου.

6. Κάνε ένα διάλειμμα, αντί να ασχολείσαι με κάτι που δεν προχωράει

Κολλάς σε μία εργασία και περνούν οι ώρες άσκοπα χωρίς να μπορείς να προχωρήσεις παρακάτω; Ίσως ξέμεινες από νέες ιδέες και σταμάτησε ο ενθουσιασμός σου για το νέο έργο σου. Το μυαλό σου χρειάζεται επειγόντως ένα διάλειμμα. Ο χρόνος σου είναι πολύτιμος, γι' αυτό προσπάθησε να σκεφτείς κάτι διαφορετικό, να κάνεις κάτι άλλο, επιστρέφοντας στο έργο σου αργότερα με περισσότερη όρεξη και πολλές "φρέσκιες" ιδέες! Ένας κατάλογος με απαριθμημένους τους στόχους σου, χωρίς να συμπεριλαμβάνει τις αγαπημένες σου συνήθειες, οδηγεί σίγουρα στην εξάντληση και την ψυχική κούραση. Διαχειρίσου λοιπόν τον πολύτιμο χρόνο σου σωστά.

Η γυμναστική δυναμώνει τη μνήμη

- **Βοηθά ιδίως τους ανθρώπους άνω των 50 ετών**

Η άσκηση δεν βοηθά μόνο στην απώλεια βάρους και την καταπολέμηση του άγχους, αλλά βελτιώνει σε σημαντικό βαθμό και τη μνήμη.

Η μελέτη με την ονομασία «The Fitness for the Ageing Brain Study» που έγινε από τους επιστήμονες στο πανεπιστήμιο της Δυτικής Αυστραλίας έδειξε ότι η σωματική άσκηση βοηθά τους ανθρώπους άνω των 50 ετών να ξεπεράσουν πολλά προβλήματα μνήμης.

Για παράδειγμα περπατώντας 2 με 2,5 ώρες την εβδομάδα ή κάνοντας λίγο χορό ή κολύμπι μπορούν να βοηθήσουν τη μνήμη τους να είναι σε εγρήγορση.

Οι επιστήμονες μελέτησαν 170 εθελοντές για 18 μήνες, οι οποίοι είχαν κάποια προβλήματα μνήμης χωρίς όμως να έχουν διαταραχές άνοιας.

Τους χώρισαν σε δύο ομάδες και η μία ομάδα ακολούθησε πρόγραμμα άσκησης για 24 εβδομάδες. Οι συμμετέχοντες έκαναν τρεις φορές την εβδομάδα 50 λεπτά περπάτημα ή αερόβια άσκηση στο σπίτι τους. Η άλλη ομάδα έκανε ό,τι συνήθιζε μέχρι την ημέρα που μπήκε στο πρόγραμμα. Δηλαδή όλα τα άτομα αυτής της ομάδας συνέχισαν την καθημερινότητα που είχαν και πριν.

Όταν τελείωσε η μελέτη, τα άτομα της πρώτης ομάδας γυμνάστηκαν 142 λεπτά περισσότερο από τα άτομα της δεύτερης ομάδας, δηλαδή περίπου 20 λεπτά περισσότερο κάθε μέρα.

Όταν έφτασαν στους έξι μήνες μελέτης, οι επιστήμονες αξιολόγησαν τη μνήμη των συμμετεχόντων και διαπίστωσαν ότι τα άτομα της πρώτης ομάδας ήταν σε καλύτερη φόρμα από τα άτομα της δεύτερης ομάδας. Το ίδιο και στους 12 μήνες μελέτης.

Όπως ανέφεραν, η επιπρόσθετη άσκηση στη ζωή των ατόμων αυτών τα βοήθησε να έχουν πιο καθαρή και ολοκληρωμένη μνήμη. Όπως είπαν, δε χρειάζεται κανείς να εξοντώνει τον οργανισμό του στη γυμναστική, να τρέχει μαραθώνιους κ.λπ. απλά να συμπεριλάβει ένα μέτριας έντασης πρόγραμμα άσκησης που να τον ευχαριστεί στη ζωή του.

Ειδικά για τα άτομα άνω των 50 ετών μια απλή αεροβική άσκηση μπορεί να μειώσει σε σημαντικό βαθμό τον κίνδυνο εμφάνισης κάποιας μορφής άνοιας, ακόμα και να επιβραδύνει την επιδείνωσή της.

Επιπλέον, βοηθά στην ισορροπία της ψυχικής μας υγείας και δυναμώνει το σώμα έναντι καταγμάτων από πιθανά ατυχήματα.



ERG_11-11_inn_8 & 9 3/1/16 11:36 AM Page 1

ΚΑΝΤΕ ΤΙΣ ΟΡΘΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΙΣ ΠΑΓΙΔΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

• Τα τέσσερα πιο σημαντικά βήματα και τα συνηθέστερα λάθη

Στην εποχή της οικονομικής κρίσης και της βαθιάς οικονομικής ύφεσης η εξεύρεση αξιόλογης εργασίας θεωρείται πολύ δύσκολο εγχείρημα. Ωστόσο, πολλοί άνθρωποι παγκοσμίως τα τελευταία χρόνια, έχουν βρει καλές θέσεις εργασίας, τη στιγμή που άλλοι αναλώνονται στην απογοήτευση, το άγχος, το θυμό και τη στεναχώρια.

Η Ελίνα Γιαχαλή* δίνει προτάσεις οι οποίες μπορούν να πολλαπλασιάσουν τη δυνατότητα που έχετε να βρείτε όχι απλά μια δουλειά, αλλά να βρείτε την εργασία εκείνη που θα σας κάνει να νιώθετε ενθουσιασμό και διάθεση και θα βελτιώσει ουσιαστικά την ποιότητα της ζωής σας. Το μυστικό; Να μην παρασυρθείτε από το περιβάλλον γύρω σας. Να εστιάσετε στο να δημιουργήσετε οι ίδιοι το περιβάλλον σκέψης το οποίο θα σας ωθήσει να πετύχετε τους στόχους σας.

ΤΑ 4 ΒΗΜΑΤΑ

Τα τέσσερα βασικά βήματα, τα οποία θα αυξήσουν τις πιθανότητες να αποκτήσετε την εργασία που επιθυμείτε, παρατίθενται κατωτέρω.

Βήμα πρώτο: Που πάω;

Γιατί αν δεν κοιτάς εκεί που θέλεις να πας, θα πας εκεί που κοιτάς! Γνωστό γνωμικό και χιλιοειπωμένο. Ωστόσο, είναι πάντα επίκαιρο καθώς οι περισσότεροι υποψήφιοι πραγματικά δεν γνωρίζουν που ακριβώς θέλουν να πάνε. Νομίζουν ότι γνωρίζουν αλλά στην πραγματικότητα έχουν μια υπερβολικά μεγάλη περιοχή κατεύθυνσης η οποία τους μπερδεύει, τους αποπροσανατολίζει και εντέλει τους εξαντλεί και τους οδηγεί σε αδιέξοδο.

Τα συνηθέστερα λάθη που γίνονται εδώ είναι τα εξής:

• Οι υποψήφιοι ψάχνουν για μια «οποιαδήποτε» δουλειά (και αν τη βρουν σαμποτάρουν τον εαυτό τους υποσυνείδητα έτσι ώστε να αποδεσμευτούν από αυτή).

• Ψάχνουν για μια δουλειά η οποία έχει πλέον πάψει να έχει ζήτηση λόγω της πορείας της εξέλιξης.

• Ψάχνουν μια δουλειά η οποία είναι πολύ πάνω από τις γνώσεις και τα προσόντα τους.



Το πρώτο βήμα είναι να βρείτε ακριβώς τη δουλειά την οποία αληθινά επιθυμείτε να κάνετε και υπάρχει ζήτηση για αυτή. Γιατί; Γιατί αν ψάχνετε κάτι το οποίο θα κάνει το αίμα σας να κυλάει με μεγαλύτερη ζωντάνια στις φλέβες σας, έχετε πολλαπλάσιες πιθανότητες να καταβάλετε τον απαιτούμενο κόπο που χρειάζεται και εν τέλει να το βρείτε!

Δείτε εδώ ένα χρήσιμο τεστ που θα σας βοθήσει να βρείτε την ιδανική καριέρα βάσει της προσωπικότητας σας.

Βήμα Δεύτερο: Ποιος είμαι;

Και μη βιαστείτε να απαντήσετε «Γνωρίζω ποιος είμαι. Εγώ δουλειά χρειάζομαι!»

Ο κάθε άνθρωπος έχει έναν ιδιαίτερο τύπο προσωπικότητας. Κάποιοι είναι εξωστρεφείς και απολαμβάνουν το να δουλεύουν με πολύ κόσμο, ενώ κάποιοι άλλοι είναι εσωστρεφείς και υποφέρουν όταν χρειάζεται να μιλήσουν με πολλούς ανθρώπους. Κάποιοι έχουν στη φύση τους το να εστιάζουν στη μεγάλη εικόνα, και θα ήταν καλοί ηγέτες (αλλά όχι τόσο σπουδαίοι διοικητικοί υπάλληλοι) ενώ κάποιοι άλλοι εστιάζουν στις λεπτομέρειες και είναι πολύτιμοι συνεργάτες σε ένα λογιστήριο ή σε μια θέση που απαιτεί ακρίβεια και προσοχή, ωστόσο μπορούν πραγματικά να βουλιάξουν μια επιχείρηση αν τους βάλεις στο τιμόνι.

Το να μάθετε ακριβώς ποιος είναι ο τύπος της προσωπικότητας σας είναι τόσο απαραίτητο και τόσο χρήσιμο όσο το να γνωρίζετε τον αριθμό του τηλεφώνου σας. Θα σας βοηθήσει όχι μόνο στο να επιλέξετε τη δουλειά στην οποία έχετε τις περισσότερες δυνατότητες να πετύχετε, αλλά θα σας δώσει πληροφορίες και στο πώς να συνεργάζεστε αρμονικά με τους πελάτες, τους συναδέλφους, τους προϊσταμένους και τους υφισταμένους σας, όπως φυσικά θα βελτιώσει και τις σχέσεις με τους δικούς σας ανθρώπους.

Τα συνηθέστερα λάθη που γίνονται όσον αφορά το δεύτερο βήμα είναι τα εξής:

• Οι άνθρωποι επιλέγουν αντικείμενο εργασίας σύμφωνα με αυτό που τους συμβούλεψε ένας φίλος ή κάπου άκουσαν ότι είναι καλή ιδέα, ή

• Επιλέγουν μια δουλειά η οποία είναι στην παράδοση της οικογένειας, άσχετα με το αν τους ταιριάζει, ή

• Επιλέγουν μια δουλειά η οποία επιφέρει κέρδος στους άλλους, ωστόσο είναι αντίθετη με τον τύπο προσωπικότητας τους, οδηγώντας τους έτσι σε δυσκολίες ή και αδιέξοδο.

Βήμα Τρίτο: Τα «όπλα» μου

Το βιογραφικό σας. Και με αυτό δεν αναφέρομαι μόνο στο ότι πρέπει να είναι καθαρογραμμένο, συνοπτικό και περιποιημένο. Κάθε άλλο. Σπάνια έχω συναντήσει βιογραφικά τα οποία δεν μπερδεύουν σχετικά με το που θέλει να πάει ο υποψήφιος. Ακόμα πιο σπάνια, είναι εκείνα που παρουσιάζουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που έχουν αποκτηθεί με επιτυχημένο τρόπο. Συντάξτε ένα βιογραφικό το οποίο να μην αφήνει καμία ανάγκη να «μαντέψει» ο άλλος τι ακριβώς γνωρίζετε και που είσαστε ήδη έμπειροι. Στα «plus» είναι και το να γράφετε στην αρχή του δυο λόγια σχετικά με το ποιοι είσαστε καθώς και το αντικείμενο στο οποίο επιθυμείτε να εργαστείτε.

ΑΝΑΠΑΝΤΗΤΑ

Οκτώ λόγοι που στέλνετε δεκάδες βιογραφικά χωρίς να παίρνετε απάντηση.

Τα συνηθέστερα λάθη που καλό είναι να αποφεύγετε εδώ είναι τα εξής:

• Το βιογραφικό έχει περιττή πληροφορία.

• Είναι μακροσκελές και πυκνογραμμένο.

• Δεν επιδεικνύει τα αποτελέσματα που φέρατε στον προηγούμενο εργοδότη σας.

• Δεν παρουσιάζει τις πραγματικές δεξιότητες και την εμπειρία που έχετε αποκτήσει.

Βήμα Τέταρτο: Η διαδικτυακή εικόνα σας

Σύμφωνα με έρευνα της Focus Bari, ένας στους τρεις υποψηφίους έχει απορριφτεί λόγω της συμπεριφοράς του στα μέσα κοινωνικής διχτύωσης [Social Media] λόγω αναρτήσεων με ανάρμοστα σχόλια, με ανάρμοστες φωτογραφίες, με υβριστικό περιεχόμενο για τον προηγούμενο εργοδότη, όπως επίσης και εκτεταμένα ορθογραφικά λάθη τα οποία μπορούν να αποβούν μοιραία στην προσπάθεια σας να βρείτε δουλειά.

* Η Ελίνα Γιαχαλή σπούδασε Διοίκηση Επιχειρήσεων στο Ελληνοαμερικάνικο Κολλέγιο Ελλάδος, Deree με ειδικότητα στο Marketing Management, και αργότερα πιστοποιήθηκε ως Life Coach, Σύμβουλος Κοινωνικής και Συναισθηματικής Νοημοσύνης και NLP Master Practitioner

Οι καιροί είναι πολύ δύσκολοι

ΠΩΣ ΝΑ ΓΙΝΕΙΣ Ο ΠΙΟ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ ΣΟΥ

• Έξυπνες κινήσεις που θα ανεβάσουν την απόδοση σου αλλά και τις μετοχές σου στον εργασιακό χώρο

Σε περιόδους κρίσης η αύξηση της αποδοτικότητας στην εργασία θεωρείται μέγα ζητούμενο από πολλούς εργοδότες. Την ώρα που ο κίνδυνος για απόλυση αιωρείται σαν δαμόκλεια σπάθη πάνω από τα κεφάλια αρκετών εργαζομένων, προβάλλει επιτακτικά η ανάγκη για βελτίωσης της παραγωγικότητας προκειμένου να μειωθούν οι πιθανότητες αποπομπής από την εργασία.

Ιδού καθοριστικά βήματα που θα συμβνάλλουν λίγο ή πολύ στην αύξηση των πιθανοτήτων διατήρησης τςη εργασίας, κυρίως σε καιρούς δύσκολους.

Απελευθερώσου από το διαδίκτυο! Αν δεν διακόψεις τη συνεχή πρόσβαση σου στο ίντερνετ, μην περιμένεις να δεις προκοπή στην απόδοση σου, αφού πλέον το διαδίκτυο και τα social media αποτελούν τον σημαντικότερο διασπαστικό παράγοντας της προσοχής μας εν ώρα εργασίας! Πρέπει να βάλεις καλά μέσα στο μυαλό σου ότι αν ξεκινήσεις να ελέγχεις τα mails σου και να τσεκάρεις τις δημοσιεύσεις φίλων και γνωστών στο Twitter και το Facebook, το πιθανότερο είναι να ξεχαστείς στο ίντερνετ, να χάσεις πολύτιμο χρόνο και τελικά να τα φορτώσεις στον κόκορα!



Κάνε συχνά, αλλά μικρά διαλείμματα: Είναι πολύ σημαντικό να κάνεις ένα μικρό διάλλειμα ανά δίωρο περίπου δουλειάς, προκειμένου να μπορείς να μεγιστοποιήσεις την παραγωγικότητα σου.. Κάθε φορά, λοιπόν, που βλέπεις ότι «πέφτεις» γιατί κουράστηκες και χάνεις την συγκέντρωση σου, κάνε μια διακοπή για λίγα λεπτά για να φας ένα μικρό σνακ, για να περπατήσεις και να ξεμουδιάσεις, για να κάνεις μια βόλτα ή οτιδήποτε άλλο θα σε βοηθήσει να επιστρέψεις στη δουλειά σου γεμάτη ενέργεια.

Βάλε το τηλέφωνο στο αθόρυβο! Μετά το ίντερνετ, το τηλέφωνο είναι ο αμέσως επόμενος εχθρός σου! Πες την αλήθεια: πόσες φορές ενώ πήγαινες καλά με το ρυθμό δουλειάς, ξαφνικά άρχισε να χτυπάει το τηλέφωνο με κλήσεις και μηνύματα και σε αποσυντόνισε και μάλιστα χωρίς να υπάρχει καν σημαντικός λόγος; Ένα τηλεφώνημα μπορεί όχι μόνο να σε ξεμυαλίσει γιατί θα σε βάλει σε ένα κλίμα αστείων ή κουτσομπολιού, αλλά και να σε ταράξει αρνητικά αφού μπορεί ωραιότατα να είναι ο εκπρόσωπος της εισπρακτικής που σε ενημερώνει για το υπόλοιπο του χρέους σου! Καθόλου ωραίο... Αν θες, λοιπόν, να τελειώσεις την σκληρή δουλειά μια ώρα νωρίτερα, βάλε το κινητό σου σε αθόρυβη λειτουργία!

Ξεχώρισε τα σημαντικά από τα ασήμαντα! Το πιο δύσκολο, αλλά αναγκαίο πράγμα που πρέπει να κάνεις είναι να βάλεις κάποιες προτεραιότητες ώστε να υπάρχει μια συγκεκριμένη και αυστηρή ιεραρχία σε όσα έχεις να κάνεις. Βάλε προτεραιότητες βάσει προθεσμιών, δυσκολίας αλλά και σημαντικότητας ώστε να ξέρεις πάντα από πού πρέπει να ξεκινήσεις. Φτιάξε το πρόγραμμα της ημέρας σου και προσπάθησε να μείνεις πιστή σε αυτό!

Πες «μπράβο» στον εαυτό σου: Όταν κάνεις κάτι καλά, όταν καταφέρνεις να είσαι on time ή όταν ολοκληρώνεις μια δύσκολη δουλειά με επιτυχία, δώσε στον εαυτό σου την χαρά και την πολυτέλεια μιας επιβράβευσης! Είναι απαραίτητο να επιβραβεύεις τον εαυτό σου προκειμένου να διατηρείς την καλή σου ψυχολογία και να δίνεις κίνητρο στον εαυτό σου να συνεχίσει!

Βαθμός συγκέντρωσης: Για το ... κερασάκι στην τούρτα , συνίστανται δύο μικρά κολπάκια που βρήκε η φίλη επιστήμη αφού έκανε τις σχετικές έρευνες της βεβαίως, βεβαίως! Αν θέλεις, λοιπόν, να αυξήσεις το βαθμό συγκέντρωσης σου, μάσα μια τσίχλα ή βάλε χαμηλά ορχηστρική μουσική αφού οι επιστήμονες ισχυρίζονται ότι αυτά τα δύο απλά πραγματάκια μπορούν να κάνουν τη διαφορά επειδή σε βοηθούν να αποφεύγεις τη διάσπαση προσοχής! Για δοκίμασε το, δεν χάνεις τίποτα!

ERG_12-12_inn_4 3/1/16 11:37 AM Page 1

Παφίτισσα η γηραιότερη γυναίκα της Κύπρου - Έσβησε 105 κεράκια!

ΙΣΟΣ ΝΑ ΜΗΝ ΤΟ ΞΕΡΑΤΕ

Από την Κοίλη της Πάφου κατάγεται η γηραιότερη γυναίκα της Κύπρου. Ο λόγος για την γλυκύτατη, Μαρία Σάββα, που χθες έσβησε 105 κεράκια! Γεννήθηκε το 1911 και ξέρει να λέει και ωραία τσαττιστά όπως παρακολουθήσαμε στο ρεπορτάζ του ΡΙΚ το οποίο επιμελήθηκε ο Πανίκος Ευριπίδου.



Η ίδια δεν εγκατέλειψε ποτέ το χωριό της. Εργαζόταν νυχθημερόν στα χωράφια, στα αμπέλια και στο σπίτι, αρχικά για να μεγαλώσει τα αδέλφια της, αφού έχασε τη μητέρα της όταν ήταν στην τρυφερή ηλικία των 4 χρόνων και αργότερα για να μεγαλώσει τα δικά της παιδιά.

Ο σύζυγός της ήταν ο ξακουστός λαϊκός ποιητής Νικόλας Θεοδώρου.

Έχει τέσσερα παιδιά, 11 εγγόνια της, και 24 δισέγγονά.

Ποιο να είναι άραγε το μυστικό της μακροζωϊας της; Κανείς δεν μπορεί να πει με βεβαιότητα, ωστόσο οι δικοί της αναφέρουν ότι ποτέ δεν έχει κάνει κατάχρηση σε οτιδήποτε και πάντοτε εργαζόταν μέρα – νύκτα, χωρίς να παραπονιέται...

Εστιατόριο στο Παρίσι: Απαγορεύει την είσοδο σε όλους τους τραπεζίτες εκτός και αν πληρώσουν 70.600!

Απίστευτο αλλά αληθινό

Υπάρχει ένα εστιατόριο στο Παρίσι που απαγορεύει την είσοδο σε όλους τους τραπεζίτες... εκτός και αν πληρώσουν 70.600 ευρώ για την είσοδο. Ο λόγος για το «Les Ecuries de Richelieu» στην οδό Rueil-Malmaison, Hauts-de-Seine, στο Παρίσι που ανήκει στον 30χρονο Alexandre Callet. Ήταν το 2008 όταν στα 23 του παρά το νεαρό της ηλικίας του ήθελε να ανοίξει ένα εστιατόριο. «Οι τράπεζες με είχαν απορρίψει καμία 20αρια φορές πριν πάρω πίστωση» δήλωσε ο Callet στη Le Figaro. Παρά τις αρχικές δυσκολίες το εστιατόριο κατάφερε δύο χρόνια αργότερα να μπει στο οδηγό Michelin με αποτέλεσμα να γίνει ακόμα πιο γνωστό και να αυξήσει την πελατεία του.

Τον Νοέμβριο του 2015 έκανε αίτηση για δάνειο αξίας 70.600 ευρώ προκειμένου να ανοίξει ένα δεύτερο εστιατόριο ωστόσο οι τράπεζες τον αντιμετώπισαν «σαν σκυλί».



Ο 30χρονος πιστεύει ότι η άρνηση των τραπεζών για ενίσχυση είναι ο λόγος που αρκετές γαλλικές επιχειρήσεις έχουν μεταφερθεί στο Λονδίνο.

Εμφανώς θυμωμένος με αυτή την πολιτική, τονίζει: «Σήμερα, οι τραπεζίτες δεν κάνουν τη δουλειά του».

Για να διαμαρτυρηθεί απέναντι σε αυτή τη πολιτική, έχει τοποθετήσει ένα μαυροπίνακα έξω από το εστιατόριό του που γράφει: «Τα σκυλιά καλοδεχούμενα, οι τραπεζίτες απαγορεύονται (εκτός κι αν πληρώσουν 70.600 ευρώ για την είσοδο)».

Το Ήξερες;

Η καθαριότητα μάς κάνει πιο... ανήθικους!

Από το περιβόλι του διαδυχτίου

Όταν κάποιος είναι αλλά και αισθάνεται καθαρός, τότε δεν έχει ηθικά διλήμματα και είναι λιγότερο αυστηρός σχετικά με τις πράξεις των άλλων. Έτσι, για παράδειγμα, εάν κάποιος σαπουνίσει τα χέρια συχνά, οι ανήθικες και απαράδεκτες δραστηριότητες γύρω του είναι πιο αποδεκτές και λογικές από ό,τι αν δεν είχαν πλυθεί.

Η έρευνα, μεταξύ άλλων, δείχνει ότι άλλοι παράγοντες, πέρα από της ορθολογικής κρίσης, όπως η διαίσθηση, παίζουν καθοριστικό ρόλο στην αντίληψη του καθενός μας για το τι είναι σωστό και τι λάθος.

Σύμφωνα με την υπεύθυνη της έρευνας Σιμόν Σναλ, του βρετανικού πανεπιστημίου του Πλύμουθ, «όταν κρίνουμε κάποιον ή κάτι, πιστεύουμε ότι κάνουμε μια συνειδητή ορθολογική κρίση, όμως η έρευνα δείχνει πως υποσυνείδητα επηρεαζόμαστε για τις κρίσεις μας από το πόσο καθαροί ή αγνοί νιώθουμε».

Όπως επεσήμανε, για παράδειγμα, αν ένας ένορκος δικαστηρίου ή ένας ψηφοφόρος έχουν πλύνει καλά τα χέρια τους, η κρίση τους θα είναι λιγότερο αυστηρή είτε για τον κατηγορούμενο είτε για τον υποψήφιο πολιτικό. Όπως είπε η Σναλ, «κάποιος μπορεί να παραβλέψει ευκολότερα το ατόπημα ενός πολιτικού, αν πριν ψηφίσει, έχει κάνει μια πράξη καθαρισμού και νιώθει καθαρός».

Η έρευνα αφορούσε δύο πειράματα με εθελοντές, οι οποίοι, μεταξύ άλλων, όταν πριν είχαν πλύνει καλά τα χέρια τους με σαπούνι και μετά παρακολούθησαν μια «απεχθή» ταινία, με σκηνές σοκαριστικές από ηθική πλευρά, οι κρίσεις τους ήσαν πολύ πιο επιεικείς σε σχέση με όσους πριν δεν είχαν πλυθεί.

Όπως παρατηρεί, με το γνωστό βρετανικό χιούμορ, ο «Εκόνομιστ» σε σχετικό δημοσίευμα, η έρευνα δείχνει ότι η καθαριότητα καταντά να σχετίζεται με την αθεΐα και το σαπούνισμα να φέρνει μεν την εξωτερική καθαριότητα, αλλά να αμβλύνει την ηθική καθαρότητα. Η σύνδεση φυσικής καθαριότητας και τελετουργικού ψυχικού εξαγνισμού συναντάται σε πολλές θρησκείες του κόσμου, με το σκεπτικό ότι η πρώτη βοηθά τη δεύτερη. Όμως η έρευνα της Σναλ μάλλον δείχνει προς την αντίθετη κατεύθυνση, αφού η φυσική καθαριότητα φαίνεται να παράγει μια πιο «χαλαρή» στάση στα θέματα της ηθικής. Η μελέτη δημοσιεύτηκε στην επιστημονική επιθεώρηση «Psychological Science».

Η ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Το μυστικό του λεμονιού

Σας βοηθάει να ζήσετε καλύτερα και περισσότερο

Τοποθετείστε μερικά λεμόνια στην κατάψυξη και τρίβετε με τον τρίφτη καθημερινά ολόκληρο το λεμόνι στο φαγητό σας. Εκτός του ότι θα δώσει υπέροχη γεύση στα φαγητά σας, σας βοηθάει να ζήσετε καλύτερα και περισσότερο. Με εργαστηριακές μελέτες έχει αποδειχθεί ότι το λεμόνι σκοτώνει τα καρκινικά κύτταρα. Είναι 10.000 φορές ισχυρότερο από την χημειοθεραπεία.



Τένις όπως ... ποδόσφαιρο

Το 73% των στημένων αγώνων του 2015 αφορά την αντισφαίριση

Μόλις στο 19% βρίσκεται το ποδόσφαιρο

Απίστευτη αποκάλυψη για το στήσιμο σε αθλητικούς αγώνες, αναφέροντας ότι το 73% για τα ύποπτα του 2015 αφορούν στο τένις!

Η αποκάλυψη έγινε από το «BuzzFeed» κι αφορά στην έρευνα που διενεργήθηκε από την ESSA, τον ευρωπαϊκό οργανισμό ασφάλειας κι ακεραιότητας στον αθλητισμό, φέρνοντας στο φως ένα απίστευτο στοιχείο, σε συνέχεια όσων αναφέρθηκαν το προηγούμενο διάστημα.

Συγκεκριμένα υποστηρίζεται ότι από τα 100 αθλητικά γεγονότα του 2015 που πιστεύεται ότι ήταν στημένα, το τένις αντιπροσωπεύει το 73% αττών, ενώ μόλις στο 19% βρίσκεται το ποδόσφαιρο! Παράλληλα 2 αγώνες ήταν για το πινγκ πονγκ, το χόκεϊ επί πάγου, το μπιλιάρδο και τις κυνοδρομίες.

Αυτές οι πληροφορίες έρχονται στη δημοσιότητα ένα μήνα μετά τις δηλώσεις που έγιναν ότι το ATP αγνόησε εσκεμμένα πληροφορίες που αποκάλυπταν συμμετοχή κορυφαίων παίκτων σε στήσιμο αγώνων.



Σοβαρά ... αστειάκια

Τι δουλειά κάνεις;

– Μανικιούρ-Πεντικιούρ

– Ο άντρας σου;

– Οδοντίατρος

– Τα βγάζετε πέρα ρε συ;

– Με νύχια και με δόντια...

ERG_13-13_inn_13 3/1/16 11:37 AM Page 1

Τα οφέλη της ποδηλασίας

Διώχνει το άγχος αλλά και το βάρος

Το ποδήλατο, πέρα από ένα φιλικό προς το περιβάλλον μέσο μεταφοράς, αποτελεί έναν εξαιρετικό τρόπο εκγύμνασης. Είναι ένας διασκεδαστικός, πρακτικός και υγιεινός τρόπος να πάτε από το ένα μέρος στο άλλο ενώ γυμνάζεστε.

Ανεβάζει τη διάθεση

Η ποδηλασία ενεργοποιεί το σώμα και ενισχύει την αντοχή. Η άσκηση απελευθερώνει ενδορφίνες στον εγκέφαλο, οπότε η διάθεση σας «ανεβαίνει», το άγχος μειώνεται και το μυαλό ηρεμεί.

Η ποδηλασία δεν κάνει διακρίσεις

Σε αντίθεση με άλλες μορφές άθλησης, η ποδηλασία δεν κάνει διακρίσεις. Είναι κατάλληλη για οποιονδήποτε σε οποιαδήποτε ηλικία. Μπορείτε να πάτε για ποδήλατο κάθε μέρα για το υπόλοιπο της ζωής σας.

Διατηρεί την καρδιά δυνατή

Η ποδηλασία είναι από τις καλύτερες αερόβιες ασκήσεις. Εκτός από την τόνωση των ποδιών, το ποδήλατο αυξάνει τον καρδιακό ρυθμό. Πολλαπλές μελέτες επιβεβαιώνουν πως αυτή η τακτική άσκηση συνδέεται με την καρδιαγγειακή υγεία, μειώνοντας τον κίνδυνο της στεφανιαίας νόσου.



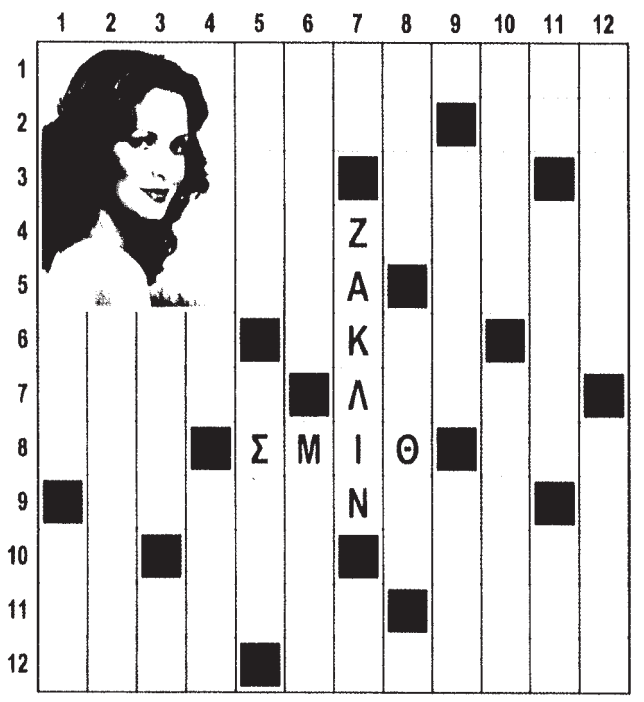
Προάγει την απώλεια βάρους

Η ποδηλασία ενισχύει δυναμικά την απώλεια βάρους. Τονώνει όλο το σώμα και καίει λίπος, ενώ επιταχύνει και τον μεταβολικό ρυθμό. Ακόμη και σε χαλαρό ρυθμό, μπορείτε να κάψετε τουλάχιστον 280 θερμίδες.

Ανακουφίζει από το άγχος

Οι μελέτες δείχνουν ότι η άσκηση βοηθά στη μείωση του στρες και ανακουφίζει από το άγχος. Προκαλεί την απελευθέρωση της σεροτονίνης και της ντοπαμίνης στον εγκέφαλο, που βοηθούν τη διάθεση. Μελέτη έδειξε πως όσοι μετακινούνται με ποδήλατο φέρεται να αισθάνονται λιγότερο άγχος από ό, τι όσοι μετακινούνται με λεωφορείο ή αυτοκίνητο.

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ:

1. Γενναίος, άφοβος. **2.** Κοφτερή και φονική - Οικισμός της Σαντορίνης. **3.** Μέσα στον... κύβο - ... Φολέτ: Συγγραφέας. **4.** Γελοιοποίηση, εξευτελισμός (λαϊκ.). **5.** Αρχικά... αυτοδιοίκησης - Φλύαρο, ομιλητικό. **6.** Αποθήκη ποτών (ξεν.) - Απόγειο, μεσουράνημα - Πρόθεση της αρχαίας. **7.** «Η... των Αθηνών», παλιά ταινία - Παλιά άμαξα (ξεν.). **8.** Ανώτατη σχολή αεροπορίας - **Η ηθοποιός της φωτογραφίας** - Σταφιδικός Οργανισμός. **9.** Τομάζο...: Ιταλός συνθέτης της μπαρόκ μουσικής. **10.** Γράμματα από την... Αθήνα - Αρχαία... κατάρα - Ένδειξη εκτίμησης (καθ.). **11.** Ρήμα... τολμηρού - Μηχανοκίνητος αγώνας (ξεν.). **12.** Σύμβολο της τράπουλας - Οροσειρά της Αχαΐας.

ΚΑΘΕΤΑ:

1. Ανήκει στα Δωδεκάνησα - Ζαν ντ'...: Γαλλίδα ηρωίδα και αγία. **2.** Σύκα περασμένα σε σύρμα. **3.** Θεός των αρχαίων Φοινίκων - Βρίσκονται στη... Σύρο. **4.** Δίψηφο φωνήεν - Ένδυμα ελαφρό (ξεν.). **5.** Χωρίς ισχύ αυτό - Τούρκικα αργυρά νομίσματα. **6.** Είδος ιστιοφόρου (ξεν.). - Ανόσια, ρυπαρά. **7.** Μέσα στο ... δέρμα – Η εικονιζόμενη (μικρό όνομα) – Μεσαία στη... χώρα. **8.** Είδος ποτού – Είναι ο... παθός. **9.** Γιος του Δευκαλίωνα (αρχ.) – Τα ίσαλα των ναυτικών. **10.** Ελληνικά νησιά – Παλιότερα λεγόταν Φορμόζα. **11.** Άρθρο πληθυντικού – Δόξα, φήμη (αρχ.) – Αλίμονο. **12.** Κι έτσι ο διεφθαρμένος – Γνωστή και η... φαιά.

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Κέικ με φουντούκια

Υλικά:

225 γρ. βούτυρο
225 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη
4 μεγάλα αυγά
2 βανίλιες
125 γρ. κουβερτούρα
100 γρ. φουντούκια καβουρδισμένα και αλεσμένα
100 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
1 πρέζα αλάτι

Για την επικάλυψη:

2 κ.σ. μαρμελάδα της αρεσκείας σας, 80 γρ. κουβερτούρα

Εκτέλεση:

Σ' ένα μίξερ χτυπάμε το βούτυρο, το οποίο θα πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου, και τη ζάχαρη μέχρι να γίνουν μείγμα. Ύστερα, προσθέτουμε τα αυγά (σε θερμοκρασία δωματίου) και συνεχίζουμε το χτύπημα για 4-5' . Ταυτόχρονα, ψήνουμε τα φουντούκια για 10' στους 200οC, στον αέρα. Αφού βγάλουμε τα φουντούκια απ' το φούρνο, τα ρολάρουμε σε μια πετσέτα για να φύγει, όσο το δυνατόν περισσότερη φλούδα, και τα αλέθουμε στο μπλέντερ. Σ' ένα άλλο μπολ, κοσκινίζουμε το αλεύρι με το μπέικιν και προσθέτουμε το αλάτι. Στο μείγμα του βουτύρου προσθέτουμε σιγά σιγά το μείγμα με το αλεύρι, τα φουντούκια, τις βανίλιες και τέλος την κουβερτούρα (αφού τη λιώσουμε πρώτα σε μπεν μαρί). Αφού ανακατευτούν για λίγο στο μίξερ, τοποθετούμε το μείγμα σε μια βουτυρωμένη και αλευρωμένη φόρμα και το βάζουμε στο φούρνο για 50-55' . Μόλις περάσει ο καθορισμένος χρόνος, βάζουμε μια οδοντογλυφίδα στο κέικ μας για να δούμε αν ψήθηκε.



Το αφήνουμε για 10' έξω απ' το φούρνο και ύστερα το ξεφορμάρουμε σε μια πιατέλα.

Για την επικάλυψη: Αλείφουμε το πάνω μέρος του κέικ με τη μαρμελάδα (θερμοκρασία δωματίου) μ' ένα πινέλο και από πάνω προσθέτουμε την κουβερτούρα που έχουμε λιώσει σε μπεν μαρί.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Θα θελήσεις να κάνεις σημαντικές αλλαγές σε τομείς και θέματα, που μέχρι τώρα σε κούραζαν ψυχικά. Θα σου παρουσιαστούν μια σειρά από ευκαιρίες που θα είναι άκρως συμφέρουσες για τους μελλοντικούς σου στόχους. Ωστόσο, μπορεί να σε απασχολήσουν έντονα και κάποια οικογενειακά ζητήματα. Να είσαι λογικός στις κινήσεις και τα λόγια σου!

Ταύρος: Φρόντισε να τελειώνεις τις δραστηριότητες που έχεις, όσο το δυνατόν πιο γρήγορα. Προσπάθησε να δεις τα θέματα που σε απασχολούν πιο πρακτικά και μην κολλάς στις λεπτομέρειες. Ένα άτομο από το οικογενειακό σου περιβάλλον θα ζητήσει τη βοήθειά σου και οφείλεις να του την προσφέρεις, όσο κι πιεσμένος και αν νιώθεις χρονικά.

Δίδυμοι: Κάποια γεγονότα και ειδήσεις θα σε αναγκάσουν να αλλάξεις το πρόγραμμά σου και τις ιδέες που είχες μέχρι τώρα. Επίσης, ίσως χρειαστεί να αλλάξεις πορεία για να αντιμετωπίσεις τις εξελίξεις. Θα πρέπει να αντιμετωπίσεις τα πράγματα με μεγάλο ρεαλισμό, αλλιώς θα μπλεχτείς και θα έχεις προβλήματα, χωρίς να υπάρχει λόγος.

Καρκίνος: Ανοίγει ο δρόμος για να προωθήσεις πάρα πολλά πράγματα, που μέχρι τώρα βρίσκονταν σε στασιμότητα. Θα έχεις ευκαιρίες να υλοποιήσεις τα σχέδιά σου. Μην τις αφήσεις ανεκμετάλλευτες! Η επικοινωνία σου θα είναι στο μέγιστό της βαθμό. Θα λες τα πράγματα με το όνομά τους και θα ξέρεις τι ζητάς. Μπορείς να περάσεις το βράδυ σου χαλαρά κάνοντας τα σχέδια σου για το μέλλον και αφιερώνοντας χρόνο στους δικούς σου ανθρώπους.

Λέων: Η διάθεσή σου σήμερα θα είναι καλή κι αυτό θα σε κάνει να βλέπεις μερικά πράγματα με περισσότερη αισιοδοξία. Φρόντισε να ανταπεξέλθεις στις δραστηριότητες που έχεις και οι οποίες είναι πάρα πολλές. Παραμονεύουν αντιπαραθέσεις, για αυτό καλύτερα να δείξεις πολλή διαλλακτικότητα σε ενδεχόμενες συζητήσεις.

Παρθένος: Εκμεταλλεύσου όλες τις ευκαιρίες που θα σου παρουσιαστούν, τόσο σε επαγγελματικό όσο και σε αισθηματικό επίπεδο γιατί θα είναι πολλές και ιδιαίτερα κερδοφόρες. Κι αν ακόμη δεν είσαι σίγουρος για τα αποτελέσματα που θα σου φέρουν, εξέτασε όλα τα δεδομένα και ζήτησε την συμβουλή ατόμων που εμπιστεύεσαι. **Ζυγός:** Θα σου παρουσιαστούν ευκαιρίες που πρέπει να εκμεταλλευτείς, για να μπορέσεις να πετύχεις τους στόχους που έχεις βάλει. Αρκεί μόνο να μην κάνεις βιαστικές κινήσεις. Φρόντισε να προγραμματιστείς και να ζητήσεις τη γνώμη ατόμων που εμπιστεύεσαι. Οι προθέσεις σου είναι τόσο καλές, που είναι βέβαιο ότι θα σε βοηθήσουν.

Σκορπιός: Θα έχεις μεγάλο δυναμισμό και ενεργητικότητα. Θα μπορείς να ξεπεράσεις οποιαδήποτε δυσκολία μπορεί να παρουσιαστεί. Φρόντισε να κάνεις σωστό προγραμματισμό για αυτά που θέλεις να τακτοποιήσεις και προσπάθησε να διώξεις το άγχος που έχεις για τις υποθέσεις σου που είναι σε στασιμότητα.

Τοξότης: Θα προσπαθήσεις να λύσεις πολλές προβληματικές καταστάσεις, που μέχρι τώρα σε καταπιέζουν και σε κουράζουν ψυχικά. Ταυτόχρονα, έχεις πολύ εκνευρισμό για υποθέσεις που είναι σε στασιμότητα. Απόφυγε την ένταση, γιατί θα κάνεις κινήσεις που δεν θα είναι καθόλου συμφέρουσες για σένα. Μείνε απόλυτα συγκεντρωμένος στους στόχους σου και μην παρεκκλίνεις για κανέναν λόγο.

Αιγόκερως: Μπορεί να ανταμειφθείς γενναιόδωρα, αν βέβαια βρεις τον χρόνο να εκφράσεις την φαντασία και τα όνειρά σου. Δυστυχώς, συνήθως καταναλώνεσαι στις υποχρεώσεις και τα τρεχάματα που έχεις. Αναζήτησε μια καλλιτεχνική διέξοδο, μέσω της οποίας θα μπορέσεις να διοχετεύσεις τη δημιουργικότητα και την ψυχολογική σου διάθεση. Η τέχνη, τα όνειρα και οι πνευματικές αναζητήσεις, ευνοούνται ιδιαίτερα.

Υδροχόος: Θα δεις πολλά πράγματα να αλλάζουν προς το καλύτερο. Ετοιμάσου για μια σειρά από θετικές αλλαγές. Θα δεχτείς προτάσεις που θα είναι πολύ συμφέρουσες. Σκέψου τις καλά, συζήτησέ τες με άτομα που εμπιστεύεσαι και μετά πάρε τις ανάλογες αποφάσεις.

Ιχθείς: Η τύχη είναι με το μέρος σου και οι πλανήτες θα βάλουν το χεράκι τους για να πετύχεις αυτά που θέλεις. Μη φοβηθείς να ριψοκινδυνέψεις κάποιες φορές και φρόντισε να παραμείνει αναλλοίωτη η αυτοπεποίθησή σου. Μην κάνεις πίσω ό,τι κι αν ακούσεις και βάλε πλώρη για να υλοποιήσεις τους στόχους που έχεις στο μυαλό σου. Θα δεις ότι έρχονται πολλές ευκαιρίες στο δρόμο σου.

ERG_14-14_inn_4 3/1/16 11:38 AM Page 1

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω

Ἐργατικὴ Φωνή

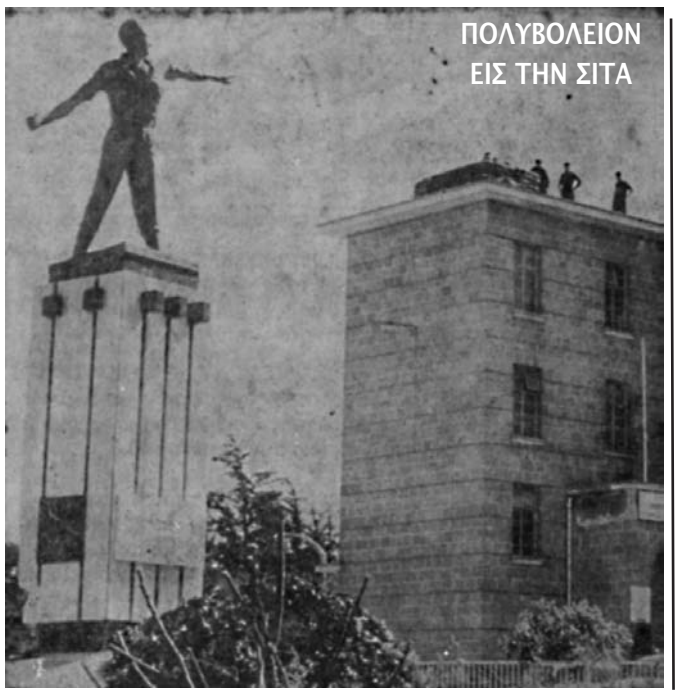
ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 748 - 6 ΜΑΡΤΙΟΥ 1964

Πινακιδοφορίαν ωργάνωσε το παρελθόν Σάββατο το Ε.Ε. Κέντρον Αμμοχώστου



Στιγμιότυπον ἀπὸ τὴν πινακιδοφορίαν τοῦ Ἐλευθέρου Ἐργατικοῦ Κέντρου τῆς Ἀμμοχώστου.



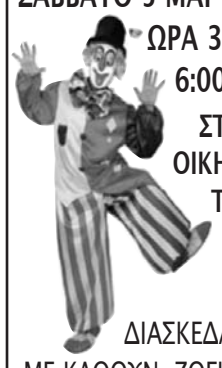
ΜΕΓΑΛΕΙΩΔΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΒΛΗΤΙΚΗ ΠΙΝΑΚΙΔΟΦΟΡΙΑ ΟΡΓΑΝΩΘΗ ΤΟ ΠΕΡΑΣΜΕΝΟ ΣΑΒΒΑΤΟ ΕΙΣ ΤΗΝ ΠΟΛΗΝ ΤΗΣ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ ΜΕ ΣΥΝΘΗΜΑΤΑ ΕΝΑΝΤΙΟΝ ΤΩΝ ΑΓΓΛΟΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ

Παρὰ τὰς διαμαρτυρίας τῶν ὑπαλλήλων τῆς Ἀρχῆς Τηλεπικοινωνιῶν, οἱ Βρεττανοὶ ἐγκατέστησαν εἰς τὴν ὀροφὴν τοῦ κτιρίου τῆς Ἀρχῆς πολυβολεῖον, συνεχίζουν δὲ τὰς προκλήσεις των κατὰ τῶν Ἑλλήνων. Ἀνωτέρω διακρίνονται ἔνοπλοι Ἄγγλοι παρὰ τὸ πολυβολεῖον των. Ἀριστερὰ τὸ ἄγαλμα τοῦ ἀθανάτου ἥρωος Μάρκου Δράκου, τὸ ὁποῖον Τοῦρκοι τρομοκράται ἀπεπειράθησαν νὰ ἀνατινάξουν ὀλίγον πρὸ τῆς ἐκδηλώσεως τῆς προσφάτου ἀνταρσίας πρὸς κατάλυσιν τοῦ κράτους.

ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
Σ.Ε.Κ. ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ - ΚΕΡΥΝΕΙΑΣ

ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 5 ΜΑΡΤΙΟΥ



ΩΡΑ 3:00-6:00ΜΜ

ΣΤΟ ΟΙΚΗΜΑ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΜΕ ΚΛΟΟΥΝ, ΖΟΓΚΛΕΡΙΚΑ, FACE PAINTING, ΧΟΡΟΣ - ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΜΠΑΛΟΝΟΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

ΚΛΗΡΩΣΗ ΠΛΟΥΣΙΩΝ ΔΩΡΩΝ

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

ΛΥΣΗ SUDOCOU



ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 5/2016 24/2/2016

100.000.....28662	100.....55754
1.000.....28074	100.....20115
400.....45971	100.....50906
400.....47006	100.....46551
400.....19369	100.....24893
200.....28949	100.....35341
200.....28177	100.....11021
200.....46767	100.....22499
200.....59068	100.....11073
200.....56152	Άλλα ποσά
200.....14735	Από €50 οι λήγοντες σε
200.....22816	**6765, 1794, 1987,**
200.....57770	**5470, 0967, 5525**
200.....17203	Από €25 οι λήγοντες σε
200.....48322	**570, 271, 754, 873**
100.....38157	

ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Τελούμεν την Κυριακή 6 Μαρτίου 2016 στον ιερό ναό Παναγίας Χρυσελεούσης Στροβόλου το μνημόσυνο των αείμνηστων







ΜΙΧΑΛΑΚΗ ΙΩΑΝΝΟΥ (πρώην γ.γ. ΣΕΚ)
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΣ ΙΩΑΝΝΟΥ
ΓΡΗΓΟΡΗ ΙΩΑΝΝΟΥ
και καλούμε όσους τιμούν τη μνήμη τους να παραστούν

Η οικογένεια, η ΣΕΚ



ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΔΕΤΕ ΤΗΝ «ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»

ΤΟΠΙΚΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ

ΛΕΟΝΤΙΑΔΕΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ

Το ερχόμενο Σαββατοκυρίακο συνεχίζεται ο Β΄γύρος με τους πιο κάτω αγώνες:

22Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ 4 - 7/3/16

Ε.Σ. ΑΓ. ΘΕΟΔΩΡΟΥ - ΑΕΜ ΜΑΡΩΝΙΟΥ	Σάββατο
ΘΟΙ/ΑΕΚ ΛΕΙΒΑΔΙΩΝ - ΕΘΝΙΚΟΣ ΤΕΡΣΕΦΑΝΟΥ	Κυριακή
Ε.Σ. ΜΑΖΩΤΟΥ - ΑΕΚ ΚΑΛΑΒΑΣΟΥ	Παρασκευή
ΑΕΤΟΣ ΑΓΓΛΙΣΙΔΩΝ - ΑΣΕΝ/ΕΘΝΙΚΟΣ Κ. ΧΩΡΙΟΥ	Σάββατο
ΑΙΑΝΤΑΣ ΑΛΕΘΡΙΚΟΥ - ΕΝΩΣΙΣ ΑΝΑΦΩΤΙΑΣ	Κυριακή
ΑΕΤΟΣ ΑΛΑΜΙΝΟΥ - ΠΑΟΚ ΚΟΦΙΝΟΥ	Σάββατο
ΤΡΟΥΛΛΟΙ FC 2015 - ΑΕΚ ΚΕΛΙΩΝ	Σάββατο

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ 21ΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ 26 - 29/2/16

ΑΕΜ ΜΑΡΩΝΙΟΥ - ΤΡΟΥΛΛΟΙ FC 2015	0 - 6
Ε.Σ. ΑΓ. ΘΕΟΔΩΡΟΥ - ΕΘΝΙΚΟΣ ΤΕΡΣΕΦΑΝΟΥ	1 - 2
ΠΑΟΚ ΚΟΦΙΝΟΥ - Ε.Σ. ΜΑΖΩΤΟΥ	1 - 2
ΑΕΚ ΚΑΛΑΒΑΣΟΥ - ΑΣΕΝ/ΕΘΝΙΚΟΣ Κ. ΧΩΡΙΟΥ	5 - 4
ΑΕΤΟΣ ΑΓΓΛΙΣΙΔΩΝ - ΑΙΑΝΤΑΣ ΑΛΕΘΡΙΚΟΥ	1 - 1
ΕΝΩΣΙΣ ΑΝΑΦΩΤΙΑΣ - ΑΕΤΟΣ ΑΛΑΜΙΝΟΥ	1 - 5
ΑΕΚ ΚΕΛΙΩΝ - ΘΟΙ/ΑΕΚ ΛΕΙΒΑΔΙΩΝ	2 - 0

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΠΑΟΚ

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ - ΑΠΟΛΛΩΝ ΑΓΡΙΔΙΩΝ	1-2
Α&Ν ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ/ΑΕΝ ΣΥΝ - ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑ	3-0
ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΜΟΥΤΑΓΙΑΚΑΣ - ΣΕΚ ΑΓ.ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ	6-0
Θ.Ο.Ι ΜΟΝΑΓΡΙΟΥ - ΑΕΚ ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ	3-0
Θ.Ο.Ι ΠΥΡΓΟΥ - ΧΡ. ΜΗΝΑ ΚΟΡΦΗΣ	1-2
Π.Α.Ο ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ - ΠΑΟΚ ΛΕΜΕΣΟΥ	4-1
ΑΤΕ-ΠΕΚ ΑΓΙΟΥ ΜΑΜΑ - ΑΕΚ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ	0-3

Για την επόμενη αγωνιστική θα γίνουν οι πιο κάτω αγώνες.

ΣΑΒΒΑΤΟ 5.3.2016 και ώρα 2.30 μ.μ.

ΧΡ. ΜΗΝΑ ΚΟΡΦΗΣ - ΘΟΙ ΜΟΝΑΓΡΙΟΥ
ΑΕΚ ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ - ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑΣ
ΣΕΚ ΑΓ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ - Α&Ν ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ/ΑΕΝ.ΣΥΝ
ΑΠΟΛΛΩΝ ΑΓΡΙΔΙΩΝ - ΘΟΙ ΠΙΣΣΟΥΡΙΟΥ

ΚΥΡΙΑΚΗ 6.3.2016 και ώρα 2.30 μ.μ.

ΑΤΕ-ΠΕΚ ΑΓΙΟΥ ΜΑΜΑ - ΠΑΟΚ ΛΕΜΕΣΟΥ
Π.Α.Ο ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ - ΑΕΝ ΑΛΑΣΣΑΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ 7.3.2016 και ώρα 2.30 μ.μ.

ΠΑΡΘΕΝΩΝ ΧΑΛΚΟΥΤΣΑΣ - ΘΟΙ ΠΥΡΓΟΥ

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΕΠΟΠΛ

Τα αποτελέσματα της Κυριακής 28 Φεβρουαρίου 2016:

ΕΠΙΛΕΚΤΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ:

ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ Αγίου Δομετίου - Ε.Μ.Ανθούπολης	3-0
ΑΤΕ/ΠΕΚ Εργατών - ΕΘΝΙΚΟΣ Δευτεράς	4-1
ΟΧΕΝ Περιστερώνας - ΡΟΤΣΙΔΗΣ Μάμμαρι	4-2
ΕΥΑΓ. ΠΑΛΛΗΚΑΡΙΔΗΣ Αγ. Τριμιθιάς - ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου	4-0
ΚΕΔΡΟΣ Αγ. Μαρίνας Σκυλλούρας - ΔΟΞΑ Παλαιομετόχου	0-5
Η ΑΚΑΝΘΟΥ - ΘΟΙ Καπέδων	1-5

ΕΝΙΑΙΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ:

ΑΠΟΑ ΄Αλωνας - ΣΤΑΥΡΑΕΤΟΣ Κλήρου	0-6
ΛΕΝΑΣ Χανδριών - ΠΑΟ Κάτω Μονής	5-1
Α.Ε.Βυζακιάς - Ο ΚΟΡΜΑΚΙΤΗΣ	2-2
ΘΟΙ Τσερίου - ΑΧΙΛΛΕΑΣ Πλατανιστάσας	1-3

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 ή199
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

ERG_15-15_inn_4 3/1/16 11:41 AM Page 1

ΜΙΚΡΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΙΔΙΟ ΣΚΗΝΙΚΟ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ

Αναλλοίωτο παραμένει το σκηνικό στην κορυφή. Καρμιώτισσα και Ολυμπιακός προχώρησαν με νίκες. Η μάχη για την άνοδο, πάντως, εντείνεται με τις δύο πρωτοπόρους, την ΑΕΖ και Αναγέννηση να διεκδικούν με περισσότερες αξιώσεις τις τρείς προνομιούχες θέσεις.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

1. ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ	22	42-14	52
2. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	22	46-17	52
3. ΑΕΖ	22	30-15	51
4. ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ	22	43-16	51
5. ΟΘΕΛΛΟΣ	22	46-21	46
6. ΠΑΕΕΚ	22	29-23	30
7. Θ.Ο.Ι.	22	33-41	29
8. ΕΝΑΔ	22	24-23	29
9. ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ.	22	27-25	26
10. ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ	22	24-30	20
11. ΑΣΙΛ	22	21-31	19
12. ΕΛΠΙΔΑ Ξ.	22	17-52	11
13. Ν&Σ ΕΡΗΜΗΣ	22	11-58	9
14. ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ.	22	13-49	5

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΑΣΙΛ – ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ 0-3
ΟΘΕΛΛΟΣ – ΟΜΟΝΟΙΑ 2-1
ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ. – ΠΑΕΕΚ 0-3
ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ – ΑΕΖ 1-3
Θ.Ο.Ι. Λ. – ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ 0-2
Ν&Σ ΕΡΗΜΗΣ – ΕΝΑΔ 0-2
ΕΛΠΙΔΑ – ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ 0-4

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Ν&Σ ΕΡΗΜΗΣ-ΑΣΙΛ (15:30)
ΕΝΑΔ-ΕΛΠΙΔΑ (15:30)
ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ- Θ.Ο.Ι. Λ (15:30)
ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ-ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ (15:30)
ΑΕΖ-ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ. (15:30)
ΠΑΕΕΚ-ΟΘΕΛΛΟΣ (15:30)
ΟΜΟΝΟΙΑ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ (15:30)

Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ
ΝΙΚΗ ΜΕ ΦΟΝΤΟ ΤΟΝ ΟΛΥΜΠΟ

Νίκη με φόντο την κορυφή πέτυχε η ΑΛΚΗ που λύγισε τον πρωτοπόρο ΑΚΡΙΤΑ σμικρύνοντας τη διαφορά στους δύο βαθμούς. Τρίποντο και για την ΜΕΑΠ η οποία από την τριτη θέση παρακολουθεί εκ του σύνεγγυς τα τεκταινόμενα, έτοιμη για όλα.

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

1. ΑΚΡΙΤΑΣ	22	52-17	47
2. ΑΛΚΗ	22	39-22	45
3. ΜΕΑΠ	22	37-21	42
4. ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ	22	34-25	38
5. ΑΧΥΡΩΝΑΣ	22	28-18	38
6. ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΣ.	22	40-28	36
7. ΞΥΛΟΤΥΜΠΟΥ	22	24-26	33
8. ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ	22	27-25	32
9. ΗΡΑΚΛΗΣ	22	29-30	29
10. ΔΙΓΕΝΗΣ Μ.	22	31-41	28
11. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	22	25-30	26
12. ΑΠΕΠ	22	27-40	25
13. ΕΘΝΙΚΟΣ Λ.	22	16-28	22
14. ΟΡΜΗΔΕΙΑ	22	24-39	20
15. ΚΟΥΡΡΗΣ	22	22-40	15
16. ΑΜΑΘΟΥΣ	22	18-43	12

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΑΠΕΠ – ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ 2-3
ΜΕΑΠ – ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ 2-1
ΑΜΑΘΟΥΣ – ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ 3-3
ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. – ΟΡΜΗΔΕΙΑ 1-0
ΕΘΝΙΚΟΣ Α. – ΞΥΛΟΤΥΜΠΟΥ 4-0
ΚΟΥΡΡΗΣ – ΔΙΓΕΝΗΣ 0-1
ΑΛΚΗ – ΑΚΡΙΤΑΣ 1-0
ΗΡΑΚΛΗΣ – ΑΧΥΡΩΝΑΣ 0-1

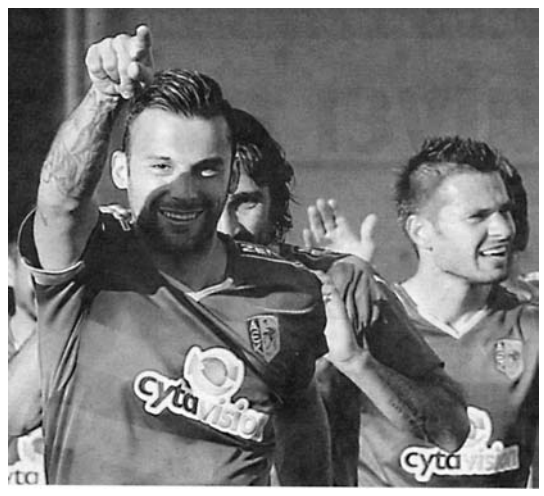
ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΕΘΝΙΚΟΣ Α. – ΚΟΥΡΡΗΣ (15:30)
ΞΥΛΟΤΥΜΠΟΥ-ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. (15:30)
ΟΡΜΗΔΕΙΑ-ΑΜΑΘΟΥΣ (15:30)
Ε.Ν.Υ. ΔΙΓΕΝΗΣ-ΗΡΑΚΛΗΣ (15:30)
ΑΧΥΡΩΝΑΣ-ΜΕΑΠ (15:30)
ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ-ΑΠΕΠ (15:30)
ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ-ΑΛΚΗ (15:30)
ΑΚΡΙΤΑΣ-ΔΙΓΕΝΗΣ (15:30)

ΟΔΟΣΤΡΩΤΗΡΑΣ Η ΑΕΚ ΕΚΑΝΕ ΣΚΟΝΗ ΚΑΙ ΘΡΥΨΑΛΑ ΤΟΝ ΑΠΟΛΛΩΝΑ

- **Απέδειξε ότι παραμένει η μόνη σοβαρή απειλή για τον πρωτοπόρο ΑΠΟΕΛ**
- **Εξακολουθεί να παραπαίει ο Απόλλωνας θέτοντας σε κίνδυνο την 3η θέση**
- **Σήμα κινδύνου για το Ευρωπαϊκό αύριο της «Μεγάλης Κυρίας», σταθερός ο ΑΡΗΣ**
- **Χωρίς να φορτσάρει, ο ΑΠΟΕΛ νίκησε κρατώντας γερά τα σκήπτρα της κορυφής**
- **Χαράς ευαγγέλια στην ΟΜΟΝΟΙΑ, καζάνι που βράζει το Παραλίμνι για την κατρακύλα**
- **Το απόλυτο για τον Πάμπο δίνει δικαίωμα στην ΑΕΛ για το όνειρο της εξάδας**
- **Άλμα σωτηρίας για την Πάφο, από το κακό στο χειρότερο ο ΕΡΜΗΣ**
- **Τελευταία αγωνιστική και η ανδρεναλίνη στα ύψη, ιδίως στα κάτω διαζώματα**

Λίγο πριν από τους αγώνες κατάταξης η ΑΕΚ παρουσιάσθηκε με άγριες διαθέσεις σκορπώντας τον Απόλλωνα στους έξι ανέμους. Από νωρίς, η ομάδα του Τ. Κρίστιανσεν εντόπισε τα κραυγαλέα κενά στη Λεμεσιανή άμυνα, την οποία φιλοδώρησε με πέντε τέρματα από το Α' ημίχρονο. Με την «χάρμα ιδέσθαι» εμφάνιση της, η ΑΕΚ έστειλε ισχυρά μηνύματα προς κάθε κατεύθυνση με βασικό αποδέκτη τον πρωτοπόρο ΑΠΟΕΛ. Στον Απόλλωνα ακόμη ψάχνονται για την αστάθεια της ομάδας η οποία αν δεν αναρρώσει σύντομα, κινδυνεύει να χάσει το τρένο της 3ης θέσης.



Ο ΑΠΟΕΛ με καλή εμφάνιση πιστοποίησε την ανώτερη κλάση του που τον κρατά σταθερά στο ρετιρέ του βαθμολογικού πίνακα, νοιώθοντας ωστόσο έντονα την ανάσα της ΑΕΚ. Μείον στην εμφάνιση του ΑΠΟΕΛ η ευκολία με την οποία χάνονται κλασσικές ευκαιρίες.

Παρά την αλλαγή σκυτάλης στην τεχνική ηγεσία, η αστάθεια της Ανόρθωσης δεν έχει τελειωμό. Τόσο στην άμυνα, όσο και στην επίθεση, παρουσιάζει φοβερά κενά. Ειδικότερα στον επιθετικό τομέα παρατηρείται τρομερή δυστοκία στην τελική προσπάθεια. Ο ΑΡΗΣ στάθηκε πολύ καλά κι έδειξε ότι και θέλει και μπορεί να παίζει στα μεγάλα σαλόνια.

Η ΠΑΦΟΣ με πάθος και σωστό στήσιμο πήρε σωτήριο τρίποντο που τις δίνει

• Η 6η θέση θα κριθεί στην τελευταία αγωνιστική. Την διεκδικούν, η Νέα Σαλαμίνα με 32 βαθμούς, η ΑΕΛ με 31 και η ΔΟΞΑ με 30

δικαίωμα στο όνειρο της παραμονής. Έντονη ανησυχία στον ΕΡΜΗ για την κατρακύλα της ομάδας η οποία αναζητεί εναγωνίως την χρυσή συνταγή ανασύνταξης ενόψει των αγώνων κατάταξης στην τιτάνεια προσπάθεια για αποφυγή του μοιραίου.

Αναγενημμένη και σαφώς βελτιωμένη με τον Πάμπο Χριστοδούλου, η ΑΕΛ τρίτωσε το τρίποντο μεγιστοποιώντας τις πιθανότητες για μια θέση στον ήλιο της πρώτης εξάδας.

Καλός ο ΕΘΝΙΚΟΣ χωρίς όμως να μπορέσει να κάνει την ανατροπή. Τώρα καλείται να αποδείξει τις δυνατότητες του στην υψικάμινο των αγώνων κατάταξης που θα κρίνουν την παραμονή του στην Α' κατηγορια.

Η ΟΜΟΝΟΙΑ με το τρίποντο στο Παραλίμνι ξαναμπήκε στο κόλπο της 3ης θέσης μετά και την μεγάλη απώλεια του Απόλλωνα. Καζάνι που βράζει, ο κόσμος της ΕΝΩΣΗΣ που ζητά απόδοση ευθυνών για την κατρακύλα που μόνο με θαύμα θα αποφύγει τον υποβιβασμό.

Μετά την μεταξύ τους ισοπαλία, Ν. ΣΑΛΑΜΙΝΑ και ΔΟΞΑ κρατούν ανοικτή την πιθανότητα διεκδίκησης της 6ης θέσης στον τελευταίο αγώνα.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

25η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Ένωση-Ομόνοια.....1-4
38' Μπούκορατς / 22' Ρούνιε, 26' Μπαντιμπάνγκα, 49' Σιέρινταν, 88' Κιρμ
Πάφος-Ερμής.....2-0
79' (αυτ.) Γκονζάλες, 90'+4' Οκόγιε
Άρης-Ανόρθωση 0-0
ΑΠΟΕΛ-Αγία Νάπα.....3-0
12' Εφραίμ, 36' Βάντερ, 63' Αλωνεύτης
Νέα Σαλαμίνα-Δόξα 0-0
ΑΕΛ-Εθνικός 1-0
59' Πιέχ
ΑΕΚ-Απόλλωνας.....6-1
7΄ Τέτε, 21΄ Άλβες, 27΄ Τρισκόφσκι, 41΄ Φρέιρε (αυτ.), 43΄ Λαρένα, 89΄ Μυτίδης / 34΄ Πέδρο

ΕΠΙΛΕΚΤΗ (ΣΤΟΚ)

ΕΠΙΛΕΚΤΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

Ακάθεκτοι προχωρούν οι δύο πρωτοπόροι Λειβαδιακός και Πέγεια που θεωρούν καπαρωμένες τις δύο πρώτες θέσεις. Η 3η στη βαθμολογία ΑΕΝ στραβοπάτησε μειώνοντας στους έξι βαθμούς την επαφή της με τη 2η θέση. Εκτός έδρας νίκη - βάλσαμο για το ΛΕΝΑ.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΠΕΓΕΙΑ – ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ 2-0
ΦΟΙΝΙΚΑΣ – ΑΕΝ 2-2
ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ – ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ 3-5
ΑΠΕΑ – ΚΟΡΝΟΣ 0-2
ΦΡΕΝΑΡΟΣ – ΕΛΠΙΔΑ 1-1
ΑΔΩΝΗΣ – ΑΣΠΙΔΑ (0-3 χωρίς αγώνα
ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ. – ΛΕΝΑΣ 1-4



ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

1. ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ	22	69-10	58
2. ΠΕΓΕΙΑ	22	35-12	48
3. ΑΕΝ	22	45-23	42
4. ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ	22	45-25	39
5. ΦΟΙΝΙΚΑΣ	22	42-33	39
6. ΚΟΡΝΟΣ	22	44-34	33
7. ΕΛΠΙΔΑ	22	35-35	31
8. ΑΠΕΑ ΑΚΡ.	22	29-26	30
9. ΦΡΕΝΑΡΟΣ	22	26-28	28
10. ΑΣΠΙΔΑ	22	37-37	27
11. ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ	22	31-46	25
12. ΛΕΝΑΣ	22	25-32	25
13. ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ.	22	18-73	10
14. ΑΔΩΝΗΣ	22	0-66	0

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

ΛΕΝΑΣ-ΦΡΕΝΑΡΟΣ (15:30)
ΑΣΠΙΔΑ-ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ (15:30)
ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ-ΦΟΙΝΙΚΑΣ (15:30)
ΑΕΝ- ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ (15:30)
ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ-ΠΕΓΕΙΑ (15:30)
ΕΛΠΙΔΑ-ΑΠΕΑ (15:30)
ΚΟΡΝΟΣ-ΑΔΩΝΗΣ (15:30)

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ

26η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Δόξα – Πάφος FC	(2/3)
Ερμής – ΑΕΚ	(2/3)
Απόλλων – ΑΠΟΕΛ	(2/3)
Αγία Νάπα – Άρης	(2/3)
Ανόρθωση – Παραλίμνι	(2/3)
Εθνικός – Νέα Σαλαμίνα	(2/3)
Ομόνοια – ΑΕΛ	(3/3)

ΠΛΕΪ ΟΦ - Α' ΟΜΙΛΟΣ

1η αγωνιστική
Θέσεις 6-1, 2-5, 4-3 (5-6/3)
2η αγωνιστική
Θέσεις 5-6, 1-4, 3-2 (12-13/3)
3η αγωνιστική
Θέσεις 6-4, 2-1, 5-3 - (19-20/3)
4η αγωνιστική
Θέσεις 1-5, 4-2, 6-3 (2-3/4)
5η αγωνιστική
Θέσεις 3-1, 2-6, 5-4 (9-10/4)
6η αγωνιστική
Θέσεις 1-6, 5-2, 3-4 (16-17/4)
7η αγωνιστική
Θέσεις 6-5, 4-1, 2-3 (23-24/4)
8η αγωνιστική
Θέσεις 4-6, 1-2, 3-5 (26-27/4)
9η αγωνιστική
Θέσεις 5-1, 2-4, 3-6 (7-8/5)
10η αγωνιστική
Θέσεις 1-3, 6-2, 4-5 (14-15/5)

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

ΟΜΑΔΑ	ΑΓ.	Ν-Ι-Η	ΓΚΟΛ	Β.
1. ΑΠΟΕΛ	25	19-2-4	71-18	59
2. ΑΕΚ	25	18-4-3	44-17	58
3. Απόλλων	25	14-7-4	41-23	49
4. Ανόρθωση	25	14-7-4	46-22	49
5. Ομόνοια	25	13-7-5	42-22	46
6. Νέα Σαλαμίνα	25	8-8-9	35-50	32
7. ΑΕΛ	25	9-4-12	20-28	31
8. Δόξα	25	7-9-9	30-38	30
9. Άρης	25	7-7-11	25-32	28
10. Πάφος FC	25	5-9-11	32-46	24
11. Ερμής	25	6-6-13	22-37	24
12. Εθνικός	25	5-8-12	25-41	23
13. Παραλίμνι	25	4-8-13	28-45	20
14. Αγία Νάπα	25	0-6-19	17-60	6

ΔΕΙΝΟΙ ΕΚΤΕΛΕΣΤΕΣ

Αναλλοίωτο το σκηνικό στον πίνακα των δεινών εκτελεστών με τον Καβενάγκι (ΑΠΟΕΛ) να φιγουράρει με 19 τέρματα έναντι 15 των κύριων διωκτών του, Εντλοβού (ΑΝΟΡΘΩΣΗ) και Άλβεζ (ΑΕΚ).

ERG_16-16_inn_8 & 9 3/1/16 11:41 AM Page 1

Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΕΚ ΓΙΑ ΤΗΝ 8η ΜΑΡΤΙΟΥ

Σε μια εποχή που οι βαριές επιπτώσεις της Παγκόσμιας Οικονομικής Κρίσης προκαλούν έντονη εργασιακή ανασφάλεια στους εργαζόμενους, τα ζητήματα ισότητας περιθωριοποιούνται, με αποτέλεσμα η γυναικεία απασχόληση να παρουσιάζει σοβαρά ελλείμματα.

Άλλη μια επέτειος της Διεθνούς Ημέρας της Γυναίκας, βρίσκει τις γυναίκες να βιώνουν μια σιωπηρή κρίση που υποβαθμίζει και αποδυναμώνει σταδιακά τη θέση τους στην αγορά εργασίας ενώ παράλληλα η χαμηλότερη μισθοδοσία, που αγγίζει το 15.8%, αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο της φτώχειας κατά την συνταξιοδότηση λόγω μειωμένων συντάξεων.

Η ΣΕΚ θέτει καθημερινά στις προτεραιότητές της την προαγωγή της Ισότητας, ως ένα βασικό κομμάτι της πολιτικής της αξίωσης και καλεί τις γυναίκες να διεκδικούν τα δικαιώματα τους που πηγάζουν μέσα από ένα ευρύ νομοθετικό πλαίσιο το οποίο αποτελεί πλέγμα προστασίας ενάντια σε διακρίσεις και ανισότητες.

Θα πρέπει να σταλούν σαφή και ξεκάθαρα μηνύματα προς κάθε κατεύθυνση πως η εφαρμογή των νόμων, δεν έγκειται στην ευσυνειδησία του κάθε εργοδότη αλλά είναι υποχρεωτική και αδιαπραγμάτευτη.

Ως εκ τούτου, το Τμήμα Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ καλεί το Υπουργείο Εργασίας να εντατικοποιήσει τις επιθεωρήσεις σε χώρους εργασίας για ενδελεχή έλεγχο της εφαρμογής των νόμων της μητρότητας, της Ίσης Αμοιβής και της Ίσης Μεταχείρισης στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση, οριοθετώντας τις υποχρεώσεις των εργοδοτών.

Η ΣΕΚ αναμένει από την πολιτεία να ανταποκριθεί στις ανάγκες των καιρών και να υιοθετήσει πολιτικές που να λαμβάνουν υπόψη τις ιδιαιτερότητες της σύγχρονης εποχής, μέσα στην οποία τα δυο φύλα επιβάλλεται να συμμετέχουν ισότιμα στην αγορά εργασίας, ενισχύοντας την κοινωνική και οικονομική συνοχή.

Οι αλλαγές είναι ραγδαίες και η πολιτεία οφείλει να διασφαλίσει ότι με την έξοδο της χώρας μας από την κρίση δεν θα βρεθούμε μπροστά στο φαινόμενο της δραστικής οπισθοχώρησης δικαιωμάτων. Έχουμε ευθύνη να δράσουμε αποτελεσματικά για προστασία όλων των δικαιωμάτων που έχουν κατακτηθεί με πολύ κόπο και μόχθο.

Καλούμε τις γυναίκες, να διατυπώνουν άφοβα τις απόψεις με δυναμισμό, τους στηρίζοντας με επιχειρήματα τις θέσεις τους και διεκδικώντας τη συμμετοχή τους στα κέντρα λήψης αποφάσεων.

Η ΣΕΚ θα συνεχίσει την ανιδιοτελή προσφορά της προς τους εργαζόμενους και την Κυπριακή κοινωνία και θα στηρίζει την εργαζόμενη, αναγνωρίζοντας τον τεράστιο ρόλο που μπορεί να προσφέρει στην ανόρθωση της οικονομίας με απώτερο στόχο την σταδιακή ανάκτηση του χαμένου εδάφους.

WOMAN
ΤΜΗΜΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΕΚ
SEK WOMEN DEPARTMENT

• Τελέστηκε το μνημόσυνο του Γρηγόρη Αυξεντίου

Ο θρύλος που ξεπέρασε τα όρια της Κύπρου

Στην παρουσία του Προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Αναστασιάδη, τελέστηκε την περασμένη Κυριακή στην Ιερά Μονή Μαχαιρά, το ετήσιο μνημόσυνο του Υπαρχηγού της ΕΟΚΑ 1955-59, Γρηγόρη Αυξεντίου.



Στον επιμνημόσυνο λόγο του, ο **Πρόεδρος Αναστασιάδης,** τόνισε πως όταν κανείς καλείται να μιλήσει για τον Γρηγόρη Αυξεντίου, δεν μπορεί παρά να νιώθει βαριά την ευθύνη της ιστορίας.

«Πώς να αποδώσεις το μεγαλείο ενός ανθρώπου που επέλεξε συνειδητά να γίνει ολοκαύτωμα για μία



ιδέα;», ανέφερε ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας και συνέχισε: «Ο Γρηγόρης Αυξεντίου έγινε θρύλος που ξεπέρασε τα όρια της Κύπρου και του ελληνικού χώρου. Έγινε ο ήρωας που εκφράζει για όλους τους ελεύθερους ανθρώπους, τις μεγάλες οικουμενικές, πανανθρώπινες αξίες».

Είναι να διερωτάται κανείς, πρόσθεσε, πώς κατάφερε να αναπτύξει ο Γρηγόρης αυτή τη βαθιά προσήλωση στην έννοια της αυτοθυσίας. Αναζητώντας το γιατί, νομίζω πως θα πρέπει να ανατρέξουμε στη βαθιά ελληνικότητα, η οποία είχε εμποτίσει το είναι του. Αυτή την έννοια της ελληνικής ταυτότητας, την αναζήτησε είτε μέσω της επιλογής του να υπηρετήσει στον ελληνικό στρατό, είτε μέσω της ανάγκης του να σπουδάσει τα Ελληνικά Γράμματα ως φιλόλογος, κάτι για το οποίο ετοιμαζόταν και αποτελούσε έναν άλλο πόθο του. Ο Αυξεντίου ταυτίστηκε με την ελληνικότητα. Ήταν για αυτόν στάση ζωής και αναγκαιότητα, στην οποία έδωσε οικουμενικό νόημα και πλαίσιο καταξίωσης.

Παρόντες στο μνημόσυνο ήταν επίσης, μεταξύ άλλων, εκπρόσωποι της θρησκευτικής και στρατιωτικής ηγεσίας του τόπου, εκπρόσωποι κομμάτων, οργανωμένων συνόλων και πλήθος κόσμου.

Μετά το μνημόσυνο τελέσθηκε τρισάγιο στον τόπο της θυσίας του ήρωα και αναπαράσταση της ιστορικής μάχης του Μαχαιρά.

Εκ μέρους της ΣΕΚ στεφάνι κατέθεσε ο γενικός οργανωτικός **Πανίκος Αργυρίδης (φωτο).**

8η ΜΑΡΤΙΟΥ: ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΜΕΡΑ ΓΥΝΑΙΚΑΣ – ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΕΚ

Η γυναίκα συμμετέχει - Η Κοινωνία αλλάζει!

Η ΣΕΚ για άλλη μια χρονιά διοργανώνει Παγκύπρια εκδηλώσεις τιμώντας τη Διεθνή Ημέρα της Γυναίκας, αξιώνοντας για άλλη μια φορά από την πολιτεία να περάσει από τα λόγια στις πράξεις κατοχυρώνοντας την ισότητα των φύλων σ' όλες τις εκφάνσεις της ζωής.

ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ

Παρασκευή, 4 Μαρτίου 2016, ώρα 6.00μ.μ. στο οίκημα της ΣΕΚ Πάφου

Ο δρ. **Μάριος Αργυρίδης**, επίκουρος καθηγητής Συμβουλευτικής Ψυχολογίας στο Πανεπσιστήμιο Νεάπολης Πάφου και Εγγεγραμμένος Ψυχολόγος στο Μητρώο Επαγγελματιών Ψυχολόγων Κύπρου θα αναλύσει το θέμα: *«Τα απαραίτητα συστατικά μιας υγιούς οικογένειας».*

ΣΕΚ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

Δευτέρα 7 Μαρτίου 2016 και ώρα 6.00 μ.μ. στο οίκημα της ΣΕΚ Αμμοχώστου

Ο Αρχιμανδρίτης **Αυγουστίνος Κκαράς** θα αναλύσει το θέμα: *«Βασκανία (μάτι – φθόνος) και Εκκλησία»*

ΣΕΚ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

8 Μαρτίου 2016 και ώρα 6.00 μ.μ. στο οίκημα της ΣΕΚ στο Στρόβολο

Κύρια ομιλήτρια της εκδήλωσης θα είναι η Επίκουρη Καθηγήτρια στο Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων και Δημόσιας Διοίκησης στο Πανεπιστήμιο Κύπρου **Αλεξία Παναγιώτου** με θέμα: *«Έμφυλα Στερεότυπα, ο καθρέφτης της ζωής μας»*

ΣΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

8 Μαρτίου 2016 ώρα 6.μ.μ. στο οίκημα ΣΕΚ Λάρνακας

Ομιλήτρια η Κοινωνικός Επιστήμονας **Μιράντα Σιδερά,** που θα αναπτύξει το θέμα: *Άγχος, ένταση, αγωνία; ποτέ! Είναι καθαρά θέμα μυαλού.* Καλλιτεχνικό πρόγραμμα με την χορωδία ΑΝΟΡΘΩΣΗΣ Αμμοχώστου.

ΣΕΚ ΛΕΜΕΣΟΥ

Τετάρτη 9 Μαρτίου 2016, 5μ.μ. στο οίκημα της ΣΕΚ Λεμεσού

Διάλεξη με θέμα: *Γυμναστική του μυαλού* το οποίο θα αναλύσει η **Σταυριάνα Αντωνίου.**

Χαιρετισμούς σ' όλες τις εκδηλώσεις, θα απευθύνουν οι επαρχιακές γραμματείς των Τμημάτων Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ **Γιώτα Ζαβρού, Νίκη Χαλαμάντουρου, Νατάσα Ιωάννου, Εύη Λουκά και Κατερίνα Παμπακά.**

