sel 1_Layout 1 3/30/21 11:21 AM Page 1

ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΤΕΤΑΡΤΗ 31 ΜΑΡΤΙΟΥ 2021 | ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1950 | ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 3118 | ΤΙΜΗ €0.70



«...Έλληνες ποτέ μην ξεχνάτε το χρέος σε Θεό και σε Πατρίδα! Σ' αυτά τα δύο σας εξορκίζω ή να νικήσουμε ή να πεθάνουμε κάτω από την Σημαία του Χριστού»

(Γρηγόριος - Δικαίος Παπαφλέσσας)

Ο Μόδεστος έφυγε πριν το ξημέρωμα... και έγινε φάρος αθανασίας

του **Χρίστου Καρύδη**

Σελ. 2

Τα μάτια σας αποκλειστικά στην εργασία σας

Της **Δέσποινας Ησαία**

Σελ. 2

• **Εποικοδομητική συνάντηση ΣΕΚ - υπουργού Οικονομικών**

Μεταρρυθμίσεις με διάλογο

Σειρά μεταρρυθμίσεων με κοινωνικό διάλογο και συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα χρειάζεται η κυπριακή οικονομία, για να μπορέσει με αποτελεσματικότητα να περάσει στην αντεπίθεση και να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις που υπάρχουν, είτε αυτές αφορούν το συνταξιοδοτικό, είτε το φορολογικό σύστημα, είτε την Τοπική Αυτοδιοίκηση. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν η ΣΕΚ και ο υπουργός Οικονομικών Κωνσταντίνος Πετρίδης στη διάρκεια συνάντησης που πραγματοποιήθηκε την περασμένη βδομάδα.

Η συνάντηση που κρίθηκε ως αμφίδρομα εποικοδομητική ασχολήθηκε, εκτός από τις αναγκαίες μεταρρυθμίσεις και με το θέμα της ενίσχυσης της ευρωστίας των δημοσίων οικονομικών μέσα από την πάταξη της φοροδιαφυγής, ενώ δόθηκε και ιδιαίτερη σημασία στο θέμα της αναλογιστικής αναπροσαρμογής του 12% για όσους επιλέγουν να αφυπηρετήσουν στο 63ο έτος της ηλικίας τους. Πρόκειται για ένα ζήτημα που πρέπει να συζητηθεί και να επιλυθεί στο πλαίσιο της μεταρρύθμισης του συνταξιοδοτικού συστήματος, όπως αποφασίστηκε στο Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα.

Σελ. 3



√ **Εξαίρεση ταμείων προνοίας και ταμείων συντάξεων από το ΓεΣΥ**

Συνέρχεται στις 8 Απριλίου το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ

Μείζονα ζητήματα που απασχολούν το συνδικαλιστικό κίνημα και την κοινωνία των πολιτών ευρύτερα, θα απασχολήσουν συνεδρία του Γενικού Συμβουλίου της ΣΕΚ η οποία θα πραγματοποιηθεί στο μέγαρο της ΣΕΚ την **Πέμπτη 8/4/21 και ώρα 10.00 π.μ**

Στο πλαίσιο της συνεδρίας θα γίνει αξιολόγηση των οργανωτικών και των οικονομικών αποτελεσμάτων 2020. Θα γίνει ανταλλαγή απόψεων για τρέχοντα ζητήματα και θα εγκριθεί κείμενο αποφάσεων.

Φυλακισμένα Μνήματα: Ιερός ναός της Ελευθερίας

Στα Φυλακισμένα Μνήματα είναι θαμμένοι δεκατρείς ηρωομάρτυρες, από τους οποίους οι εννιά εκτελέστηκαν με απαγχονισμό στις Κεντρικές Φυλακές, τρεις έπεσαν στο πεδίο της μάχης και ένας (ο Λένας) πέθανε σε στρατιωτικό νοσοκομείο, μετά από τραυματισμό του σε μάχη. Το μοναδικό τους έγκλημα ήταν η αγάπη τους για τη λευτεριά και Ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα.

Οι απαγχονισθέντες, όλοι τους νέοι ηλικίας 19 - 24 ετών, με τη σειρά που εκτελέστηκαν είναι: **Μιχαλάκης Καραολής, Αντρέας Δημητρίου, Ιάκωβος Πατάτσος, Αντρέας Ζάκος, Χαρίλαος Μιχαήλ, Μιχαήλ Κουτσόφτας, Στέλιος Μαυρομμάτης, Αντρέας Παναγίδης και Ευαγόρας Παλληκαρίδης**.

Στα Φυλακισμένα Μνήματα αναπαύονται ακόμα τέσσερα παλικάρια της ΕΟΚΑ, που με την ηρωϊκή τους δράση εξέπληξαν ακόμα και αυτούς τους κατακτητές. Πρόκειται για



τους **Μάρκο Δράκο, Γρηγόρη Αυξεντίου, Κυριάκο Μάτση** και **Στυλιανό Λένα**. Αιωνία τους η μνήμη.

Υποκλινόμαστε με σεβασμό στο έπος του 1955

Η 1η Απριλίου αποτελεί την κορυφαία μέρα που σηματοδότησε τη σύγχρονη ιστορία της Κύπρου και του Κυπριακού Ελληνισμού, εμπνευσμένη από τα νάματα του ένδοξου παρελθόντος.

Το έπος της ΕΟΚΑ του 55-59 που το κόσμησε με τη δράση της μια χούφτα νέων ανθρώπων, αποτελεί σύμβολο και φάρο αντίστασης για όσους ακόμα αναζητούν όραμα, ελπίδα, προοπτική, λευτεριά και αξιοπρέπεια.

Η ΣΕΚ, ταπεινά και σεμνά τιμά το έπος του 1955 και δηλώνει περήφανη, γιατί η συμμετοχή της στον αγώνα υπήρξε ολόψυχη και καθοριστική. Συνολικά 39 από τους ήρωες του εθνικοαπελευθερωτικού μας αγώνα υπήρξαν μέλη της ΣΕΚ με κορυφαίο το Μάρκο Δράκο που υπήρξε και μέλος του Γενικού Συμβουλίου του Κινήματος. Κυριάκος Μάτσης, Ανδρέας Δημητρίου, Στέλιος Μαυρομμάτης, Σάββας Ροτσίδης, Χαρίλαος Μιχαήλ, Ανδρέας Ζάκος, Χρίστος Τσιάρτας, Ανδρέας Κάρυος και άλλοι πολλοί ωραίοι Έλληνες, υπήρξαν μέλη της ΣΕΚ. Κάθε όνομα και μια χρυσή σελίδα ανόθευτης ελληνικής ψυχής και ιστορίας.

Δυστυχώς σήμερα ο κυπριακός ελληνισμός βιώνει τρομερά δύσκολες συνθήκες, λόγω κυρίως της συ-

• **39 από τους ήρωες υπήρξαν μέλη της ΣΕΚ**

νεχιζόμενης πολυετούς Τουρκικής κατοχής. Οι πολίτες ζουν μέσα σε μια αβεβαιότητα που δημιουργεί φόβο και ανασφάλεια, σε όλα τα ζητήματα. Πνευματικά, ηθικά, κοινωνικά, οικονομικά και εθνικά.

Χρειάζεται ενότητα για να μπορέσουμε να διεκδικήσουμε απελευθέρωση και μια δίκαιη, βιώσιμη λύση που θα στηρίζεται στο Ευρωπαϊκό κεκτημένο, και που θα σέβεται τα ανθρώπινα και συνδικαλιστικά δικαιώματα όλων των νομίμων κατοίκων του τόπου. Η ΣΕΚ αυτές τις κρίσιμες ώρες υποστηρίζει με σαφήνεια και διεκδικητικότητα πως, πρέπει να ενισχυθούν οι δεσμοί κράτους-πολιτών, με αποκατάσταση της αξιοπιστίας, πάταξη της διαφθοράς, ενίσχυση του κοινωνικού κράτους και της ανθρώπινης αξιοπρέπειας.

Η αδικαίωτη και βαθιά πληγωμένη γενιά του 1955 θλίβεται για το σημερινό μας κατάντημα, γι' αυτό επιβάλλεται - ως μνημόσυνο και ελάχιστος φόρος τιμής, να εκσυγχρονισθεί το κράτος σε τρόπο που θα μπορεί με όραμα, διαφάνεια και αξιοκρατία να χειριστεί με επιτυχία τις προκλήσεις του σήμερα αλλά και του αύριο σε εθνικό, κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο. Για να μπορούμε να ελπίζουμε, να διεκδικούμε και παράλληλα να βλέπουμε στα μάτια όλους όσους με ανιδιοτέλεια θυσιάστηκαν με το όραμα της λευτεριάς.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρα δύναμη στους εργατικούς, κοινωνικούς και εθνικούς αγώνες

sel 2_Layout 1 3/30/21 11:13 AM Page 1

Ένα μέρος μόνον των ανείσπρακτων φόρων μπορεί να εισπραχθεί.

☛ Χρωστούν φόρους εταιρείες που διαλύθηκαν και φυσικά πρόσωπα που δεν είναι στη ζωή.

Ρεαλιστικές προτάσεις και εισηγήσεις κατέθεσε η ΣΕΚ για την ανάκαμψη και την ανθεκτικότητα της οικονομίας

☛ Χρειάζονται συνετές και προσεκτικές κινήσεις για να μην απωλέσουμε ούτε ένα ευρώ από τα ευρωπαϊκά κονδύλια

Γερνά επικίνδυνα η Κύπρος

☛ Το ποσοστό αναπαραγωγής του πληθυσμού θα πρέπει να ξεπερνά το 2.10. Από το υφιστάμενο 1.3% είναι πολύ μακρινός ο στόχος

Αντέχει η οικονομία για να μπορέσει να περάσει στο επόμενο στάδιο της ανάκαμψης και ανάπτυξης.

☛ Ενθαρρυντικό το μήνυμα του υπουργού Οικονομικών από τη ΣΕΚ

Ταρακούνησε η ΣΕΚ με τις τελευταίες αποκαλύψεις για εργασιακούς εκφοβισμούς

☛ Με την αύξηση των ποινών και άλλες τροποποιήσεις να δοθεί ένα ηχηρό μάθημα

Ιχνηλάτηση : Σωτήρια μέθοδος για να ανιχνεύεται ο ιός στην κοινότητα

☛ Κλείστε τα αυτιά σε όσους προσπαθούν να υποκαταστήσουν τους ειδικούς

Κινδυνεύουν να απωλέσουν την εργασία τους όσοι τολμούν να καταγγείλουν απρεπείς συμπεριφορές

☛ Η ΣΕΚ ζήτησε την άμεση παρέμβαση των αρμοδίων υπουργών

Η πολιτεία και οι κοινωνικοί εταίροι να δημιουργήσουμε τις προϋποθέσεις για να βγούμε από την υγειονομική κρίση

☛ Δεν έχουμε άλλη επιλογή

Φωταγωγήθηκαν εντυπωσιακά , με τα ελληνικά χρώματα, κτήρια σε όλη την ανθρωπότητα.

☛ Οι αγωνιστές του 1821 ενέπνευσαν για τις πανανθρώπινες και οικουμενικές αξίες της Ελευθερίας και της Δημοκρατίας

Ώρα να δώσουμε τις μάχες για εκ νέου ανόρθωση της κυπριακής οικονομίας

☛ Περάσαμε πολλές φορές από μπόρες και φουρτούνες και στο τέλος βγήκαμε σε απάνεμο λιμάνι

Νοιαζόμαστε για τους εργαζόμενους και διεκδικούμε βελτίωση των εργασιακών τους δικαιωμάτων

☛ Η ΣΕΚ καταβάλλει το άπαν των δυνάμεων της ενάντια σε κάθε προσπάθεια εκμετάλλευσης

Η επέτειος της Παλιγγενεσίας μας δείχνει τον δρόμο της ομοψυχίας και της συναίνεσης

☛ Μόνο κατά αυτόν τον τρόπο θα προχωρήσουμε μπροστά

Ο Μόδεστος έφυγε πριν το ξημέρωμα...

Ο Μόδεστος έφυγε νωρίς. Πριν το ξημέρωμα. Έφυγε πρώτος, δεν ξαναγύρισε από τότε, αλλά είναι πάντα εδώ...

Πέρασε πρώτος στην αιωνιότητα και στην αθανασία, μα για όσους αγαπούν τη λευτεριά, είναι εδώ. Πάντα εδώ. Φάρος και σύμβολο αθανασίας και αιωνιότητας για κάθε αδύνατο και αδύναμο που θέλει τη λευτεριά του. Μόδεστος Παντελή από το Λιοπέτρι, γεννηθείς το 1923.



του **Χρίστου Καρύδη**

Τα μεσάνυκτα της 31ης Μαρτίου προς την 1η Απριλίου του 1955, ανέλαβε με τον Ανδρέα Κάρυο να προκαλέσει βραχυκύκλωμα σε ηλεκτροφόρα σύρματα που τροφοδοτούσαν στρατόπεδο έξω από τον οικισμό Αυγόρου. Στην προσπάθεια του να κόψει ένα από τα ηλεκτρικά καλώδια υψηλής τάσης, σκοτώθηκε από ηλεκτροπληξία, ενώ ο Κάρυος υπέστη εγκαύματα. Ήταν παντρεμένος και είχε δύο παιδιά.



• Έγινε φάρος αθανασίας και αιωνιότητας

Ήταν ο πρώτος νεκρός του έπους του 1955. Έγινε θυσία - λαμπάδα στον αγώνα. Μια λαμπάδα που φωτίζει όσους θέλουν να βλέπουν.

Το δρόμο που χάραξε ο Μόδεστος ακολούθησαν με συνέπεια ο Γρηγόρης, ο Βαγορής, ο Μάτσης, ο Λένας, ο Πατάτσος, ο Φώτης Πίττας και άλλοι πολλοί. Ο καθένας και μια μεγάλη σελίδα ανόθευτης ιστορίας.

Το Λιοπέτρι έγινε Μαχαιράς, ο Μαχαιράς έγινε Δίκωμο, το Δίκωμο...Φυλακισμένα Μνήματα. Εκεί που σήμερα βρίσκονται οι μόνοι ζωντανοί... Οι άλλοι ψαχνόμαστε και πελαγοδρομούμε και κάθε Πρωταπριλιά αντί να σιωπήσουμε, φλυαρούμε...

Ο Μόδεστος ήταν ο πρώτος. Ο Σάββας Ροτσίδης από το Μάμμαρι ήταν ο τελευταίος νεκρός αντάρτης του αγώνα. Στις 25 Νοεμβρίου 1958, σε ηλικία 23 ετών, έπεσε νεκρός από Αγγλικά βόλια, στα Αγρίδια της ηρωοτόκου Πιτσιλιάς. ΄

Έξι μέρες νωρίτερα πέταξε στην αθανασία ο σταυραετός του Πενταδακτύλου, Κυριάκος Μάτσης. Ο Μάτσης του Παλαιχωρίου, του Δικώμου της Θεσσαλονίκης...Ο Μάτσης της Κύπρου και του Ελληνισμού.

Σήμερα μνημονεύοντας αυτές τις ζωντανές και ολοφώτεινες ψυχές, πρέπει να πούμε ένα μεγάλο ευχαριστώ, αλλά και ένα μεγάλο συγνώμη... και ο νοών νοείτο.

Τα μάτια σας αποκλειστικά στην εργασία σας

Με απόλυτο σεβασμό στον Κοινωνικό Διάλογο, γεννήθηκαν το 2018 και το 2019 κώδικες Αντιμετώπισης της σεξουαλικής παρενόχλησης και του Εργασιακού Εκφοβισμού στους χώρους εργασίας οι οποίοι επιβάλλεται να διατηρούνται απαλλαγμένοι από ενέργειες που αντιβαίνουν κάθε έννοιας αξιοπρέπειας και σεβασμού της ανθρώπινης υπόστασης.



Της **Δέσποινας Ησαΐα**

Από το 2018 και εντεύθεν που συγγράφηκαν οι δυο κώδικες για τη δημόσια υπηρεσία και για τον Ιδιωτικό τομέα διαφάνηκε επί του πρακτέου πως τίποτα ουσιαστικό δεν είχε αλλάξει τόσο ως προς την ευρεία υιοθέτηση τους όσο και ως προς τη θωράκιση χιλιάδων εργαζομένων που εργάζονται σε χώρους εργασίας χωρίς συνδικαλιστική παρουσία.

Είναι για αυτούς τους λόγους που η ΣΕΚ θέλησε να πάει ένα βήμα πιο κάτω και να εισηγηθεί αύξηση των αποτρεπτικών ποινών αλλά και σε υποχρεωτική υιοθέτηση κώδικα από τους εργοδότες ενέργεια μέσα από την οποία θα επέλθει μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση και ενημέρωση των

• Οι προτεινόμενες τροποποιήσεις για τη σεξουαλική παρενόχληση και τον εργασιακό εκφοβισμό ισχυρό εργαλείο στα χέρια των εργοδοτών

εσωτερικών διαδικασιών που θα πρέπει να ακολουθεί ένας εργοδότης σε περίπτωση που υπάρχει καταγγελία.

Μια τέτοια εξέλιξη θα είναι ιδιαίτερα επωφελής τόσο για τους εργοδότες όσο και για τους εργαζομένους οι οποίοι καλούνται καθημερινά να πορεύονται από κοινού με στόχο την οικονομική βιωσιμότητα των επιχειρήσεων.

Δεν υπάρχουν σε αυτήν την κοινή πορεία νικητές και ηττημένοι. Κοινός στόχος και επιδίωξη μας θα πρέπει να είναι η κατοχύρωση της αξιοπρέπειας στην εργασία και προς θεού θα ήταν ατόπημα να φρενάρεται οποιαδήποτε προσπάθεια καταβάλλεται από οποιονδήποτε με απώτερο στόχο και σκοπό το κοινό όφελος.

Ας αναδείξουμε το γεγονός πως η νομοθετική εξουσία προχώρησε χωρίς χρονοτριβή στην υποβολή πρότασης νόμου μετά από παρέμβαση της ΣΕΚ. Είμαστε πεπεισμένοι ότι η ξεκάθαρη αποσαφήνιση στον νόμο της νομικής υποχρέωσης των εργοδοτών για υιοθέτηση κώδικα και η αύξηση των ποινών θα δώσει τα απαιτούμενα εργαλεία στον κάθε εργοδότη να απαιτεί και να υποχρεώνει όλους τους εργοδοτούμενους να έχουν μάτια μόνο στην εργασία τους.

Από δω θα αρχίσει η αντίστροφη μέτρηση, με τις τροποποιήσεις στη νομοθεσία να προσδίδουν πλέον στην αξιοπρέπεια στην εργασία ξεχωριστή οντότητα και σημασία.

«ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»

Εβδομαδιαίο Εκφραστικό Όργανο της ΣΕΚ
Διευθυντής: **Ανδρέας Φ. Μάτσας**
Αρχισυντάκτρια: **Δέσποινα Ησαΐα**
Τηλ. 22849849, Τηλεομοιότυπο: 22849858
Τυπογραφείο proteas

ΣΕΚ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ
Τηλ. 22849849,
Τηλεομοιότυπο: 22-849850 (ΣΕΚ)
22849858 (Γραφείο Τύπου)

ΣΕΚ ΛΕΜΕΣΟΥ
Τηλ. 25861000,

ΣΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ
Τηλ. 24-633633

ΣΕΚ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ
Τηλ. 23821432, 23821832

ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ
Τηλ. 26811639, 2693229

www.sek.org.cy - ergatikifsek@cytanet.com.cy (Γραφείο Τύπου)

Εορτολογιο

ΤΕΤΑΡΤΗ 31/3/2021
Υπατίου επισκόπου Γαγγρών, Ακακίου ομολογητού.

ΠΕΜΠΤΗ 1/4/2021)
Οσίας Μαρίας Αιγυπτίας, Μακαρίου οσ., Γεροντίου & Βασιλείδου μ.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/4/2021
Γ' Χαιρετισμοί
Τίτου οσ., Θεοδώρας, Ευθαλίας παρθένων.

ΣΑΒΒΑΤΟ 3/4/2021
Νικήτα ομολογητού, Ιωσήφ υμνογράφου

ΚΥΡΙΑΚΗ 4/4/2021
Γ' ΝΗΣΤΕΙΩΝ
(Σταυροπροσκυνήσεως)
Νικήτα εν Σέρραις ιερ., Ζωσιμά.

ΔΕΥΤΕΡΑ 5/5/2021
Κλαυδίου, Νικηφόρου μάρτ., Διοδώρου, Θεοδώρας εν Θεσ/νίκη.

ΤΡΙΤΗ 6/4/2021
Ευτυχίου ΚΠόλεως, Γρηγορίου Σιναϊτου, Μιχαήλ νεομ. Κυπρίου

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

sel 3_Layout 1 3/30/21 11:13 AM Page 1

ΟΛΑ ΤΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΚΛΕΙΣΤΑ ΤΗΝ 1η ΜΑΙΟΥ

Το υπουργείο Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων ενημερώνει ότι, σύμφωνα με τις πρόνοιες του νόμου περί Ρύθμισης της Λειτουργίας Καταστημάτων και των Όρων Απασχόλησης των Υπαλλήλων η δημόσια αργία της 1ης Μάϊου, φέτος συμπίπτει με το Μεγάλο Σάββατο. **Όλα τα καταστήματα θα πρέπει να παραμείνουν κλειστά**.

Ως εκ τούτου οι πολίτες καλούνται να διευθετήσουν έγκαιρα τις αγορές τους.

Έφορος Φορολογίας:

Μόνο ένα μέρος των ανείσπρακτων φόρων μπορεί να εισπραχθεί

Μόνο ένα μέρος από το σύνολο των ανείσπρακτων φόρων, που ανέρχονται σε €2,4 με €2,5 δισ., μπορεί να εισπραχθεί από το κράτος.



Ο Έφορος Φορολογίας **Γιάννης Τσαγκάρης**, αναφερόμενος σ' αυτούς που χρωστούν φόρους όπως τόνισε περιλαμβάνονται πολλές εταιρείες που διαλύθηκαν και φυσικά πρόσωπα που δεν είναι στη ζωή, κάτι που καθιστά αδύνατη την είσπραξη τους.

√ Με τη χρήση της νέας τεχνολογίας αναμένεται μέχρι το τέλος του χρόνου να διεκπεραιωθούν οι φορολογικές υποχρεώσεις του 2015 – 16

Ενδεικτικά ανάφερε ότι το μεγαλύτερο ποσό φόρων (γύρω στα 25 εκατ. ευρώ) το χρωστά μια αμερικάνικη εταιρεία, η οποία εδώ και δεκαετίες έχει διαλυθεί και δεν υπάρχει εκπρόσωπος της στην Κύπρο.

Στην παρέμβαση του, ο κ. Τσαγκάρης τάχθηκε υπέρ του εκσυγχρονισμού και της μεταρρύθμισης του φορολογικού συστήματος της Κύπρου, επισημαίνοντας ωστόσο ότι αυτή η προσπάθεια δεν θα είναι εύκολη. Εισηγήθηκε όπως η Κύπρος ζητήσει τη βοήθεια ξένων εμπειρογνωμόνων, ώστε να γίνει μια μεταρρύθμιση που θα λαμβάνει υπόψη τις διεθνείς φορολογικές τάσεις.

Αφού ανάφερε ότι το υφιστάμενο φορολογικό σύστημα εξυπηρέτησε με επιτυχία για χρόνια την οικονομία μας, τόνισε ότι το Τμήμα Φορολογίας προέβη σε πολλές βελτιωτικές αλλαγές, που συμβάλλουν στην καλύτερη εξυπηρέτηση των φορολογούμενων. Όπως είπε χαρακτηριστικά, με τη χρήση της νέας τεχνολογίας αναμένεται ότι μέχρι το τέλος του χρόνου θα διεκπεραιωθούν οι φορολογικοί φάκελοι των ετών 2015 – 16 και σύντομα δεν θα χρειάζεται κανένας φορολογούμενος να επισκέπτεται τα γραφεία του Τμήματος Φορολογίας για τις υποθέσεις του.

Αμφίδρομα εποικοδομητική συνάντηση της ΣΕΚ με τον υπουργό Οικονομικών

Να μη χαθεί ούτε ένα ευρώ από το ταμείο Ανάκαμψης

Η ευρωστία των δημοσίων οικονομικών πρέπει να ενισχυθεί μέσα από την πάταξη της φοροδιαφυγής, μέσα από την είσπραξη των καθυστερημένων φόρων και μέσα από την άντληση όλων των πόρων που η Κύπρος δικαιούται να λάβει από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας της Ευρωπαϊκής Ένωσης που ξεπερνούν το €1δισ.

Η ΣΕΚ υπέδειξε τα πιο κάτω στη διάρκεια συνάντησης που είχε στις 24 Μαρτίου με τον υπουργό Οικονομικών Κωνσταντίνο Πετρίδη, στην οποία έγινε ευρεία ανταλλαγή απόψεων για το παρόν και το μέλλον της κυπριακής οικονομίας.

Διαπιστώθηκε πως, παρά τα προβλήματα που προέκυψαν από την πανδημία, η κυπριακή οικονομία εξακολουθεί να αντέχει, όμως για να πάει πιο μπροστά χρειάζεται ενίσχυση της ευρωστίας των δημοσίων ταμείων και συγκεκριμένες μεταρρυθμίσεις, όπως είναι π.χ. η μεταρρύθμιση της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, η μεταρρύθμιση του συν-









√ Χρειάζεται συναίνεση και συνένωση δυνάμεων για να μπορέσει η οικονομία να προχωρήσει μπροστά

ταξιοδοτικού, η πράσινη φορολογική μεταρρύθμιση, ενώ δεν πρέπει να χαθεί ούτε ένα ευρώ από το Ταμείο Ανάκαμψης, όπως χαρακτηριστικά δήλωσε ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ Ανδρέας Φ. Μάτσας, ο οποίος κάλεσε τον υπουργό Οικονομικών:

(α) Να επανακαταθέσει στη βουλή το νομοσχέδιο για την ποινικοποίηση της μη καταβολής του φόρου εισοδήματος και

(β) Να διαφοροποιήσει την υφιστάμενη νομοθεσία ώστε ο ΦΠΑ που εισπράττεται από τις επιχειρήσεις να καταβάλλεται απευθείας στο κράτος και να μην παρακρατείται.

Και τα δύο μέτρα θα συμβάλουν στην πάταξη της φοροδιαφυγής και της διαφθοράς.

Συνταξιοδοτικό

Όσον αφορά τη μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού, αυτή πρέπει να αποτελεί αντικείμενο κοινωνικού διαλόγου που θα γίνει σύντομα μέσα σε συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα, θα καλύπτει τόσο το δημόσιο όσο και τον ιδιωτικό τομέα και θα διασφαλίζει τα συνταξιοδοτικά δικαιώματα των εργαζομένων χωρίς να επηρεάζει αρνητικά τις επόμενες γενιές.

Σ' αυτά τα πλαίσια θα πρέπει να συζητηθεί και το θέμα της αναλογιστικής αναπροσαρμογής του 12% για όσους επιλέγουν να αφυπηρετήσουν στο 63ο έτος της ηλικίας τους.

Στη διάρκεια της συνάντησης συζητήθηκε και το αίτημα της ΣΕΚ για την εξαίρεση των εισοδημάτων που προκύπτουν από εισφορές Ταμείων Προνοίας και Ταμείων Συντάξεων από την υποχρέωση καταβολής εισφοράς στο ΓεΣΥ, θέμα για το οποίο ο υπουργός Οικονομικών εξέφρασε την κατ' αρχήν θετική του απάντηση.

Πολυνομοσχέδιο

Συζητήθηκαν ακόμη τα θέματα που αφορούν τις καταχρηστικές ρήτρες των τραπεζών σε βάρος των πελατών καθώς, επίσης και η ανάγκη για επενδύσεις στη γαλάζια και πράσινη οικονομία τόσο σε πόρους όσο και σε εργατικό δυναμικό.

Ιδιαίτερα όσον αφορά τις καταχρηστικές ρήτρες η ΣΕΚ κάλεσε τη Βουλή να ψηφίσει τάχιστα το κυβερνητικό πολυνομοσχέδιο που αφορά την ενοποίηση εφτά νομοθεσιών με τις οποίες θωρακίζονται ακόμα περισσότερο τα συμφέροντα των καταναλωτών. Προς αυτή την κατεύθυνση υπάρχει ταυτότητα απόψεων μεταξύ της ΣΕΚ και του Χρηματοοικονομικού Επιτρόπου κ. Παύλου Θ. Ιωάννου.

Τόσο ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ όσο και ο υπουργός Οικονομικών στις δηλώσεις τους υπογράμμισαν πως, υπήρξε μια αμφίδρομα εποικοδομητική συνάντηση που με αρκετή λεπτομέρεια συζήτησε και αξιολόγησε το ευρύτερο πλαίσιο της οικονομικής πολιτικής που πρέπει να ακολουθηθεί στο βραχυπρόθεσμο αλλά και μεσοπρόθεσμο ορίζοντα, ώστε η Κύπρος να μπορέσει να αντιμετωπίσει με επιτυχία όλες τις προκλήσεις που βρίσκονται ενώπιον της.

Στη συνάντηση έλαβαν μερος η γενική γραμματεία της ΣΕΚ, οι γ.γ. των Ομοσπονδιών ΟΗΟ – ΣΕΚ και ΟΕΚΔΥ **Αντρέας Ηλία** και **Γιώργος Κωνσταντίνου** και ο υπεύθυνος οικονομικών μελετών **Χρήστος Καρύδης**. Τον υπουργό Οικονομικών συνόδευε ο γ.δ. του υπουργείου **Γιώργος Παντελή**.

sel 4_Layout 1 3/30/21 11:14 AM Page 1

Συνεχίζει την πρωτειά η Κύπρος

• Σκήπτρα στη διενέργεια ελέγχων ταχείας διάγνωσης

Στην 1η θέση ανάμεσα στα κράτη της Ευρώπης κατατάσσεται η Κύπρος σε ό,τι αφορά στη διενέργεια ελέγχων διάγνωσης , σύμφωνα με τα στοιχεία που δημοσιεύει το Ευρωπαϊκό Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νόσων (ECDC). Με 35,947 τεστ ανά 100,000 κατοίκους, η Κύπρος συνεχίζει να αξιοποιεί την πρακτική των στοχευμένων ελέγχων στην κοινότητα, ενισχύοντας έτσι την πολιτική της για διαρκή επιτήρηση της επιδημιολογικής εικόνας στη χώρα.

Η παρακολούθηση των επιδημιολογικών δεικτών μέσω των αυξημένων τεστ χρησιμοποιείται ως ένα εργαλείο, μέσω του οποίου ενεργοποιείται ο 2ος πυλώνας της στρατηγικής, εκείνος της ιχνηλάτησης. Η έγκαιρη ανίχνευση των θετικών περιστατικών, επιτρέπει την άμεση παρέμβαση σε σημεία όπου παρατηρείται έξαρση κρουσμάτων, ώστε να περιορίζεται η διασπορά του ιού.

Την εβδομάδα 15-21 Μαρτίου, διενεργήθηκαν 314,182 τεστ (PCR και rapid test αντιγόνου), εκ των οποίων τα 291,789 αφορούν rapidtest αντιγόνου που διενεργήθηκαν μέσω του προγράμματος του Υπουργείου Υγείας. Αυτό μεταφράζεται σε εξέταση σε περίοδο μίας εβδομάδας ποσοστού πέραν του 20% του πληθυσμού άνω των 12 ετών. Την ίδια ώρα, προχωρά σύμφωνα με τον σχεδιασμό και τη διαθεσιμότητα σε εμβόλια, η εμβολιαστική κάλυψη του πληθυσμού, με ιδιαίτερη έμφαση να δίνεται αυτή την περίοδο στον εμβολιασμό των ατόμων που ανήκουν στις ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού. Μέχρι και τις 21 Μαρτίου, πραγματοποιήθηκαν 131,623 εμβολιασμοί, εκ των οποίων οι 37,109 αφορούν άτομα που ολοκλήρωσαν τον εμβολιασμό τους, λαμβάνοντας και τις δύο δόσεις. Σε σχέση με τον εμβολιασμό των ευπαθών ομάδων, έχουν εμβολιαστεί μέχρι στιγμής με την 1η δόση 1,714 άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες. Ήδη τροχοδρομούνται ενέργειες για την αύξηση του ρυθμού εμβολιασμού των ευπαθών, σε μια προσπάθεια να μειωθεί ο κίνδυνος σοβαρής νόσησης στα άτομα αυτά. Επιπλέον, χορηγήθηκε ήδη σε 225 κλινήρεις ασθενείς η 1η δόση από κινητές μονάδες, μέσω διαδικασίας που θεσπίστηκε.

Σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιεύονται στην ιστοσελίδα OurWorldInData, η πρακτική της Κύπρου για άμεση χορήγηση των διαθέσιμων εμβολίων, χωρίς καθυστέρηση, την ταξινομεί στην 5η θέση, με τη χορήγηση 14,78 δόσεων ανά 100 κατοίκους.

Όχι στον εφησυχασμό για να μην επιδεινωθεί η επιδημιολογική εικόνα

Με στόχο να αποφευχθεί επιδείνωση της επιδημιολογικής κατάστασης στη χώρα και να προχωρήσουμε στις επόμενες φάσεις της στρατηγικής για σταδιακή άρση των περιορισμών με προσοχή και ασφάλεια, χρειάζεται η συνεργασία και η εγρήγορση από ολόκληρη την κοινωνία. Για να αποτραπεί η επαναφορά περιορισμών και να διατηρηθεί η επιδημιολογική εικόνα σε διαχειρίσιμα επίπεδα, υπενθυμίζονται τα ακόλουθα μετρα που είναι, μεταξύ άλλων, σε ισχύ μέχρι τις 31 Μαρτίου:



√ Υπενθύμιση των μέτρων που ισχύουν μέχρι τις 31 Μαρτίου

• Ο μέγιστος αριθμός προσώπων που μπορούν να επισκέπτονται οικίες είναι τα τέσσερα (4) άτομα, ανεξαρτήτως ηλικίας.

• Η απαγόρευση της κυκλοφορίας αρχίζει στις 11 το βράδυ και έχει ισχύ μέχρι τις 5 το πρωί της επόμενης μέρας.

• Επιτρέπεται η πρόσβαση σε πάρκα, γραμμικά πάρκα, παραλίες, πλατείες και μονοπάτια της φύσης του Τμήματος Δασών με μέγιστο αριθμό συναθροιζόμενων τα έξι (6) πρόσωπα ανά ομάδα, ανεξαρτήτων ηλικίας.

• Ο μέγιστος αριθμός πιστών κατά τον εκκλησιασμό ή/και άλλες μορφές θρησκευτικής λατρείας είναι μέχρι 50 άτομα, τηρουμένων των υγειονομικών κατευθυντήριων οδηγιών.

• Επιτρέπεται η τέλεση γάμων, βαφτίσεων και κηδειών με μέγιστο αριθμό τα 10 πρόσωπα. Απαγορεύεται η διεξαγωγή γευμάτων ή/και δείπνων σε περιπτώσεις γάμων και βαφτίσεων.

• Η λειτουργία όλων των ιδιωτικών φροντιστηρίων και ιδιωτικών εκπαιδευτικών κέντρων γίνεται με μέγιστο αριθμό τα πέντε (5) άτομα, περιλαμβανομένου του εκπαιδευτή (4 μαθητές + 1 εκπαιδευτής).

• Επιτρέπεται η λειτουργία υπαίθριων αθλητικών εγκαταστάσεων για ατομικές προπονήσεις, νοουμένου ότι οι προπονούμενοι δεν υπερβαίνουν τα πέντε (5) πρόσωπα, περιλαμβανομένου του προπονητή.

• Στα μεγάλα γήπεδα ποδοσφαίρου επιτρέπεται η ταυτόχρονη προπόνηση αθλητών/αθλητριών που δεν υπερβαίνουν τα πέντε πρόσωπα ανά ομάδα, περιλαμβανομένου του προπονητή. Ο συνολικός αριθμός προσώπων ανά αθλητική εγκατάσταση δεν μπορεί να υπερβαίνει τα 15 άτομα.

Επιτρέπεται η λειτουργία των κλειστών αθλητικών εγκαταστάσεων, νοουμένου ότι:

στις εγκαταστάσεις μέχρι 80 τ.μ. βρίσκονται μέχρι δύο (2), συμπεριλαμβανομένου του γυμναστή/προπονητή,

στις εγκαταστάσεις πέραν των 80 τ.μ. και μέχρι 200 τ.μ. βρίσκονται μέχρι τρία (3) άτομα, συμπεριλαμβανομένου του γυμναστή/προπονητή, και

στις εγκαταστάσεις ενιαίου χώρου πέραν των 200 τ.μ. βρίσκονται μέχρι πέντε (5) άτομα, συμπεριλαμβανομένου του γυμναστή/προπονητή.

Ορθόδοξη νηστεία: Βέλτιστο μοντέλο διατροφής για την καρδιαγγειακή υγεία

Ιδιαίτερα επωφελής για την καρδιαγγειακή αλλά και για τη μεταβολική υγεία φαίνεται ότι είναι, , η ορθόδοξη νηστεία και ειδικά η μοναστηριακού τύπου. Η ορθόδοξη νηστεία αποτελεί μια παραλλαγή της μεσογειακής διατροφής, η οποία έχει αναδειχθεί από πλήθος μελετών ως ιδανικό διατροφικό μοντέλο για την πρόληψη καρδιαγγειακών νοσημάτων.

Τα παραπάνω επισημαίνει μεταδιδακτορικός ερευνητής στην Α' Παθολογική Κλινική ΑΠΘ στο ΑΧΕΠΑ, Σπύρος Καρράς, ο οποίος σημειώνει ότι μεγάλες μελέτες, όπως η PREDIMED, κατέγραψαν σημαντική μείωση των καρδιαγγειακών συμβαμάτων σε γενικό πληθυσμό χωρίς προηγούμενο ιστορικό καρδιαγγειακής νόσου, ύστερα από εφαρμογή μη-υποθερμιδικής μεσογειακής δίαιτας, αναδεικνύοντας την ως βέλτιστο μοντέλο διατροφής για την καρδιαγγειακή υγεία.

«Η ορθόδοξη νηστεία αποτελεί μία περιοδική παραλλαγή και κομβικό υποσύνολο της κλασικής μεσογειακής διατροφής, η οποία ακολουθείται από ένα μεγάλο ποσοστό του ορθόδοξου πληθυσμού, για σημαντικό χρονικό διάστημα (περίπου 120 έως 180 ημέρες) κατά τη διάρκεια του έτους. Κατά τη διάρκεια των περιόδων νηστείας, απαιτείται αποχή από συγκεκριμένες τροφές, όπως το κρέας, τα αυγά και τα γαλακτοκομικά, ενώ τα ψάρια και το ελαιόλαδο επιτρέπονται μόνο κατά τη διάρκεια περιορισμένων ημερών της εβδομάδας. Μελέτες που διεξήχθησαν από την ερευνητική μας ομάδα την τελευταία επταετία, αναδεικνύουν ότι το συγκεκριμένο διατροφικό μοντέλο, ενσωματώνει χαρακτηριστικά ιδιαίτερα επωφελή για την καρδιαγγειακή υγεία, όπως η περιορισμένη πρόσληψη θερμίδων και κορεσμένου λίπους και η υψηλή περιεκτικότητα σε αντιοξειδωτικούς παράγοντες, με αποτέλεσμα ιδιαίτερα ευνοϊκές επιδράσεις στο λιπιδαιμικό προφίλ των νηστών, αλλά και πληθώρας πρόσθετων μεταβολικών παραμέτρων, όπως η ομοιοστασία της γλυκόζης και ορμόνες του λιπώδους ιστού», επισημαίνει ο κ. Καρράς.

√ Προάγεται η μακροβιότητα μέσω πληθώρας μηχανισμών

Παράλληλα αναφέρει ότι η ορθόδοξη νηστεία, ειδικά η μοναστικού τύπου (όπως για παράδειγμα στην μοναστική κοινότητα του Αγίου Όρους), ενσωματώνει -πέραν της πνευματικής εγρήγορσης και εγκράτειας- εφαρμογή θερμιδικού περιορισμού κατά τη διάρκεια της νηστείας καθώς και μεγάλη διάρκεια αποχής από πρόσληψη τροφής εντός της ημέρας.

«Ο θερμιδικός περιορισμός, για συγκεκριμένα χρονικά διαστήματα, καθώς και η διαλειμματική πρόσληψη τροφής, θεωρείται ότι προάγουν τη μεταβολική υγεία και τη μακροβιότητα, μέσω πληθώρας μηχανισμών, σε κυτταρικό επίπεδο. Επιπρόσθετα, τα μοντέλα διαλειμματικής νηστείας, φαίνεται να ασκούν επωφελείς δράσεις στην ομοιοστασία του ανθρώπινου μεταβολισμού, μείωση του οξειδωτικού άγχους και της συστηματικής φλεγμονής, επιδράσεις στον κιρκάδιο ρυθμό των ορμονών, την κυτταρική αυτοφαγία και το εντερικό μικροβίωμα.

Μελέτες της ομάδας του ΑΠΘ, αναδεικνύουν πως τα οφέλη της ορθόδοξης νηστείας στην ανθρώπινη υγεία, διαμεσολαβούνται από την αύξηση στα επίπεδα των λιποκινών, ορμονών που παράγονται από τον λιπώδη ιστό και εμφανίζουν ποικίλες βιολογικές ιδιότητες, συμμετέχοντας στη ρύθμιση της ομοιοστασίας της ενέργειας, υπογραμμίζοντας τη σημασία αυτού του διατροφικού μοντέλου, στη διατήρηση της καρδιαγγειακής και μεταβολικής υγείας», προσθέτει ο κ. Καρράς.

«Τα διαθέσιμα δεδομένα, επί του παρόντος, υπογραμμίζουν την ασφάλεια και το μεταβολικό όφελος, αυτού του διατροφικού μοντέλου, ειδικότερα, αν αυτό ενσωματώνει, θερμιδικό περιορισμό και ταυτόχρονη εφαρμογή σωματικής και πνευματικής άσκησης», καταλήγει ο κ. Καρράς.



sel 5_Layout 1 3/30/21 11:14 AM Page 1

Σύζευξη δυνάμεων για ασφαλή επανέναρξη της ζωής στην Ευρώπη

Ενόψει της συνόδου των Ευρωπαίων ηγετών που πραγματοποιήθηκε στις 25 Μαρτίου , η Επιτροπή κάλεσε τα κράτη μέλη να προετοιμαστούν για μια συντονισμένη προσέγγιση για τη σταδιακή άρση των περιορισμών λόγω της COVID-19, όταν το επιτρέψει η επιδημιολογική κατάσταση επισημαίνοντας τι πρέπει να κάνουμε για να επισπεύσουμε τον χρόνο ανάκτησης του ευρωπαϊκού τρόπου ζωής μας, και να το πράξουμε αυτό με ασφαλή και βιώσιμο τρόπο με έλεγχο του ιού.



√ Μόνο με μια κοινή προσέγγιση θα μπορέσουμε να επανέλθουμε στην ασφαλή και εντελώς ελεύθερη μετακίνηση στην ΕΕ

Η κ. **Στέλλα Κυριακίδου**, επίτροπος Υγείας και Ασφάλειας των Τροφίμων, δήλωσε ότι μια κοινή προσέγγιση της ΕΕ, θα μας οδηγήσει στην επίτευξη του κοινού μας στόχου για την επανέναρξη των δραστηριοτήτων στην ΕΕ με ασφαλή, βιώσιμο και προβλέψιμο τρόπο.» Η κατάσταση με τον ιό στην Ευρώπη, πρόσθεσε, παραμένει προβληματική και είναι καίριας σημασίας να υπάρχει εμπιστοσύνη στις αποφάσεις που λαμβάνονται. Μόνο με μια κοινή προσέγγιση θα μπορέσουμε να επανέλθουμε στην ασφαλή και εντελώς ελεύθερη μετακίνηση στην ΕΕ, βάσει διαφανών μέτρων και πλήρους αμοιβαίας εμπιστοσύνης.»

Βασικά βήματα προς αυτή την κατεύθυνση είναι η νομοθετική πρόταση για τη θέσπιση κοινού πλαισίου για ένα ψηφιακό πράσινο πιστοποιητικό που θα καλύπτει τον εμβολιασμό, τις δοκιμές και την ανάρρωση, η διαμόρφωσή από το Ευρωπαϊκό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νόσων ενός πλαισίου που θα βοηθήσει τα κράτη μέλη να λαμβάνουν αποφάσεις σχετικά με την επιβολή περιορισμών και η έκδοση σύστασης από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή με την οποία ζητεί από τα κράτη μέλη να καθιερώσουν την ανάλυση των λυμάτων για την παρακολούθηση της νόσου COVID-19 και των παραλλαγών της, και την ανταλλαγή των δεδομένων με τις αρμόδιες υγειονομικές αρχές για την έγκαιρη ανίχνευση της παρουσίας του ιού και τον εντοπισμό συρροών.

Στηρίχθηκαν 2,5 εκατομμύρια επιχειρήσεις και 30 εκατομμύρια άτομα

Το SURE προστάτευσε εργαζομένους και εισοδήματα που επλήγησαν από την πανδημία Covid-19

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δημοσίευσε την πρώτη προκαταρκτική της εκτίμηση του αντικτύπου του SURE, του μέσου των 100 δισ. ευρώ το οποίο σχεδιάστηκε για την προστασία των θέσεων εργασίας και των εισοδημάτων που επλήγησαν από την πανδημία COVID-19.

Η έκθεση διαπιστώνει ότι το SURE έχει κατορθώσει να αμβλύνει τις σοβαρές κοινωνικοοικονομικές επιπτώσεις της κρίσης COVID-19. Συνετέλεσε στο να διατηρηθεί η αύξηση της ανεργίας στα δικαιούχα κράτη μέλη σε σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα κατά τη διάρκεια αυτής της κρίσης από ό, τι κατά τη διάρκεια της παγκόσμιας χρηματοπιστωτικής κρίσης, παρά το γεγονός ότι αυτά αντιμετωπίζουν μεγαλύτερη μείωση του ΑΕΠ.

Το μέσο SURE αποτελεί καίριο στοιχείο της συνολικής στρατηγικής της ΕΕ για την προστασία των πολιτών και για τον μετριασμό των εξαιρετικά αρνητικών κοινωνικοοικονομικών συνεπειών της πανδημίας COVID-19. Παρέχει χρηματοδοτική στήριξη υπό μορφή δανείων που χορηγούνται με ευνοϊκούς όρους από την ΕΕ στα κράτη μέλη για τη χρηματοδότηση εθνικών συστημάτων μειωμένου ωραρίου εργασίας, καθώς και άλλων παρόμοιων μέτρων για τη διατήρηση της απασχόλησης και τη στήριξη των εισοδημάτων, ιδίως για τους αυτοαπασχολούμενους, και ορισμένων μέτρων που αφορούν την υγεία. Η Επιτροπή έχει προτείνει μέχρι στιγμής συνολική χρηματοδοτική στήριξη ύψους 90,6 δισ. ευρώ σε 19 κράτη μέλη. Είναι ακόμη δυνατόν να διατεθεί χρηματοδοτική συνδρομή ύψους άνω των 9 δισ. ευρώ στο πλαίσιο του SURE, και τα κράτη μέλη μπορούν ακόμη να υποβάλουν αιτήσεις στήριξης. Η Επιτροπή είναι έτοιμη να αξιολογήσει πρόσθετα συμπληρωματικά αιτήματα από τα κράτη μέλη για την αντιμετώπιση της επανεμφάνισης λοιμώξεων από τη νόσο COVID-19 και νέων περιορισμών.

Βασικά πορίσματα

Η έκθεση της Επιτροπής διαπίστωσε ότι το μέσο παρέσχε στήριξη σε 25 έως 30 εκατομμύρια άτομα το 2020. Ο αριθμός αυτός αντιπροσωπεύει περίπου το ένα τέταρτο του συνολικού αριθμού των απασχολουμένων στα 18 δικαιούχα κράτη μέλη.

Εκτιμά επίσης ότι 1,5 με 2,5 εκατομμύρια επιχειρήσεις που επλήγησαν από την πανδημία COVID-19 έχουν επωφεληθεί από το SURE, το οποίο τους έδωσε τη δυνατότητα να διατηρήσουν τους εργαζομένους τους.

Τα κράτη μέλη έχουν εξοικονομήσει περίπου 5,8 δισ. ευρώ σε πληρωμές τόκων χρησιμοποιώντας το SURE, σε σύγκριση με το ποσό που θα είχαν καταβάλει εάν είχαν εκδώσει κρατικά ομόλογα τα ίδια, χάρη στην υψηλή πιστοληπτική αξιολόγηση της ΕΕ. Οι μελλοντικές εκταμιεύσεις θα οδηγήσουν πιθανότατα σε περαιτέρω εξοικονόμηση πόρων.

Η ανάδραση από τους δικαιούχους δείχνει ότι η στήριξη του SURE διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στη δημιουργία των συστημάτων τους μειωμένου ωραρίου εργασίας και στην αύξηση της κάλυψης και του όγκου των εν λόγω συστημάτων.

Η έκθεση καλύπτει επίσης τις δανειοληπτικές και δανειοδοτικές πράξεις για τη χρηματοδότηση του SURE. Διαπιστώνει ότι η ζήτηση από τα κράτη μέλη για το μέσο ήταν ισχυρή, εφόσον έχει ήδη χορηγηθεί πάνω από το 90 % του συνολικού κονδυλίου των 100 δισ. ευρώ που είναι διαθέσιμο στο πλαίσιο του SURE. Το ενδιαφέρον των επενδυτών για ομόλογα SURE ήταν εξίσου έντονο. Μέχρι την καταληκτική ημερομηνία της έκθεσης, η Επιτροπή συγκέντρωσε 53,5 δισ. ευρώ στις τέσσερις πρώτες εκδόσεις, οι οποίες υπερκαλύφθηκαν κατά μέσο όρο πάνω από δέκα φορές. Όλα τα κονδύλια έχουν συγκεντρωθεί ως κοινωνικά ομόλογα, γεγονός που έδωσε στους επενδυτές την πεποίθηση ότι τα χρήματά τους διοχετεύονται σε μέτρα με πραγματικό κοινωνικό σκοπό, διατηρώντας τα εισοδήματα των οικογενειών σε μια εποχή κρίσης. Η ικανότητα της ΕΕ να συγκεντρώνει χρήματα για το SURE υποστηρίχθηκε από εγγύηση ύψους 25 δισ. ευρώ από όλα τα κράτη μέλη, ένα ισχυρό μήνυμα ευρωπαϊκής αλληλεγγύης.

Ο Επίτροπος Απασχόλησης Νικολά Σμιτ, επίτροπος Απασχόλησης και Κοινωνικών Δικαιωμάτων, δήλωσε έως και 30 εκατομμύρια άτομα και 2,5 εκατομμύρια επιχειρήσεις σε 18 χώρες της ΕΕ έχουν επωφεληθεί από αυτό το πρωτοποριακό ευρωπαϊκό σύστημα. Και τα κράτη μέλη έχουν εξοικονομήσει περίπου 5,8 δισ. ευρώ δανειζόμενα αυτά τα χρήματα από την ΕΕ και όχι από τις αγορές. Καθώς προσβλέπουμε στην εφαρμογή του Μηχανισμού Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας, το μέσο SURE αποτελεί ενθαρρυντικό παράδειγμα του τι μπορεί να προσφέρει η ευρωπαϊκή αλληλεγγύη στους πολίτες μας.»



√ Επιτυχής η στρατηγική της Ευρωπαϊκής Ένωσης για μετριασμό των αρνητικών επιπτώσεων

Η Κύπρος στις πρώτες θέσεις στη στήριξη εργαζομένων και αυτοεργοδοτουμένων

Σύμφωνα με έκθεση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, η Κύπρος, αξιοποιώντας το εργαλείο SURE, κατατάσσεται στις πρώτες θέσεις ανάμεσα στα κράτη-μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης στη στήριξη των εργαζομένων και αυτοεργοδοτουμένων.

Με τη χρηματοδοτική στήριξη ύψους €479 εκατομμυρίων από το SURE και αξιοποιώντας πλήρως όλα τα εργαλεία της Ε.Ε. σε συνεργασία με το Υπουργείο Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων και το Υπουργείο Οικονομικών, εγκρίθηκαν και τα οκτώ ειδικά σχέδια της Κυβέρνησης για στήριξη της απασχόλησης και των εισοδημάτων των εργαζομένων και των αυτοτελώς εργαζομένων. Μέσω των ειδικών σχεδίων που υλοποιεί από τον Μάρτιο του 2020 το Υπουργείο Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, έχουν μετριαστεί οι επιπτώσεις της πανδημίας και έχουν διατηρηθεί σε μεγάλο βαθμό οι θέσεις εργασίας.

sel 6_Layout 1 3/30/21 11:14 AM Page 1

Στυλιανός Λένας

Σε κάθε αγώνα χρειάζεται ένας «Γίγαντας»

Ο Στυλιανός Λένας γεννήθηκε στα Χανδριά της επαρχίας Λεμεσού στις 20 Ιουλίου 1931, παιδί πολυμελούς οικογένειας του Χριστοφή και της Αθηνάς Λένα.

Φοίτησε στο Δημοτικό Σχολείο του χωριού του και από όσα έχουν καταγραφεί από συμμαθητές του και άλλους νέους συγχωριανούς του, ο Στυλιανός Λένας ήταν ένα παιδί τον οποίο χαρακτήριζε η υπευθυνότητα, ήταν φιλόξενος, κοινωνικός, πρόθυμος για προσφορά με πνεύμα αγωνιστικότητας και με βαθιά πίστη στα ελληνοχριστιανικά ιδεώδη.

Σε ηλικία 12 χρονών πήρε αναγκαστικά την απόφαση να εγκαταλείψει το χωριό του και να μεταβεί στη Λευκωσία για εργασία. Κάτι ανάλογο έκαναν σχεδόν όλα τα παιδιά της Πιτσιλιάς τα χρόνια εκείνα, με σκοπό να βοηθήσει και την οικογένεια του, οι οποίοι ήταν φτωχοί αγρότες που πάλευαν με τη γη τους για να μεγαλώσουν τα παιδιά τους .

Ο Λένας ξεκίνησε να εργάζεται στα σιδηρουργία του θείου του, του Προκόπη Λένα και εκεί άρχισε να μαθαίνει την πρώτη του τέχνη ως τορναδόρος και να δημιουργεί και να γίνεται σύντομα ένας καλός τεχνίτης.



Ο Στυλιανός Λένας στην ΟΧΕΝ - πνευματικό παιδί του Παπασταύρου Παπαγαθαγγέλου

Στις 20 Οκτωβρίου 1946, εκατοντάδες νέοι από όλη την Κύπρο, μεταξύ αυτών και ο Στυλιανός Λένας, με πνευματικό καθοδηγητή τον Παπασταύρο Παπαγαθαγγέλου, αποφασίζουν να ιδρύσουν την ΟΧΕΝ (Ορθόδοξος Χριστιανική Ένωση Νέων-Νεανίδων) στη Φανερωμένη στη Λευκωσία, η οποία στην πορεία αναδείχθηκε ως το φυτώριο αγωνιστών της ΕΟΚΑ. Στις τάξεις της ΟΧΕΝ, οι νέοι προετοιμάζονταν ψυχικά και πνευματικά για την στιγμή της εξέγερσης, έχοντας ως φάρο τον Χριστό και την Ελλάδα και παράλληλα πραγματοποιούσαν δράσεις με σκοπό την απαίτηση για αυτοδιάθεση και Ένωση με την μητέρα Ελλάδα, με αποκορύφωμα το ενωτικό δημοψήφισμα στις 15 Ιανουαρίου 1950.

Ο Παπασταύρος Παπαγαθαγγέλου, υπήρξε για τα παιδιά της υπαίθρου που εγκατέλειπαν τα χωριά τους για να εργαστούν στη Λευκωσία, «πατέρας, αδελφός, φίλος και οικογένεια» και μαζί του οι νέοι μπόρεσαν να διαμορφώσουν το χαρακτήρα τους και αργότερα με την ίδρυση της νυχτερινής σχολής της ΟΧΕΝ, ο Σ. Λένας συνέχισε ακόμη δύο χρόνια την φοίτηση του με σκοπό την περαιτέρω επιμόρφωση του.

Τον Οκτώβρη του 1952, ο Παπασταύρος τον επέλεξε μεταξύ μερικών για το ήθος του για να μεταβεί στην Ελλάδα και στις Τεχνικές Σχολές στο νησί της Λέρου για περίπου ένα χρόνο, με σκοπό να εκπαιδευτεί και να αποκτήσει περισσότερες τεχνικές γνώσεις, οι οποίες στη συνέχεια και με την έναρξη του απελευθερωτικού αγώνα, στάθηκαν πολύτιμες. Με την επιστροφή του στην Κύπρο, άνοιξε το δικό του εργαστήρι και άρχισε να εργάζεται διατηρώντας φυσικά και τη δράση του στην ΟΧΕΝ.

Ο Στυλιανός Λένας στην ΕΟΚΑ

Ο Στυλιανός Λένας, σαν έτοιμος από παλιά, ήταν από τους πρώτους πέντε αγωνιστές που μυήθηκαν στον αγώνα και που ξεκίνησαν την εκπαίδευση τους για τον μεγάλο αγώνα που θα ακολουθούσε. Οι πρώτες εκπαιδεύσεις των αγωνιστών, γινόταν στο οίκημα της ΟΧΕΝ που το είχαν παραχωρήσει δωρεάν ο θείος του Στυλιανού Λένα, Προκόπης και Μαρία Λένα.

Με την έναρξη του Αγώνα την 1η Απριλίου 1955, ο Λένας, ως ένας από τους πέντε πρώτους ομαδάρχες Λευκωσίας, ανέλαβε ως επί κεφαλής της ομάδας του το χτύπημα του στρατώνα Γούσλεϋ Μπάρακς στη Λευκωσία, τοποθετώντας βόμβες στα θεμέλια των στρατιωτικών εγκαταστάσεων και αμέσως μετά την ανατίναξη πραγματοποίησαν επιτυχής επίθεση με χειροβομβίδες και μολότοφ.

Ήταν η αρχή για τον μεγάλο αγώνα της Ελευθερίας που θα ακολουθούσε. Τα πνευματικά παιδιά του Παπασταύρου, του στρατολόγου της ΕΟΚΑ, με τη βοήθεια του Θεού και με πίστη εις τον τίμιο αγώνα τους, ανελάμβαναν το τεράστιο βάρος να ελευθερώσουν την πατρίδα τους από τα δεινά των Άγγλων και τη δουλεία αιώνων, πιστοί στον όρκο που είχαν δώσει, θυσιάζοντας ακόμη και τη ζωή τους.

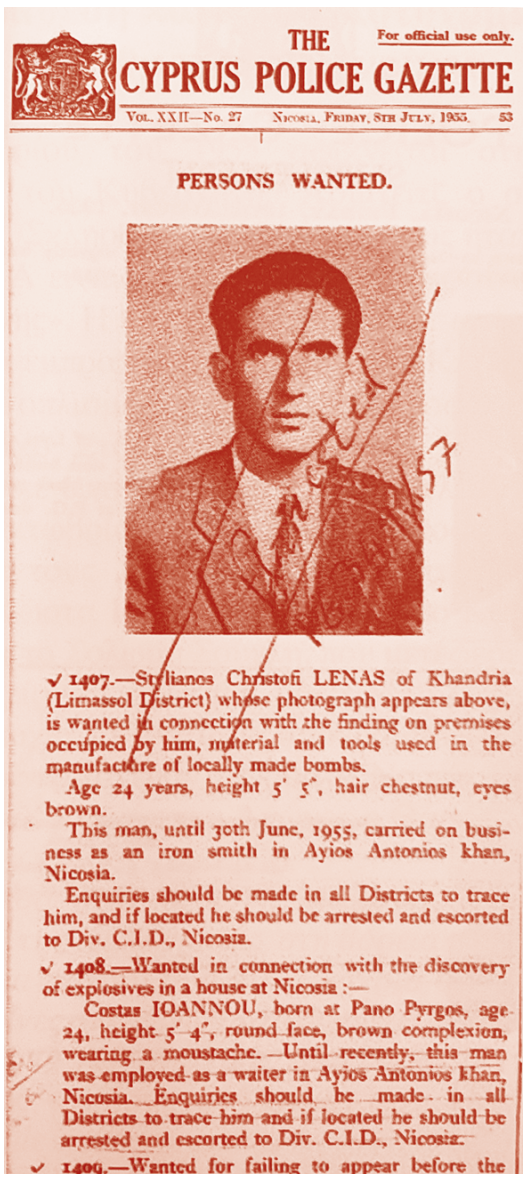
Ο Λένας στο αντάρτικο

Η δράση του Λένα στον Αγώνα, έγινε γνωστή στις μυστικές υπηρεσίες των Άγγλων και περί τα τέλη Ιουνίου του 1955, έδωσαν οδηγίες για τη σύλληψη του και ένα αστυνομικό απόσπασμα τον αναζητά στο εργαστήρι του στο Χάνι Αγίου Αντωνίου στη Λευκωσία, όπου όταν συνάντησαν τον Λένα, με τη ψυχραιμία που τον διακατείχε, προσποιήθηκε ότι ήταν υπάλληλος του Λένα και προθυμοποιήθηκε να πάει στα διπλανά μαγαζιά για να τον φωνάξει και έτσι με γρήγορα βήματα κατάφερε να γλιστρήσει μέσα από τα χέρια τους.

Ο Λένας κατάλαβε ότι έπρεπε να φύγει από την πόλη. Πήγε τρεχάτος στο σπίτι του Παπασταύρου για να πάρει την ευχή του, αλλά εκεί ήταν μόνο η πρεσβυτέρα, η κυρία Γιαννούλα, η οποία όπως διηγήθηκε και καταγράφεται στο βιβλίο του Χρίστου Καρύδη «Με τη δύναμη της θύμησης» προσφέρθηκε να τον κεράσει λεμονάδα μέχρι να έρθει ο Παπασταύρος αλλά αυτός βιαστικά της είπε «Δεν θέλω λεμονάδα, την ευχή σου θέλω. Μόνο την ευχή σου» και έτσι πήρε και ο Λένας την «ανηφοριά, τα μονοπάτια, να βρει τα σκαλοπάτια που οδηγούν στη λευτεριά».

Στις 8 Ιουλίου 1955, οι Άγγλοι μετά τον Γρηγόρη Αυξεντίου επικήρυξαν τον Λένα, έναντι του ποσού των 5000 λιρών, και ο οποίος καταζητείται σύμφωνα με το αστυνομικό δελτίο για «την ανεύρεση σε δικά του υποστατικά, υλικών και εργαλείων για την κατασκευή βομβών επιτόπιου κατασκευής».

Συνέχεια ·····► 11


THE CYPRUS POLICE GAZETTE
For official use only.
Vol. XXII—No. 27 Nicosia, Friday, 8th July, 1955. 53

PERSONS WANTED.

1407.—Stylianos Christofi LENAS of Khandria (Limassol District) whose photograph appears above, is wanted in connection with the finding on premises occupied by him, material and tools used in the manufacture of locally made bombs.

Age 24 years, height 5' 5", hair chestnut, eyes brown.

This man, until 30th June, 1955, carried on business as an iron smith in Ayios Antonios khan, Nicosia.

Enquiries should be made in all Districts to trace him, and if located he should be arrested and escorted to Div. C.I.D., Nicosia.

1408.—Wanted in connection with the discovery of explosives in a house at Nicosia :—

Costas IOANNOU, born at Pano Pyrgos, age 24, height 5' 4", round face, brown complexion, wearing a moustache. —Until recently, this man was employed as a waiter in Ayios Antonios khan, Nicosia. Enquiries should be made in all Districts to trace him and if located he should be arrested and escorted to Div. C.I.D., Nicosia.

1409.—Wanted for failing to appear before the

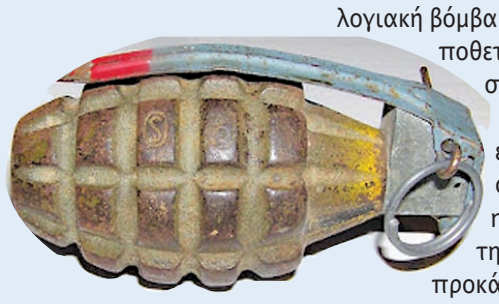
Ο «Κρούπ» της ΕΟΚΑ

Ο Λένας ξεχώρισε για τις θαρραλέες και επιτυχείς επιθέσεις του εναντίον του εχθρού και οι πολύ σημαντικές γνώσεις που είχε αποκτήσει από το επάγγελμα του, αναδείχθηκε ως ένας από τους καλύτερους κατασκευαστές βομβών και χειροβομβίδων που χρησιμοποιήθηκαν στον αγώνα της ΕΟΚΑ.

Η κατασκευή και η τελειοποίηση των χειροβομβίδων τύπου ΜΚ2 ήταν δικό του δημιούργημα, οι οποίες χρησιμοποιήθηκαν ευρέως στον αγώνα, ακόμη και στην ηρωική μάχη του Μαχαιρά, αποτελούσε μέρος του οπλισμού που είχε στο κρησφύγετο του ο υπαρχηγός της ΕΟΚΑ, Γρηγόρης Αυξεντίου.

Τόσο αφοσιωμένος ήταν στη δημιουργία των χειροβομβίδων, που όταν μια φορά, στη προσπάθεια του να θέσει το πυρακτωμένο υγρό σε καλούπια, κάποια σταγόνα ξέφυγε και κάθισε στο κεφάλι του, ωστόσο παρά τους φοβερούς πόνους και την προσφορά του συναγωνιστή του να σταματήσει για να του περιποιηθεί το τραύμα, ο ίδιος τελείωσε τη δουλειά του και τελειώνοντας είπε ότι «Θα ήταν κρίμα να χαθούν δύο χειροβομβίδες».

Τον Μάιο του 1955, ο Αρχηγός Διγενής του έδωσε οδηγίες να κατασκευάσει ωρολογιακή βόμβα με μηχανισμό με σκοπό να την τοποθετήσει η ομάδα του Μάρκου Δράκου στο κάθισμα του Κυβερνήτη στο θέατρο Παλλάς, όπου διοργανώθηκε εκδήλωση προς τιμή της βασίλισσας Ελισάβετ, αλλά λόγω του ότι η εκδήλωση ολοκληρώθηκε πριν την προκαθορισμένη ώρα, η έκρηξη προκάλεσε μόνο υλικές ζημιές.



sel 7_Layout 1 3/30/21 11:15 AM Page 1

Καταδίκη Ευρώπης εναντίον της Τουρκίας

Αρνητικότατη εξέλιξη η απόσυρση της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης

Την απόφαση του Ταγίπ Ερντογάν να αποσύρει την Τουρκία από τη διεθνή σύμβαση που υποχρεώνει τις κυβερνήσεις σε όλο τον κόσμο να καταβάλλουν προσπάθειες για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών, καταδίκασαν η πρόεδρος της (Κομισιόν) και ο Ύπατος Εκπρόσωπος της ΕΕ.

Αναλυτικότερα, σύμφωνα με την **Ούρσουλα Φον Ντερ Λάιεν,** «η βία κατά των γυναικών δεν είναι ανεκτή». Η επικεφαλής της Κομισιόν τόνισε ότι «οι γυναίκες αξίζουν ένα ισχυρό νομικό πλαίσιο για την προστασία τους».

«Υποστηρίζω τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης και καλώ όλους τους υπογράφοντες να την επικυρώσουν», κατέληξε.

√ Στον 21 αιώνα η Τουρκία θέτει για άλλη μια φορά ταφόπλακα στα ανθρώπινα δικαιώματα

Από την πλευρά του ο Ύπατος Εκπρόσωπος της ΕΕ **Ζοζέπ Μπορέλ** ανέφερε πως η Σύμβαση «στοχεύει στη διασφάλιση ουσιαστικής νομικής προστασίας σε γυναίκες και κορίτσια σε όλο τον κόσμο. Αυτό είναι σήμερα πιο σημαντικό από ποτέ, καθώς η βία κατά των γυναικών και των κοριτσιών έχει αυξηθεί σε νέα επίπεδα παγκοσμίως ως αποτέλεσμα της πανδημίας COVID-19 και των πολλών συγκρούσεων, όπου οι γυναίκες είναι βασικά θύματα».

Παράλληλα, σημείωσε ότι «τώρα είναι η ώρα να δείξουμε ηγεσία και να ενισχύσουμε τις παγκόσμιες προσπάθειες για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και των κοριτσιών, όχι για να υποχωρήσουμε. Γι 'αυτό δεν μπορούμε παρά να εκφράζουμε βαθιά απογοήτευση και δεν κατανοούμε την απόφαση της τουρκικής κυβέρνησης να αποσυρθεί από αυτήν τη σύμβαση που φέρει ακόμη και το όνομα της Κωνσταντινούπολης».

«Αυτή η απόφαση κινδυνεύει να θέσει σε κίνδυνο την προστασία και τα θεμελιώδη δικαιώματα των γυναικών και των κοριτσιών στην Τουρκία. Στέλνει επίσης ένα επικίνδυνο μήνυμα σε όλο τον κόσμο», προειδοποίησε.

Τέλος, παρότρυνε την Τουρκία να αντιστρέψει την απόφασή της εκφράζοντας την ελπίδα ότι «η Τουρκία θα συμμετάσχει σύντομα ξανά στην Ευρωπαϊκή Ένωση για την υπεράσπιση των δικαιωμάτων των γυναικών και των κοριτσιών, ένα θεμελιώδες στοιχείο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, της ειρήνης, της ασφάλειας και της ισότητας τον 21ο αιώνα».

ETUC: Τεράστιο πλήγμα για την προστασία των γυναικών

Η Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Συνδικάτων ETUC ανησυχεί σοβαρά για την απόφαση του Προέδρου της Τουρκίας να αποσύρει τη χώρα του από τη Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών.

Η ETUC καλεί την Τουρκική κυβέρνηση να το επανεξετάσει την απόφαση της και επιβεβαιώνει τη διεθνή της δέσμευση για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των γυναικών και γενικότερα των πολιτών.

Η αναπληρωτής γενικός γραμματέας της ETUC, Esther Lynch επεσήμανε πως η εξέλιξη αυτή είναι τεράστιο πλήγμα στα δικαιώματα των γυναικών στην Τουρκία και μειώνει την εποπτεία των τουρκικών αρχών που θα πρέπει να εφαρμόζουν πολιτικές για την προστασία των γυναικών από τη βία και για την πρόληψη της βίας εναντίον των γυναικών.

CONFEDERATION SYNDICAT EUROPEAEN TRADE UNION

Ευρώπη: Η Κύπρος στην τέταρτη χαμηλότερη θέση στις γεννήσεις

Το 2019, 4,17 εκατομμύρια μωρά γεννήθηκαν στην Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ), συνεχίζοντας μια φθίνουσα τάση που ξεκίνησε μετά το 2008 όταν 4,68 εκατομμύρια παιδιά γεννήθηκαν στην ΕΕ, σύμφωνα με στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα η Eurostat, η στατιστική υπηρεσία της ΕΕ. Στην τέταρτη χαμηλότερη θέση στην ΕΕ σε σχέση με τα ποσοστά γονιμότητας (1,33 γεννήσεις ανά γυναίκα) βρίσκεται η Κύπρος.



√ Ο ποσοστό γονιμότητας στην ΕΕ ανήλθε σε 1,53 γεννήσεις ανά γυναίκα το 2019

Σύμφωνα με τη Eurostat, το συνολικό ποσοστό γονιμότητας ανήλθε σε 1,53 γεννήσεις ανά γυναίκα στην ΕΕ το 2019, μια μικρή μείωση από την πρόσφατη κορυφή του το 2016 (1,57), αλλά μια αύξηση σε σύγκριση με το 2001 (1,43). Το υψηλότερο συνολικό ποσοστό γονιμότητας από την αρχή των συγκρίσιμων χρονοσειρών ήταν το 2008, το 2010 και το 2016 (1,57), στο μεταξύ κυμάνθηκε μεταξύ 1,51 και 1,57.

Τα χαμηλότερα ποσοστά γονιμότητας παρατηρήθηκαν στη Μάλτα (1,14 γεννήσεις ανά γυναίκα), στην Ισπανία (1,23), στην Ιταλία (1,27), στην Κύπρο (1,33), στην Ελλάδα και στο Λουξεμβούργο (από 1,34).

Ο αριθμός των παιδιών που γεννιούνται από μητέρες που έχουν γεννηθεί στο εξωτερικό – τόσο από άλλα κράτη μέλη της ΕΕ όσο και από χώρες εκτός ΕΕ – αυξάνεται στην ΕΕ από το 2013 (από τη στιγμή που υπάρχουν διαθέσιμα συγκρίσιμα στοιχεία για το θέμα).

Το ποσοστό των παιδιών που γεννιούνται από μητέρες που έχουν γεννηθεί στο εξωτερικό διαφέρει σημαντικά μεταξύ των κρατών μελών: το 2019, περισσότερο από το 65% των παιδιών που γεννήθηκαν στο Λουξεμβούργο ήταν από μητέρες που γεννήθηκαν στο εξωτερικό, ενώ στην Κύπρο, την Αυστρία και το Βέλγιο το ποσοστό αυτό ήταν περίπου το ένα τρίτο.

Στο άλλο άκρο της κλίμακας, εννέα χώρες είχαν λιγότερο από το 10% των παιδιών που γεννήθηκαν από μητέρες που γεννήθηκαν στο εξωτερικό, ενώ η Βουλγαρία, η Σλοβακία και η Πολωνία είχαν το χαμηλότερο μερίδιο με 2%.

40000 εργαζόμενοι στην αλυσίδα Amazon στην Ιταλία κατήλθαν σε απεργία

Αξίωσαν σεβασμό των εργασιακών τους δικαιωμάτων

40 χιλιάδες εργαζόμενοι που απασχολούνται στην αλυσίδα της Amazon στην Ιταλία κατήλθαν σε απεργία την περασμένη εβδομάδα αξιώνοντας σεβασμό των εργασιακών τους δικαιωμάτων και τερματισμό των απάνθρωπων και αντεργατικών πρακτικών που εφαρμόζει η μεγάλη πολυεθνική εταιρεία.

Η εταιρεία έχει κατηγορηθεί πολλές φορές από τα Ευρωπαϊκά Συνδικάτα, ETUC ,και άλλες εθνικές συνδικαλιστικές οργανώσεις, όμως είναι η πρώτη φορά που λαμβάνει χώρα μια γενική απεργία των υπαλλήλων της αλυσίδας εφοδιασμού της Amazon.

Οι εργαζόμενοι στην Amazon οργανώθηκαν πρόσφατα στα συνδικάτα της Ιταλίας για να προστατευτούν από τις απαράδεκτες και απάνθρωπες συνθήκες εργασίας που υφίστανται σε αυτή την τεράστια αλυσίδα εφοδιασμού. Η απαράδεκτη συμπεριφορά της Amazon καταδεικνύει τη χρόνια απροθυμία της για να ξεκινήσει διάλογο με τις συνδικαλιστικές οργανώσεις και να δημιουργήσει ένα δίκαιο και διαφανές σύστημα εργασιακών σχέσεων.



√ Οι απεργοί απαιτούν αξιοπρεπείς όρους εργασίας, διαπραγμάτευση και αλλαγή των σκληρών συστημάτων βάρδιας, μείωση των ωρών εργασίας τους και βελτίωση των συνθηκών ασφάλειας και υγείας τους

Οι Ιταλοί εργαζόμενοι στην Amazon απαιτούν αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας, συμπεριλαμβανομένου του περιορισμού και ελέγχου του μεγάλου φόρτου εργασίας τους και των πιέσεων που επιβάλλονται στην αλυσίδα εφοδιασμού της Amazon. Οι απεργοί απαιτούν αξιοπρεπείς όρους εργασίας, διαπραγμάτευση και αλλαγή των σκληρών συστημάτων βάρδιας που υποβάλλονται από την Amazon, μείωση των ωρών εργασίας τους, βελτίωση των συνθηκών ασφάλειας και υγείας τους και προστασία της απασχόλησης τους μέσα από συμβάσεις αορίστου χρόνου, και προστασία στις περιπτώσεις ανάθεσης υπηρεσιών σε νέες εταιρείες. Η Εκτελεστική Επιτροπή των Ευρωπαϊκών Συνδικάτων, ETUC, βρίσκεται σε αλληλεγγύη με όλους τους απεργούς της.

sel 8_Layout 1 3/30/21 11:15 AM Page 1

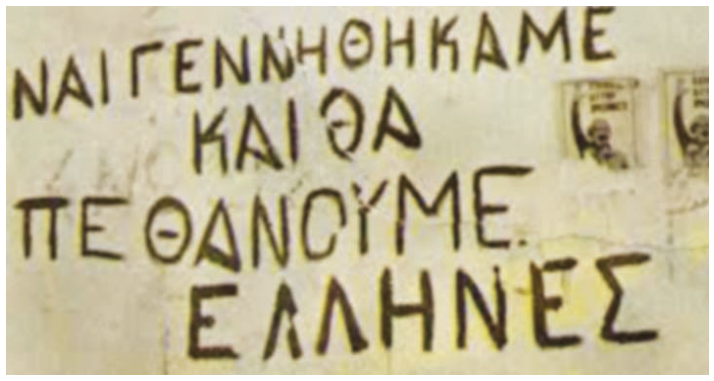
1η Απριλίου 1955: Ημέρα δόξας του Κυπριακού Ελληνισμού

Η Κυπριακή νιότη πυρπολήθηκε!

Ο αγώνας εκράγηκε στις 0.30" το πρωί της Ιης Απριλίου 1955, ξημερώματα Παρασκευής. Η Κύπρος μετατράπηκε ξαφνικά σε ένα κοχλάζον ηφαίστειο που με τη φωτιά του καταύγαζε τον κόσμο και με τις υποχθόνιες δονήσεις του έσειε τα θεμέλια της γης. Ήταν απίστευτο. Ο εχθρός αλαφιάστηκε. Ο λαός ένιωσε να του θερμαίνει την καρδιά η άγια φωτιά. Η νιότη πυρπολήθηκε. Τα λάβαρα των αιώνων υψώθηκαν στα κάστρα. Ολόκληρο το νησί έγινε μια απέραντη γαλανόλευκη σημαία. Κι η μπαρουτοκαπνισμένη ατμόσφαιρα ηλεκτρίστηκε από τα πολεμικά τροπάρια του Γένους και τα εμβατήρια του ξεσηκωμού.

Το έθνος ξύπνησε, η μνήμη της Αγίας Λαύρας φύσηξε σαν πνοή ζωογόνα για να φλογίσει την Ψυχή και να Θεριέψει το εθνικό όνειρο. Εκείνη την πρώτη νύχτα χτύπησε ο Γρηγόρης Αυξεντίου με την ομάδα των Αμμοχωστιανών στη Δεκέλεια. με αποστολή να προκαλέσουν διακοπή του ηλεκτρικού ρεύματος και συσκότιση σ' όλο το νησί. Ο Μάρκος Δράκος με την ομάδα "Αστραπή" ανατίναξαν το Ραδιοφωνικό σταθμό. Άλλες ομάδες ανάλαβαν αποστολές σε προκαθορισμένα σημεία σε διάφορες περιοχές. Την αφετηρία της ιστορίας της δόξας, οριοθέτησε με τη θυσία του ο πρώτος νεκρός. Ο Μόδεστος Παντελή. Ο ήρωας πέθανε από ηλεκτροπληξία ενώ επιχειρούσε να καταστρέψει τα ηλεκτροφόρα Καλώδια. Χρησιμοποίησε σχοινί που είχε υγρανθεί από τη νυχτερινή ανοιξιάτικη νοτιά. Την 1η Απριλίου 1955, η Κύπρος ξύπνησε αναστατωμένη πριν να ροδίσει η αυγή. βγήκε στους δρόμους απορώντας. Το μυστικό της το αποκάλυψε ο Αυγερινός της ελευθερίας που μεσουράνησε μετά τις πρώτες εκρήξεις. Η πατρίδα φόρεσε τα γιορτινά της κι έκανε το σταυρό της. Το πανηγύρι του αγώνα άρχιζε. Ο άγγελος του λυτρωμού φτεροκοπούσε και μετέδιδε από πόρτα σε πόρτα το άγγελμα του ξεσηκωμού. Κι ο Διγενής κυκλοφορούσε την προκήρυξή του.





√ Το έθνος ξύπνησε, η μνήμη της Αγίας Λαύρας φύσηξε σαν πνοή ζωογόνα για να φλογίσει την Ψυχή και να Θεριέψει το εθνικό όνειρο

Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΟΚΑ

Ο Αγώνας της ΕΟΚΑ υπήρξε μοναδικός και ανεπανάληπτος. Για την ιδιοτυπία του αποφασιστικός παράγοντας ήταν η πολεμική πείρα, η οργανωτική ικανότητα, η οξύνοια και η ευελιξία του Αρχηγού της ΕΟΚΑ. Σε διάλεξη του στη Γερμανία ο Διγενής μεταξύ άλλων είπε:

«Διηύθυνα τον αγώνα μόνος άνευ επιτελείου. Ήμην ο αόρατος αρχηγός, εις τον οποίον άπαντες επειθάρχουν με εμπιστοσύνην, αλλά και πάντοτε ησθάνοντο την σκιάν μου. Είναι ίσως μοναδικόν παράδειγμα εις την Ιστορίαν επιβολής ενός αρχηγού προς ένα λαόν και πειθαρχία ενός λαού προς αόρατον αρχηγόν».

Οι τομείς. Οι σύνδεσμοι. Η ΠΕΚΑ. Το δίκτυο πληροφοριών. Οι ανταρτικές ομάδες. Η συμμετοχή του πληθυσμού.

Ο Διγενής ακολούθησε συγκεντρωτικό σύστημα στην οργάνωση και διοίκηση της ΕΟΚΑ. Αυτό του εξασφάλιζε τον έλεγχο όλων των τμημάτων της και την πειθαρχία των μελών.

Η Κύπρος διαιρέθηκε σε τομείς. Ένας τομεάρχης ήταν επικεφαλής κάθε τομέα και είχε την ευθύνη και το συντονισμό των πράξεων και ενεργειών των μελών του δικού του τομέα. Ο τομεάρχης έπαιρνε οδηγίες από τον Αρχηγό της ΕΟΚΑ.

Στην έναρξη του Αγώνα οι τομείς ήταν λιγότεροι, αργότερα όμως δημιουργήθηκαν περισσότεροι, γιατί αυτό επέβαλλαν τα πράγματα. Οι κυριότεροι ήταν: Λευκωσίας, Μόρφου, Ορεινής, Αμμοχώστου, Βαρωσίων, Καρπασίας, Λάρνακας, Λεμεσού, περιοχής Κακοπετριάς – Γαλατάς, Πάφου, Κυρήνειας, Κυθρέας. Οι τομείς Καρπασίας και Κυθρέας ήταν μεταγενέστεροι.

Στους τομείς υπεύθυνοι νεολαίας καθοδηγούσαν τις ομάδες των νέων. Η νεολαία, μαθητική και εξωσχολική, διακρίθηκε για τις τολμηρές και αποτελεσματικές δραστηριότητες της. Από τον Φεβρουάριο του 1956 συμμετείχαν στον Αγώνα και οι μαθητές των δημοτικών σχολείων στις μαθητικές διαδηλώσεις, ύστερα από σχετική διαταγή του Διγενή.

Στα μέσα του 1957, η νεολαία οργανώθηκε καλύτερα και πήρε την ονομασία Α.Ν.Ε. (Άλκιμος Νεολαία ΕΟΚΑ). Τον Οκτώβριο του 1957, τέθηκε υπό κεντρική Διοίκηση (ΔΑΝΕ), η οποία έπαιρνε οδηγίες από τον Αρχηγό της ΕΟΚΑ. Ξεχωριστό τμήμα νεολαίας αποτελούσαν οι μαχητικές ομάδες των πόλεων, που είχαν ειδικές αποστολές (σαμποτάζ κ.λ.π.).





Ο όρκος των μελών της ΕΟΚΑ

Οι αγωνιστές, πριν γίνουν μέλη της ΕΟΚΑ, έδιναν όρκο με τον οποίο δεσμεύονταν ότι θ' αγωνιστούν με όλες τους τις δυνάμεις για την απελευθέρωση της Κύπρου. Έλεγαν ορκιζόμενοι:

«Ορκίζομαι εις το όνομα της Αγίας Τριάδος ότι:

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

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

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

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

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

6. Τας πράξεις μου θα κατευθύνη μόνον το συμφέρον του αγώνος και θα είναι απηλλαγμέναι πάσης ιδιοτέλειας ή κομματικού συμφέροντος.

7. Εάν παραβώ τον όρκον μου θα είμαι ΑΤΙΜΟΣ και άξιος πάσης ηρωρίας»

Με τον πιο πάνω όρκο δεσμευμένοι οι αγωνιστές είχαν ακμαίο και σταθερό φρόνημα σ' όλη τη διάρκεια του Αγώνα. Δεν λύγιζαν στις απειλές του δυνάστη, στις Βαριές ποινές των δικαστηρίων, στα απάνθρωπα Βασανιστήρια. Ούτε και η καταδίκη τους στον δι' απαγχονισμού θάνατο μπόρεσε να κάμψει το φρόνημα τους, γιατί πίστευαν στο θεό και στην Ελλάδα.

sel 9_Layout 1 3/30/21 11:15 AM Page 1

1η ΑΠΡΙΛΙΟΥ 1955-59

Η πιο λαμπρή και φωτεινή σελίδα της σύγχρονης ιστορίας της Κύπρου

- **Η βία των Άγγλων κατακτητών, οι επικηρύξεις αγωνιστών και οι μεγάλες χρηματικές αμοιβές, αποδείχτηκαν μέτρα αναποτελεσματικά για την καταστολή του Αγώνα.**
- **Για 77 χρόνια, από το 1878 μέχρι το 1955, ο Κυπριακός Λαός διεκδικούσε με ειρηνικό τρόπο την ελευθερία του από τους Άγγλους και την Ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα.**

Πλημμυρισμένοι από αισθήματα συγκίνησης και περηφάνιας τιμούμε και φέτος, όπως και κάθε χρόνο, την εθνική μας επέτειο της 1ης Απριλίου 1955, που αποτελεί μία από τις λαμπρότερες και φωτεινότερες σελίδες της σύγχρονης Ιστορίας μας. Εξήντα έξι χρόνια μετά, ξεφυλλίζοντας τις ματωμένες σελίδες της Κυπριακής Ιστορίας, σταματούμε και πάλι με δέος μπροστά στην 1η Απριλίου 1955.

Αγγλοκρατία

Η χώρα μας βρισκόταν κάτω από τον αγγλικό ζυγό για 82 χρόνια (1878 - 1960), αφού προηγουμένως πέρασε οκτώ ολόκληρους αιώνες σκλαβιάς από κατακτητή σε κατακτητή, οι οποίοι καταδυνάστευαν τον Κυπριακό Λαό και εκμεταλλεύονταν τον πλούτο της γης μας. Παρά τις δύσκολες συνθήκες κάτω από τις οποίες ζούσε ο λαός μας, διατήρησε ακλόνητη την πίστη του στην ελληνική καταγωγή του και αντιστάθηκε με πολλούς τρόπους στην αλλοίωση του ελληνικού τρόπου ζωής του. Ο πόθος της ελευθερίας δεν έσβησε ποτέ από την ψυχή του κυπριακού λαού. Η δύναμη των κατακτητών όμως, δεν επέτρεπε την πραγματοποίησή του. Για 77 χρόνια, από το 1878 μέχρι το 1955, ο κυπριακός λαός διεκδικούσε με ειρηνικό τρόπο την ελευθερία του από τους Άγγλους και την Ένωση της Κύπρου με την Ελλάδα και υπέμεινε με καρτερικότητα τη στέρηση των στοιχειωδών του ελευθεριών, τους εξευτελισμούς και τις ταπεινώσεις. Δεν έπαψαν να εκφράζουν ποτέ τα εθνικά τους αισθήματα και τον πόθο τους για Ένωση, με συλλαλητήρια, υπομνήματα, τηλεγραφήματα και αποστολή πρεσβειών στο Λονδίνο. Η διεκδίκηση αυτή όμως, ακόμα και μετά την ενθουσιώδη συμμετοχή των Κυπρίων στο Β' Παγκόσμιο Πόλεμο στο πλευρό των Άγγλων, έμενε χωρίς αποτέλεσμα και η μία διάψευση της ελπίδας τους διαδεχόταν την άλλη.

Ο Αγώνας ξεκινά

Ο πόθος της ελευθερίας είχε πια γίνει αβάσταχτος. Ήταν ξημερώματα της 1ης Απριλίου, μισή ώρα μετά τα μεσάνυχτα, όταν οι πρώτες εκρήξεις που αντήχησαν σε όλες τις πόλεις της Κύπρου συντάραξαν τη σιγαλιά της νύχτας και διατράνωσαν απ΄ακρη σ΄ άκρη σε όλη την Κύπρο, ότι ο Κυπριακός Λαός θα διεκδικούσε την ελευθερία του με τα όπλα και ή θα ελευθερωνόταν ή θα πέθαινε. Ο μικρός μας λαός με τις ευλογίες του πολιτικού αρχηγού του Αγώνα Αρχιεπισκόπου Μακαρίου και τη στρατιωτική καθοδήγηση του Αρχηγού της ΕΟΚΑ Γεώργιου Γρίβα Διγενή, ανταποκρίθηκε στο κάλεσμα της πατρίδας και έδωσε μαζικά και ουσιαστικά το παρών του στον Αγώνα.



√ «Ου περί χρημάτων τον αγώνα ποιούμεθα, αλλά περί αρετής»

Καθολική συμμετοχή

Η συμμετοχή του λαού ήταν καθολική και η ενότητα, η ομοψυχία και η αλληλεγγύη μεταξύ αγωνιστών και λαού συγκινητική. Άνθρωποι κάθε ηλικίας, ανεξαρτήτως ιδιότητας, αναλάμβαναν διάφορες αποστολές χωρίς να υπολογίζουν τον κίνδυνο. Παιδιά και έφηβοι, μαθητές και μαθήτριες, φοιτητές και φοιτήτριες, εκπαιδευτικοί, κληρικοί και λαϊκοί, άνθρωποι απλοί, αγρότες και αγρότισσες εκτελούσαν με συνέπεια κάθε τι που τους ανέθεταν, προσφέροντας με ανιδιοτέλεια και αυταπάρνηση τις υπηρεσίες τους για το καλό του Αγώνα και της Πατρίδας. Ούτε οι απειλές και οι έρευνες, ούτε οι κατ' οίκον περιορισμοί, τα κρατητήρια και οι φυλακίσεις, ούτε τα βασανιστήρια και οι απαγχονισμοί κατάφεραν να μειώσουν την αγωνιστικότητα και να κάμψουν το φρόνημα των αγωνιστών και του λαού μας. Ξεχωριστή θέση στον αγώνα είχαν οι νέοι, οι οποίοι διακρίνονταν για το ήθος και την πίστη τους και αγωνίστηκαν με αρετήν και τόλμην. Πολέμησαν στα βουνά, στα χωριά και στις πόλεις, φυλακίστηκαν, ταπεινώθηκαν, βασανίστηκαν, έγιναν ολοκαυτώματα και απαγχονίστηκαν, ψάλλοντας τον ύμνο στην Ελευθερία. Όλοι αυτοί κατάφεραν να υπερβούν την ανθρώπινη φύση, να υψωθούν πάνω από τα κοινά μέτρα και να φτάσουν ακόμα και στη θυσία της ζωής τους. Η βία των Άγγλων κατακτητών, οι επικηρύξεις αγωνιστών και οι μεγάλες χρηματικές αμοιβές, αποδείχτηκαν μέτρα αναποτελεσματικά για την καταστολή του Αγώνα. Η απάντηση του Κυριάκου Μάτση στον κυβερνήτη Χάρτινγκ «ου περί χρημάτων τον αγώνα ποιούμεθα, αλλά περί αρετής», όταν του πρόσφερε μεγάλο χρηματικό ποσό, για να δώσει πληροφορίες για την ΕΟΚΑ, εκφράζει ακριβώς το πώς οι μαχητές της ελευθερίας έβλεπαν τον Αγώνα.



Τιμή και δόξα στους ήρωες

Το έπος του 55'-59 γράφτηκε με τον ιδρώτα και το αίμα των αγωνιστών της Ελευθερίας που υπερασπίστηκαν τις πανανθρώπινες αξίες και μας δίδαξαν ότι ο άνθρωπος καταξιώνεται, όταν σέβεται την αξιοπρέπειά του και αγωνίζεται για την Ελευθερία, τη δικαιοσύνη και το κοινό καλό.

Μπορεί τα χρόνια να περνούν, αλλά η μνήμη παραμένει άσβεστη. Ο Κυπριακός Λαός δεν ξεχνά και τιμά τις θυσίες των ηρώων του. Τιμή και δόξα στον Γρηγόρη Αυξεντίου, που μόνος πολεμούσε από το κρησφύγετό του για δέκα ώρες τους Άγγλους και, παρόλο που ήξερε πως θα πεθάνει, δεν παραδόθηκε. Έγινε ολοκαύτωμα και δίδαξε τους αγωνιστές όχι μόνο πώς να αγωνίζονται, αλλά και πώς να πεθαίνουν. Τιμή και δόξα στον Κυριάκο Μάτση, που όταν προδομένος στο κρησφύγετό του κλήθηκε από τους κατακτητές να παραδοθεί, αρνήθηκε, δηλώνοντας πως αν θα βγει, θα βγει πυροβολώντας. Κι έγινε κι αυτός ολοκαύτωμα. Τιμούμε τους τέσσερις ήρωες του Λιοπετρίου, τον Κάρυο, τον Παπακυριακού, τον Πίτα, τον Σαμάρα, που με το δικό τους ολοκαύτωμα μετέτρεψαν έναν ταπεινό αχυρώνα σε προσκύνημα της λευτεριάς. Αποτίουμε φόρο τιμής στους εννιά ήρωες που οδηγήθηκαν στην αγχόνη, ψάλλοντας τον ύμνο στην ελευθερία και με τη θυσία τους την καθαγίασαν, ενώ τα φυλακισμένα τους μνήματα έγιναν βωμός ελευθερίας και τα Άγια των Αγίων του Απελευθερωτικού Αγώνα. Τιμούμε τον 25χρονο ευγενικό, πράο, σεμνό και ιδεολόγο Μιχαλάκη Παρίδη που μυήθηκε στον Αγώνα το 1954 και συνελήφθηκε την 1η Απριλίου του 1955, αλλά δραπέτευσε τον Δεκέμβριο του 1957. Με γενναιότητα πολέμησε και έπεσε σε συμπλοκή με τους άγγλους διακηρύσσοντας πως «οι αγωνιστές της ελευθερίας δεν παραδίδονται. Νικούν ή πεθαίνουν». Τιμούμε τον Ανδρέα Σουρουκλή, που μαζί με τα αδέλφια του, τους γονείς και τη σύζυγό του πρόσφεραν απλόχερα τις υπηρεσίες τους στον Αγώνα φιλοξενώντας στο σπίτι τους αντάρτες. Έπεσε κατά τη διάρκεια ενέδρας εναντίον των Άγγλων στο χωριό Τρούλλοι τη 1η Αυγούστου 1958. Τον μαθητή Πετράκη Κυπριανού, ο οποίος αποβλήθηκε από το σχολείο του όταν έριξε φυλλάδια της ΕΟΚΑ και ύψωσε την ελληνική σημαία. Συνειδητά επέλεξε να πολεμήσει με τους πάνοπλους Άγγλους στρατιώτες που τον είχαν περικυκλώσει στο χωριό Ορά, την 21η Μαρτίου 1957 ενώ ο ίδιος διέθετε ένα μόνο κυνηγετικό και είκοσι επτά φυσίγγια. Ήταν μόλις 17 χρόνων. Ηρωικός ήταν και ο θάνατος του εφτάχρονου μαθητή, Δημητράκη Δημητριάδη, «του πιο μικρού ήρωα», κατά τον Αρχηγό Διγενή, που έπεσε από τα πυρά των Άγγλων στις 14 Μαρτίου 1956, ενώ ακολουθούσε σε διαδήλωση μια ομάδα μαθητών. Τιμή και δόξα στον Ευαγόρα Παλληκαρίδη, τον 18χρονο μαθητή-ποιητή που απαγχονίστηκε - η βασίλισσα Ελισάβετ αρνήθηκε να του δώσει χάρη - αρνούμενος οποιαδήποτε υπεράσπιση λέγοντας: "Γνωρίζω ότι θα με κρεμάσετε. Ό,τι έκαμα το έκαμα ως Έλλην Κύπριος όστις ζητεί την Ελευθερίαν του. Τίποτα άλλο". Στο τελευταίο δε γράμμα που αφήνει πριν απαγχονιστεί, λέει: "Θ΄ ακολουθήσω με θάρρος τη μοίρα μου. Ίσως αυτό να ναι το τελευταίο μου γράμμα. Μα πάλι δεν πειράζει. Δεν λυπάμαι για τίποτα. Ας χάσω το κάθε τι. Μια φορά κανείς πεθαίνει. Θα βαδίσω χαρούμενος στην τελευταία μου κατοικία. Τι σήμερα τι αύριο; Όλοι πεθαίνουν μια μέρα. Είναι καλό πράγμα να πεθαίνει κανείς για την Ελλάδα. Ώρα 7:30. Η πιο όμορφη μέρα της ζωής μου. Η πιο όμορφη ώρα. Μη ρωτάτε γιατί".

Αναψηλαφώντας το ένδοξο παρελθόν, ας βασίσουμε στο μέλλον

Ως Έλληνες Κύπριοι, αφουγκραζόμενοι τα μηνύματα της εθνικής Επετείου της 1ης Απριλίου 1955, έχουμε χρέος απέναντι στον αγώνα και τις θυσίες του ηρωικού Κυπριακού Λαού να θέτουμε το συμφέρον της Πατρίδας πάνω από προσωπικά οφέλη και σκοπιμότητες, και αδελφωμένοι να οδεύουμε με την ελπίδα να επιτύχουμε τον στόχο μας για μια ελεύθερη, επανενωμένη και ευημερούσα Κύπρο.


ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ

ΟΙ ΚΥΠΡΙΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ ΜΕ ΑΠΟΦΑΣΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΚΤΗΤΗΝ

ΒΟΜΒΑΙ ΣΥΓΚΛΟΝΙΖΟΥΝ ΑΠΟ ΤΗΣ ΧΘΕΣ ΤΑΣ ΠΟΛΕΙΣ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

17 ΕΚΡΗΞΕΙΣ ΕΙΣ ΤΟ ΣΤΡΑΤΗΓΕΙΟΝ, ΤΗΝ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΝ ΚΑΙ ΤΟΝ ΡΑΔΙΟΣΤΑΘΜΟΝ ΠΑΡΑ ΤΑ ΕΚΤΑΚΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ ΜΕΤΡΑ

Ο ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ ΖΗΤΕΙ ΟΠΟΣ ΑΠΟΤΡΑΠΗ ΟΙΑ ΔΗΠΟΤΕ ΔΙΩΞΙΣ ΤΩΝ ΕΡΓΩΝ ΤΟΥ Ν. ΚΑΖΑΝΤΖΑΚΗ

ΤΟΥΡΚΙΑ

ΚΥΠΡΟΣ

sel 10_Layout 1 3/30/21 11:16 AM Page 1

Πως αντιμετωπίζεται η μοναξιά την εποχή της κοινωνικής απομόνωσης

Αυτό που ζούμε τον τελευταίο χρόνο είναι κάτι πρωτόγνωρο. Περιοριστήκαμε στα σπίτια μας, καταστήματα και εστίαση κλείνουν και η κυκλοφορία μειώνεται αισθητά σε μια προσπάθεια να περιοριστεί ο κορωνοϊός. Προσπαθούμε να κερδίσουμε πολύτιμο χρόνο και να σωθούν ζωές.

Πολλοί από εμάς εργαζόμαστε από το σπίτι, οι μαθητές και οι φοιτητές δεν πηγαίνουν στα μαθήματά τους, τα σύνορα πολλών χωρών κλείνουν. Στην προσπάθειά μας αυτή μένουμε στο σπίτι μην έχοντας επαφή με άλλο κόσμο για την αποφυγή μετάδοσης του ιού.

Κάποιοι άνθρωποι μένουν με την οικογένειά τους και κάποιοι άλλοι μένουν μόνοι τους. Είναι όμως φανερό πως έχουμε εισέλθει σε μια περίοδο κοινωνικής απομόνωσης. Με αυτή την απόσταση είναι φυσικό να έρχονται και συναισθήματα μοναξιάς. Και γνωρίζουμε ότι η μοναξιά επιβαρύνει την ψυχική υγεία και μπορεί να πυροδοτήσει συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους.

Ζούσαμε ήδη μια «επιδημία μοναξιάς» πριν τον κορωνοϊό, οπότε τώρα, περισσότερο από ποτέ, χρειάζεται να προλάβουμε τα αρνητικά συναισθήματα που φέρνει η απομόνωση. Χρειάζεται να πάρουμε τον έλεγχο της κοινωνικής μας ζωής και να διασφαλίσουμε ότι παραμένουμε συνδεδεμένοι με τους άλλους και ότι λαμβάνουμε εκείνα τα επίπεδα ωκυτοκίνης που είναι τόσο σημαντικά για την ψυχική μας υγεία.

√ Μπορεί και πάλι να νιώθουμε μοναξιά, ακόμα κι αν περιτριγυριζόμαστε από πολύ κόσμο

Το ίδιο σημαντικό είναι όμως τόσο για εκείνους που μένουν μόνοι όσο και για εκείνους που συμβιώνουν με άλλους. Μπορεί και πάλι να νιώθουμε μοναξιά, ακόμα κι αν περιτριγυριζόμαστε από πολύ κόσμο. Κι αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι ικανοποιούμε τις συναισθηματικές μας ανάγκες μέσω πολλών διαφορετικών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων - και όχι μόνο μέσω των ανθρώπων με τους οποίους συμβιώνουμε.

Πώς μπορούμε λοιπόν να αντιμετωπίσουμε τη μοναξιά στον καιρό της κοινωνικής απομόνωσης;

Μιλάμε περισσότερο στο τηλέφωνο: Είναι λίγο αυτονόητο αυτό, αλλά εδώ προτείνουμε αυτή η επικοινωνία να γίνεται με πρόγραμμα και σκοπό ώστε να μην χάσουμε την επαφή με τους σημαντικούς ανθρώπους της ζωής μας. Αυτή τη στιγμή είμαστε τόσο ανήσυχοι για το πώς θα κινηθούν τα πράγματα στην καθημερινότητα και στην οικονομία, που ξεχνάμε να μιλήσουμε ποιοτικά με τους φίλους και την οικογένειά μας.

Διευθετούμε τηλε-συναντήσεις: Αφού δεν μπορούμε να κάνουμε παρέα διά ζώσης με τους φίλους μας, τότε ας το κάνουμε ψηφιακά. Θα μπορούσαμε να πιούμε ένα ποτό ή να δειπνήσουμε ενώ είμαστε σε ζωντανή σύνδεση. Θα μπορούσαμε ακόμα και να δούμε μαζί μια ταινία ή μια σειρά ώστε παράλληλα να σχολιάζουμε. Σίγουρα δεν συγκρίνεται με τη φυσική παρουσία, αλλά είναι μια καλή λύση υπό τέτοιες συνθήκες.

Αξιοποιούμε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης: Τώρα είναι η ευκαιρία να τα χρησιμοποιήσουμε σωστά. Δεν χρειάζεται να μιλάμε σε αυτά μόνο για τον κορωνοϊό ή για το τι θα γίνει τις επόμενες ημέρες. Μπορούμε να γίνουμε μέλη σε ομάδες που ασχολούνται με τα χόμπι που μας αρέσουν ή με πιο διασκεδαστικά θέματα της καθημερινότητας.

Ξεκινάμε αλληλογραφία με φίλους: Μπορούμε να οργανώσουμε ένα πρόγραμμα με έναν φίλο/η, όπου στο τέλος της ημέρας θα μοιραζόμαστε μαζί του μέσω μηνυμάτων ή ηλεκτρονικού ταχυδρομείου κάτι ενδιαφέρον που διαβάσαμε, είδαμε, μάθαμε, γράψαμε, ζωγραφίσαμε.



«4» τρόποι να γίνουμε δημιουργικοί καταπολεμώντας τον φόβο της αδράνειας

Πολλοί ήδη θα γνωρίζετε τι είναι το FOMO (ο φόβος, δηλαδή, μήπως χάσουμε κάτι σημαντικό όσο μένουμε μακριά από τη διαδικτυακή ζωή). Δηλαδή, τι κάνουν οι φίλοι και γνωστοί καθημερινά, τι συμβαίνει στον κόσμο κλπ.

Υπάρχει όμως και ένα άλλο είδος ενοχής, το οποίο αποκαλείται FOBO, δηλαδή ο φόβος της αδράνειας (fear of not doing). Έχετε ποτέ νιώσει ενοχές που δεν κάνετε όλα όσα ξέρετε ότι είστε ικανοί να κάνετε; Το ιδιαίτερο αυτό συναίσθημα, ο φόβος της αδράνειας, αντλείται από την ένταση του να γνωρίζετε ότι μπορείτε να κάνετε σχεδόν τα πάντα, αλλά να παλεύετε να αποδεχτείτε ότι δεν θα καταφέρετε να τα κάνετε τελικά.

Ο φόβος της αδράνειας μας κάνει να νιώθουμε ότι χάνουμε την ευκαιρία να χρησιμοποιήσουμε τις ικανότητες και το δυναμικό μας. Μας ψιθυρίζει στο αυτί: Θα μπορούσες να κάνεις τόσα πολλά, οπότε γιατί δεν κάνεις τίποτα; Αν λοιπόν ακούτε κι εσείς αυτή τη φωνή, υπάρχουν τρόποι για να την αντιμετωπίσετε.

Συγκεντρωθείτε σε κάτι

Το χαρακτηριστικό με το φόβο της αδράνειας είναι πως δεν μας αφήνει να κάνουμε σχεδόν τίποτα. Αν παλεύετε με την ιδέα ότι δεν κάνετε ό,τι πρέπει να κάνετε, συχνά αυτό το συναίσθημα μας κάνει να παγώνουμε, να μουδιάζουμε και τελικά να μην κάνουμε τίποτα. Η λύση είναι να επιλέξουμε ένα πράγμα και να επικεντρωθούμε σε αυτό. Αν αφοσιωθείτε σε αυτό, το βέβαιο είναι πως δεν θα θυμάστε για λίγο καιρό όλα τα άλλα που νομίζετε ότι πρέπει να κάνετε.

Βάλτε "μικρούς" στόχους

Αν ανησυχείτε για το ότι ξοδεύετε χρόνο σε ένα στόχο που δεν θα σας αποφέρει κάτι σημαντικό, "περιορίστε" τον εαυτό σας. Μπορεί να θέλετε να γράφετε περισσότερο και να ξεκινήσετε μια σελίδα αλλά τελικά τρομοκρατείστε από την τόσο αφηρημένη αυτή επιθυμία. Πείτε λοιπόν στον εαυτό σας ότι θα γράφετε ένα σύντομο κείμενο κάθε μέρα για ένα μήνα. Ή εγγραφείτε σε ένα αντίστοιχο μάθημα, για παράδειγμα, δημιουργικής γραφής.

Δημιουργήστε μικρές συνήθειες

Αν και πάλι νιώθετε ότι δεν εκμεταλλεύεστε τις κλίσεις και τα ταλέντα σας, προσπαθήστε να κάνετε μικρά βήματα. Ποια είναι η μικρότερη δυνατή πράξη που μπορείτε να κάνετε για να εξελιχθείτε; Αν θέλετε να διαβάσετε περισσότερο, μην πείτε στον εαυτό σας ότι πρέπει να διαβάζετε για δύο ώρες στο κρεβάτι κάθε βράδυ. Αντιθέτως, διαβάστε για 10 λεπτά μόλις έχετε λίγο ελεύθερο χρόνο. Με αυτό τον τρόπο, θα τιθασεύσετε το φόβο της αδράνειας επειδή στην πραγματικότητα θα κάνετε κάτι.

Να θυμάστε ότι υπάρχει πάντα χρόνος

Η ζωή είναι ένα μεγάλο παιχνίδι. Ασχέτως του πόσο μεγάλοι είστε, έχετε αρκετό χρόνο να κάνετε όλα όσα θέλετε. Και αυτό είναι το όπλο σας για να καταπολεμήσετε το φόβο της αδράνειας. Ο μόνος τρόπος για να αντιστρέψετε αυτό το συναίσθημα είναι να θυμάστε αυτό: Θα έχετε το χρόνο για τα πράγματα που αποφασίζετε ότι είναι σημαντικότερα.



√ Το χαρακτηριστικό με τον φόβο της αδράνειας είναι πως δεν μας αφήνει να κάνουμε σχεδόν τίποτα

√ Για να επιτευχθούν τα μεγάλα βήματα θα πρέπει να ξεκινήσετε από τα μικρά. Οι μικροί στόχοι είναι εφικτοί και η επιτυχία ενισχύει τη ψυχολογία σας

Μπορεί να ξεκινήσετε να μαθαίνετε μια ξένη γλώσσα, αλλά στην πορεία να αποφασίσετε πως δεν σας αρέσει και έτσι να αφοσιωθείτε σε κάτι άλλο, όπως σε ένα άθλημα. Έχετε αυτή την ελευθερία και αυτό είναι το σημαντικότερο.

Αποτρέψτε την ημικρανία με σωστή διατροφή

Ημικρανία είναι κάτι πολύ περισσότερο από έναν απλό πονοκέφαλο. Αποτελεί τη συχνότερη νευρολογική νόσο που ταλαιπωρεί ένα σημαντικό κομμάτι του πληθυσμού και υποβαθμίζει την ποιότητα της ζωής του. Οι λόγοι που ευθύνονται για την ημικρανία ποικίλλουν, ωστόσο ως βασικότεροι θεωρούνται τα γονίδια, οι ορμόνες, η έλλειψη και η κακή ποιότητα ύπνου, το άγχος και η κακή διατροφή.

√ Ακόμη και μια ήπια αφυδάτωση (της τάξεως του 2%) μπορεί να «πυροδοτήσει» την εμφάνιση ημικρανίας

Τι να προσέξετε στη διατροφή σας

• Καταναλώστε μικρά και συχνά γεύματα: Όταν παραλείπετε γεύματα και μένετε νηστικοί για πολλές ώρες, μπορεί να προκαλέσετε πτώση του σακχάρου σας και κατ' επέκταση πονοκέφαλο ή ημικρανία. Γι' αυτό φροντίστε να έχετε μικρά και συχνά γεύματα, περίπου ανά 4 ώρες.

• **Αποφύγετε το αλκοόλ:** Αν και χρειάζεται περαιτέρω έρευνα, υπάρχουν ενδείξεις ότι η κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να οδηγήσει σε εμφάνιση ημικρανίας, με τη δράση του κόκκινου κρασιού πιθανόν να είναι περισσότερο επιβαρυντική.

• **Καφεΐνη με μέτρο:** Τόσο το να αυξήσετε την καφεΐνη που καταναλώνετε όσο και το να την παραλείψετε (αν την καταναλώνετε τακτικά), δεν είναι έξυπνες κινήσεις αν έχετε ημικρανία. Η καφεΐνη έχει συνδεθεί με την εμφάνιση ημικρανίας, λόγω της αγγειοσυσταλτικής της δράσης.

• **Μείνετε ενυδατωμένοι:** Ακόμη και μια ήπια αφυδάτωση (της τάξεως του 2%) μπορεί να «πυροδοτήσει» την εμφάνιση ημικρανίας. Επίσης, έχει παρατηρηθεί ότι η πρόσληψη υγρών κατά το πρώτο μισάωρο της εμφάνισης συμπτωμάτων μπορεί να βοηθήσει στην ανακούφιση από την ημικρανία.

sel 11_Layout 1 3/30/21 11:16 AM Page 1

Ο Στυλιανός Λένας: Ο «κρουπ» της ΕΟΚΑ

Συνέχεια από σελ. 6

Τον Αύγουστο του 1955 μεταφέρθηκε στο χωριό Λύση, όπου ανέλαβε με εντολή του Αρχηγού Διγενή, την εκπαίδευση εφεδρικών ομάδων δολιοφθορέων του τομέα Αμμοχώστου και στη συνέχεια κατέφυγε στην περιοχή Πενταδακτύλου, όπου συνενώθηκε με την ομάδα του Γρηγόρη Αυξεντίου λαμβάνοντας μέρος σε πολλές επιχειρήσεις εναντίον των Άγγλων.

Τον Οκτώβριο του 1955, όπως περιγράφεται στο βιβλίο του κ Αλέξανδρου Χριστοφόρου, «Στ. Λένας, ο σεμνός και ταπεινός Γίγαντας της ΕΟΚΑ» φτάνοντας στην Κύπρο ο νέος Κυβερνήτης στρατάρχης σερ Τζών Χάρτινγκ, δήλωσε «Οι μέρες της ΕΟΚΑ είναι μετρημένες. Ήδη υφαίνεται γύρω της ο ιστός της αράχνης». Οι αγωνιστές θέλοντας να δώσουν μία άμεση απάντηση στον Κυβερνήτη, με σχέδιο που καταρτίστηκε από τον Γρηγόρη Αυξεντίου και τη συμμετοχή αγωνιστών μεταξύ αυτών και του Στυλιανού Λένα, κτύπησαν σε μία άκρως επιτυχημένη επιχείρηση που διήρκησε 7 λεπτά τον αστυνομικό σταθμό Λευκονίκου και οι αντάρτες αποκόμισαν χρήσιμο για τον αγώνα οπλισμό από τον σταθμό και παράλληλα ανέβασε στο μέγιστο βαθμό το αγωνιστικό φρόνιμα των αγωνιστών.

Το Δεκέμβριο του 1955, με επικεφαλής τον τομεάρχη Θάσο Σοφοκλέους, ο Λένας μαζί με ακόμη 17 συναγωνιστές του, επιτέθηκαν κατά του Στρατοπέδου Αγίου Αμβροσίου, σε μία μάχη που διήρκησε 25 λεπτά και η οποία χαρακτηρίστηκε ως «κόλαση πυρός» με πολύ σημαντικές απώλειες για τους Άγγλους.

Τον Αύγουστο του 1956, με βάση στρατηγικό σχέδιο του Διγενή, ο τομέας Αυξεντίου χωρίστηκε σε τέσσερις υποτομείς. Ο Λένας τέθηκε επί κεφαλής της ομάδας του τμήματος από τον Άγιο Θεόδωρο μέχρι και τον Άγιο Μάμα, όπου τόσο συχνές ήταν οι ενέδρες κι οι επιθέσεις του, ώστε τα αγγλικά στρατεύματα κινούνταν στην περιοχή του παίρνοντας πάντοτε Έλληνες ομήρους ως ανθρώπινες ασπίδες. Ο Διγενής του σύστησε μάλιστα να περιορίσει τη δράση του.

Αργότερα ο Λένας ζήτησε από τον Αρχηγό Διγενή, ο οποίος βρισκόταν μαζί με τον Αυξεντίου στα λημέρια των Σπηλιών να τον μεταθέσει στην περιοχή του την Πισιλιά, όπου η γύρω περιοχή ήταν γνώριμη σε αυτόν και έτσι ανέλαβε ως ένας από τους υποτομεάρχες του Αυξεντίου στον τομέα της Πιτσιλιάς και ο Κάτω Αμίαντος μετατρέπεται ως το αρχηγείο του Λένα και από εκεί σε ένα αγροτόσπιτο στα Κάρδαμα μετέτρεψε το εργαστήρι του για την κατασκευή βομβών. Η δράση της ομάδας του Λένα φυσικά, μετακινούνταν συνεχώς σε ολόκληρη την περιοχή, εκπαιδεύοντας, καθοδηγώντας τους αγωνιστές σε όλα τα χωριά του τομέα του.

Μετά τις προδοσίες στην Πιτσιλιά, τον Ιανουάριο του 1957, ο Λένας οδήγησε την επταμελή ομάδα των ανταρτών του σε ασφαλές καταφύγιο στη ορεινή περιοχή της Γεράσας για να τους διαφυλάξει και στη συνέχεια από τις πληροφορίες που έπαιρνε ότι αρκετοί έχουν λυγίσει από τα βασανιστήρια και έδιναν πληροφορίες που βρισκόταν τα κρησφύγετα, αποφάσισε να μεταβεί ξανά στην περιοχή Πιτσιλιάς για να μεταφέρει σε νέες κρύπτες τον οπλισμό της Οργάνωσης που ήταν πολύ πολύτιμος, αλλά και να προκαλέσει νέα κτυπήματα σε επιθέσεις εναντίον των Άγγλων, ούτως ώστε να τους στείλει το μήνυμα ότι η ΕΟΚΑ είναι αήττητη και να επαναφέρει το σθένος και την αγωνιστικότητα για συνέχιση του Αγώνα.

Στις 17 Φεβρουαρίου 1957 ο Λένας μαζί με τον συναγωνιστή του Παμπακά, εξερχόμενοι απο το κρησφύγετο τους άοπλοι και ντυμένοι με αλατζιές, έπεσαν σε ενέδρα Άγγλων στρατιωτών και στην προσπάθεια του να διαφύγει, δέχθηκε βροχή από σφαίρες των Άγγλων οι οποίες τον τραυμάτισαν βαριά στην κοιλιακή χώρα με αποτέλεσμα να τον συλλάβουν και να τον μεταφέρουν αρχικά στο Σανατόριο της Κυπερούντας και στη συνέχεια στο στρατιωτικό νοσοκομείο Ακρωτηρίου, όπου έδωσε άνιση μάχη για 40 ημέρες με τον θάνατο, αλλά και από τα βασανιστήρια των Άγγλων, οι οποίοι μάταια προσπαθούσαν να του αποσπάσουν πληροφορίες για τον Αγώνα.

Ο Στυλιανός Λένας, ξεψύχησε στα χέρια του πατέρα του στις 28 Μαρτίου 1957, χωρίς οι ανακριτές να μπορέσουν να του πάρουν έστω και μία λέξη και οι αποικιοκράτες αποφάσισαν τελικά να τον θάψουν στα φυλακισμένα μνήματα, γιατί φοβήθηκαν κατά την περιφορά του φέρετρου στο χωριό, τις λαϊκές εξεγέρσεις.

Εκείνη την μέρα, όλες οι καμπάνες της Κύπρου κτυπούσαν χαρμόσυνα, για να αναγγείλουν την απελευθέρωση των εξόριστων στις Σεϋχέλλες και την επιστροφή τους στην Ελλάδα, εκτός από την καμπάνα στα Χανδριά, η οποία κτυπούσε πένθιμα, αλλά περήφανα για να αναγγείλει το μεγάλο ταξίδι ενός άξιου τέκνου της προς την αθανασία.

Σήμερα, 64 χρόνια μετά, η φλόγα του αγώνα της ΕΟΚΑ 55-59, παραμένει άσβεστη, για να μας θυμίζει το χρέος που έχουμε προς την πατρίδα μας, αλλά και προς όλους όσους αγωνίστηκαν και έδωσαν τη ζωή τους, για την ελευθερία αυτού του τόπου.



Ο γενικός Οργανωτικός της ΣΕΚ Πανίκος Αργυρίδης καταθέτει στεφάνι στα φυλακισμένα μνήματα

Οι Γυναίκες στον Αγώνα της ΕΟΚΑ έγραψαν το δικό τους έπος



ΑΡΧΗΓΟΣ ΔΙΓΕΝΗΣ ΣΤΑ ΑΠΟΜΝΗΜΟΝΕΥΜΑΤΑ ΤΟΥ:
«Αι νεάνιδες της Κύπρου όχι μόνον δεν υστέρησαν εις τόλμην και αυτοθυσίαν, αλλά και εφάνησαν πραγματικαί Σπαρτιάτιδες, Σουλιώτισσες και Μεσολογγίτισσες»

Ανάμεσα στους Αρχηγούς τού υπέρ πίστεως και πατρίδος επικού μας Αγώνα, τους πρωταγωνιστές και τους πρωτεργάτες, από τους μικρότερους μέχρι τους μεγαλύτερους αγωνιστές του υπέρτατου Χρέους, δεν θα μπορούσε να απουσιάζει η Ελληνίδα γυναίκα της Κύπρου, που έγραψε το δικό της έπος στην κυπριακή Ιστορία.

Με σθένος αυταπάρνησης, αυτοθυσίας και φιλοπατρίας, με πνεύμα ετοιμότητας και αγωνιστικής προσφοράς, σύνεσης και προνοητικότητας, όπως και άκρας εχεμύθειας, ευστροφίας και αξιοθαύμαστης επιτηδειότητας, κατέθεσε την αρετή και την τόλμη της που θέλει η Ελευθερία, για να ευοδωθεί. Η γυναίκα μάνα, αδελφή, σύζυγος, αρραβωνιαστικιά και μαθήτρια των διαδηλώσεων, των συνθημάτων και των φυλλαδίων, της στοργικής προφύλαξης καταζητούμενων και ανταρτών στο κρησφύγετο του σπιτιού της, η γυναίκα-σύνδεσμος των δύσκολων και επικίνδυνων αποστολών, τη γυναίκα των ομάδων κρούσεως για τη μεταφορά όπλων και καταζητούμενων, καθώς και η γυναίκα κρατούμενη, καταδίκη και βοηθός στο εκτελεστικό.

Ο αρχηγός Διγενής στα Απομνημονεύματά του με γλαφυρή αλλά και ως εκ των συσσωρευμένων εμπειριών του με τεκμηριωμένη γραφίδα ανατομικής διάγνωσης περιγράφει την αγωνίστρια Ελληνίδα της Κύπρου, απονέμοντάς της τον δίκαιο έπαινο: «Αι νεάνιδες της Κύπρου όχι μόνον δεν υστέρησαν εις τόλμην και αυτοθυσίαν, αλλά και εφάνησαν πραγματικαί Σπαρτιάτιδες, Σουλιώτισσες κα Μεσολογγίτισσες». Και συνεχίζει αλλού: «Εις πολύ εμπιστευτικάς αποστολάς εχρησιμοποίουν το γυναικείον φύλον. Αι γυναίκες απεδείχθησαν πολύ έμπιστοι και παραδόξως ολιγότερον φλύαροι ή οι άνδρες εις την εκπλήρωσιν της αποστολής των, καθώς επίσης περισσότερον καρτερικαί εις τα βασανιστήρια των Άγγλων. Ουδεμία γυνή εξ εκείνων τας οποίας επέλεξα και εχρησιμοποίησα εις εμπιστευτικάς αποστολάς επρόδωσεν ή εφλυάρησεν ή απεκάλυψεν τι κατόπιν βασάνων υπό της ιεράς εξετάσεως». Και ως κατακλείδα προσθέτει: «Η Ελληνίς Κυπρία εφάνη αξία των ωραιοτέρων ελληνικών παραδόσεων».

Αξιοσημείωτος λοιπόν ο ρόλος της Κύπριας γυναίκας, η οποία μαζί και δίπλα από τον άνδρα, στην πρώτη γραμμή ή στα μετόπισθεν είχε ισάξια συμβάλει στην εποποιία του 1955-1959 την κορυφαία στιγμή της κυπριακής Ιστορίας. Ιδιαίτερη μνεία θα πρέπει να δοθεί και για την αξιοθαύμαστη δράση των κρατούμενων γυναικών στις φυλακές της Αγγλοκρατίας, όπου έραβαν σημαίες, ενώνοντας λωρίδες σεντονιών με το μπλε από τις ποδιές μικρών κρατούμενων κοριτσιών, όπου εμψύχωναν με τα θούρια και τους παιάνες τούς εννιά μελλοθάνατους που βάδιζαν στο ικρίωμα της αγχόνης και όπου διακινούσαν με διάφορα τεχνάσματα μηνύματα, συνεργώντας στην απόδραση φυλακισμένων.

sel 12_Layout 1 3/30/21 11:16 AM Page 1

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω

ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 1138 -20 ΜΑΪΟΥ 1971

ΜΕ ΑΠΟΦΑΣΙΝ ΤΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ ΤΩΝ

Πενθήμερον ἑβδομάδα ζητοῦν οἱ Βιομηχανικοὶ

ΨΗΦΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΕΠΙ ΑΛΛΩΝ ΦΛΕΓΟΝΤΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ

Συνῆλθε τὴν παρελθοῦσαν Κυριακὴν εἰς τὴν αἴθουσαν τελετῶν τοῦ Μεγάρου τῆς ΣΕΚ τὸ 4ον Παγκύπριον Συνέδριαν τῆς 'Ομοσπονδίας Βιομηχανικῶν καὶ Γενικῶν 'Εργατῶν Κύπρου (ΣΕΚ). Εἰς τὸ Συνέδριον ὡμίλησεν ὁ Γενικὸς Γραμματεὺς τῆς 'Ομοσπονδίας συν. Δ. Κιττένης, καὶ ἀπηύθυναν χαιρετισμοὺς ὁ 'Υπουργὸς 'Εργασίας κ. Α. Μαυρομμάτης, ὁ Γεν. Γραμματεὺς τῆς ΣΕΚ συν. Μ. Πισσᾶς, ὁ Γεν. Γραμματεὺς τῆς Διεθνοῦς 'Ομοσπονδίας 'Εργατῶν Μετάλλου κ. 'Ιθὰρ Νορέν, ὁ κ. Μπὰρ 'Απᾶ, Γεν. Γραμματεὺς τῆς Συντεχνίας 'Εργατῶν Τροφίμων, ἐκ μέρους τῆς Διεθνοῦς 'Ομοσπονδίας 'Εργατῶν Τροφίμων καὶ 'Υπαλλήλων Ξενοδοχείων καὶ ὁ συν. Περδίκης ἐκ μέρους τοῦ 'Εργατικοῦ Κέντρου Λευκωσίας.

Τὸ Συνέδριον ἐνέκρινε προσχέδιον ψηφισμάτων καὶ ἀποφάσεων, ὡς ἐπίσης τὴν Ἱδρυσιν ἀπεργιακοῦ ταμείου καὶ ἐνέκρινε νέον καταστατικόν.

Οἱ σύνεδροι ἐπανεξέλεξαν ὁμοφώνως τὸν συν. Κιττένην, ὡς Γενικὸν Γραμματέαν τῆς 'Ομοσπονδίας διὰ τὴν προσεχῆ τριετίαν.

Τὸ συνέδριον ἐτίμησαν διὰ τῆς παρουσίας των, πλὴν τῶν ὁμιλητῶν, ἀνώτεροι ὑπάληλοι τοῦ 'Υπουργίου 'Εργασίας, ἐκπρόσωπος τῆς 'Ομοσπονδίας Ἐργοδοτῶν, καὶ τοῦ Συνδέσμου 'Ιδιοκτητῶν Κέντρων 'Αναψυχῆς καὶ ἄλλοι ἡγέται τῆς ΣΕΚ.

ΨΗΦΙΣΜΑ

Οἱ 220 ἀντιπρόσωποι τοῦ συνελθόντος σήμερον Κυριακὴν 16.5.1971 Δ' Παγκυπρίου Συνεδρίου τῆς 'Ομοσπονδίας Βιομηχανικῶν καὶ Γενικῶν 'Εργατῶν Κύπρου (ΣΕΚ), εἰς τὸ Μέγαρον τῆς ΣΕΚ εἰς Λευκωσίαν ἀφοῦ ἤκουσαν εἰσηγητικὰς ἐκθέσεις καὶ ὁμιλίας, ἐξουσιοδότησαν τὸ Προεδρεῖον ὅπως ὑποβάλη πρὸς τὴν κυβέρνησιν:



'Ο συν. Δ. Κττένης ὁμιλῶν πρὸς τὸ Συνέδριον.

1ον. Τὴν ψήφισιν εἰδικοῦ νόμου ὁρίζοντος κατώτατον ὅριον ἡμερομισθίου, τὸ ὁποῖον νὰ ἀνταποκρίνεται εἰς τὰς σημερινὰς στοιχειώδεις βιοτικὰς καὶ κοινωνικὰς ἀνάγκας τῆς ζωῆς.

2ον. Τὴν ἐφαρμογὴν ἐλέγχου ἐπὶ τῆς τιμῆς καὶ ποιότητος τῶν κυριωτέρων εἰδῶν ἀπαραιτήτων διὰ τὴν διατροφήν, ὑγείαν καὶ ψυχαγωγίαν τῶν ἐργαζομένων.

3ον. Τὴν ἐφαρμογὴν κοινωνικῶν ὠφελημάτων ἀναγκαίων διὰ τὴν βελτίωσιν τοῦ βιοτικοῦ ἐπιπέδου τῆς ἐργατικῆς τάξεως ὡς:

α) Τὴν λύσιν τοῦ στεγαστικοῦ προβλήματος, διὰ τῆς ἐπιβολῆς ἐλέγχου ἐπὶ τῆς τιμῆς τῶν οἰκοπέδων, τῆς ἀνεγέρσεως εἰς ὅλας τὰς περιοχὰς ἐργατικῶν κατοικιῶν καὶ τὴν παραχώρησιν τούτων εἰς τοὺς ἀστέγους διὰ τοῦ συστήματος τῆς ἐνοικιαγορᾶς καὶ τῆς ἐπιχορηγήσεως καὶ δανειοδοτήσεως μὲ χαμηλὸν ἐπιτόκιον καὶ μακρὸ χρονον ἀποπληρωμήν, εἰς ἐργατικὰς οἰκογενείας ἐπιθυμούσας τὴν ἀνέγερσιν τῆς κατοικίας των, δι' ἰδίων μέσων.

β) Τὴν παροχὴν δωρεὰν παιδείας, μὲ ταυτόχρονον παροχὴν ὑποτροφιῶν εἰς τοὺς ἐπιμελεῖς καὶ ἀπόρους μαθητὰς διὰ πανεπιστημιακὰς σπουδάς.

γ) Τὴν παροχὴν δωρεὰν ἰατρικῆς καὶ φαρμακευτικῆς περιθάλψεως, εἰς τοὺς ἐργαζομένους καὶ τοὺς ἐξαρτωμένους ἐξ αὐτῶν.

δ) Τὴν ἀναπροσαρμογὴν τῶν ἐπιδομάτων τῶν παρεχομένων ὑπὸ τῶν Κοινωνικῶν 'Ασφαλίσεων οὕτως ὥστε ταῦτα νὰ ἀντα ποκρίνωνται πρὸς τὸ πραγματικὸν κόστος τῆς ζωῆς.

(Σημ.: Διὰ τὴν ἐφαρμογὴν τοῦ γ' καὶ δ' εἴμαστε πρόθυμοι νὰ δεχθῶμεν ἀνάλογον αὔξησιν τῆς τριμεροῦς συνεισφορᾶς εἰς τὸ Ταμεῖον Κοινωνικῶν 'Ασφαλίσεων).

ε) Τὴν παροχὴν εὐκολιῶν εἰς τὰς ἐργαζομένας μητέρας, διὰ τῆς ἱδρύσεως κρατικῶν νηπιοκομικῶν καὶ παιδοκομικῶν σταθμῶν, οὕτως ὥστε αὗται νὰ δύνανται νὰ συνεχίσουν προσφέρουσαι τὰς ὑπηρεσίας των εἰς τὴν βιομηχανίαν, ποὺ αὐτὴ τὰς ἔχει ἤδη ἀνάγκην, συμπληρώνουσαι οὕτω καὶ τὸ εἰσόδημα τῆς οἰκογενείας των,

καὶ ἀποστείλη τὸ παρὸν ψήφισμα εἰς τὸν Πρόεδρον τῆς Δημοκρατίας, τὸν 'Υπουργὸν Οἰκονο

ΙΔΕ 4ην ΣΕΛΙΔΑ



'Ο κ. Ἰθὰρ Νορὲν



'Ο κ. Μπὰρ 'Απᾶ

ΠΑΣΕΚ και Περικλής Δημητρίου τίμησαν την 25η Μαρτίου



Ως μια ελάχιστη ένδειξη τιμής για τα 200 χρόνια από την Εθνική Παλιγγενεσία οι δρομείς του ΠΑΣΕΚ και του Περικλή Δημητρίου ανήμερα της 25ης Μαρτίου έτρεξαν συμβολικά και κατέθεσαν στεφάνια στο Μαυσωλείο των Κυπρίων Εθνομαρτύρων (εντός των τειχών) Λευκωσία στο οποίο φυλάσσονται τα λείψανα των σφαγιασθέντων από τους Τούρκους κατά τα τραγικά γεγονότα της 9ης Ιουλίου 1821. Μεταξύ αυτών ευρίσκονται τα οστά των Εθνομαρτύρων Αρχιεπισκόπου Κύπρου Κυπριανού, των Μητροπολιτών Πάφου Χρυσάνθου, Κιτίου Μελετίου, Κυρηνείας Λαυρεντίου καθώς και άλλων προκρίτων, κληρικών και λαϊκών. Σαράντα μέρες πριν, τον Μάιο του 1821, οι Τούρκοι σφαγίασαν και τον προϊστάμενο του ναού Φανερωμένης οικονόμο Λεόντιο.

Ηλεκτρονική υποβολή αίτησης για συμμετοχή στις Παγκύπριες εξετάσεις

Η διαδικασία ηλεκτρονικής υποβολής των αιτήσεων για συμμετοχή στις Παγκύπριες Εξετάσεις 2021 άρχισε τη Δευτέρα, 29 Μαρτίου και ώρα 11:00 π.μ. και ολοκληρώνεται την Τετάρτη, 7 Απριλίου 2021 και ώρα 6:00 μ.μ.

Ωστόσο η οριστική υποβολή των αιτήσεων θα αρχίσει την Παρασκευή, 2 Απριλίου και ώρα 9:00 π.μ. και θα ολοκληρωθεί την Τετάρτη, 7 Απριλίου 2021 και ώρα 6:00 μ.μ. Μετά την οριστική υποβολή της αίτησης, δεν θα επιτρέπεται καμία αλλαγή ή τροποποίηση στις επιλογές των Πλαισίων Πρόσβασης, των εξεταζόμενων μαθημάτων και των Σχολών. Την ευθύνη για τυχόν λάθη, αβλεψίες ή παραλείψεις που αφορούν τα ανωτέρω, φέρει αποκλειστικά ο ίδιος ο υποψήφιος.

Η ηλεκτρονική πλατφόρμα θα βρίσκεται στον επίσημο ιστότοπο της Υπηρεσίας Εξετάσεων. (http://www.moec.gov.cy/ypexams) και η είσοδος σε αυτήν θα μπορεί να γίνεται από οποιονδήποτε ηλεκτρονικό υπολογιστή, δεδομένου ότι υπάρχει πρόσβαση στο διαδίκτυο.

Όλες οι πληροφορίες που αφορούν στις Παγκύπριες Εξετάσεις 2021, δημοσιεύονται στον Οδηγό Παγκύπριων Εξετάσεων 2021, που διατίθεται στην αποθήκη του ΥΠΠΑΝ, στα βιβλιοπωλεία και στην ιστοσελίδα της Υπηρεσίας Εξετάσεων: (www.moec.gov.cy/ypexams).

Κατά την περίοδο ηλεκτρονικής υποβολής των αιτήσεων, καθημερινά, μεταξύ των ωρών 9:00 π.μ. και 8:00 μ.μ., θα λειτουργεί στην Υπηρεσία Εξετάσεων τηλεφωνικό κέντρο (Τηλ.: 22582933 / 22582934) για υποστήριξη των ενδιαφερομένων σχετικά με τη διαδικασία εγγραφής και υποβολής των αιτήσεων στην ηλεκτρονική πλατφόρμα.

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 20	23820422

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

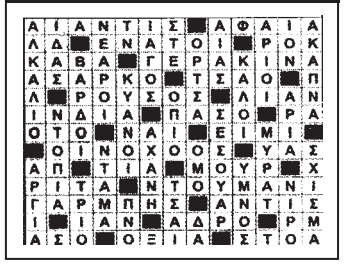
Λευκωσία	90901402
Αμμόχωστος	90901403
Λάρνακα	90901404
Λεμεσός	90901405
Πάφος	90901406

Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

Ασθενοφόρα	22887171
Τηλεφωνικός αριθμός Κέντρου Εξυπηρέτησης ΓεΣΥ	17000
Άμεση ανάγκη	112 ή 199
Νοσοκομεία	1400
Αστυνομία	1499
Αστυνομία - γραμμή πολίτη	1460
Αναφορά Δασικών πυρκαγιών	1407
Κέντρο πληροφόρησης φαρμάκων και δηλητηριάσεων	1401
Υπηρεσία Ανταπόκρισης Ναρκωτικών	1410
Υ.ΚΑ.Ν.	90901498
Κέν. Άμεσης Βοήθειας Θυμάτων βίας	1440
Συμβουλευτικό Κέντρο - AIDS	22305155
Υπηρ. αεροπορ. ναυτικών ατυχημάτων	1441
ΚΙΣΑ - Κίνηση για Ισότητα, Στήριξη, Αντιρατσισμό	22878181
ΑΠΑΝΕΜΙ - Κ. Πληρ. και Στήρ. Γυναίκας	80001999
Αεροδρόμια	77778833
Α.Η.Κ. βλάβες	1800
Α.ΤΗ.Κ. βλάβες	80000197
Πληροφορίες καταλόγου	11800/11888/11892

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

ΛΥΣΗ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟΥ



ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Μπορεί να είμαστε λίγοι κι αδύναμοι αλλά έχουμε μαζί μας τον θεό και θα νικήσουμε

Γεώργιος Βαρνακιώτης

ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΔΕΤΕ ΤΗΝ «ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ»

sel 13_Layout 1 3/30/21 11:17 AM Page 1

«8» τροφές που περιορίζουν την επιθυμία μας για ζάχαρη

Στην εποχή που ζούμε, πολύς κόσμος είναι εξαρτημένος από τη ζάχαρη. Ας μην απογοητευόμαστε όμως, αφού υπάρχουν πολλοί και αποτελεσματικοί τρόποι που θα μάς βοηθήσουν να λύσουμε αυτό το ζήτημα. Για παράδειγμα, με την προσθήκη υγιεινών τροφών στη διατροφή μας, μπορούμε όχι μόνο να μειώσουμε τον εθισμό μας στη ζάχαρη, αλλά να νοιώθουμε το αίσθημα του κορεσμού για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Η ζωή μας δεν πρόκειται να σταματήσει χωρίς τη ζάχαρη, να είστε σίγουροι γι' αυτό. Ας βάλουμε στη διατροφή μας τις παρακάτω τροφές και δεν θα το μετανιώσουμε, αφού θα μας βοηθήσουν σε ελάχιστο χρόνο να απαλλαγούμε από τη λαχτάρα μας για τη ζάχαρη.

Πασατέμπος: Πέρα από εξαιρετική πηγή πρωτεϊνών, φυτικών ινών και λιπαρών, οι σπόροι κολοκύθας είναι πλούσιοι και σε μαγνήσιο. Όταν λαχταρούμε σοκολάτα, ίσως το σώμα μας ζητά περισσότερο μαγνήσιο, καθώς το κακάο είναι επίσης πλούσιο σε αυτό το σημαντικό μέταλλο. Ας δοκιμάσουμε, λοιπόν, να επιλέξουμε άλλα τρόφιμα με υψηλή περιεκτικότητα σε μαγνήσιο, όπως οι σπόροι, για να καλύψουμε τις ανάγκες του οργανισμού μας.

Αμύγδαλα: Πλούσια σε καλά λιπαρά, τα αμύγδαλα μπορούν να βοηθήσουν στον έλεγχο του σακχάρου στο αίμα μας, περιορίζοντας την επιθυμία μας για ζάχαρη. Τα καλά λιπαρά στους ξηρούς καρπούς μάς κάνουν να αισθανόμαστε χορτάτοι για περισσότερη ώρα, καθιστώντας λιγότερο πιθανό να πεινάσουμε μεταξύ των γευμάτων και να αναζητήσουμε κάτι γλυκό.

Τυρί: Το τυρί έχει υψηλή περιεκτικότητα στο αμινοξύ τυροσίνη, η οποία αποτελεί πρόδρομη ουσία για τον σχηματισμό ντοπαμίνης. Η ντοπαμίνη είναι η ουσία της ανταμοιβής και της ευχαρίστησης, ενώ αποκαλείται και νευροδιαβιβαστής της ευφορίας. Επίσης, το τυρί είναι



● **Η ζωή μας δεν πρόκειται να σταματήσει χωρίς τη ζάχαρη**

μια εξαιρετική πηγή πρωτεΐνης και λίπους που βοηθά στην εξισορρόπηση του σακχάρου στο αίμα και παρέχει μικροθρεπτικά συστατικά, όπως ψευδάργυρο, ασβέστιο και βιταμίνη Β12.

Μούρα: Τα μούρα αποτελούν μια εξαιρετική πηγή φυτικών ινών. Με μόλις 5 γραμμάρια ζάχαρης ανά φλιτζάνι, τα σμέουρα είναι φρούτα με χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα, όπως και τα βατόμουρα και οι φράουλες.

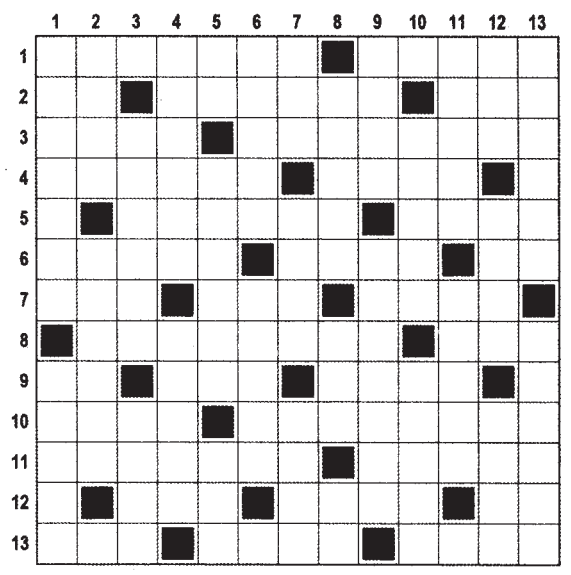
Αυγά: Η πρωτεΐνη και το λίπος στα αυγά μάς βοηθούν να μείνουμε χορτάτοι και παράλληλα προσφέρουν απαραίτητα θρεπτικά συστατικά, όπως χολίνη, βιταμίνη D και βιταμίνες του συμπλέγματος Β.

Αβοκάντο: Τα καλά λιπαρά στο αβοκάντο μπορούν να επηρεάσουν θετικά το αίσθημα κορεσμού, ενώ βοηθούν στον έλεγχο του σακχάρου στο αίμα. Είναι επίσης πλούσιο σε φυτικές ίνες, οι οποίες επίσης μας κρατούν χορτάτους για περισσότερη ώρα.

Όσπρια: Τα όσπρια είναι υπέροχες πηγές φυτικής πρωτεΐνης που αξίζουν μια θέση στη διατροφή μας. Ένα φλιτζάνι φασόλια μάς προσφέρει 7-9 γραμμάρια πρωτεΐνης και 6-8 γραμμάρια φυτικών ινών, χορταίνοντάς μας και σταθεροποιώντας το σάκχαρο στο αίμα. Τα όσπρια μπορούν επίσης να βοηθήσουν στην πέψη και παρέχουν μια σειρά από άλλα θρεπτικά συστατικά, όπως σίδηρο, βιταμίνες του συμπλέγματος Β και κάλιο.

Σαλάτες: Η σαλάτα είναι υπεραπαραίτητη στο διατροφικό μας μενού. Φύλλα σπανάκι και μαρούλι, ή χωριάτικη σαλάτα με μια κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο είναι μια καλή επιλογή. Μπορούμε να προσθέσουμε και άπαχο κρέας κοτόπουλου ή φιλέτο ψαριού ή ακόμα και μια χούφτα ξηρούς καρπούς. Μπορούμε ακόμα να φτιάξουμε μια σαλάτα με καρότο, κολοκυθάκι, πατάτα και κρεμμυδάκι.

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



1. Αρχαία φυλή της Αττικής - Προσωνυμία της Θεάς Αθηνάς. **2.** Βουβή... Λήδα - Παραλίγο... όγδοοι - Είδος ξενικής μουσικής. **3.** Αποθήκη ποτών (ξεν.) - Θηλυκό αρπακτικού πουλιού. **4.** Ισχνό, λεπτό - Ξενικός χαιρετισμός. **5.** Ξανθοκόκκινος - Πάρα πολύ (αρχ.) **6.** Ασιατική χώρα - Χαρτοπαικτικός όρος - Αιγυπτιακή θεότητα. **7.** Ταιριάζει στον Ρεχάγκελ - Κατάφαση - Ρήμα βοηθητικό (αρχ.). **8.** Αρχαίων συμποσίων κεραστής - Γιος του Άτλαντα (μυθ.). **9.** Πρόθεση με απόστροφο - ...Μαρία: Είδος λικέρ - Ντέμι...: Γνωστή ηθοποιός. **10.** Γυναικείο υποκοριστικό - Κάπνα (ξεν.) **11.** Νοτιοδυτικός άνεμος (ξεν.) - ...Αμπέμπα: Πρωτεύουσα της Αιθιοπίας. **12.** Ιρλανδός... Γιάννης - Τραχύ, χοντροκομμένο Άφωνο... ρήμα. **13.** Σταφιδικός Οργανισμός - Δέντρο του βουνού - Αρχαία φιλοσοφική σχολή.

ΚΑΘΕΤΑ:

1. Είναι στη χημεία το Νάτριο - Ημέρα ανάπαυσης.
2. Ψευδώνυνο του Ίωνα Δραγούμη - Εγχώρια αυτά.
3. Γνωστοί οι... λαϊκοί - Ένα μουσικό σύνολο (ξεν.) **4.** Μικροί στην ηλικία - Φιγούρα της τράπουλας. **5.** Βουβή... ταινία - Γαλάζιοι - Ναυτικών ομοσπονδία. **6.** Σαιξπηρικός ήρωας - Απέραντα, ατάλειωτα. **7.** Ανώτατο Δικαστικό Σώμα - Ναρκωτική ουσία - Δημοφιλές αφέψημα. **8.** Ναυτικό παράγγελμα - Πρώτο συνθετικό πολλών ελληνικών λέξεων - Μόριο της δημοτικής. **9.** Ήρωας του Τρωικού πολέμου - Κομμωτηρίου σύνεργο. **10.** Πόδια... ταλαιπωρούν - Ωδή προς τιμή ήρωα. **11.** Ινδοευρωπαίοι αυτοί - Δημήτρης... Παλιότερος ηθοποιός. **12.** Κι έτσι ο μενεξές - Είδος μονωδίας - Ρόμπερτ ντε... Ηθοποιός. **13.** Άμαχα κατά μία έννοια - Διάσπαση, διάσταση.

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Μια αρκετά καλή ημέρα για να ρυθμίσεις εκκρεμότητες και υποχρεώσεις της καθημερινότητας, έτσι μπορείς να αναδείξεις τα ταλέντα σου, μέσα από τις προσπάθειες που καταβάλλεις, κάνοντας και τις κατάλληλες επαφές.

Ταύρος: Μια εξαιρετικά βοηθητική ημέρα για την προσωπική σου ζωή η σημερινή, έχοντας μάλιστα ιδιαίτερα έντονη την ανάγκη να βρεθείς με τα αγαπημένα σου πρόσωπα και να περάσεις ευχάριστες στιγμές μαζί τους. Παράλληλα όμως μπορείς να συζητήσεις ένα δημιουργικό σχέδιο που ετοιμάζεις με ανθρώπους που έχουν την δυνατότητα να σε βοηθήσουν.

Δίδυμοι: Μια αρκετά καλή ημέρα είναι η σημερινή για να έρθεις πιο κοντά στα πρόσωπα της οικογένειά σου, αλλά και για να ασχοληθείς με τις υποθέσεις του σπιτιού. Παράλληλα όμως μπορείς να ζητήσεις και κάποιου είδους βοήθεια από τους οικείους σου για κάποιο θέμα που σε απασχολεί.

Καρκίνος: Σημαντικές ευκαιρίες για να επικοινωνήσεις τις ιδέες σου στο κοντινό σου περιβάλλον υπάρχουν στην ατζέντα της ημέρας. Κάνεις λοιπόν σημαντικές συναντήσεις, βρίσκεις πρόσωπα που σε βοηθούν να βρεις διεξόδους, ενώ σημαντικοί σύμμαχοι βρίσκονται στο πλευρό σου.

Λέων: Η ημέρα σου παρέχει πρόσφορο έδαφος για να τακτοποιήσεις υποθέσεις κυρίως πρακτικής φύσεως. Ταυτόχρονα μπορείς να τακτοποιήσεις τις υποχρεώσεις σου, που σου φαίνονται χρήσιμες. Παράλληλα όμως, μην αμελείς να μένεις συνεπής στο πρόγραμμά σου.

Παρθένος: Η Σελήνη στο δικό σου ζώδιο δείχνει πως θέλεις να συναντήσεις αγαπημένα σου πρόσωπα, να μοιραστείς τις ιδέες σου και να καταστρώσεις σχέδια για το μέλλον. Άλλωστε έχεις δικούς σου ανθρώπους που σε προσγειώνουν.

Ζυγός: Είσαι αρκετά εσωστρεφής σήμερα, προσπαθώντας να διεκπεραιώσεις τις υποθέσεις σου με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Βέβαια, θα προτιμούσες να ξεκουραστείς από όλα αυτά που σε απασχολούν το τελευταίο διάστημα, παρόλα αυτά έχεις δικούς σου ανθρώπους που μοιράζεσαι τα βάρη, με κάποιο τρόπο.

Σκορπιός: Θέλεις να εκμεταλλευτείς την σημερινή ημέρα για να δεις πρόσωπα από το φιλικό σου περιβάλλον, αλλά και για να προωθήσεις τους στόχους σου. Το σίγουρο είναι πως έχεις ανάγκη να βρεθείς με ανθρώπους που στηρίζουν απόλυτα τα σχέδιά σου.

Τοξότης: Η Σελήνη είναι στο ζενίθ του ωροσκοπίου σου, στοιχείο που δηλώνει πως η κοινωνική σου ζωή σήμερα είναι αρκετά έντονη. Ταυτόχρονα, τραβάς την προσοχή του περιβάλλοντός σου γι' αυτό είναι προτιμότερο οι κινήσεις σου να είναι μελετημένες για να μην δώσεις λαβές για σχόλια.

Αιγόκερως: Η ημέρα μοιάζει να είναι πιο βατή για εσένα σε σχέση με τις προηγούμενες, ειδικά αν είσαι γεννημένος το πρώτο δεκαήμερο. Ταυτόχρονα, εσύ θέλεις να κάνεις ένα ταξίδι ή γενικότερα να αλλάξεις παραστάσεις, το σίγουρο είναι πως θα πρέπει να λειτουργήσεις με σύνεση, μακριά από αποφάσεις παρμένες πάνω στον θυμό.

Υδροχόος: Κατά την διάρκεια της ημέρας έρχεσαι σε επαφή με συναισθήματα και σκέψεις που έχεις καταπιέσει εδώ και καιρό, έχοντας όμως και την ευκαιρία να τα επεξεργαστείς. Επιπλέον, κάνεις μυστικές επαφές που μοιάζουν να είναι ιδιαίτερα ωφέλιμες, ενώ η διαίσθησή σου μοιάζει να είναι ιδιαίτερα τονισμένη.

Ιχθείς: Η Σελήνη απέναντί σου τονίζει ιδιαίτερα τα επικοινωνιακά σου χαρίσματα και σε προτρέπει να κινήσεις τις διαδικασίες στα θέματα που σε απασχολούν, αφού σήμερα έχεις σημαντικούς ανθρώπους στο πλευρό σου που σου στηρίζουν.

ΟΙ ΝΗΣΤΙΣΙΜΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΑΣ

Καλαμαράκια στιφάδο

ΥΛΙΚΑ:

1 κρασοπότηρο λάδι, 4 κρεμμύδια
1 φλιτζανάκι κόκκινο κρασί, 2 μεγάλες ντομάτες
3 κουτιά καλαμαράκια, 1 κουταλιά τοματοπολτό
2 φύλλα δάφνης, 1 κουταλάκι αλάτι
μισό κουταλάκι πιπέρι, λίγη ρίγανη
λίγο λεμόνι, 1 ποτήρι νερό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ: Ξεπλένουμε καλά τα καλαμάρια και τους ρίχνουμε λίγο λεμόνι απο πάνω. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το λάδι και αφού κόψουμε τα κρεμμύδια τα ρίχνουμε μεσα να τσιγαριστούν για λίγο. Προσθέτουμε το κρασί, το αλάτι, το πιπέρι, τα φύλλα δάφνης και την ρίγανη. Ξύνουμε τις ντομάτες και τις προσθέτουμε στη κατσαρόλα κι έπειτα το νερό και τον τοματοπολτό. Αφού ψηθεί για λίγο η σάλτσα προσθέτουμε τα καλαμαράκια και τα αφήνουμε να ψηθούν για 10 λέπτά.

sel 14_Layout 1 3/30/21 11:18 AM Page 1

Στην πορεία για την Ανάσταση

Του αείμνηστου
Τάσου Μητσόπουλου

Εισήλθαμε και φέτος στην περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Με φανφάρες, γιορτές και φωνές που συνόδευσαν την προηγηθείσα περίοδο της Απόκρεω. Χωρίς τη σεμνότητα και συστολή του Κυρίου που καίτοι βασιλεύς εισήλθε στην αγία πόλη «επί πώλου όνου». Τα βήματα μας, έστω κι έτσι, έχουν αρχίσει νοερά να κινούνται στα χνάρια του Ιησού και η πορεία, μας οδηγεί μέσα από μια σειρά ανεπανάληπτων πνευματικών διεργασιών και προσωπικών εμπειριών στην κορύφωση.

Για τους πολλούς, ίσως τα όσα γράφονται για την περίοδο ετούτη να ηχούν κοινότυπα και τετριμμένα. Δεν είναι όμως. Γιατί κάθε χρονιά, η περίοδος αυτή είναι εντελώς διαφορετική. Έχει μια ασύλληπτη μοναδικότητα την οποία καλούμαστε να ρουφήξουμε σταλιά-σταλιά. Η πνευματική και μυστηριακή μέθεξη της οποίας γινόμαστε κοινωνοί όσες και όσοι τουλάχιστον επιχειρούμε να διαρρήξουμε το φαύλο κύκλο της καθημερινότητας και της μικροπρέπειας που μας κρατά καθηλωμένους στην πνευματική υστέρηση και ανέχεια, είναι ανεπανάληπτη. Και κάθε χρονιά έχουμε την ευκαιρία να ανακαλύψουμε με τα διεισδυτικά μάτια της ψυχής μας νέες εμπειρίες και να βιώσουμε κατά τρόπο ανεπανάληπτα μοναδικό, ατομικά και συλλογικά, όλες τις πτυχές του θείου δράματος. Την βαϊφόρο είσοδο στην Ιερουσαλήμ, τον ανεπανάληπτο κλονισμό της ανθρώπινης φύσης με το «απελθέτω απ' εμού το ποτήριον τούτο», την προδοσία και τη σύλληψη, τους εμπτυσμούς και το ράπισμα, το μαρτυρικό ανέβασμα στο Γολγοθά, την υπέρτατη



Υ.Γ. Το άρθρο πρωτοδημοσιεύτηκε στην ιστοσελίδα «Μαϊστωρ». Σήμερα αναδημοσιεύεται ως μνημόσυνο αιώνιο, με την ευκαιρία της συμπλήρωσης επτά χρόνων (22.3.2014) από τον θάνατο του αείμνηστου φίλου Τάσου Μητσόπουλου.

σταυρική θυσία, την ταφή και τελικά τη ζωηφόρο Ανάσταση. Τη λύτρωση. Τη νίκη δηλαδή της ζωής επί του θανάτου. Τη σύζευξη του κτιστού, φθαρτού και πεπερασμένου με το άκτιστο, άφθαρτο και υπερβατικό. Οι μελωδικότατοι ψαλμοί και ύμνοι της Ακολουθίας των Χαιρετισμών που κατέκλυσαν τους ναούς μας μαζί με τον πιστό λαό του Θεού, αποτελούν την κλίμακα που μας μεταφέρει και μας εισάγει στο κλίμα και την ατμόσφαιρα των αγίων ημερών. Και μας προετοιμάζουν για τη φοβερή και τρομερή εκείνη στιγμή του συναπαντήματος με το Θείο. Την στιγμή που θα αντικρίσουμε σε όλο του το μεγαλείο το αληθινό πρόσωπο της όντως ζωής. χωρίς τις γήινες συμβατικότητες και εξωραϊσμούς. Χωρίς τα περιττά φτιασιδώματα με τα οποία οι άνθρωποι στολίζουν τα αθύρματα και τα είδωλα.

Αυτήν ακριβώς την περίοδο, αν πραγματικά και γνήσια επιθυμούμε να γίνουμε συμμέτοχοι και συγκοινωνοί αυτής της μοναδικής εμπειρίας, της μετάβασης δηλαδή από το φθαρτό στο άφθαρτο και να μην μείνουμε «εκτός νυμφώνος» τότε θα πρέπει, χωρίς καθυστέρηση και δισταγμό, να επιλέξουμε την οδό της απόλυτης συντριβής και ταπείνωσης. Της εσωτερικής πνευματικής κάθαρσης. Της αποκήρυξης του «εγώ». Να νίψουμε τα ανομήματά μας με πόνο και σπαραγμό ψυχής. Να δηλώσουμε εθελουσίως έτοιμοι για θυσία. Να προσφέρουμε την ψυχή μας αντίδωρο στο Θεό για το δώρο της ψυχής που μας προσφέρει. Να απλώσουμε θαρρετά το χέρι μας στον Κύριο και να αρπάξουμε το δικό Του καθώς Αυτός συντρίβει το θάνατο και διαβαίνει το κατώφλι της αιώνιας ζωής.

Ας προσπαθήσουμε αυτές τις μέρες να οραματιστούμε. Ας γίνουμε όλοι μας λίγο ονειροπόλοι. Ας πιστεύσουμε ξανά στο θαύμα. Ας ανοίξουμε διάπλατα τα μάτια της ψυχής μας. Ας εισέλθουμε για λίγο στη σφαίρα του μυστηρίου. Ας συγχωρέσουμε για να συγχωρηθούμε. Ας αποθέσουμε με άκρα ταπείνωση την ύπαρξή μας στο έλεος Εκείνου. Ας σφραγίσουμε τον πειρασμό της ματαιοδοξίας, της κενοδοξίας και της κοσμικότητας. Ας ατενίσουμε ψηλά και μπροστά. Ας γευτούμε λίγο από το εκούσιο πάθος και τη συγκλονιστική θυσία. Ας θωρακισθούμε με πανίσχυρη πνευματική αρματωσιά. Ας πορευθούμε ευθυδρόμως την οδό του προσωπικού μας μαρτυρίου με ήθος και γενναιότητα. Με το κεφάλι ψηλά. Και ας προετοιμάσουμε επιμελώς τους εαυτούς μας για το δικό μας πάθος, για τη δική μας έξοδο από τον κόσμο της φθοράς. Για τη δική μας τελική αποκάλυψη «ενώπιον του φοβερού βήματος του Χριστού». Γένοιτο.

Μήνυμα Εμανουέλ Μακρόν για την 25η Μαρτίου 1821:

«Η δική σας ελευθερία είναι η δική μας»

Την αγαπάμε, και τιμούμε πάντα τις αξίες της. Είμαστε εδώ και θα είμαστε στο πλευρό σας, όταν η Ιστορία γίνεται άδικη μαζί σας, όταν η αλληλεγγύη μερικές φορές μπορεί να απουσιάζει ή όταν υπάρχει απειλή» επεσήμανε ο Γάλλος πρόεδρος καταλήγοντας στο τέλος του μηνύματος στα ελληνικά: «Γιατί η δική σας ελευθερία είναι η δική μας.



Αυτή την εβδομάδα τιμούμε την επέτειο των 200 ετών από την Ελληνική Επανάσταση, 200 χρόνια από τη γέννηση της σύγχρονης Ελλάδας, 200 χρόνια από την ιδέα για την Ευρώπη.

Ο πόλεμος για την ελληνική ανεξαρτησία υπήρξε αιματηρός, φρικτός. Με τη βιαιότητά του αφύπνισε τότε τις συνειδήσεις των Ευρωπαίων. Υπήρξε, επίσης και πόλεμος ιδεών, που κερδήθηκε χάρη στο θέατρο, στη μουσική, με την πένα των ποιητών, τη γενναιοδωρία των ανώνυμων ευεργετών, από το ένα ως το άλλο άκρο της Ευρώπης και ιδιαίτερα στη Γαλλία.

Οι Έλληνες επαναστάτες μελέτησαν του φιλοσόφους του Διαφωτισμού. Κάποιοι εξ' αυτών είχαν πολεμήσει κατά τη Γαλλική Επανάσταση και τους Ναπολεόντειους Πολέμους κι έτσι, το 1821, ένα διεθνές κίνημα διανόησης, ανθρωπισμού, ένα κίνημα εθελοντών ξεσηκώθηκε σ' ολόκληρη την Ευρώπη για την απελευθέρωση της Ελλάδας. Ήταν το κίνημα των αγωνιστών της ελευθερίας, των Ελλήνων που φονεύονταν σε συνθήκες φρικτής βαναυσότητας για την ανεξαρτησία, την ελευθερία, τη δημιουργία της σύγχρονης Ελλάδας. Σημαιοφόροι αυτού του αγώνα υπήρξαν ο λόρδος Βύρωνας, ο Ντελακρουά, ο Ουγκώ, ο Πούσκιν, ο Σατωβριάνδος. Και πέρα απ' αυτούς τους επιφανείς φιλέλληνες, ο πόλεμος της ελληνικής επανάστασης έδωσε την πρώτη ώθηση μιας καθαρά λαϊκής διεθνούς αλληλεγγύης στην Ιστορία, όπου ο καθένας μπορούσε να συνεισφέρει αγοράζοντας μια παρτιτούρα, παρακολουθώντας μια παράσταση, προσφέροντας χρήματα, ζώντας ένα μέρος αυτού του αγώνα.

Αθάνατα» λόγια των Αγωνιστών του 1821

• «Αν ήμουνα εγώ Παναγιά θα τους έπνιγα όλους αυτούς τους μασκαράδες, που έχουνε χέρια και άρμενα και καρτεράνε να τους γλυτώσει το εικόνισμα! Σύρε πες τους να το βάλουν στον τόπο του και να 'ναι έτοιμοι να μανουβράρουνε καθώς θα τους παραγγείλω, εγώ παίρνω επάνω μου να τους γλυτώσω»

Ανδρέας Μιαούλης, όταν είδε τους ναύτες τους να πετάνε στη θάλασσα μία εικόνα της Παναγίας και να προσεύχονται σε Αυτή ώστε να κοπάσει η καταιγίδα

• Οι Τούρκοι ήταν τόσοι, ώστε εάν έπτυαν επάνω μας θα μας έπνιγαν αναμφιβόλως. 'Αλλ παντοδύναμος Θεός δεν το επέστρεφε και μας



έσωσε»

Κωνσταντίνος Κανάρης, απευθυνόμενος μετά την Επανάσταση στον ποιητή Αριστοτέλη Βαλαωρίτη.

• «Εις τοιαύτην όντες κατάστασιν στερημένοι από όλα τα δίκαιά μας, με μίαν γνώμην ομοφώνως αποφασίσαμεν να λάβωμεν τα άρματα, και να ορμήσωμεν κατά των τυράννων. Πάσα προς αλλήλους μας φατρία και διχόνοια, ως καρποί της τυραννίας απερρίφθησαν εις τον βυθόν της λήθης, και άπαντες πνέομεν πνοήν ελευθερίας»

Πετρόμπεης Μαυρομιχάλης, ως εκπρόσωπος της μεσσηνιακής γερουσίας σε γράμμα του προς τις Ευρωπαϊκές αυλές.

Σε προσκυνώ γλώσσα

λάρνακα: (αρχαία λ. λάρναξ, -ακος «κιβώτιο», που ίσως αποτελεί προελληνικό δάνειο. Ήδη από την Αρχαιότητα η λ. έφτασε να σημαίνει κυρίως «οστεοφυλάκιο, σαρκοφάγος»)

= (α) (στην Αρχαιότητα) θήκη ή κιβώτιο όπου φυλάσσονταν πολύτιμα αντικείμενα ή τα οστά ή η τέφρα νεκρού· σκευοθήκη, οστεοθήκη, οστεοφυλάκιο, σαρκοφάγος.

= (β) (ειδικότερα) η θήκη στην οποία φυλάσσονται τα λείψανα αγίου.

π.χ. «Έγινε περιφορά τού τοποθετημένου μέσα στην περίτεχνη λάρνακα λειψάνου τού Αγίου Σπυρίδωνος στην Κέρκυρα».

sel 15_Layout 1 3/30/21 11:18 AM Page 1

Champions League:

Στις 50 κορυφαίες ομάδες της ιστορίας ο ΑΠΟΕΛ

Την Παραμονή Χριστουγέννων 2020 η UEFA στην επίσημη ιστοσελίδα της ετοίμασε ένα θέμα με την καλύτερη ομάδα στα Ευρωπαϊκά Κύπελλα και δη το Κύπελλο Πρωταθλητριών και το Champions League από το 1955 έως και το 2020.

Έναν πίνακα που απαρτίζεται συνολικά από 526 ομάδες, ανάμεσα στις οποίες βρίσκονται και οκτώ ομάδες από την Κύπρο. Ο λόγος για τον ΑΠΟΕΛ, την Ομόνοια, την Ανόρθωση, την ΑΕΛ, τον Απόλλωνα, τον Ολυμπιακό, τον Πεζοπορικό και την ΕΠΑ.

Μάλιστα, ο ΑΠΟΕΛ λόγω των συχνών παρουσιών του στους ομίλους της κορυφαίας διασυλλογικής διοργάνωσης από το 2009 και έπειτα με αποκορύφωμα την επική πορεία στους «8» της διοργάνωσης τη σεζόν 2011-12 φιγουράρει στην κορυφαία 50άδα

Με 83 βαθμούς συγκομιδή ο ΑΠΟΕΛ φιγουράρει στην 50 η θέση του σχετικού καταλόγου και ξεπερνά μεγάλες ομάδες της Ευρώπης όπως η Σεβίλλη, η Τότεναμ και η Λάτσιο. Οι γαλαζοκίτρινοι συμμετείχαν 18 φορές στην ιστορία τους στο Κύπελλο Πρωταθλητριών και μετέπειτα Champions League, κέρδισαν 29 φορές, 25 φορές αναδείχθηκαν ισόπαλοι και ηττήθηκαν σε 40 αγώνες.

Η δεύτερη ομάδα που συναντάμε από την Κύπρο στον σχετικό πίνακα της ΟΥΕΦΑ είναι η Ομόνοια. Οι πράσινοι μπορεί να μην συμμετείχαν ποτέ σε όμιλο Champions League όπως η Ανόρθωση, όμως έπαιξαν σε προκριματικά φάση 19 φορές έναντι μόλις οκτώ της «Κυρίας». Το «τριφύλλι» είναι η ομάδα με τις περισσότερες παρουσίες από κάθε άλλη κυπριακή ομάδα, όμως βρίσκεται πολύ πιο πίσω από τον ΑΠΟΕΛ καταλαμβάνοντας την 85 θέση. Εννέα θέσεις πιο κάτω, δηλαδή στην 104η θέση είναι η Ανόρθωση, ενώ πολύ πιο κάτω είναι οι υπόλοιπες κυπριακές ομάδες. Η ΑΕΛ είναι στην 208η θέση, ο Απόλλων στην 345η, ο Ολυμπιακός Λευκωσίας στην 457η, ο Πεζοπορικός στην 483η θέση και η ΕΠΑ στην 520η.



121 μέρες θα διαρκέσει η λαμπαδηδρομία των Ολυμπιακών του Τόκιο

Ένα χρόνο μετά την προγραμματισμένη εκκίνηση, άρχισε την περασμένη εβδομάδα από την Φουκοσίμα η τελική φάση της Λαμπαδηδρομίας των Ολυμπιακών αγώνων του Τόκιο.

Η λαμπαδηδρομία θα διαρκέσει 121 ημέρες και σηματοδοτεί την έναρξη των διαδικασιών για τους θερινούς Ολυμπιακούς οι οποίοι αναβλήθηκαν από το 2020 λόγω της πανδημίας του κορωνοιού.

Η τελετή πραγματοποιήθηκε στη Φουκουσίμα και θα μεταφερθεί από συνολικά δέκα χιλιάδες δρομείς στο ολυμπιακό στάδιο του Τόκιο για την τελετή έναρξης των Αγώνων στις 23 Ιουλίου περνώντας από όλη την Ιαπωνία.

Επετράπη σε μικρό αριθμό θεατών να παρακολουθήσει τις εκδηλώσεις της πρώτης μέρας της λαμπαδηδρομίας, αλλά οι μάσκες προσώπου ήταν υποχρεωτικές και οι επευφημίες απαγορεύτηκαν σε μια προσπάθεια να σταματήσει η εξάπλωση του Covid-19.

Ο επικεφαλής του Τόκιο 2020, Seiko Hashimoto, δήλωσε ότι ελπίζει ότι η Ολυμπιακή φλόγα θα χρησιμεύσει ως "μια ακτίνα φωτός στο τέλος του σκοταδιού".

«Αυτή η μικρή φλόγα δεν έχασε ποτέ την ελπίδα και περίμενε αυτήν την ημέρα σαν κερασιά να ανθίσει», είπε, μιλώντας στην τελετή έναρξης.

Εθνική Κύπρου:

Κράτησε ψηλά την αγωνιστική της αξιοπρέπεια

Στα πρώτα δύο παιχνίδια για τα προκριματικά του Παγκοσμίου Κυπέλλου 2022, η Κύπρος κράτησε ψηλά την αγωνιστική της αξιοπρέπεια.

Η Εθνική Κύπρου έδειξε την πειθαρχία της στο εντός έδρας 0-0 με τη Σλοβακία και αντιστάθηκε σθεναρά στο 0-1 από την οικοδέσποινα Κροατία.

Ο προπονητής Νίκος Κωστένογλου έριξε νέο αίμα στην εντεκάδα. Παίκτες που όχι μόνο δεν έχουν διεθνείς παραστάσεις αλλά ούτε και διεκδικούν το εγχώριο πρωτάθλημα. Αρκέστηκε στο ταλέντο, στο πάθος αυτών των παιδιών και στο σκεπτικό ότι «αυτούς έχουμε, αυτούς θα αξιοποιήσουμε».

Ο Λαΐφης διαπρέπει στο βελγικό πρωτάθλημα, ναι. Όπως και ο Κάστανος έχει την ιταλική εμπειρία. Ο Πιέρος Σωτηρίου σκοράρει στα βουλγαρικά γήπεδα, ο Νικόλας Ιωάννου περιμένει την ευκαιρία του στον Άρη Θεσσαλονίκης, ενώ ο Γκόγκιτς μας έρχεται από τη Σκωτία. Μα, είναι όμως πέντε, ενώ σε άλλες εθνικές οι «ξενιτεμένοι» σε προηγμένα πρωταθλήματα είναι δέκα και δεκαπέντε. Ας το λάβουμε υπόψιν και ας δώσουμε μια λογική πίστωση χρόνου στους μικρούς ή στους





νεοεμφανιζόμενους παίκτες μας. Στον Μαρίνο Τζιωνή, στον Λοΐζο Λοΐζου, στον Στέλιο Ανδρέου, στον Πάρη Ψάλτη, στον Μάριο Ηλία, στον Δημήτρη Δημητρίου, στον

• Το πάλεψε με την Κροατία αλλά μέτρησε η εμπειρία του αντιπάλου

Κωνσταντίνο Σωτηρίου και σε όποιους άλλους εμπιστευθεί ο ομοσπονδιακός τεχνικός.

Μετά τον αγώνα με την Κροατία ο προπονητής της Εθνικής Νίκος Κωστένογλου δήλωσε:

«Όταν χάνεις ένα παιχνίδι δεν μπορείς να είσαι χαρούμενος. Από την άλλη πλευρά όμως, δεν μπορώ να μην είμαι ικανοποιημένος από την προσπάθεια των παιδιών. Πραγματικά τους αξίζουν συγχαρητήρια γιατί μέσα σε λίγες μέρες έχουν διαμορφώσει μία άλλη εικόνα και έχουν στείλει αισιόδοξα μηνύματα.

Πέραν από το πρώτο παιχνίδι και σε ένα δεύτερο, αυτή τη φορά απέναντι σε μια φιναλίστ ομάδα όπως η Κροατία.Στο πρώτο ημίχρονο είχε υπεροχή ο αντίπαλος και ήταν καλύτερος, όμως μπορούσαμε να αποφύγουμε το γκολ.

Διαφορετική η εικόνα μας στο δεύτερο ημίχρονο και η ομάδα μας δεν αντιμετώπισε κανένα πρόβλημα και σιγά - σιγά κτίζει και την αυτοπεποίθηση στον τρόπο με τον οποίο θα υπάρχει μια ορθολογική ανάπτυξη. Αυτό θέλει χρόνο, αλλά κερδίζοντας αυτοπεποίθηση θα έρθει και αυτό. Θα ξεκουραστούμε γρήγορα και να προετοιμαστούμε κατάλληλα για τον επόμενο αγώνα μας».

Εθνική Ελλάδος: Όρθια και ψυχωμένη απέναντι στην πανίσχυρη Ισπανία

Ονειρεμένο ξεκίνημα στα προκριματικά του Παγκοσμίου Κυπέλλου έκανε η Εθνική ομάδα ανήμερα της εθνικής εορτής της 25ης Μαρτίου. Ελάχιστοι θα περίμεναν ότι θα μπορούσε να πάρει αποτέλεσμα απέναντι στην πανίσχυρη Ισπανία, αλλά τα κατάφερε. Το τελικό 1-1 δικαιώνει το αγωνιστικό πλάνο του Τζον Φαν Σιπ, ο οποίος κατέβασε μια ομάδα που απειλήθηκε σε λίγες περιπτώσεις από μια αναιμική Ισπανία, η οποία πλήρωσε την υπεροψία της.

Ο Μπακασέτας με πέναλτι στο 57' ήταν ο σκόρερ της γαλανόλευκης, ενώ οι γηπεδούχοι του Λουίς Ενρίκε είχαν προηγηθεί στο 33' με πολύ όμορφο γκολ του Μοράτα. Λίγα πράγματα έκαναν μπροστά οι διεθνείς μας, όμως στα μετόπισθεν παίρνουν πολύ καλό βαθμό, αφού δεν επέτρεψαν στους Ισπανούς να απειλήσουν σε πολλές περιπτώσεις τον Βλαχοδήμο. Πλέον, η Εθνική θέλει να εξαργυρώσει αυτό το αποτέλεσμα με νίκη επί της Γεωργίας στην Τούμπα (31/3).

ΑΜΥΝΘΗΚΕ ΙΔΑΝΙΚΑ ΣΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΙΣΑΩΡΟ

Απέμενε πολύς χρόνος ακόμη και ήταν δεδομένο πως η Ισπανία θα κυνηγούσε το δεύτερο γκολ και θα πίεζε την Εθνική Ελλάδος. Χρειαζόταν ψυχραιμία και απόλυτη συγκέντρωση απ' όλους για να έρθει το θετικό αποτέλεσμα. Οι Ισπανοί είχαν τη μπάλα στα πόδια τους, αλλά αυτό δεν σήμαινε πραγματική απειλή για τον Βλαχοδήμο. Το αντίθετο θα λέγαμε, αφού μέχρι το τελευταίο σφύριγμα του διαιτητή ήταν ελάχιστες οι καλές στιγμές τους στο αγώνα. Η γαλανόλευκη ομάδα απολύτως δίκαια πήρε τον βαθμό, έστω και αν δεν κατάφερε να είναι δημιουργική από τη μέση και μπροστά. Σημασία έχει όμως το αποτέλεσμα και αυτό ήρθε με τακτική προσήλωση μέχρι το τελευταίο δευτερόλεπτο. Οι γηπεδούχοι ήταν υπερόπτες το πλήρωσαν με απώλεια δυο βαθμών. Με τη λήξη της αναμέτρησης οι ποδοσφαιριστές και η τεχνική ομάδα πανηγύρισαν έξαλλα τον βαθμό της ισοπαλίας που μπορεί να αποδειχθεί υπερπολύτιμος στην προσπάθεια για πρόκριση στα τελικά του Μουντιάλ.



sel 16_Layout 1 3/30/21 11:18 AM Page 1

ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

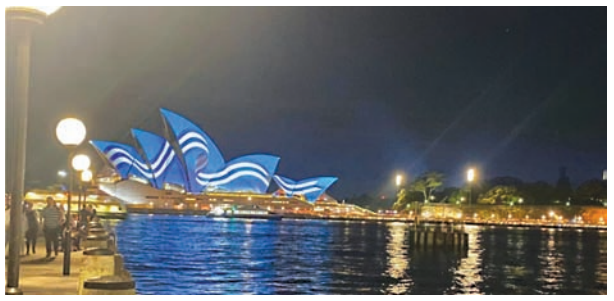
Γ. Γ. ΣΕΚ: «Γυναίκα θύμα εξύβρισης κινδυνεύει να χάσει τη δουλειά της»

Γυναίκα θύμα εργασιακού εκφοβισμού που κατάγγειλε στην Αστυνομία την παρενόχληση σε βάρος της, κινδυνεύει αυτή τη στιγμή να χάσει τη δουλειά της αφού το υφιστάμενο νομοθετικό πλαίσιο περί ίσης μεταχείρισης ανδρών και γυναικών στην απασχόληση και στην επαγγελματική εκπαίδευση δεν την προστατεύει, αποκάλυψε ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Ανδρέας Φ. Μάτσας** σε συνεδρία την (Δευτέρα 29 Μαρτίου 2021) κατ' άρθρο συζήτηση τροποποιητικού νομοσχεδίου στην Επιτροπή Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων της Βουλής. Ο κ. Μάτσας τόνισε απευθυνόμενος στις βουλευτίνες της Επιτροπής ότι «υπάρχει πρόβλημα διαχείρισης της συγκεκριμένης υπόθεσης στο Τμήμα Εργασίας λόγω του ότι δεν είναι δημόσια η εξύβριση και δεν είναι διάκριση λόγω φύλου και ζητούμε τη βοήθεια σας για να καλυφθεί το κενό που κατά τη γνώμη μας υπάρχει στη νομοθεσία».

Αναφερόμενος στον Κώδικα αντιμετώπισης της σεξουαλικής παρενόχλησης και παρενόχλησης που υπογράφηκε για τον ιδιωτικό τομέα (τον Ιούνιο 2019) από τους επικεφαλής των συντεχνιών ΣΕΚ και ΠΕΟ και των εργοδοτών ΟΕΒ και που αναμένεται να ενσωματωθεί στις συλλογικές συμβάσεις εργασίας, ο κ. Μάτσας επεσήμανε ότι «ως κοινωνικοί εταίροι έχουμε καταλήξει σε μια συμφωνία που δεν επιδέχεται καμιάς αμφισβήτησης και σε καμιά περίπτωση δεν είναι στη διακριτική ευχέρεια του όποιου εργοδότη κατά πόσο θα εφαρμόσει ή όχι τις πρόνοιες του συγκεκριμένου Κώδικα. Και είναι κρίμα πραγματικά να λαμβάνουμε πάρα πολύ συχνά καταγγελίες για σεξουαλική παρενόχληση και για εργασιακό εκφοβισμό και δυστυχώς να καταγράφεται μια σημαντική αδυναμία διαχείρισης αυτών των καταγγελιών για να στηρίξουμε τους εργαζόμενους και την ίδια στιγμή να προστατεύσουμε τους σωστούς εργοδότες». Η συνεδρία ήταν η συνέχεια συζήτησης της κοινής πρότασης νόμου των βουλευτίνων Μαριέλλας Αριστείδου, Αννίτας Δημητρίου, Ξένιας Κωνσταντίνου και Σάβιας Ορφανίδου του ΔΗΣΥ και Χριστιάνας Ερωτοκρίτου του ΔΗΚΟ που έχει στόχο την πρόληψη και καταπολέμηση της παρενόχλησης και της σεξουαλικής παρενόχλησης στους χώρους εργασίας τόσο στον δημόσιο όσο και στον ιδιωτικό τομέα.

Μάριος Δημητρίου Φιλελεύθερος

Ντύθηκε στα «γαλανόλευκα» ο πλανήτης για τα 200 χρόνια από την Ελληνική Επανάσταση



Με κάθε λαμπρότητα, τηρουμένων όλων των υγειονομικών πρωτοκόλλων, Ελλάδα και Κύπρος τίμησαν την εμβληματική επέτειο της 25ης Μαρτίου του 1821, 200 χρόνια από την κήρυξη της επανάστασης των Ελλήνων κατά του τουρκικού ζυγού ενώ 50 και πλέον χώρες του κόσμου φωταγώγησαν εμβληματικά κτίρια με τα χρώματα της ελληνικής σημαίας.

«Ανακαλούμε με συγκίνηση τον αγώνα του ελληνικού λαού» δήλωσε μεταξύ άλλων η Πρόεδρος της Δημοκρατίας Κατερίνα Σακελλαροπούλου. «Η ακτινοβολία της επετείου σε ολόκληρο τον κόσμο είναι ένα ισχυρό μήνυμα της ιστορικής μας συνέχειας και παράδοσης»

Ενώπιον της πολιτειακής και πολιτικής ηγεσίας, της Ελλάδος παρήλασαν πεζοπόρα και μηχανοκίνητα τμήματα ενώ τον δικό τους τόνο καθώς και το δικό τους μήνυμα έδωσαν τα εναέρια μέσα: «Ασπίδα η γαλανόλευκη για κάθε γωνιά του τόπου μας» είπε από τον αττικό ουρανό ο σμηναγός Δημήτρης Βολακάκης.

Τηρώντας τους υγειονομικούς κανόνες, στην εξέδρα των επισήμων βρέθηκαν, πέρα από την Πρόεδρο, τον πρωθυπουργό, ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας Νίκος Αναστασιάδης, ο πρωθυπουργός της Ρωσίας Μιχαήλ Μισούστιν, ο διάδοχος του βρετανικού θρόνου πρίγκιπας Κάρολος με τη δούκισσα της Κορνουάλλης και η υπουργός Αμυνας της Γαλλίας Φλωράνς Παρλί.

Σε μήνυμα του για τα 200 χρόνια από την Ελληνική Επανάσταση ο πρόεδρος Αναστασιάδης τόνισε μεταξύ άλλων: "...Εάν η δόξα θερμώση την ψυχή των Ελλήνων ποιος την νικάει;". Ανδρέας Κάλβος».

√ «...Εάν η δόξα θερμώση την ψυχή των Ελλήνων ποιος την νικάει;»

Ανδρέας Κάλβος

Κύπρος

Στη Λευκωσία, η δοξολογία για την εθνική επέτειο έγινε στον Ιερό Ναό Παναγίας Φανερωμένης, ενώ ακολούθησε κατάθεση στεφάνων στο Μαυσωλείο των ηρώων του 1821.



Χοροστάτησε ο Αρχιεπίσκοπος Κύπρου, Χρυσόστομος στην παρουσία του Προεδρεύοντος της Δημοκρατίας, Προέδρου της Βουλής, Αδάμου Αδάμου, του υπουργού παιδείας και αρχηγών ή εκπρόσωπων κομμάτων. Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε ο Πρεσβευτής της Ελλάδος στην Κύπρο Θεοχάρης Λαλάκος ο οποίος τόνισε πως «Ελλάδα και Κύπρος, σε αρραγές εθνικό μέτωπο, θα συνεχίσουν να εργάζονται από κοινού, με ειλικρινή βούληση και καλή πίστη, για την επίλυση του Κυπριακού. Από την πλευρά του ο προεδρεύων της δημοκρατίας Αδάμος Αδάμου, εξήρε την αυτοθυσία των Κυπρίων αγωνιστών κατα την επανάσταση.

Χρέος μας προς τον τόπο και τους συμπατριώτες μας είναι να συνεχίσουμε και να εντείνουμε τις προσπάθειες για μια δίκαιη και βιώσιμη λύση του Κυπριακού που θα διασφαλίζει τις βασικές ελευθερίες και δικαιώματα, επεσήμανε ο Προεδρεύων της Κυπριακής Δημοκρατίας, Αδάμος Αδάμου.

ΣΕΚ

ΧΑΙΡΕ, Ω ΧΑΙΡΕ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ". Ένα Έθνος που Δοξάζει, Υμνεί και Χαιρετά τη Λευτεριά, προσδίδοντας της ανθρώπινη μορφή, "Κόρη Πανώρια θα σου πω" και ταυτιζόμενο με όλα όσα πρεσβεύει αυτή η αξιακή έννοια, θα μεγαλουργήσει, τόνισε σε μήνυμα του ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ Ανδρέας Φ. Μάτσας για τα 200 χρόνια από την κήρυξη της Ελληνικής Επανάστασης. Το Κίνημα της ΣΕΚ τιμώντας το 1821 έχει προβεί σε επετειακή έκδοση της Εργατικής Φωνής, ανάρτησε μεγαλεπήβολο πανό στο οίκημα της ενώ έγινε έπαρση της Ιστορικής σημαίας των Κυπριών αγωνιστών που συμμετείχαν ενεργά στην Ελληνική Επανάσταση και η οποία κυματίζει στο προαύλιο της ΣΕΚ.

Αυξάνονται οι ποινές για ενδοοικογενειακή βία

Στο στάδιο μελέτης για αύξηση των ποινών του Ποινικού Κώδικα στις περιπτώσεις αδικημάτων βίας και κακοποίησης, που συχνά εμφανίζουν έμφυλη διάσταση, ώστε να ενισχυθεί ο αποτρεπτικός τους χαρακτήρας, βρίσκεται το Υπουργείο Δικαιοσύνης», τόνισε η υπουργός Δικαιοσύνης, **Έμιλυ Γιολίτη.**

Όπως επισήμανε η υπουργός Δικαιοσύνης το νομοσχέδιο ενσωματώνει τις πρόνοιες της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης, μια Σύμβαση που αποτελεί διεθνώς το πρώτο νομικά δεσμευτικό κείμενο, το οποίο ετοιμάστηκε από το Συμβούλιο της Ευρώπης σε μια προσπάθεια ολιστικής αντιμετώπισης της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας. Σύμφωνα με το νομοσχέδιο, καταδικάζονται όλες οι μορφές έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας, ενώ προστίθενται και νέα αδικήματα όπως είναι η οικονομική και ψυχολογική βία.

Απογοήτευση Ευρωπαϊκών Συνδικάτων:

Το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο δεν καταδίκασε την Τουρκία για τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης

Την έντονη απογοήτευση τους εξέφρασαν τα Ευρωπαϊκά Συνδικάτα (ETUC) δια στόματος του γενικού γραμματέα Louca Visentini για το γεγονός ότι το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο δεν καταδίκασε την απόσυρση της Τουρκίας από τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης για τη βία κατά των γυναικών αλλά και για την καταπάτηση βασικών ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Εξέφρασε παράλληλα τη λύπη του που λόγω οικονομικών συμφερόντων το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο εξακολουθεί να πιστώνει την τουρκική κυβέρνηση, η οποία συνεχίζει απροκάλυπτα να επιτίθεται στα ανθρώπινα δικαιώματα, τους εργαζομένους και τα συνδικαλιστικά δικαιώματα στην Τουρκία.

Απαίτησε δε από τους ευρωπαίους ηγέτες να δεσμευτούν για την πλήρη εφαρμογή του Ευρωπαϊκού Πυλώνα των Κοινωνικών Δικαιωμάτων στην επικείμενη Διάσκεψη Κορυφής του Πόρτο, και να διασφαλίσουν ότι η κοινωνική διάσταση αποτελεί αναπόσπαστο μέρος των Σχεδίων Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας, της οικονομικής διακυβέρνησης της ΕΕ και της Διάσκεψης για το μέλλον της Ευρώπης.

Χαιρέτισε τέλος ότι οι ευρωπαίοι ηγέτες έχουν υπογραμμίσει την ανάγκη διασφάλισης δίκαιων συνθηκών εργασίας στην ψηφιακή οικονομία, απαιτώντας από τα κράτη μέλη να δεσμευτούν για την εφαρμογή κοινοτικών και εθνικών νομικών πλαισίων διασφαλίζοντας δίκαιες συνθήκες εργασίας στην πράξη και καθολική πρόσβαση στα κοινωνικά δικαιώματα, προώθηση μέτρων κοινωνικής προστασίας προστασία της απασχόλησης σε εργαζόμενους πλατφόρμας και σε όλους τους εργαζόμενους στην άτυπη απασχόληση..