ERG_1-1_inn_1 9/22/15 11:08 AM Page 1

ΣΕΚ 1944

# Εργατική Φωνή

ITUC CSI IGB | SYNDICAT EUROPEEN TRADE UNION

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΤΕΤΑΡΤΗ 23 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2015

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2874
ΤΙΜΗ 0.68€(£ 0.40)

## ΚΑΘΑΡΗ ΕΝΤΟΛΗ ΠΗΡΕ Ο Α. ΤΣΙΠΡΑΣ

Καθαρή ισχυρή εντολή έδωσε ο Ελληνικός λαός στον Αλέξη Τσίπρα, με σκοπό να απαλλάξει τη χώρα από τη φαυλότητα και το παλαιοκομματικό κατεστημένο της διαπλοκής και της διαφθοράς. Ορκίστηκε προχθές Δευτέρα, σχηματίζοντας κυβέρνηση πλειοψηφίας με τους «Ανεξάρτητους Έλληνες» του Πάνου Καμένου.

Θετικά ήταν τα μηνύματα των Ευρωπαίων ηγετών καλώντας τον Α. Τσίπρα να υλοποιήσει το πρόγραμμα των μεταρρυθμίσεων που συνομολόγησε με τους Εταίρους. Το μέγα στοίχημα της νέας κυβέρνησης είναι να βγάλει την Ελλάδα από τη βαθιά οικονομική ύφεση μέσω της εφαρμογής του Μνημονίου με την Τρόϊκα.

Στις εκλογές της Κυριακής ο ΣΥΡΙΖΑ, πήρε 35.46% και 145 έδρες και οι ΑΝ.ΕΛ. 3.69% και 10 έδρες. Δεύτερο κόμμα ανεδείχθη η «Νέα Δημοκρατία» με 28%. Στη Βουλή εισήλθαν οκτώ κόμματα. Έμεινε έξω η ΛΑ.Ε. του Παναγιώτη Λαφαζάνη και της Ζωής Κωνσταντοπούλου που εκθεμελίωσαν την προηγούμενη Κυβέρνηση Τσίπρα με φόντο το Μνημόνιο.



## ΑΙΧΜΑΛΩΤΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ 1 ΣΤΟΥΣ 4 ΕΥΡΩΠΑΙΟΥΣ

Στα 20 δις ευρώ υπολογίζεται το ετήσιο οικονομικό κόστος του εργασιακού άγχους στην Ευρώπη. **(Σελ. 8)**

● Σε κωματώδη κατάσταση ο τομέας της Δημόσιας υγείας

# ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΓΙΑΤΡΕΙΑ Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΓΕ.Σ.Υ.

● Εστίες σήψης, διαφθοράς και διαπλοκής ταλανίζουν τον τομέα της υγείας



Ο ετοιμοθάνατος τομέας της δημόσιας υγείας εκπέμπει σήμα κινδύνου αναζητώντας επειγόντως τη διάσωση του. Μοναδική συνταγή θεωρείται η τάχιστη εφαρμογή του Γενικού Σχεδίου Υγείας υπό την μονασφαλιστική του μορφή με αναβαθμισμένο το ρόλο των εμπλεκομένων φορέων και του Οργανισμού Ασφάλισης Υγείας (ΟΑΥ).

Η «μαύρη λίστα» με τους 14.000 ασθενείς που αναμένουν για μήνες το «άγιο φως» της μαγνητικής τομογραφίας (MRI), οι ατελείωτες ουρές στα δημόσια νοσηλευτήρια και οι εστίες διαφθοράς που περι-

**✔ ΣΕΚ: Ο υπουργός Υγείας να παραμείνει όρθιος για να ταράξει τα λιμνάζοντα νερά που εκπέμπουν βρώμα και δυσοσμία**

στοιχίζουν το νευραλγικό τομέα της υγείας, ανησυχούν βαθύτατα τη ΣΕΚ. Ο γ.γ. της ΣΕΚ **Νίκος Μωϋσέως** με δηλώσεις του στην «Ε.Φ.» καλεί τον υπουργό Υγείας **Γιώργο Παμπορίδη** να παραμείνει όρθιος στις επάλξεις για να ταράξει τα λιμνάζοντα νερά οδηγώντας τον τομέα της υγείας σε κάθαρση.

Τα τελευταία αλγεινά περιστατικά που προκάλεσαν «σοκ» σε όλους μας, δεν επιτρέπεται να μας αφήνουν αδιάφορους, σημείωσε. Είναι ευθύνη του υπουργού να συγκρουσθεί με τα διαπλεκόμενα συμφέροντα που λυμαίνονται το χώρο της υγείας σε βάρος των μη προνομιούχων στρωμάτων του πληθυσμού από τη μια και των φορολογουμένων πολιτών από την άλλη.

Η ΣΕΚ, ως το μεγαλύτερο Κίνημα του τόπου, θα σταθούμε εμπράκτως στο πλευρό του υπουργού και γενικότερα της πολιτείας, στην πελώρια προσπάθεια για να διασωθεί το ταχύτερο ο τομέας της υγείας. Η εικόνα της Κύπρου στον τομέα της υγείας είναι τριτοκοσμική και μας προσβάλλει ως χώρα, ως κοινωνία και ως λαό. Ήρθε η ώρα όλοι, κυβέρνηση, βουλή και εμπλεκόμενοι φορείς να αναλάβουν τις ευθύνες τους ώστε η Κύπρος να αποκτήσει το συντομότερο δυνατό, σύγχρονο σύστημα ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης που να καλύπτει το σύνολο του πληθυσμού, στο πλαίσιο του ΓΕ.Σ.Υ., υπογράμμισε ο γ.γ. της ΣΕΚ.

Σε πρόσφατη συνάντηση της ηγεσίας της ΣΕΚ με τον υπουργό Υγείας τονίσθηκε η ανάγκη ειλικρινούς συνεργασίας για υλοποίηση του ΓΕΣΥ με κορωνίδα την προστασία της υγείας του ανώνυμου πολίτη.

**• Σε συνέντευξη του στην Κυριακάτικη έκδοση της εφημερίδας «Ο ΦΙΛΕΛΕΥΘΕΡΟΣ», ο υπουργός Υγείας ζήτησε τη βοήθεια του Γενικού Εισαγγελέα και του Γενικού Ελεγκτή για να οδηγήσει σε κάθαρση τον χώρο της υγείας.**

## Έντονη ανησυχία για τους ανείσπρακτους φόρους

Σε μια εποχή δύσκολη που η Κυπριακή Δημοκρατία και η οικονομία της βρίσκεται σε μνημόνιο με την Τρόικα, η Κύπρος χρειάζεται και το τελευταίο ευρώ για να επιβιώσει και να ορθοποδήσει. Γι' αυτό ακριβώς το λόγο δεν είναι ορθό να υπάρχουν καθυστερημένοι φόροι που ξεπερνούν κατά πολύ το ένα δισεκατομμύριο.

Το θέμα επανήλθε εκ νέου στην επικαιρότητα με αφορμή στοιχεία που δόθηκαν αρμοδίως στη δημοσιότητα από τα οποία προκύπτει ότι, χιλιάδες εταιρείες δεν πλήρωσαν το φόρο ακίνητης ιδιοκτησίας για τα έτη 2013 - 2014. Συνολικά οι ανείσπρακτοι φόροι ακινήτων για την πιο πάνω περίοδο ανέρχονται στο €47.7 εκατ. Πέραν τούτου, με βάση επίσημα αριθμητικά στοιχεία που περιλαμβάνονται στην ετήσια έκθεση της Ελεγκτικής Υπηρεσίας για το 2013, προκύπτει το συμπέρασμα πως, οι ανείσπρακτοι καθυστερημένοι φόροι του Τμήματος Εσωτερικών Προσόδων και του ΦΠΑ ανέρχονται στα €721.99 είναι και €421.20 εκατ. αντίστοιχα.

Δυστυχώς στην ίδια έκθεση προκύπτει πως στις 31.12.2013 εκκρεμούσε η είσπραξη €134.90 εκατ. που είχαν επιδικασθεί προς όφελος του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων και άλλων ταμείων, όπως είναι π.χ. το Κεντρικό Ταμείο Αδειών, το Ταμείο Αμυντικής Θωράκισης, το Ταμείο Κοινωνικής Συνοχής κ.λ.π.

Το τραγικό στην όλη ιστορία είναι το γεγονός ότι,

**● Η κυβέρνηση να εκπονήσει οδικό χάρτη που θα φέρει στα δημόσια ταμεία πέραν του €1.5 δισ.**

χρόνο με το χρόνο οι ανείσπρακτοι καθυστερημένοι φόροι αυξάνονται σε ποσοστά που κάποτε ξεπερνούν το 33% (π.χ. ΦΠΑ από το 2012 στο 2013).

Η ΣΕΚ εκφράζει την ανησυχία της γι' αυτή την απαράδεκτη κατάσταση και καλεί την κυβέρνηση στο σύνολο της να εκπονήσει σε συνεργασία με τα αρμόδια τμήματα, τη Γενική Εισαγγελία, την αστυνομία και την Ελεγκτική Υπηρεσία ένα αυστηρό οδικό χάρτη για είσπραξη όλων των πιο πάνω ποσών.

Μια ανάλογη προσπάθεια που έγινε από την προηγούμενη κυβέρνηση είτε δεν απέδωσε τα αναμενόμενα είτε παραπέμφθηκε στις Ελληνικής καλένδες.

Αυτή την ώρα η ενίσχυση των δημόσιων Ταμείων με ένα ποσό που αγγίζει σχεδόν το €1,5 δισ. θα αναζωογονήσει την οικονομία και τον τόπο και θα ελαχιστοποιήσει την εξάρτηση της Κύπρου από το Μνημόνιο και την Τρόικα. Η είσπραξη αυτών των οφειλών που ξεπερνά τα όρια της παρανομίας, θα αποκαταστήσει το περί δικαίου αίσθημα των μισθωτών πολιτών, που είναι οι μόνοι σε αυτό τον τόπο που έγκαιρα εκπληρώνουν τις φορολογικές τους υποχρεώσεις προς το κράτος.

Εν κατακλείδι απόλυτα και συμπερασματικά η ευρωστία των κρατικών ταμείων δεν μπορεί να επέλθει μόνο μέσα από τη μείωση των μισθών και των άλλων ωφελημάτων που απολαμβάνουν οι εργαζόμενοι, αλλά κυρίως μέσα από την πραγματική πάταξη της φοροδιαφυγής και την αποτελεσματική είσπραξη των καθυστερημένων φόρων.

## ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

ERG_2-2_inn_4 9/22/15 11:07 AM Page 1



## Τα σύγχρονα φέουδα της Κύπρου

Η Κύπρος του 21ου αιώνα έχει μετατραπεί σε ένα απέραντο φέουδο. Από το 1960 που απέκτησε την ανεξαρτησία της, στο εύφορο έδαφος της φυτρώνουν μικρά και μεγάλα φέουδα, τα οποία συναποτελούν το απέραντο σημερινό φέουδο. Οι φεουδάρχες, επιτήδειοι και ξύπνιοι, ρίχνουν κοκκαλάκια στους δουλοπάροικους και έτσι ζούν όλοι ... καλά.

Τώρα όμως που τα κοκκαλάκια ξέμειναν από ψαχνό τα πράγματα άρχισαν να ζορίζουν.

Στα φέουδα της υγείας τα πράγματα έχουν προσλάβει εκρηκτικές διαστάσεις. Οι έμποροι της υγείας του λαού μπήκαν ήδη στο μάτι του κυκλώνα. Οι ουρές των κατακρεουργημένων πολιτών στα κρατικά νοσηλευτήρια είναι ατελείωτες. 14.000 ασθενείς περιμένουν στοιβαγμένοι στη σειρά του Γενικού Νοσοκομείου Λευκωσίας για να κάνουν εξετάσεις Μαγνητικής Τομογραφίας, γνωστής ως MRI. Η ταλαιπωρία των ασθενών αλλά και του νοσηλευτικού προσωπικού χαραχτηρίζεται ως δραματική.

Για να κάνεις μια εγχείριση, αν φυσικά δεν κρατάς χρήματα για να αποταθείς στον ιδιωτικό τομέα, περιμένεις μήνες ή και χρόνια. Ποιος ζεί ποιος πεθαίνει, δηλαδή. Και ούτε γάτα , ούτε ζημιά. Κανείς δεν λογοδοτεί για την τριτοκοσμική εικόνα του νευραλγικού τομέα της υγείας στην, κατευφημισμό Ευρωπαική Κύπρο. Κανείς δεν συγκινείται, εκτός φυσικά από την Τρόικα που θέλοντας να διασφαλίσει τα συμφέροντα της επέβαλε συγκεκριμένα χρονοδιαγράμματα για εφαρμογή του Γενικού Σχεδίου Υγείας, το οποίο καρκινοβατεί εδώ και δύο δεκαετίες. Οι φεουδάρχες, μικροί ή μεγάλοι, φυσικά αντιδρούν. Τα φέουδα τους και τα μάτια τους. Ο Πατσαλής, κάτι κατάλαβε κι έφυγε , πυροβολώντας με ... σφαίρες πλαστικές. Ο Παμπορίδης μόλις ανάλαβε κάτι μυρίστηκε προειδοποιώντας ότι θα συγκρουστεί μετωπικά. Κι αν αντιληφθεί ότι δεν θα τα καταφέρει θα τα βροντήξει και θα φύγει. Αφήνοντας τους φεουδάρχες της υγείας άθικτους. Και ο Θεός βοηθός. Ποιος ζεί, ποιος πεθαίνει.Το φέουδο νάναι καλά.

Μέσα στην εξαθλίωση του λαού, ευτυχώς υπάρχουν και φέουδα που ταρακουνήθηκαν. Και αυτό αποτελεί καλό σημάδι για τους δουλοπάροικους. Πρόκειται για τα φέουδα του Συνεργατισμού στα οποία κάποιοι , πάλαι ποτέ φεουδάρχες, πιάστηκαν στα δίχτυα των διωκτικών αρχών. Ευτυχώς τα φέουδα του συνεργατισμού συρρικνώθηκαν. Ας ελπίσουμεν ότι θα πληγούν και τα υπόλοιπα φέουδα που καταδυναστεύουν τον τόπο ακόμη και σε περίοδο λαϊκής εξαθλίωσης.

Ασφαλώς, προτεραιότητα έχει η απαλλαγή μας από τους φεουδάρχες του τομέας της υγείας. Γιατί είναι θέμα ζωής και θανάτου. Ο Παμπορίδης ας κάνει δεύτερες σκέψεις. Αν αγαπά τον δυστυχούντα ή καλύτερα τον ασθενούντα λαό, ας μείνει όρθιος επί των επάλξεων. Ξ.Ξ

# Η θλιβερή κατάντια του τόπου και το χρέος της κοινωνίας των πολιτών

Η κατρακύλα αυτού του δύσμοιρου τόπου δεν έχει σταματημό. Από τά τόσα πολλά που πάθαμε τις τελευταίες δεκαετίες, φαίνεται ότι τίποτα δεν μάθαμε. 41 χρόνια από την εθνική ταγωδία και τον ξεριζωμό του 1974, η λαική ομοψυχία και η εθνική ενότητα παραμένουν γράμμα κενό. Η κομματοκρατία που ευθύνεται τα μέγιστα για την θλιβερή κατάντια του τόπου ζεί και βασιλεύει, μέχρι στιγμής τουλάχιστον. Το χρηματιστηριακό έγκλημα παραμένει ατιμώρητο. Οι χαροκαμένοι συγγενείς



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

των θυμάτων της αεροπορικής τραγωδίας της ΗΛΙΟΣ και της φονικής έκρηξης στο Μαρί, ακόμη διεκδικούν δικαίωση.

Η πολιτική αγυρτεία, η πολιτειακή ανευθυνότητα και η οικονομική ασυδοσία που επέφεραν την οικονομική τραγωδία και κατεπέκταση την κοινωνική εξαθλίωση παραμένει ατιμώρητη. Το τραγικό μέσα σαυτό το θλιβερό σκηνικό είναι ότι οι πολίτες δεν αντιδρούν. Έχουν ναρκωθεί. Θέλετε η επικρατούσα εξαθλίωση, θέλετε η απογοήτευση για το απαισιόδοξο αύριο, τους έχει καθηλώσει ψυχολογικά, μετατρέποντας τους σε άβουλα όντα. Αυτό το φαινόμενο είναι άκρως επικίνδυνο γιατί σε καιρούς κρίσιμους για το κοινωνικοοικονομικό κι εθνικό μέλλον του τόπου, οι ενεργοί πολίτες λιγοστεύουν, αφήνοντας τα γεράκια της κερδοσκοπίας και του πολιτικού αμοραλισμού να δρούν ανενόχλητα

Όμως η τραγικότερη πτυχή της κατάντιας της κοινωνίας των πολιτών, απορρέει από την σχέση της με τον κατακτητή. Όμως πληροφορούμαστε, οι οικονομικές συναλλαγές των Ελληνοκυπρίων με τα κατεχόμενα και την Τουρκία πολλαπλασιάζονται. Εκαττομμύρια ευρώ ξοδεύουν οι Ελληνοκύπριοι για ψώνια, διασκέδαση και ψυχαγωγικές

**• Κοινωνικά και εθνικά κολάσιμο το φαινόμενο της οικονομικής τόνωσης του «Αττίλα»**

υπηρεσίες, συνήθως κολάσιμες, στο κατεχόμενο τμήμα της νήσου. Εκατομμύρια ευρώ δαπανώνται από Ελληνοκύπριους για διακίνηση μέσω του παράνομου αεροδρομίου της Τύμπου προς την Τουρκία. Κανείς βέβαια δεν συγκινείται. Ούτε για τις δραματικές κοινωνικοοικονομικές επιπτώσεις αυτής της συμπεριφοράς, ούτε βεβαίως για τις επικίνδυνες εθνικές της προεκτάσεις. Τα πλείστα κόμματα ενδιαφέρονται ως συνήθως για τις επόμενες εκλογές αντί για τις επόμενες γενεές, αδιαφορώντας για τα καυτά ζητήματα της καθημερινότητας. Οι πολίτες κατακρεουργημένοι κλαίνε τη μοίρα τους, ιδιάιτερα τώρα που οι τραπεζικοι εγκέφαλοι τους σύρουν στην αρένα για την περίφημη αναδιάρθρωση των δανείων επιχειρηματικών, στεγαστικών ή άλλων. Ο μπαμπούλας της πιθανής απώλειας της οικίας κατατρώει τα σωθικά του Κύπριου ο οποίος κινείται πλέον στο μονοπάτι της απελπισίας, διευκολύνοντας το έργο του συστήματος που θέλει τον πολίτη κατεστραμμένο, δηλαδή υποταγμένο.

Φρονούμεν, ότι τα πράγματα στο κοινωνικό και πολιτικό μέτωπο όπως εξελίσσονται είναι δραματικά και δεν αφήνουν ουσιαστικά περιθώρια αισιοδοξίας. Ή καλύτερα, επιτρέπουν στο υφιστάμενο κομματικό και οικονομικό κατεστημένο να συνεχίζει απρόσκοπτα την ασύδοτη πρακτική του. Μοναδικό φώς στην άκρη της σκοτεινής σήραγγας είναι η αφύπνιση του λαού ο οποίος καλείται χωρίς κομματικές παρωπίδες και κοινωνικές αποχρώσεις να βρεί τρόπους αντίδρασης στα όσα τεκταίνονται γύρω του. Καλείται η κοινωνία των πολιτών να συνασπιστεί πέραν και πάνω από ψευδεπίγραφες ιδεολογίες και κομματικέ ντιρεκτίβες να επιφέρει πλήγματα στο σάπιο κατεστημένο που λυμαίνεται τον παραγόμενο πλούτο. Με μοναδικά όπλα την τιμιότητα και την φιλοπατρία, οι ενεργοί πολίτες καλούνται να κρατηθούν όρθιοι πρωτοστατώντας στη δημιουργία μετώπου κατά της φαυλοκρατίας, του ζαμαφουτισμού και της πατριδοκαπηλίας. Με πίστη στην κοινωνική δικαιοσύνη και την ισοπολιτεία, αναζητούνται οι μορφές εκείνες που θα αμφισβητήσουν σοβαρά κι έμπρακτα το υφιστάμενο πολιτικοοικονομικό σύστημα που έσυρε τον τόπο στην άβυσσο.

# Και λεγόμαστε άνθρωποι .....;

Συνεπαρμένη μια ζωή με τα τραγούδια, πολλές φορές συνδέεις γεγονότα και καταστάσεις της ζωής, είτε αφορούν εσένα προσωπικά είτε τον κόσμο γύρω σου, με στίχους που σε σημάδευαν για μια ζωή. Στο άκουσμα λοιπόν της φρικτής και απεχθούς ενέργειας κάποιου ή κάποιων συμπολιτών μας, φυσικών ή ηθικών αυτουργών που εργάζονται στο γενικό νοσοκομείο



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

Λευκωσίας ,να ρίξουν στον κάλαθο των αχρήστων το άψυχο κορμί ενός νεκρού νεογέννητου ,οι συνειρμοί με οδήγησαν αναπόφευκτα στους στίχους του τραγουδιού του Κώστα Χατζή. Και λεγόμαστε άνθρωποι... Στίχοι που αποτυπώνουν με γλαφυρότητα την καθημερινή γύμνια της ανθρώπινης ψυχής και που αναπόφευκτα, αποτυπώνει τη σαθρή κοινωνία στην οποία ζούμε. Μια κοινωνία που την αποτελούν κάποια λεγόμενα ανθρώπινα όντα με χέρια, πόδια και ένα σύγχρονο μηχανάκι που λέγεται καρδιά και τους βοηθά να κινούνται. Γιατί όταν κάποιος προβαίνει σε τέτοια αψυχολόγητη πράξη μόνο ως ένα άψυχο ρομπότ μπορεί επιεικώς να χαρακτηριστεί.

Λένε λοιπόν οι στίχοι: *Και περπατούσα και περπατούσα,*

*κι έφτασα κάπου σε ένα σημείο κι είδα γραμμένο ,τι να πεις*

*Βρεφοκομείο η ελπίς.*

*Εκεί οι ανώνυμοι γονείς πηγαίνουν τα μωρά, κι όταν θα βγούνε στη ζωή κάποια φορά, παιδιά με δίχως όνειρα γεμάτα με ρυτίδες και μάτια θλιβερά.Και λεγόμαστε άνθρωποι με μυαλό και με αισθήματα*

*τι ειν' τα νόθα παιδιά μας μπρος τα τόσα προβλήματα*

*και λεγόμαστε άνθρωποι με μυαλό και καρδιά και πετάμε στους δρόμους τα μικρά τα παιδιά. Και προσθέτω: Και πετάμε σε καλάθους τα νεκρά τα παιδιά!!!*

Πως μπορεί λοιπόν κάποιος να λέγεται άνθρωπος, με ψυχή και αισθήματα , όταν αρπάζει στα χέρια του ένα άψυχο σώμα νεκρού νεογέννητου και να το ρίχνει σε ένα κάλαθο αχρήστων.

Πως μπορεί κάποιος να λέγεται άνθρωπος και να νοιάζεται αποκλειστικά για τα ιδιοτελή και τα προσωπικά του συμφέροντα, πατώντας επί πτωμάτων. Πως μπορεί κάποιος να λέγεται άνθρωπος και να προσπαθεί απεγνωσμένα να ανελιχθεί στο χώρο της εργασίας του, καραδοκώντας να επωφεληθεί από λάθη συναδέλφων του. Πως μπορεί κάποιος να λέγεται άνθρωπος και πίσω από κάθε του πράξη να κρύβονται ανειλικρινείς προθέσεις, δόλος, υπονόμευση, χωρίς καμιά αναστολή.

Δεν μπορεί λοιπόν σε καμιά περίπτωση να λεγόμαστε άνθρωποι με τέτοιες συμπεριφορές. Τι πρέπει να λεγόμαστε, δεν έχω ακόμη καταλήξει.

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

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

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

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

**ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ**
Ελευθερίου Βενιζέλου 24, 8021 Πάφος
Τηλ. 26-811639, 26-932293
Τηλεομοιότυπο: 26-946356,

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

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

ERG_3-3_inn_4 9/22/15 10:50 AM Page 1



**Ελάχιστο Εγγυημένο Εισόδημα**

## ΥΠΟΒΟΛΗ ΑΙΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΧΑΜΗΛΟΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΟΥΣ

Το υπουργείο Εργασίας υπενθυμίζει ότι δέχεται αιτήσεις από χαμηλοσυνταξιούχους που για ανυπέρβλητους προσωπικούς ή σοβαρούς λόγους υγείας δεν αποτάθηκαν στην καθορισθείσα ημερομηνία για Ελάχιστο Εγγυημένο Εισόδημα

Οι ανυπέρβλητοι προσωπικοί λόγοι είναι η προχωρημένη ηλικία και η διαμονή σε απομακρυσμένη περιοχή. Σοβαροί λόγοι υγείας, θεωρείται οποιαδήποτε κατάσταση που δεν επέτρεψε στον αιτητή, κατά τη διάρκεια της ορισθείσας προθεσμίας, να υποβάλει αίτηση για παροχή Ελάχιστου Εγγυημένου Εισοδήματος.

Νοείται ότι ο αιτητής δεν έχει δικαίωμα σε αναδρομική καταβολή του επιδόματος χαμηλοσυνταξιούχου. Βάσει της νομοθεσίας χαμηλοσυνταξιούχος σημαίνει τον δικαιούχο του επιδόματος χαμηλοσυνταξιούχου με βάση το Σχέδιο Ενίσχυσης των Συνταξιούχων με Χαμηλά Εισοδήματα.

**ΦΟΡΟΣ ΑΚΙΝΗΤΗΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑΣ**

## ΚΑΤΑΒΟΛΗ ΜΕΧΡΙ ΤΕΛΟΣ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ ΜΕ ΕΚΠΤΩΣΗ 20%

Έκπτωση 20% θα έχουν όσοι πληρώσουν μέχρι το τέλος Νοεμβρίου τον φόρο ακίνητης ιδιοκτησίας, είτε μέσω διαδικτύου είτε μέσω τραπεζών. Την απόφαση αυτή πήρε ομόφωνα η ολομέλεια της Βουλής την περασμένη Πέμπτη. Για όσους πληρώσουν στα ταμεία των φορολογικών γραφείων μέχρι την 30ή Νοεμβρίου η έκπτωση θα περιορίζεται στο 17,5%. Μετά την απόφαση άρχισε η διαδικασία αποστολήτων λογαριασμών σε ιδιοκτήτες ακινήτων. Μετά το τέλος της ψηφοφορίας ο Πρόεδρος της Βουλής Γιαννάκης Ομήρου ανέφερε ότι η νομοθεσία για τη φορολόγηση ακινήτων χρειάζεται εξορθολογισμό.



# Ο κατώτατος μισθός ωφελεί την οικονομία

Η ύπαρξη εθνικού κατώτατου μισθού (ΕΚΜ) σε ένα κράτος έχει σημαντική επίδραση στην προσπάθεια για μείωση της φτώχειας και στη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης εργαζομένων οι οποίοι δεν προστατεύονται από συλλογικές συμβάσεις ή που απασχολούνται στην περιφέρεια της αγοράς εργασίας.

Η θέση αυτή δεν απορρίπτεται από καμιά πλευρά των οικονομικών ή κοινωνικών επιστημών. Όμως, από αρκετά οικονομικά ινστιτούτα έχει υποστηριχθεί έντο-



Του **Μιχάλη Μιχαήλ,**
Γ.Γ. ΟΕΚΔΥ ΣΕΚ
MA International Labour Studies

να η άποψη ότι η υιοθέτηση εθνικού κατώτατου μισθού οδηγεί σε μείωση των θέσεων απασχόλησης, επειδή οι επιχειρήσεις θα μειώσουν την απασχόληση για να καλύψουν το πρόσθετο κόστος που θα προκύψει στην περίπτωση που θα εφαρμοστεί εθνικός κατώτατος μισθός.

Η πιο πάνω άποψη, έχει υιοθετηθεί και στην Κύπρο με αποτέλεσμα η χώρα μας να παραμένει η μοναδική χώρα στην Ε.Ε. όπου οι εργαζόμενοι που δεν καλύπτονται από συλλογικές συμβάσεις που συνάπτουν οι Συνδικαλιστικές Οργανώσεις με τους Εργοδότες, να μην έχουν καμιά προστασία από το κράτος και να απασχολούνται με εξευτελιστικούς μισθούς και μηδαμινά ωφελήματα. Σε 22 κράτη της ΕΕ λειτουργεί ΕΚΜ, σε 5 κράτη υπάρχουν νομοθετικές πρόνοιες όπου οι συλλογικές συμβάσεις επεκτείνονται και καλύπτουν όλους τους εργαζομένους, ανεξάρτητα αν βρίσκονται σε επιχειρήσεις όπου υπάρχει συνδικαλιστική οργάνωση και συλλογική σύμβαση ή όχι, ενώ στην Κύπρο δεν λειτουργεί κανένα προστατευτικό μοντέλο, με εξαίρεση 8 επαγγέλματα που καλύπτονται από κατώτατο μισθό.

Η άποψη της ομάδας των Οικονομολόγων ότι, ο ΕΚΜ οδηγεί σε μείωση της απασχόλησης δεν έχει καμιά ξεκάθαρη εμπειρική επιστημονική τεκμηρίωση, σε αντίθεση με την σθεναρή θέση των συνδικάτων που υποστηρίζουν ότι ο ΕΚΜ πέραν από την σημαντική επίδραση που θα έχει για αντιμετώπιση της φτώχειας, (που ιδαίτερα στον τόπο μας έφτασε σε επίπεδα ρεκόρ), είναι ένα σημαντικό εργαλείο που τονώνει τη ζήτηση στην αγορά και αυτό οδηγεί σε ανά-



**√ Μειώνει τη φτώχεια, δημιουργεί θέσεις εργασίας και ενισχύει την κοινωνική συνοχή**

καμψη της οικονομίας και δημιουργία πρόσθετων θέσεων απασχόλησης.

Το πρόσφατο παράδειγμα της Γερμανίας επιβεβαιώνει με τον καλύτερο τρόπο τις θέσεις των συνδικάτων. Στα μέσα του 2014 τα Γερμανικά Οικονομικά Ινστιτούτα προειδοποιούσαν τη Γερμανική κυβέρνηση και αρθρογραφούσαν, ότι η εισαγωγή ΕΚΜ στη Γερμανία την 01/01/2015 (€8.5 την ώρα) θα οδηγούσε σε άμεση αύξηση της ανεργίας μέσα στο 2015 με απώλεια 200,000 θέσεων εργασίας. Προς απογοήτευση των Γερμανών Οικονομολόγων, ακόμη και αυτής της Bundesbank που προειδοποίησε για αύξηση της ανεργίας από την εισαγωγή του ΕΚΜ, το αποτέλεσμα ήταν ακριβώς το αντίθετο: Η εισαγωγή του ΕΚΜ οδήγησε σε μείωση της ανεργίας, και όχι μόνο δεν χάθηκαν 200,000 θέσεις απασχόλησης αλλά μειώθηκε μέσα σε λίγους μήνες η ανεργία στη Γερμανία κατά 250,000 θέσεις.

Η εμπειρία της Γερμανίας καταδεικνύει για ακόμη μια φορά πως, ο ΕΚΜ δεν καταστρέφει θέσεις απασχόλησης αλλά υποχρεώνει τους εργοδότες να προσφέρουν αξιοπρεπείς απολαβές στους εργαζόμενους, και ενισχύουν τόσο την κοινωνική προστασία των εργαζομένων όσο και την βιωσιμότητα των κοινωνικών ταμείων του κράτους στα οποία εισφέρουν με βάση το μισθό των εργαζομένων. Αυτό σε τελική ανάλυση δημιουργεί αύξηση της ζήτησης στην αγορά, ενδυνάμωση της οικονομίας, κοινωνική προστασία, μείωση της ανεργίας και αντικατάσταση των επισφαλών θέσεων και εξευτελιστικών μισθών με αξιοπρεπείς θέσεις απασχόλησης και μισθούς.

Οι ισχυρισμοί ότι, ο Εθνικός Κατώτατος Μισθός πλήττει την Οικονομία και την Απασχόληση έχουν χρεοκοπήσει για ακόμη μια φορά. Η κυπριακή Πολιτεία και οι Εργοδότες ας αναλάβουν επιτέλους τις υποχρεώσεις τους και να κοιτάξουν στα μάτια τις δεκάδες χιλιάδες των νέων μας που απασχολούνται με πενιχρούς μισθούς και ελάχιστα εργασιακά δικαιώματα. Έτσι, θα σταματήσουμε να κατέχουμε το Ευρωπαϊκό ρεκόρ ως η μοναδική χώρα στην ΕΕ που οι εργαζόμενοι στους τομείς που δεν καλύπτονται από συλλογικές συμβάσεις είναι παντελώς απροστάτευτοι και θα υπάρξει μια ελάχιστη προστασία των εργασιακών τους δικαιωμάτων.

**Ρυθμός ΑΕΠ 1% το 2015, 1,4% το 2016, 2% το 2017 και 2,2% το 2018**

# Στον αστερισμό της ανάπτυξης η Κυπριακή οικονομία ύστερα από τέσσερα χρόνια ύφεσης

**• Σε ψηλά επίπεδα η ανεργία με τάσεις υποχώρησης**

Στον αστερισμό της ανάπτυξης εισέρχεται από φέτος η οικονομία της Κύπρου η οποία δεινοπάθησε την τελευταία τετραετία. Ο κρατικός προϋπολογισμός του 2016 που εγκρίθηκε την περασμένη Τετάρτη από το Υπουργικό Συμβούλιο περιέχει ενθαρρυντικά στοιχεία για τους θετικούς ρυθμούς ανάπτυξης, οι οποίοι επιτυγχάνονται για πρώτη φορά μετά το δεύτερο τρίμηνο του 2011.Στο σημείωμα του Υπουργείου Οικονομικών προς το Υπουργικό, σημειώνεται πως είναι πολύ πιθανό ο ρυθμός ανάπτυξης φέτος να κυμανθεί πέραν του 1%, το 2016 να ανέλθει στο 1,4%, το 2017 να επιταχυνθεί στο 2% και το 2018 στο 2,2%.Περαιτέρω βελτίωση αναμένεται το 2016 με το ποσοστό να περιορίζεται στο 15% του ενεργού οικονομικού πληθυσμού.Το δημοσιονομικό ισοζύγιο για το 2015 θα είναι ελλειμματικό και θα ανέλθει στο -0,9% του ΑΕΠ σε σύγκριση με οριακό έλλειμμα ύψους -0,2% τον προηγούμενο χρόνο, υπερκαλύπτοντας τις δημοσιονομικές δεσμεύσεις που έχουν τεθεί. Το πρωτογενές ισοζύγιο εκτιμάται πως θα είναι θετικό της τάξης του 1,9%.Το δημόσιο χρέος για το 2015 εκτιμάται να μειωθεί στο 106,3% του ΑΕΠ σε σύγκριση με ποσοστό ύψους 107,5% το τέλος του προηγούμενου χρόνου. Ο ρυθμός πληθωρισμού φέτος θα είναι αρνητικός -1,4% σε σύγκριση με -0,3% το 2014 αντικατοπτρίζοντας τη συνεχιζόμενη προσαρμογή των τιμών στις επικρατούσες οικονομικές συνθήκες καθώς και στις διεθνείς τιμές του πετρελαίου και των πρώτων υλών.

Όσον αφορά στις μεσοπρόθεσμες προοπτικές της κυπριακής οικονομίας 2016-2018, το Υπουργείο Οικονομικών αναφέρει ότι με βάση το μακροοικονομικό σενάριο αναμένεται να βελτιωθούν. Προστίθεται ότι μετά από τέσσερα χρόνια αρνητικών ρυθμών ανάπτυξης, ο χρηματοπιστωτικός τομέας έχει σταθεροποιηθεί, η άρση στη διακίνηση κεφαλαίων έχει ολοκληρωθεί επιτυχώς και η εμπιστοσύνη των επενδυτών επανέρχεται σταδιακά και σταθερά.

Οι αναπτυξιακές δαπάνες το 2016 παρουσιάζουν αύξηση 5% λόγω περίληψης νέων αναπτυξιακών έργων εξαιτίας των οικονομικών περιθωρίων που δημιουργήθηκαν ως συνέπεια της υπερκάλυψης των δημοσιονομικών στόχων και προβλέψεων.Επίσης οι δαπάνες για την εξυπηρέτηση του δημοσίου χρέους (τόκοι) προϋπολογίζονται για το 2016 να μειωθούν κατά 16% και να φθάσουν τα €576 εκατ. σε σύγκριση με €685 εκατ. το 2015 λόγω αναδιάρθρωσης του δημοσίου χρέους.

Η ανεργία παραμένει σε υψηλά επίπεδα αλλά οι τάσεις αύξησης της έχουν υποχωρήσει, ενώ η απασχόληση παρουσιάζει θετική προοπτική. Το ποσοστό ανεργίας το 2015 με βάση το κεντρικό μακροοικονομικό σενάριο που συμφωνήθηκε στα πλαίσια της 7ης αξιολόγησης του προγράμματος προσαρμογής εκτιμήθηκε ότι θα περιοριστεί οριακά στο 16% σε σύγκριση με 16,1% το 2014.

ERG_4-4_inn_4 9/22/15 10:50 AM Page 1



**Στατιστικά Στοιχεία Eurostat**

## Αυξήθηκε η απασχόληση στην Κύπρο το δεύτερο τρίμηνο 2015

Το ποσοστό της απασχόλησης στην Κύπρο κατά το δεύτερο τρίμηνο του 2015 αυξήθηκε κατά 0,1% έναντι του προηγουμένου τριμήνου και κατά 0,3%% έναντι του αντίστοιχου τριμήνου του 2014, σύμφωνα με τα στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα την περασμένη εβδομάδα η Eurostat, η στατιστική υπηρεσία της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Στην ευρωζώνη η απασχόληση αυξήθηκε κατά 0,3% και στην ΕΕ συνολικά κατά 0,2% το δεύτερο τρίμηνο του 2015 έναντι του προηγουμένου τριμήνου, ενώ συγκριτικά με το αντίστοιχο τρίμηνο του 2014 η αύξηση ήταν 0,8% και 0,9% αντιστοίχως.

Η Πορτογαλία (+1,3%) κι η Ελλάδα (+1,2%) κατέγραψαν τη μεγαλύτερη αύξηση της απασχόλησης στο δεύτερο τρίμηνο του 2015 συγκριτικά με το πρώτο, ακολουθούμενες από την Ιρλανδία και την Ισπανία (αμφότερες +0,9%), την Εσθονία (+0,8%), το Λουξεμβούργο και τη Σλοβακία (αμφότερες με +0,7%). Μείωση στην απασχόληση κατέγραψαν η Φιλανδία (-0,3%), το Ηνωμένο Βασίλειο (-0,2%), η Βουλγαρία κι η Λιθουανία (αμφότερες -0,1%).

**Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα**

## Μη ανακτήσιμες ζημιές 10,5% του ΑΕΠ για την Κύπρο, λόγω στήριξης των τραπεζών

Η κρατική παρέμβαση για διάσωση του τραπεζικού τομέα στην Κύπρο είχε ως αποτέλεσμα ζημιές για το κράτος που έφτασαν το 10,5% του κυπριακού ΑΕΠ, οι οποίες δεν μπορούν να ανακτηθούν, σύμφωνα με έκθεση της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας, η οποία χαρακτηρίζει το παράδειγμα της Κύπρου ως το «χειρότερο σενάριο».

Σύμφωνα με την έκθεση της ΕΚΤ, με τίτλο «Η δημοσιονομική επίπτωση της στήριξης του τραπεζικού τομέα στην Ευρωζώνη κατά την περίοδο της κρίσης», η Κύπρος είχε την τρίτη μεγαλύτερη δημοσιονομική επίπτωση λόγω της στήριξης του τραπεζικού της τομέα, μετά την Ιρλανδία και την Ελλάδα.

«Στο χειρότερο σενάριο, ένας περιορισμένος ρυθμός ανάκτησης (της κρατικής στήριξης) καταδεικνύει ότι οι επεμβάσεις οδήγησαν σε μεγάλες μη ανακτήσιμες ζημιές, όπως στην περίπτωση της Κύπρου, με μια διακράτηση ζημιών για την Κυβέρνηση που αντιστοιχεί στο 10,5% λόγω της αναδιάρθρωσης μιας από τις μεγαλύτερες της τράπεζες», αναφέρει η έκθεση.



Υπενθυμίζεται ότι τον Ιούνιο του 2012 η κυβέρνηση είχε εκδώσει ομόλογο (υποσχετικό πληρωμής) ύψους €1,9 δισ για στήριξη της Λαϊκής Τράπεζας. Ωστόσο, μετά τις αποφάσεις του Eurogroup το Μάρτιο του 2013 η Λαϊκή οδηγήθηκε σε εκκαθάριση, με αποτέλεσμα οι μετοχές που απέκτησε το κράτος να εξανεμιστούν. Παράλληλα περιουσιακά στοιχεία της Λαϊκής, μαζί με το κρατικό ομόλογο, μεταφέρθηκαν στην Τράπεζα Κύπρου. Μέχρι στιγμής η κυβέρνηση έχει αποπληρώσει περίπου το 1,5 δισ από το ομόλογο που μεταφέρθηκε στην Τράπεζα Κύπρου.

**Δημοσιονομικές επιπτώσεις**

Σύμφωνα με τα στοιχεία της ΕΚΤ, η μεγαλύτερη δημοσιονομική επίπτωση καταγράφηκε στην Ιρλανδία με μια συσσωρευμένη επιδείνωση του δημοσιονομικού ισοζυγίου που αγγίζει τις 25 ποσοστιαίες μονάδες του ΑΕΠ της χώρας. Ακολούθησε η Ελλάδα με 12,5%, η Σλοβενία με 12,0% και η Κύπρος με 8,5%. Το δημόσιο χρέος συνεπεία των μέτρων στήριξης του τραπεζικού τομέα αυξήθηκε κατά 4,8% του ΑΕΠ την περίοδο 2008-2014 στην Ευρωζώνη. Τη μεγαλύτερη αύξηση στο χρέος παρουσίασε η Ιρλανδία με 22,6% και ακολούθησαν η Ελλάδα με 22,2% του ΑΕΠ, η Κύπρος με αύξηση του χρέους κατά 19,4% του ΑΕΠ και η Σλοβενία με 18,2%.

# ΚΑΝΟΝΙΚΑ Η ΗΛΕΚΤΡΟΔΟΤΗΣΗ ΣΤΙΣ ΕΥΑΛΩΤΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

**Ουδέποτε ήταν πρόθεση μας να αποκοπεί η ηλεκτροδότηση σε ευάλωτες ομάδες καταναλωτών δήλωσε ο υπουργός Ενέργειας Γιώργος Λακκοτρύπης, σημειώνοντας πως το Υπουργείο του έχει ζητήσει από την ΑΗΚ να παρατείνει το προσωρινό μέτρο, ώστε να δοθεί χρόνος στους δικαιούχους να υποβάλουν σχετική αίτηση με βάση το σχετικό διάταγμα.**

Σε δηλώσεις στη Λεμεσό, στο περιθώριο του Συνεδρίου «Ναυτιλιακή Κύπρος 2015», ο κ. Λακκοτρύπης είπε πως «το Υπουργείο, μέσω ενός διατάγματος που εξεδόθη και δημοσιεύθηκε, ρυθμίζει πλέον τους ευάλωτους καταναλωτές ηλεκτρισμού και από τη στιγμή που βρίσκεται αυτό το διάταγμα σε ισχύ, η Αρχή προχώρησε στο να σταματήσει το προσωρινό μέτρο το οποίο είχε».

«Ζητήσαμε από την ΑΗΚ να παρατείνει το προσωρινό μέτρο για όσο χρειάζεται, μέχρι οι δικαιούχοι να έρθουν να εγγραφούν κάτω από το διάταγμα και ειδικά εκείνοι οι οποίοι αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας και δεν μπορεί να τους γίνει αποκοπή», είπε ο Γιώργος Λακκοτρύπης τονίζοντας πως «ουδέποτε ήταν πρόθεση να αποκοπεί το ηλεκτρικό ρεύμα

### Κατηγορίες Ευάλωτων Καταναλωτών Ηλεκτρικής Ενέργειας

Ως ευάλωτοι καταναλωτές ηλεκτρικής ενέργειας καθορίζονται οι πιο κάτω οκτώ κατηγορίες νοουμένου ότι είναι Κύπριοι πολίτες ή πολίτες άλλου κράτους μέλους ή κράτους του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου ή όσοι έχουν ίδια δικαιώματα με τους πιο πάνω, οι οποίοι διαμένουν νόμιμα στις περιοχές που ελέγχονται από την Κυπριακή Δημοκρατία.

**1. Οι δικαιούχοι Ελάχιστου Εγγυημένου Εισοδήματος** που παρέχεται από την Υπηρεσία Διαχείρισης Επιδομάτων Πρόνοιας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

**2. Οι λήπτες Δημοσίου Βοηθήματος** από τις Υπηρεσίες Κοινωνικής Ευημερίας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

**3. Πολύτεκνη ή πενταμελής οικογένεια** που παίρνει Επίδομα Τέκνου από την Υπηρεσία Διαχείρισης Επιδομάτων Πρόνοιας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων για 3 εξαρτώμενα παιδιά και πάνω και με ετήσιο μεικτό οικογενειακό εισόδημα μέχρι €51.258. Το εισοδηματικό κριτήριο των €51.258 για το ετήσιο μεικτό οικογενειακό εισόδημα αυξάνεται κλιμακωτά κατά €5.126 για κάθε πρόσθετο παιδί πέραν των τεσσάρων.

**4. Οι λήπτες Επιδόματος Βαριάς Κινητικής Αναπηρίας** από το Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με Αναπηρίες του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

**5. Οι λήπτες Επιδόματος Φροντίδας σε Παραπληγικά Άτομα** από το Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με Αναπηρίες του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

**6. Οι λήπτες Επιδόματος Φροντίδας σε Τετραπληγικά Άτομα** από το Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με Αναπηρίες του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.




**7. Οι λήπτες Χορηγίας για Τυφλούς** από το Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με Αναπηρίες του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

**8. Οι λήπτες του Επιδόματος σε Συνταξιούχους με Χαμηλά Εισοδήματα που** παρέχεται από την Υπηρεσία Διαχείρισης Επιδομάτων Πρόνοιας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων , υπό την προϋπόθεση ότι έχουν συμπληρώσει το εβδομηκοστό (70 ο) έτος ηλικίας τους και δεν συνοικούν με άλλο πρόσωπο, το οποίο δεν έχει συμπληρώσει το εβδομηκοστό (70ο) έτος ηλικίας του.



## Μέτρα προστασίας των κατηγοριών ευάλωτων καταναλωτών

### Ειδική Οικιακή Διατίμηση της ΑΗΚ με Κώδικα 08:

*Κατηγορίες 1,2,3,4,5 και 6.*

Οι δικαιούχοι που δεν είναι ήδη ενταγμένοι στην εν λόγω Διατίμηση έχουν δικαίωμα υποβολής αίτησης στην ΑΗΚ απευθυνόμενοι στα Κέντρα Εξυπηρέτησης Πελατών της ΑΗΚ. Το σχετικό έντυπο αίτησης είναι αναρτημένο στην ιστοσελίδα της ΑΗΚ www .eac.com .cy .

**Μέτρο μη-αποκοπής ή επανασύνδεσης ηλεκτρικού ρεύματος σε κρίσιμες περιόδους σε όσους από τους Ευάλωτους Καταναλωτές του Διατάγματος αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας:**

Δικαιούχοι είναι όσοι από τους ευάλωτους καταναλωτές εμπίπτουν στις κατηγορίες 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 και 8 και αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας μετά από σχετική πιστοποίηση από τον θεράποντα ιατρό τους. Οι δικαιούχοι πρέπει να υποβάλουν αίτηση στο Υπουργείο ΕΕΒ& Τ και να προσκομίζουν, μεταξύ άλλων, συμπληρωμένο από τον θεράποντα ιατρό το Ιατρικό Πιστοποιητικό, στο οποίο θα αναφέρεται η ασθένεια του αιτητή και η κρίσιμη περίοδος, για την οποία συστήνεται να εφαρμοστεί το μέτρο της μη-αποκοπής σύνδεσης ή επανασύνδεσης ηλεκτρικής ενέργειας. Το Ιατρικό Πιστοποιητικό θα αποστέλλεται από το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού στο Υπουργείο Υγείας και θα τυγχάνει αξιολόγησης από Ιατροσυμβούλιο που αφορά τη συγκεκριμένη πάθηση και το οποίο θα συσταθεί ειδικά για το σκοπό αυτό. Παράλληλα, θα ενημερώνεται με ηλεκτρονικό αρχείο η ΑΗΚ για προσωρινή εφαρμογή του μέτρου. Όταν το Ιατροσυμβούλιο εξετάσει τη σχετική αίτηση του δικαιούχου, το Υπουργείο Υγείας θα ενημερώνει το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού, το οποίο στη συνέχεια θα αποστέλλει στην ΑΗΚ αναθεωρημένο ηλεκτρονικό αρχείο με το τελικό πόρισμα του Ιατροσυμβουλίου. Οι δικαιούχοι μπορούν να απευθύνονται στο Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού, Υπηρεσία Ενέργειας, στο τηλέφωνο 22409437. Το σχετικό έντυπο αίτησης είναι αναρτημένο στην ιστοσελίδα του Υπουργείου ΕΕΒ & Τ στο σύνδεσμο: http :// www . mcit . gov . cy / mcit / mcit . nsf / All /985 E 0644 F 17 C 3 A 56 C 2257 EBD 00298 DD 2/$ file / Entyp o _ Aithshs _ mi _ apokopis _ h _ epanasundesis . doc .

ERG_5-5_inn_4 9/22/15 10:51 AM Page 1



# Μία από τις 6 πιο γηρασμένες χώρες η Ελλάδα

**Όσοι γεννήθηκαν το 2000 στην Ιαπωνία, την Νότια Κορέα, την Ελλάδα, την Ιταλία, την Πορτογαλία και την Ισπανία θα φθάσουν στα 50 τους χρόνια και θα ζουν σε κοινωνίες με υψηλά ποσοστά υπερηλίκων.**

Έως το 2050 σε αυτές τις γηρασμένες οικονομίες του κόσμου το 40% και πλέον του πληθυσμού θα ξεπερνάει τα 60 χρόνια, σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία των Ηνωμένων Εθνών.

Η εξέλιξη αυτή θέτει ένα βάρος στις επερχόμενες γενιές, οι οποίες θα κληθούν να χρηματοδοτήσουν το σύστημα πρόνοιας σε χειμαζόμενες οικονομίες με βραδεία ανάπτυξη και διογκούμενο δημόσιο χρέος. Μεταξύ των έξι ταχύτερα γηρασκουσών χωρών, η μόνη η οποία αντιμετωπίζει με σοβαρότητα αυτή την προοπτική είναι η Ιαπωνία – η τελευταία ήδη διαθέτει τον πιο γηρασμένο πληθυσμό παγκοσμίως.

φθάσει τα 2,1 δισεκατομμύρια, όταν φέτος θα ανέλθει στα 901 εκατομμύρια. Σε ποσοστό θα αυξηθούν από το 12,3% σήμερα στο 21,5% το 2050.

### Η Ελβετία είναι η καλύτερη χώρα για αξιοπρεπή γηρατειά

Το όνειρο όσων βγαίνουν στη σύνταξη είναι να περάσουν όσο πιο ωραία γίνεται την υπόλοιπη ζωή τους, χωρίς κόπο και περιττές ταλαιπωρίες. Και η αλήθεια είναι ότι υπάρχουν χώρες που πληρούν τις προϋποθέσεις αυτές. Σύμφωνα με τη νέα έκθεση της διεθνούς οργάνωσης HelpAge International, που καταρτίζει τον παγκόσμιο δείκτη Global AgeWatch Index, το καλύτερο μέρος για να ζει τη ζωή του ένας ηλικιωμένος είναι η Ελβετία και ακολουθούν από κοντά η Νορβηγία και η Σουηδία. Η Ελλάδα βρίσκεται πολύ χαμηλά, στην 79η θέση μεταξύ 96 κρατών, κάτω από χώρες όπως η Κύπρος (30), η Αλβανία



### Με τη χειρότερη ποιότητα

Σύμφωνα με την αξιολόγηση της HelpAge International για την ποιότητα ζωής των ηλικιωμένων, η Ελλάδα και η Ν. Κορέα είναι οι χειρότεροι τόποι να ζήσουν οι άνθρωποι στα 60 τους και πέραν.

Στη σχετική της έκθεση η διεθνής οργάνωση καταδεικνύει τον καταστρεπτικό αντίκτυπο της οικονομικής κρίσης του 2008 στις μεγαλύτερες γενιές και ειδικά στις σκληρά πληττόμενες χώρες της Νότιας Ευρώπης. Η Ελλάδα, η οποία κατατάσσεται πίσω από τη Βενεζουέλα και τη Νότια Αφρική, αναγκάστηκε να περιορίσει δραστικά τις συντάξεις με αντάλλαγμα πρόγραμμα σωτηρίας για την παραμονή της στο ευρώ.

Οι ουρές των εξαθλιωμένων συνταξιούχων, που περίμεναν έξω από τις κλειστές τράπεζες και με ελέγχους κεφαλαίων παράλληλα σε εφαρμογή, έγιναν το ανθρώπινο πρόσωπο της κρίσης. Η Ιαπωνία, η οποία βρίσκεται στην όγδοη θέση μπροστά από τις ΗΠΑ, φαίνεται πως ακολουθεί προοδευτικές κοινωνικές πολιτικές. Η HelpAge επισημαίνει πως από νωρίς έθεσε σε προτεραιότητα την υγεία και την εκπαίδευση και εγκαθίδρυσε σύστημα καθολικής περίθαλψης και ασφάλισης.

Βάσει των προβλέψεων του ΟΗΕ, τα προσεχή τριάντα πέντε χρόνια ο πληθυσμός των ανθρώπων οι οποίοι θα υπερβαίνουν τα 60 τους χρόνια θα (53), το Μπαγκλαντές (67), η Μογγολία (72) και η Τουρκία (75).

Ο δείκτης καταρτίζεται σε συνεργασία με το Βρετανικό Πανεπιστήμιο του Σαουθάμπτον και καλύπτει το 91% του παγκόσμιου πληθυσμού άνω των 60 ετών, δηλαδή γύρω στα 900 εκατομμύρια ανθρώπους. Όσο για το πώς γίνεται η κατάταξη των χωρών, αυτή βασίζεται σε μια αξιολόγηση των παραγόντων που επηρεάζουν την κοινωνικοοικονομική ευημερία ενός ηλικιωμένου, όπως είναι το εισόδημα, η υγειονομική περίθαλψη, η εκπαίδευση, η απασχόληση, το περιβάλλον κ.ά.

Ο επικεφαλής της μελέτης, καθηγητής Ασγκάρ Ζαϊντί, από το Κέντρο Ερευνών Γήρανσης του Πανεπιστημίου του Σαουθάμπτον είπε ότι η Ελλάδα κατέχει τη χαμηλότερη θέση στη Δυτική Ευρώπη και βρίσκεται σε παρόμοια θέση με χώρες της υποσαχάριας Αφρικής και της Ασίας, στο θέμα της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων.

Στον αντίποδα, η Ελλάδα έχει πολύ κακές επιδόσεις (91η) στον παράγοντα περιβάλλον, εξαιτίας των χαμηλών ποσοστών ικανοποίησης των ατόμων τρίτης ηλικίας από τις μεταφορές (53%), την ασφάλεια (48%) και τις ελευθερίες (39%). Βέβαια το 61% των ατόμων άνω των 50 ετών στην Ελλάδα αναφέρει ότι έχει συγγενείς ή φίλους στους οποίους μπορεί να βασιστεί σε μια ώρα ανάγκης.

# ΤΑ «ΡΟΜΠΟΤ» ΑΠΕΙΛΟΥΝ ΤΙΣ ΘΕΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

**• Κινδυνεύουν περισσότερο τα χειρωνακτικά επαγγέλματα**

Η βρετανική συμβουλευτική εταιρεία Boston Consulting Group προβλέπει ότι έως το 2025 περίπου το ένα τέταρτο των εργαζομένων θα έχουν αντικατασταθεί είτε από κάποιο «έξυπνο» λογισμικό είτε από ρομπότ.

Υπάλληλοι γραφείου που ασχολούνται με δουλειές ρουτίνας, όπως η σύνταξη εκθέσεων ή υπολογιστικών φύλλων θα μπορούσαν εύκολα να αντικατασταθούν από κάποιο λογισμικό που έχει δημιουργηθεί για αυτόν ακριβώς τον σκοπό.

Βρισκόμαστε στα πρόθυρα μιας επανάστασης στον τομέα της ρομποτικής και της τεχνητής νοημοσύνης που θα βάλει εκατομμύρια θέσεις εργασίας σε κίνδυνο και πολύ πιθανόν να απειλήσει τη συνολική οικονομική ευημερία μας.

Μια μελέτη που έγινε στις Βρυξέλλες, έδειξε ότι μεταξύ 50% και 60% των θέσεων εργασίας στις περισσότερες ευρωπαϊκές χώρες μπορούν σύντομα να αντικατασταθούν από ρομπότ, αυτοματισμούς και αλγόριθμους.

Όσοι απασχολούνται στη φροντίδα της υγείας ή τις τέχνες, όσοι έχουν υπεύθυνες διευθυντικές θέσεις και λαμβάνουν αποφάσεις, είναι δικηγόροι ή πολιτικοί μηχανικοί μπορούν να νιώθουν ασφαλείς. Σε αυτούς προστίθενται ασφαλώς όσα επαγγέλματα σχετίζονται με την υψηλή τεχνολογία, όπως οι προγραμματιστές, οι σχεδιαστές λογισμικού και οι μηχανολόγοι υπολογιστών. Την ίδια στιγμή, όμως, όσοι απλώς διεκπεραιώνουν μηχανικά καθήκοντα που δεν προϋποθέτουν ιδιαίτερη κρίση ή ευρηματικότητα και όσοι βοηθούν άλλους, χωρίς να αναλαμβάνουν πρωτοβουλία ή να παίρνουν αποφάσεις κινδυνεύουν να μείνουν άνεργοι εξαιτίας του αυτοματισμού.

Το συμπέρασμα προκύπτει από δύο έρευνες, αφενός του ομίλου Boston Consulting Group και αφετέρου του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης, που κρούουν τον κώδωνα του κινδύνου για επαγγέλματα με ελαχιστοποιημένη ή μηδενική δημιουργικότητα, όπως είναι οι απλοί πωλητές, οι δακτυλογράφοι και οι τραπεζικοί υπάλληλοι, οι χειριστές βιομηχανικών μηχανημάτων και οι υπάλληλοι ταχυδρομείου, αλλά ακόμη και οι σερβιτόροι. Σύμφωνα με την πρώτη έρευνα, σε μια δεκαετία περίπου το 25% των θέσεων εργασίας θα έχει αντικατασταθεί από ρομπότ ή από έξυπνα λογισμικά. Η δεύτερη έρευνα, εκείνη του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης, συμπεραίνει πως στα επόμενα 20 χρόνια θα έχει χαθεί το 35% των θέσεων εργασίας στη Βρετανία, καθώς θα έχουν εκτοπισθεί από τον αυτοματισμό. Η ερευνητική ομάδα εξεπόνησε, άλλωστε, διαδραστικό πρόγραμμα που δίνει στον χρήστη υπολογιστή τη δυνατότητα να ρωτήσει σχετικά με το δικό του επάγγελμα, το πόσο και το γιατί κινδυνεύει να αντικατασταθεί από ρομπότ.

Έκρινε βάσει του πόσο αναγκαίες είναι για το εκάστοτε επάγγελμα εννέα ανθρώπινες δεξιότητες: διορατικότητα σε κοινωνικά ζητήματα, ικανότητα διαπραγμάτευσης, πειθώ, ενδιαφέρον για τους άλλους, πρωτοτυπία, καλλιτεχνική φλέβα, δεξιότητα στη χρήση των χεριών, και ειδικότερα των δακτύλων, και ικανότητα για εργασία σε χώρο στον οποίο υπάρχει συνωστισμός. Προκύπτει έτσι ότι ο αυξανόμενος κίνδυνος από τα ρομπότ οφείλεται στη συνεχή βελτίωση της ικανότητάς τους για λεπτούς χειρισμούς στη χρήση και συναρμολόγηση αντικειμένου που θα τα καταστήσει σύντομα ικανά να εκτελούν όλο και πιο σύνθετες χειρωνακτικές εργασίες.

Τα στοιχεία των δύο ερευνών έρχονται να προστεθούν στην υπάρχουσα πληροφόρηση για τις θέσεις εργασίας που καταλαμβάνουν τα ρομπότ. Ορισμένες βιομηχανίες της Κίνας έχουν ήδη κατορθώσει να αυξήσουν την ανταγωνιστικότητα των προϊόντων τους αντικαθιστώντας σημαντικό τμήμα του προσωπικού τους με ρομπότ.



ERG_6-6_inn_4 9/22/15 11:01 AM Page 1



## ΚΟΤ

# ΝΑ ΠΡΟΩΘΗΘΕΙ Ο ΠΕΝΤΑΣΤΕΡΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Η Κύπρος έχει την καλύτερη ξενοδοχειακή υποδομή, που μπορούν να ζηλέψουν πολλοί τουριστικοί προορισμοί στον κόσμο, λαμβανομένου υπόψη ότι το νησί μας διαθέτει τα περισσότερα πεντάστερα ξενοδοχεία στην Ευρώπη, κατά αναλογία πληθυσμού.

Ο Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου του Κυπριακού Οργανισμού Τουρισμού (ΚΟΤ) Άγγελος Λοΐζου, τόνισε πως «έχουμε όλα τα φόντα να προσελκύσουμε όλα τα είδη τουρισμού, είτε αυτός είναι συνεδριακός, είτε ιατρικός, είτε αθλητικός τουρισμός, αφού υπερέχουμε όλων των ανταγωνιστικών μας προορισμών σε αυτόν τον τομέα.»

### Ο αριθμός ξενοδοχείων

Σύμφωνα με στοιχεία του ΚΟΤ η Κύπρος αυτή τη στιγμή διαθέτει 26 πεντάστερα ξενοδοχεία με 12.040 κλίνες, 58 ξενοδοχεία τεσσάρων αστέρων με 21.805 κλίνες, 78 ξενοδοχεία τριών αστέρων με 15.902 κλίνες, 42 ξενοδοχεία δύο αστέρων με 3.588 κλίνες και 22 ξενοδοχεία ενός αστέρος με 975 κλίνες. Το σύνολο των ξενοδοχείων με αστέρια είναι 226 με 54.310 κλίνες.

Τις περισσότερες κλίνες διαθέτει η ελεύθερη Αμμόχωστος και στη συνέχεια η Πάφος, με τη Λεμεσό να ακολουθεί. Δεν είναι, όμως, μόνο οι ξενοδοχειακές κλίνες. Η ξενοδοχειακή υποδομή επεκτείνεται σε οργανωμένα διαμερίσματα Α', Β' και Γ' τάξης, τουριστικά χωριά Α' και Β' τάξης, τουριστικές επαύλεις, παραδοσιακές οικοδομές, ξενώνες, κατασκηνώσεις και άλλα καταλύματα.

«Αναλογικά είμαστε η μόνη χώρα στην Ευρώπη που έχει τόσα πολλά πεντάστερα ξενοδοχεία. Παίρνουμε τα θετικά σχόλια από τους μεγάλους διοργανωτές ταξιδίων – οι οποίοι κάνουν διάφορες έρευνες μεταξύ των χιλιάδων πελατών τους- και λένε ότι η υποδομή μας στην Κύπρο είναι κατά παρασάγγας ανώτερη από όλους τους ανταγωνιστικούς προορισμούς. Έχουμε τα πάντα από πλευράς ξενοδοχειακής υποδομής», είπε ο κ. Λοΐζου.

### Σωστή εκπαίδευση - Εποχικότητα

Δίνουμε μεγάλη έμφαση στην επιμήκυνση της εποχικότητας, ώστε να έχουμε τουρίστες και άλλες περιόδους του χρόνου. Τα ξενοδοχεία, ανέφερε, κάνουν ό,τι είναι δυνατόν για να έχουν τουρισμό ολόχρονα. Έχουμε μια αρκετά πλούσια γκάμα καταλυμάτων για να προσελκύουμε όλα τα γούστα τουριστών, αλλά θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι ο τουρισμός έχει μεγάλη σημασία για την οικονομία του νησιού μας. Ίσως πρέπει να αρχίσουμε από το δημοτικό σχολείο να κάνουμε μαθήματα στα παιδιά, τι σημαίνει τουρισμός για τη χώρα μας. Θέλουμε να είναι εκπαιδευμένος ο κόσμος που εργάζεται στην τουριστική βιομηχανία, να προσφέρει την ανώτερη δυνατή ποιότητα, ούτως ώστε να συνεχίσουμε να προσελκύουμε ποιοτικό τουρισμό. Η Κύπρος, συγκρινόμενη με ανταγωνιστικές χώρες, προσφέρει ποιοτικότερο τουρισμό», συμπλήρωσε.

# ΤΟ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΑΙ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΟ

Νέα στρατηγική μακράς πνοής προωθεί η κυβέρνηση με κεντρικό στόχο τον ποιοτικό τουρισμό



Η κυβέρνηση χαράσσει μακροπρόθεσμη εθνική στρατηγική για τον τουρισμό, η οποία στοχεύει στην επανατοποθέτηση της Κύπρου στον τουριστικό χάρτη, εντοπίζοντας τους προορισμούς στους οποίους η Κύπρος μπορεί να ανταγωνιστεί, λαμβάνοντας υπόψη τα δικά της πλεονεκτήματα.

Η κυβερνητική πολιτική θα απαντά στα θέματα εποχικότητας, ποιότητας και πολυθεματικότητας του τουριστικού προϊόντος, τόνισε ο πρόεδρος της Δημοκρατίας **Νίκος Αναστασιάδης** μιλώντας πρόσφατα στην γενική συνέλευση του Συνδέσμου Ταξιδιωτικών Πρακτόρων. Συμπλήρωσε ότι επιδίωξη είναι «τα οικονομικά και κοινωνικά οφέλη από τον τουρισμό να διαχέονται στην κυπριακή κοινωνία, να εξασφαλίζουν νέες θέσεις εργασίας και, βεβαίως, να στηρίζουν την πραγματική οικονομία». «Δυνατή, ανταγωνιστική, εξωστρεφής».

Ο κ. Αναστασιάδης μίλησε για στοχευμένες λύσεις που προωθούνται, ενώ ανέφερε ότι η Κυβέρνηση δεν θα προσπαθήσει σε καμία περίπτωση να κρύψει ή να αγνοήσει τα προβλήματα και τις διαρθρωτικές αδυναμίες του κλάδου. Είπε ότι η προσπάθεια είναι να καταστεί η τουριστική βιομηχανία πιο δυνατή, πιο ανταγωνιστική και πιο εξωστρεφής. Η επικείμενη αδειοδότηση του καζίνο, της μαρίνας Λάρνακας, της μαρίνας Αγίας Νάπας, της μαρίνας Παραλιμνίου και η τουριστική αξιοποίηση της κρατικής περιουσίας στην περιοχή Τροόδους θα δώσουν νέα πνοή στον Κυπριακό τουρισμό.

### ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΟΙ ΠΡΑΚΤΟΡΕΣ

Ο Πρόεδρος του Συνδέσμου **Ντίνος Κάκκουρας** ανέφερε ότι η φιλοσοφία του «ήλιος και θάλασσα» δεν είναι αρκετή στα σημερινά δεδομένα τονίζοντας ότι ο σύγχρονος τουρίστας έχει πολύ περισσότερες απαιτήσεις. Γι' αυτό, συνέχισε, πρέπει να βρεθούν λύσεις στα διάφορα προβλήματα της εποχικότητας, των γηρασμένων κτιριακών υποδομών των ξενοδοχείων, της μειωμένης ανταγωνιστικότητας, της μη ικανοποιητικής εξυπηρέτησης, της έλλειψης εναλλακτικών μορφών τουρισμού, της απουσίας σύγχρονων έργων τουριστικής υποδομής, της καλύτερης αεροπορικής σύνδεσης με νέες αγορές, της αισχροκέρδειας, της ηχορύπανσης, του κρακτισμού, της ανεπαρκούς προβολής στο εξωτερικό και άλλα. Υποστήριξε ότι ο τομέας του τουρισμού χρειάζεται μια βαθιά εγχείρηση, ένα γενικό «λίφτινγκ», που θα τον καταστήσει πιο ελκυστικό για τους ξένους «οι επαγγελματίες του τουριστικού κλάδου έχουν συνδράμει στη γενικότερη προσπάθεια της πατρίδας, να κρατηθεί στα πόδια της και να επιστρέψει σταδιακά στον δρόμο της ανάπτυξης» που «υλοποιείται ήδη από φέτος».





## ΣΕΚ

### ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ Η ΣΤΡΟΦΗ ΣΤΟΝ ΠΟΙΟΤΙΚΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟ ΚΑΙ Η ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΝΤΟΠΙΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ

Επείγει η στροφή προς τον ποιοτικό τουρισμό και την προσέλκυση περισσότερων τουριστών υψηλής εισοδηματικής τάξης γεγονός που θα αποτελέσει την αιχμή του δόρατος για αύξηση του ΑΕΠ δημιουργώντας ταυτόχρονα περισσότερες θέσεις εργασίας. Αυτό θα επιτευχθεί κατά βάση με τους εξής τρόπους:

- Βελτίωση του τουριστικού προϊόντος μέσω της δημιουργίας πληρέστερων υποδομών και αναβάθμιση των καταλυμάτων .
- Εμπλουτισμό του τουριστικού προϊόντος, κυρίως μέσω της ανάδειξης του νησιώτικου χαραχτήρα της Κύπρου και της Κυπριακής υπαίθρου.
- Αναβάθμιση των προσφερομένων υπηρεσιών με αξιοποίηση του άρτια καταρτισμένου ντόπιου εργατικού δυναμικού. Αυτό είναι τεράστιο κεφάλαιο στο οποίο οι εμπλεκόμενοι φορείς πρέπει να δώσουν την αναγκαία έμφαση.
- Φιλοτέχνηση ταυτότητας του τουριστικού μας προϊόντος με βασικά συστατικά την πατροπαράδοτη Κυπριακή φιλοξενία, τη γνώση της Ελληνικής Γλώσσας από τα στελέχη της πρώτης γραμμής και την ανάδειξη της Κυπριακής γαστρονομικής τέχνης.
- Απαλλαγή από τα φαινόμενα της αρπαχτής και της αισχροκέρδειας που εκδηλώνονται σε περιόδους αιχμής, αμαυρώνοντας την εικόνα της τουριστικής Κύπρου.

ERG_7-7_inn_4 9/22/15 11:01 AM Page 1



# Πυρ ομαδόν εναντίον της απόφασης του Πανεπιστημίου Κύπρου για εισδοχή φοιτητών με GCE

Την ανάκληση της απόφασης του Πανεπιστημίου Κύπρου να εγγράψει φοιτητές για το ακαδημαϊκό έτος 2015-2016 με τη διαδικασία των «μετεγγραφών» ζητούν από κοινού ΟΕΛΜΕΚ, ΟΛΤΕΚ, Συνομοσπονδία Συνδέσμων Γονέων και Κηδεμόνων της Μέσης Εκπαίδευσης και ΠΣΕΜ.

"Οι Οργανώσεις των Εκπαιδευτικών, των Γονέων και των Μαθητών κρίνουν την πράξη των Πρυτανικών Αρχών να προβούν στις 24 Αυγούστου 2015 σε προκήρυξη διαδικασίας μετεγγραφών ως αυθαίρετη, παράτυπη και παράνομη, εφόσον αυτή έγινε χωρίς να υπάρχει οποιοδήποτε κατοχυρωμένο νομικό πλαίσιο που να επιτρέπει μετεγγραφές φοιτητών στο Πανεπιστήμιο Κύπρου με κριτήρια διεθνείς εξετάσεις και από υποψήφιους, που έχουν εξασφαλίσει θέση για φοίτηση σε πανεπιστήμια του εξωτερικού", τονίζουν σε κοινή τους ανακοίνωση.

Προσθέτουν ότι "η ενέργεια αυτή, όπως επισημάνθηκε και στην επιστολή του Υπουργού Παιδείας και Πολιτισμού ημερομηνίας 7 Σεπτεμβρίου 2015, αντιβαίνει τόσο στον περί Διεξαγωγής των Παγκύπριων Εξετάσεων Νόμο όσο και στους Περί Πανεπιστημίου Κύπρου Κανονισμό του 2006, ενώ ταυτόχρονα συνιστά προνομιακή μεταχείριση έναντι όλων των υποψηφίων οι οποίοι παρακάθισαν στις Παγκύπριες Εξετάσεις".

Επιπλέον, "κρίνεται ως απαράδεκτο να τίθενται κριτήρια εισδοχής στο Δημόσιο Πανεπιστήμιο της χώρας στα οποία να μην περιλαμβάνεται τεκμήριο γνώσης της Ελληνικής γλώσσας ισοδύναμο με αυτό του Δημόσιου Σχολείου, σε κάποια προγράμματα σπουδών να μην απαιτείται καν η γνώση της ελληνικής γλώσσας, ενώ σε άλλα να ανακοινώνεται ότι «η γνώση της Νέας Ελληνικής δεν είναι απαραίτητη".

**• Εκπαιδευτικοί, γονείς και μαθητές αντιδρούν στις μετεγγραφές Προτίθενται να προχωρήσουν σε συναντήσεις με εκπροσώπους της Πολιτείας**

"Οι περαιτέρω ενέργειες των Πρυτανικών Αρχών να προχωρήσουν στην έγκριση Κανόνων από το Συμβούλιο του Πανεπιστημίου στις 7 Σεπτεμβρίου, ενώ είχε ήδη ολοκληρωθεί η διαδικασία υποβολής αιτήσεων από τις 2 Σεπτεμβρίου και ενώ είχαν ήδη εκδηλωθεί αντιδράσεις εκ μέρους της Πολιτείας και των Οργανωμένων Εκπαιδευτικών (ΟΕΛΜΕΚ), αποδεικνύει ότι όλη η διαδικασία ήταν αυθαίρετη, παράτυπη και αντιδεοντολογική", σημειώνουν στην κοινή τους ανακοίνωση.

"Όλα τα πιο πάνω αποδεικνύουν την αυθαίρετη και αντιδεοντολογική συμπεριφορά των Πρυτανικών Αρχών του Πανεπιστημίου Κύπρου, των οποίων οι συγκεκριμένες ενέργειες έγιναν εκτός του κατοχυρωμένου νομικού πλαισίου και με παραγνώριση των διαδικασιών του διαλόγου με τους αρμόδιους θεσμικούς φορείς για θέματα που άπτονται του δημόσιου συμφέροντος", σημειώνουν Καθηγητές, Μαθητές και Γονείς.



**Ινστιτούτο Ελληνικού Πολιτισμού**

## Υποσκάπτεται το Δημόσιο Σχολείο

Το Ινστιτούτο Ελληνικού Πολιτισμού θεωρεί την αυθαίρετη απόφαση του Πανεπιστημίου αλλά και την ετσιθελική στάση του Πρύτανη για υλοποίηση της, παρά τη διαφωνία του υπουργείου Παιδείας ως συνειδητή υπόσκαψη του δημόσιου σχολείου. Παιδεία είναι βασικό αγαθό και σε καμμία περίπτωση δεν πρέπει να αφεθεί διάτρητη στους οικονομικούς κερδοσκόπους . Γιαυτό, καλείται η Κυβέρνηση η Βουλή να ενεργήσουν πάραυτα για ακύρωση της απόφασης, υπογραμμίζεται.

Ο θεσμός των Παγκύπριων Εισαγωγικών Εξετάσεων αποτελεί τον μοναδικό καθαρό δίαυλο εισδοχής στο κρατικό Πανεπιστήμιο. Η Ιδιωτική Εκπαίδευση, εάν επιθυμεί να δώσει αυτή την επιλογή διεκδίκησης θέσης στο Πανεπιστήμιο Κύπρου, ας προετοιμάσει κατάλληλα τους μαθητές της τόσο στην Ελληνική Γλώσσα όσο και στην υπόλοιπη ύλη, ώστε να ανταγωνιστούν τους μαθητές του δημόσιου σχολείου επί ίσοις όροις, κι ας μην ψάχνει παράθυρα ευνοιοκρατίας, καταλήγει η ανακοίνωση του Ινστιτούτου Ελληνικού Πολιτισμού.

# Οι αλησμόνητες πατρίδες της Μικρασίας μας εμπνεύουν και μας καθοδηγούν

**14 Σεπτεμβρίου: Ημέρα Εθνικής Μνήμης της Γενοκτονίας των Ελλήνων της Μικράς Ασίας από το Τουρκικό Κράτος**

Η14η Σεπτεμβρίου είναι Ημέρα Εθνικής Μνήμης της Γενοκτονίας των Ελλήνων της Μικράς Ασίας από το Τουρκικό Κράτος! Ως Εθνική Ημέρα καθιερώθηκε κατόπιν ομόφωνης απόφασης της Βουλής των Ελλήνων στις 24 Σεπτεμβρίου 1998.

Σκοπός της Ημέρας είναι η υπενθύμιση των δραματικών γεγονότων της γενοκτονίας και του ξεριζωμού των Ελλήνων της Μικράς Ασίας από τους Τούρκους, αποτέλεσμα των οποίων ήταν η μετατροπή των Ελλήνων της Μικράς Ασίας σε έναν λαό προσφύγων και διασποράς.

Ημέρα μνήμης για την προσφυγιά, τις λεηλασίες, τις σφαγές και τις θυσίες, ημέρα που δεν επιτρέπει να κυριαρχήσει η λήθη για την γενοκτονία των Ελλήνων της Μικράς Ασίας και που ενισχύει την ιστορική συνείδηση μας, για να παραδώσουμε αυθεντικές και αναλλοίωτες στις επόμενες γενιές τις ιστορικές μας παρακαταθήκες.

Ακόμη και μετά από την απόλυτη καταστροφή, ο πολιτισμός που αναπτύχθηκε όλα τα προηγούμενα χρόνια στα παράλια της Μικράς Ασίας, με τα έντονα χαρακτηριστικά και τα μοναδικά του στοιχεία, μεταφέρθηκε από τους Μικρασιάτες πρόσφυγες στα πάτρια

Ελληνικά εδάφη στα οποία δημιούργησαν καινούρια εστία , κουβαλώντας μαζί τους τις πικρές μνήμες τους, αλλά και τα ήθη και έθιμά τους, τις αξίες και τον πνευματικό πολιτισμό τους.

### ΑΛΗΣΜΟΝΗΤΕΣ ΠΑΤΡΙΔΕΣ ΤΜΗΜΑ ΤΟΥ ΕΘΝΟΥΣ

Η 14η Σεπτεμβρίου είναι ημέρα απόδοσης τιμής και χρέους στον μαρτυρικό Μικρασιατικό Ελληνισμό. Η ιστορία των Ελλήνων της Μικράς Ασίας είναι ανάπόσπαστο κομμάτι της Ιστορίας του Ελληνισμού που δεν παραγράφεται και δεν λησμονιέται. Θλιβερή σελίδα στην παγκόσμια ιστορία, αποτελεί η εγκληματική πράξη γενοκτονίας των Ελλήνων της Μικράς Ασίας από την τουρκική βία



και τη βαρβαρότητα. Οι Έλληνες της Μικράς Ασίας έπεσαν θύματα της τουρκικής αγριότητας και θηριωδίας, θυσιάστηκαν στο βωμό των γεωπολιτικών συμφερόντων και σκοπιμοτήτων και της αδιαφορίας των ισχυρών της γης. Καταλυτικό ρόλο βέβαια έπαιξαν οι εγγενείς αδυναμίες της Ελλάδας που προήλθαν από τον Εθνικό διχασμό.

Η αναγνώριση της γενοκτονίας την Ελλήνων της Μικράς Ασίας απαιτεί αφύπνιση της παγκόσμιας συνείδησης και εφαρμογής των οικουμενικών αρχών του δικαίου και της ηθικής. Είναι δε ευκαιρία για την Τουρκία, έστω και σήμερα, να αποδείξει το σεβασμό της στο Διεθνές Δίκαιο και την προστασία των δικαιωμάτων των λαών και των εθνοτήτων που ζουν στην επικράτεια της, αν πραγματικά επιθυμεί την ολοκλήρωση της Ευρωπαϊκής της πορείας.

Για μας τους Έλληνες, η αναγνώριση της γενοκτονίας των Ελλήνων της Μικράς Ασίας είναι χρέος εθνικό και ιστορικό. Και δίδαγμα γνώσης και μνήμης πως τα έθνη και οι λαοί που δεν γνωρίζουν και δεν μαθαίνουν από την ιστορία τους είναι καταδικασμένοι να ξαναζήσουν τις πιο τραγικές



σελίδες της ιστορικής τους πορείας. Και η ιστορία των δύσκολων χρόνων της εποχής εκείνης θα μας βοηθήσει να κατανοήσουμε τη γεωπολιτική μας θέση, τους κινδύνους, τις ευκαιρίες, αλλά και το σπουδαιότερο: τη δύναμη της εθνικής ενότητας που αποτελεί προϋπόθεση και κινητήρια δύναμη επιβίωσης και δημιουργικής πορείας του ελληνισμού στο ασταθές και δύσκολο γεωπολιτικό περιβάλλον της περιοχής που ζούμε.

Ο Μικρασιατικός πολιτισμός σε όλες του τις διαστάσεις μας εμπνέει καθοδηγώντας τον σημερινό Ελληνισμό που ζεί στην κοινωνική καθίζηση και στην πνευματική φτώχεια να ανακτήσει την παλιά του αίγλη.

### ΔΙΑΔΑΧΗ ΓΙΑ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΙΝΟΥΣ ΕΛΛΗΝΕΣ

Κάθε φορά που στη μνήμη μας, στην καρδιά μας και στα χείλη μας έρχεται η πνευματική πηγή τού Ελληνισμού, που λέγεται Μικρά Ασία, ένας βαθύς ιστορικός πόνος νοιώθουμε να διαπερνά ολόκληρο το είναι μας.

Ο Νομπελίστας Ποιητής Γιώργος Σεφέρης είπε βέβαια και έγραψε « όπου και να ταξιδέψω η Ελλάδα με πληγώνει». Η Μικρά Ασία όμως όχι μόνο μάς πληγώνει αλλά μάς συγκλονίζει και μάς εξουθενώνει. Αδυνατούμε ακόμη να το πιστέψουμε ότι ο ελληνισμός με τη μακραίωνα ιστορική του διαδρομή, με το γόνιμο πνευματικό και δημιουργικό του πνεύμα αλλά και με τις ιστορικές πληγές τού παρελθόντος, οι οποίες έπρεπε να τον είχαν διδάξει και φρονηματίσει, περιέπεσε και πάλιν « στη δολερή διχόνοια » με αποτέλεσμα τη φρικτή Μικρασιατική καταστροφή, τις τραγικές συνέπειες τής οποίας ακόμη υφίσταται ο Ελληνισμός.

Είναι χρέος των απανταχού Ελλήνων να ανατρέχουμε στις ιστορικές μας πηγές, είτε αυτές είναι σελίδες δόξας και ηρωισμού είτε είναι σελίδες γεμάτες θλίψη και πόνο, αφ' ενός μεν για να αντλούμε δύναμη από τις ιστορικές μας επιτυχίες, αφ' ετέρου δε να διδασκόμαστε από τα τραγικά λάθη τού παρελθόντος και να μην τα επαναλαμβάνουμε.

ERG_8-9_inn_8 & 9 9/22/15 11:04 AM Page 1



# ΑΙΧΜΑΛΩΤΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ

*Γράφει και επιμελείται:* ***Δέσποινα Ησαΐα***

Η Παγκόσμια οικονομική κρίση και οι συνέπειες της, όπως αύξηση της ανεργίας, οι συχνές κρούσεις εργοδοτών για αποκοπή μισθών και ωφελημάτων, οι συχνές απολύσεις και η εργασιακή ανασφάλεια που βιώνουν οι εργαζόμενοι επιδεινώνει σημαντικά τα επίπεδα άγχους στην εργασία.

**√ Η διαχείριση του άγχους αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο για τη διαφάλιση της υγείας της ασφάλειας και της ευεξίας των εργαζομένων**

Όλα τα πιο πάνω αντανακλώνται αναπόφευκτα αρνητικά στις ίδιες τις επιχειρήσεις και γενικότερα στην οικονομία, μια χώρα, η οποία προσπαθεί να ισορροπήσει πάνω σ' ένα τεντωμένο σχοινί.

Το ετήσιο οικονομικό κόστος του εργασιακού άγχους Πανευρωπαϊκά αγγίζει τα 20 και πλέον δισ. ευρώ. Ως εκ τούτου η συνεχής ευαισθητοποίηση και ευημερία εργοδοτών και εργαζομένων, για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους στην εργασία αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο πρόληψης και εκτίμησης κινδύνων με πολλαπλά οφέλη στις ίδιες τις επιχειρήσεις καθώς καισ το ανθρώπινο δυναμικό.

Στην Κύπρο πραγματοποιούνται από το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας 5000 επιθεωρήσεις τον χρόνο για την εκτίμηση κινδύνου στην εργασία. Η επιθεώρηση ελέγχει κατά πόσο στην εκτίμηση κινδύνου **περιλαμβάνεται αναφορά για τη διαχείριση του άγχους.**

Οι εργοδότες πέραν της νομικής τους ευθύνης για την εκτίμηση κινδύνων, πως ορίζει η νομοθεσία όσον αφορά τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους στην εργασία θα πρέπει να κατανοήσουν ότι η διασφάλιση ομαλών εργασιακών συνθηκών μέσα από έναν ειλικρινή και εποικοδομητικό διάλογο με τους εργαζόμενους σε σχέση με όλα τα ζητήματα που τους επηρεάζουν και τους αφορούν αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο για τη δημιουργία κατάλληλων συνθηκών που σε βάθος χρόνου θα αποφέρει σημαντικότατα οφέλη και στις δυο πλευρές.

Το εργασιακό άγχος αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις για την υγεία και την ασφάλεια που αντιμετωπίζουμε στην Ευρώπη. Αφορά περίπου έναν στους τέσσερις εργαζομένους ενώ, σύμφωνα με μελέτες, ποσοστό από 50% έως 60% του συνόλου των χαμένων εργάσιμων ημερών σχετίζονται με το εργασιακό άγχος. Το γεγονός αυτό συνεπάγεται τεράστια επιβάρυνση τόσο για την ανθρώπινη υγεία όσο και για την οικονομική επίδοση.

Το εργασιακό άγχος μπορεί να επηρεάσει οποιονδήποτε εργαζόμενο ασχέτως της θέσης του στην ιεραρχία.

**Το άγχος είναι το δεύτερο σε συχνότητα αναφερόμενο πρόβλημα υγείας και επηρεάζει ποσοστό 22% των εργαζομένων στην ΕΕ των 27.** Επιπλέον, ο αριθμός των ατόμων που πάσχουν από παθήσεις που σχετίζονται με το άγχος και προκαλούνται ή επιδεινώνονται από την εργασία αναμένεται να αυξηθεί. Ο μεταβαλλόμενος κόσμος της εργασίας θέτει ολοένα και περισσότερες απαιτήσεις στους εργαζομένους μέσα από την περικοπή προσωπικού και την εξωτερική ανάθεση, τη μεγαλύτερη ανάγκη για ευελιξία από άποψη λειτουργιών και δεξιοτήτων, την αυξανόμενη χρήση συμβάσεων εργασίας ορισμένου χρόνου, την αυξανόμενη εργασιακή ανασφάλεια και την εντατικοποίηση της εργασίας (με αυξημένο φόρτο εργασίας και μεγαλύτερη πίεση) και την κακή ισορροπία μεταξύ εργασιακού και ιδιωτικού βίου.

Το άγχος μπορεί να προκαλέσει ασθένειες και δυστυχία τόσο στην εργασία όσο και στο σπίτι. Παράλληλα μπορεί επίσης να επιβαρύνει την ασφάλεια στον χώρο εργασίας και να συμβάλει στην εμφάνιση άλλων προβλημάτων υγείας που σχετίζονται με την εργασία, όπως οι μυοσκελετικές παθήσεις. Το άγχος επηρεάζει σημαντικά τα αποτελέσματα των επιχειρήσεων.

Ο περιορισμός του εργασιακού άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων δεν απαιτείται μόνο για ηθικούς αλλά και για νομικούς λόγους. Επίσης αποτελεί σημαντικό επιχειρηματικό κίνητρο.

Το θετικό είναι ότι το εργασιακό άγχος μπορεί να αντιμετωπιστεί με εξίσου ορθολογικό και συστηματικό τρόπο όπως και τα άλλα ζητήματα υγείας και ασφάλειας. Υπάρχουν άπλετα πρακτικά παραδείγματα αντιμετώπισής του σε ολόκληρη την ΕΕ. Με τη σωστή προσέγγιση, οι εργαζόμενοι μπορούν να προστατευτούν από το άγχος.

## Ορισμός και αίτια

Ο άνθρωπος αισθάνεται άγχος όταν αντιλαμβάνεται την ύπαρξη μιας ανισορροπίας ανάμεσα στις απαιτήσεις που πρέπει να ικανοποιήσει και τους πόρους που διαθέτει για να αντεπεξέλθει στις απαιτήσεις αυτές.

Παρόλο που το άγχος είναι ψυχολογικό, επηρεάζει και τη σωματική υγεία των ανθρώπων.

## Παράγοντες

Μερικοί από τους συνήθεις παράγοντες του εργασιακού άγχους είναι η έλλειψη ελέγχου στην εργασία, οι ακατάλληλες απαιτήσεις που τίθενται στους εργαζομένους και η έλλειψη υποστήριξης από τους συναδέλφους και τη διοίκηση.

Το άγχος είναι αποτέλεσμα της ανεπαρκούς προσαρμογής μας στην εργασία μας, των κακών διαπροσωπικών σχέσεων και της ύπαρξης ψυχολογικής ή σωματικής βίας στον χώρο εργασίας, αλλά και συγκρούσεων ανάμεσα στους ρόλους μας στην εργασία και εκτός αυτής.

Ορισμένα άτομα ανταποκρίνονται καλύτερα στις αυστηρές απαιτήσεις σε σχέση με άλλα. Εκείνο που έχει σημασία είναι ο υποκειμενικός τρόπος με τον οποίο κάθε άτομο αξιολογεί την κατάστασή του. Ο βαθμός του άγχους δεν μπορεί να καθοριστεί αποκλειστικά και μόνο βάσει της κατάστασης

Το βραχυπρόθεσμο άγχος - για παράδειγμα η ολοκλήρωση μιας εργασίας εντός μιας προθεσμίας - συνήθως δεν αποτελεί πρόβλημα: αντιθέτως, μπορεί να συμβάλει στη βέλτιστη δυνατή απόδοση του ατόμου. Το άγχος συνιστά κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλεα όταν είναι παρατεταμένο.

## Συμπτώματα του εργασιακού άγχους

Ο τρόπος με τον οποίο ένα άτομο βιώνει το άγχος μπορεί να αλλάξει τον τρόπο με τον οποίο αισθάνεται, σκέφτεται ή συμπεριφέρεται. Στα συμπτώματα περιλαμβάνονται:

***Σε επίπεδο επιχείρησης:***

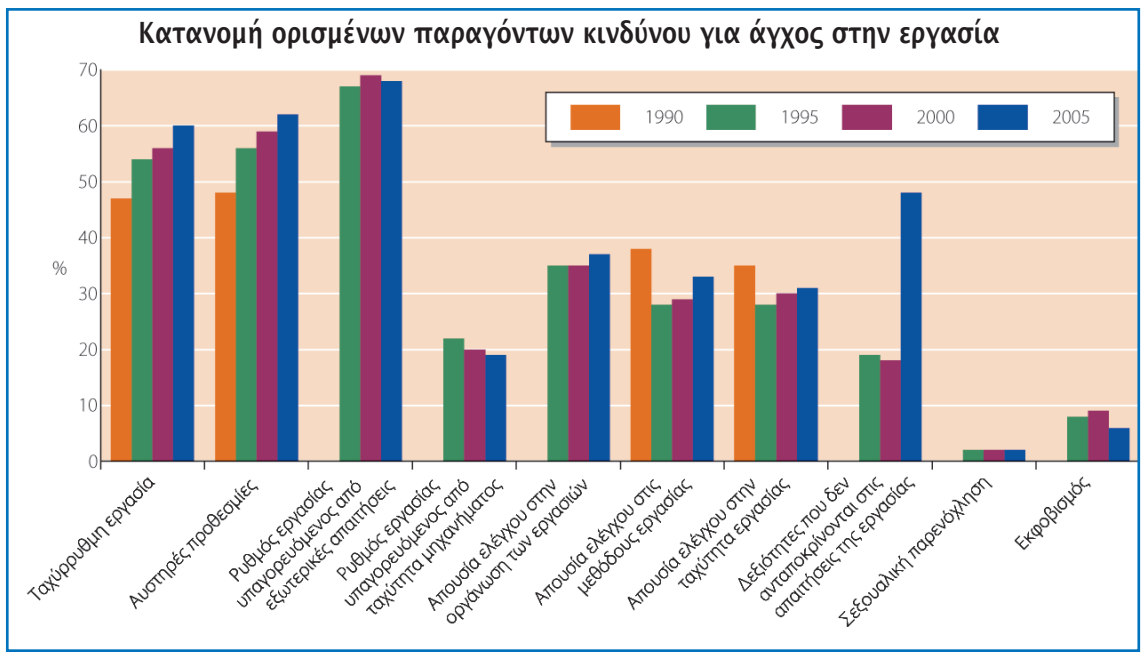
- απουσία από την εργασία, αναστάτωση προσωπικού, κακή τήρηση του ωραρίου, προβλήματα πειθαρχίας, παρενόχληση, μειωμένη παραγωγικότητα, ατυχήματα, σφάλματα και αυξημένες δαπάνες για αποζημίωση ή υγειονομική περίθαλψη.

***Σε επίπεδο ατόμου:***

- συναισθηματικές αντιδράσεις (οξυθυμία, ανησυχία, διαταραχές ύπνου, κατάθλιψη, υποχονδρία, αποξένωση, επαγγελματική εξουθένωση (burnout), προβλήματα στις οικογενειακές σχέσεις)·
- γνωστικές αντιδράσεις (δυσκολία στη συγκέντρωση, στην ανάκληση στη μνήμη, στην εκμάθηση νέων πραγμάτων, στη λήψη αποφάσεων)·
- συμπεριφορικές αντιδράσεις (κατάχρηση ναρκωτικών ουσιών, οινοπνευματωδών και καπνού· καταστροφική συμπεριφορά), και
- φυσιολογικές αντιδράσεις (προβλήματα στη σπονδυλική στήλη, εξασθενημένη ανοσία, πεπτικό έλκος, καρδιακά προβλήματα, υπέρταση).



**• Όταν η εργασία... γίνεται ασθένεια πλήττεται σημαντικά η οικονομία**




## ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ

- 1 στους 4 εργαζομένους στην Ευρωπαϊκή Ένωση υποφέρουν από εργασιακό στρες.
- Κάθε χρόνο περίπου 142.000 Ευρωπαίοι χάνουν τη ζωή τους από επαγγελματικές ασθένειες και αιτίες που σχετίζονται με αυτές.
- Έως και το 1/3 αυτών των θανάτων αποδίδεται σε επικίνδυνες ουσίες στο χώρο εργασίας.
- 60 εκατομμύρια άτομα, είναι εκτεθειμένοι σε ιδιαίτερα υψηλά επίπεδα θορύβου.
- Οι εργαζόμενοι ηλικίας 18-24 ετών έχουν τουλάχιστον 50% περισσότερες πιθανότητες να αρρωστήσουν ή να τραυματιστούν στο χώρο εργασίας.

ERG_8-9_inn_8 & 9 9/22/15 11:04 AM Page 2



# Στις προτεραιότητες της ΣΕΚ η συνεχής αναβάθμιση του βιοτικού επιπέδου των συνταξιούχων

**Η ΣΕΚ θα συνεχίσει να στέκεται αρωγός των συνταξιούχων με στόχο τη συνεχή αναβάθμιση του βιοτικού τους επιπέδου μέσα από τη δημιουργική ενασχόληση και ωφέλιμη ψυχαγωγία.**

Τη θέση αυτή διατύπωσε ο γενικός οργανωτικός της ΣΕΚ **Πανίκος Αργυρίδης** στο πλαίσιο θεσμοθετημένης εκδήλωσης που διοργανώνει κάθε χρόνο η ΣΕΚ στις εξοχικές κατοικίες της Ομοσπονδίας Οικοδόμων στα Καννάβια, στην παρουσία της ηγεσίας της ΣΕΚ και της υπουργού Εργασίας **Ζέτας Αιμιλιανίδου.**

Ο κ. Αργυρίδης απευθυνόμενος στους συνταξιούχους επεσήμανε πως η ΣΕΚ θα συνεχίσει με υπευθυνότητα και συνετή πολιτική να διεκδικεί συνεχή αναβάθμιση της κοινωνικής προστασίας και των προσφερόμενων υπηρεσιών προς τους συνταξιούχους μας.

Ο γραμματέας του Τμήματος συνταξιούχων ΠΕΣΥΣ – ΣΕΚ **Μιχάλης Ρώσσης** επεσήμανε πως το Τμήμα Συνταξιούχων θα συνεχίσει ακατάπαυστα να αγωνίζεται σθεναρά για τη συνεχή βελτίωση του βιοτικού επιπέδου των συνταξιούχων στους οποίους η κοινωνία οφείλει πολλά.

Η υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** εξέφρασε την ευαρέσκεια της για τις προσπάθειες που καταβάλλει το κίνημα της ΣΕΚ για συνεχή αναβάθμιση των υπηρεσιών προς τα μέλη της επιτελώντας κατ' αυτόν τον τρόπο μια αξιόλογη κοινωνική πολιτική.

Η κ. Αιμιλιανίδου, πρόσθεσε, δε πως οι χαμηλοσυνταξιούχοι θα επωφεληθούν σημαντικά με τη δυνατότητα που τους παρέχεται για υποβολή αίτησης για το ελάχιστο εγγυημένο εισόδημα.

Η εκδήλωση έκλεισε με τραγούδια από τη χορωδία του πολυδύναμου κέντρου του **Δήμου Στροβόλου**, ποίημα από την Μαρία Κουσιάππα και τσιατιστά από τη **Χρυστάλλα Ευσταθίου.**



**• Η ΣΕΚ θα συνεχίσει σθεναρά να διεκδικεί από τη πολιτεία να θωρακίζει, χωρίς εκπτώσεις τους συνταξιούχους**















ERG_10-10_inn_13 9/22/15 11:05 AM Page 1



# Ανδρική φόρμα

## 9 + 1 βήματα που οφείλει να ακολουθήσει κάθε άντρας για καλή υγεία και ευεξία

**Η καλή υγεία δεν είναι απλά αποτέλεσμα της τύχης και των καλών γονιδίων, είναι μια γενικότερη και καθημερινή προσπάθεια την οποία οφείλουν όλοι οι άντρες να καταβάλλουν ώστε να πετύχουν την καλύτερη λειτουργία του οργανισμού. Δείτε πιο κάτω συμβουλές υγείας, τις οποίες μπορούν να ακολουθήσουν όλοι οι άντρες.**

**Τρώτε υγιεινά.** Τρώτε καθημερινά λαχανικά, φρούτα και γαλακτοκομικά προϊόντα με χαμηλή περιεκτικότατα σε λιπαρά ώστε να λαμβάνετε όλα τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά τα οποία θα σας κρατήσουν υγιείς αλλά και θα μειώσουν τις πιθανότητες για την εμφάνιση ορισμένων ασθενειών.

**Διατηρήστε ένα υγιές βάρος.** Όντας παχύσαρκος ή υπέρβαρος αυξάνετε τις πιθανότητες εμφάνισης καρδιακών παθήσεων, εγκεφαλικού επεισοδίου, υψηλής πίεσης και διαβήτη. Επιλέγετε υγιεινά τρόφιμα και περιορίστε τις μερίδες αλλά και τις θερμίδες στα φαγητά.

**Ασκηθείτε.** Η τακτική άσκηση είναι η πιο σημαντική δραστηριότητα για να μπορέσετε να έχετε μια υγιή καθημερινότητα. Εάν δεν είστε λάτρεις του γυμναστηρίου, τότε προτιμήστε να βάλετε στην καθημερινότητά σας το περπάτημα.



**Αποφύγετε το κάπνισμα.** Το κάπνισμα συνδέεται με κάποιες κύριες αιτίες θανάτου όπως το εγκεφαλικό επεισόδιο, με προβλήματα στους πνεύμονες αλλά και καρκίνο. Συγχρόνως, αποφύγετε να είστε παθητικοί καπνιστές.

**Θυμηθείτε πάντοτε τις εξετάσεις ρουτίνας.** Ρωτήστε τον γιατρό σας πόσο συχνά οφείλετε να κάνετε εξετάσεις ρουτίνας ώστε να αποφύγετε δυσάρεστες καταστάσεις.

**Πίνετε αλκοόλ με μέτρο.** Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ συνδέεται με διάφορα είδη καρκίνου, με υψηλή αρτηριακή πίεση αλλά και με ψυχολογικά προβλήματα. Καταναλώνετε με μέτρο το αλκοόλ και «επενδύστε» σε μια υγιή καθημερινότητα.

**Διαχειριστείτε το στρες.** Το να μπορέσει κανείς να βάλει ισορροπίες στην επαγγελματική του ζωή αλλά και στην προσωπική δεν είναι μια εύκολη υπόθεση. Παρόλα αυτά σημασία έχει η σωματική αλλά και ψυχική ευεξία για αυτό οφείλετε να βρείτε τρόπους να αντιμετωπίσετε το καθημερινό άγχος. Δείτε εδώ συμβουλές για μια ζωή χωρίς άγχος.

**Κοιμηθείτε όσο περισσότερο μπορείτε.** Η έλλειψη ύπνου ενδέχεται να επηρεάσει αρνητικά την υγεία σας. Για αυτόν ακριβώς τον λόγο οφείλετε να επενδύσετε σε έναν ποιοτικό ύπνο ώστε να αποφεύγετε προβλήματα υγείας ή ατυχήματα.

**Αναγνωρίζετε τους κινδύνους.** Μάθετε πώς ο τρόπος ζωής σας ή το επάγγελμά σας μπορούν να αποτελούν κίνδυνο για την υγεία σας. Εάν εργάζεστε με χημικές ουσίες, τότε πρέπει να λαμβάνετε όλα τα προστατευτικά μέτρα. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας για να μπορέσετε να έχετε μια γενικότερη εικόνα του πως μπορεί η καθημερινότητά σας να επηρεάζει την υγεία σας.

**Παραμείνετε ασφαλείς!** Η ασφάλεια αφορά πολλούς τομείς όπως το να φοράτε τη ζώνη σας, το κράνος σας, να φροντίζετε την στοματική σας υγιεινή ακόμα και να λαμβάνετε όλα τα απαραίτητα μέτρα προστασίας κατά διάρκεια της σεξουαλικής επαφής – ιδιαίτερα όσοι δεν έχετε σταθερό ταίρι.

# Υγιεινή διατροφή
# Για να αποκτήσετε δέρμα λαμπερό!

Η φράση «είμαστε ό, τι τρώμε», δεν ήταν ποτέ πιο επίκαιρη απ' όσο είναι σήμερα. Σύμφωνα με άρθρο της Powell στο αγγλικό InStyle, μπορεί κανείς να αποκτήσει λαμπερή επιδερμίδα όχι μόνο χρησιμοποιώντας διάφορα προϊόντα ομορφιάς, αλλά με τη διατροφή και τον τρόπο ζωής.

Η σύμβουλος διατροφής προτείνει τις καλύτερες τροφές για λαμπερό δέρμα.

**Μύρτιλλα.** Πρόκειται για ένα super food, πλούσιο σε αντιοξειδωτικά. Τρώγοντας λίγα μύρτιλλα μπορούν να βοηθήσουν στην αποτοξίνωση του οργανισμού, ενώ ταυτόχρονα προστατεύουν το δέρμα από την πρόωρη γήρανση.

**Αβοκάντο.** «Θεμέλιο» για την υγεία του δέρματος είναι τα ωμέγα 9 λιπαρά οξέα, που περιέχονται στο αβοκάντο. Αυτό το φρούτο βοηθάει στην αναγέννηση του δέρματος μειώνοντας παράλληλα τους ερεθισμούς και τις κοκκινίλες.

**Αβγά.** Όσοι ακολουθούν προγράμματα διατροφής γνωρίζουν την αξία των αβγών. Τα προηγούμενα χρόνια πολλοί είχαν αφορίσει τους κρόκους, όμως είναι αυτοί που έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε βιταμίνη Α, η οποία βοηθάει στην εξισορρόπηση των ορμονών και καθαρίζει το δέρμα από ερεθισμούς.

**Νερό.** Η απλούστερη λύση, αλλά η πιο αποτελεσματική. Αν δεν είστε ενυδατωμένοι, το δέρμα σας θα το δείξει άμεσα με μία θαμπή και κουρασμένη όψη. Στόχος σας πρέπει να είναι η κατανάλωση 1,5 λίτρου την ημέρα ώστε το δέρμα σας να παραμείνει λαμπερό.

**Αγγούρι.** Πρόκειται για ένα από τα πλέον ενυδατικά τρόφιμα, αφού το αγγούρι είναι γεμάτο νερό και βοηθάει στην ενυδάτωση του δέρματος διατηρώντας το λαμπερό όλη την ημέρα.

**Χυμός λεμονιού.** Τα λεμόνια βοηθάνε στην αποβολή των τοξινών από το σώμα που έχει ως αποτέλεσμα το δέρμα σας να είναι πιο καθαρό. Ένα ποτήρι χλιαρό νερό και μια φέτα λεμόνι το πρωί είναι ο τέλειος τρόπος για να ενυδατωθεί και να καθαρίσει το δέρμα σας.

**Τα λιπαρά ψάρια.** Τα λιπαρά ψάρια, όπως σολομός, αλλά και οι ταπεινές σαρδέλες, είναι πλούσια σε ωμέγα 3, που βοηθάνε στη μείωση των φλεγμονών στο σώμα και ηρεμούν τους ερεθισμούς του δέρματος, όπως για παράδειγμα την ακμή.

**Λάδι καρύδας.** Αυτό το έλαιο αποτελείται από κορεσμένα λίπη και πρωτεΐνες, οι οποίες όχι μόνο θα βοηθήσουν στην αναζωογόνηση του δέρματος, αλλά θα το διατηρήσουν



και σφριγηλό κάνοντας την επιδερμίδα λαμπερή και δίνοντάς της μία πιο ομοιόμορφη απόχρωση.

**Μάνγκο.** Γεμάτο βήτα-καροτίνη, πρόκειται για ένα ισχυρό αντιοξειδωτικό. Το μάνγκο θα μειώσει το γήρανσης του οργανισμού και θα βοηθήσει στην αναζωογόνηση του δέρματος. Η βιταμίνη C που περιέχει θα αυξήσει την παραγωγή κολλαγόνου στο δέρμα, που συμβάλλει στην διατήρηση της ελαστικότητας του.

**Σπανάκι.** Ο βασιλιάς των πράσινων λαχανικών, περιέχει ένα ευρύ βιταμινών, ιδίως το φυλλικό οξύ, το οποίο βοηθά στην αποκατάσταση του DNA και μπορεί να βοηθήσει στη μείωση των ρυτίδων. Όλα τα λαχανικά με πράσινα φύλλα είναι καταπληκτικά για τη βελτίωση του δέρματος, έτσι αυξάνοντας την κατανάλωση τους θα δείτε τεράστια βελτίωση στο δέρμα σας.

**Αμύγδαλα.** Οι ξηροί καρποί είναι γεμάτοι από καλά λιπαρά, αλλά τα αμύγδαλα είναι ιδιαίτερα γνωστά για τα πολλά οφέλη στην υγεία. Μεταξύ των πολλών θρεπτικών συστατικών που περιέχουν είναι και η βιταμίνη Ε, που προστατεύει το δέρμα από τις βλάβες των κυττάρων και βοηθάει στην αναγέννηση.

**• Αποφεύγετε τη ζάχαρη και τα επεξεργασμένα τρόφιμα**

### ΑΠΟΦΥΓΗ

Η σύμβουλος διατροφής συνιστά να αποφεύγονται η ζάχαρη, τα επεξεργασμένα τρόφιμα και το πολύ οινόπνευμα.

# Τρώτε πολλά ψάρια
# για να καταπολεμήσετε την κατάθλιψη

Η κατανάλωση πολλών ψαριών βοηθά να μειωθεί ο κίνδυνος εμφάνισης κατάθλιψης τόσο στους άνδρες όσο και στις γυναίκες, σύμφωνα με μια νέα διεθνή επιστημονική έρευνα.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον καθηγητή Ντονγκφένγκ Ζανγκ του Τμήματος Επιδημιολογίας και Στατιστικών Υγείας του Ιατρικού Κολλεγίου του κινεζικού Πανεπιστημίου Τσινγκντάο, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο ιατρικό περιοδικό «Journal of Epidemiology and Community Health», μελέτησαν στοιχεία



(μετα-ανάλυση) από 26 έρευνες, οι οποίες έγιναν μεταξύ 2001-2014 και συνολικά αφορούσαν πάνω από 150.000 άτομα από όλες τις ηπείρους.

Η ανάλυση έδειξε ότι όσοι τρώνε τα περισσότερα ψάρια, έχουν κατά μέσο όρο 17% μειωμένο κίνδυνο για κατάθλιψη, σε σχέση με όσους τρώνε τα λιγότερα ψάρια μέσα στην εβδομάδα. Η συσχέτιση είναι πιο ορατή στην Ευρώπη. Η μείωση του κινδύνου κατάθλιψης χάρη στα ψάρια είναι ελαφρώς μεγαλύτερη στους άνδρες (20%) από ό,τι στις γυναίκες (16%).

Από κατάθλιψη πάσχουν περίπου 350 εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως και έως το 2020 αναμένεται να είναι η δεύτερη σημαντικότερη αιτία κακής υγείας παγκοσμίως.

Τα ωμέγα 3 λιπαρά οξέα που υπάρχουν στα ψάρια, μπορούν να επιδράσουν στη δραστηριότητα ζωτικών ουσιών του εγκεφάλου, των νευροδιαβιβαστών, όπως η ντοπαμίνη και η σεροτονίνη, που αποτελούν, άλλωστε, και τους βασικούς στόχους των αντικαταθλιπτικών φαρμάκων.

Επιπλέον, οι πρωτεϊνες, οι βιταμίνες και τα μέταλλα που υπάρχουν στα ψάρια, επίσης βοηθούν στην μείωση του κινδύνου για κατάθλιψη. Γενικότερα, η κατανάλωση πολλών ψαριών αποτελεί ένδειξη μιας υγιούς διατροφής.

ERG_11-11_inn_8 & 9 9/22/15 11:05 AM Page 1



# Μικρά μυστικά για να προωθήσετε την ανέλιξη σας

Στην εποχή της κρίσης, οι θέσεις εργασίας είναι λίγες και η καλή δουλειά από μόνη της δεν αρκεί. Είναι ανάγκη να διαφημίζουμε τους εαυτούς μας και να αντιμετωπίζουμε τη σταδιοδρομία μας σαν ένα προϊόν που χρειάζεται προώθηση και υποστήριξη. Πώς μπορούμε όμως να το πετύχουμε αυτό χωρίς να φαίνεται ότι κάνουμε υπερβολική αυτοπροβολή; Με τη συμπεριφορά μας, τη στάση μας, τις απόψεις και τη διορατικότητά μας.



### Δύο μυστικά για τη σωστή προβολή σας

Το πρώτο μυστικό είναι η **αυθεντικότητα**. Η εικόνα που προβάλετε και το μήνυμα που εκπέμπετε πρέπει να αντανακλά τον αληθινό σας εαυτό. Δημιουργήστε το σήμα κατατεθέν σας, βρείτε τα «συστατικά» που σας κάνουν διαφορετικούς και φτιάξτε το brand σας.

Το δεύτερο μυστικό είναι η **ένταση της προβολής** σας. Πρέπει να συμβαδίζει με το χαρακτήρα σας ώστε να νιώθετε άνετα. Αν είστε πομπώδης και σας αρέσει να επιδεικνύετε τα προτερήματά σας, τέλεια!!! Αν όμως είστε από τη φύση σας άνθρωπος μετριόφρων δεν θα αισθάνεστε άνετα αν «παραπουλάτε» τον εαυτό σας. Βρείτε το σωστό tone of voice και μείνετε σε αυτό. Το μήνυμά σας πρέπει να είναι σταθερό αλλά πρέπει επίσης να προσαρμόζεται στο κοινό σας.

**√ Οι εποχές όπου χτυπούσε ξαφνικά το τηλέφωνο και σας έκαναν μια νέα επαγγελματική πρόταση έχουν περάσει ανεπιστρεπτί**

Προβάλετε διαφορετικά χαρακτηριστικά του ονόματος (brand) σας σε διαφορετικούς ανθρώπους ανάλογα με τις ανάγκες τους.

Πρέπει να είστε συνέχεια «εγώ, εγώ, εγώ...»; Όχι! Απλά πρέπει να κάνετε τους άλλους να σας θυμούνται, εννοείται φυσικά με έναν θετικό τρόπο. Ο καλύτερος όμως τρόπος για να σας θυμούνται είναι να λένε οι άλλοι καλά λόγια για σας. Τίποτα δεν συγκρίνεται με τη θετική γνώμη που μπορεί να εκφράσει κάποιος πελάτης σας στους άλλους.

**Δημοσιότητα:** Γράψτε άρθρα σε περιοδικά, επικοινωνήστε τις απόψεις σας μέσα από τον κλαδικό τύπο, ξεκινήστε ένα blog, κάντε ομιλίες σε κολέγια και ημερίδες, δημοσιεύστε εργασίες. Όλα αυτά μιλούν για σας.

**Μικρή ιστοριούλα:** Αντί να μιλήσετε για τον εαυτό σας, πείτε μια ιστορία για κάποιο πελάτη σας και πως τον βοηθήσατε να λύσει το πρόβλημά του. Έτσι θα περάσετε διακριτικά τα προσόντα σας χωρίς να φαίνεστε αλαζονικοί.

**Βιογραφικό:** Δεν χρειάζεται να είστε καλλιτέχνης για να έχετε portfolio. Συγκεντρώστε άρθρα, αναφορές σε περιοδικά, φωτογραφίες, βραβεία και άλλα αποδεικτικά στοιχεία των επιτευγμάτων και των επιτυχιών σας σε μία παρουσίαση ή στον προσωπικό σας ιστοχώρο. Έτσι δεν θα χρειάζεται να πουλήσετε εσείς τον εαυτό σας. Τα γεγονότα θα μιλούν από μόνα τους.

**Μιλήστε ανοιχτά για τις επιτυχίες σας:** Μόλις κλείσατε μια καλή συμφωνία για την εταιρία; Βρήκατε ένα πιο φθηνό τρόπο να κάνετε μια εργασία; Ανακαλύψατε μια καινοτομία που μπορεί να αποφέρει κέρδη στην επιχείρηση; Διαδώστε το και μην περιμένετε από τους άλλους να το κάνουν.

**Δείξτε ενθουσιασμό:** Όλοι οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να πιστέψουν σε κάτι και ελκύονται από καταστάσεις και πρόσωπα που έχουν θετική ενέργεια. Ο αληθινός ενθουσιασμός και το πάθος σας, θα τους πείσει ότι εσείς αξίζετε αυτή την εμπιστοσύνη.

**Δημιουργήστε επαφές:** Ξέρετε ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να κάνετε δύο ανθρώπους να μιλάνε για σας; Να τους συστήσετε μεταξύ τους. Όταν είστε η κοινή επαφή είναι φυσικό να είστε ένα σημείο αναφοράς στην κουβέντα τους. Έτσι θα χτίσετε ένα δίκτυο από γνωριμίες όπου εσείς θα είστε ο συνδετικός κρίκος. Αυτές είναι η καλύτερη διαφήμιση για σας.

## ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑ

# Σημάδια που «δείχνουν» πως θα πετύχετε στη ζωή σας

Όλοι μας θέλουμε να πετύχουμε στα επαγγελματικά μας και συχνά ακολουθούμε πιστά και τυφλά οδηγούς που υπόσχονται να μας φέρουν πιο κοντά στην επίτευξη των στόχων μας. Συχνά, όμως, έχουμε δείξει ήδη σημάδια που υποδηλώνουν πως θα λάμψουμε στο μέλλον.

Ας δούμε σημάδια που δείχνουν πως θα πετύχετε στη ζωή σας.

- **Χαίρεστε με τις επιτυχίες των άλλων**

Οι καλύτερες ομάδες είναι εκείνες που δε διστάζουν να θυσιάσουν πράγματα για να κάνουν τους άλλους ευτυχισμένους. Οι «δυνατές» ομάδες απαρτίζονται από άτομα που βοηθούν ο ένας τον άλλον, γνωρίζουν τους ρόλους τους, αναιρούν τους προσωπικούς τους στόχους και δίνουν περισσότερη βαρύτητα στην ομαδική επιτυχία.

**• Κατανόηση, ευσυνειδησία και... όλα όσα δείχνουν πως θα διαπρέψετε**

Πρέπει να μάθετε να χαίρεστε για τα άτομα που βρίσκονται κοντά σας και στην ομάδα σας και να μη σκέφτεστε μόνο το προσωπικό σας συμφέρον και να δέχεστε τη χαρά που μπορεί να σας προσφέρει η επιτυχία των άλλων.

- **Ζητάτε συνεχώς νέες εμπειρίες**

Η συνεχής αναζήτηση είναι ένα από τα χαρακτηριστικά που σας κρατά υγιείς και ευτυχισμένους και ενθαρρύνει την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Οι άνθρωποι που αναζητούν διαρκώς νέους τρόπους για να προκαλούν τον ίδιο τους τον εαυτό και δεν επαναπαύονται, αντιθέτως θέλουν να βελτιώνονται διαρκώς, είναι πιο πιθανό να πετύχουν αφού δοκιμάζονται σε νέα πράγματα.

- **Δεν σκέφτεστε την ισορροπία μεταξύ προσωπικής και επαγγελματικής ζωής, μόνο τη «ζωή»**

Τα συμβολικά όρια εργασίας και προσωπικής ζωής είναι σχεδόν αδύνατο να διατηρηθούν. Γιατί; Είστε η δουλειά σας. Η δουλειά σας είναι η ζωή σας, όπως ακριβώς ζωή σας είναι και οι φίλοι σας και η οικογένεια σας. Δεν πρέπει να υπάρχει διαχωρισμό, γιατί όλα αυτά τα πράγματα που κάνετε δείχνουν το ποιος είστε.

- **Έχετε απεριόριστη κατανόηση**

Σε περίπτωση που η επιχείρηση σας δεν έρχεται να δημιουργήσει κάτι καινούργιο, η ιδέα σας έρχεται να καλύψει μια ήδη υπάρχουσα ανάγκη ή να λύσουν ένα πρόβλημα. Για να το πετύχετε και να είστε σε θέση να προσδιορίσετε μια ανάγκη ή ένα πρόβλημα, πρέπει να μπορείτε να βάζετε τον εαυτό σας στη θέση του. Αυτό είναι το σημάδι ενός επιτυχημένου επιχειρηματία. Οι εξαιρετικά επιτυχημένοι άνθρωποι, πάνε ένα βήμα παρακάτω και μπαίνουν στη θέση των υπαλλήλων τους.

- **Βλέπετε τα χρήματα ως ευθύνη και όχι ως ανταμοιβή**

Οι περισσότεροι επιχειρηματίες ξοδεύουν τα χρήματα τους σε πολυτελή αυτοκίνητα, ρολόγια και ρούχα για να



«επιβραβεύσουν» τον εαυτό τους που πέτυχε. Οι επιτυχημένοι άνθρωποι δεν βλέπουν τα χρήματα αποκλειστικά και μόνο ως προσωπική τους ανταμοιβή, αλλά σαν έναν τρόπο για να αναπτυχθεί περισσότερο η επιχείρηση, να επιβραβεύσουν και να αναπτύξουν τους εργαζόμενους και να προσφέρουν κάτι πίσω στην κοινότητα.

- **Αντιλαμβάνεστε ότι η επιτυχία είναι εφήμερη ενώ η αξιοπρέπεια και ο σεβασμός διαρκεί για πάντα**

Σίγουρα οι υψηλοί μισθοί και τα προνόμια και οι ευκαιρίες εξέλιξης είναι σημαντικοί παράγοντες για την εργασία. Αλλά οι επιτυχημένοι άνθρωποι ξέρουν πως το σημαντικότερο πράγματα που μπορούν να δώσουν στους υπαλλήλους τους είναι η αξιοπρέπεια.

## Οι 5 κανόνες επιτυχίας στο εργασιακό περιβάλλον

Όσο κι αν δεν το πιστευετε, υπάρχουν 5 πράγματα που εκτός από το να αλλάξουν τη ρουτίνα της εργασίας μας θα μας κάνουν πολύ πιο αποτελεσματικούς και γρήγορους. Αυτά, είναι ο ο βασικότερος λόγος επιτυχίας των επαγγελματιών.

**1 Να είσαι θετικός και αισιόδοξος**. 80% αισιόδοξοι εμφανίζονται σύμφωνα με έρευνες οι επιτυχημένοι άνθρωποι. Μια μέρα στη δουλειά μπορεί να πάει στραβά, να υπάρχουν ακυρώσεις, προθεσμίες, υπερβολική κούραση, ωστόσο, όλα αυτά δεν θα πρέπει να μας καταβάλλουν. Οι θετικές αντιδράσεις σε κριτικές και διάφορα γεγονότα στο εργασιακό περιβάλλον, οδηγούν στη μεγάλη παραγωγή οξυτοκίνης, μιας ορμόνης που ενισχύει την ικανότητά μας να επικοινωνούμε ,να συνεργαζόμαστε, και να εμπιστευόμαστε τους άλλους.

**2 Προσηλωμένοι στο στόχο.** Σύμφωνα με τη συνταγή της επιτυχίας, θα πρέπει να θυμίζουμε στους εαυτούς μας διαρκώς ποιοι είμαστε και ποιος είναι ο στόχος μας. Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να το καταφέρουμε αυτό, και μερικοί από αυτούς είναι να γράφουμε στο χέρι τις επιδράσεις της δουλειάς, ή να υπάρχει μια εικόνα, ένας στίχος, μια φράση που θα υπενθυμίζει και θα απαντά στο «γιατί» της εργασίας στη ζωή μας.

**3 Συγκέντρωση για 45 λεπτά και διάλειμμα για 15'.** Για κάθε 45 λεπτά που αφιερώνουμε για κάποια εργασία, θα πρέπει να ακολουθεί 15 λεπτά διάλειμμα. Το πείραμα έγινε πρώτη φορά σε σχολείο στη Φινλανδία και το αποτέλεσμα ήταν οι μαθητές έπειτα από το μικρό διάλειμμα να επιστρέφουν στο μάθημα ανανεωμένοι και με φρέσκιες ιδέες.

**4 Να κάνουμε ερωτήσεις για έναρξη συζητήσεων.** Είναι ακόμη τρόπος ώστε να απομακρύνουμε το άγχος ιδιαίτερα όταν πρόκειται να ξεκινήσουμε συζήτηση με κάποιον. Η αμηχανία, και το να μιλάς σε καινούριους συνεργάτες φαντάζει για πολλούς σενάριο τρόμου, ωστόσο, για να μειωθούν οι πιθανότητες να αισθανθούμε άσχημα ή άβολα θα πρέπει να ξεκινάμε τη συζήτηση με κάποια ερώτηση. Οι ερωτήσεις σύμφωνα με ειδικούς, έχουν αποτελεσματικότητα, ενώ είναι η πιο ικανοποιητική λύση για να έρθουν δύο άνθρωποι σε συμφωνία.

**5 Προτού απαντήσετε κάντε μια παύση.** Όταν ακούμε κάτι οι εκφράσεις του προσώπου μας προδηλώνουν την αντίδρασή μας και έτσι απαντάμε βιαστικά χωρίς να σκεφτούμε πρώτα. Μια στιγμή ώστε να συγκεντρώσουμε τις σκέψεις μας και να οργανώσουμε την απάντησή μέσα στο μυαλό αποτελεί την πιο υγιή αντίδραση σε μια συζήτηση.

ERG_12-12_inn_8 & 9 9/22/15 11:05 AM Page 1



# Αντί για ποινές επιβάλλει... διάβασμα βιβλίων!

ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΑΥΤΑ

Ένας ανοικτόμυαλος δικαστής στο Ιράν αποφάσισε να δίνει εκπαιδευτικές ποινές αντί για φυλακίσεις. Όπως αναφέρει το BBC, ο δικαστής Κασέμ Νακιζαντέχ, της βορειοανατολικής πόλης Γκονμπάντ ε-Καβούς χρησιμοποιεί εναλλακτικές ποινές για να αποφύγει τις «μη αναστρέψιμες σωματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις που προκαλεί ένας εγκλεισμός στους κατάδικους, αλλά και τις οικογένειες τους» όπως λέει ο ίδιος. Γι' αυτό λοιπόν οι κατηγορούμενοι καταδικάζονται να αγοράσουν και να διαβάσουν πέντε βιβλία, κι έπειτα να γράψουν μια περίληψη του καθενός βιβλίου και να την επιστρέψουν στον Νακιζαντέχ.



Επίσης, μετά πρέπει να χαρίσουν τα βιβλία στην τοπική φυλακή. «Τα βιβλία είναι έτσι επιλεγμένα, ώστε να μπορούν να τα διαλέξουν όλοι οι κατηγορούμενοι ανεξαρτήτως γνώσης, ηλικίας ή μορφωτικού επιπέδου. Ο κατάλογος περιέχει μια μεγάλη ποικιλία από πολύ απλά βιβλία, έως σύνθετα κι επιστημονικά αναγνώσματα» λέει ο δικαστής. Η εναλλακτική αυτή ποινή αφορά σε όσους έχουν καταδικαστεί για πταίσματα, τους έφηβους και τους ανθρώπους χωρίς προηγούμενο ποινικό μητρώο. Όπως υποστηρίζει ο Νακιζαντέχ, η νέα αυτή εκπαιδευτική μέθοδος έχει συμβάλλει τα μάλα, ώστε να μειωθούν οι καυγάδες των κατάδικων εντός της φυλακής.

# Εξαφανίσετε το λεκέ από λάδι

Η συμβουλή της εβδομάδας

Ολεκές από λάδι λίγο πολύ μας έχει ταλαιπωρήσει όλους. Είναι από τους πιο δύσκολους και αν τον αφήσουμε δεν εξαφανίζεται ούτε μετά το πρώτο πλύσιμο.

Σας έχουμε τη λύση! Το μυστικό βρίσκεται σε ένα υλικό που αρκετοί έχουμε στο σπίτι μας, ιδιαίτερα οι μανούλες. Το «ταλκ!»

**Τι πρέπει να κάνετε:**



Καλύψτε το λεκέ με μία στρώση ταλκ και αφήστε το να δράσει για περίπου πέντε λεπτά. Έπειτα τινάξτε καλά το ρούχο και βάλτε πάνω στο λεκέ λίγο απορρυπαντικό για τα πιάτα και τρίψτε το ελαφρά. Το ταλκ θα απορροφήσει τα υγρά και λιπαρά στοιχεία και ο λεκές θα καθαρίσει πανεύκολα! Για ακόμη καλύτερα αποτελέσματα βάλτε το κανονικά στο πλυντήριο για πλύσιμο.

# Θαυματουργό φρούτο που μπορεί να σώσει εκατομμύρια ανθρώπους

ΑΠΙΣΤΕΥΤΟ ΚΑΙ ΟΜΩΣ ΑΛΗΘΙΝΟ

Εξωτερικά αυτό το φρούτο μπορεί να θυμίζει σαν να βγήκε από το Τζουράσικ Παρκ και να μυρίζει εξαιρετικά άσχημα, αλλά μην σας ξεγελά η εμφάνισή του. Πρόκειται για ένα μοναδικό φρούτο που καλλιεργείται στο Μπαγκλαντές και, σύμφωνα με τους επιστήμονες, μπορεί να σώσει εκατομμύρια ανθρώπους που κινδυνεύουν από ασιτία.

Το Jackfruit, όπως ονομάζεται αυτό το περίεργο φρούτο είναι το μεγαλύτερο φρούτο που φυτρώνει σε δέντρο και μπορεί να ζυγίζει έως και 50 κιλά. Περιέχει σπόρια, τα οποία είναι πλούσια σε πρωτεΐνη, ασβέστιο, σίδηρο και κάλιο, θρεπτικά στοιχεία που είναι σημαντικά για την υγεία.

Όπως αναφέρεται στο Business Insider, το φρούτο αυτό, που είναι σπάνιο να το βρει κανείς πέρα από το Μπαγκλαντές μπορεί να καταναλωθεί με πολλούς τρόπους. Τα φύλλα του δέντρου μπορούν να γίνουν εξαιρετική τροφή για κατσίκες και άλλα ζώα φάρμας, το χρώμα από το φρούτο χρησιμοποιείτο ως βαφή για τα ρούχα των μοναχών. Το δέντρο παράγει μία κολλώδη ουσία που μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως κόλλα και το ξύλο του δέντρου είναι εξαιρετικό για κατασκευές.

Κάθε δέντρο μπορεί να παράξει μέχρι και 150 φρούτα και θα μπορούσε να είναι εξαιρετική πηγή τροφής και θρεπτικών συστατικών στα εκατομμύρια ανθρώπων που πάσχουν από ασιτία, αφού ένα μόνο Jackfruit μπορεί να καλύψει τις θρεπτικές ανάγκες ενός γεύματος για μία οικογένεια.





Αν και προς το παρόν είναι δύσκολο να το βρει κανείς πέρα από τα σύνορα του Μπαγκλαντές, τον τελευταίο καιρό έχει γίνει προσπάθεια να καλλιεργηθεί και σε άλλες χώρες, όπως στην Ινδία που μεγάλος πληθυσμός της υποφέρει από έλλειψη τροφής.

# Μη στρώνετε τα κρεβάτια λένε οι επιστήμονες!

**Τα άστρωτα κρεβάτια ειναι υγεία!**

Αν δεν στρώνετε το κρεβάτι σας το πρωί που ξυπνάτε, τότε δεν είσαστε τεμπέληδες. Απλά είστε πιο υγιείς από εκείνους που φροντίζουν να ακολουθούν αυτή την... ανθυγιεινή συνήθεια του να τακτοποιούν τα σεντόνια και τους κουβέρτες τους καθημερινά.

Τα ακάρεα, είναι μικροοργανισμοί που ζουν στο κρεβάτι μας και τρέφονται από τα νεκρά κύτταρα του δέρματός μας...

Αφήνοντας τα σεντόνια ανάστατα πάνω στο στρώμα, επιτρέπετε σε τουλάχιστον 1,5 εκατομμύρια ακάρεα σκόνης να εξοντωθούν, σύμφωνα με έρευνα του πανεπιστημίου Kingston.

Οι ερευνητές, ανακάλυψαν ότι τα ακάρεα,- γίνονται δύσκολα ορατά με το ανθρώπινο μάτι καθώς έχουν μέγεθος μικρότερο, συνήθως, από ένα χιλιοστό του μέτρου -, δεν μπορούν να επιβιώσουν σε ένα ξέστρωτο κρεβάτι γιατί τα εκθέτετε στο φυσικό φως, τον φυσικό εχθρό τους.

Αν στρώνετε το κρεβάτι σας, δημιουργείτε τότε τις ιδανικές συνθήκες για την αναπαραγωγή τους: «Το να αφήνουμε το κρεβάτι άστρωτο στη διάρκεια της ημέρας επιτρέπει στην υγρασία να απομακρυνθεί από τα σκεπάσματά μας. Αυτό έχει ως συνέπεια την αφυδάτωση των ακάρεων και το συνακόλουθο θάνατό τους», αναφέρει σχετικά ο καθηγητής Στίβεν Πρέτλοβ.



# Ερμηνεία Ονείρων

## Τι σημαίνουν οι συχνότεροι εφιάλτες μας

Σύμφωνα με το Αμερικανικό Ίδρυμα για τον Ύπνο, τα όνειρα θεωρούνται ένας τρόπος «να εκδηλωθούν υποσυνείδητες επιθυμίες σε ένα ασφαλές ή μη πραγματικό περιβάλλον». Ωστόσο, τα όνειρα παραμένουν ένα από τα μεγαλύτερα μυστήρια για τους επιστήμονες και ελάχιστα είναι αυτά που μπορούν με βεβαιότητα να ειπωθούν για την προέλευση ή τη σημασία τους. Δείτε τι μπορεί να σημαίνουν δέκα από τους πιο συχνούς εφιάλτες που βλέπουμε κατά τη διάρκεια του ύπνου μας.

**1. Εξετάσεις:** Η διαδικασία των εξετάσεων σχετίζεται με φόβους που αφορούν στην αυτοπεποίθησή μας. Ένα τέτοιο όνειρο υποδεικνύει ότι επικρατεί το αίσθημα ότι κάποιος μας ερευνά εξονυχιστικά, ότι δεν είμαστε επαρκώς προετοιμασμένοι για κάτι ή ότι δεν αξιοποιούμε πλήρως τις δυνατότητές μας.

**2. Απιστία:** Εάν ο σύντροφός μας δεν μας δίνει όση προσοχή επιθυμούμε στην πραγματική ζωή, είναι πιθανό να δούμε στον ύπνο μας ότι μας απατά. Ένα τέτοιο όνειρο είναι πιθανώς ένδειξη ότι πρέπει να αφιερώνουμε περισσότερο ποιοτικό χρόνο στη σχέση μας.

**3. Πτήσεις:** Το να βλέπουμε ότι πετάμε συνδέεται με ένα αίσθημα απελευθέρωσης. Αυτό όμως ισχύει μόνο εάν νιώθουμε ότι σε γενικές γραμμές έχουμε τον έλεγχο της ζωής μας. Σε αντίθετη περίπτωση, συνδέεται με φόβους για την αδυναμία να ελέγξουμε τη μοίρα μας.

**4. Θάνατος:** Ο θάνατος στον εφιάλτη μπορεί να σηματοδοτεί την επιθυμία να κάνουμε θετικές αλλαγές στη ζωή μας. Το «φλερτ» με το θάνατο, δηλαδή να βλέπουμε ότι κινδυνεύουμε να πεθάνουμε αλλά τελικά να τη γλιτώνουμε, υποδεικνύει το φόβο απέναντι σε μια πιθανή αποτυχία.

**5. Αράχνες:** Οι αράχνες στον εφιάλτη υποδεικνύουν χειραγώγηση, είτε από εμάς είτε από άλλους προς εμάς.

# Σοβαρά ... αστειάκια




**Τέσσερις ναυαγοί**

«Τέσσερις ναυαγοί ηλικίας 20, 40, 50 και 70 ετών βρίσκονται σε ένα νησί και σε απόσταση αναπνοής σε ένα άλλο νησί βρίσκονται ισάριθμα πανέμορφα μοντέλα.

Ο 20άρης λέει: -Γρήγορα να κολυμπήσουμε να πάμε απέναντι στα κορίτσια!

Ο 40άρης του απαντά: -Καλά μην βιάζεσαι και τόσο.

Ο 50άρης προτείνει: -Εγώ λέω να κατασκευάσουμε μία σχεδία

Ο 70άρης: - Για σταθείτε ρε παιδιά. Γιατί να τα κάνουμε όλα αυτά; Αφού κι από εδώ βλέπουμε!!!»

ERG_13-13_inn_13 9/22/15 11:06 AM Page 1



# Οι κορυφαίες τροφές για νεανικό δέρμα

**Η αντιγήρανση απασχολεί συχνά τους ερευνητές και σύμφωνα με μελέτες ορισμένες τροφές μπορούν να μειώσουν δραματικά τις κυτταρικές βλάβες και να επιβραδύνουν τη διαδικασία γήρανσης. Δείτε ποιες είναι οι 10 κορυφαίες αντιγηραντικές τροφές τις οποίες μπορείτε να προσθέσετε στη διατροφή σας για να ενισχύσετε την υγεία σας και να αποκτήσετε λαμπερή επιδερμίδα.**



Γυρίστε λοιπόν πίσω το ρολόι με φυσικό τρόπο χρησιμοποιώντας αυτά τα απλά υλικά και σύντομα θα δείτε και θα αισθανθείτε πολύ καλύτερα με τον εαυτό σας!

**Ξηροί καρποί:** Οι περισσότεροι ξηροί καρποί είναι εξαίρετες πηγές μεταλλικών ιχνοστοιχείων, κυρίως τα καρύδια, που παρότι έχουν υψηλή θερμιδική αξία, είναι πλούσια σε κάλιο, μαγνήσιο, σίδηρο, ψευδάργυρο, χαλκό και σελήνιο, που έχουν αντιοξειδωτικές και κατ' επέκταση αντιγηραντικές ιδιότητες.Παράλληλα, τα καρύδια έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε ωμέγα-3 λιπαρά. Στην πραγματικότητα, το 1/4 ενός φλιτζανιού καρύδια περιέχει 2,3 γραμμάρια ωμέγα -3 λιπαρά (που είναι το 91% της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης) και μόλις 163 θερμίδες. Τα καρύδια είναι επίσης πλούσια σε μονοακόρεστα λιπαρά, τα οποία προάγουν την καλή λειτουργία της καρδιάς.Προτεινόμενη κατανάλωση: Περίπου 10-15 ανάλατους ξηρούς καρπούς κάθε μέρα.

**Μούρα:** Το μούρο acai, τα βατόμουρα και οι φράουλες περιέχουν τα πολύ ισχυρά θρεπτικά συστατικά που ονομάζονται φλαβονοειδή. Τα φλαβονοειδή αποτελεούν αντιοξειδωτικά που βοηθούν στην άμυνα του οργανισμού ενάντια στα επακόλουθα της γήρανσης και έχουν αντικαρκινική και αντιγηραντική δράση.

**Πράσινα λαχανικά:** Τα πράσινα λαχανικά είναι πλούσια σε Βιταμίνες Β, οι οποίες βοηθάνε στην αντιγήρανση. Το μπρόκολο, το σπανάκι και το λάχανο θεωρούνται σούπερ τροφές καθώς που περιέχουν φυτικές ίνες, ασβέστιο και βιταμίνη Ε.

**Πράσινο τσάι:** Το πράσινο τσάι περιέχει υψηλές συγκεντρώσεις σε πολυφαινόλες, γνωστές ως κατεχίνες. Οι ενώσεις αυτές λειτουργούν στο σώμα μας και σε συνδυασμό με την καφεΐνη μπορούν να συμβάλλουν στην αύξηση του ρυθμού καύσης θερμίδων κατά 4%.

Αν κάποιος προσπαθεί να χάσει βάρος μπορεί να καταναλώνει έως τρία φλιτζάνια την ημέρα. Το πράσινο τσάι συμβάλλει επίσης στην καταπολέμηση ασθενειών όπως ο καρκίνος, τα καρδιακά νοσήματα και η υψηλή χοληστερόλη.

**Σκόρδο:** Τα οφέλη του σκόρδου για την υγεία έχουν αναγνωριστεί εδώ και αιώνες. Το σκόρδο βοηθάει επίσης στη μείωση της πίεσης του αίματος και της χοληστερόλης. Παράλληλα απομακρύνει τα βαρέα μέταλλα από το σώμα, προλαμβάνει τον καρκίνο και ενεργεί ως αντιμυκητιακό και αντιγηραντικό. Περιέχει επίσης βιταμίνες Α, Β και C, σελήνιο, ιώδιο, κάλιο, σίδηρο, ασβέστιο, ψευδάργυρο και μαγνήσιο.

**Σολωμός:** Ο σολωμός αποτελεί θαυμάσια πηγή πρωτεΐνης, η οποία μπορεί να σας βοηθήσει να διατηρήσετε το βάρος σας. Επιπλέον, αυτό το πολύ νόστιμο ψάρι είναι πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά αντιγήρανσης όπως οι βιταμίνες D και Ε. Ο σολωμός είναι επίσης μια καλή πηγή των ωμέγα-3 λιπαρών, οποία συμβάλλουν στην καλή λειτουργία της καρδιάς, μπορούν να βελτιώσουν την εμφάνιση και την αίσθηση της επιδερμίδας και να μειώσουν τις λεπτές γραμμές.

**Γιαούρτι:** Χαμηλό σε θερμίδες, πλούσιο σε πρωτεΐνες και γεμάτο με φιλικά βακτήρια που προάγουν την υγεία του πεπτικού συστήματος, το γιαούρτι είναι απαραίτητο στην διατροφή μας. Αποτελεί επίσης μια εξαιρετική πηγή ασβεστίου, ριβοφλαβίνης και βιταμίνης Β12. Αποφύγετε το γιαούρτι που έχει υψηλή περιεκτικότητα σε ζάχαρη.

**Ζυμαρικά ολικής αλέσεως και ρύζι:** Τα ζυμαρικά ολικής αλέσεως και το μαύρο ρύζι είναι εξαίρετη πηγή σύνθετων υδατανθράκων, πλούσια σε ίνες και με διπλάσια ποσότητα σιδήρου από ό,τι τα συνηθισμένα ζυμαρικά.

**Νερό:** Το σώμα μας χρειάζεται ενυδάτωση. Χωρίς την απαραίτητη κατανάλωση νερού, δυσκολεύει η διαδικασία πέψης, ο οργανισμός «πέφτει» σε λήθαργο και υπάρχει μια γενική αίσθηση «αδιαθεσίας». Σε κάθε περίπτωση, το νερό προσφέρει υγρασία στο δέρμα μας από μέσα προς τα έξω. Η κατανάλωση τουλάχιστον 1,5 λίτρου νερού κάθε μέρα (ανάλογα τον άνθρωπο) είναι απαραίτητη για τη διατήρηση της ελαστικότητας και της ευλυγισίας.

**Μέλι:** Το μέλι περιέχει βιταμίνες Β6, C, θειαμίνη, νιασίνη και ασβέστιο και είναι πλούσιο σε αντιοξειδωτικά. Προκαταρκτικές έρευνες έδειξαν επίσης ότι το μέλι βοηθά στην καταπολέμηση του άγχους ενώ βοηθά την μνήμη.

## Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

### Κροκέτες με χαλλούμι

**Υλικά:**

2 φλ. χαλλούμι

1 φλ. τυρί ένταμ

3 κουταλιές δυόσμο αποξηραμένο

3 αβγά ελαφρά χτυπημένα

1½ φλ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του (και επιπλέον για το πανάρισμα)

μπόλικο σπορέλαιο πιπέρι.

**Εκτέλεση:** Σε ένα μπολ αναμιγνύετε το χαλλούμι, το τυρί, το δυόσμο, το πιπέρι και τα αβγά. Στη συνέχεια, προσθέτετε λίγο - λίγο το αλεύρι μέχρι να σχηματιστεί μια μαλακή ζύμη που να μπορείτε να την πλάσετε (σαν κεφτεδάκια). Ακολούθως, βάζετε αρκετό αλεύρι σε ένα μπολ και πανάρετε τις κροκέτες. Ρίχνετε μπόλικο λάδι σε ένα μικρό κατσαρολάκι και ροδίζετε καλά από όλες τις πλευρές τις κροκέτες. Τις βγάζετε σε μια πιατέλα με απορροφητικό χαρτί και σερβίρετε όσο είναι ζεστές.



## SUDOKU

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

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

## ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

**Κριός:** Θα έχεις έντονο εκνευρισμό και θα δεις πολλά πράγματα με αρνητικό μάτι. Μην πάρεις αποφάσεις εν θερμώ, γιατί στο μέλλον θα σου δημιουργήσουν προβλήματα. Φρόντισε να κρατήσεις την ψυχραιμία σου και να μιλήσεις με δικά σου άτομα για όλα τα θέματα που σε απασχολούν, ώστε να νιώσεις καλύτερα.

**Ταύρος:** Κάποια πράγματα που είχες υπολογίσει ότι μπορούσαν να σου αποδώσουν οικονομικά οφέλη, φαίνεται πως τελικά δεν αποδίδουν. Άλλαξε τακτική και φρόντισε να βρεις άλλους τρόπους, ώστε να κερδίσεις αυτά που έχεις ανάγκη. Η επικοινωνία με τους γύρω σου θα είναι σε καλά επίπεδα και θα ηρεμήσεις.

**Δίδυμοι:** Θα αποφασίσεις να κάνεις πράγματα, τα οποία ανέβαλες τις προηγούμενες μέρες. Μπορείς να τολμήσεις κάποιες συζητήσεις παρόλο που ξέρεις ότι είναι ψυχοφθόρες, γιατί μόνο έτσι θα καταλάβεις τις προθέσεις που έχουν οι άλλοι για τα θέματα που σε ενδιαφέρουν.

**Καρκίνος:** Απόφυγε να εκνευριστείς με θέματα που δεν έχουν και πολύ μεγάλη σημασία, γιατί στο τέλος θα κάνεις λάθος εκτιμήσεις και δεν θα πετύχεις τους στόχους σου. Φρόντισε να κινηθείς με πολύ δυναμισμό, αποφασιστικότητα και αυστηρότητα στη κρίση σου, ώστε αυτή στο τέλος να δικαιώσει τις προσπάθειές σου. Διώξε και την παραμικρή ανασφάλεια που μπορεί να έχεις και προχώρα μπροστά.

**Λέων:** Οι ιδέες που θα έχεις σήμερα θα είναι πολλές και πολύ ενδιαφέρουσες και θα σου δώσουν λύσεις σε πολλά θέματα, που μέχρι τώρα καθυστερούσαν και σε προβλημάτιζαν. Κινήσου άμεσα και μην ξεφύγεις από τους στόχους σου. Ο δυναμισμός σου προβλέπεται να είναι στα ύψη και θα έχεις πολλή ενέργεια, για να διορθώσεις αρκετά θέματα που σε άγχωναν και καθυστερούσαν την εξέλιξη σου.

**Παρθένος:** Φρόντισε να τακτοποιήσεις όλες τις εκκρεμότητες που έχεις αφήσει και μπορεί να ανακόπτουν την πορεία σου. Ο δυναμισμός που θα έχεις θα είναι μεγάλος και θα πάρεις πολύ σημαντικές αποφάσεις, για να βελτιώσεις το μέλλον σου. Κοίταξε λίγο παραπάνω τον εαυτό σου και πρόσεξε τη διατροφή σου, για να αποφύγεις ενδεχόμενα προβλήματα.

**Ζυγός:** Μια περίεργη ημέρα ξεκινάει για εσένα και το πλανητικό σκηνικό θα σε γεμίσει ανασφάλειες σχετικά με την πορεία των οικονομικών σου. Προσπάθησε να είσαι ρεαλιστής, μην κάνεις άσκοπες αγορές και σε καμία περίπτωση μην επιχειρήσεις παράτολμες επενδύσεις, με αβέβαιο αποτέλεσμα.

**Σκορπιός:** Κάποια γεγονότα που θα περιπλέξουν μερικές καταστάσεις. Πρέπει να σκεφτείς με αρκετή ηρεμία και ρεαλισμό, να επιστρατεύσεις όλη την εξυπνάδα και την πονηριά που έχεις και να κοιτάς μακριά. Αν υπερισχύσει η λογική σου, θα βρεις σωτήριες λύσεις.

**Τοξότης:** Κάποιες συναντήσεις θα σου φέρουν μεγάλη ικανοποίηση. Μπορείς να μιλήσεις και να πεις κάποια πράγματα έτσι όπως είναι, ώστε να νιώσεις καλύτερα ψυχικά. Θα έχεις μεγάλη δυναμικότητα, ώστε να ξεπεράσεις πολλά προβλήματα που σε αγχώνουν από το παρελθόν. Η επικοινωνία που θα έχεις με τον περίγυρό σου θα είναι σε πολύ καλό βαθμό.

**Αιγόκερως:** Οι ευθύνες και οι υποχρεώσεις της τελευταίας περιόδου σε έχουν αποσυντονίσει και σε εκνευρίζουν αφάνταστα. Φρόντισε να κινηθείς με πολύ προγραμματισμό και να μην τα βάζεις με άτομα του οικογενειακού σου περιβάλλοντος. Έχεις πολλές δυνατότητες και το έχεις αποδείξει. Μην αφήσεις τις όποιες συγκυρίες να σε καταβάλλουν ψυχικά, μείνε συγκεντρωμένος στους στόχους σου.

**Υδροχόος:** Θα πρέπει να έχεις μελετήσει όλες τις κινήσεις σου, γιατί τα πράγματα δεν θα έρχονται στρωτά και όπως θα τα ήθελες. Μην εκνευριστείς με ενδεχόμενες καθυστερήσεις κι αναβολές, γιατί είναι τελείως προσωρινές. Κάτσε και σκέψου πώς πρέπει να πράξεις. Δες τα πράγματα ρεαλιστικά και μην αφήσεις τους συναισθηματισμούς να σε αποσυντονίσουν από τα σχέδιά σου.

**Ιχθείς:** Μίλα με άτομα που τα εκτιμάς και ξέρεις ότι η συμβουλή που θα σου δώσουν θα σου φανεί πολύ χρήσιμη σε προβλήματα που μπορεί να έχεις. Φρόντισε να εξωτερικευτείς περισσότερο και να δεις κάποιες καταστάσεις ρεαλιστικά και όχι με συναισθηματικότητα, ώστε να μην πάρεις λάθος αποφάσεις. Απόφυγε τις βιαστικές κινήσεις.

ERG_14-14_inn_4 9/22/15 11:06 AM Page 1



*Γυρίζοντας το χρόνο πίσω*

**Ἐργατική φωνή**

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 626 - 13 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1961

# ΘΥΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΝΙΑΤΟΥ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ ΠΝΕΥΜΟΝΟΚΟΝΙΑΣΕΩΣ

Δύο νέα θύματα προσετέθησαν τὴν παρελθοῦσαν Κυριακὴν εἰς τὸν κατάλογον τῶν θανόντων ἐκ τῆς ἀνιάτου ἀρρώστειας τῆς πνευμονοκονιάσεως. Οὗτοι εἶναι οἱ ἐκ Πλατανιστάσης, Σάββας Εὐσταθίου, ἡλικίας 44 ἐτῶν καὶ Στυλιανὸς Ἡλία ἡλικίας 50 περίπου ἐτῶν.

Ἰδιαιτέραν λύπην ἐπροξένησεν ὁ θάνατος τοῦ Σάββα Εὐσταθίου, ὁ ὁποῖος ἀπέθανε καθ' ἣν στιγμὴν ἡ κόρη του Χρυσούλα ἐφοροῦσε τὸ νυμφικό καὶ ἑτοιμαζόταν νὰ μεταβῇ εἰς τὴν ἐκκλησίαν ὅπου θὰ ἐτελοῦσε τὸν γάμον της μετὰ τοῦ ἐκλεκτοῦ της νέου Θωμᾶ Σάββα ἐκ Πλατανιστάσης. Ὁ ἀτυχὴς Σάββας ἐνοσηλεύετο εἰς τὸ Γενικὸν Νοσοκομεῖον Λευκωσίας ἐπὶ ἀρκετὸν καιρὸν καὶ ἀντιληφθεὶς ὅτι ἐπλησίαζεν πρὸς τὸν θάνατον ἐζήτησεν ἐπειγόντως νὰ γίνῃ ὁ γάμος τῆς κόρης του. Μεγάλη του ἐπιθυμία ἦτο νὰ παντρέψῃ τὴν κόρην του καὶ μετὰ νὰ πεθάνῃ, ὡς ἔλεγε. Ἡ μοῖρα ὅμως τὸν ἀδίκησε στερώντας του τὴν εὐτυχεστάτην αὐτὴν στιγμὴν γιὰ κάθε γονιόν, καὶ ἀπέθανε λίγα μόνον λεπτὰ προτοῦ ἰδῇ τὴν κόρην του ντυμένη νυμφούλα. Τῆς μοίρας ὅμως ἡ ἀδικία δὲν στράφηκε μόνο ἐναντίον του. Λόγω τοῦ θανάτου ὁ γάμος ἀνεβλήθη καὶ ἀντὶ χαρᾶς καὶ διασκεδάσεως, τὸ σπίτι ἐκυρίευσεν ἡ λύπη καὶ τὸ βαρὺ πένθος. Ὁ γαμπρὸς Θωμᾶς Σάββα, μηχανικὸς εἰς τὸ Γκαράζ ΚΕΜ, δραστήριον στέλεχος τῶν ΕΕΣ, ἀδίκως προσπαθοῦσε νὰ παρηγορήσῃ τὴν ἀπαρηγόρητον ἀραβωνιαστικιάν του. Ὁ ἀτυχὴς Σάββας ἐγκαταλείπει γυναῖκα καὶ δύο θυγατέρες.

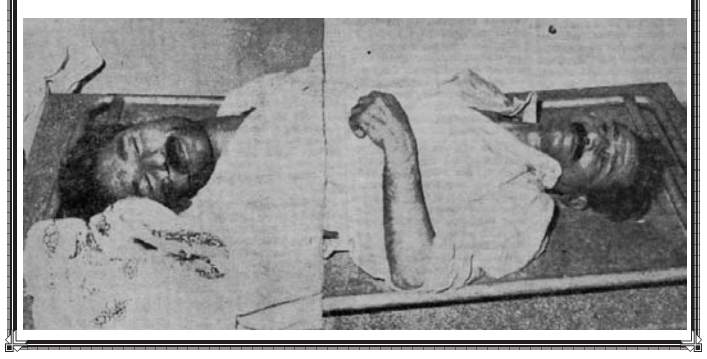
Τὸ πένθος τῆς κοινότητος Πλατανιστάσης ἐβάρυνε ἔτι περισσότερον ὁ αἰφνίδιος θάνατος τοῦ ἐπίσης μεταλλωρύχου Στυλιανοῦ Ἡλία. Ὁ Στυλιανὸς Ἡλία ἐργαζόταν εἰς τὰ ὑπόγεια μεταλλεῖα Ἀγροκηπιᾶς. Τελευταίως δὲ μετεφέρθη εἰς τὸ πλυντήριον Μιτσεροῦ. Ὁ ἀτυχὴς μεταλλωρύχος εἰργάζετο μέχρι τοῦ Σαββάτου 8.10.1961. Τὴν Κυριακὴν ἐπεσκέφθη τὸν νεκρὸν Σάββαν Εὐσταθίου γιὰ νὰ τὸν ἀποχαιρετίσῃ. Ἀργότερον ἠσθάνθη ξάλην στὴν κεφαλὴν καὶ οἱ συγγενεῖς του τὸν μετέφεραν εὐσπεπτισμένως εἰς Λευκωσίαν. Καθ' ὁδὸν ὅμως ὁ ἀτυχὴς Στυλιανὸς ἐξέπνευσεν. Ὁ Στυλιανὸς Ἡλία ἐγκαταλείπει πενταμελεῖ οἰκογένειαν. Ἡ κοινότης Πλατανιστάσης ἐκήδευσε στὶ τελευταῖα δύο χρόνια πέντε μεταλλωρύχους, ἅπαντας θύματα τῆς πνευμονοκονιάσεως. Ὁ τελευταῖος νεκρὸς ἦτο ὁ Νέαρχος Μιχαήλ, τὸν ὁποῖον ἡ κοινότης ἐκήδευσε τὴν 15ην Αὐγούστου. Ἀνάμεσα στοὺς μεταλλωρύχους τῆς κοινότητος ὑπάρχουν ἀκόμα 30 οἱ ὁποῖοι ὑποφέρουν ἀπὸ πνευμονοκονίασιν. Ἡ κοινότης Πλατανιστάσης εἶναι ἡ μόνη κοινότης ποὺ ἔχει τὰ περισσότερα θύματα τῆς ὑπούλου αὐτῆς ἀρρώστειας.

Πενθοφοροῦσα ἡ κοινότης Πλατανιστάσης παρηκολούθησε σύσσωμος τὴν κηδείαν τῶν δύο θανόντων. Οἱ μεταλλωρύχοι τῆς ΕΜΕ περιοχῆς Μιτσεροῦ ὅπου εἰργάζοντο οἱ νεκροὶ δὲν προσῆλθον εἰς τὰς ἐργασίας των καὶ τοὺς συνώδευσαν μέχρι τῆς τελευταίας των κατοικίας.

Ἡ κηδεία τοῦ Σάββα Εὐσταθίου ἐτελέσθη τὴν Δευτέραν ἀπόγευμα.

Αὐτὴν παρηκολούθησαν πλὴν τῶν μεταλλωρύχων Πλατανιστάσης καὶ περιχώρων οἱ μεταλλωρύχοι Μιτσεροῦ, Ἀγροκηπιᾶς, Κάτω Μονῆς. Εἰς τὴν κηδείαν παρευρέθησαν ἀντιπρόσωποι τῶν Ἐλευθέρων Ἐργατικῶν Συνδικάτων, οἱ κ.κ. Νίκος Ζιβάνας Γενικὸς Ὀργανωτικὸς τῆς ΣΕΚ, Μ. Ἰωάννου, Ἐπαρχιακὸς Γραμματεὺς Ἐργατικοῦ Κέντρου Λευκωσίας, καὶ Πάνος Περδίκης, Περιφερειακὸς Ὀργανωτικὸς Πιτσιλιᾶς. Ἐπὶ τῆς σοροῦ τῶν ἐκλιπόντων κατετέθησαν σωρεία στεφάνων, τῆς ΣΕΚ, τοῦ Ε. Ε. Κέντρου Λευκωσίας, τῆς ΕΠΟΜ, ἐκ μέρους τῶν Μεταλλωρύχων τῆς ΣΕΚ περιοχῆς Ξεροῦ, τῶν Ε.Ε.Σ. Πλατανιστάσης, τῶν Ε.Ε.Σ. Ἀγροκηπιᾶς, Μιτσεροῦ, Κάτω Μονῆς, τῆς ΠΕΟ, τῶν μεταλλωρύχων τῆς ΠΕΟ καὶ ἄλλων.

Τὸν νεκρὸν ἀπεχαιρέτησαν ἐκ μέρους τῆς ΣΕΚ, ὁ κ. Νίκος Ζιβάνας, καὶ ὁ Α. Ποδινᾶς τῆς ΠΕΟ, καὶ ἐκ μέρους τοῦ ΕΕΣ Πλατανιστάσης ὁ συν. Κλεάνθης Γαβριηλίδης.



**Παραδίδονται μαθήματα**

Ειδική εκπαιδευτικός παραδίδει ιδιαίτερα μαθήματα για παιδιά Δημοτικού ενώ αναλαμβάνει καθημερινά το διάβασμα των παιδιών

**Για πληροφορίες: τηλ. 99154870**

**Στέλλα Αβραμίδου**

**Πωλείται διαμέρισμα**

Πωλείται διαμέρισμα 3 υπνοδωματίων στο Στρόβολο σε ήσυχη περιοχή με δύο αποχωρητήρια, δύο μπάνια, δύο θέσεις στάθμευσης, μεγάλη βεράντα, ευήλιο και ευάερο και επιπλωμένο με βασικό οικιακό και ηλεκτρικό εξοπλισμό.

Τιμή: €155.000 (συζητήσιμη)

**Τηλ. 99919256**

## Εκκλησία Παναγίας Σουμελά στο Κιβισίλι

Έξω από το χωριό Κιβισίλι εδώ και κάποια χρόνια οι Ελληνοπόντιοι της Κύπρου έχουν ξεκινήσει την ανέγερση της εκκλησίας Παναγίας Σουμελά η οποία αποτελεί το σύμβολο της πίστης επι αιώνες του ορθόδοξου Ποντιακού Ελληνισμού.



Σκοπός της ανέγερσης του Ιερού Ναού της Παναγίας είναι να αποτελέσει σημείο αναφοράς αλλά και συνεύρεσης των Ελληνοποντίων που διαμένουν στην Κύπρο όπου θα εορτάζεται με λαμπρότητα η γιορτή της Παναγίας και θα είναι ο χώρος όπου θα πραγματοποιούνται εκδηλώσεις πολιτιστικές, θρησκευτικές, καλιτεχνικές, και εκδηλώσεις που έχουν να κάμουν με τα ήθη και τα έθιμα των απανταχού Ποντίων.

Η ανέγερση του ναού προχωρούσε με γρήγορους ρυθμούς αλλά λόγω της οικονομικής κρίσης οι εργασίες έχουν καθυστερήσει.

Παρά ταύτα κάθε χρόνο στις 28 Αυγούστου πραγματοποιείται θεία λειτουργία στην οποία συμμετέχουν πάρα πολλοί Ελληνοπόντιοι από όλες τις περιοχές της Κύπρου.

Η ΣΕΚ έχει βοηθήσει και συνεχίζει να βοηθά όσο και όπως μπορεί για αποπεράτωση του Ιερού αυτού Ναού. Χρειάζεται όμως και η απλόχερη συνεισφορά και άλλων για να γίνει το όνειρο αυτό των Ελλήνων Ποντίων της Κύπρου πραγματικότητα.

**ΓΝΩΜΙΚΟ**

Αληθινός φίλος είναι αυτός που παραβλέπει τις αποτυχίες σου και αντέχει τις επιτυχίες σου.

***Doug Larson, 1926–, Αμερικανός αρθρογράφος***

**ΛΥΣΗ SUDOCOU**

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

**ΚΡΑΤΙΚΟ ΛΑΧΕΙΟ ΜΕ ΑΡ. 22/2015, 16/9/2015**

50.000.....30910
ΤΖΑΚΠΟΤ
1.000.....13574
400.....31552
400.....44305
400.....46176
200.....36917
200.....48948
200.....59612
200.....34788
200.....37122
200.....17491
200.....29314
200.....24265
200.....15922
200.....13989
100.....48861
100.....50120
100.....18960
100.....21764
100.....59046
100.....30088
100.....14414
100.....14522
100.....32123
100.....45641

Άλλα ποσά

Από €50 οι λήγοντες σε **4168, 3930, 2067, 5346, 6685, 4259**

Από €25 οι λήγοντες σε **480, 956, 589, 326**

**ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ**

ΛΕΥΚΩΣΙΑ: Στασάνδρου 26, 22764691

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

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

ΠΑΦΟΣ: Ελευθ. Βενιζέλου 24, 26933820

ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ: Αγ. Γεωργίου 16 23820422

**ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ**

| | |
|---|---|
| Λευκωσία | 90901402 |
| Αμμόχωστος | 90901403 |
| Λάρνακα | 90901404 |
| Λεμεσός | 90901405 |
| Πάφος | 90901406 |

**Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης**

Ασθενοφόρα ..... 22604000
Άμεση ανάγκη.....112 ή199
Νοσοκομεία.....1400
Αστυνομία.....1499
Αστυνομία - γραμμή πολίτη .....1460
Αναφορά Δασικών πυρκαγιών .....1407
Κέντρο πληροφόρησης φαρμάκων και δηλητηριάσεων .....1401
Υπηρεσία Ανταπόκρισης Ναρκωτικών .....1410
Υ.ΚΑ.Ν. .....90901498
Κέν. Άμεσης Βοήθειας Θυμάτων βίας .....1440
Συμβουλευτικό Κέντρο - AIDS .....22305155
Υπηρ. αεροπορ. ναυτικών ατυχημάτων .....1441
ΚΙΣΑ - Κίνηση για Ισότητα, Στήριξη, Αντιρατσισμό.....22878181
ΑΠΑΝΕΜΙ - Κ. Πληρ. και Στήρ. Γυναίκας....80001999
Αεροδρόμια .....77778833
Α.Η.Κ. βλάβες .....1800
Α.ΤΗ.Κ. βλάβες.....80000197
Πληροφορίες καταλόγου.....11800/11888/11892

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

Με ιδιαίτερη χαρά σας προσκαλούμε στο γάμο μας που θα γίνει το Σάββατο 26 Σεπτεμβρίου 2015, ώρα 17.00 στον Ιερό Ναό Αγίου Φανουρίου στην Αραδίππου

**Λούκας & Αγγέλα**

Οι γονείς:
Πανίκκος και Ελένη Αλαμπρίτη (Σιταρένου)
Γιώργος και Μυράντα Θεοδώρου (Χαριδήμου) (Πιτσιλλή)
Όλοι από Αραδίππου

Συγχαρητήρια και δεξίωση στο Acropolis Palace στα Κελλιά από τις 19.30
Ντύσιμο Γαμπρού 14.00
Ντύσιμο Νύμφης 15.30

Σας προσκαλούμε στο γάμο μας την Πέμπτη 1 Οκτωβρίου 2015 και ώρα 5.00μ.μ. στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου Έγκωμης

**Αντρέας & Ελένη**

Οι γονείς:

Νίκος και Σοφία Κλεάνθους

Πέτρος και Νίκη Θεοφάνους

Συγχαρητήρια και δεξίωση στο ξενοδοχείο Hilton Park 6.30 μ.μ. μέχρι 8.00μ.μ.

ERG_15-15_inn_4 9/22/15 11:06 AM Page 1



## ΜΙΚΡΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

### Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

### ΥΠΕΡΙΣΧΥΣΕ ΤΟ ΔΙΠΛΟ ΣΤΗΝ ΠΡΕΜΙΕΡΑ

Καμία γηπεδούχος ομάδα δεν γεύθηκε τη χαρά της νίκης. Η 1η αγωνιστική κατέγραψε τρεις νίκες για τους φιλοξενούμενους και τέσσερις ισοπαλίες. Εντύπωση προκάλεσε η εκτός έδρας ευρεία νίκη της Καρμιώτισσας επί του Ολυμπιακού.

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

| | | |
|---|---|---|
| 1. ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ | 4-1 | 3 |
| 2. Ν&Σ ΕΡΗΜΗΣ | 2-1 | 3 |
| 3. ΕΛΠΙΔΑ ΞΥΛ. | 1-0 | 3 |
| 4. ΘΟΪ ΛΑΚ. | 2-2 | 1 |
| 5. ΑΣΙΛ | 2-2 | 1 |
| 6. ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΔΕΡ. | 0-0 | 1 |
| 7. ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ. | 0-0 | 1 |
| 8. ΟΘΕΛΛΟΣ | 0-0 | 1 |
| 9. ΕΝΑΔ | 0-0 | 1 |
| 10. ΠΑΕΕΚ | 0-0 | 1 |
| 11. ΑΕΖ | 0-0 | 1 |
| 12. ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ. | 1-2 | 0 |
| 13. ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ | 0-1 | 0 |
| 14. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ | 1-4 | -3 |

**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Θοϊ Λακ. - ΑΣΙΛ 2-2
Παρεκκλησιά - Ελπίδα Ξυλ. 0-1
(47΄ Κωνσταντίνου)
Διγενής Ορ. - Ν&Σ Ερήμης 1-2
(24΄ Σεμέδο/6΄, 67΄ (π) Δημητρίου)
Οθέλλος - ΕΝ.Α.Δ 0-0
Ολυμπιακός - Καρμιώτισσα 1-4
(7΄ Λοΐζου/11΄ Πάντος, 62΄ Χριστοφή, 67΄ (π) Παστελλής, 89΄ Οπάρα)
Ομόνοια Αρ. - Αναγέννηση 0-0
ΠΑΕΕΚ - ΑΕΖ 0-0

**ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

ΑΣΙΛ – ΑΕΖ
ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ – ΠΑΕΕΚ
ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ – ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡ.
ΕΝΑΔ – ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ
Ν&Σ ΕΡΗΜΗΣ – ΟΘΕΛΛΟΣ
ΘΟΪ Λ. – ΠΑΡΕΚΚΛΗΣΙΑ
ΕΛΠΙΔΑ Ξ. – ΔΙΓΕΝΗΣ ΟΡ.

### Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

### ΚΑΜΙΑ ΕΚΤΟΣ ΕΔΡΑΣ ΝΙΚΗ ΣΤΗΝ 1η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Με πέντε τρίποντα των γηπεδούχων και τρεις ισοπαλίες σημαδεύθηκε η πρεμιέρα του πρωταθλήματος Γ' κατηγορίας. Αξιοσημείωτη η νίκη της ΑΛΚΗΣ Ορόκλινης στην παρουσία 650 θεατών.

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

| | | |
|---|---|---|
| 1. ΜΕΑΠ | 3-1 | 3 |
| 2. ΑΚΡΙΤΑΣ | 2-0 | 3 |
| 3. ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ | 2-0 | 3 |
| 4. ΑΧΥΡΩΝΑΣ | 2-0 | 3 |
| 5. ΑΛΚΗ ΟΡ. | 1-0 | 3 |
| 6. ΑΠΕΠ | 2-2 | 1 |
| 7. ΗΡΑΚΛΗΣ | 2-2 | 1 |
| 8. ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ | 1-1 | 1 |
| 9. ΟΡΜΗΔΕΙΑ | 1-1 | 1 |
| 10. ΔΙΓΕΝΗΣ Μ. | 1-1 | 1 |
| 11. ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. | 1-1 | 1 |
| 12. ΑΜΑΘΟΥΣ | 0-1 | 0 |
| 13. ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ ΥΨΩΝΑ | 0-2 | 0 |
| 14. ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΣΣΙΑΣ | 0-2 | 0 |
| 15. ΞΥΛΟΤΥΜΠΟΥ | 0-2 | 0 |
| 16. ΚΟΥΡΡΗΣ | 1-3 | 0 |

**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

ΜΕΑΠ – Κούρρης 3-1
ΑΠΕΠ – Ηρακλής 2-2
Ακρίτας – Εθνικός Άσσιας 2-0
Χαλκάνορας – Ξυλοτύμπου 2-0.
Ολυμπιάδα – Ορμήδεια 1-1
Αχυρώνας – ΕΝΥ Διγενής Ύψωνας 2-0
Αλκή Ορόκλινης – Αμαθούς 1-0
Διγενής Μόρφου – Εθνικός Λ. 1-1

**ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

ΟΡΜΗΔΕΙΑ – ΑΧΥΡΩΝΑΣ
ΞΥΛΟΤΥΜΠΟΥ – ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ
ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΣ. - ΧΑΛΚΑΝΟΡΑΣ
ΕΘΝΙΚΟΣ Λ. - ΑΚΡΙΤΑΣ
ΑΜΑΘΟΥΣ - ΔΙΓΕΝΗΣ Μ.
ΜΕΑΠ - ΑΠΕΠ
ΚΟΥΡΡΗΣ - .ΕΝΥ ΔΙΓΕΝΗΣ
ΗΡΑΚΛΗΣ - ΑΛΚΗ

# ΑΠΟΛΛΩΝ: ΟΔΥΝΗΡΗ ΗΤΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΜΟΣ

- **Φλύαρος και ασύνδετος ο ΑΠΟΛΛΩΝ – Με καλύτερη τακτική και περισσότερη δύναμη η Νέα Σαλαμίνα**
- **3ο διπλό για ΑΕΚ που όμως δεν ικανοποίησε – Αρκετά καλή η εμφάνιση του ΑΡΗ**
- **Με μεγάλα ψυχικά αποθέματα η ΕΝΩΣΗ – Έχασε ευκαιρίες η Πάφος**
- **Νίκη και ηρεμία στην ΑΕΛ – Χτυπητές αδυναμίες στο δέσιμο παρουσιάζει ο ΕΡΜΗΣ**
- **Δεν άρεσε η ΑΝΟ στο ΓΣΠ – Παράταση της αβεβαιότητας στον πάγκο της ΟΜΟΝΟΙΑΣ**
- **Πύρρειος νίκη ΑΠΟΕΛ που θύμισε ομάδα – ναυάγιο έναντι της μαχητικής ΔΟΞΑΣ**

Δεν απέδωσε τα αναμενόμενα ο ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ και υπέστη οδυνηρή ήττα σπέρνοντας την απογοήτευση στους φίλους της ομάδας. Τουναντίον, πανηγύρια έστησαν οι Σαλαμιναίοι που πήραν το πολυπόθητο τρίποντο ύστερα από αρκετά καλή εμφάνιση.

Η ΑΕΚ έχοντας μέτρια απόδοση απέδρασε με το τρίποντο από το Τσίρειο συγκατοικώντας στο ρετιρέ. Στο ντεπούντο του στο πάγκο του ΑΡΗ ο Εσυγκέν Ναγκόε παρέταξε την ομάδα φοβισμένα. Στο β' μέρος μπήκε δυνατά χωρίς όμως αποτέλεσμα.

Χωρίς να ενθουσιάσει η ΑΕΛ πήρε αυτό που ήθελε σε μια κρίσιμη καμπή της φετινής της πορείας επανακτώντας την ηρεμία της. Ο ΕΡΜΗΣ δεν αξιοποίησε την ευκαιρία που βρήκε κι έφυγε από το «Τσίρειο» με την πικρή γεύση της 2ης ήττας.

Νέα νίκη του ΕΘΝΙΚΟΥ στο «Δασάκι» που απογειώνει τον ενθουσιασμό στο Αχνιώτικο στρατόπεδο. Η Αγία Νάπα εξακολουθεί να πληρώνει ακριβά τις επιθετικές της αδυναμίες.

Καμπανάκι αφύπνισης σήμανε στην Ανόρθωση η άσχημη εμφάνιση στο ΓΣΠ. Μόνο θετικό ο βαθμός της ισοπαλίας. Στα υπόψιν του ΠΑΟΚ ο Κ. Λαϊφης, που παρακολουθείται από ανιχνευτή ταλέντων (σκάουτερ) του Δικεφάλου του «Βορρά». Στενοχώρια στην ΟΜΟΝΟΙΑ γιατί η υπεροχή της δεν συνοδεύθηκε με το ανάλογο βαθμολογικό κέρδος. Το βέβαιο είναι ότι η καρέκλα του Κ. Καϊάφα εξακολουθεί να βρίσκεται στην πρίζα.



*Στο στόχαστρο του ΠΑΟΚ ο Κωνσταντίνος Λαϊφης*

Μεταμορφώθηκε στο Β' ημίχρονο η ΕΝΩΣΗ Νέων Παραλιμνίου και με τεράστια ψυχικά αποθέματα έκανε τη μεγάλη ανατροπή. Η ψύχραιμη και ισορροπημένη ΠΑΦΟΣ του Α' μέρους, πανικοβλήθηκε στην επανάληψη υποκύπτοντας στο μοιραίο.

Με πέναλτυ του Καβενάγκι στο 13' ο ΑΠΟΕΛ πέτυχε πύρρειο νίκη επί της ΔΟΞΑΣ και παρέμεινε συγκάτοικος στο ρετιρέ. Ήταν η χειρότερη εμφάνιση των πρωταθλητών. Άτυχοι οι Κατωκοπίτες που είχαν δοκάρι στο 81'. Ο ΑΠΟΕΛ πονούσε σ' όλες τις γραμμές σπέρνοντας απογοήτευση στους φίλους του.

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. ΑΠΟΕΛ | 4 | 14-5 | 10 |
| 2. Ανόρθωση | 4 | 8-1 | 10 |
| 3. ΑΕΚ | 4 | 8-2 | 10 |
| 4. ΕΝΠ | 4 | 5-3 | 7 |
| 5. Απόλλωνας | 4 | 3-3 | 7 |
| 6. Εθνικός | 4 | 5-5 | 7 |
| 7. Νέα Σαλαμίνα | 4 | 9-9 | 6 |
| 8. ΑΕΛ | 4 | 2-3 | 6 |
| 9. Ομόνοια | 4 | 6-5 | 5 |
| 10. Ερμής | 4 | 4-8 | 4 |
| 11. Πάφος FC | 4 | 6-10 | 3 |
| 12. Δόξα | 4 | 3-7 | 2 |
| 13. Αρης | 4 | 2-7 | 1 |
| 14. Αγία Νάπα | 4 | 1-8 | 0 |

**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Εθνικός - Αγία Νάπα 2-0
67' Ηλία, 90'+2' (πέν.) Κότο Παγές
Ομόνοια-Ανόρθωση 0-0
ΑΕΛ - Ερμής 1-0
45' Φέλτσερ
Άρης-ΑΕΚ 0-1
40' Μαρτσίνιακ
Ένωση-Πάφος F.C. 2-1
62' Μπούντιμιρ, 75' Μπόζοβιτς / 42' Μαάτσι
Ν. Σαλαμίνα-Απόλλωνας 2-0
41' (πέν.) Μακρίεφ, 69' Παύλου
Δόξα-ΑΠΟΕΛ 0-1
13΄ πέν. Καβενάγκι

## Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ

**5η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

**ΣΑΒΒΑΤΟ 26.09**
18:00 Απόλλων-Εθνικός
19:00 Ερμής-Ν. Σαλαμίνα
19:00 ΑΕΚ-Ένωση
20:00 ΑΠΟΕΛ-Άρης

**ΚΥΡΙΑΚΗ 27.09**
18:00 Αγία Νάπα-Ομόνοια
19:00 Πάφος FC-ΑΕΛ

**ΔΕΥΤΕΡΑ 28.09**
19:00 Ανόρθωση-Δόξα

## ΔΕΙΝΟΙ ΕΚΤΕΛΕΣΤΕΣ

**5 ΓΚΟΛ:** Εντλοβού (Ανόρθωση)
**4 ΓΚΟΛ:** Καβενάγκι (ΑΠΟΕΛ)
**3 ΓΚΟΛ:** Μακρίεφ (Ν. Σαλαμίνα)
**2 ΓΚΟΛ:** Σιέρινταν, Ασίς, Σκέμπρι (Ομόνοια), Τομάς (ΑΕΚ), Ντε Βινσέντι, Βινίσιους, Χαραλαμπίδης, Λεάλ (ΑΠΟΕΛ), Αντόρνο, Τσούρτσουριτς, Παύλου (Ν. Σαλαμίνα), Νταμάχου (Πάφος), Βασιλογιάννης (Ερμής), Μάατσι (Πάφος)

## ΕΠΙΛΕΚΤΗ (ΣΤΟΚ)

### ΙΣΟΠΑΛΙΑ ΣΤΟ ΚΙΤΙ

Με το ισόπαλο 2-2 ανάμεσα σε Σπάρτακο και Ελπίδα Αστρομερίτη ολοκληρώθηκε η 1η αγωνιστική της Επίλεκτης Κατηγορίας. Ήταν η μοναδική ισοπαλία καθώς στα παιχνίδια του Σαββάτου, τέσσερα επικράτησαν οι γηπεδούχοι και στο άλλο η φιλοξενούμενη ομάδα.

**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

ΑΠΕΑ Ακρ. - Πέγεια 2014 2-1
Λειβαδιακός - Ασπίς Πύλας 2-1
ΑΕΝ - Κόρνος FC 1-3
Ονήσιλος Σ. - Ένωση Κοκ/θιάς 2-0
Φοίνικας - Λένας Λεμεσού 2-1
Σπάρτακος - Ελπίδα Αστρ. 2-2

**ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

| | | |
|---|---|---|
| 1. ΚΟΡΝΟΣ FC | 3-1 | 3 |
| 2. ΟΝΗΣΙΛΟΣ Σ. | 2-0 | 3 |
| 3. ΑΠΕΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ | 2-1 | 3 |
| 4. ΛΕΙΒΑΔΙΑΚΟΣ | 2-1 | 3 |
| 5. ΦΟΙΝΙΚΑΣ | 2-1 | 3 |
| 6. ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ | 2-2 | 1 |
| 7. ΕΛΠΙΔΑ ΑΣΤ. | 2-2 | 1 |
| 8. ΠΕΓΕΙΑ 2014 | 1-2 | 0 |
| 9. ΑΣΠΙΣ ΠΥΛΑΣ | 1-2 | 0 |
| 10. ΛΕΝΑΣ | 1-2 | 0 |
| 11. ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ/ΘΙΑΣ | 0-2 | 0 |
| 12. ΑΕΝ | 1-3 | 0 |

● Δεν διεξήχθη ο αγώνας Φρέναρος - Άδωνης. Η ομάδα του Δαλιού αποχώρησε από το πρωτάθλημα.

**ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ**

ΑΠΕΑ ΑΚΡ. – ΑΔΩΝΗΣ
ΚΟΡΝΟΣ – ΛΕΙΒ./ΣΑΛΑΜΙΝΑ
ΕΛΠΙΔΑ ΑΣΤΡ. - ΑΕΝ
ΛΕΝΑΣ – ΣΠΑΡΤΑΚΟΣ
ΕΝΩΣΗ ΚΟΚ. – ΦΟΙΝΙΚΑΣ
ΦΡΕΝΑΡΟΣ – ΟΝΗΣΙΛΛΟΣ
ΠΕΓΕΙΑ – ΑΣΠΙΔΑ

## ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΠΑΑΟΚ ΛΕΜΕΣΟΥ

Το προσεχές Σαββατοκύριακο αρχίζει το Πρωτάθλημα ΠΑΑΟΚ Λεμεσού, Α' Κατηγορίας, με τους πιο κάτω αγώνες.

*• ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25.9.2015 και 7.00 μ.μ.*

Κ&Ε ΤΡΑΧΩΝΙΟΥ - ΠΑΡΘΕΝΩΝ ΧΑΛΚΟΥΤΣΑΣ

ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΓΕΡΜΑΣΟΓΕΙΑΣ - ΧΡ. ΜΗΝΑ ΚΟΡΦΗΣ

*• ΣΑΒΒΑΤΟ 26.9.2015 και 3.00 μ.μ.*

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΜΟΥΤΑΓΙΑΚΑΣ - Θ.Ο.Ι ΠΥΡΓΟΥ

Π & Σ ΖΑΚΑΚΙΟΥ - Α & Ν ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ/ΑΕΝ ΣΥΝ. ΣΕΚ ΑΓ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ - Α.Ε.Κ ΚΑΘΟΛΙΚΗΣ

Με την ευκαιρία αυτή το Συμβούλιο της ΠΑΑΟΚ εύχεται σ΄όλα τα Σωματεία μέλη κάθε πρόοδο και επιτυχία στο νέο Πρωτάθλημα 2015-2016

ERG_16-16_inn_8 & 9 9/22/15 11:07 AM Page 1



Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

## Η αξιοκρατία ως μέσον εθνικής επιβίωσης

με τον καθηγητή **Ανδρέα Θεοφάνους**

**1 Με λίγα λόγια, που μας οδηγεί η αναξιοκρατία.** Η συστηματική παραβίαση της αξιοκρατίας, η οποία σχετίζεται με τις πελατειακές σχέσεις και τη διαπλοκή, συνιστά κακόηθες καρκίνωμα, το οποίο θα πρέπει να παραμερισθεί. Είναι σημαντικό, να κατανοήσουμε την ανάγκη όπως η αξιοκρατία καταστεί κύριο χαρακτηριστικό του δημόσιο βίου. Σε διαφορετική περίπτωση, η απαξίωση στους θεσμούς και η κατηφορική πορεία θα συνεχισθούν.

**2 Κοινωνικά πως μεταφράζεται η έλλειψη αξιοκρατίας.** Πρώτον, η αξιοκρατία επιβάλλεται ως μέσο καλύτερης αξιοποίησης του ανθρώπινου δυναμικού (του πολυτιμότερου κεφαλαίου της Κύπρου). Εξ ορι σμού, όταν επικρατεί η αναξιοκρατία, αναδεικνύεται η μετριότητα. Η εξέλιξη αυτή συνεπάγεται σοβαρό οικονομικό, κοινωνικό και πολιτικό κόστος όπως η ανεργία, η μετανάστευση ικανών νέων, ο υποβιβα σμός της Κύπρου σε διάφορα επίπεδα και η απώλεια ηθικής υπεροχής. Το τι βιώνει η Κύπρος σήμερα είναι ενδεικτικό: τα υφιστάμενα θλιβερά φαινόμενα και δεδομένα σχετίζονται με την απουσία επαρκούς ηγεσίας και την αναξιοκρατία. Δεύτερον, η αξιοκρατία επιβάλλεται και για σκοπούς κοινωνικής συνοχής, η οποία είναι υψίστης σημασίας για ομαλό δημόσιο βίο. Όταν απουσιάζει η κοινωνική συνοχή, δηλητηριάζονται οι σχέσεις μεταξύ πολιτών, φορέων εξουσίας και του κράτους γενικότερα, και δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος δυσπιστίας, αμφισβήτησης και απαξίωσης. Τρίτον, η αξιοκρατία προβάλλει επίσης ως ύψιστη αναγκαιότητα και για σκοπούς κοινωνικής δικαιοσύνης.

**3 Στην Κύπρο της ημικατοχής.** Εάν, ιδίως, σε μία χώρα η οποία βρίσκεται υπό ημικατοχή και αγω νίζεται για εθνική επιβίωση, δεν υφίσταται κοινωνική δικαιοσύνη, τότε και αρκετές άλλες αξίες καταρρέουν. Επιπρόσθετα ενθαρρύνεται ο άκρατος ατομικισμός και παραμερίζεται η φιλοσοφία του εθνικού συμφέροντος ως σημαντική αξία. Κάτω απ' αυτές τις συνθήκες, σχεδόν τίποτε δεν παραμένει όρθιο μακρο- πρόθεσμα. Έτσι, ακόμα και οι πιο γνήσιες και ειλικρινείς προσπάθειες τίθενται υπό αμφισβήτηση.

**4 Συμπερασματικά.** Εν κατακλείδι, η αναξιοκρατία και η ευνοιοκρατία, ως αντίθετες έννοιες της αξιοκρατίας, υποσκάπτουν το δημόσιο συμφέρον και ενθαρρύνουν τη φαυλοκρατία. Η απαξίωση της πολιτικής δεν είναι ανεξάρτητη από αυτά τα αρνητικά δεδομένα Για να επιβιώσει η Κύπρος, πρέπει να κάνει τις καλύτερες δυνατές επι- λογές, διότι, σε διαφορετική περί- πτωση, θα συνεχισθεί ο μαρασμός και θα επέλθει η οριστική συντριβή. Εν ολίγοις, εάν η κοινωνία επιλέγει τους άριστους και τους εντιμότερους σε όλους τους τομείς, είναι τότε δυνατό να οδηγηθούμε σε καλύτερα αποτελέσματα.



*Καθηγητής Πολιτικής Οικονομίας στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, και Διευθυντής του Κυπριακού Κέντρου Ευρωπαϊκών και Διεθνών Υποθέσεων.

# Υψηλή ποιότητα υπηρεσιών παρέχουν τα ιδρύματα ιδιωτικού δικαίου

**Το μέλλον των ιδρυμάτων ιδιωτικού δικαίου καθώς και τα διάφορα εργασιακά προβλήματα που απασχολούν τους εργαζόμενους, τέθηκαν στο επίκεντρο ανάλυσης και συζήτησης στο πλαίσιο της 1ης Συνδιάσκεψης για τα Ιδρύματα Ιδιωτικού δικαίου που πραγματοποιήθηκε στο οίκημα της ΣΕΚ την περασμένη Πέμπτη 17 Σεπτεμβρίου 2015.**

Ο γ.γ. της ΟΙΥΚ – ΣΕΚ **Ελισσαίος Μιχαήλ** σε χαιρετισμό του τόνισε χαρακτηριστικά πως με την ίδρυση των ιδρυμάτων, το κράτος κάλυψε τα σοβαρά του κενά στους τομείς της εκπαίδευσης, της υγείας και της έρευνας, προσφέροντας υψηλή ποιότητα υπηρεσιών. Ο κ. Ελισσαίος, αναφέρθηκε παράλληλα πως μέσα από τη συνομολόγηση συλλογικών συμβάσεων οι εργαζόμενοι μέσω των συντε-

**• Καλύπτουν κενά του κράτους στους τομείς της εκπαίδευσης, υγείας και έρευνας**

χνιών τους, πέτυχαν ικανοποιητικούς όρους απασχόλησης. Αναφερόμενος ωστόσο στην περίοδο μετά το 2011, τόνισε χαρακτηριστικά, ότι στην απουσία διαλόγου, με νομοθεσία έγιναν αποκοπές στους μισθούς των εργαζομένων που πλήρωσαν αναλογικά περισσότερα από τους εργαζόμενους του δημοσίου τομέα, αφού δεν είχαν τα ίδια ωφελήματα.

Στο πλαίσιο της συνδιάσκεψης ο υφυπουργός παρά τω προέδρω **Κωνσταντίνος Πετρίδης,** ανέλυσε και επεξήγησε το πλαίσιο του εκσυγχρονισμού της δημόσιας υπηρεσίας και τις προεκτάσεις στους εργαζόμενους των ιδρυμάτων ιδιωτικού δικαίου. Ο κ. Πετρίδης, επεσήμανε, πως θα υπάρχει διασύνδεση των μισθολογικών αυξήσεων στο δημόσιο τομέα με το ρυθμό ανάπτυξης του ονομαστικού ακαθάριστου εθνικού προϊόντος.

Τα επαγγελματικά θέματα ανάλυσε ο

• Το μέλλον των ιδρυμάτων στο μικροσκόπιο της 1ης Συνδιάσκεψης








αναπληρωτής γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας **Μιχάλης Καζαμίας** ο οποίος επεσήμανε, μεταξύ άλλων, πως με τη συνομολόγηση της 1ης συλλογικής σύμβασης έχει θωρακιστεί η εργασία από τα προσωπικά συμβόλαια τακτής προθεσίας. Πρόσθεσε δε πως η δημιούργια της συλλογικής σύμβασης και η πρώτη καταγραφή των όρων απασχόλησης τροχοδρόμησε αμετάκλητα τον τρόπο και τη μέθοδο του καθεστώτος εργοδότησης των εργαζομένων στους Οργανσμούς Ιδιωτικού Δικαίου.

**ΚΛΑΔΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ ΙΔΙΩΤΙΚΟΥ ΔΙΚΑΟΥ**

Χάρις Ιωαννίδου
Γεωργία Ηροδότου
Σάντρα Κακογιάννη
Νατάσα Λάμπρου – Μηνά
Λήδα Σκουφάρη
Πατρίκιος Τύμβιος
Κοσμάς Βασιλείου
Γιάννης Στυλιανού
Μαρία Αντωνίου

Βρετανικές Βάσεις

# Εντατικές διαβουλεύσεις για επίλυση της εργατικής διαφοράς

Ο κοινωνικός διάλογος παίρνει την τιμητική του, με στόχο την επίλυση της εργατικής διαφοράς στις Βρετανικές Βάσεις, μετά την απόφαση της εργοδοτικής πλευράς να αναστείλει για ένα μήνα την εφαρμογή της νομοθεσίας, που προβλέπει αποκοπή μισθών και ωφελημάτων των εργαζομένων.

Στη συνάντηση εργοδοτικής πλευράς και συντεχνιών την περασμένη Τετάρτη, διαφάνηκε πως τουλάχιστον για τον επόμενο μήνα θα δοθεί η απαιτούμενη έμφαση στις διαβουλεύσεις με στόχο την εξεύρεση κοινής αποδεκτής λύσης για εκτόνωση της κρίσης και επαναφορά της εργασιακής ομαλότητας.

Προς αυτή την κατεύθυνση, οι Βρετανικές Βάσεις ανέστειλαν για ένα μήνα την εφαρμογή της επίμαχης νομοθεσίας για να δοθεί η ευκαιρία στις δυο πλευρές να επιδιώξουν την εξεύρεση λύσης.

Ο επικεφαλής της συντονιστικής επιτροπής των συντεχνιών στις Βρετανικές Βάσεις **Χρήστος Τσιαπούρας** δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» πως ευχή όλων είναι οριστικά και αμετάκλητα να αποσυρθεί η απαράδεκτη νομοθεσία η οποία καταργεί υφιστάμενες συμφωνίες.

Τόνισε παράλληλα πως το οποιονδήποτε αποτέλεσμα προκύψει από τις διαβουλεύσεις, θα τεθεί προς έγκριση η απόρριψη ενώπιον των γενικών συνελεύσεων των εργαζομένων.

Πρόσθεσε ακόμη πως αν οι διαβουλεύσεις δεν φέρουν κανένα αποτέλεσμα τότε η κάθε πλευρά θα εξακολουθεί να εμμένει στις αρχικές της θέσεις.