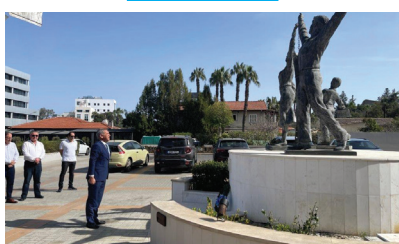


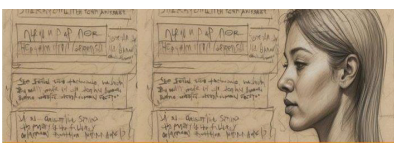


ΡΕΠΟΡΤΑΖ



Η ΣΕΚ τίμησε όσους λάμπρυναν την ωραιότερη σελίδα στην Ιστορία του Κυπριακού Ελληνισμού σελ.16

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΕΚ



Σεξουαλική παρενόχληση και εργασιακός εκφοβισμός στο πλαίσιο του προγράμματος ΘΑΛΕΙΑ σελ.16

ΡΕΠΟΡΤΑΖ

Εισφορά ΣΕΚ στον Παγκύπριο Σύνδεσμο για παιδιά με αυτισμό σελ.5

Κρίσιμη συνάντηση για Στρατηγική απασχόλησης ξένων εργαζομένων

Ύστατη προσπάθεια για εργαζομένους από Τρίτες χώρες

Ως άκρως σημαντική και καθοριστική κρίνεται η σημερινή συνάντηση μεταξύ των συνδικαλιστικών οργανώσεων, της εργοδοτικής πλευράς και του Υπουργού Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, Γιάννη Παναγιώτου, όπου ο αρμόδιος υπουργός αναμένεται να καταθέσει συνολική πρόταση σε ότι αφορά το φλέγον ζήτημα της στρατηγικής εργαζομένων από Τρίτες χώρες.

Το περιεχόμενο της πρότασης του υπουργού θα αξιολογηθεί αφού το συνδικαλιστικό Κίνημα επανειλημμένα έθεσε το θέμα της αλόγιστης παραχώρησης αδειών εργαζομένων από Τρίτες ως φαινόμενο το οποίο οδηγεί στην απορρύθμιση των εργασιακών σχέσεων δημιουργώντας σωρεία προβλημάτων στην αγορά εργασίας.

Στη σημερινή συνάντηση το Συνδικαλιστικό Κίνημα αναμένει συγκεκριμένη πρόταση στην οποία θα διασφαλίζεται η σύσταση τεχνικής επιτροπής παρακολούθησης η οποία θα διέπεται από ξεκάθαρους και συγκεκριμένους όρους εντολής. Παράλληλα, η ΣΕΚ αναμένει πως μέσα από τη σύσταση της τεχνικής επιτροπής θα υπάρξει στενή παρακολούθηση των αναγκών της αγοράς σε ότι αφορά τυχόν ελλείψεις εργατικού δυναμικού ανά τομέα, επιχείρηση, ειδικότητα και ως εκ τούτου οι οποιεσδήποτε απαιτήσεις από την εργοδοτική πλευρά θα πρέπει να είναι στη βάση τεκμηριωμένων στοιχείων. Η συζήτηση για σύσταση της αρμόδιας επιτροπής για τη Στρατηγική απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες χώρες γίνεται σε μια χρονική περίοδο στην οποία με βάση τα επίσημα στοιχεία των αρμόδιων κρατικών υπηρεσιών οι εργαζόμενοι από Τρίτες χώρες έχουν ξεπεράσει συνολικά τους Κοινοτικούς εργαζόμενους. Συγκεκριμένα, στο τέλος του 2023 ο συνολικός αριθμός των εργαζομένων από



Τρίτες χώρες ήταν 59.836 ενώ στο τέλος του 2016 ήταν στις 25.984. Την ίδια στιγμή ο αριθμός των Κοινοτικών εργαζομένων στο τέλος του 2016 ήταν στις 44.489 ενώ στο τέλος του 2023 ο αριθμός αυτός ανερχόταν στις 53.830. Δηλαδή στην περίπτωση των εργαζομένων από Τρίτες χώρες η αύξηση ήταν της τάξεως του 130% ενώ στην περίπτωση των Κοινοτικών εργαζομένων η αύξηση ήταν γύρω στο 19%.

Επιπλέον, η σημερινή συνάντηση λαμβάνει χώρα στη σκιά άλλων σοβαρών και ανοικτών εργασιακών θεμάτων τα οποία αφορούν κυρίως την ανανέωση των συλλογικών συμβάσεων στη ξενοδοχειακή και οικοδομική βιομηχανία, την ώρα μάλιστα που η εργοδοτική πλευρά ισχυρίζεται πως υπάρχουν ελλείψεις εργατικού δυναμικού στους πιο πάνω τομείς της οικονομίας. Η ΣΕΚ θεωρεί πως είναι ανάγκη όπως προϋπάρξει επιτυχής κατάληξη στο ζήτημα της Στρατηγικής Απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες χώρες γιατί μόνο με αυτό τον τρόπο θα διασφαλιστεί η εργατική ειρήνη στους προαναφερόμενους τομείς της οικονομικής δραστηριότητας, με πολλαπλά οφέλη για την οικονομία του τόπου.

Πυξίδα για το μέλλον οι θυσίες των ηρώων μας

Ο κυπριακός ελληνισμός γιόρτασε με λαμπρότητα και φέτος την 69η επέτειο της έναρξης του Εθνικο-απελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ, 1955 - 1959.

Εξηνταεννέα χρόνια πέρασαν από τότε που οι Έλληνες της Κύπρου αποφάσισαν να πάρουν τα όπλα, να ανεβούν στα βουνά και να διεκδικήσουν το αυτονόητο, αυτοδιάθεση και ενσωμάτωση στον μητροπολιτικό ελληνισμό. Εμπνευσμένοι από την ιστορία της αιώνιας Ελλάδας, υπό τις προσταγές του Στρατηγού Διγενή, δεν υπολόγισαν στρατιωτικές ισορροπίες και το γεγονός ότι είχαν να αντιμετωπίσουν έναν πάνοπλο και καλά εξοπλισμένο κατακτητή. Το μόνο τους μέλημα ήταν η ανιδιοτελής τους αγάπη για την Ελλάδα. Η ΣΕΚ νοιώθει περήφανη γιατί αποτέλεσε φυτώριο αγωνιστών του επικού εκείνου αγώνα. Συνολικά 40 ήρωες της ΕΟΚΑ ήταν μέλη της ΣΕΚ. Μεταξύ αυτών και ο Μάρκος Δράκος ο οποίος υπήρξε και μέλος του Γενικού Συμβουλίου του Κινήματος. Ήρωες όπως οι Κυριάκος Μάτσας, Ανδρέας Δη-

μητρίου, Στέλιος Μαυρομάτης, Σάββας Ροτσιδης, Χαρίλαος Μιχαήλ, Ανδρέας Ζάκος, Χρίστος Τσιάρτας, Ανδρέας Κάρυος και άλλοι πολλοί ωραίοι Έλληνες, υπήρξαν μέλη της ΣΕΚ. Άλλοι μαρτύρησαν στην αγχόνη, άλλοι στα κρησφύγετα και άλλοι στα βασανιστήρια. Ποτέ τους δεν λύγισαν, δεν υποχώρησαν, δεν λιποτάκτησαν, βάδισαν περήφανα στην αγχόνη τραγουδώντας μέχρι την ύστατη στιγμή τον Εθνικό Ύμνο, βροντοφωνάζοντας μέσα από τα κρησφύγετα «Μολών Λαβέ».

40 ήρωες της ΕΟΚΑ υπήρξαν μέλη της ΣΕΚ

Δυστυχώς, στις μέρες μας η Κύπρος συνεχίζει να αντιμετωπίζει σοβαρές απειλές. Απειλές που έχουν να κάνουν κυρίως με την εθνική μας επιβίωση. Ο ένδοξος αγώνας της ΕΟΚΑ αποτελεί για όλους τους Έλληνες Κύπριους πυξίδα για τον τελικό στόχο που δεν είναι άλλος από την απελευθέρωση της Κύπρου από τα τουρκικά κατοχικά

στρατεύματα. Για να μπορέσει να επιτευχθεί όμως ο πιο πάνω στόχος είναι ανάγκη όπως υπάρξει μια ενιαία και αποφασιστική στρατηγική έναντι του τουρκικού επεκτατισμού. Χρειάζεται συνένωση δυνάμεων, ομοψυχία και συνεργασία σε επίπεδο πολιτικής ηγεσίας τόσο στην Κύπρο όσο και στην Ελλάδα. Την ίδια ώρα είναι αναγκαία όσο ποτέ άλλοτε η Ευρωπαϊκή Ένωση να εντατικοποιήσει την εμπλοκή της στις διαπραγματεύσεις για επίλυση του πολιτικού μας προβλήματος, το οποίο θα πρέπει να τονίζουμε πάντα πως είναι πρόβλημα εισβολής, κατοχής και εποίκισμού. Γι' αυτό ότι κερδήθηκε με το αίμα και τις θυσίες των ηρώων του 1955 - 1959 θα πρέπει να διαφυλαχθεί ως κόρη οφθαλμού και αυτό δεν είναι άλλο από τη διατήρηση της κρατικής μας υπόστασης, σε συνάρτηση με την διασφάλιση της εφαρμογής των αρχών και αξιών της Ε.Ε όπως και της εφαρμογής του κοινοτικού κεκτημένου σε όλη την επικράτεια της Κυπριακής Δημοκρατίας.

Εθνικός κατώτατος μισθός σε σωστές βάσεις



Στηρίζουμε διασύνδεση του με ωριαία απόδοση

Ρίζωσε για τα καλά η ακρίβεια



Οι πολίτες δυσκολεύονται σοβαρά

Γινόμαστε μάρτυρες της απουσίας ουσιαστικής διαβούλευσης



Σε σχέση με τις μεγάλες μεταρρυθμίσεις

ΑΤΑ για όλους και στην πλήρη της μορφή



Όχι κλιμακωτή όπως θέλουν κάποιοι

Το δημογραφικό πρόβλημα παραμένει οξύ



Όρα από τα λόγια στις πράξεις

Ιδρυθήκαμε πριν από 80 χρόνια



Πορευόμαστε με αναλλοίωτες αρχές και αξίες

Καλή λευτεριά σε όλες και όλους



Ζήτω η 1η Απριλίου και η ΕΟΚΑ

Ητουριστική περίοδος πλησιάζει



Και η υπομονή μας εξαντλείται στα ξενοδοχεία

Φωτιά ξανά στην τιμή της βενζίνης



Μόνο το ποδήλατο θα μας σώσει

Ωφέλιμοι για την κοινωνία όταν υπηρετούμε το κοινό καλό



Πορευόμαστε στη βάση της ανεξαρτησίας μας

Να έχουμε πάντα στο νου μας αρχές και αξίες



Όπως είχαν τα παλληκάρια της ΕΟΚΑ

Η παραγωγικότητα διολισθαίνει συνεχώς



Η ΣΕΚ φωνάζει εδώ και χρόνια για το ζήτημα

Για όσους ψάχνουν το άρθρο του Χρίστου Καρύδη...

Από το 2020 μέχρι και την περασμένη Τετάρτη, σε αυτή ακριβώς τη θέση της σελίδας αρθρογραφούσε ο **Χρίστος Καρύδης** που κατείχε τη θέση του υπεύθυνου Οικονομικών Μελετών της ΣΕΚ από την 1η Μαρτίου 2000.

Ο Χρίστος ένας έγκριτος δημοσιογράφος και οικονομολόγος με πλούσια εμπειρία στα εργατικά, κοινωνικά και οικονομικά ζητήματα κατέγραφε τις θέσεις και τις απόψεις του χωρίς φόβο και πάθος.

Με τεκμηριωμένο λόγο και με υπόβαθρο τις γνώσεις, την εμπειρία αλλά και πάνω από όλα το ήθος του, αποτελούσε καταπέλτη για όσους επιχειρούσαν να αμφισβητήσουν τα λεγόμενα του. Η μνήμη του δεν τον πρόδιδε ποτέ. Θυμόταν με κάθε λεπτομέρεια πράγ-

ματα και καταστάσεις ακόμη και αυτούσιους διαλόγους και ημερομηνίες που δεν άφηναν κανένα ενδοιασμό σε κανένα για το εύρος της γνωστικής του ικανότητας.

Ο Χρίστος Καρύδης μετά από πολυετή υπηρεσία στο Κίνημα της ΣΕΚ αφυπηρέτησε την περασμένη Παρασκευή στα 65 του χρόνια, αφήνοντας μας πλούσιο και παραγωγικό έργο μέσα από τις αναρίθμητες μελέτες και την αρθρογραφία του, ενώ ως γραμματέας του Σωματείου Καταναλωτών ΣΕΚ έδινε συνεχείς μάχες για την αντιμετώπιση της ακρίβειας, τον αθέμιτο ανταγωνισμό και την εκμετάλλευση.

Τον ευχαριστούμε για την προσφορά του και του ευχόμαστε σωματική, ψυχική και πνευματική υγεία ώστε να απολαύσει την

οικογένεια του αλλά και ότι άλλο τον ευχαριστεί.

Στη θέση του Χρίστου Καρύδη, προσελήφθηκε ο Γιώργος Πυρίσιης, Οικονομολόγος και δημοσιογράφος ο οποίος από σήμερα Τετάρτη 2 Απριλίου θα αρθρογραφεί και θα συνεισφέρει με τις γνώσεις του στο Κίνημα της ΣΕΚ. Καλή αφυπηρέτηση Χρήστο, καλωσόρισες και επίσημα Γιώργο.

Η ΣΕΚ μετά από 80 χρόνια πλούσιας δράσης και προσφοράς θα συνεχίσει στο διηνεκές να προσφέρει τη δυνατότητα, σε όσους υπηρετούμε τα συνδικαλιστικά ιδεώδη να αγωνιζόμαστε για τα δίκαια των εργαζομένων, προάγοντας σε όλες τις εκφάνσεις της καθημερινότητας το ηθικό και το δίκαιο.

Δέσποινα Ησαΐα

Οι πράσινες φορολογίες και η ομαλή μετάβαση

Η φορολογική μεταρρύθμιση αποτέλεσε και αποτελεί για τη ΣΕΚ ένα από τα πιο σημαντικά σημεία των θέσεων της τα τελευταία έτη. Δυστυχώς, και ενώ η Συνδικαλιστική μας Οργάνωση με δημόσιες τοποθετήσεις της και παρεμβάσεις



Του Γιώργου Πυρίσιη
Υπεύθυνος Τμήματος
Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

στελεχών της από το 2017 ήγειρε την ανάγκη για μια Πράσινη Φορολογική Μεταρρύθμιση (διαβλέποντας και την τάση σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση) καθυστερήσαμε ως πολιτεία να δράσουμε εγκαίρως. Το γεγονός αυτό ενέχει κινδύνους καθώς μια βεβιασμένη και ελλιπής πράσινη φορομεταρρύθμιση πιθανόν να επιφέρει υψηλό κόστος μετάβασης το οποίο θα καλεστούν να επωμισθούν τόσο οι εργαζόμενοι όσο και οι επιχειρήσεις.

Σήμερα βρισκόμαστε στο παρά πέντε της πράσινης φορολογικής μεταρρύθμισης και η ΣΕΚ θεωρεί πως μέσω αυτής της με-

ταρρύθμισης θα πρέπει να διασφαλίζονται ορισμένες βασικές πρόνοιες:

- Το φορολογικό βάρος θα πρέπει να μετατοπιστεί από την εργασία στη ρύπανση, στη βάση και της αρχής ότι ο ρυπαίνων πληρώνει.

- Παράλληλα, για να είναι πραγματικά δημοσιονομικά ουδέτερη μια πράσινη φορολογική μεταρρύθμιση θα πρέπει το κράτος να παρέχει αντισταθμιστικά μέτρα, μέσα από πράσινες πολιτικές, (δηλαδή εναλλακτικές λύσεις). Αυτό θεωρούμε πως θα βοηθήσει σε μια πιο ομαλή μετάβαση μειώνοντας έτσι το κόστος. Με λίγα λόγια τα έσοδα τα οποία θα λάβει το κράτος θα πρέπει να επιστραφούν υπό μορφή πράσινων αντισταθμιστικών μέτρων.

- Η φορολόγηση του εισοδήματος θα πρέπει να εφαρμοστεί στη βάση της σύνθεσης της οικογένειας. Η ΣΕΚ δεν συμφωνεί με την αύξηση του αφορολόγητου (ήδη περίπου 48% των μισθωτών σε ότι αφορά τις αμοιβές τους είναι κάτω από €19500, με βάση τα πιο πρόσφατα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου).

Επιπλέον, μια αύξηση του αφορολόγητου ορίου πιθανόν να δημι-

ουργήσει και περαιτέρω ανισότητες, ενώ αυτοί που υποστηρίζουν την αύξηση του αφορολόγητου θα πρέπει να μας απαντήσουν από πού θα εξεύρει το κράτος την απώλεια εσόδων από μια τέτοια πολιτική (ήδη το κράτος απώλεσε δεκάδες εκατομμύρια ευρώ από την επιφανειακή και χωρίς μελέτη απόφαση της να καταργήσει το ετήσιο τέλος των €350 στις εταιρείες).

Ως ΣΕΚ θεωρούμε πως η εφαρμογή της Πράσινης Φορολογικής Μεταρρύθμισης θα πρέπει να είναι προϊόν κοινωνικού διαλόγου, ώστε να γεφυρώνει και οποιεσδήποτε αντιθέσεις ενδεχομένως να υπάρχουν ανάμεσα στους κοινωνικούς εταίρους. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την ενεργοποίηση της Συμβουλευτικής Οικονομικής Επιτροπής (ΣΟΕ) ώστε να υπάρξει δυνατότητα διασύνδεσης της με μεταρρυθμίσεις και πολιτικές οι οποίες είναι σε συνάρτηση με άλλη υπουργεία όπως το Ενέργειας και Εργασίας. Η ενεργότερη εμπλοκή των κοινωνικών εταίρων στην Πράσινη Φορολογική Μεταρρύθμιση θα ενισχύσει και το αίσθημα αποδοχής της κοινής γνώμης προς την πράσινη μετάβαση.

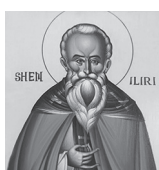
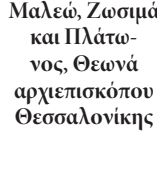
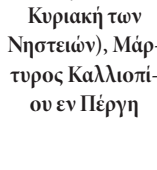
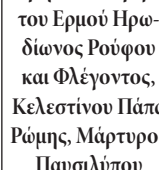
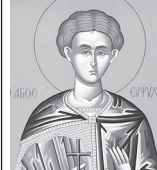
“ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ”

Εβδομαδιαίο Εκφραστικό Όργανο της ΣΕΚ
Διευθυντής: Ανδρέας Φ. Μάτσας
Αρχισυντάκτης: Δέσποινα Ησαΐα
Τηλ: 22849849, Φαξ: 22849850
Τυπογραφείο: Proteas
Email: sek.1944@icloud.com

Τηλέφωνα επικοινωνίας:
Λευκωσία 22849849
Λεμεσός 25861000
Αμμόχωστος 23821432
Λάρνακα 24633633
Πάφος 26811639



ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2023

Τετάρτη 3 Απριλίου	Πέμπτη 4 Απριλίου	Παρασκευή 5 Απριλίου	Σάββατο 6 Απριλίου	Κυριακή 7 Απριλίου	Δευτέρα 8 Απριλίου	Τρίτη 9 Απριλίου
Οσίου Ιλλυριού	Οσίων Γεωργίου του εν τω Μαλεώ, Ζωσιμά και Πλάτωνος, Θεωνά αρχιεπισκόπου Θεσσαλονίκης	Γ' Χαιρετισμοί, Αγίας Αργυρής νεομάρτυρος	Αγίου Ευτυχίου	Της Σταυροπροσκυνήσεως (Γ' Κυριακή των Νηστειών), Μάρτυρος Καλλισπίου εν Πέργη	Των Αποστόλων Αγάβου Ασυνκρίτου Ερμού Ηρωδίου Ρούφου και Φλέγοντος, Κελεστίνου Πάπα Ρώμης, Μάρτυρος Πανσιλύπου	Αγίου Ευφυχίου μάρτυρος
						

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



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Προκήρυξη διαγωνισμού για την αγορά υπηρεσιών τριών ερευνών για τις ανάγκες της αγοράς εργασίας

Η Συνομοσπονδία Εργαζομένων Κύπρου (ΣΕΚ), στο πλαίσιο συμμετοχής της ως Φορέας Υλοποίησης του έργου «Ενίσχυση της Ικανότητας των Συνδικαλιστικών Στελεχών για Αναβάθμιση του Κοινωνικού Διαλόγου», επιθυμεί να αγοράσει υπηρεσίες για τρεις (3) έρευνες αγοράς για τις ανάγκες της αγοράς εργασίας.

Οι πιο πάνω έρευνες αποτελούν τον 7ο τομέα δράσης του ευρύτερου έργου «Capacity Building of Trade Unions for Social Dialogue Improvement» κατόπιν σχετικής πρότασης της ΣΕΚ, για την προγραμματική περίοδο 2021-2027 μέσω του Προγράμματος Πολιτικής Συνοχής «ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027».

Η αγορά εργασίας αλλάζει συνεχώς με πολύ έντονους ρυθμούς. Το ίδιο αλλάζουν και οι ανάγκες των εργαζομένων αλλά και οι υποχρεώσεις των εργοδοτών και για το λόγο αυτό χρειάζεται μία συνεχείς παρακολούθηση όλων των εξελίξεων, αλλά κυρίως χρειάζεται η μελέτη για την εξέλιξη της αγοράς εργασίας μελλοντικά, ούτως ώστε να προωθηθούν έγκαιρα πολιτικές που θα αντιμετωπίζουν

αυτές τις αλλαγές και θα ανταποκρίνονται στις μελλοντικές απαιτήσεις σε επίπεδο εκπαίδευσης και κατάρτισης.

Για το σκοπό αυτό θα πραγματοποιηθούν τρεις (3) έρευνες αγοράς τόσο σε επίπεδο γενικού πληθυσμού, όσο και σε συγκεκριμένους τομείς της οικονομικής δραστηριότητας, εστιάζοντας σε πλήρη δημογραφική ανάλυση.

Οι έρευνες θα επικεντρωθούν στους ακόλουθους τομείς:

1. «Ασφάλεια και Υγεία» εντοπίζοντας στοιχεία που αφορούν την σωστή ενημέρωση ή γνώση των προνοιών των σχετικών νομοθεσιών και της εφαρμογής τους σε επιχειρησιακό επίπεδο.

2. «Επίπεδα Μισθών» (σε συνάρτηση με την εισαγωγή του Εθνικού Κατώτατου Μισθού από 1/1/2023) και την επίδραση του στους εργαζόμενους, στις επιχειρήσεις και στην οικονομία και επιπρόσθετα σε σχέση με τις αποκλίσεις από το όριο φτώχειας και την ποιότητα ζωής.

3. «Εργασιακός Εκφοβισμός και παρενόχληση» στους χώρους εργασίας και η επίδραση που προκαλείται στα θέματα ασφάλειας και υγείας, παραγωγικότητας, προοπτικών ανέλιξης και εξέλιξης στην απασχόληση.

Οι έρευνες θα περιλαμβάνουν τόσο ποσοτική, όσο και ποιοτική μελέτη, αναλύοντας τα ευρήματα με ουσιαστική τεκμηρίωση και στατιστική επεξεργασία, αλλά και παρουσίαση πρωτογενών στοιχείων στη βάση των ερευνητικών στόχων.

Για τον σκοπό αυτό, οι ενδιαφερόμενοι οικονομικοί φορείς, μπορούν να υποβάλουν την προσφορά τους με βάση τα επίσημα έγγραφα τα οποία είναι αναρτημένα στην ιστοσελίδα της ΣΕΚ, www.sek.org.cy στο πεδίο «ΠΡΟΚΗΡΥΞΗ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ».

Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος Πολιτικής Συνοχής «ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027» με τη συγχρηματοδότηση της ΕΕ.

Στις 19 Σεπτεμβρίου 2024 καθορίστηκε το Παγκύπριο Συνέδριο της ΟΒΙΕΚ-ΣΕΚ

Το Γενικό Συμβούλιο της ΟΒΙΕΚ - ΣΕΚ σε πρόσφατη συνεδρία του στο Οίκημα της ΣΕΚ καθόρισε για τις **19 Σεπτεμβρίου 2024** την πραγματοποίηση του Παγκυπρίου Συνεδρίου της Ομοσπονδίας, το οποίο θα καθορίσει τους νέους στόχους και επιδιώξεις για την επόμενη τετραετία.

Στο πλαίσιο της συνεδρίας εξετάστηκαν επίσης τα Οργανωτικά και Οικονομικά αποτελέσματα της Ομοσπονδίας για το 2023. Έγινε επίσης αναφορά για τις Συλλογικές Συμβάσεις που έληξαν 31 Δεκεμβρίου 2023 και εγκρίθηκε ο προϋπολογισμός.

Ο γ.γ. της ΟΒΙΕΚ - ΣΕΚ **Γιώργος Κασσιούρης** εξέφρασε την ικανοποίηση του για τα θετικά αποτελέσματα που αποτυπώνονται σε αύξηση μελών, μετά την περίοδο της Πανδημίας και συνεχάρη τους Οργανωτικούς Γραμματείς και τον μηχανισμό της Ομοσπονδίας για την τεράστια προσπάθεια που κατέβαλαν. Τόνισε δε πως αποτελεί πλεονέκτημα για τον κάθε εργαζόμενο να είναι στις τάξεις του συνδικαλιστικού κινήματος αφού μέσα από τις συλλογικές συμβάσεις εργασίας βελτιώνονται και διασφαλίζονται τα εργασιακά δικαιώματα.

ΥΠΟΧΡΕΩΣΗ ΤΩΝ ΚΡΑΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΡΓΟΔΟΤΩΝ

Αποτελεί σκάνδαλο να μην πληρώνεται η πρακτική άσκηση

Την ανάγκη όπως βελτιωθεί η προτεινόμενη οδηγία του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου που αφορά την απαγόρευση της απλήρωτης πρακτικής άσκησης, επισημαίνουν τα Ευρωπαϊκά Συνδικάτα, ETUC.

Ενώ χαιρετίζει την πρόθεση του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου μέσω της συγκεκριμένης οδηγίας ώστε να απαγορευτεί η απλήρωτη πρακτική άσκηση, εντούτοις σε ανακοίνωση της τονίζει ότι η οδηγία θα πρέπει να ξεκαθαρίζει κάποια σημεία ώστε να μην αφήνεται το περιθώριο για παρερμηνείες οι οποίες θα έκαναν ορατό τον κίνδυνο εκμετάλλευσης. Παράλληλα, τονίζεται στην ανακοίνωση πως η υποχρέωση διασφάλισης ποιοτικής πρακτικής άσκησης θα πρέπει να ανατεθεί στα κράτη μέλη και στους εργοδότες και όχι στους εργαζόμενους.

Ο Συνομοσπονδιακός γραμματέας της ETUC, **Tea Jarc** ανέφερε πως η πρακτική άσκηση χωρίς οικονομική βοήθεια σημαίνει πως λαμπροί νέοι από την εργατική τάξη αποκλείονται από πολλές σταδιοδρομίες επειδή δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα να εργαστούν δωρεάν. «Πρόκειται για μια αθέμιτη πρακτική που δημιουργεί κοινωνική ανισότητα», είπε. Παράλληλα, ανέφερε πως η οδηγία η οποία προτείνεται, ελάχιστα συμβάλει στην αντιμετώπιση αυτού του «σκανδάλου» όπως το χαρακτήρισε, αφού όπως είπε η υποχρέωση θα πρέπει να βαρύνει τους εργοδότες. «Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, τα συνδικάτα και οι πολίτες έχουν υποστηρίξει σταθερά την απαγόρευση της άμισθης πρακτικής άσκησης και τώρα είναι ζωτικής σημασίας να υλοποιηθεί το αίτημα αυτό στην τελική οδηγία», κατέληξε ο Tea Jarc.



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΒΕΛΤΙΩΣΗΣ

ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ ΜΕΛΩΝ

Προκήρυξη Θέσης Συντηρητή

Η ΣΕΚ και ο Οργανισμός Βελτίωσης Ποιότητας Ζωής Μελών (ΟΒΠΖΜ) - ΣΕΚ, δέχεται αιτήσεις, για πλήρωση μίας μόνιμης θέσης συντηρητή των εξοχικών κατοικιών της. Η τοποθέτηση θα είναι στο Συγκρότημα Διαμερισμάτων Πρωταράς - ΣΕΚ.

Η αίτηση πρόσληψης και το σχέδιο υπηρεσίας, που καταγράφονται, η μισθοδοσία, τα καθήκοντα και ευθύνες, τα απαιτούμενα προσόντα και άλλες πρόσθετες πληροφορίες βρίσκονται στην ιστοσελίδα της ΣΕΚ στη διεύθυνση www.sek.org.cy.

Η αίτηση πρόσληψης, θα πρέπει να συμπληρωθεί και να επιστραφεί με όλα τα απαιτούμενα, στον Γενικό Ταμία της ΣΕΚ, στη διεύθυνση Λεωφόρος Στροβόλου 11, 2018 Στρόβολος **μέχρι την Παρασκευή 5 Απριλίου 2024 και ώρα 1:30 μμ.**

“Σταθερά Βήματα” για βελτίωση της υγείας μας

Περπατώ, περπατώ μέσα στο δάσος...

Πόσα βήματα όμως πρέπει να κάνουμε για να βελτιώσουμε την υγεία μας;

Συχνά ακούμε ότι ο «χρυσός αριθμός» είναι 10.000 βήματα την ημέρα, όμως αυτό δεν είναι τόσο εύκολο, ιδιαίτερα αν έχουμε ένα γεμάτο καθημερινό πρόγραμμα.

Η αλήθεια είναι ότι ο αριθμός των 10.000 βημάτων προήλθε από τη διαφημιστική καμπάνια της ιαπωνικής Yamasa Clock and Instrument Company. Το 1965 λάνσαρε στην αγορά ένα βηματόμετρο, το «Manpro-kei», το οποίο μεταφράζεται περίπου σε «δέκα χιλιάδες βήματα». Αλλά αυτός ήταν απλά ένας στρογγυλός αριθμός.

Τα περισσότερα οφέλη παρατηρούνται με τον αριθμό των περίπου 7.000 βημάτων

Σταδιακά, ο κανόνας των 10.000 βημάτων την ημέρα υιοθετήθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και από την Αμερικανική Καρδιολογική Εταιρεία. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια ολοένα και περισσότεροι ειδικοί εκφράζουν τις αμφιβολίες τους. Ένα πρόβλημα είναι ότι δεν λαμβάνεται υπόψη η ένταση της άσκησης. Η αύξηση του καρδιακού ρυθμού που συμβαίνει με το γρήγορο περπάτημα είναι πολύ σημαντική.

Πρόσφατη μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο American Journal of the American College of Cardiology, προτείνει τον βέλτιστο αριθμό με τον οποίο επιτυγχάνονται τα περισσότερα οφέλη για τους περισσότερους ανθρώπους.



Στην έρευνα αυτή, πραγματοποιήθηκε συστηματική ανασκόπηση της επιστημονικής βιβλιογραφίας και έγινε μετα-ανάλυση δεδομένων από 12 διεθνείς μελέτες που αφορούσαν σε περισσότερους από 110.000 συμμετέχοντες. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η μεγαλύτερη μείωση του κινδύνου πρόωρου θανάτου επιτυγχάνεται με την επίτευξη περίπου 9.000 βημάτων την ημέρα, που αντιστοιχούν σε περίπου 6,5 χιλιόμετρα.

Αν θέλουμε να εστιάσουμε στις πιθανότητες θανάτου από καρδιαγγειακή νόσο, τα περισσότερα οφέλη παρατηρούνται με τον αριθμό των περίπου 7.000 βημάτων.

Σημειώνεται ότι τα ευρήματα αυτά συνάδουν με άλλες μελέτες που δείχνουν ότι τα περισσότερα οφέλη για την υγεία επιτυγχάνονται με λιγότερα από 10.000 βήματα την ημέρα.

Η μεγαλύτερη μείωση του κινδύνου πρόωρου θανάτου επιτυγχάνεται με περίπου 9.000 βήματα την ημέρα

Ας μην το παρακάνουμε...

Μια άλλη μελέτη, που δημοσιεύτηκε στην επιθεώρηση «JAMA Network in Nutrition, Obesity, and Exercise», αναφέρει ότι με 7.000 βήματα ημερησίως μειώνουμε τον κίνδυνο πρόωρου θανάτου και ανοίγουμε τον δρόμο για μια μεγαλύτερη και πιο υγιή ζωή.

Οι επιστήμονες, από το Πανεπιστήμιο της Μασαχουσέτης, διεξήγαγαν μια μακροχρόνια μελέτη σε 2.110 άτομα, άντρες και γυναίκες με μέσο όρο ηλικίας τα

45 περίπου χρόνια, από το 2005 έως το 2018. Μέχρι το τέλος της, το 3% των συμμετεχόντων είχε πεθάνει. Οι ειδικοί παρατήρησαν ότι εκείνοι που έκαναν περίπου 7.000 βήματα την ημέρα διέτρεχαν 50-70% χαμηλότερο κίνδυνο πρόωρου θανάτου από όσους δεν περπατούσαν πολύ. Ο ρυθμός των βημάτων δεν φάνηκε να συνδέεται ιδιαίτερα με την κατάσταση της υγείας των συμμετεχόντων – μόνο ο αριθμός τους.

Οι άνθρωποι όμως που έκαναν πάνω από 10.000 βήματα την ημέρα δεν παρατηρήθηκε να απολαμβάνουν επιπλέον οφέλη όσον αφορά τη μακροζωία. Όσο περισσότερο περπατάμε λοιπόν καθημερινά, τόσο το καλύτερο, αλλά δεν υπάρχει λόγος να το «παρακάνουμε», τουλάχιστον αν βρίσκομαστε στη λεγόμενη μέση ηλικία.

Η μοναξιά βλάπτει σοβαρά την υγεία

Είναι πιο επικίνδυνη από την παχυσαρκία, το αλκοόλ και το κάπνισμα

Η μοναξιά είναι πιο επικίνδυνη για την υγεία – ιδίως των μεγαλύτερων ενηλίκων – από ό,τι η παχυσαρκία, η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ και το κάπνισμα 15 τσιγάρων την ημέρα τονίζουν ερευνητές από το Ινστιτούτο Regenstrief και την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου της Ιντιάνα.

Σύμφωνα με τη μελέτη τους που δημοσιεύθηκε στο Journal of the American Geriatrics Society, η απομόνωση επηρεάζει σημαντικά τη σωματική και ψυχική τους υγεία, μειώνοντας τη συνολική ποιότητα ζωής τους.

«Με βάση τη βιβλιογραφία και την έρευνα, η μοναξιά έχει σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία, οπότε με τον ίδιο τρόπο που οι γιατροί ρωτάνε τους ασθενείς τους αν καπνίζουν ή αν μετράνε την πίεσή τους θα έπρεπε να τους ρωτάνε και αν δέχονται την απαραίτητη υποστήριξη από το κοινωνικό τους περιβάλλον», σημειώνουν οι συγγραφείς της μελέτης σε δελτίο Τύπου.

Η ερευνητική ομάδα προτείνει ότι στην περίθαλψη πρέπει να περιλαμβάνονται και οι απαραίτητοι πόροι για την αντιμετώπιση της μοναξιάς.

«Εδώ και πολύ καιρό η μοναξιά παραμένει στη σκιά, αθέατη, προκαλεί όμως ψυχικές και σωματικές ασθένειες», αναφέρει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ).

Και, παρόλο που η απομόνωση θεωρείται πρό-



βλημα κυρίως των ανεπτυγμένων χωρών του δυτικού κόσμου, οι ειδικοί επισημαίνουν ότι η κοινωνική απομόνωση δεν γνωρίζει σύνορα ούτε ηλικία, προσθέτοντας πως περίπου ένα δισεκατομμύριο άνθρωποι, εκ των οποίων το ένα τέταρτο έφηβοι, ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας.

Ειδικά για τους ηλικιωμένους, η μοναξιά συνδέεται με αυξημένο κατά 50% κίνδυνο εμφάνισης άνοιας και 30% εμφάνισης στεφανιαίας νόσου ή εγκεφαλικού επεισοδίου.

Πρόσφατη μελέτη του Πανεπιστημίου της Γλασκώβης στη Σκωτία, δείχνει ότι η απουσία συναναστροφών με φίλους ή συγγενείς μπορεί να αυ-

ξήσει τον κίνδυνο πρόωρου θανάτου κατά 39%.

Επιπλέον, προηγούμενη μελέτη που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό Cancer, αναφέρει ότι οι ενήλικες που ζουν και αισθάνονται μόνοι τους έχουν 32% περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από καρκίνο, σε σχέση με τους ενήλικες που ζουν μαζί με άλλους.

Μάλιστα, ο κίνδυνος αυτός φτάνει το 43% για τους ενήλικες μεταξύ 45 και 64 ετών και οι άνδρες που ζούσαν μόνοι τους είχαν 1,3 φορές περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από καρκίνο από ό,τι οι γυναίκες.

Προηγούμενη έρευνα που δημοσιεύθηκε στο JAMA Neurology συνδέει τη μοναξιά με νευροεκφυλιστικές ασθένειες όπως η νόσος του Αλτσχάιμερ και η νόσος του Πάρκινσον.

Στοιχεία που παρουσιάστηκαν στο Ετήσιο Συνέδριο της Αμερικανικής Ενδοκρινολογικής Εταιρείας 2023 συνέδεσαν την κοινωνική απομόνωση με αυξημένο κίνδυνο ψυχικών διαταραχών, καθώς και με υψηλότερα ποσοστά νοσηρότητας και θνησιμότητας από όλα τα αίτια.

Γι' αυτό εάν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε παλεύει με αισθήματα απομόνωσης και μοναξιάς, είναι σημαντικό να αναζητήσετε άμεσα βοήθεια και υποστήριξη, είτε πρόκειται για θεραπεία, ομάδες υποστήριξης ή απλά για την επικοινωνία με φίλους.

Ψηφίστηκε η νομοθεσία για τη σταδιακή επέκταση της δωρεάν υποχρεωτικής Προδημοτικής Εκπαίδευσης

• Θα καλύψει παιδιά πέραν των 4 ετών

Η Βουλή των Αντιπροσώπων ψήφισε την περασμένη εβδομάδα τη νομοθεσία για τη σταδιακή επέκταση της δωρεάν υποχρεωτικής Προδημοτικής Εκπαίδευσης από την ηλικία των 4 ετών

Η εν λόγω νομοθετική ρύθμιση αποτελεί και προαπαιτούμενο του Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας. Η προσπάθεια της Διακυβέρνησης Χριστοδουλίδη για εκσυγχρονισμό της χώρας μας και αναβάθμιση του εκπαιδευτικού μας συστήματος είναι συνεχής και αδιάκοπη.

Η ψήφιση της νομοθεσίας αποτελεί μια πολύ θετική εξέλιξη, αφού η εφαρμογή της θα έχει πολλαπλά οφέλη τόσο για τα παιδιά όσο και για τις οικογένειές τους, όπως η διασφάλιση ποιοτικής εκπαίδευσης από την ηλικία των 4 ετών, η συμφιλίωση της οικογενειακής και επαγγελματικής ζωής και η διευκόλυνση της ένταξης ή της επανένταξης των γονέων/κηδεμόνων στην αγορά εργασίας. Ταυτόχρονα, επιτυγχάνεται και η πλήρης αξιοποίηση των κονδυλίων από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας.

Σημειώνεται ότι με την εφαρμογή της νομοθεσίας κατά την επόμενη σχολική χρονιά αναμένεται ότι θα φοιτήσουν περίπου 1500 παιδιά ηλικίας 4 ετών και 6 μηνών μέχρι 4 ετών και 8 μηνών σε δημόσια και κοινοτικά νηπιαγωγεία, ενώ σταδιακά μέχρι τη σχολική χρονιά 2031-2032 θα γίνουν δεκτά παιδιά από 4 ετών στην



Προδημοτική Εκπαίδευση.

Πρόκειται για μια εξέλιξη σταθμό στην ιστορία της κυπριακής εκπαίδευσης, που αναβαθμίζει σημαντικά την προδημοτική εκπαίδευση, με τεράστια παιδαγωγικά και κοινωνικά οφέλη. Ερευνητικά δεδομένα επισημαίνουν ότι, η διετής υποχρεωτική προδημοτική εκπαίδευση

ση οδηγεί σε καλύτερη μαθησιακή πορεία και στην έγκαιρη διάγνωση σε θέματα αλφαριθμητικού, βίας και παραβατικότητας. Παράλληλα, εξασφαλίζει ίσες ευκαιρίες πρόσβασης σε ποιοτικά προγράμματα εκπαίδευσης και διευκολύνει την ένταξη ή την επανένταξη στην αγορά εργασίας των γονέων/κηδεμόνων.

Συνάντηση Αντιπροσωπείας ΟΗΟ – ΣΕΚ και ΕΠΟΕΤ με την Πρόεδρο του Διοικητικού Συμβουλίου της Cyta



Πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 29/03/24 εθιμοτυπική συνάντηση της Προέδρου του Δ/Σ της Cyta **Μαρίας Τσιάκκα** με τον Γενικό Γραμματέα της ΟΗΟ – ΣΕΚ **Αντρέα Ηλία** και εκπροσώπων της ΕΠΟΕΤ (ΟΗΟ – ΣΕΚ), που αποτελείτο από τους **Ηλία Δημητρίου** Επίτιμο Πρόεδρο, **Χριστόδουλο Κακουρή** Α' Αντιπρόεδρο και **Κυριάκο Σιακαλλή**, Αναπληρωτή Γενικό Γραμματέα.

Έγινε ουσιαστική συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων για διάφορα θέματα που απασχολούν τους εργαζομένους και τον Οργανισμό γενικότερα. Διαφάνηκε ότι υπάρχει συναντίληψη και από τις δυο πλευρές για από κοινού διαχείριση των θεμά-

των που έχουν συζητηθεί.

Κοινός στόχος, η διαφύλαξη της ανταγωνιστικότητας και της αποτελεσματικότητας της Cyta, ως Δημόσιος Οργανισμός, που στοχεύει στην εξυπηρέτηση του συνόλου των πολιτών κατά τρόπο που να διασφαλιστεί η ομαλή ψηφιακή μετεξέλιξη της κοινωνίας και της οικονομίας του τόπου.

Η διατήρηση της συνεχούς επικοινωνίας σε όλα τα επίπεδα, μεταξύ των δυο πλευρών, που επαναβεβαιώθηκε, αποσκοπεί στη συμμετοχή των εργαζομένων στην εξυπηρέτηση των στόχων του Οργανισμού, αλλά και στην διαφύλαξη της εργατικής ειρήνης στον Οργανισμό κατά τρόπο που να διευκολύνεται η συνεχής ανοδική πορεία του.

Εισφορά ΣΕΚ στον Παγκύπριο Σύνδεσμο για άτομα με αυτισμό



Στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας για άτομα με αυτισμό, που τιμάται στις 2 Απριλίου αντιπροσωπεία της ΣΕΚ παρέδωσε εισφορά στον Παγκύπριο Σύνδεσμο για άτομα με αυτισμό.

Την επιταγή παρέδωσε στη Διευθύντρια του Συνδέσμου **Αντωνία Μεσαρίτη** το μέλος της Γενικής γραμματείας της ΣΕΚ **Ελισσαίος Μιχαήλ**, συνοδευόμενος από τους οργανωτικούς γραμματείς **Παντελή Κούμα** και **Ζάξο Φυσεντζίδη**.

Στο μεταξύ χθες πραγματοποιήθηκε πορεία για άτομα με αυτισμό με τη συμμετοχή αντιπροσωπείας της ΣΕΚ.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα για άτομα με αυτισμό με το μήνυμα: **LIGHT IT UP BLUE**, φωταγωγήθηκαν κτίρια μεταξύ αυτών και το οίκημα της ΣΕΚ στον Στρόβολο.

Τα πέντε μέτρα της Κυβέρνησης ως αντιστάθμισμα της λήξης της επιδότησης στα καύσιμα

Εκφράζει την απarέσκεια της η ΣΕΚ

Πακέτο πέντε μέτρων ύψους €35,3 εκ. ως αντιστάθμισμα της λήξης από την 1Η Απριλίου του μηδενικού συντελεστή φόρου κατανάλωσης στα καύσιμα ενέκρινε το Υπουργικό Συμβούλιο σε συνεδρία του την περασμένη εβδομάδα.

Πρώτον είναι η επέκταση της κλιμακωτής επιδότησης του κόστους ηλεκτρικού ρεύματος για ακόμα δύο τιμολογούμενους μήνες, τον Μάιο και Ιούνιο, για οικιακούς, εμπορικούς και βιομηχανικούς καταναλωτές. Το εκτιμώμενο κόστος του μέτρου ανέρχεται στα €8 εκατ.

Δεύτερον, η παράταση της εφαρμογής του μηδενικού ΦΠΑ σε βασικά είδη, όπως οι παραδόσεις ψωμιού γάλακτος, αυγά, παιδικές πάνες, παιδικές τροφές κλπ, συμπεριλαμβανομένων των λαχανικών και του κρέατος, μέχρι το τέλος Ιουνίου με κόστος €6 εκατ.

Το τρίτο μέτρο αφορά στην ενίσχυση του οικογενειακού εισοδήματος, ως αντιστάθμισμα της οριζόντιας κατάργησης του μέτρου στα καύσιμα κίνησης.

Η παραχώρηση στοχευμένης εφάπαξ στήριξης, θα καταβληθεί ισόποσα τρεις φορές τους μήνες Απρίλιο, Μάιο και Ιούνιο σε συγκεκριμένα νοικοκυριά που λαμβάνουν επιδόματα από το Υφυπουργείο Κοινωνικής Πρόνοιας.

Συγκεκριμένα, για λήπτες επιδόματος τέκνου με μηνιαίο κόστος €2,1 εκατ., δηλαδή μονογονεϊκές οικογένειες με ετήσιο εισόδημα €19,5 χιλ. και ανώτατο ύψος καταθέσεων €10 χιλ. θα παίρνουν εφάπαξ επίδομα €100 για κάθε τέκνο, αυξανόμενο κατά €50 για κάθε πρόσθετο τέκνο με μέγιστο ποσό τα €250.

Πέραν των τεσσάρων τέκνων, θα παραχωρηθεί επιπρόσθετο ποσό €100. Με αυτό το μέτρο, ανέφερε ο υπουργός, επωφελούνται 5562 μονογονεϊκές οικογένειες.

Για ζεύγος με ετήσιο μισθό €25 χιλ. και ανώτατο ύψος καταθέσεων τις €15 χιλ. το εφάπαξ ποσό θα



είναι €100, αυξανόμενο κατά €50 για κάθε πρόσθετο τέκνο, με μέγιστο ποσό τα €250. Για πέραν των 4 παιδιών, παραχωρείται ποσό €100. Από αυτό το μέτρο επωφελούνται 10233 οικογένειες.

Τα νοικοκυριά που λαμβάνουν ΕΕΕ, που δεν περιλαμβάνονται στις πιο πάνω κατηγορίες, θα λάβουν εφάπαξ ποσό €100 το μήνα για τρεις μήνες και θα επωφεληθούν 17458 νοικοκυριά.

Το τέταρτο μέτρο αφορά την παραχώρηση εφάπαξ ποσού €100 μηνιαίως, για άτομα που είναι λήπτες επιδόματος διακίνησης από το Τμήμα Κοινωνικής Ενσωμάτωσης Ατόμων με αναπηρίες, με κόστος €1,3 εκατ. και θα επωφεληθούν 4200 άτομα.

Το πέμπτο μέτρο αφορά ενίσχυση του εισοδήματος χαμηλοσυνταξιούχων με ποσό €100 το μήνα και αφορά 28 χιλ. χαμηλοσυνταξιούχους.

ΣΕΚ

Η ΣΕΚ εκφράζει την απarέσκεια της σε ότι αφορά τη σημερινή εξαγγελία των πέντε μέτρων εκ μέρους της Κυβέρνησης για αντιμετώπιση της ακρίβειας, καθώς τα μέτρα δεν καλύπτουν τις πραγματικές ανάγκες του κοινωνικού συνόλου.

Σε ότι αφορά το μέτρο σε σχέση με την παράταση της επιδότησης του ρεύματος για τους μήνες Μάιο - Ιούνιο, η ΣΕΚ τονίζει ότι αυτή η προσέγγιση δεν θα έχει ουσιαστικό όφελος στους καταναλωτές

αφού τη συγκεκριμένη περίοδο η κατανάλωση είναι περιορισμένη. Θα ήταν πιο χρήσιμο η επιδότηση να ισχύσει και για τους καλοκαιρινούς μήνες όπου οι ανάγκες σε ρεύμα είναι πολύ μεγαλύτερες.

Σε σχέση με την άρση της επιδότησης στα καύσιμα η ΣΕΚ επανατονίζει ότι μόνο μέσα από την έναρξη στοχευμένης συζήτησης σε πολιτικό επίπεδο για την πράσινη φορομεταρρύθμιση θα δώσει οριστικές και όχι αποσπασματικές λύσεις στη βάση παραχώρησης ολοκληρωμένων αντισταθμιστικών μέτρων.

Επιπρόσθετα σε ότι αφορά τα μέτρα στήριξης των ευάλωτων ομάδων του πληθυσμού με εφάπαξ ποσά, θεωρούμε ότι εάν η Κυβέρνηση δεν προχωρούσε στην κατάργηση του ετήσιου τέλους εταιρειών των €350 με συνολικά έσοδα για το κράτος 45εκ. ετησίως, η κοινωνική στήριξη θα ήταν πιο ενισχυμένη και υποβοηθητική προς τους εργαζόμενους, τους συνταξιούχους τους χαμηλόμισθους και τους μικρομεσαίους.

Τέλος σε ότι αφορά την τοποθέτηση της Κυβέρνησης για την ΑΤΑ, η ΣΕΚ ξεκαθαρίζει για ακόμη μια φορά ότι αυτή αποτελεί σημαντικό ωφέλημα που πηγάζει μέσα από τις συλλογικές συμβάσεις εργασίας και δεν μπορεί να διασυνδέεται με την παραγωγικότητα και την ανταγωνιστικότητα της οικονομίας.

Η ΣΕΚ τονίζει πως οι αποσπασματικές προσεγγίσεις δεν εξυπηρετούν την προώθηση της οικονομικής ανάπτυξης και της κοινωνικής συνοχής και αναμένεται πως θα αξιοποιήσει επιτέλους το πλαίσιο του κοινωνικού διαλόγου έτσι ώστε να προωθηθούν οι μεταρρυθμίσεις που διασυνδέονται με τη συνολική και πράσινη φορολογική μεταρρύθμιση για να μπορέσουν να επέλθουν και τα απαιτούμενα αντισταθμιστικά μέτρα ομαλής μετάβασης, τη μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού και την επέκταση του θεσμού των συλλογικών συμβάσεων έτσι ώστε να μπορούν να στηρίζουν το σύνολο των εργαζομένων.

Ανακοίνωση ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ

«Ενεργό ηφαίστειο» το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό

«Ενεργό ηφαίστειο» είναι το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό εξαιτίας της καθυστέρησης στην ανανέωση της συλλογικής σύμβασης εργασίας του και της μη πλήρωσης εκατοντάδων θέσεων εργασίας Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού σε όλη την Δημόσια Υπηρεσία.

Ενώ έχουν κατατεθεί από τις αρχές Νοεμβρίου 2024 τα αιτήματα ανανέωσης της συλλογικής σύμβασης δεν υπήρξε καμία ουσιαστική πρόοδος ή τοποθέτηση από την πλευρά της κυβέρνησης.

Οι κλίμακες μισθοδοσίας του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού προσωπικού είναι πολύ χαμηλότερες από τις κλίμακες μισθοδοσίας των Δημοσίων Υπαλλήλων.

Από το έτος 2009 και μετά δεν υπήρξε καμία γενική αύξηση παρά μόνο μείωση των αρχικών των κλιμάκων κατά 10%, πάγωμα προσαυξήσεων για πέντε έτη, αποκοπές στους μισθούς από το 2012-2022, μείωση των επιδομάτων βάρδιας και άλλων επιδομάτων καθώς επίσης και της μείωσης της αποζημίωσης για την υπερωριακή απασχόληση.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι παρόλο που το συνολικό μισθολόγιο της Δημόσιας Υπηρεσίας έχει αυξηθεί, το κόστος για το μισθολόγιο του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού μειώθηκε τα τελευταία χρόνια και είναι πολύ χαμηλότερο και από το κόστος του μισθολογίου του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού του έτους 2011. Στα περισσότερα επαγγέλματα του Ωρομίσθιου

Κυβερνητικού Προσωπικού υπάρχει εξειδίκευση, επικινδυνότητα, συνεχείς κατάρτιση και αυξημένη ευθύνη. Στα επαγγέλματα του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού περιλαμβάνονται τεχνίτες με εξειδίκευση, όπως μηχανικοί οχημάτων, ηλεκτρολόγοι εγκαταστάσεων, επιδιορθωτές συστημάτων υψηλής τεχνολογίας, οπλικών συστημάτων, ιατρικών μηχανημάτων, συστημάτων επικοινωνιών, συντηρητές αρχαιοτήτων και αρχαίων μνημείων, οικοδόμοι, μηχανοδηγοί, κλπ, προσωπικό που παρέχει σημαντικές υπηρεσίες για την λειτουργία Τμημάτων, Υπηρεσιών και Υπουργείων.

Αποφασισμένη να αγωνιστεί με σθένος για ουσιαστική βελτίωση των μισθών

ων, υπηρεσίες καθαριότητας, υγειονομικές υπηρεσίες, υποστηρικτικές υπηρεσίες, προσωπικό που παρέχει υπηρεσίες για την ασφάλεια των πολιτών με αυξημένη επικινδυνότητα όπως, οι Δασοφυλάκες, το Ωρομίσθιο Προσωπικό της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας, οι Ναυαγοσώστες, οι Επόπτες Οδικών Μεταφορών, οι Αρχαιοφύλακες, κλπ.

Πέραν των μειώσεων των απολαβών του, το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό επιβαρύνθηκε και με την ανεπαρκή στελέχωση των Τμημάτων/ Υπηρεσιών.

Με τις χιλιάδες περίπου κενές θέσεις Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού σήμερα, δεν εξοικο-

νομεί λεφτά το κράτος αλλά δαπανάει πολύ περισσότερα από όσα στοιχίζει η απασχόληση του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού. Για να μπορούν να λειτουργούν κάποιες υπηρεσίες, το κράτος πληρώνει πολύ περισσότερα σε υπερωρίες και αγορά υπηρεσιών από ιδιωτικές εταιρείες σε σημείο που μπορεί να ισχυριστεί κάποιος ότι γίνεται διασπάθιση δημοσίου χρήματος.

Εκεί όπου χρειάζεται να γίνεται συντήρηση μηχανημάτων, οπλικών συστημάτων, ηλεκτρονικών συστημάτων, δικτύων κλπ δεν γίνεται σωστά λόγω της ανεπαρκούς στελέχωσης και κοστίζουν πολύ περισσότερα στο φορολογούμενο πολίτη οι επιδιορθώσεις. Σε κάποιες περιπτώσεις λόγω της ανεπαρκούς στελέχωσης δεν εφαρμόζονται σωστοί έλεγχοι για την εφαρμογή νομοθεσιών, την αποτροπή φθορών και ατυχημάτων, δεν υπάρχει επαρκής προστασία των πολιτών και εύρυθμη λειτουργία πολλών υπηρεσιών του κράτους.

Η ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ διαβεβαιώνει το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό ότι είναι αποφασισμένη να αγωνιστεί με σθένος για ουσιαστική βελτίωση των μισθών του καθώς και για την πλήρωση των κενών θέσεων εργασίας. Δηλώνει ετοιμότητα για κοινή δράση με τις άλλες συνδικαλιστικές οργανώσεις για την επίτευξη των πιο πάνω στόχων τον ερχόμενο μήνα ο οποίος είναι πολύ κρίσιμος για τις όποιες εξελίξεις.

Μαθητές στη Μάνη βροντοφώναξαν για την Κύπρο και τον Σολωμό

Με την παρέλαση υπό τους ήχους των εμβατηρίων της Φιλαρμονικής ολοκληρώθηκαν οι εορτασμοί της 203ης επετείου της 25ης Μαρτίου 1821 που διοργάνωσε ο Δήμος Ανατολικής Μάνης.

Στην καθιερωμένη παρέλαση, οι μαθητές φώναξαν μεταξύ άλλων «Δέν Ξεχνώ» για την Κύπρο και για τον Σολωμό Σολωμού που δολοφονήθηκε στις 12 Αυγούστου 1996.

Οι εορτασμοί ξεκίνησαν την Παρασκευή 22 Μαρτίου 2024, με τους μαθητές όλων των σχολικών βαθμίδων να πραγματοποιούν προσκύνημα και κατάθεση στεφάνων στον χώρο του Ηρώου στο Γύθειο.

Οι εκδηλώσεις συνεχίστηκαν το πρωί της Δευτέρας, 25 Μαρτίου 2024, με την καθιερωμένη επίσημη Δοξολογία στον Μητροπολιτικό Ναό του Αγίου Γεωργίου του Τροπαιοφόρου. Στη συνέχεια υπήρξε μετάβαση στο Ηρώο, όπου εψάλη επιμνημόσυνη δέηση και έγινε κατάθεση στεφάνων. Ακολούθησε τήρηση ενός λεπτού σιγής στη μνήμη των ένδοξων νεκρών και ανάκρουση του Εθνικού Ύμνου. Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε ο εκπαιδευτικός του 1ου Δημοτικού Σχολείου Γυθείου, κ. Παναγιώτης Μανιατάκος.

Οι εκδηλώσεις μνήμης και τιμής συνεχίστηκαν με τη διεξαγωγή της παρέλασης και ολοκληρώθηκαν με χορούς στην πλατεία του Δημαρχείου



Γυθείου από τα σχολεία της πόλης.

Αντίστοιχες εκδηλώσεις πραγματοποιήθηκαν και στην Αρεόπολη. Η επίσημη Δοξολογία έγινε το πρωί στον Ιερό Ναό Παμμεγίστων Ταξιαρχών. Ακολούθησε επιμνημόσυνη δέηση και κατάθεση στεφάνων στην Πλατεία Αθανάτων και στη συνέχεια ο εκπαιδευτικός του Δημοτικού Σχολείου κ. Ευάγγελος Έξαρχος εκφώνησε τον πανηγυρικό της ημέρας. Οι εορτασμοί ολοκληρώθηκαν με την καθιερωμένη μαθητική παρέλαση και παραδοσιακούς χορούς.



Έτοιμο το γραμματόσημο για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Παρισιού

Τα Γαλλικά Ταχυδρομεία θα κυκλοφορήσουν στις 5 Απριλίου ένα γραμματόσημο που εκδόθηκε ειδικά για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Παρισιού και θα τυπωθεί σε 800.000 αντίτυπα, όπως ανακοίνωσε η οργανωτική επιτροπή «Παρίσι 2024» και η La Poste.

Το γραμματόσημο ακολουθεί τα χρώματα των Ολυμπιακών Αγώνων, δίνοντας έμφαση στο παστέλ ροζ και το πράσινο, ενώ έχει μια «νεο-αρτ ντεκό εμφάνιση». Σε αυτό αναδεικνύονται εμβληματικά μέρη που κάνουν το Παρίσι διάσημο σε ολόκληρο τον κόσμο: ο Πύργος του Αιφελ και ο Σηκουάνας.

«Αυτό το γραμματόσημο γιορτάζει το Ολυμπιακό πνεύμα και απαθανατίζει αυτό το σπουδαίο γεγονός στη συλλογική μας ιστορία», δήλωσε ο Φιλίπ Γουόλ, πρόεδρος και διευθύνων Σύμβουλος του ομίλου La Poste.

Η ανακοίνωση της επίσημης σφραγίδας για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Παρισιού 2024 αποτελεί μέρος μιας παράδοσης τόσο παλιάς όσο και των σύγχρονων Αγώνων. Από τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας του 1896, ο φιλοτελισμός και ο Ολυμπισμός συνδέθηκαν, εκφράζοντας την ουσία των Αγώνων μέσα από την τέχνη των γραμματοσήμων.

Η τελευταία προειδοποιητική αφύπνιση

Νέα έκθεση προειδοποιεί για καταστροφικούς κινδύνους λόγω κλιματικής αλλαγής

Προς επιδείνωση η ακραία ζέστη, η ξηρασία, οι δασικές πυρκαγιές και οι πλημμύρες

Η Ευρώπη κινδυνεύει να υποστεί «καταστροφικές» συνέπειες από την κλιματική αλλαγή, αν δεν λάβει επείγοντα και αποφασιστικά μέτρα για να αντιμετωπίσει τους κινδύνους, προειδοποιεί σήμερα μια νέα ανάλυση της Ε.Ε.

Περιοχές της Νότιας Ευρώπης κινδυνεύουν περισσότερο, όπως προειδοποιεί η Ευρωπαϊκή Υπηρεσία Περιβάλλοντος (ΕΕΑ) στην πρώτη της έκθεση για τους κλιματικούς κινδύνους που αντιμετωπίζει η ήπειρος.

Οι κίνδυνοι περιλαμβάνουν τις πυρκαγιές, τη λειψυδρία και τις επιπτώσεις τους στη γεωργική παραγωγή, ενώ οι παράκτιες περιοχές απειλούνται από πλημμύρες, αποσάθρωση και εισχώρηση θαλασσινού νερού.

«Πολλοί από αυτούς τους κινδύνους έχουν ήδη αγγίξει κρίσιμα επίπεδα και θα μπορούσαν να αποβούν καταστροφικοί χωρίς επείγουσες και αποφασιστικές ενέργειες», υπογραμμίζει η Υπηρεσία.

Αυτό δεν σημαίνει ότι η Βόρεια Ευρώπη δεν βιώνει τις αρνητικές επιπτώσεις όπως έχει φανεί από τις πλημμύρες στη Γερμανία και τις δασικές πυρκαγιές στη Σουηδία τα τελευταία χρόνια.

«Η ακραία ζέστη, η ξηρασία, οι δασικές πυρκαγιές και οι πλημμύρες, όπως καταγράφονται τα τελευταία χρόνια, θα επιδεινωθούν στην Ευ-



ρώπη, ακόμη και με τα πιο αισιόδοξα σενάρια υπερθέρμανσης του πλανήτη, και επηρεάζουν τις συνθήκες διαβίωσης σε όλη την ήπειρο», προειδοποιεί η ΕΕΑ.

Η έκθεση καταγράφει 36 κινδύνους που συνδέονται με το κλίμα στην Ευρώπη, 21 εκ των οποίων απαιτούν πιο άμεσες ενέργειες και οκτώ είναι «ιδιαίτερα επείγοντες».

Στην κορυφή του καταλόγου βρίσκονται οι κίνδυνοι για τα οικοσυστήματα, κυρίως τα παράκτια και τα θαλάσσια.

Για παράδειγμα, ο συνδυασμός καυσώνων καθώς και η οξίνιση και η μείωση του οξυγόνου, αλλά και άλλοι οφειλόμενοι στην ανθρώπινη

δραστηριότητα παράγοντες –όπως η μόλυνση και ο ευτροφισμός (Σ.τ.Σ: ο ευτροφισμός είναι το περιβαλλοντικό φαινόμενο κατά το οποίο η υπέρμετρη αύξηση της συγκέντρωσης θρεπτικών στοιχείων συνεπάγεται τη μείωση του διαλυμένου οξυγόνου στο νερό και κατά συνέπεια την αλλοίωση της βιοποικιλότητας σε αυτό) και η αλιεία– απειλούν τα θαλάσσια οικοσυστήματα, επισημαίνει η έκθεση.

Οι ευρωπαϊκές κυβερνήσεις και πληθυσμοί θα πρέπει να αναγνωρίσουν ομόφωνα τους κινδύνους και να συμφωνήσουν ότι προτεραιότητά τους θα είναι να κάνουν περισσότερα και ταχύτερα, καταλήγει η ΕΕΑ.

«Πρέπει να κάνουμε περισσότερα, να έχουμε ισχυρότερες πολιτικές», τόνισε η διευθύντρια της Υπηρεσίας **Λίνα Ιλα-Μόνονεν**.

Παρά τον συναγερμό, η Υπηρεσία αναγνώρισε επίσης «σημαντική πρόοδο» που έχει επιτευχθεί «στην κατανόηση των κλιματικών κινδύνων που αντιμετωπίζει ο κόσμος και στην προετοιμασία για την αντιμετώπισή τους» ανάμεσα στις χώρες-μέλη.

«Αυτά τα γεγονότα είναι η νέα κανονικότητα. Θα πρέπει να είναι ο κώδωνας κινδύνου. Η τελευταία αφύπνιση», τόνισε η ίδια σε συνέντευξη Τύπου ενόψει της δημοσιοποίησης της έκθεσης.

Στον αστερισμό του Εθνικού Μισθού η Κύπρος

• Βοήθησε τους εργαζόμενους και την οικονομία

• Πνευματικό παιδί της α. Ζέτας Αιμιλιανίδου

Του Χρίστου Καρύδη*

Τους τελευταίους αρκετούς μήνες η Κύπρος ζει στον αστερισμό του Εθνικού Κατώτατου Μισθού (ΕΚΜ) που εισήχθη στα €940 μικτά από την κυβέρνηση Νίκου Αναστασιάδη και αυξήθηκε στα €1000 μικτά από την κυβέρνηση Νίκου Χριστοδουλίδη με ημερομηνία αύξησης τον Ιανουάριο του 2024.

Ευθύς εξ' αρχής οφείλουμε να πούμε πως, ο ΕΚΜ αποτελεί πνευματικό παιδί της αείμνηστης υπουργού Εργασίας Ζέτας Αιμιλιανίδου η οποία με πειθώ και τεκμηρίωση δημιούργησε όλη την πολιτική προεργασία που έπρεπε να γίνει ανάμεσα στους κοινωνικούς εταίρους για να υπάρξει αποδοχή αλλά και ομαλή εφαρμογή του Εθνικού Κατώτατου Μισθού στη χώρα μας.

Όλους αυτούς τους μήνες καταγράφηκε και εισπράχθηκε αρκετή εμπειρία που έδειξε και απέδειξε τη χρησιμότητα του θεσμού. Αποδείχθηκε και αριθμητικά και άλλως πως, ότι δεν ισχύουν οι φοβίες που διατύπωναν – προ της εισαγωγής του – οι εργοδοτικές οργανώσεις περί αύξησης της ανεργίας των νέων ή μείωσης της κερδοφορίας των επιχειρήσεων σαν αποτέλεσμα της αύξησης των μεροκάματων που θα έφερνε ο ΕΚΜ. Ούτε το ένα συνέβηκε ούτε το άλλο.

Για τεκμηρίωση της θέσης αυτής αναφέρουμε τα εξής σημαντικά αριθμητικά στοιχεία που προέρχονται από τη Στατιστική Υπηρεσία:

• Πρώτον, η εισαγωγή του ΕΚΜ δεν επηρέασε αρνητικά την κυπριακή αγορά εργασίας, υπό την έννοια



της αύξησης της ανεργίας. Με βάση τα αποτελέσματα της Έρευνας Εργατικού Δυναμικού (ΕΕΔ) για το δεύτερο τρίμηνο του 2023, (χρονιά εισαγωγής του ΕΚΜ), το εργατικό δυναμικό αυξήθηκε κατά 11861 άτομα σε σύγκριση με την αντίστοιχη περίοδο του 2022.

Από την ΕΕΔ προκύπτει πως, ο αριθμός των απασχολούμενων αυξήθηκε την ίδια περίοδο κατά 15396 άτομα, ενώ η ανεργία μειώθηκε κατά 3536 άτομα. Επίσης μειώθηκε σημαντικά η ανεργία των νέων. Στους νέους ηλικίας 15-24 ετών το ποσοστό ανεργίας ήταν 15.6% του Εργατικού Δυναμικού, σε σύγκριση με 17.6% το αντίστοιχο τρίμηνο του 2022.

Από τα πιο πάνω αριθμητικά στοιχεία προκύπτει το ασφαλές συμπέρασμα πως, η εισαγωγή του ΕΚΜ δεν επηρέασε αρνητικά την κυπριακή αγορά εργασίας. Αντίθετα παρά την αύξηση του από τα €940 στα

€1000 οι εργοδότες εξακολουθούν να υποστηρίζουν πως χρειάζονται και άλλους ξένους εργάτες από Τρίτες Χώρες.

Επίσης από τα επίσημα στοιχεία του υπουργείου Οικονομικών προκύπτει πως, την επόμενη διετία θα υπάρξει ακόμα μεγαλύτερη μείωση της ανεργίας. Δια της παρουσίας του ΕΚΜ η ανεργία από το 6.4% της Έρευνας Εργατικού Δυναμικού το 2023, θα μειωθεί στο 5.8% και στο 5.3% τα έτη 2024 και 2025 αντίστοιχα.

• Δεύτερον, η αύξηση του ΕΚΜ δεν επηρέασε αρνητικά την κερδοφορία των επιχειρήσεων. Ούτε για αστείο δεν μπορεί να λεχθεί κάτι τέτοιο, αφού είναι πολύ καλά γνωστό πως, την τελευταία δεκαετία τα κέρδη ως ποσοστό του Ακαθάριστου Εγχώριου Προϊόντος (ΑΕΠ) αυξάνονται σε βάρος των απολαβών των μισθωτών πολιτών. Από την ανάλυση των Εθνικών Λογαριασμών που εκδίδει η Στατιστική Υπηρεσία

προκύπτει ότι από το 2012 έως και το 2022 οι απολαβές των μισθωτών ως προς το ΑΕΠ μειώθηκαν από το 48.3% στο 41%, ενώ την ίδια περίοδο η κερδοφορία των εταιρειών αυξήθηκε από το 18.1% στο 28.6%. Υπάρχει σοβαρή διεύρυνση της ψαλίδας ανάμεσα σε απολαβές και κέρδη.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι, τα τελευταία τρία χρόνια η κατάσταση επιδεινώθηκε ακόμα περισσότερο σε βάρος των απολαβών των μισθωτών πολιτών. Συγκεκριμένα οι απολαβές ήταν το 2020 στο 45.8% του ΑΕΠ και το 2022 έπεσαν στο 41%, ενώ τα κέρδη την ίδια περίοδο από το 25.6% αυξήθηκαν στο 28.6%. Από αυτούς τους αριθμούς εξάγεται το συμπέρασμα πως, την εποχή της κρίσης, (πανδημία κ.λ.π.), οι εταιρείες αύξησαν την κερδοφορία τους, η οποία σήμερα δεν κινδυνεύει από τη μικρή αύξηση που δόθηκε στον ΕΚΜ.

Συμπέρασμα

Από την παράθεση όλων των πιο πάνω αριθμητικών στοιχείων που προέρχονται από τη Στατιστική Υπηρεσία προκύπτει το ασφαλές συμπέρασμα πως, η εισαγωγή του ΕΚΜ το 2023 δεν επηρέασε αρνητικά ούτε την αγορά εργασίας ούτε και επηρέασε καθ' οιονδήποτε τρόπο την κερδοφορία των επιχειρήσεων.

Σήμερα προέχει η αποτελεσματική εφαρμογή του υπουργικού διατάγματος για τον ΕΚΜ και ο αυστηρός έλεγχος της εφαρμογής του. Όλα τα υπόλοιπα που λέγονται και γράφονται είναι εκ του πονηρού...

*Ο Χρίστος Καρύδης είναι Οικονομολόγος – Δημοσιογράφος

Χαμηλό το παγκόσμιο ποσοστό γεννήσεων

Σύμφωνα με πρόσφατη μεγάλη έρευνα τα ποσοστά γεννήσεων σχεδόν σε όλες τις χώρες του κόσμου δεν θα επαρκούν για να διατηρηθεί σταθερός ο πληθυσμός τους ως το τέλος του αιώνα.

Ωστόσο οι ερευνητές του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας εξέφρασαν τις επιφυλάξεις τους για τις προβλέψεις αυτές, υπογραμμίζοντας κυρίως ότι πολλές φτωχές χώρες δεν διαθέτουν αυτή τη στιγμή επαρκή στοιχεία, ενώ υπογράμμισαν ότι η μείωση της γεννητικότητας μπορεί να έχει και πλεονεκτήματα (στο περιβάλλον, τη διατροφή...) πέρα από τα μειονεκτήματα (στα συστήματα συνταξιοδότησης ή την εργασία).

Η έκθεση βασίζεται στα στοιχεία του Global Burden of Disease, ένα πρόγραμμα που χρηματοδοτείται από το ίδρυμα Bill & Melinda Gates, και έχει στόχο να συγκεντρώσει τα στοιχεία για την υγεία των περισσότερων χωρών.

«Η γεννητικότητα μειώνεται σε όλο τον κόσμο», τονίζει η έκθεση



που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό The Lancet η οποία σημειώνει ότι περισσότερες από τις μισές χώρες έχουν ήδη πολύ χαμηλό ποσοστό γεννητικότητας για να διατηρήσουν σταθερό το επίπεδο του πληθυσμού τους.

Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι σε 155 χώρες και εδάφη από τις 204 το ποσοστό γεννητικότητας ως το 2050 δεν θα επαρκεί για να διατηρηθεί ο πληθυσμός τους σταθερός. Ως το 2100 ο αριθμός των χωρών αυτών αναμένεται

να φτάσει τις 198, δηλαδή το 97% του συνόλου.

Οι ερευνητές προβλέπουν ότι ο πληθυσμός στις φτωχές χώρες θα συνεχίσει να αυξάνεται για καιρό, ενώ θα μειώνεται στις ανεπτυγμένες χώρες. Συγκεκριμένα ως το τέλος του αιώνα οι περισσότερες γεννες θα καταγράφονται στις χώρες με χαμηλό ή χαμηλό προς μεσαίο εισόδημα, με τις περισσότερες από τις μισές να αφορούν χώρες της υποσαχάριας Αφρικής.

Η ανισορροπία αυτή κινδυνεύει να

έχει «σημαντικές επιπτώσεις» τόσο στις κοινωνίες όσο και στις οικονομίες.

Ως το 2021, 110 χώρες κατέγραφαν ποσοστά γεννητικότητας κάτω από το επίπεδο των 2,1 παιδιών ανά γυναίκα που είναι απαραίτητο για να παραμείνει σταθερός ο πληθυσμός τους.

Η έκθεση υπογραμμίζει τις ιδιαίτερα ανησυχητικές τάσεις σε χώρες όπως η Νότια Κορέα και η Σερβία, όπου το ποσοστό γεννητικότητας είναι κάτω από 1,1 παιδί ανά γυναίκα.

Πολλές από τις πιο φτωχές χώρες «θα δυσκολευτούν να υποστηρίξουν τον πιο νέο και γρήγορα αυξανόμενο πληθυσμό του πλανήτη σε κάποια από τα πιο ασταθή οικονομικά και πολιτικά» μέρη, τα συστήματα υγείας των οποίων βρίσκονται υπό πίεση, ενώ επηρεάζονται και από επεισόδια ακραίας ζέσης, επεσήμανε ο Στάνι Εμίλ Φόλστετ του Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) του πανεπιστημίου της Ουάσινγκτον στο Σιάτλ.

Αγώνας της ΕΟΚΑ 1955-59

Παραμένει το πιο λαμπρό ορόσημο στην Ιστορία του Κυπριακού Ελληνισμού

Με πανηγυρικές δοξολογίες, παρελάσεις και εκδηλώσεις σε όλες τις πόλεις της ελεύθερης Κύπρου ο κυπριακός ελληνισμός τίμησε, όπως πραγματικά της αξίζει την εθνική επέτειο της 1ης Απριλίου 1955 που ενσάρκωσε τον πόθο της ελευθερίας, της αυτοδιάθεσης και της Ένωσης με τη μητέρα Ελλάδα.

Επίκεντρο των εκδηλώσεων ήταν η Λευκωσία και τα Φυλακισμένα Μνήματα όπου ο Αρχιεπίσκοπος Κύπρου Γεώργιος τέλεσε τρισάγιο στους τάφους των ηρώων, στην παρουσία του Προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Χριστοδουλίδη, της Προέδρου της Βουλής Αννίτας Δημητρίου και Υπουργών και οργανώσεων. **Εκ μέρους της ΣΕΚ κατέθεσε στεφάνι ο γγ Ανδρέας Φ. Μάτσας.**

Σε δηλώσεις μετά το τρισάγιο στα Φυλακισμένα Μνήματα και την κατάθεση στεφάνων στους τάφους των ηρώων, ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας τόνισε ότι θα πράξει «ότι είναι δυνατόν για να καταστεί εφικτή η απελευθέρωση της πατρίδας».

Αναφερόμενος στην επέτειο της



1ης Απριλίου, ανέφερε ότι ο αγώνας της ΕΟΚΑ, «ήταν ο πιο αγνός αγώνας του κυπριακού Ελληνισμού». «Και αν είναι κάτι για το οποίο χαιρόμαι ιδιαίτερα φέτος είναι ότι πρώτη φορά βλέπω τόσο πολύ κόσμο σε αυτή τη σεμνή τελετή, είναι η πρώτη φορά που βλέπω τόσα παιδιά. Και θα ήθελα να αναφέρω με την ευκαιρία ότι έχουμε υποχρέωση, έχουμε καθήκον να μιλούμε στα παιδιά μας για τον αγώνα της ΕΟΚΑ. Για τον πιο αγνό αγώνα του κυπριακού Ελληνισμού», ανέφερε.

«Από κει και πέρα δεν φτάνει να είμαστε μόνο περήφανοι. Πρέπει να δείχνουμε αυτή την περηφάνεια μας, αλλά και το χρέος έναντι σε όλους αυτούς που έδωσαν τη ζωή τους για να υπάρχουμε εμείς. Γιατί δεν θα υπήρχε Κυπριακή Δημοκρατία, ό,τι πιο σημαντικό έχουμε σήμερα, αν δεν υπήρχαν οι αγωνιστές του εθνικοαπελευθερωτικού αγώνα. Και θα πρέπει να δείχνουμε ότι τους τιμούμε μέσα από την καθημερινή μας ζωή, μέσα από τον καθημερινό τρόπο που συμπεριφε-

ρόμαστε, που προσεγγίζουμε θέματα και ειδικότερα όσον αφορά την κατεχόμενη μας πατρίδα.

Πανηγυρική Δοξολογία

Προηγήθηκε πανηγυρική δοξολογία στον Καθεδρικό Ναό Αποστόλου Βαρνάβα όπου τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε ο Πρόεδρος της Επιτροπής Εκπαιδευτικής Υπηρεσίας, Παναγιώτης Αντωνίου, ο οποίος αναφερθείς στα παραδείγματα των ηρώων και των μαχών που έδωσαν κατά τη διάρκεια του αγώνα, ο κ. Αντωνίου έκανε λόγο για «πράξεις σπάνιας ανδρείας και ηρωισμού».

Το απόγευμα της ίδιας μέρας πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση του Συνδέσμου Αγωνιστών του Απελευθερωτικού Αγώνα 1955-59, στο Κλειστό Γυμναστήριο «ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ».

Άγημα της Εθνικής Φρουράς έριξε βολές κατά την ανάγνωση του προσκλητηρίου πεσόντων του αγώνα. Μια εικόνα χίλιες λέξεις ήταν παρέλαση αντιπροσωπειών Συνδέσμων Αγωνιστών – Ανταρτών, Πολιτικών Καταδίκων, Πολιτικών Κρατουμένων, Μη Συλληφθέντων.

Να στηριχθεί η Δημοκρατία στην Ευρώπη...

Το 2024 θα είναι παγκοσμίως το μεγαλύτερο εκλογικό έτος στην ιστορία. Ένα μεγάλο μέρος του παγκόσμιου πληθυσμού θα κληθεί να ψηφίσει, συμπεριλαμβανομένου του λαού της Κύπρου μαζί με πάνω από 400 εκατομμύρια άλλους Ευρωπαίους. Το τρέχον έτος θα είναι μία αποφασιστική χρονιά. Για την Κύπρο, για την Ευρώπη και τον κόσμο.

Ψηφίζοντας τα Μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, συμμετέχετε στις μεγαλύτερες υπερεθνικές εκλογές του κόσμου. Η ψήφος σας μετρά. Μετρά για όλους μας, για την ελευθερία και τα δικαιώματά μας. Για εμάς, οι ελεύθερες εκλογές αποτελούν τον ακρογωνιαίο λίθο της ευρωπαϊκής δημοκρατίας, ωστόσο πάρα πολλοί τις θεωρούν δεδομένες.

Στις τελευταίες ευρωπαϊκές εκλογές, κάτι λιγότερο από το 45% των Κυπρίων πήγαν στην κάλπη. Ελπίζω ότι φέτος περισσότεροι άνθρωποι στην Κύπρο θα κάνουν τη φωνή τους να ακουστεί. Ιδίως με τον πόλεμο στα σύνορα της ΕΕ και την προοπτική επανέναρξης των διαπραγματεύσεων για τον τερματισμό της 50ετούς τουρκικής κατοχής. Μην επιτρέψετε σε κανέναν άλλον να αποφασίσει για εσάς. Η ψήφος σας μετρά για την Ευρώπη που θέλετε εσείς να δείτε.

Την τελευταία πενταετία, η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει επιτύχει πρωτοφανή αποτελέσματα. Έχουμε ενώσει τις δυνάμεις μας για να

υπερασπιστούμε τις αξίες μας και τον τρόπο ζωής μας. Το κάναμε με αλληλεγγύη. Έχουμε προμηθευτεί εμβόλια για όλους τους πολίτες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Έχουμε στηρίξει με αποφασιστικότητα την Ουκρανία. Φέρνουμε τους γείτονές μας πιο κοντά σε εμάς, ενισχύοντας τη συλλογική μας ασφάλεια. Επειδή γνωρίζουμε ότι, είμαστε ισχυρότεροι, ασφαλέστεροι και κερδίζουμε περισσότερα, όταν είμαστε ενωμένοι.

Η ιστορική μας συμφωνία για το άσυλο και τη μετανάστευση, η οποία αποτελεί βασική προτεραιότητα για χώρες όπως η Κύπρος που είναι στην πρώτη γραμμή, επιτυγχάνει τη σωστή ισορροπία μεταξύ ευθύνης και αλληλεγγύης. Θα είναι δίκαιη για όσους χρήζουν προστασίας, θα είναι αυστηρή με όσους δεν είναι επιλέξιμοι για άσυλο και σκληρή με τους διακινητές που εκμεταλλεύονται τους πιο ευάλωτους.

Η νέα ευρωπαϊκή νομοθεσία για το κλίμα θα μας αποφέρει καθαρότερο αέρα, υγιέστερους ποταμούς και θάλασσες. Έτσι η Ευρώπη θα καταστεί η πρώτη κλιματικά ουδέτερη ήπειρος μέχρι το 2050. Μαζί με την ψηφιακή μετάβαση, θα προσφέρει νέες ευκαιρίες, θα αυξήσει την ανταγωνιστικότητά μας και θα φέρει οικονομική ανάπτυξη.

Τίποτα από τα παραπάνω δεν ήταν εύκολο, αλλά αυτό καθιστά τις επιτυχίες μας ακόμη πιο σημαντικές. Παρά τις περί του αντιθέτου προ-

βλέψεις αποδείξαμε ότι η Ευρώπη μπορεί να ανταποκριθεί στα ζητήματα που έχουν σημασία για τους Ευρωπαίους. Ζητήματα που δεν μπορούν να επιλυθούν από μία μόνο χώρα μεμονωμένα.

Αυτό δεν σημαίνει ότι η Ευρωπαϊκή Ένωση είναι τέλεια. Πράγματι, συμμερίζομαι πολλές απογοητεύσεις για ορισμένες από τις διαδικασίες της – αλλά πιστεύω ότι η Ευρώπη μπορεί να επιτύχει ακόμη περισσότερα, εάν συνεχίσουμε να δρούμε από κοινού. Επειδή σε έναν κόσμο όπου ο πόλεμος δεν είναι πλέον κάτι το αδιανόητο και όπου οι άνθρωποι που ζουν σε μια δημοκρατία είναι λιγότεροι από αυτούς που δεν ζουν σε δημοκρατικές χώρες, η Ευρώπη μας έχει καταστεί μία υπερδύναμη δικαιωμάτων, ελευθεριών και ευημερίας.

Είναι αλήθεια ότι με τα χρόνια ενδεχομένως να έχουμε εφησυχάσει λόγω των επιτευγμάτων μας. Αυτό έχει οδηγήσει στην αύξηση του λαϊκισμού ο οποίος προσφέρει ψευδείς απαντήσεις σε πολύπλοκες ερωτήσεις. Διαπνέει ένα επικίνδυνο αφήγημα προσπαθώντας να απλοποιήσει τα πράγματα. Κάτι που ενέχει τον κίνδυνο απειλής της δημοκρατίας μας εκ των έσω.



Αυτή είναι η πρόκληση που αντιμετωπίζουμε τους επόμενους μήνες πριν από τις εκλογές για την ανάδειξη των μελών του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι πολίτες της Κύπρου θα πρέπει να κάνουν τη φωνή τους να ακουστεί στις 9 Ιουνίου. Διακουβέονται πολλά.

Αυτό είναι το μήνυμά που φέρνω με την επίσκεψή μου στην Κύπρο και το μεταδίδω σε ολόκληρη την Ευρώπη. Μετά την 9η Ιουνίου, συνολικά 720 ευρωβουλευτές θα έρθουν στις Βρυξέλλες – οι έξι από την Κύπρο. Το ποιοι θα είναι οι άνθρωποι αυτοί και τι θα αντιπροσωπεύουν είναι στα χέρια σας. Θα διαμορφώσουν πολιτικές και θα εγκρίνουν νομοθεσίες που επηρεάζουν το σύνολο της Κύπρου και της Ευρώπης. Εναπόκειται σε εσάς να επιλέξετε, να ψηφίσετε. Μην θεωρείτε την Ευρώπη δεδομένη.

***Ρομπέρτα Μέτσολα**
Πρόεδρος
του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου.

Οργανωθείτε για να σας φθάσει ο χρόνος

• Εφαρμόστε τη Στρατηγική της Ομαδοποίησης

Ο χρόνος δεν αλλάζει. Η ημέρα έχει πάντα 24 ώρες. Αυτό που αλλάζει είναι το πώς αντιλαμβανόμαστε την αίσθηση του χρόνου.

Όλοι νιώθουμε – κατά καιρούς – ότι δεν υπάρχει αρκετός χρόνος μέσα στην ημέρα. Στην πραγματικότητα υπάρχει περισσότερος από ό,τι νομίζουμε, απλώς πρέπει να οργανωθούμε.

Οι περισσότεροι ενήλικοι, όσο είμαστε ενεργοί δουλεύοντας, νιώθουμε ότι δεν έχουμε καθόλου ελεύθερο χρόνο.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, αυτό που έχει σημασία δεν είναι πόσο χρόνο έχουμε αλλά πώς θα διαχειριστούμε αυτόν που έχουμε. Μια χρήσιμη άσκηση είναι να σκεφτούμε τον χρόνο μας ως ένα άδειο βάζο που πρόκειται να γεμίσουμε.

Πρώτα βάζουμε μέσα τις μπάλες του γκολφ, οι οποίες αντιπροσωπεύουν τα πιο πολύτιμα πράγματα: οικογένεια, φίλους, υγεία, πάθη. Στη συνέχεια, προσθέτουμε τα βότσαλα, τα οποία είναι επίσης σημαντικά: η δουλειά μας, το σπίτι μας.

Και, τέλος, γεμίζουμε το υπόλοιπο βάζο με άμμο: είναι τα μικρά πράγματα που καταλαμβάνουν τον χρόνο μας, όπως οι δουλειές του σπιτιού, τα ψώνια στο σουπερμάρκετ, ο έλεγχος των mails μας.

Δεν θα υπήρχε αρκετός χώρος για τις μπάλες του γκολφ. Όταν δίνουμε προτεραιότητα σε πράγματα που δεν έχουν σημασία, ο χρόνος μας γεμίζει και η απογοήτευση που μας προκαλεί αυτό το αίσθημα είναι τεράστια.

Νιώθουμε ότι είμαστε σε αδιέξοδο, ότι απλώς δεν υπάρχει αρκετός χρόνος για να γίνουν όλα, πόσο μάλλον για να γίνουν όλα καλά. Ακόμα και αυτά που κάνουμε δεν μπορούμε να τα ευχαριστηθούμε γιατί δεν τα βιώνουμε, ψάχνουμε να δούμε πώς θα κάνουμε τα επόμενα.

Από ό,τι φαίνεται, το να έχουμε λιγότερο από δύο ώρες προσωπικού χρόνου στην ημέρα μας είναι επιζήμιο για την ευτυχία μας, αλλά και το να έχουμε περισσότερες από πέντε με έξι ώρες δεν είναι επίσης ευεργετικό.

Το σημαντικό είναι να περνάμε χρόνο με όσα μας κάνουν ευτυχισμένους.

Πώς θα το καταφέρουμε;

Κατ' αρχάς θα πρέπει να παρατηρήσουμε καλά ποια από τα πράγματα που κάνουμε μέσα στην



ημέρα μας κάνουν να νιώθουμε πιο ευτυχισμένοι.

Αν ξοδεύουμε τον χρόνο μας σε τέτοιες ευχάριστες δραστηριότητες, θα νιώθουμε ότι έχουμε και περισσότερο χρόνο στα χέρια μας και θα βιώνουμε πιο γεμάτες ζωές.

Καταλαβαίνουμε ότι το θέμα δεν είναι τόσο ο χρόνος που έχουμε αλλά πώς τον περνάμε και πώς κατανέμουμε τις ώρες για να πετύχουμε αποτελέσματα που έχουν πραγματικά σημασία.

Φυσικά, όλοι είμαστε υποχρεωμένοι να κάνουμε και πράγματα που είναι απαραίτητα ακόμα κι αν δεν μας αρέσουν, αλλά το να μπορούμε με ασφάλεια να πούμε ποια είναι αυτά που μας αρέσουν και ποια όχι είναι ένα βήμα προς τη δημιουργία μιας πιο ευτυχισμένης ζωής.

Ο καλύτερος τρόπος είναι να παρακολουθούμε πώς ξοδεύουμε τον χρόνο μας καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας (εκτός από τις ώρες που κοιμόμαστε) για μία ή δύο εβδομάδες και να σημειώνουμε σε ένα τετράδιο τι νιώθουμε στη διάρκεια κάθε δραστηριότητας που κάνουμε.

Σημαντικό είναι, επίσης, να σημειώσουμε πού κάναμε τη δραστηριότητα και με ποιον.

Πώς μπορούμε να κερδίσουμε χρόνο;

Συνειδητοποιώντας ποιες εργασίες από αυτές

που έχουμε να φέρουμε σε πέρας μας ικανοποιούν λιγότερο, θα μπορούσαμε ίσως να τις αναθέσουμε σε άλλους – ακόμα και πληρώνοντας γι' αυτό – ώστε να κερδίσουμε κάποιον χρόνο και να απαλλαγούμε από δραστηριότητες που μας κάνουν δυστυχείς.

Θα μπορούσαμε, για παράδειγμα, να παραγγέλνουμε από την υπεραγορά αντί να πηγαίνουμε στο μαγαζί, αν είναι κάτι που δεν μας ευχαριστεί, ή να μοιραζόμαστε τις δουλειές του σπιτιού και με άλλα μέλη της οικογένειας.

Δεν πρέπει να διστάζουμε να ζητάμε βοήθεια όταν τη χρειαζόμαστε είτε στο σπίτι είτε στη δουλειά, και φυσικά για να κερδίσουμε χρόνο και να κάνουμε οικονομία δυνάμεων πρέπει να αναθέτουμε δουλειές και καθήκοντα και σε άλλους.

Επίσης, μπορούμε να εφαρμόσουμε μια στρατηγική «ομαδοποίησης».

Πρόκειται για την ιδέα ότι μπορούμε να κάνουμε οποιαδήποτε δραστηριότητα που δεν μας αρέσει πιο δελεαστική, συνδυάζοντάς τη με μια δραστηριότητα που μας αρέσει – για παράδειγμα, μπορούμε να ακούσουμε τραγούδια που μας αρέσουν ενώ περπατάμε στον διάδρομο του γυμναστηρίου ή να μιλήσουμε στο τηλέφωνο με έναν φίλο μας ενώ σιδερώνουμε.

Η καλοσύνη έχει τη δύναμη της!

Οι έρευνες δείχνουν ότι η καλοσύνη και η ευγένεια δεν επηρεάζουν μόνο τις ζωές όσων δέχονται τη γενναιοδωρία, αλλά και τις ζωές εκείνων που τις προσφέρουν, καθώς αποκτούν μεγαλύτερο νόημα.

Με την ενσυναίσθηση, την καλή πρόθεση για τους άλλους και την ευγένεια, πετυχαίνουμε και κερδίζουμε πολλά.

Όπως είναι αναμενόμενο, όταν κάποιος μας φέρεται με ευγένεια και καλοσύνη, μας επηρεάζει και νιώθουμε ωφελημένοι.

Η επιστήμη έρχεται τώρα να μας εξηγήσει ότι η ενέργεια αυτή λειτουργεί και αμφίδρομα.

Όταν φερόμαστε με καλοσύνη στους άλλους, εκτός από εκείνους, ωφελομαστε και εμείς οι ίδιοι.

Οι έρευνες δείχνουν ότι όσοι ασκούν ευγένεια και καλοσύνη βιώνουν λιγότερα προβλήματα υγείας, όπως καρδιακές παθήσεις, διαταραχές ύπνου, και φαίνεται να ζουν περισσότερο από τους υπόλοιπους.



Μελέτες έχουν επίσης διαπιστώσει ότι το να είμαστε ευγενικοί μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της αρτηριακής πίεσης και του άγχους.

Επίσης, η εξάσκηση σε συμπεριφορές βοήθειας μείωσε ακόμα και τα συμπτώματα κατάθλιψης σε άτομα που είχαν χάσει τον/τη σύζυγό τους.

Φαίνεται ότι το να κάνουμε κάτι καλό για κάποιον είναι πιο πιθανό να ανεβάσει τη διάθεσή μας και να μειώσει το άγχος μας, από το να κάνουμε κάτι για τον εαυτό μας.

Ανασκόπηση δεδομένων έδειξε ότι συμπεριφορές, όπως ο εθελοντισμός, ο αλtruισμός, η εμπιστοσύνη και η συμπόνια, συνδέονται με καλύτερη σωματική και ψυχική υγεία.

Επιπλέον, όταν είμαστε ευγενικοί, συμπεριφερόμαστε ωραία και μπορούμε να είμαστε περήφανοι για αυτό.

Ταυτόχρονα δίνουμε και το στίγμα σχετικά με το πώς θέλουμε να μας φέρονται οι άλλοι, να είναι ευγενικοί, να μας υπολογίζουν, να λαμβάνουν υπόψη τις επιθυμίες και τα δικαιώματά μας.

Ας μην ξεχνάμε ότι, όταν είμαστε ευγενικοί, αυξάνουμε τις πιθανότητες να καταφέρουμε αυτό που θέλουμε, να έχουμε καλές και ομαλές σχέσεις με τους γύρω μας και να είμαστε πιο ήρεμοι, αφού αποφεύγουμε τους καβγάδες και τους τσακωμούς.

Επιβεβλημένη η συνεργασία των Κυβερνήσεων με τους Κοινωνικούς Εταίρους

Για την αντιμετώπιση των ελλείψεων εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων

Σχέδιο δράσης για την αντιμετώπιση των ελλείψεων εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων και προτείνει τη συνεργασία με τα κράτη μέλη και τους κοινωνικούς εταίρους για την αντιμετώπιση αυτών των ζητημάτων κατά τους προσεχείς μήνες και έτη παρουσίασε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Το σχέδιο δράσης αποτελεί μέρος της στρατηγικής της ΕΕ για την τόνωση της ανταγωνιστικότητάς της και την ενίσχυση της οικονομικής και κοινωνικής ανθεκτικότητάς της.

Ο **Νικολά Σμιτ**, Επίτροπος Απασχόλησης και Κοινωνικών Δικαιωμάτων σε δηλώσεις του τόνισε ότι η αγορά εργασίας της Ευρώπης βρίσκεται σε σταυροδρόμι: Οι επιχειρήσεις δυσκολεύονται να βρουν εργαζομένους για να καλύψουν τις κενές θέσεις εργασίας τους, γεγονός που τους κρατάει πίσω. Έχουμε την ευκαιρία, πρόσθεσε, να φέρουμε περισσότερους ανθρώπους στην αγορά εργασίας, να τους προετοιμάσουμε για τις θέσεις εργασίας που έχουν ζήτηση και να τονώσουμε την ανταγωνιστικότητα της Ευρώπης. Η Επιτροπή έχει θεσπίσει διάφορα μέτρα για την αύξηση της κατάρτισης, τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας και την ενδυνάμωση των κοινωνικών εταίρων, αλλά μπορούν και πρέπει να γίνουν περισσότερα. Με τη δέσμευση όλων, μπορούμε να αρχίσουμε να σημειώνουμε βελτίωση ως προς τις ελλείψεις δεξιοτήτων και εργατικού δυναμικού και να οικοδομήσουμε μια οικονομία στην υπηρεσία των ανθρώπων.

Εδώ και σχεδόν μία δεκαετία, οι ελλείψεις εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων σημειώνουν αύξηση σε όλα τα κράτη μέλη. Οι ελλείψεις αυτές οφείλονται στις δημογραφικές αλλαγές, στη ζήτηση για νέες δεξιότητες που συνδέονται με τις τεχνολογικές εξελίξεις και τη διττή μετάβαση, στην προσπάθεια περαιτέρω ανάπτυξης των δικών μας βιομηχανικών τομέων, στις ανάγκες άμυνας και ασφάλειας, καθώς και στις προκλήσεις που σχετίζονται με τις συνθήκες εργασίας σε ορισμένους τομείς και σε ορισμένες τοποθεσίες. Η Επιτροπή έχει εντοπίσει 42 επαγγέλματα στα οποία σημειώνονται ελλείψεις, με ορισμένες διαφορές μεταξύ των κρατών μελών.

Το σχέδιο δράσης αποτελεί επίσης βασικό παραδοτέο του Ευρωπαϊκού Έτους Δεξιοτήτων. Βασίζεται στα πολυάριθμα μέτρα πολιτικής και χρηματοδότησης που εφαρμόζονται ήδη σε επίπεδο ΕΕ, όπως το σύμφωνο για τις δεξιότητες —το οποίο έχει παράσχει μέχρι στιγμής κατάρτιση σε 3,5 εκατομμύρια εργαζόμενους—, τους στόχους για την απασχόληση και τις δεξιότητες του 2030 που εγκρίθηκαν στην κοινωνική σύνοδο κορυφής του Πόρτο, την οδηγία για επαρκείς κατώτατους μισθούς και την οδηγία για την εργασία σε πλατφόρμες, καθώς και τα κονδύλια της ΕΕ ύψους 65 δισ. ευρώ που διατίθενται για επενδύσεις σε δεξιότητες.

Το σχέδιο δράσης αποτελεί συνέχεια της συνόδου κορυφής των κοινωνικών εταίρων στη Val Duchesse τον Ιανουάριο του 2024 και η Επιτροπή το πρότείνει σε συνεργασία με τους κοινωνικούς εταίρους, των οποίων ο ρόλος είναι ζωτικής σημασίας για την εφαρμογή λύσεων για την αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων. Το σχέδιο καθορίζει, σε πέντε τομείς, δράσεις οι οποίες πρέπει να υλοποιηθούν γρήγορα σε επίπεδο ΕΕ, σε εθνικό επίπεδο και σε επίπεδο κοινωνικών εταίρων:

- στήριξη της ενεργοποίησης των υποεκπροσωπούμενων ατόμων στην αγορά εργασίας
- παροχή στήριξης για την ανάπτυξη δεξιοτήτων, την κατάρτιση και την εκπαίδευση



- βελτίωση των συνθηκών εργασίας σε ορισμένους τομείς
 - βελτίωση της δίκαιης κινητικότητας εντός της ΕΕ για τους εργαζομένους και τους εκπαιδευόμενους
 - προσέλκυση ταλέντων από χώρες εκτός της ΕΕ
- Η αντιμετώπιση των ελλείψεων εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων είναι ζωτικής σημασίας για την τόνωση της βιώσιμης οικονομικής ανάπτυξης στην ΕΕ, την αξιοποίηση των ευκαιριών της πράσινης και της ψηφιακής μετάβασης, την προώθηση της δημιουργίας ποιοτικών θέσεων εργασίας, την αύξηση της οικονομικής και κοινωνικής ανθεκτικότητάς μας έναντι των γεωπολιτικών αλλαγών και τη διασφάλιση επαρκούς χρηματοδότησης για τις πολιτικές απασχόλησης και τις κοινωνικές πολιτικές στην ΕΕ.

Παραδείγματα δράσεων

Η Επιτροπή :

- θα χρηματοδοτήσει νέα έργα για μηδενική μακροχρόνια ανεργία
- θα χρηματοδοτήσει νέα έργα για την ενεργοποίηση και την αναβάθμιση των δεξιοτήτων των νέων που βρίσκονται εκτός απασχόλησης, εκπαίδευσης ή κατάρτισης (EEAK)
- θα συγχρηματοδοτήσει περισσότερα κέντρα επαγγελματικής αριστείας με στόχο τουλάχιστον 100 νέα κέντρα έως το 2027
- θα δημιουργήσει νέες εταιρικές σχέσεις δεξιοτήτων στο πλαίσιο του συμφώνου για τις δεξιότητες
- θα βελτιώσει τις πληροφορίες για τις δεξιότητες —χαρτογραφώντας τις σημερινές και μελλοντικές ανάγκες σε δεξιότητες— σε στενό συντονισμό με τους οργανισμούς της ΕΕ
- θα αναλύσει τις πολιτικές αναρρωτικών αδειών για τον προσδιορισμό βέλτιστων πρακτικών για τους εργαζομένους και τις επιχειρήσεις
- θα αξιολογήσει τον αντίκτυπο των συνταξιοδοτικών μεταρρυθμίσεων, εισάγοντας περισσότερες ευκαιρίες για ευέλικτη συνταξιοδότηση και για συνδυασμό του συνταξιοδοτικού εισοδήματος με τον μισθό
- θα εισαγάγει εθνικές προσεγγίσεις αξιολόγησης από ομοτίμους για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία

Τα κράτη μέλη καλούνται:

- να αναθεωρήσουν τα προγράμματα εκπαίδευσης και κατάρτισης για την καλύτερη κάλυψη των αναγκών της αγοράς εργασίας
 - να συνεχίσουν τις μεταρρυθμίσεις ως προς τις παροχές για την αντιμετώπιση των θυλάκων ανεργίας και να παρέχουν επαρκή στήριξη σε όσους μπορούν να εργαστούν για να επιστρέψουν σταδιακά στην αγορά εργασίας
 - να εξακολουθήσουν τις φορολογικές μεταρρυθμίσεις με σκοπό τη μείωση της φορολογικής επιβάρυνσης για τα πρόσωπα που λαμβάνουν δεύτερο μισθό και τους χαμηλόμισθους
 - να στηρίξουν περαιτέρω την ψηφιοποίηση του συντονισμού της κοινωνικής ασφάλισης για τη διευκόλυνση της δίκαιης κινητικότητας του εργατικού δυναμικού
 - να εγκρίνουν και να εφαρμόσουν ταχέως τη σύσταση του Συμβουλίου με τίτλο «Η Ευρώπη σε κίνηση — ευκαιρίες μαθησιακής κινητικότητας για όλους»
 - να συμμετέχουν περαιτέρω σε εταιρικές σχέσεις προσέλκυσης ταλέντων για την ενίσχυση των νόμιμων οδών μετανάστευσης
- ### Οι κοινωνικοί εταίροι σκοπεύουν:
- να αντιμετωπίσουν τις κακές συνθήκες εργασίας μέσω συλλογικών διαπραγματεύσεων στους τομείς που χαρακτηρίζονται από ανεπαρκείς συνθήκες εργασίας
 - να συμβάλουν στην ενεργοποίηση υποεκπροσωπούμενων ομάδων και να βρουν προσαρμοσμένες λύσεις για την προώθηση της απασχόλησης των εργαζομένων μεγαλύτερης ηλικίας
 - να στηρίξουν τα προγράμματα μαθητείας και τις συμπράξεις μεταξύ παρόχων επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης (EEK) και εργοδοτών
 - να καταρτίσουν τους εργαζομένους στον τομέα της μακροχρόνιας φροντίδας σε πιο ανθρωποκεντρική φροντίδα και στην ψηφιοποίηση
 - να επικαιροποιήσουν τις πολυτομεακές κατευθυντήριες γραμμές για την αντιμετώπιση της βίας και της παρενόχλησης στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης
 - να συμβάλουν με την εμπειρογνωσία τους στη δημιουργία της δεξαμενής ταλέντων της ΕΕ για την προσέλκυση ταλέντων από τρίτες χώρες

Για τη σχολική χρονιά 2024-2025 Συμπληρωματικές εγγραφές/ μετεγγραφές μαθητών/τριών στα Δημόσια και Κοινοτικά Νηπιαγωγεία

Το Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας (ΥΠΑΝ) πληροφορεί τους γονείς/κηδεμόνες ότι, η Βουλή των Αντιπροσώπων στη συνεδρία της, με ημερομηνία 21.03.2024, ψήφισε τον περί Δημοτικής και Μέσης Εκπαίδευσης (Υποχρεωτική Φοίτηση και Παροχή Δωρεάν Παιδείας) (Τροποποιητικό) Νόμο του 2024, ο οποίος αναφέρεται στη σταδιακή επέκταση της δωρεάν υποχρεωτικής προδημοτικής εκπαίδευσης από την ηλικία των τεσσάρων ετών.

Ως εκ τούτου, ενημερώνονται οι γονείς/κηδεμόνες, οι οποίοι επηρεάζονται από την τροποποίηση της πιο πάνω νομοθεσίας, ότι οι εγγραφές των μαθητών/ριών ηλικίας 46/12-48/12 (δηλαδή παιδιά με ημερομηνία γέννησης 01.01.2020-29.02.2020), στα Δημόσια και Κοινοτικά Νηπιαγωγεία, για τη νέα σχολική χρονιά 2024-2025, θα διεξαχθούν από τις 28 Μαρτίου μέχρι τις 2 Απριλίου 2024.

Οι εγγραφές θα διεξαχθούν με τον ίδιο τρόπο που έγιναν και για τα παιδιά ηλικίας 48/12-6 χρονών. Για την ομαλή διεξαγωγή των εγγραφών/μετεγγραφών, παρακαλούνται οι επηρεαζόμενοι γονείς/κηδεμόνες να ακολουθήσουν τις οδηγίες που παρουσιάζονται στο συνημμένο αρχείο.

Επεκτείνεται η υποχρεωτική Προδημοτική Εκπαίδευση από την ηλικία των 4 ετών

Σεπτέμβριος 2024: Περίπου 1.500 παιδιά ηλικίας 4 ετών και 6 μηνών μέχρι 4 ετών και 8 μηνών θα φοιτήσουν σε δημόσια και κοινοτικά νηπιαγωγεία.

- Διασφαλίζουμε ποιοτική εκπαίδευση για τα παιδιά από 4 χρονών (πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση κ.ά.).
- Συμφιλιάνουμε την οικογενειακή και επαγγελματική ζωή.
- Διευκολύνουμε την ένταξη ή την επανένταξη γονέων/κηδεμόνων στην αγορά εργασίας.
- Αξιοποιούμε πλήρως τα ευρωπαϊκά κονδύλια του Ταμείου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας.

 ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

Λύση SUDOKU									
9	7	8	9	6	1	7	8	7	7
1	8	7	7	7	8	9	9	6	
7	9	6	8	7	9	8	7	1	
9	6	8	7	8	7	1	9	7	
7	9	7	1	9	6	7	8	8	
8	1	7	7	9	8	6	7	9	
7	8	1	6	8	9	7	7	9	
6	7	9	9	7	7	8	1	8	
8	7	9	8	1	7	9	6	7	

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ									
Η ευτυχία της ζωής σου εξαρτάται από την ποιότητα της σκέψης σου									
Μάρκος Αυρήλιος									

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ



Λευκωσία:	Στασάνδρου 26,	τηλ: 22764691
Λεμεσός:	Κυρ. Οικονόμου 21	τηλ: 25861144
Λεμεσός:	Λεωφ. Ομονοίας 68 Α	τηλ: 25562444
Παραλίμνι:	Αγ. Γεωργίου 20,	τηλ: 23820422
Πάφος:	Ελευθ. Βενιζέλου 21,	τηλ: 26933820

Λάρνακα: τα μέλη εξυπηρετούνται από όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας

Ακατάλληλα προϊόντα που γνωστοποιούνται στο Σύστημα Safety Gate RAPEX

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή (ΥΠΚ) του Υπουργείου Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας, ως αρμόδια Αρχή στην Κύπρο για τη λειτουργία και διαχείριση του Ευρωπαϊκού Συστήματος Ταχείας Ανταλλαγής Πληροφοριών για Επικίνδυνα Προϊόντα που δεν είναι τρόφιμα, πληροφορεί τους έχουν κοινοποιηθεί στο Σύστημα 78 προϊόντα που παρουσιάζουν κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλειά τους. Τα προϊόντα αυτά εντοπίστηκαν στις αγορές διαφόρων κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης και στη συνέχεια κοινοποιήθηκαν στο Σύστημα Safety Gate RAPEX.

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή καλεί τους εισαγωγείς, διανομείς, πωλητές που τυγχόν διαθέτουν τέτοια προϊόντα να σταματήσουν αμέσως τη διάθεσή τους και να ειδοποιήσουν την Υπηρεσία.

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή καλεί επίσης τους καταναλωτές, σε περίπτωση που κατέχουν τα πιο πάνω προϊόντα, να σταματήσουν να τα χρησιμοποιούν και να τα επιστρέψουν στον πωλητή, δηλαδή στο κατάστημα από όπου τα έχουν προμηθευτεί και παράλληλα να ενημερώσουν τον πωλητή σχετικά.

Σημειώνεται ότι, σύμφωνα με τον περί Προστασίας του Καταναλωτή Νόμο του 2021, σε περίπτωση αγοράς μη ασφαλών προϊόντος, ο καταναλωτής δικαιούται αντικατάσταση του

προϊόντος, ώστε το προϊόν να είναι σύμφωνο προς τους όρους της σύμβασης πώλησης. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, τότε ο καταναλωτής δικαιούται να υπαναχωρήσει, δηλαδή να επιστρέψει το προϊόν στον πωλητή και να λάβει πίσω το πλήρες ποσό που πλήρωσε. Υπενθυμίζεται ότι τα πιο πάνω δικαιώματα ισχύουν για περίοδο δύο ετών από την αρχική παράδοση του προϊόντος στον καταναλωτή και ότι την αποκλειστική ευθύνη έναντι του καταναλωτή έχει πάντα ο τελικός πωλητής.

Στην περίπτωση που ο πωλητής αρνείται να ανταποκριθεί στα πιο πάνω δικαιώματα του καταναλωτή, καλείται ο καταναλωτής να υποβάλει γραπτώς το παράπονό του μέσω της ιστοσελίδας της Υπηρεσίας Προστασίας Καταναλωτή.

Για περαιτέρω πληροφορίες ή για υποβολή καταγγελίας οι καταναλωτές μπορούν να επικοινωνούν με την Υπηρεσία μέσω της ιστοσελίδας της ή στα τηλέφωνα:

Γραμμή Καταναλωτή 1429

Κεντρικά Γραφεία Λευκωσίας 22200926 / 22200925 / 22200923

Επαρχιακό Γραφείο Λεμεσού 25819150

Επαρχιακό Γραφείο Πάφου 26804613

Επαρχιακό Γραφείο Λάρνακας / Αμμοχώστου 24816160.



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Ο Δήμος Ακανθούς σας προσκαλεί στην παρουσίαση του βιβλίου του Ακανθιώτη Φιλόλογου-Λογοτέχνη Ζήνωνα Ζαννέτου:



Ευαγόρας Παλληκαρίδης
Κάνιστρον Ήθους

Το βιβλίο παρουσιάζει η Α.Μ. ο Αρχιεπίσκοπος Κύπρου κ.κ. Γεώργιος.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 3 Απριλίου 2024, ώρα 7:30 μ.μ.

στο κτίριο της ΣΕΚ, Αίθουσα «Μάρκου Δράκου» Λεωφ. Στροβόλου 11.

Θα απαγγελθούν ποιήματα του Ευαγόρα Παλληκαρίδη και θα ακουστούν

μελοποιημένοι στίχοι του, από τον Δημήτρη Καραγιώργη.

Η παρουσίαση του βιβλίου τελεί υπό την αιγίδα του Δήμου Ακανθούς

ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ



ΧΡΗΣΙΜΑ Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

Προασπίστε την καθημερινή σας ευεξία

Επειδή η υγεία είναι το πολυτιμότερο αγαθό, είναι σημαντικό να ενσωματώνουμε στην καθημερινότητά μας απλές και γρήγορες συνήθειες που την προασπίζουν

1. Δύναμη εκ των έσω

Αντί να ανησυχείτε για όλα όσα πρέπει να προλάβετε επικεντρωθείτε να φέρνετε σε πέρας ένα στόχο. Ακολουθώντας συνεχώς τον επόμενο.

2. Καλύτερη στάση; Καλύτερη υγεία

Ανά τακτά χρονικά διαστήματα δοκιμάστε να ελέγχετε και να διορθώνετε τη στάση του σώματός σας, καθώς η λανθασμένη στάση μπορεί να καταπονήσει τον αυχένα, την πλάτη, τη μέση αλλά και τους γοφούς, αποσπώντας σας από οτιδήποτε κάνετε.

Βεβαιωθείτε ότι, όταν κάθεστε, το κεφάλι και ο λαιμός σας είναι πάνω από τους ώμους σας, οι οποίοι πρέπει να ευθυγραμμίζονται με τους γοφούς σας. Μην ξεχνάτε να σηκώνεστε τακτικά για να τεντώνετε, αλλά και να ξεκουράζετε τα μάτια σας από την οθόνη.

3. Μικρότερο πιάτο

Εάν αναζητάτε έναν εύκολο και γρήγορο τρόπο για να ελέγξετε αλλά και να μειώσετε την ποσότητα του φαγητού που



καταναλώνετε, τότε μπορείτε να επιλέξετε ένα μικρότερο πιάτο. Έτσι θα νιώθετε ικανοποιημένοι, αλλά θα τρώτε και μικρότερη μερίδα, αφού δεν θα παρασύρεστε από το μέγεθος του πιάτου.

Εάν εξακολουθείτε να πεινάτε, μπορείτε πάντα να συνοδεύσετε το γεύμα σας με μια ελαφριά σαλάτα γεμάτη πολύτιμα θρεπτικά συστατικά.

4. Προτιμήστε τις σκάλες

Αποτελούν σχεδόν πάντα διαιτητική επιλογή και σας βοηθούν να ενισχύσετε τη φυσική σας δραστηριότητα. Έτσι, την επόμενη φορά, προσπεράστε το ασανσέρ και επιλέξτε να ανεβείτε ή να κατεβείτε από τα σκαλιά για μερικά επιπλέον λεπτά κάθε φορά. Για έξτρα οφέ-

λη, μη διστάσετε να ανεβάσετε την ένταση, ακολουθώντας πιο γρήγορο ρυθμό.

5. Υπενθύμιση για νερό

Ειδικά τους χειμερινούς μήνες, που η θερμοκρασία μειώνεται, έχουμε την τάση να ξεχνάμε να πίνουμε νερό. Για να ενισχύσετε τα επίπεδα ενυδάτωσης του οργανισμού, δοκιμάστε, εκτός από το να έχετε πάντα κοντά σας ένα ποτήρι ή μπουκάλι με νερό, να βάλετε υπενθυμίσεις στο κινητό σας για να πίνετε ανά τακτά χρονικά διαστήματα όσο χρειάζεστε.

Σταδιακά θα σας γίνει συνήθεια και θα αποτρέψετε την αφυδάτωση και τα ενοχλητικά της συμπτώματα, όπως η αδυναμία συγκέντρωσης.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Μπορείς να οργανώσεις, να ταξινομήσεις κάτι που απαιτεί προσοχή στη λεπτομέρεια. Νέα οράματα για το μέλλον σε παρακινούν και σε εμπνέουν. Ο έρωτας είναι ένα κίνητρο για να φροντίσεις περισσότερο τον εαυτό σου.

Ταύρος: Έχεις περισσότερο θάρρος να εκφράσεις τα συναισθήματα σου και έχεις μηδενικό ενδιαφέρον για να ασχοληθείς με προβλήματα και ελαττώματα. Για καλύτερα αποτελέσματα συνδύασε τη λογική και την ευαισθησία σήμερα. Ο έρωτας γίνεται πιο συναρπαστικός και η αυτοπεποίθησή σου ανεβαίνει.

Δίδυμοι: Είναι μια καλή στιγμή για να ολοκληρώσεις εκκρεμότητες κυρίως επαγγελματικές. Σε ό,τι κι αν επιλέξεις να ρίξεις την ενέργειά σου θα σημειώσεις σημαντική πρόοδο. Οι άλλοι υποστηρίζουν τις προσπάθειές σου ή σου αφήνουν χώρο για να αναπνεύσεις και να κάνεις αυτό που θέλεις.

Καρκίνος: Η κοινή χρήση ιδεών και σχεδίων με κάποιον ειδικό μπορεί να σε τονώσει. Οι επικοινωνίες σε ενθαρρύνουν να θέσεις τις ιδέες σου σε εφαρμογή και να εμπνεύσεις εμπιστοσύνη. Μπορεί να υπάρξει κάποια ανησυχία σήμερα, αλλά είναι το είδος που μπορεί να σε οδηγήσει

σε μεγάλες ανακαλύψεις.

Λέων: Η εμπιστοσύνη στις ιδέες και τα σχέδια σου σήμερα είναι ισχυρή. Στην πραγματικότητα μπορείς να νιώσεις ενθουσιασμό καθώς και να έχεις καλή ενέργεια για να λύσεις προβλήματα.

Παρθένος: Είναι μια εξαιρετική στιγμή για να ασχοληθείς με την εργασία και την υγεία σου, όπως μέσω της διατροφής και της άσκησης. Προβλήματα -ιδιαίτερα εργασιακά- φαίνονται ευκολότερο να επιλυθούν.

Ζυγός: Είσαι πιο πρόθυμη να αρπάξεις μια ευκαιρία για τον εαυτό σου σήμερα και το να ζωντανέψεις ιδέες μπορεί να είναι στο επίκεντρο. Μπορεί να αισθάνεσαι ιδιαίτερα προστατευμένη από τα αγαπημένα σου πρόσωπα.

Σκορπίος: Οι ειλικρινείς και ανοιχτές συζητήσεις μπορεί να ξεκαθαρίσουν το τοπίο ή τα συναισθήματά σου. Αισθάνεσαι ευχάριστα απασχολημένη και ότι έχεις τον πλήρη έλεγχο των καταστάσεων.

Τοξότης: Μπορεί να συναναστραφείς με κάποιον για μια ικανοποιητική δραστηριότητα ή για την επίλυση προβλημάτων. Ωστόσο υπάρχει μια τάση να παίρνεις βιαστικές αποφάσεις τώρα, οπότε πρόσεξε λίγο.



Αιγόκερως: Έχεις την τάση να παίρνεις γρήγορες αποφάσεις σήμερα, αλλά επειδή ο Ερμής μόλις ξεπερνά μια σύγκρουση με τον Ουρανό είναι καλύτερο να το αποφύγεις ή να εστιάσεις περισσότερο. Η μετακίνηση της Σελήνης στον ηλιακό 4ο οίκο σου σήμερα είναι ακόμα ένας δείκτης μιας ισχυρής εστίασης στην τόνωση του εσωτερικού σου κόσμου, της ζωής στο σπίτι και την αίσθηση της ασφάλειας.

Υδροχόος: Η ψυχική ενέργεια χτίζεται, αλλά είναι πιο εύκολο να αξιοποιήσεις αυτά που ήδη έχεις. Σε ελκύουν καταστάσεις που υπόσχονται κίνηση και νέες ιδέες. Υπάρχει επιπλέον θάρρος να εκφράσεις τα συναισθήματά σου ή τις απόψεις σου.

Ιχθείς: Η εμπιστοσύνη σου στις ιδέες σου ενισχύεται σήμερα. Ο ψυχικός κόσμος σου φαίνεται να έχει τώρα τις αντοχές και τη διάθεση να αξιοποιήσεις την ενέργειά σου εποικοδομητικά.

SUDOKU

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

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Γαρίδες sweet and sour σε ανανά

ΥΛΙΚΑ

- 300 γρ. μεγάλες γαρίδες
- 10 γρ. κόκκινες πιπεριές
- 10 γρ. κίτρινες πιπεριές
- 10 γρ. κρεμμύδι
- 20 γρ. φρέσκο ανανά
- 200 γρ. καλαμποκάλευρο
- 400 γρ. φυτικό λάδι για τηγάνισμα
- 20 γρ. φράουλες
- 4 αβγά
- Για τη σος
 - 20 γρ. μαύρη ζάχαρη
 - 20 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη
 - 20 ml ντομάτα κέτσαπ
 - 5 ml worcestershire sauce
 - ½ κουταλιά H.P. sauce
 - ½ κουταλιά O.K. sauce
 - 4 ½ κουταλιές λευκό ξίδι
 - λίγες σταγόνες Tabasco
 - 10 γρ. δαμάσκηνα
 - 5 γρ. καλαμποκάλευρο και νερό



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κόβετε ένα φρέσκο ανανά στη μέση και μ' ένα μικρό κοφτερό μαχαίρι τον καθαρίζετε από τη σάρκα του, για να δημιουργήσετε δύο μπολ. Κόβετε την ψίχα του ανανά σε μικρούς κύβους και τον αφήνετε παράμερα. Καθαρίζετε τις γαρίδες και τις αλατοπιπερώνετε. Ζεσταίνετε το λάδι μέχρι να φτάσει στους 150οC. Κόβετε όλα τα λαχανικά σε κύβους. Χτυπάτε τα αβγά και προσθέτετε μέσα το αλεύρι. Τα ανακατεύετε καλά μέχρι να γίνουν ένας ομοιογενής χυλός. Βουτάτε μέσα τις γαρίδες και τις τηγανίζετε σε καυτό λάδι για 1 λεπτό. Βουτάτε επίσης τα λαχανικά στο χυλό και τα τηγανίζετε. Τα στραγγίζετε. Ζεσταίνετε ένα wok και προσθέτετε 2 κουταλάκια λάδι. Χαμηλώνετε τη φωτιά και προσθέτετε την ντομάτα κέτσαπ, την worcestershire sauce, την H.P. sauce, την O.K. sauce, το λευκό ξίδι, λίγες σταγόνες Tabasco και τη ζάχαρη. Τα ανακατεύετε καλά, μέχρι να λιώσει η ζάχαρη και τότε προσθέτετε το καλαμποκάλευρο και ανακατεύετε. Μόλις δέσει η σάλτσα, προσθέτετε τις ήδη τηγανισμένες γαρίδες και τα λαχανικά, ανακατεύετε για μισό λεπτό και σερβίρετε μέσα στον ανανά.

Στα πλαίσια της μεταμνημονιακής εποπτείας της Κύπρου

Ενώπιον των ευρωπαϊκών θεσμών οι θέσεις της ΣΕΚ

Στο πλαίσιο του 16ου Προγράμματος Μεταμνημονιακής Εποπτείας της Κύπρου οι κοινωνικοί εταίροι συναντήθηκαν πρόσφατα με τεχνοκράτες της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού Σταθερότητας, της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας και Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου. Την ΣΕΚ εκπροσώπησαν οι Χρίστος Καρύδης και Γιώργος Πυρίσιης οι οποίοι ανέλυσαν ενώπιον των ευρωπαϊκών θεσμών τα σημερινά δεδομένα στην αγορά εργασίας της Κύπρου, όπως έχουν διαμορφωθεί μετά την εφαρμογή του Μνημονίου. Όπως εξήγησαν οι μισθοί στην Κύπρο επηρεάζονται αρνητικά και σε μεγάλο βαθμό από τον πληθωρισμό. Επίσης, ανέφεραν πως η εισαγωγή του Εθνικού Κατώτατου Μισθού έχει βοηθήσει στη μείωση της φτώχειας ενώ επανέλαβαν την πάγια θέση της ΣΕΚ πως τόσο η Αυτόματη Τιμαριθμική Αναπροσαρμογή (ΑΤΑ) όσο και το επίπεδο των μισθών στην Κύπρο δεν δημιουργούν προβλήματα στην ανταγωνιστικότητα της οικονομίας. Αντιθέτως, όπως ανέφεραν οι παράγοντες οι οποίοι διαβρώνουν την ανταγωνιστικότητα της κυπριακής οικονομίας είναι η γραφειοκρατία, η καθυστέρηση στην απονομή



της δικαιοσύνης και η χαμηλή παραγωγικότητα. Σε ότι αφορά τον ισχυρισμό της εργοδοτικής πλευράς για έλλειψη εργατικού δυναμικού οι εκπρόσωποι της ΣΕΚ υπέδειξαν ότι η εισαγωγή φθηνού και ανειδίκευτου εργατικού δυναμικού στη χώρα μας δεν επιλύει το πρόβλημα αλλά οδηγεί σε μεγαλύτερη συμπίεση των μισθών προς τα κάτω, διαβρώνοντας την αγοραστική

δύναμη των καταναλωτών οδηγώντας έτσι και στη μείωση της οικονομικής δραστηριότητας ενώ πρόσθεσαν πως η εισαγωγή ξένων εργαζομένων από Τρίτες χώρες θα πρέπει να γίνεται στη βάση τεκμηρίωσης βασιζόμενη πάντα στις πραγματικές ανάγκες της αγοράς εργασίας ανά κλάδο και επάγγελμα. Παράλληλα, σημείωσαν την ανάγκη επανασχεδιασμού του εκπαιδευτικού συστήματος ώστε να υπάρξει διασύνδεση του με τις ανάγκες της αγοράς εργασίας με στόχο την μεσοπρόθεσμη και μακροπρόθεσμη ισορροπία, δίδοντας ιδιαίτερη έμφαση στο θέμα της αναβάθμισης του επαγγελματικού προσανατολισμού.

Σε ότι αφορά τη φορολογική μεταρρύθμιση οι εκπρόσωποι της ΣΕΚ εξήγησαν πως θα πρέπει να είναι δημοσιονομικά ουδέτερη και στη βάση της φιλοσοφίας πως όποιος ρυπαίνει θα πρέπει να πληρώνει ενώ το κράτος θα πρέπει να προσφέρει αντισταθμιστικά μέτρα ούτως ώστε η πράσινη μετάβαση να επέλθει με το μικρότερο δυνατό κόστος ιδιαίτερα για τα χαμηλά και μεσαία εισοδηματικά στρώματα. Τέλος, οι εκπρόσωποι της ΣΕΚ εξέφρασαν την αγωνία τους να μην γίνει η φορομεταρρύθμιση αιτία για στασιμότητα.

Ημερομηνία Εξέτασης Αιτήσεων για Συντάξεις / Επιδόματα / Βοηθήματα

Οι Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων, σε μια προσπάθεια περαιτέρω εξυπηρέτησης των πολιτών, εκδίδουν σε εβδομαδιαία βάση ανακοίνωση ως προς την ημερομηνία εξέτασης των αιτήσεων που παραλήφθηκαν και αφορούν σε Συντάξεις / Επιδόματα / Βοηθήματα.

Σημειώνεται ότι, εκκρεμεί η εξέταση των αιτήσεων που παραλήφθηκαν σε προγενέστερες ημερομηνίες, για τις οποίες ζητήθηκαν και αναμένονται πρόσθετα στοιχεία από τους αιτητές.

1. ΕΠΙΔΟΜΑ ΑΝΕΡΓΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις όσων μισθωτών τερματίστηκε η απασχόληση τους και η περίοδος ανεργίας τους άρχισε στις 26/01/2024

Εξετάζονται οι περιπτώσεις όσων ήδη λαμβάνουν επίδομα ανεργίας το οποίο αφορά την περίοδο ανεργίας Ιανουαρίου - Φεβρουαρίου 2024.

2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Απρίλιο - Μάιο του 2023. Σημειώνεται ότι, υπάρχει αριθμός αιτήσεων που έχουν υποβληθεί πριν την πιο πάνω ημερομηνία για τις οποίες όμως δεν μπορεί να ολοκληρωθεί η εξέταση διότι οι εργοδότες δεν έχουν αποστείλει ακόμη τα στοιχεία που τους έχουν ζητηθεί.

3. ΕΠΙΔΟΜΑ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που παραλήφθηκαν την περίοδο Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2023

4. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2024, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2023 νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου 2024.

7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ: Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Σεπτεμβρίου 2023.

8. ΘΕΣΜΟΘΕΤΗΜΕΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Ιανουάριο 2024.

9. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι



παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Οκτώβριο - Δεκέμβριο 2023.

10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΗΡΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2023.

Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2023.

11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χηρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2023.

Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη, δεν είχε σύζυγο και το αίτημα για βοήθημα κηδείας προέρχεται από άλλο πρόσωπο που ανέλαβε τα έξοδα της κηδείας, εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου- Δεκεμβρίου 2023.

Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου- Δεκεμβρίου 2023.

Για άλλες περιπτώσεις (πχ. ο/η αποβιώσας/σα ήταν/δεν ήταν συνταξιούχος και είχε σύζυγο, ο/η αποβιώσας/σα δεν ήταν συνταξιούχος και δεν είχε σύζυγο, ο/η αποβιώσας/σα ήταν νεαρό άτομο, άγαμος/η, και η αίτηση προέρχεται από τον γονέα ή από τα αδέρφια του/της, ο/η αποβιώσας/σα ήταν αγνοούμενος/η) εξετάζονται οι παραλη-

φθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου- Δεκεμβρίου 2023.

12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου - Μαρτίου 2024.

13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 11/03/2024.

Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν τον μήνα Μάρτιο του 2024

14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που έχουν αναμενόμενο τοκετό στις 25/03/2024.

Επανεξέτασή αίτησης για σκοπούς συνεχόμενης πληρωμής, μετά την πρώτη πληρωμή που έλαβε η αιτήτρια, πραγματοποιείται άμεσα, αφού υποβληθούν όλα τα απαραίτητα έγγραφα.

15. ΕΠΙΔΟΜΑ ΠΑΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 01/02/2024.

16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2023

17. Αιτήσεις θεσμοθετημένης σύνταξης, χηρείας και ανικανότητας οι οποίες πληρώνονται με βάση τις διμερείς συμβάσεις και τον Κανονισμό της Ευρωπαϊκής Ένωσης 883/04:

Θεσμοθετημένη Σύνταξη: Εξετάζονται οι αιτήσεις για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς, για αιτητές με ημερομηνία γεννήσεως το 1956-1960.

Σύνταξη Ανικανότητας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2023.

Σύνταξη Χηρείας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

Επίδομα Ορφάνιας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιουλίου 2023 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

18. Ποινικές Υποθέσεις: Το Φεβρουάριο 2024 εκκρεμούσαν 5386 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2755 αφορούν εργοδότες και οι 2631 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

Η ανατροπή που μυρίζει τίτλο

Ο ΑΠΟΕΛ ο κερδισμένος της 5ης αγωνιστικής

Βήμα σημειωτόν έκαναν οι ομάδες που τον καταδιώκουν



Ο ΑΠΟΕΛ ήταν ο μεγάλος κερδισμένος της 5ης αγωνιστικής των πλείοφ του πρωταθλήματος. Οι γαλαζοκίτρινοι πέτυχαν σπουδαίο «διπλό» με ανατροπή επί της ΑΕΚ (2-1) στο ντέρμπι κορυφής και σαν να μην έφθανε αυτό είδε τις υπόλοιπες ομάδες που τον καταδιώκουν να κάνουν βήμα σημειωτόν!

Ο Άρης σκόνταψε απέναντι στην Ανόρθωση στη Λεμεσό (1-1), ενώ Ομόνοια και Πάφος FC έμειναν στην ισοπαλία 1-1, αποτέλεσμα που δεν άφησε ικανοποιημένη καμία εκ των δύο ομάδων. Έτσι, η ομάδα του Ρικάρντο Σα Πίντο αύξησε την ψαλίδα της διαφοράς από τη δεύτερη θέση στους τέσσερις βαθμούς και έγινε αφεντικό για τον τίτλο, πέντε αγωνιστικές πριν το τέλος της σεζόν.

Η επόμενη αγωνιστική στον Α όμιλο:

ΑΠΟΕΛ – ΑΝΟΡΘΩΣΗ

ΟΜΟΝΟΙΑ – ΑΡΗΣ

ΑΕΚ – ΠΑΦΟΣ FC

Τα αποτελέσματα στον Β όμιλο είναι τα ακόλουθα:

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ – ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ (0 – 0)

ΑΕΛ- ΔΟΞΑ (0 – 0)

ΑΕΖ – ΟΘΕΛΛΟΣ (0 – 4)

ΕΘΝΙΚΟΣ – ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ (2 – 0)

Η επόμενη 6η αγωνιστική στον Β όμιλο

ΔΟΞΑ – ΟΘΕΛΛΟΣ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ – ΑΕΖ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ – ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ

ΑΕΛ – ΕΘΝΙΚΟΣ

Β' Κατηγορία: Μόνη στην κορυφή η Ομόνοια 29Μ



Η Ομόνοια 29Μ νίκησε εκτός έδρας με 4-0 τον ΑΣΙΑ Λύση και έφτασε στους 53 βαθμούς. Από δύο τέρματα πέτυχαν οι Αρτεμίου και Βρίκκης.

Στο Δημοτικό Στάδιο Σωτήρας, στον αγώνα που μεταδόθηκε απευθείας από τη Cytavision η Ομόνοια Αραδίππου νίκησε με 2-0 την ΕΝ Παραλιμνίου, την άφησε στους 50 βαθμούς και την πλησίασε στον ένα βαθμό.

Ο Κωνσταντίνος Ανθίου στο 49ο λεπτό άνοιξε

το σκορ για την Ομόνοια και στο 56ο λεπτό ο Σέργιος Αβραάμ πέτυχε το 2-0.

Στην 4η θέση με 47 βαθμούς βρίσκεται ο Ολυμπιακός που νίκησε στην Αγία Νάπα την τοπική ομάδα με 3-0.

Συνοπτικά τα αποτελέσματα:

ΕΝ Παραλιμνίου - Ομόνοια Αραδίππου 0-2

Αγία Νάπα - Ολυμπιακός 0-3

ΑΣΙΑ Λύσης - Ομόνοια 29Μ 0-4

Πέγεια - Freedom24 ΕΝΥ Διγενής Ύψωνα 1-3

Άνοδος για Χαλκάνορα, νίκη του Σπάρτακου στο ντέρμπι

Στο ντέρμπι της 11ης αγωνιστικής για τον πρώτο όμιλο της δεύτερης φάσης του Πρωταθλήματος Γ' Κατηγορίας ο Σπάρτακος Κιτίου νίκησε με 2-0 την Αναγέννηση Δερύνειας.

Με τη νίκη του ο Σπάρτακος έφτασε στους 48 βαθμούς, ένα λιγότερο από την 2η Αναγέννηση.

Ο πρωτοπόρος Χαλκάνορας νίκησε εκτός έδρας με 2-0 τον ΠΟ Ορμήδειας και έφτασε στους 56 βαθμούς και εξασφάλισε και μαθηματικά την άνοδο του.

Ηροδότου (22') και Κουρτίδης (25') σκόραραν για τον Χαλκάνορα.

Στην 4η θέση με απολογισμό 46 βαθμούς βρίσκεται η ΑΠΕΑ Ακρωτηρίου, που σήμερα επικράτησε με 3-0 του Κέδρου.

Συνοπτικά τα αποτελέσματα:

Εθνικός Λασιών - Ηρακλής Γερολάκκου 2-1

ΠΟ Ορμήδειας - Χαλκάνορας 0-2

ΑΠΕΑ Ακρωτηρίου - Κέδρος 3-0

Σπάρτακος Κιτίου - Αναγέννηση Δερύνειας 2-0

Κούρης Ερήμης και Σπάρτακος Κιτίου στον τελικό Κυπέλλου Coca - Cola Μικρών Κατηγοριών

Κούρης Ερήμης και Σπάρτακος Κιτίου προκρίθηκαν για πρώτη φορά στην ιστορία τους στον τελικό Κυπέλλου Coca - Cola Μικρών Κατηγοριών.

Ο Κούρης νίκησε εκτός έδρας 2-1 τον Κέδρο Αγίας Μαρίνας Σκυλλούρας και με το 1-1 του πρώτου αγώνα προκρίθηκε με συνολικό σκορ 3-2.

Ο Δημήτρης Κωνσταντινίδης στο 40ο λεπτό έδωσε προβάδισμα στον Κούρη και ο Κέδρος ισοφάρισε στο 53ο λεπτό με τον Ιάκωβο Ινιάδη. Το 2-1 διαμόρφωσε στο 84ο λεπτό ο Παντελής Κυριάκου.

Στην Κυπερούντα ΑΠΕΠ Πιτσιλιάς - Σπάρτακος Κιτίου μετά το 1-1 στον πρώτο αγώνα σήμερα έμειναν στο 0-0, αποτέλεσμα που διατηρήθηκε και στην ημίωρη παράταση.

Στη διαδικασία των πέναλτι επικράτησε ο Σπάρτακος με 3-2 εξασφαλίζοντας έτσι θέση για τον 14ο τελικό της διοργάνωσης.

Ο προγραμματισμός για τη νέα αγωνιστική περίοδο 2024 - 2025

Η έναρξη του Πρωταθλήματος Cytα προγραμματίστηκε για το Σαββατοκύριακο 24 - 25 Αυγούστου 2024. Πριν από τη διακοπή λόγω υποχρεώσεων των Εθνικών ομάδων, θα μεσολαβήσει η 2η αγωνιστική που θα ολοκληρωθεί την Κυριακή 1η Σεπτεμβρίου. Το Πρωτάθλημα θα επαναρχίσει το Σαββατοκύριακο 14 - 15 Σεπτεμβρίου 2024 με τις αναμετρήσεις της 3ης αγωνιστικής.

Η τελευταία αγωνιστική μέσα στο 2024, δηλαδή πριν τη διακοπή λόγω των εορτών, είναι προγραμματισμένη μεταξύ 20-23 Δεκεμβρίου.

Η τελευταία αγωνιστική της πρώτης φάσης του Πρωταθλήματος είναι προγραμματισμένη για τέλη Φεβρουαρίου αρχές Μαρτίου και η έναρξη της β' φάσης στις 7 Μαρτίου 2025.

Σύμφωνα με τον προγραμματισμό της Ομοσπονδίας, η δεύτερη φάση του Πρωταθλήματος θα ολοκληρωθεί το Σαββατοκύριακο 17-18.05.2025.

Ο τελικός του Κυπέλλου Coca - Cola θα διεξαχθεί μία εβδομάδα αργότερα, το Σάββατο 24.05.2025.

Η αυλαία της νέας αγωνιστικής περιόδου θα ανοίξει με τον αγώνα Super Cup το Σαββατοκύριακο 17 - 18 Αυγούστου 2024.

Πότε θα έχουμε διακοπή

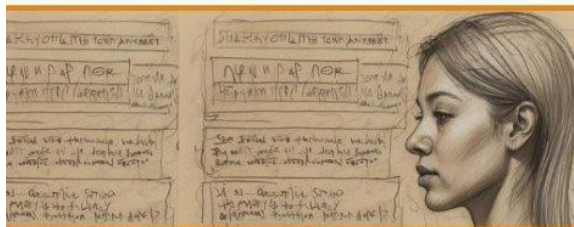
Μέχρι το τέλος του 2024 θα έχουμε τρεις φορές διακοπή του Πρωταθλήματος λόγω υποχρεώσεων των Εθνικών μας Ομάδων και όπως καθορίζονται από τις ημερομηνίες FIFA - UEFA.

Συγκεκριμένα διακοπή θα έχουμε τον Σεπτέμβριο μεταξύ 02-10/09/2024, τον Οκτώβριο μεταξύ 07-15/10/2024 και το Νοέμβριο μεταξύ 11-19/11/2024.

Η πρώτη διακοπή μέσα στο 2025, λόγω υποχρεώσεων Εθνικών μας Ομάδων, είναι καθορισμένη μεταξύ 17 - 25 Μαρτίου 2025.

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

«Αντιμετώπιση της σεξουαλικής παρενόχλησης και του εργασιακού εκφοβισμού στους χώρους εργασίας»



Η ΣΕΚ στο πλαίσιο της εκστρατείας ενημέρωσης για την αντιμετώπιση της σεξουαλικής παρενόχλησης και του εργασιακού εκφοβισμού στους χώρους εργασίας, διοργανώνει εκδήλωση την **Πέμπτη, 11 Απριλίου 2024, στις 6 μμ στο οίκημα της ΣΕΚ στον Στρόβολο.**

Την κύρια ομιλία θα εκφωνήσει:

Δρ. Στέλλα Κυριακίδου,
Επίτροπος Υγείας και Ασφάλειας Τροφίμων της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Χαιρετισμούς θα απευθύνουν:

Γιάννης Παναγιώτου, Υπουργός Εργασίας

Μιχάλης Μιχαήλ, Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

Σταύρος Σταύρου, Πρόεδρος ΚΕΒΕ

Αντώνης Αντωνίου, Πρόεδρος ΟΕΒ

Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Προγράμματος Πολιτικής Ένωσης «ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027» με τη συγχρηματοδότηση της ΕΕ

Αρμόχ. Στρόβολου 11, 2018 Στρόβολος
Η αίθουσα είναι προσβάσιμη σε άτομα με περιορισμένη κινητικότητα.



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Π.Α. μέχρι 5 Απριλίου 2024, Τηλ: 22849849 email: sek@sek.org.cy



Θα συνεδριάσει την ερχόμενη Τρίτη το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ

Την ερχόμενη Τρίτη 9 Απριλίου στις 10 π.μ θα πραγματοποιηθεί στο οίκημα της ΣΕΚ στον Στρόβολο συνεδρία του Γενικού Συμβουλίου της ΣΕΚ.

Το γενικό συμβούλιο θα μελετήσει και θα αξιολογήσει τα τρέχοντα εργασιακά ζητήματα, κάνοντας απολογισμό των μέχρι σήμερα δεδομένων και θα καθορίσει τις θέσεις πολιτικής μέσα από δέσμη αποφάσεων.

Θα εξετάσει περαιτέρω τα οργανωτικά και οικονομικά αποτελέσματα καθώς και την πορεία ανανέωσης των συλλογικών συμβάσεων, δίνοντας έμφαση και στις δυο μεγάλες κλαδικές συμβάσεις στην οικοδομική και ξενοδοχειακή βιομηχανία.

Ο γγ της ΣΕΚ θα ενημερώσει επίσης για τις εξελίξεις που διασυνδέονται με την Στρατηγική Απασχόλησης ξένων εργατών από Τρίτες Χώρες και την πορεία που αφορά τη φορολογική μεταρρύθμιση.

Η ΣΕΚ τίμησε όσους λάμπρυναν την ωραιότερη σελίδα στην Ιστορία του Κυπριακού Ελληνισμού

Η ηγεσία της ΣΕΚ κατέθεσε στεφάνια στα φυλακισμένα μνήματα, στους ανδριάντες των ηρώων Μάρκου Δράκου, Μιχαλάκη Καραολή και Κυριάκου Μάτση και στο μνημείο Εθνικών Εργατικών και Κοινωνικών αγώνων της ΣΕΚ

Φάρο αγωνιστικότητας για όσους θέλουν να ζουν Ελεύθεροι στη γη που τους γέννησε αποτελεί το έπος της ΕΟΚΑ, 1955 – 59, το οποίο κόσμησαν με τη δράση και τη θυσία τους τα παλληκάρια της θρυλικής γενιάς.

Η έναρξη του απελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ 1955- 59, βρήκε τη ΣΕΚ σαν έτοιμη από καιρό στην πρώτη γραμμή του εθνικού καλέσματος, για εθνική αυτοδιάθεση, αξιοπρέπεια, απελευθέρωση και ένωση με τη μητροπολιτική Ελλάδα.

Το σύνολο της ηγεσίας της ΣΕΚ και ένας τεράστιος αριθμός μελών και φίλων εγγράφηκαν στις τάξεις της Οργάνωσης αγωνιζόμενοι για την επίτευξη των προαιώνιων αξιών και πόθων.

Δεν είναι τυχαίο το γεγονός πως, «40» από τους ήρωες της ΕΟΚΑ ήταν μέλη της ΣΕΚ, με ηγετική φυσιογνωμία τον Μάρκο Δράκο, ο οποίος υπήρξε και μέλος του Γενικού Συμβουλίου της ΣΕΚ.

Για τη ΣΕΚ η 1η Απριλίου είναι μέρα τιμής και περηφάνειας. Κλίνει ευλαβικά το γόνυ μπροστά σε όσους θυσιάστηκαν υπέρ πίστεως και πατρίδος, μεταλαμβάνοντας των αχράντων μυστηρίων από τα δισκοπότηρα της θυσίας των ηρώων μας, ανανεώνοντας την πίστη για νέους αγώνες για Ελευθερία, Ισότητα και Κοινωνική Δικαιοσύνη.

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος αντιπροσωπεία της ΣΕΚ κατέθεσε στεφάνια στο Μνημείο Εργατικών, Κοινωνικών και Εθνικών Αγώνων, που βρίσκεται στο προαύλιο της ΣΕΚ και στους ανδριάντες των ηρώων **Μάρκου Δράκου, Μιχαλάκη Καραολή και Κυριάκου Μάτση.**

Τα στεφάνια κατέθεσαν ο γγ της ΣΕΚ **Ανδρέας Φ. Μάτσας**, ο αναπληρωτής γενικός γραμματέας **Μιχάλης Μιχαήλ** και ο επαρχιακός γραμματέας ΣΕΚ Λευκωσίας-Κερύνειας **Πάμπος Ιωαννίδης.**

