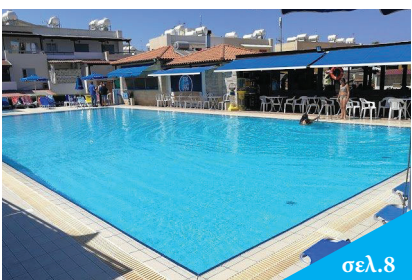




ΡΕΠΟΡΤΑΖ

Απόδραση στις εξοχικές
κατοικίες της ΣΕΚ
σε βουνό και θάλασσα



σελ.8

ΑΡΘΟΓΡΑΦΙΑ

Οι αλήθειες πληγώνουν,
η αδράνεια όμως σκοτώνει
την κοινωνία



Φωτό αρχείου

Του γγ της ΣΕΚ Ανδρέα Φ.
Μάτσα

σελ.9

ΡΕΠΟΡΤΑΖ

Η ΣΕΚ ξεκαθαρίζει για την
αναλογιστική
αναπροσαρμογή του 12%



σελ.16

Η ΣΕΚ δεν συναινεί σε αποφάσεις που εκπίπτουν του θεσμοθετημένου πλαισίου

Συνεχίζεται η αποδόμηση του Κοινωνικού Διαλόγου

Την ώρα που η κυβέρνηση γυρίζει την πλάτη στον θεσμοθετημένο κοινωνικό διάλογο όπως αυτός έχει οικοδομηθεί και εδραιωθεί για δεκαετίες στον τόπο μας, ο πρόεδρος της Δημοκρατίας, Νίκος Χριστοδουλίδης, καλωσόρισε για ακόμα μια φορά τις εργοδοτικές οργανώσεις στο προεδρικό μέγαρο με στόχο όπως δήλωσε ο ίδιος να θεσμοθετηθεί διάλογος με τους εργοδότες για ζητήματα που αφορούν την οικονομία. Δυστυχώς, από την ανάληψη της εξουσίας της παρούσας κυβέρνησης πριν από περίπου δεκαεπτά μήνες, οι ανησυχίες του συνδικαλιστικού κινήματος σε ότι αφορά την υποβάθμιση και αποδόμηση του κοινωνικού διαλόγου εντείνονται μέρα με τη ημέρα. Η δημόσια παραδοχή του προέδρου ενώπιον των εργοδοτικών οργανώσεων πως η κυβέρνηση θεωρεί τις οργανώσεις των εργοδοτών ως τους πιο στενούς συνεργάτες της κυβέρνησης, αφενός αποτελεί προσβολή προς το ίδιο το συνδικαλιστικό κίνημα και τους εργαζομένους και αφετέρου καταδεικνύει τη μεροληπτική στάση της κυβέρνησης για το πως χειρίζεται σειρά σημαντικών εργασιακών ζητημάτων.

Τα όσα έχουν δει το φως της δημοσιότητας μετά τη συνάντηση της κυβέρνησης με τις εργοδοτικές οργανώσεις σε ότι αφορά την μείωση των εργοδοτικών εισφορών στο Ταμείο Πλεονασμού και στο Ταμείο Συνοχής δεν αποτελούν έκπληξη για τη ΣΕΚ καθώς η παρούσα κυβέρνηση έχει αποδείξει και στο παρελθόν τη μεροληπτική της στάση έναντι των εργοδοτών (παραδείγμα η μονομερής απόφαση για κατάργηση του ετήσιου εταιρικού τέλους των 350 ευρώ). Την



ίδια ώρα η κυβέρνηση έχει υποβαθμίσει τον ρόλο του κοινωνικού διαλόγου για σειρά σημαντικών μεταρρυθμίσεων που χρειάζεται η κυπριακή οικονομία (π.χ πράσινη φορολογική μεταρρύθμιση), με ορατό πλέον το ενδεχόμενο το κόστος της εφαρμογής του φόρου άνθρακα να επωμισθούν οι εργαζόμενοι, ενώ σε ότι αφορά την ανάγκη ολιστικής μεταρρύθμισης του συνταξιοδοτικού συστήματος παρατηρείται καθυστέρηση στη συνέχιση του διαλόγου.

Η κυβέρνηση θα πρέπει να συνειδητοποιήσει πως οι εργαζόμενοι τα τελευταία δώδεκα έτη έχουν σηκώσει δυσανάλογο βάρος της οικονομικής ανάκαμψης της οικονομίας με απώλεια ωφελημάτων την ώρα που τα κέρδη των επιχειρήσεων παρουσιάζουν ραγδαία αύξηση. Ενδεικτικά είναι τα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου όπου από το 2012 μέχρι το 2023 οι

απολαβές των μισθωτών παρουσίασαν μείωση 7.2% ως προς το ΑΕΠ ενώ την ίδια ώρα τα κέρδη των επιχειρήσεων αυξήθηκαν κατά 11% ως προς το ΑΕΠ.

Ως συνδικαλιστικό κίνημα δεν πρόκειται να αποδεχθούμε την αποδόμηση του κοινωνικού διαλόγου, πόσο μάλλον να συναινέσουμε σε μονομερείς αποφάσεις που εξυπηρετούν ξεκάθαρα τα συμφέροντα της εργοδοτικής πλευράς. Η ΣΕΚ παραμένει προσηλωμένη στις θεσμοθετημένες διαδικασίες του κοινωνικού διαλόγου οι οποίες τυγχάνουν σεβασμού εδώ και δεκαετίες από όλες τις κυβερνήσεις της Κυπριακής Δημοκρατίας. Την ίδια ώρα η ΣΕΚ δεν πρόκειται να παραμείνει απλός θεατής στην υπόσκαψη του κοινωνικού διαλόγου αλλά θα δράσει με δυναμισμό για προάσπιση των συμφερόντων των εργαζομένων και της οικονομίας.

Αναγκαία τα μέτρα αναχαίτισης της ακρίβειας

Ο πληθωρισμός άρχισε ξανά να προελαύνει με τα τελευταία στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου να δείχνουν πως ο δείκτης τιμών καταναλωτή τον περασμένο Ιούνιο κατέγραψε άνοδο 2,9% συγκριτικά με τον Ιούνιο του 2023. Η ΣΕΚ επανειλημμένα έχει τονίσει πως επιβάλλεται μια ολοκληρωμένη αντιπληθωριστική πολιτική εκ μέρους της κυβέρνησης. Δυστυχώς, με την άνοδο του πληθωρισμού πλήττονται πρωτίστως τα χαμηλά και ακολούθως τα μεσαία εισοδηματικά στρώματα αφού για αυτά τα στρώματα οι δαπάνες σε καύσιμα κίνησης, σε κατανάλωση ηλεκτρισμού, σε στέγαση είναι μεγαλύτερες ως ποσοστό του εισοδήματος τους συγκριτικά με τις κατηγορίες υψηλότερων εισοδηματικών στρωμάτων.

Η κυβέρνηση θα πρέπει να παρουσιάσει ουσιαστικά μέτρα προστασίας των εισοδημάτων των πολιτών τα οποία πλήττονται από την άνοδο του πληθωρισμού. Η ΣΕΚ κρούει στον κώδωνα του κινδύνου για ακόμα μια φορά ως προς την ανάγκη στοχευμένης και ολιστικής προσέγγισης και καλεί τα αρμόδια υπουργεία όπως αξιοποιήσουν τις εισηγήσεις που έχουν τεθεί ενώπιον της κυβέρνησης συμπεριλαμβανομένης και της επαναφοράς της ΑΤΑ και της επέκτασης των συλλογικών συμβάσεων έτσι ώστε να επωφελούνται του θεσμού όλοι οι εργαζόμενοι. Την ίδια ώρα οι έλεγχοι των αρμόδιων υπηρεσιών του κράτους σε σημεία πώλησης θα πρέπει να είναι αμείωτοι ώστε να τιμωρούνται περιπτώσεις αθέμιτων πρακτικών οι οποίες είναι παρα-

πλανητικές και πλήττουν τα συμφέροντα των καταναλωτών.

Ταυτόχρονα, κυβέρνηση και Βουλή θα πρέπει να προχωρήσουν αμέσως σε εφαρμογή μέτρων που ενισχύουν τη διαφάνεια των τιμών και την συγκράτησή τους. Σε αυτά τα μέτρα περιλαμβάνεται το e-kalathi αλλά και η προώθηση του νομοσχεδίου που αφορά τον καθορισμό τιμής πλαφόν σε συγκεκριμένα σημεία πώλησης όπου δεν υπάρχει επαρκής ανταγωνισμός (π.χ αεροδρόμια και λιμάνια). Τα δυο αυτά νομοσχέδια θα έπρεπε να είχαν ήδη προχωρήσει από τη Βουλή προς έγκριση και η ΣΕΚ εκφράζει την έκπληξη της για την μεγάλη καθυστέρηση η οποία παρατηρείται και θέτει το ερώτημα ποιους τελικά εξυπηρετεί αυτή η καθυστέρηση;

Εχει υποχρέωση η κυβέρνηση να λάβει μέτρα κατά της ακρίβειας

 Το ίδιο και η Βουλή να εγκρίνει τα σχετικά νομοσχέδια

Ριζώνει το Σχέδιο Επιδότησης διδάκτρων νηπιαγωγείων

 Σημαντική βοήθεια για τις οικογένειες

Για τη μείωση του μισθολογικού χάσματος μια είναι η λύση

 Επέκταση συλλογικών συμβάσεων και στον ιδιωτικό τομέα

Αναβάθμιση χρειάζεται ο κοινωνικός διάλογος

 Όχι αποδόμηση όπως επιδιώκουν κάποιοι

Τα αθλητικά σωματεία να αναλάβουν τα χρέη τους

 Η περίοδος χάριτος δεν μπορεί να συνεχιστεί

Ιδιαίτερη προσοχή στις διαδικτυακές απάτες

 Οι απατεώνες παραμονεύουν σε κάθε μας κλικ

Καλά τα πλεονάσματα αλλά χρειάζονται και αναπτυξιακές δαπάνες

 Οι ισορροπημένες πολιτικές είναι κλειδί για μια ευημερούσα οικονομία

Ημεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού προϋποθέτει κοινωνικό διάλογο

 Το ίδιο και οποιεσδήποτε αποφάσεις για το 12% στις συντάξεις

Φόρος άνθρακα μόνο με αντισταθμιστικά μέτρα

 Η ΣΕΚ είναι ξεκάθαρη στο ζήτημα αυτό

Ωρα να εγκύψουμε στο δημογραφικό ζήτημα

 Επαπειλούμενη ωρολογιακή βόμβα

Νερό στο κρασί δεν μπαίνει για την αξιοπρέπεια στην εργασία

 Καμιά διαπραγματεύση για τα αδιαπραγμάτευτα

Ηκατεχόμενη γη μας έγινε έρμαιο του κάθε σφετεριστή

 Το Κράτος να λάβει μέτρα προστασίας, ήδη άργησε πολύ

“... Τους κύκλους τάραττε”

• Η διαχρονική θέση της ΣΕΚ παραμένει αναλλοίωτη. Πως το μισθολογικό χάσμα μεταξύ εργαζομένων του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα δεν θα επιτευχθεί με τη συρρίκνωση των απολαβών του δημόσιου τομέα αλλά με τη



Της Δέσποινας Ησαΐα

ενίσχυση των μισθών του ιδιωτικού τομέα. Αυτό δεν αποτελεί μια θεωρητική προσέγγιση αλλά σημείο αναφοράς σε σχέση με τις προθέσεις και πολιτικές του κράτους

να διατηρεί αναλλοίωτη την αξιοπρέπεια στην εργασία και να δημιουργεί τις προϋποθέσεις για συνεχή βελτίωση των συνθηκών εργασίας.

• Αλήθεια για πιο λόγο έχουν δει το φως της δημοσιότητας τα προκαταρκτικά αποτελέσματα του ΔΝΤ τη στιγμή που η Κυβέρνηση ξεκαθάρισε ότι τα τελικά αποτελέσματα δεν θα δημοσιολογηθούν;

Αν μετρούνται οι αντιδράσεις θα πρέπει να γνωρίζουν όλοι πολύ καλά ότι το συνδικαλιστικό κίνημα δεν θα επιτρέψει σε καμιά περίπτωση ενέργειες και αποφάσεις χωρίς να προηγείται ο θεσμοθετημένος κοινωνικός διάλογος. Ας αφήσουμε ήσυχο το εργατικό κόστος και ας εξετάσουμε τα υπερκέρδη των επιχειρήσεων αλλά και τον κίνδυνο που μπορεί να προκληθεί στις κοινωνικές πολιτικές όταν το κράτος αποφασίζει να αποστερεί εκατομμύρια από τα δημόσια ταμεία για να ικανοποιήσει απο-

κλειστικά το επιχειρείν.

• Μην ξεχνάτε τη παραίτηση του Νίκολα Σμίτ στην πρόσφατη του επίσκεψη στην Κύπρο. Να συμβάλετε, τόνισε στην επέκταση και εδραίωση των συλλογικών συμβάσεων. Είναι ο δρόμος που οδηγεί στην αξιοπρέπεια στην εργασία και στη βελτίωση των συνθηκών εργασίας. Η Ευρωπαϊκή οδηγία για τον Εθνικό Κατώτατο είναι ξεκάθαρη σε σχέση με την υποχρέωση μας να επεκτείνουμε και να εδραιώσουμε τις συλλογικές συμβάσεις. Περιμένουμε...

• Σημαντική εξέλιξη αποτελεί η σύναψη συλλογικής σύμβασης που κατοχυρώνει τα δικαιώματα 3000 διανομέων / ταχυμεταφορών. Στο κρύο και στη ζέστη ακόμη και σε ακραίες καιρικές συνθήκες βρίσκονται στους δρόμους για να εξυπηρετήσουν όλους μας.

Καθυστερεί το σχέδιο δράσης για τις συλλογικές συμβάσεις

Οι διαδοχικές κρίσεις των τελευταίων ετών και η συρρίκνωση των απολαβών των εργαζομένων ως προς το ΑΕΠ έχουν δημιουργήσει νέα δεδομένα σε ότι αφορά την ανάγκη επέκτασης των συλλογικών συμβάσεων όχι μόνο στην Κύπρο αλλά και σε άλλα κράτη μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ε.Ε). Ήδη στις 19 Οκτωβρίου του 2022 έχει δημοσιευθεί στην Επίσημη Εφημερίδα της Ε.Ε η Οδηγία 2022/2041 που αφορά την ανάγκη υιοθέτησης πολιτικών από τις κυβερνήσεις των κρατών μελών με στόχο την επάρκεια των κατώτατων μισθών σε συνδυασμό με την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων. Και δεν είναι τυχαίο άλλωστε που η Ε.Ε



Του Γιώργου Πυρίση
Υπεύθυνος Τμήματος
Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

στη συγκεκριμένη Οδηγία συνδέει την επάρκεια των κατώτατων μισθών με την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων. Όπως σημειώνεται στην ίδια την ευρωπαϊκή Οδηγία 2022/2041 κράτη μέλη με υψηλό ποσοστό κάλυψης από συλλογικές συμβάσεις τείνουν να έχουν μικρότερο ποσοστό χαμηλόμισθων εργαζομένων

και υψηλούς κατώτατους μισθούς. Η Οδηγία αναφέρει μεταξύ άλλων τα ακόλουθα:

«Ως εκ τούτου, κάθε κράτος μέλος με ποσοστό κάλυψης από συλλογικές διαπραγματεύσεις κάτω του 80 % θα πρέπει να θεσπίσει μέτρα με σκοπό την ενίσχυση των εν λόγω συλλογικών διαπραγματεύσεων. Κάθε κράτος μέλος στο οποίο η κάλυψη από συλλογικές διαπραγματεύσεις υπολείπεται του κατώτατου ορίου του 80 % θα πρέπει να θεσπίσει πλαίσιο με τους αναγκαίους πρόσφορους όρους για τις συλλογικές διαπραγματεύσεις και να καταρτίσει σχέδιο δράσης για την προώθηση των συλλογικών διαπραγματεύσεων, ώστε σταδιακά να αυξηθεί το ποσοστό κάλυψης από συλλογικές διαπραγματεύσεις».

Παρά το γεγονός ότι η Ευρωπαϊκή Οδηγία του 2022 σε ότι αφορά την κάλυψη των εργαζομένων με συλλογικές συμβάσεις ξεκάθαρα αναφέρει πως θα πρέπει τα κράτη μέλη μέχρι το ερχόμενο Φθινόπωρο να προχωρήσουν με ένα σχέδιο δράσης, ώστε να επιτευχθεί ο στόχος της κάλυψης τουλάχιστον του 80% των εργαζομένων με συλλογικές συμβάσεις, εντούτοις η καθυστέρηση που επιδεικνύεται από το αρμόδιο υπουργείο κάθε άλλο παραπέμπει σε επίτευξη του στόχου αυτού. Και ενώ επιστημονικές μελέτες καταδεικνύουν τα

οφέλη που έχει για τους εργαζομένους και την οικονομία ευρύτερα η επέκταση των συλλογικών συμβάσεων (π.χ μείωση μισθολογικών ανισοτήτων, μείωση κινδύνου φτώχειας, μείωση αθέμιτου ανταγωνισμού) στην περίπτωση της Κύπρου φαίνεται πως δεν έχει γίνει αντιληπτή ακόμα η σημασία της συγκεκριμένης οδηγίας.

Την ίδια ώρα σε πρόσφατη μελέτη του το Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο Κοινωνικών και Οικονομικών Ερευνών Eurofound, αναφέρει πως υπάρχουν κράτη μέλη της Ε.Ε τα οποία έχουν δρομολογήσει πολιτικές και σχέδια δράσης ώστε να πετύχουν τον στόχο του 80%. Μεταξύ αυτών η Γερμανία, η Μάλτα, η Ιρλανδία, η Βουλγαρία, η Λετονία και η Ουγγαρία. Ιδιαίτερα η Γερμανία και η Ιρλανδία όπως αναφέρει η έκθεση βρίσκονται σε προχωρημένο στάδιο σχεδιασμού για την υλοποίηση της οδηγίας ενώ οι υπόλοιπες χώρες που αναφέρονται πιο πάνω βρίσκονται σε προκαταρκτικούς σχεδιασμούς. Παράλληλα, χώρες όπως η Πορτογαλία έχουν νομοθετήσει την υποχρεωτική συμπερίληψη της πρόνοιας για εφαρμογή συλλογικών συμβάσεων σε όσες επιχειρήσεις κερδίζουν έργα του δημοσίου, πολιτική την οποία η ΣΕΚ υποστηρίζει εδώ και χρόνια, στη βάση της λογικής του «καμιά δημόσια σύμβαση χωρίς την εφαρμογή συλλογικής σύμβασης».

“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 2024

Τετάρτη 10 Ιουλίου	Πέμπτη 11 Ιουλίου	Παρασκευή 12 Ιουλίου	Σάββατο 13 Ιουλίου	Κυριακή 14 Ιουλίου	Δευτέρα 15 Ιουλίου	Τρίτη 16 Ιουλίου
Οσίας Αμαλίας	Αγίας Ευφημίας Μεγαλομάρτυρος, Αγίας Όλγας Ισαποστόλου	Αγίας Βερονίκης αιμορροούσας, Οσίου Παΐσιου του Αγιορείτου, Αγιοι Πρόκλος και Ιλάριος	Οσίας Σάρρας, Οσίων Ηλιοφώτων	Οσίου Νικοδήμου Αγιορείτου, Αγίου Ακύλα Αποστόλου	Αγίου Βλαδιμήρου βασιλέως Ρωσίας, Αγίων Κηρύκου και Ιουλίττης Μεγαλομαρτύρων	Ιερομάρτυρος Αθηνογένους και των συν αυτώ, Μάρτυρος Φαύστου, Των εν Πισidia 15.000 αγίων Μαρτύρων

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

Έτοιμο να αντιδράσει αν χρειαστεί το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό

Έτοιμο να αντιδράσει αν χρειαστεί παρουσιάζεται το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό, το οποίο αναμένει την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης, η οποία συζητείται στη Μικτή Εργατική Επιτροπή στο Υπουργείο Οικονομικών. Στην επαρχιακή συνδιάσκεψη του Ελευθέρου Εργατικού Σωματίου Εργατοϋπαλλήλων Κυβερνητικοστρατιωτικών και Δημοσίων Υπηρεσιών της ΣΕΚ Λάρνακας εκφράστηκε έντονα η αγωνία των εκπροσώπων των εργαζομένων σε σχέση με το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό.

Όπως τονίζεται σε ανακοίνωση της ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ οι χαμηλόμισθοι στη Δημόσια Υπηρεσία είναι το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό και το προσωπικό των Σχολικών Εφορειών. Οι κλίμακες μισθοδοσίας του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού είναι οι πλέον χαμηλές κλίμακες μισθοδοσίας στη Δημόσια Υπηρεσία και οι απολαβές σε κάποια επαγγέλματα είναι χαμηλότερες από τα αντίστοιχα επαγγέλματα του ιδιωτικού τομέα, αναφέρεται.

Ο γενικός γραμματέας της ΟΕΚΔΥ ΣΕΚ, Γιώργος Κωνσταντίνου, συνέστησε υπομονή ενόψει της διαδικασίας διαπραγμάτευσης, η οποία βρίσκεται σε εξέλιξη.

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 μείωσης της αποζημίωσης για την υπερωριακή απασχόληση.

Υπογραμμίζεται 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, συνεχής κατάρτιση και



Οι κλίμακες μισθοδοσίας του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού είναι οι πλέον χαμηλές

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, κ.λπ., προσωπικό που

παρέχει σημαντικές υπηρεσίες για την λειτουργία Τμημάτων / Υπηρεσιών και Υπουργείων, υπηρεσίες καθαριότητας, υγειονομικές υπηρεσίες, υποστηρικτικές υπηρεσίες, ταχυδρόμοι, οδηγοί, προσωπικό που παρέχει υπηρεσίες για την ασφαλεία των πολιτών με αυξημένη επικινδυνότητα όπως, οι Δασοφυροσβέστες, το Ωρομίσθιο Προσωπικό της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας, οι Ναυαγοσώστες, κ.λπ.

Συντεχνίες και ΣΕΜΗΟ υπέγραψαν συλλογική σύμβαση εργασίας

Υπεγράφη την περασμένη εβδομάδα (04/07/2024), η Συλλογική Σύμβαση του Συνδέσμου Εισαγωγών Μηχανοκίνητων Ηλεκτρικών Οχημάτων (ΣΕΜΗΟ) για την περίοδο 01/01/2024 μέχρι 31/12/2025.

Με την υπογραφή της σύμβασης θα παραχωρηθούν αυξήσεις στους μισθούς ενώ βελτιώνονται παρεμφερή ωφελήματα.

Ο γγ της ΟΒΙΕΚ-ΣΕΚ Γιώργος Κασσιούρης (φωτό), αφού εξέφρασε

την ευαρέσκεια του για το θετικό αποτέλεσμα, δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» ότι η υπογραφή συλλογικών συμβάσεων συμβάλει σημαντικά στη δημιουργία, εντός των χώρων εργασίας, ενός δημιουργικού κλίματος συνεργασίας με πολλά οφέλη τόσο για τους εργαζομένους όσο και για τις επιχειρήσεις. Σημειώνεται ότι οι συνελεύσεις των εργαζομένων παγκύπρια ενέκριναν την πρόταση.



Εκπροσώπηση των εργαζομένων σε επίπεδο διοικητικού συμβουλίου

Η συμμετοχή εκπροσώπων των εργαζομένων στα διοικητικά συμβούλια μπορεί να επιφέρει πολλαπλά οφέλη

«Η εκπροσώπηση των εργαζομένων σε επίπεδο διοικητικού συμβουλίου: η περίπτωση της Κύπρου» ήταν το θέμα που απασχόλησε ευρεία συζήτηση που πραγματοποιήθηκε στις 19 Ιουνίου 2024, στις κτιριακές εγκαταστάσεις της ΕΙΜΕ, στη Λευκωσία.

Η συζήτηση επικεντρώθηκε στην εκπροσώπηση των εργαζομένων σε επίπεδο διοικητικού συμβουλίου, η οποία αποτελεί ένα σύγχρονο ζήτημα που επηρεάζει άμεσα την ισορροπία δυνάμεων εντός των επιχειρήσεων. Το δικαίωμα των εργαζομένων να συμμετέχουν στις αποφάσεις που αφορούν την εργασιακή τους καθημερινότητα και την προοπτική της επιχείρησης, αποτελεί βασικό στοιχείο για την ενίσχυση της δημοκρατίας στους χώρους εργασίας και τη διαφάνεια.

Ο γενικός οργανωτικός της ΣΕΚ Πανίκος Αργυρίδης, τόνισε ότι οι εργαζόμενοι πρέπει να συμβάλουν στην ανάπτυξη των εταιρειών μέσω της συμμετοχής τους στα διοικητικά συμβούλια και αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει μελλοντικά σε θεσμικές αλλαγές και στην υιοθέτηση πρακτι-

κών που θα επιτρέπουν στους εργαζομένους να έχουν μεγαλύτερο ρόλο στη λήψη αποφάσεων. Αν εφαρμοστεί σωστά, τόνισε χαρακτηριστικά, μπορεί να συμβάλει στην ενίσχυση της συνεργασίας, της εμπιστοσύνης και της ευημερίας τόσο των εργαζομένων όσο και της επιχείρησης στο σύνολό της. Στην Κύπρο, παρόλο που υπάρχουν προκλήσεις, οι προοπτικές για την ενίσχυση της εκπροσώπησης των εργαζομένων παραμένουν ελπιδοφόρες.

Η παρουσία εκπροσώπων των εργαζομένων στα διοικητικά συμβούλια μπορεί να επιφέρει πολλαπλά οφέλη. **Πρώτον**, διασφαλίζεται ότι οι φωνές των εργαζομένων ακούγονται και λαμβάνονται υπόψη κατά τη λήψη σημαντικών αποφάσεων. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην επίτευξη μιας ισορροπημένης και πιο δίκαιης διοίκησης, η οποία είναι σε θέση να κατανείμει καλύτερα τις ανάγκες και τις ανησυχίες του προσωπικού.

Δεύτερον, οι εκπρόσωποι των εργαζομένων μπορούν να λειτουργήσουν ως γέφυρα μεταξύ της διοίκησης και του εργατικού δυναμικού, συμβάλλοντας στη βελτίωση της επικοινωνίας και στην

αποφυγή πιθανών συγκρούσεων.

Επιπλέον, η συμμετοχή των εργαζομένων στη διοίκηση μπορεί να ενισχύσει την αίσθηση του ανήκειν και της δέσμευσης προς την εταιρεία. Όταν οι εργαζόμενοι νιώθουν ότι έχουν λόγο και ότι η γνώμη τους μετρά, είναι πιο πιθανό να αισθανθούν ικανοποίηση και αφοσίωση στη δουλειά τους, γεγονός που μπορεί να βελτιώσει την παραγωγικότητα και την αποδοτικότητα της επιχείρησης.

Στην Κύπρο, η εκπροσώπηση των εργαζομένων σε επίπεδο διοικητικού συμβουλίου δεν είναι ακόμη ευρέως διαδεδομένη πρακτική. Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένες πρωτοβουλίες και κινήσεις προς αυτήν την κατεύθυνση, ιδιαίτερα σε μεγάλες επιχειρήσεις και οργανισμούς όπου η ανάγκη για διάλογο και συνεργασία μεταξύ διοίκησης και εργαζομένων είναι πιο έντονη.



Τα συνδικάτα στην Κύπρο διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην προώθηση των δικαιωμάτων των εργαζομένων και στη βελτίωση των εργασιακών συνθηκών. Αν και η άμεση συμμετοχή των εργαζομένων στα διοικητικά συμβούλια δεν είναι ακόμα θεσμοθετημένη, υπάρχουν περιπτώσεις όπου οι συνδικαλιστικοί εκπρόσωποι συμμετέχουν σε επιτροπές διαβούλευσης και άλλες μορφές συνεργασίας με τη διοίκηση.

Στη συζήτηση παρευρέθησαν η **Μαρία Χαϊλή**, Υπευθ. Τμ. Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων καθώς και ο **Γιώργος Πυρίσης**, Υπευθ. Τμ. Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ.

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 08/05/2024

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

2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Σεπτέμβριο 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 Απριλίου 2024

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

5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου - Απριλίου 2024 νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

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

7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ: Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Οκτωβρίου - Νοεμβρίου 2023.

8. ΘΕΣΜΟΘΕΤΗΜΕΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Απρίλιο - Μάιο 2024.

9. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Μαρτίου 2024.

10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΗΡΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024.

Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024.

11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χηρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024.

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 Μαρτίου 2024.

Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024.

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 παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024

12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιουνίου 2024.

13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 12/06/2024.

Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν τον μήνα Ιούνιο του 2024

14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που έχουν αναμενόμενο τοκετό στις 24/06/2024.

Επανεξέτασή αίτησης για σκοπούς συνεχόμενης πληρωμής, μετά την πρώτη πληρωμή που έλαβε η αιτήτρια, πραγματοποιείται άμεσα, αφού υπο-



βληθούν όλα τα απαραίτητα έγγραφα.

15. ΕΠΙΔΟΜΑ ΠΑΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 14/05/2024.

16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2024

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 1957-1961.

Σύνταξη Ανικανότητας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου 2024.

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

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

18. Ποινικές Υποθέσεις: Το Μάιο 2024 εκκρεμούσαν 4996 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2083 αφορούν εργοδότες και οι 2913 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

Καταδίκη εργοδότη για παραβίαση της Νομοθεσίας για θέματα Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων προώθησε την ποινική δίωξη εργοδότη που παρέβη τις διατάξεις της Νομοθεσίας για θέματα Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία.

Ως αποτέλεσμα της δίωξης αυτής το Επαρχιακό Δικαστήριο Πάφου καταδίκασε:

1. Την εταιρεία «FIXMOR LTD» που δραστηριοποιείται, μεταξύ άλλων, με την αποθήκευση υλικών ξηράς δόμησης, σε πρόστιμο €12.000 για τις πιο κάτω παραβάσεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών Ασφάλειας και Υγείας (Χρησιμοποίηση κατά την Εργασία Εξοπλισμού Εργασίας) Κανονισμών, των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών Ασφάλειας και Υγείας στους Χώρους Εργασίας Κανονισμών, των περί Διαχείρισης Θεμάτων Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Κανονισμών και των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Νόμων που προκάλεσαν τον τραυματισμό σε εργοδοτούμενό της και έθεσαν σε κίνδυνο εργοδοτούμενά της πρόσωπα:

(α) Παράλειψη λήψης των αναγκαίων μέτρων για την ανύψωση των εργοδοτούμενων με εξοπλισμούς εργασίας και εξαρτήματα που προβλέπονται για τον σκοπό αυτό, με αποτέλεσμα εργοδο-

τούμενός της να πέσει από τις περόνες περονοφόρου οχήματος (Forklift) στις οποίες βρισκόταν ανυψωμένος και να τραυματιστεί.

(β) Παράλειψη παροχής ασφαλούς μεθόδου εργασίας για τη διαδικασία μεταφοράς (φόρτωση/εκφόρτωση) χειροκίνητου ανυψωτήρα παλετών (hand lift) από το μεσοπάτωμα αποθήκης στο κεντρικό υποστατικό της.

(γ) Παράλειψη εγκατάστασης στην ελεύθερη πλευρά του μεσοπατώματος αποθήκης προστατευτικό προπέτασμα, το οποίο να έχει ύψος τουλάχιστο 1,10 μέτρα από το δάπεδο (του μεσοπατώματος), να είναι συμπαγές στηθαίο ή κιγκλίδωμα με χειρολισθήρα (κουπαστή), να έχει θωράκιο (παραπέτο) ύψους τουλάχιστο 0,20 μέτρα και ράβδο μεσοδιαστήματος, η απόσταση της οποίας να μην υπερβαίνει τα 0,45 μέτρα από το θωράκιο ή τον χειρολισθήρα.

(ε) Παράλειψη καθορισμού των προληπτικών και προστατευτικών μέτρων που πρέπει να ληφθούν με βάση τη γραπτή εκτίμηση των υφιστάμενων κατά την εργασία κινδύνων και ειδικά των εργα-



σιών που αφορούσαν τη μεταφορά (φόρτωση/εκφόρτωση) χειροκίνητου ανυψωτήρα παλετών (hand lift) από το μεσοπάτωμα της αποθήκης, στο κεντρικό υποστατικό της.

2. Επίσης, το Δικαστήριο καταδίκασε ένα φυσικό πρόσωπο σε ποινή φυλάκισης 5 μηνών με αναστολή για 3 έτη, για παραβάσεις των περί Ελάχιστων Προδιαγραφών Ασφάλειας και Υγείας (Χρησιμοποίηση κατά την Εργασία Εξοπλισμού Εργασίας) Κανονισμών.

23η Επαρχιακή Συνδιάσκεψη Κυβερνητικοστρατιωτικών ΣΕΚ Λάρνακας**Η δύναμη μας αντλείται από τα μέλη μας**

Πραγματοποιήθηκε στις 04 Ιουλίου 2024 η 23η Επαρχιακή Συνδιάσκεψη Κυβερνητικοστρατιωτικών ΣΕΚ Λάρνακας.

Ο επαρχιακός γραμματέας της ΣΕΚ Λάρνακας και γραμματέας του Σωματείου **Λεοντίου Ιωάννης** από το βήμα της Συνδιάσκεψης κατάθεσε την Έκθεση Δράσης του Σωματείου, επισημαίνοντας την ανοδική ανάπτυξη που αφορά την Οργανωτική και Οικονομική πτυχή του σωματείου.

Μεταξύ άλλων αναφέρθηκε στα προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα μέλη στους χώρους εργασίας και τις παρεμβάσεις που έγιναν στοχεύοντας στην επίλυση τους. Ανέλυσε εκτενώς όλη τη δράση του Σωματείου και τέθηκαν οι επόμενοι στόχοι και επιδιώξεις. Επεσήμανε επίσης ότι η δύναμη του σωματείου αντλείται από τα μέλη του τα οποία μαζί με τη συντεχνία τους διεκδικούν και αγωνίζονται για την προάσπιση των δικαιωμάτων τους.

Εξέφρασε την ευαρέσκεια του για τη στήριξη των Τοπικών Επιτροπών και των απλών μελών προς το Σωματείο ως επίσης και προς το Διοικητικό Συμβούλιο για την αμέριστη συμπαράσταση που προσφέρουν ώστε το σωματείο να συνεχίσει την ανοδική του πορεία.

Χαιρετισμό στη Συνδιάσκεψη απηύθυνε ο γγ της ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ **Γιώργος Κωνσταντίνου**, ο οποίος ενημέρωσε για όλες τις δράσεις, παρεμβάσεις και ενέργειες που έγιναν από την Ομοσπονδία την υπό ανασκόπηση περίοδο.

Στο πλαίσιο της Συνδιάσκεψης τιμήθηκαν για την πολύχρονη και πολυεπίπεδη προσφορά τους στο Σωματείο και κατ' επέκταση στη ΣΕΚ οι συνάδελφοι **Πανίκκος Προδρόμου** και **Αναξαγόρας Παφίτης**.

Τα νέα μέλη του Δ.Σ. του Σωματείου

1. Ιωάννης Λεοντίου, Γραμματέας
2. Χριστόφορος Κιντ,
3. Γιαννάκης Νικολάου,



4. Φώτης Ανδρέου,
5. Γιώργος Τσαούσης,
6. Τάκης Ττοφή,
7. Γιαννούλα Γεωργίου,
8. Δημήτρης Πελάου,
9. Λύσανδρος Μανώλη,
10. Χαράλαμπος Χααραλάμπος,
11. Χρυστάλλα Παπαγιάννη,
12. Παναγιώτης Χοίρας,
13. Σωτήρης Θεοδώρου
14. Μιχάλης Χατζηφαιδωνος,
15. Χριστόφορος Προκόπη,
16. Ανδρέας Γρηγορίου,
17. Κυριάκος Αντρέου,

Έγκριση Σχεδίου Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης Παιδιών μέχρι 4 ετών και 6 μηνών

Το Υπουργικό Συμβούλιο αποφάσισε την περασμένη εβδομάδα την προκήρυξη του Σχεδίου Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης Παιδιών μέχρι τεσσάρων (4) ετών για τη σχολική χρονιά 2024-2025, που ουσιαστικά πρόκειται για τη συνέχιση του υφιστάμενου Σχεδίου, το οποίο επιδοτεί μέχρι και 80% του κόστους των διδάκτρων των νηπιαγωγείων ή βρεφονηπιακών σταθμών.

Δικαιούχοι του Σχεδίου, είναι οι οικογένειες που έχουν εγκριθεί για Επίδομα Τέκνου για το έτος, εντός του οποίου αρχίζει το σχολικό έτος.

Επίσης, το Υπουργικό Συμβούλιο ενέκρινε την πρόταση του Υφυπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας για νέο Σχέδιο Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης Παιδιών ηλικίας από τεσσάρων (4) ετών μέχρι τεσσάρων (4) ετών και έξι (6) μηνών για το έτος 2024-2025, το οποίο θα λειτουργήσει ως «γέφυρα» μέχρι την υλοποίηση του πλήρους σχεδιασμού, που προβλέπεται στο Σχέδιο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας για την υποχρεωτική προσχολική εκπαίδευση.

Για το Νέο Σχέδιο ισχύουν τα ίδια κριτήρια με το Σχέδιο Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης Παιδιών μέχρι τεσσάρων (4) ετών.

Και για τα δύο Σχέδια, το μηνιαίο ύψος του επιδόματος ανέρχεται μέχρι και το 80% του ύψους των διδάκτρων, με μέγιστο ποσό τα 350 ευρώ μηνιαίως για κάθε παιδί, βάσει του οικογενειακού εισοδήματος, της ηλικίας του παιδιού, της σύνθεσης της οικογένειας και του ωραρίου της φοίτησης.

Από τα Σχέδια θα έχουν τη δυνατότητα να επωφεληθούν μέχρι και 25.000 παιδιά, ηλικίας μέχρι

**Προκήρυξη Σχεδίου Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης Παιδιών μέχρι τεσσάρων 4 ετών**

4,5 ετών, με συνολικό προϋπολογισμό 20 εκατ. ευρώ.

Τα εν λόγω Σχέδια αποσκοπούν στην ενίσχυση των οικογενειών, τη συμφιλίωση της οικογενειακής με την επαγγελματική ζωή και την πρόσβαση παιδιών προσχολικής ηλικίας σε ποιοτική προσχολική εκπαίδευση και φροντίδα χωρίς αποκλεισμούς.

Με τη διεύρυνση των εισοδηματικών κριτηρίων, που αποφασίστηκε κατά την περσινή χρονιά, και τη φετινή ηλικιακή διεύρυνση, αυξάνονται οι εν δυνάμει δικαιούχοι του Σχεδίου από 15.000 περίπου σε 25.000 περίπου, ενισχύοντας με αυτόν τον τρόπο ακόμη περισσότερες οικογένειες, καθώς και την κοινωνική δικαιοσύνη ευρύτερα.

Συστάσεις της Πολιτικής Άμυνας**Για ελαχιστοποίηση των αρνητικών συνεπειών από εξαιρετικά ψηλές θερμοκρασίες**

Η Δύναμη της Πολιτικής Άμυνας, μετά από κίτρινη προειδοποίηση που εξέδωσε το Τμήμα Μετεωρολογίας σχετικά με εξαιρετικές ψηλές θερμοκρασίες που παρατηρούνται το τελευταίο διάστημα προβαίνει στις πιο κάτω συστάσεις προς το κοινό με στόχο την πρόληψη και την ορθή προετοιμασία για ελαχιστοποίηση των κινδύνων και των αρνητικών συνεπειών από τον καύσωνα:

- Αποφεύγετε τις άσκοπες μετακινήσεις και τη βαριά σωματική εργασία κάτω από τον ήλιο.
- Αποφεύγετε την ηλιοθεραπεία, το βάδισμα για πολύ ώρα ή το τρέξιμο κάτω από τον ήλιο.
- Αποφεύγετε χώρους όπου επικρατεί συνωστισμός.
- Φοράτε δροσερά, άνετα και ανοιχτόχρωμα ρούχα.
- Προστατεύετε το κεφάλι σας με καπέλο.
- Φοράτε γυαλιά ηλίου καλής ποιότητας που προστατεύουν από την αντανάκλαση του ήλιου.
- Τρώτε μικρά και ελαφρά γεύματα, πλούσια σε φρούτα και λαχανικά και φτωχά σε λίπη.
- Πίνετε άφθονο νερό και χυμούς φρούτων και λαχανικών.
- Αποφεύγετε τα οινόπνευματώδη ποτά.
- Αποφεύγετε τις απότομες εναλλαγές της θερμοκρασίας.
- Χρησιμοποιείτε τεχνητά μέσα αερισμού (ανεμιστήρες) ή σύστημα κλιματισμού.
- Απευθύνεστε στον ιατρό σας για προβλήματα υγείας που ενδεχομένως να παρουσιαστούν.
- Μερμινάτε για συγγενικά ή άλλα κοντινά σας πρόσωπα που είναι ηλικιωμένα ή χρήζουν φροντίδας

Μείωση της ανεργίας κατά 13,9%

Με βάση τα στοιχεία που τηρούνται στα Επαρχιακά Γραφεία Εργασίας, ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων στο τέλος Ιουνίου 2024, έφτασε τα 10.112 άτομα. Σε σύγκριση με τον Ιούνιο του 2023 σημειώθηκε μείωση 1.635 ατόμων ή 13,9% που αποδίδεται κυρίως στους τομείς των χρηματοπιστωτικών και ασφαλιστικών δραστηριοτήτων, του εμπορίου, των κατασκευών, των υπηρεσιών παροχής καταλύματος και υπηρεσιών εστίασης, καθώς και σε μείωση που σημειώθηκε στους νεοεισερχόμενους στην αγορά εργασίας.

Με βάση τα διορθωμένα στοιχεία για εποχικές διακυμάνσεις, τα οποία δείχνουν την τάση της ανεργίας, ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων τον Ιούνιο 2024 αυξήθηκε στα 10.959 άτομα σε σύγκριση με 10.839 τον προηγούμενο μήνα.



ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ ΚΑΙ ΣΕΓΔΑΜΕΛΙΝ-ΠΕΟ

Δεν γίνονται ανεκτά τα κρούσματα σωματικής βίας σε εργαζόμενους

ΣΤΙΣ ΔΗΜΟΣΙΕΣ ΕΠΙΒΑΤΙΚΕΣ ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ

Λίγες μέρες μετά το πρόσφατο περιστατικό βίας στις Συγκοινωνίες Λάρνακας, ακόμη ένα περιστατικό σωματικής βίας σε βάρος εργαζομένων στις αστικές επιβατικές μεταφορές, προστίθεται στον κατάλογο των απαράδεκτων και μη ανεκτών συμπεριφορών στον χώρο εργασίας.

ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ και ΣΕΓΔΑΜΕΛΙΝ-ΠΕΟ σε κοινή ανακοίνωση τους καταδικάζουν την απαράδεκτη και αναίτια επίθεση ενάντια σε οδηγό των αστικών συγκοινωνιών Λευκωσίας που έλαβε χώρα την περασμένη εβδομάδα και εκφράζουν την αλληλεγγύη και συμπαράσταση τους στον συνάδελφο.

Αυτούσια η ανακοίνωση ακολουθεί:

“Το θέμα της βίας ενάντια σε εργαζόμενους στις αστικές και υπεραστικές συγκοινωνίες επαναφέρουμε έντονα ως Συνδικαλιστικό Κίνημα.

Υπενθυμίζουμε ότι μερικές φορές στο παρελθόν έχουμε γίνει μάρτυρες παρόμοιων γεγονότων για

τα οποία ως Συνδικαλιστικό Κίνημα έχουμε προβεί σε πολλά και έντονα διαβήματα και προς την κατεύθυνση των εταιρειών και ως προς την κατεύθυνση των εμπλεκόμενων Υπουργείων.

Μετά το τελευταίο περιστατικό της προηγούμενης Πέμπτης 26 Ιουνίου 2024 διαφαίνεται κινητοποίηση εκ μέρους των Υπουργείων Μεταφορών και Εργασίας στους οποίους και έχουμε καταθέσει συγκεκριμένες εισηγήσεις την προηγούμενη Παρασκευή για την δημιουργία όσο γίνεται ασφαλέστερου περιβάλλοντος εργασίας για τους επαγγελματίες οδηγούς.

Δυστυχώς ούτε οι εταιρείες ούτε όμως και τα αρμόδια Υπουργεία έχουν επιδείξει την αναγκαία ευαισθησία ώστε σε συνεννόηση με το Συνδικαλιστικό Κίνημα να δρομολογηθούν συγκεκριμένα μέτρα που να προστατεύουν τη σωματική ακεραιότητα αλλά και την αξιοπρέπεια των εργαζομένων απέναντι σε τέτοιου είδους συμπεριφορές.

Η ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ και η ΣΕΓΔΑΜΕΛΙΝ-ΠΕΟ απαιτούν την άμεση λήψη συγκεκριμένων μέτρων



μέσα από ένα εποικοδομητικό διάλογο με όλους τους εμπλεκόμενους φορείς, τα οποία να αντιμετωπίζουν το επαναλαμβανόμενο φαινόμενο της σωματικής και λεκτικής βίας στους εργαζόμενους στις αστικές και υπεραστικές συγκοινωνίες και τη δημιουργία συγκεκριμένων πρωτοκόλλων διαχείρισης τέτοιων περιστατικών”.

Αίσχος και ντροπή, 50 χρόνια κατοχή

Με την ανοχή των ισχυρών της Γης

Πριν από 50 χρόνια, με το φως της αυγής, ημέρα Σάββατο, η Τουρκία με την ανοχή των ισχυρών της Γης, εισέβαλε στην Κύπρο. Σκόρπισε φόβο, τρόμο, βία, ανασφάλεια.

Σκότωσε ανυπεράσπιστους και αθώους πολίτες. Έκαμε διακόσιες χιλιάδες πρόσφυγες και έκτοτε κατέχει παράνομα το 37% της κυπριακής γης, ενώ οι αγνοούμενοι της εισβολής αποτελούν μια άλλη τραγική πτυχή της Τουρκικής θηριωδίας.

Η Κύπρος παρά το σκληρό κτύπημα και το βαρύ τραύμα κατάφερε σιγά – σιγά να βρει το δρόμο της. Με τη συνεισφορά όλων των παραγωγικών δυνάμεων του τόπου και την καθολική συμμετοχή του λαού, πέτυχε με κόπο και θυσίες, στα πρώτα χρόνια ένα οικονομικό θαύμα, ενώ στην πορεία η χώρα έγινε το 2004 πλήρες μέλος της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Η ένταξη της Κύπρου στην Ευρωπαϊκή Ένωση αποτελεί ιστορικά ένα άθλο, που επιτεύχθηκε με την ενότητα όλων των δυνάμεων του Ελληνισμού.

Η Κύπρος που ήρθε πρώτη στην κούρσα της τότε διεύρυνσης, εντάχθηκε ολόκληρη στην Ευρωπαϊκή Ένωση και σήμερα αγωνίζεται να πετύχει την απελευθέρωση της, αξιοποιώντας όλα τα διπλωματικά μέσα, στηριζόμενη στο διεθνές δίκαιο και στα ψηφίσματα των Ηνωμένων Εθνών, αλλά και στο Ευρωπαϊκό Κεκτημένο, το οποίο βέβαια η Τουρκία δεν αναγνωρίζει και δεν σέβεται γιατί δεν εξυπηρετεί τα δικά της επεκτατικά συμφέροντα.

Σήμερα το κυπριακό εξακολουθεί να παραμένει άλυτο ως αποτέλεσμα της πολύχρονης Τουρκικής αδιαλλαξίας αλλά και ως απότοκο της αδυναμίας των Ηνωμένων Εθνών να επιβάλουν την εφαρμογή των δικών τους ψηφισμάτων για την Κύπρο. Μια αδυναμία που οδηγεί τον ΟΗΕ σε σοβαρή αναξιοπιστία.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση η οποία δυστυχώς δεν διαθέτει ενιαία εξωτερική και αμυντική πολιτική, δεν μπορεί από μόνη της να περιορίσει και να τιθα-

σεύσει την Τουρκική επιθετικότητα, που δεν εκδηλώνεται μόνο στην Κύπρο και στην ΑΟΖ της, αλλά διευρύνεται και στο Αιγαίο και στον Έβρο.

Βέβαια η Ε.Ε. θα μπορούσε να είναι πιο αυστηρή με την Τουρκία, όμως τα οικονομικά συμφέροντα κάποιων κρατών – μελών τίθενται, δυστυχώς, πάνω από τον άνθρωπο και το δικαίωμα στη ζωή.

Για να γίνει πιο αυστηρή η Ε.Ε. με την Τουρκία, θα πρέπει Κύπρος και Ελλάδα, να χρησιμοποιήσουν και άλλα μέσα πολιτικής και προς αυτή την κατεύθυνση δεν μπορεί να αποκλείεται το εργαλείο του βέτο. Το βέτο όταν απειλείται η υπόσταση και η ζωή σου δεν είναι απειλή, αλλά επιλογή. Και αυτό ο Ελληνισμός πρέπει να το εξηγήσει με παρρησία στους Εταίρους, κάποιοι εκ των οποίων προσπαθούν να βρουν τον τρόπο για να καταργήσουν το βέτο.

Παρά τις δυσκολίες και τα προβλήματα που υπάρχουν η Κύπρος θα πρέπει να συνεχίσει να διεκδικεί λύση δίκαιη και βιώσιμη στα πλαίσια της Ενωμένης Ευρώπης, η οποία πρέπει να αντιληφθεί πως, η Κύπρος είναι το ακριτικό σύνορο της στη Μέση Ανατολή.

Πρέπει να αντιληφθεί πως, η Τουρκία σήμερα κατέχει Ευρωπαϊκό έδαφος και η συνεχής διατήρηση αυτής της κατάστασης είναι αντίθετη και με τα δικά της συνολικά συμφέροντα.

Αυτοί οι προβληματισμοί και αυτές οι σκέψεις, γράφονται αυτή την ώρα ως μνημόσυνο και ελάχιστο φόρο τιμής σε όσους έχασαν τη ζωή τους τον μαύρο Ιούλη του 1974.

Οι ψυχές αυτών των ανθρώπων θα ησυχάσουν όταν οι ζώντες πετύχουμε τη μεταξύ μας μέγιστη ενότητα σε όλα τα επίπεδα. Και όταν πετύχουμε λύση που θα απελευθερώσει και θα επανενώνει την Κύπρο.



Θα τα καταφέρουμε;

ΥΓ1.: Ο Υπάτος Εκπρόσωπος της Ε.Ε. για θέματα εξωτερικής πολιτικής και πολιτικής ασφάλειας και αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Ζοζέτ Μπορέλ δήλωσε τον Ιούνιο του 2021 πως «όσο πιο γρήγορα η Ε.Ε. εμπλακεί πλήρως στις συνομιλίες για το κυπριακό, τόσο καλύτερα ...» και ότι μια μελλοντική διευθέτηση του προβλήματος πρέπει να είναι συμβατή με το ευρωπαϊκό κεκτημένο.

Αυτές οι θέσεις είναι ορθές όμως έμειναν στη σφαίρα της θεωρίας.

ΥΓ2.: Το 2022 με αφορμή την εισβολή της Ρωσίας στην Ουκρανία και τους κλυδωνισμούς που προκάλεσε στην παγκόσμια οικονομία, (και ειδικότερα στην Ευρωπαϊκή), ο Επίτροπος Οικονομίας Πάολο Τζεντιλόνι δήλωσε πως: «Παλεύουμε σε θολά νερά, γι' αυτό η Ευρώπη πρέπει να αναλάβει ηγετικό ρόλο.

Τρεις λέξεις πρέπει να χαρακτηρίζουν τις πολιτικές μας: αλληλεγγύη, βιωσιμότητα και ασφάλεια». Αυτές οι τρεις λέξεις είναι που αναζητά και η Κύπρος από την Ευρώπη. Κυρίως αλληλεγγύη και ασφάλεια. Αντί τούτου βλέπουμε την Ευρωπαϊκή Ένωση να καταδικάζει έμπρακτα και με μέτρα τη Ρωσία για την εισβολή στην Ουκρανία και εδώ και 50 χρόνια να σιωπά, να ανέχεται και να θωπεύει τον Αττίλα. Αυτή η Ευρωπαϊκή υποκρισία πληγώνει ανεπανόρθωτα την Κύπρο.

***Ο Χρίστος Καρύδης είναι Οικονομολόγος – Δημοσιογράφος**



Του Χρίστου Καρύδη*

Τα Λατινικά στην καθημερινή μας επικοινωνία

Έγινε πολύ σημαντική όταν καθιερώθηκε ως επίσημη γλώσσα της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Για πολλούς είναι μια «νεκρή» γλώσσα, όμως αποτελούν την απαρχή για πολλές γλώσσες, τις οποίες μιλάμε στη σύγχρονη εποχή. Οι παρακάτω λατινικές εκφράσεις είναι μερικές μόνο από τις πολλές που χρησιμοποιούμε στην καθημερινότητα μας.

Mens sana in corpore sano: πρόκειται για την γνωστή μας έκφραση «νους υγιής μέσα σε σώμα υγιές». Ο συγκεκριμένος στίχος βρίσκεται στο έργο Satire, X, 356 του Λατίνου ποιητή Δέκιμου Ιούνιου Πουβενάλη που αναφέρει «Orandum est ut sit mens sana in corpore sano». Δηλαδή πρέπει να προσευχόμαστε ώστε να υπάρχει ένας υγιής νους μέσα σε ένα υγιές σώμα.

Dum spiro spero: όσο αναπνέω (ζω) ελπίζω. Αποτελεί παραφθορά των φράσεων δύο αρχαίων συγγραφέων: του Θεόκριτου, που στο έργο του Ειδύλλια έγραψε την φράση «ἐλπίδες ἐν ζωῶσιν, ἀνέλπιστοι δὲ θανόντες» και του Ρωμαίου ρήτορα Κικέρωνα, που είπε την φράση «dum anima est, spes esse dicitur», δηλαδή «όσο υπάρχει ψυχή, λέγεται ότι υπάρχει ελπίδα». **Alter ego:** το άλλο μου εγώ. Χρησιμοποιούμε τη φράση προκειμένου να χαρακτηρίσουμε ένα πρόσωπο της απόλυτης εμπιστοσύνης μας, σαν να ήταν ο ίδιος ο εαυτός μας. Αποδίδεται και αυτή στον Κικέρωνα, που στο έργο του «De Amicitia», περιγράφει τη φιλία ως το σημαντικότερο από όλα τα δώρα των Θεών και ότι ο πραγματικός φίλος είναι το alter ego μας, δηλαδή ο άλλος μας εαυτός.

Carpe Diem: είναι ένας λατινικός όρος που μεταφράζεται ως «αδράξε τη μέρα». Carpe κυριολεκτικά σημαίνει «παίρνω, κόβω, μαδών, μαζεύω, καλλιεργώ» αλλά ο Οβίδιος χρησιμοποίησε τη λέξη με την έννοια, «απολαμβάνω, χρησιμοποιώ». Σ' ένα λατινικό ποίημα του Οράτιου, η λέξη αποτελεί μέρος της φράσης «Carpe diem, quam minimum credula postero», το οποίο μεταφράζεται ως «αδράξτε την ημέρα, πιστεύοντας όσο το δυνατόν λιγότερο στο μέλλον». Το ποίημα έχει ως βαθύτερο νόημα ότι το μέλλον είναι άγνωστο και ως εκ τούτου δεν πρέπει κανείς να υπολογίζει σε ένα απώτερο μέλλον, αλλά να ζει για τη στιγμή και να απολαμβάνει το παρόν του.

Mea culpa: η φράση «mea culpa» χρησιμοποιείται όταν θέλει κάποιος να δηλώσει ότι έκανε κάποιο λάθος, ότι έσφαλε, καθώς η κυριολεκτική μετάφραση της φράσης είναι «λάθος μου». Πρόκειται για θρησκευτική ρήση που προέρχεται από μια Καθολική προσευχή ομολογίας αμαρτιών του 16ου αιώνα (confiteor), στην οποία επαναλαμβάνεται συνεχόμενα τρεις φορές: mea culpa, mea culpa, mea maxima culpa.

Casus belli: η φράση προέρχεται από το Ρωμαϊκό δίκαιο και κατά λέξη σημαίνει αιτία πολέμου.

Tabula rasa: είναι η λατινική έκφραση του όρου «άγραφος πίνακας». Tabula στην αρχαία Ρώμη ήταν μια κέρηνη πλάκα πάνω στην οποία έγραφαν. Όταν ήθελαν να σβήσουν τα γραπτά τους, θέρμαιναν το κερί μέχρι να αρχίσει να λιώνει και τότε έτριβαν την επιφάνεια με ένα εργαλείο τύπου σπάτουλας καθαρίζοντας την. Η έκφραση χρησιμοποιήθηκε και στην φιλοσοφία από τον Άγγλο φιλόσοφο Τζον Λοκ. Η ανθρώπινη συνείδηση είναι tabula rasa έλεγε, δηλαδή ένας λευκός, άγραφος πίνακας. Με



λίγα λόγια ο άνθρωπος δεν γεννιέται με έμφυτες γνώσεις, ιδέες ή αρχές αλλά τις αποκτά με την εμπειρία του σταδιακά στην διάρκεια της ζωής του. Σήμερα χρησιμοποιείται και για κάποιον που δεν έχει ενημερωθεί και έχει πλήρη άγνοια για κάποιο θέμα.

De facto: η λατινική φράση de facto, από τις λατινικές λέξεις de (από) και factum (πράξη), σημαίνει «εκ των γεγονότων» ή «εκ των πραγμάτων». Αποτελεί χαρακτηρισμό για οτιδήποτε γίνεται στην πράξη ή υφίσταται στην πραγματικότητα ανεξάρτητα από το αν είναι νόμιμο ή έχει αναγνωριστεί επίσημα π.χ αυτός είναι de facto αρχηγός μας. Η έκφραση έρχεται σε αντιδιαστολή με την έκφραση de iure (δια νόμου) η οποία δηλώνει πράξη, ενέργεια, κατάσταση η οποία είναι νόμιμη.

Persona non grata: σημαίνει «ανεπιθύμητο πρόσωπο» και χρησιμοποιείται για να υποδηλωθεί με ευγενικό τρόπο ότι κάποιος θεωρείται ανεπιθύμητος σε έναν τόπο ή σε ένα ευρύτερο σύνολο ατόμων.

Verba volant scripta manent: τα λόγια πετούν, τα γραπτά μένουν. Λατινική παροιμία που αναφέρεται για να τονίσει την αξία που έχει ένα γραπτό κείμενο, το περιεχόμενο του οποίου δεν μπορεί να αμφισβητηθεί μιας και είναι καταγεγραμμένο. Αντίθετα τα λόγια, ο προφορικός λόγος μπορεί να ανακληθεί ή να διαψευστεί σαν να μην έχει γίνει ποτέ, κάτι που μειώνει την αξιοπιστία του. Θεωρείται ότι πρωτοαναφέρθηκε στην Σύγκλητο της Ρώμης από τον συγκλητικό Κάιο Τίτο για να τονίσει στους Συγκλητικούς την σημασία των γραπτών συμφωνιών της Ρώμης.

Status quo: αποτελεί τμήμα της φράσης status quo ante bellum που σήμαινε την ισχύουσα κατάσταση, κυρίως σε πολιτικό, κοινωνικό ή και σε στρατιωτικό επίπεδο πριν από έναν πόλεμο. Σήμερα δηλώνει μια ισχύουσα κατάσταση η οποία έχει παγιωθεί με το πέρασμα του χρόνου. Veni, vidi, vici: ήλθα, είδα, νίκησα. Ειπώθηκε από τον Ιούλιο Καίσαρα στη Σύγκλητο για να προβάλλει τη σαρωτική και ταχύτατη νίκη του στη Ζέλα (47 π.Χ.) εναντίον του βασιλιά του Πόντου Φαρνάκη Β'. Η φράση αυτή χρησιμο-

ποιείται σήμερα για να δηλωθεί μια κεραυνόβολα και εκπληκτικά αποτελεσματική δράση και ενέργεια.

O tempora o mores! σημαίνει ω καιροί! ω ήθη! Δηλαδή, άλλοι καιροί, άλλα ήθη. Με την φράση αυτή ο Κικέρων εξέφραζε την αγανάκτησή του για τη διαφθορά και την παρακμή των ηθών και των αξιών της εποχής του.

Mare nostrum: σημαίνει «η θάλασσά μας». Ήταν έκφραση που χρησιμοποιούσαν οι Ρωμαίοι για να χαρακτηρίσουν τη Μεσόγειο, καθώς αυτή περικλειόταν από εδάφη της αυτοκρατορίας τους. Αργότερα χρησιμοποιήθηκε από τον Μπενίτο Μουσσολίνι, ο οποίος υπερφανεύονταν με αυτό τον τρόπο για την ισχύ και τα επιτεύγματα του ιταλικού στόλου κατά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο.

Modus vivendi: τρόπος να ζεις. Λέγεται επίσης όταν επιζητούμε μια συμβιβαστική λύση, για να επανέλθει η ηρεμία και η ομαλότητα στην περίπτωση αντιθέτων συμφερόντων.

Dura lex, sed lex: σκληρός ο νόμος αλλά νόμος. Οι Ρωμαίοι είχαν μεγάλη ευαισθησία και αφοσίωση στα θέματα του νόμου. Έλεγαν λοιπόν αυτή τη φράση για να τονίσουν πως μια κοινωνία δεν μπορεί να αναπτυχθεί, αν δεν έχει σταθερούς και σαφείς νόμους που να τηρούνται απαρέγκλιτα για όλους, ακόμα και στις περιπτώσεις που είναι ιδιαίτερα σκληροί.

A priori: εκ των προτέρων. Λέγεται όταν κάποιος παίρνει μια απόφαση από πριν, χωρίς να περιμένει να δει πρώτα τι πρόκειται να ακολουθήσει, ή χωρίς να έχει σχηματίσει πρώτα γνώμη για κάτι.

A posteriori: εκ των υστέρων. Η γνώση που αποκτάται εμπειρικά εκ των υστέρων, αφού έχουν συντελεστεί πρώτα κάποια γεγονότα που βοηθούν το άτομο να σχηματίσει απόψη για ένα θέμα.

Hannibal ante portas: ο Αννίβας προ των πυλών. Έτσι φώναζαν έντρομοι οι Ρωμαίοι όταν κατάλαβαν ότι οι Καρχηδόνιοι, με επικεφαλής τον Αννίβα, είχαν πλησιάσει στην πόλη τους μετά την μάχη των Καννών. Σήμερα την χρησιμοποιούμε για να προειδοποιήσουμε για έναν κίνδυνο που μας απειλεί.

ΕΞΟΧΙΚΕΣ ΚΑΤΟΙΚΙΕΣ ΣΕΚ

Γιατί όχι; Και βουνό και θάλασσα...

Η ΣΕΚ φροντίζει κάθε χρόνο να προσφέρει τη δυνατότητα στις οικογένειες των μελών της να απολαμβάνουν ποιοτικές και φθηνές διακοπές στα συγκροτήματα της στο βουνό και στη θάλασσα.

Για τους λάτρεις του βουνού η επιλογή των εξοχικών κατοικιών στον Κάτω Αμιάντο αποτελεί σίγουρα μονόδρομο.

Για τους λάτρεις της θάλασσας οι εξοχικές κατοικίες της ΣΕΚ και της ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ στην περιοχή Κάππαρη στον Πρωταρά αποτελούν μια ιδανική επιλογή.

Ο Πρόεδρος του Οργανισμού Βελτίωσης Ποιότητας Ζωής ΣΕΚ **Σάββας Κούλας**, τόνισε χαρακτηριστικά ότι η ΣΕΚ φροντίζει να αναβαθμίζει τις υποδομές της αλλά και τις προσφερόμενες υπηρεσίες, ενώ εκπαιδεύει το προσωπικό για αντιμετώπιση προβλημάτων που αναφύονται.

Η ΣΕΚ, πρόσθεσε, θέτει ψηλά στις προτεραιότητες τα ζητήματα ασφάλειας και υγείας και δεν κάνει εκπτώσεις σε περίπτωση παραβίασης οδηγιών και κανόνων.

Για όλους εμάς στη ΣΕΚ, τόνισε χαρακτηριστικά, η ευημερία των μελών μας τίθεται ψηλά στις προτεραιότητες μας και όλες οι ενέργειες μας στοχεύουν στη διασφάλιση μιας ποιοτικής διαμονής χωρίς απρόοπτα.

ΒΟΥΝΟ

Πατί να θέλεις να απαρνηθείς τις παραλίες μέσα στον καύσωνα του καλοκαιριού; Για διάφορους λόγους που ποικίλουν ανάλογα με τις απαιτήσεις της κάθε οικογένειας όπως για παράδειγμα: τη δροσιά του βουνού δεν τη βρίσκεις πουθενά αλλού. Πατί οι ορεινοί προορισμοί σε ηρεμούν, γιατί θέλεις να αποφύγεις την πολυκοσμία. Είπε ποτέ κανείς ότι για να κάνεις διακοπές στο βουνό πρέπει να απαρνηθείς τις βουτιές σου; Όχι φυσικά γιατί μια υπερσύγχρονη πισίνα μπορεί να σου προσφέρει αυτή τη δυνατότητα.

Για όλους αυτούς τους λόγους, και για πολλούς άλλους σας συστήνουμε ανεπιφύλακτα να αδράξετε την ευκαιρία να επιλέξετε για τις φετινές σας διακοπές στις εξοχικές κατοικίες της ΣΕΚ στον κάτω Αμιάντο.

Που βρίσκονται;

Σε μια πανέμορφη τοποθεσία περιτριγυρισμένη από πανύψηλα δέντρα. Μέλη και φίλοι του Κινήματος μπορούν να απολαύσουν αμέτρητες στιγμές ηρεμίας και γαλήνης. Παράλληλα ο συγκεκριμένος προορισμός προσφέρει τη δυνατότητα στους λάτρεις της φύσης αλλά και της δράσης να διαβούν στο μονοπάτι της φύσης «Λούματα των αετών» νιώθοντας τις αισθήσεις

τους να γίνονται ένα με εικόνες, ήχους και μυρωδιές.

Το εξοχικό συγκρότημα περιλαμβάνει όλες τις σύγχρονες ανέσεις για μια αξέχαστη διαμονή ενώ η υπερσύγχρονη πισίνα, αποτελεί όαση για μικρούς και μεγάλους. Το συγκρότημα διαθέτει επίσης εστιατόριο με ποικιλία φαγητών σε προσιτές τιμές και για τους πιο απαιτητικούς καλοφαγάδες, ενώ ο υπεύθυνος του συγκροτήματος είναι έτοιμος να εξυπηρετήσει τους ενοίκους, συμβάλλοντας σε μια όμορφη και άνετη διαμονή.

Επίσης για όσους επιθυμούν να γνωρίσουν την περιοχή οι επιλογές

είναι πολλές. Από τον Βοτανικό κήπο Τροόδους στους καταρράκτες των Καλυδωνιών στις Πλάτρες και από την Κακοπετριά μέσω του Αγίου Νικολάου στα χωριά της Μαραθάσας.

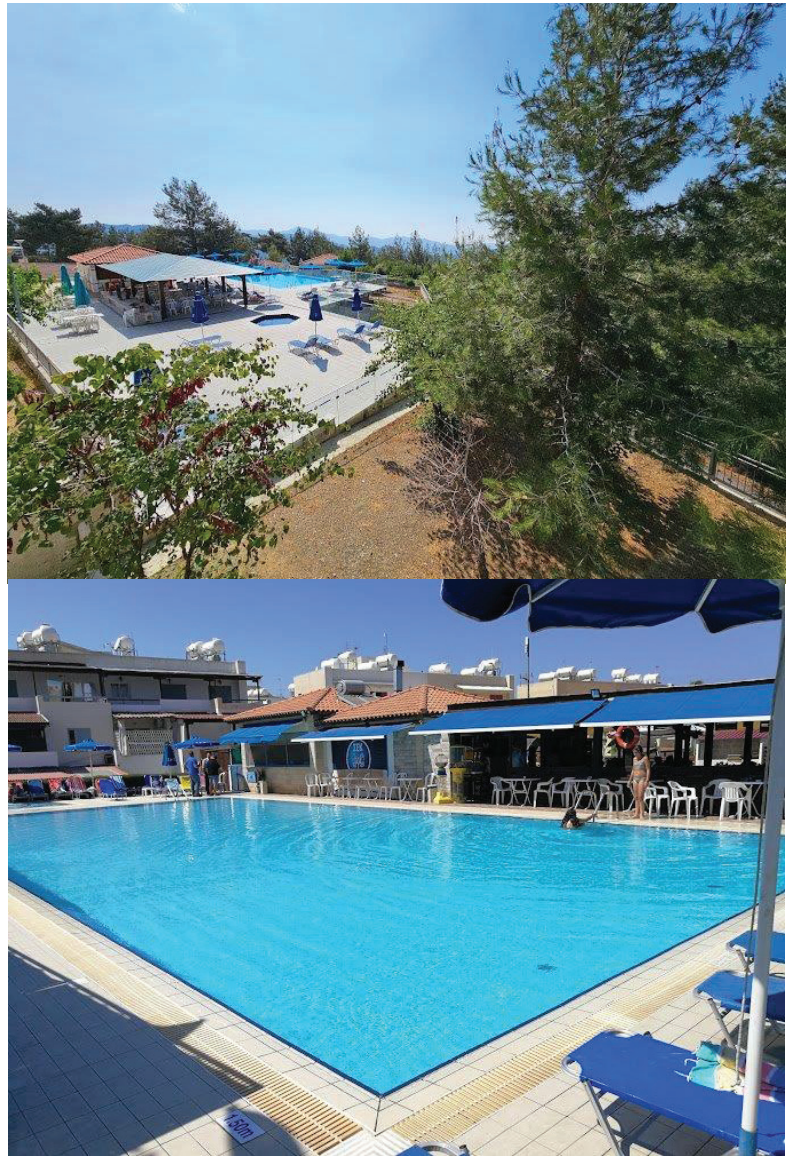
Κάθε διαμέρισμα έχει τη δική του φυσιογνωμία και είναι εναρμονισμένο απόλυτα με το ευρύτερο περιβάλλον της περιοχής, την πυκνή άγρια βλάστηση και τα πεύκα αλλά και την υπέροχη θέα της περιοχής.

Αν αγαπάτε το βουνό ή αν θέλετε να βελτιώσετε τη φυσική σας κατάσταση, το περπάτημα είναι ιδανικό.

Αφήστε το αυτοκίνητο σας και ζήστε τον πολιτισμό και τη φύση της περιοχής με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Το εξοχικό συγκρότημα της ΣΕΚ στον Αμιάντο δεν προσφέρει μόνο ψυχική και σωματική ευεξία στις διακοπές αλλά καλύπτει και τις ανάγκες των μελών του κινήματος που είναι λάτρεις της δράσης, της περιπέτειας και της εξερεύνησης μέσα από περιπατητικές διαδρομές στα Μονοπάτια της φύσης.

Κάποιες διαδρομές είναι πιο απαιτητικές από άλλες. Όλες όμως προσφέρουν απόλαυση και ηρεμία με τις αισθήσεις να συνδυάζονται με εικόνες, ήχους και μυρωδιές.

Τόσο τα μέλη της ΣΕΚ όσο και φίλοι του Κινήματος θα μπορούν να αποταθούν τόσο στα κεντρικά γραφεία της ΣΕΚ, όσο και στα επαρχιακά εργατικά κέντρα για να εξασφαλίσουν τη διαμονή τους γεμίζοντας μπαταρίες.

**ΘΑΛΑΣΣΑ**

Στιγμές χαράς, ψυχαγωγίας, και χαλάρωσης αισθάνονται τα μέλη της ΣΕΚ που άρχισαν ήδη να απολαμβάνουν τις καλοκαιρινές τους διακοπές στα εξοχικά συγκροτήματα της ΣΕΚ στον Πρωταρά και στις εξοχικές κατοικίες της ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ.

Κάθε χρόνο, από τις αρχές Ιουλίου μέχρι και τα μέσα Σεπτεμβρίου τα μέλη της ΣΕΚ απολαμβάνουν την κάθε στιγμή και το κάθε λεπτό του ονειρικού ταξιδιού των διακοπών μαζί με τις οικογένειες τους σε ένα περιβάλλον οικείο και γνώριμο για τους περισσότερους.

Καθαρό περιβάλλον, ποιοτικό φαγητό σε προσιτές τιμές, προσεγγισμένους κοινοχρήστους χώρους και με τους συντηρητές των εξοχικών συγκροτημάτων, που αγαπούν τη δουλειά τους, να φροντίζουν και να παράσχουν κάθε δυνατή βοήθεια και υποστήριξη στους ενοίκους με στόχο τη διασφάλιση μιας άνετης και ποιοτικής διαμονής.

Η ΣΕΚ παρέχει αυτή την ωφέλιμη υπηρεσία στους εργαζόμενους μέλη της, κατανοώντας τη σημασία αλλά και την ανάγκη για ξεκούραση, ως ο μόνος τρόπος να επαναφορτίσουν τις ψυχικές τους «μπαταρίες» με δύναμη και ενέργεια.

Τα εξοχικά συγκροτήματα της ΣΕΚ βρίσκονται σε εξαιρετική τοποθεσία, στην περιοχή Κάππαρη που είναι άμεσα προσβάσιμη, σε λίγα λεπτά στις κρυστάλλινες παραλίες για τους λάτρεις της θάλασσας.

Για όσους όμως δεν επιθυμούν τις μετακινήσεις με το αυτοκίνητο, οι υπερσύγχρονες πισίνες των δύο συγκροτημάτων τους κρατούν δροσερούς και σε εγρήγορση ολόκληρη τη μέρα.



Οι αλήθειες πληγώνουν, η αδράνεια όμως σκοτώνει την ίδια την κοινωνία

“Ο συστηματικός και δομημένος διάλογος θα μπορέσει να δώσει συνολική δυνατότητα διαχείρισης των προκλήσεων...”

Στην τελευταία συνεδρίαση της Εκτελεστικής Επιτροπής της Συνομοσπονδίας Ευρωπαϊκών Συνδικάτων, που πραγματοποιήθηκε στις Βρυξέλες στις 24 και 25 Ιουνίου 2024, ανάμεσα στα θέματα που συζητήθηκαν, σημαντική ήταν και η ανάδειξη της ανάγκης για την προώθηση πολιτικής για τις ποιοτικές θέσεις εργασίας, όπως και του πλαισίου για δίκαιη μετάβαση, και της Οδηγίας για τη διαχείριση της αλλαγής.



Του Ανδρέα Φ. Μάτσα
Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

Η ΣΕΚ, ως ενεργό μέλος της Ευρωπαϊκής Συνδικαλιστικής κοινότητας, ανέδειξε έγκαιρα το θέμα και την ανάγκη της δίκαιης και ομαλής μετάβασης στα νέα δεδομένα και ιδιαίτερα, στην επαρκή διαχείριση των κλιματικών αλλαγών, της πράσινης ανάπτυξης και της κυκλικής οικονομίας.

Οι αλήθειες μπορεί να πληγώνουν αλλά η αδράνεια σκοτώνει την ίδια την κοινωνία, ως απότοκο και των φορολογικών επιβαρύνσεων που θα επέλθουν αν δεν εφαρμοστούν έγκαιρα τα απαιτούμενα αντισταθμιστικά μέτρα, στο πλαίσιο της ουδετερότητας.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί πως, η στόχευση της Ευρωπαϊκής Ένωσης για κλιματική ουδετερότητα μέχρι το 2050 βρίσκεται προς τη σωστή και επιβεβλημένη κατεύθυνση, πλην όμως υπάρχει αδυναμία στην επίτευξη μιας κοινωνικά δίκαιης μετάβασης, τόσο σε ότι αφορά την έκταση, όσο και σε σχέση με την απαιτούμενη ταχύτητα.

Δυστυχώς, τόσο η Πράσινη Συμφωνία (Green Deal), όσο και άλλα μέτρα και εθνικές πολιτικές των Κρατών Μελών, (διαπίστωση και της ίδιας της Ευρωπαϊκής Επιτροπής), δεν είναι επαρκή για την αντιμετώπιση του εύρους των προκλήσεων, ιδιαίτερα σε σχέση με τον αρχικό στόχο του 2030.

Παράλληλα, η πλήρης αντιμετώπιση και διαχείριση των αλλαγών στον κόσμο της εργασίας, προϋποθέτει τον προληπτικό σχεδιασμό των επιδράσεων της ψηφιακής μετάβασης και ως εκ τούτου, είναι σημαντική η ψήφιση Οδηγίας το πλαίσιο και των κατευθυντήριων γραμμών της Διακήρυξης της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (ΔΟΕ) σχετικά με τη δίκαιη μετάβαση για την περιβαλλοντική βιωσιμότητα των οικονομιών και των κοινωνιών για όλους.

Μέσα από αυτή την προσέγγιση, θα δημιουργηθούν οι αναγκαίες και ικανές συνθήκες για ουσιαστική και αποτελεσματική διαχείριση των κλιματικών και ψηφιακών προκλήσεων, στο σύνολο των τομέων οικονομικής δραστηριότητας και της εργασίας και ιδιαίτερα, συμπεριλαμβανομένων και τομέων που ήδη επηρεάζονται από αυτή τη μετάβαση, όπως είναι για παράδειγμα οι κατασκευές, ο τουρισμός, η βιομηχανία και η γεωργία.

Το γεγονός πως, μόνο τρία Κράτη Μέλη είναι αυτή τη στιγμή σε θέση να διαχειριστούν τις κλιματικές και κοινωνικές ανάγκες με επάρκεια, στη βάση των δημοσιονομικών και φορολογικών κανόνων, δημιουργεί ακόμα περισσότερο προβληματισμό, ιδιαίτερα λαμβάνοντας υπόψη πως, η όποια περαιτέρω καθυστέρηση στην εφαρμογή της πράσινης μετάβασης, αυξάνει περαιτέρω το κοινωνικό και περιβαλλοντικό κόστος. Στη βάση αυτών των πραγματικοτήτων, η ΣΕΚ αναδεικνύει



ΦΩΤΟ ΑΡΧΕΙΟΥ

για ακόμα μια φορά την ανάγκη για επίσπευση της συνολικής και πράσινης φορολογικής μεταρρύθμισης, μέσα από την ουσιαστική εμπλοκή και των κοινωνικών εταίρων, όπως επίσης και τον σχεδιασμό συγκροτημένης επενδυτικής πολιτικής σε ότι αφορά τη διάσταση του κλίματος, της ψηφιοποίησης και της κοινωνίας, αποτρέποντας την ανάγκη λήψης μέτρων λιτότητας.

Αναντίλεκτα, η προσέγγιση της ελεύθερης αγοράς και η υποβάθμιση σε πολλές περιπτώσεις της κοινωνικής οικονομίας της αγοράς, έχει αποτύχει μέχρι σήμερα, στη δημιουργία συνθηκών μετάβασης με προτεραιότητα στη δημιουργία ποιοτικών θέσεων εργασίας, ενώ σε αρκετές περιπτώσεις, οι «πράσινες» θέσεις εργασίας είναι ποιοτικά υποδεέστερες. Αυτό το στοιχείο, επιβεβαιώνει την ανάγκη για επέκταση των συλλογικών συμβάσεων, ενισχύοντας τη συλλογική διαπραγμάτευση ακόμη περισσότερο, ενώ παράλληλα, επιβάλλεται και η εφαρμογή της αρχής πως, καμία δημόσια σύμβαση δεν θα πρέπει να συμφωνείται εάν δεν εφαρμόζεται συλλογική σύμβαση, λαμβάνοντας υπόψη τις εργασιακές και κοινωνικές προεκτάσεις μιας τέτοιας προϋπόθεσης.

Οι πολυδιάστατες προεκτάσεις της μετάβασης και ιδιαίτερα των κλιματικών αλλαγών, συμπεριλαμβανομένων θεμάτων που διασυνδέονται με την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία, επιβάλλουν την εμπλοκή και των υπουργών Οικονομικών και Εργασίας, όπως βέβαια και τη συνεργασία με τους κοινωνικούς εταίρους. Είναι ακριβώς για αυτούς τους λόγους που η ΣΕΚ, υπενθυμίζει συνεχώς για την ανάγκη αξιοποίησης της Συμβουλευτικής Οικονομικής Επιτροπής, ενισχύοντας τη δημοκρατία στις αλλαγές, εδραιώνοντας τον κοινωνικό διάλογο και επιτυγχάνοντας τη δίκαιη και βιώσιμη μετάβαση.

Ο συστηματικός και δομημένος διάλογος θα μπορέσει να δώσει συνολική δυνατότητα

διαχείρισης των προκλήσεων, μέσα και από ένα συνολικό σχεδιασμό εφαρμογής και παρακολούθησης των πολιτικών, με κυρίαρχα στοιχεία την ομαλή κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη, στο πλαίσιο της δίκαιης και ισορροπημένης μετάβασης στα νέα δεδομένα, δίνοντας έμφαση στην απασχόληση, στην κινητικότητα των εργαζομένων, στις ποιοτικές θέσεις εργασίας και στην επένδυση στην κατάρτιση και επανακατάρτιση για απόκτηση ή και ενίσχυση των απαιτούμενων δεξιοτήτων.

Η καθυστέρηση δυστυχώς είναι εμφανής, ως προς τη δημιουργία των προϋποθέσεων για τη μετάβαση, αναδεικνύοντας και το γεγονός πως, σε αυτή τη διαδικασία θα πρέπει να συνυπάρχουν τόσο οι κοινωνικές όσο και οι εργασιακές προεκτάσεις και παράμετροι.

Αναντίλεκτα, η προώθηση μιας Οδηγίας για τη δίκαιη μετάβαση θα δώσει μία επιπρόσθετη ώθηση στον Ευρωπαϊκό Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων, σε σχέση με τη δυνατότητα εφαρμογής και ανθεκτικότητας της κλιματικής και ψηφιακής του διάστασης.

Η καθυστέρηση είναι επιπρόσθετα επιβαρυντική και όσο και εάν οι αλήθειες πληγώνουν, η αδράνεια σκοτώνει την ίδια την κοινωνία και παράλληλα την προοπτική ισόρροπης και κοινωνικά δίκαιης ανάπτυξης.

Η πραγματική αξιοποίηση του θεσμικού πλαισίου του κοινωνικού διαλόγου, όπως είναι το Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα και η Συμβουλευτική Οικονομική Επιτροπή, αποτελούν βασική προϋπόθεση για χάραξη στρατηγικού σχεδιασμού ομαλής και ολιστικής μετάβασης. Οι πρόσφατες κινήσεις εγκαινίασης μόνιμου διαλόγου και υποεπιτροπών με την επιχειρηματική κοινότητα αποτελούν μονομερή παρέμβαση και υποβάθμιση του θεσμοθετημένου κοινωνικού διαλόγου και προδιαγράφουν μια μονοδιάστατη και ετεροβαρή θεώρηση των εξελίξεων και σίγουρα δεν μπορούν να γίνουν αποδεκτές ή και ανεκτές.

Ενόσω ζω ελπίζω...

Πόσο εύκολο είναι να κρατάμε θετική στάση απέναντι στα εύκολα και τα δύσκολα; Πώς θα διατηρήσουμε την ελπίδα μας ζωντανή;

#1 Επιλέγουμε πρώτα το θετικό σενάριο

Κρατάμε αισιόδοξη στάση απέναντι στη ζωή. Βλέπουμε την όμορφη πλευρά των πραγμάτων, ακόμα και όταν όλα πηγαίνουν στραβά. Ειδικά τότε, χρειάζεται να διατηρούμε την αισιοδοξία μας! Γιατί, βλέποντας τα πράγματα θετικά, έχοντας ελπίδα, όνειρα και πίστη σε κάτι καλό, μόνο έτσι μπορούμε να τα διορθώσουμε.

#2 Λύνουμε τα προβλήματα

Ότι κι αν προκύψει στη ζωή μας, όσες δυσκολίες και αν συναντήσουμε, δεν βουλιάζουμε σε αυτές και δεν απελπιζόμαστε. Ο κόσμος μας πάντα θα έχει προβλήματα. Δεν έχει νόημα να ονειρευόμαστε μια ζωή χωρίς δυσκολίες, γιατί δεν θα έρθει ποτέ και για κανέναν μας. Εάν νιώσουμε κουρασμένοι, αποκαρδιωμένοι, απελπισμένοι, τότε ξεκουραζόμαστε. Παίρνουμε απόσταση και κάνουμε μια μικρή παύση, για να ανασυνταχτούμε και να συνεχίσουμε.

#3 Πιστεύουμε

Είτε πρόκειται για ένα θρησκευτικό δόγμα είτε για μια πολιτική θεωρία ή για το σωστό τρόπο να ζει και να υπάρχει κάποιος, όλοι μας έχουμε ανάγκη να πιστεύουμε σε κάτι. Χρειαζόμαστε σταθερές για να υπάρχουμε και όρια για να μπορούμε να ζούμε. Μόνο με πίστη σε αξίες θα καταφέρουμε να έχουμε ψυχική υγεία, να κινούμαστε ήρεμα μεταξύ των συνανθρώπων μας και να νιώθουμε ευτυχισμένοι. Είναι, δυστυχώς, στις ημέρες μας δημοφιλής η προτροπή «ζήστε χωρίς όρια!». Στην πραγματικότητα, αυτός είναι ο μόνος σίγουρος δρόμος προς τη δυστυχία και την παράνοια.

#4 Ισχυροποιούμε τον εαυτό μας

Φροντίζουμε τον εαυτό μας κάθε μέρα. Ο εαυτός μας είναι ο μοναδικός άνθρωπος με τον οποίο θα είμαστε μαζί σε όλη μας τη ζωή. Οφείλουμε λοιπόν να τον περιποιούμαστε και να του φερόμαστε με σεβασμό και αγάπη. Έτσι, θα τον κρατάμε δυνατό και ικανό να αντιμετωπίζει τα δικά του προβλήματα, να κυνηγάει τα όνειρά του και να βρίσκεται κοντά σε όσους αγαπά.

#5 Δίνουμε αξία στην κάθε μέρα

Δεν αφήνουμε στιγμή να πάει χαμένη. Η σημερινή μέρα δεν πρόκειται να μας ξαναδοθεί. Κάθε μέρα και κάθε ώρα που έχουμε στη ζωή μας δεν πρόκειται να επαναληφθούν· και είναι πολύτιμες. Η ζωή μας έχει ένα χρονικό πεπερασμένο, κάποτε θα τελειώσει. Ας τη χαρούμε, λοιπόν, τώρα που την έχουμε!

+1 Απομονώνουμε τα αρνητικά πράγματα που υπάρχουν γύρω μας

Βλέπουμε τα μειονεκτήματα στο χαρακτήρα των δικών μας ανθρώπων, συνειδητοποιούμε όσα λείπουν από τη ζωή μας και τα θέλουμε, εντοπίζουμε τις αδικίες που συμβαίνουν στον κόσμο μας. Όχι όμως για να εγκλωβιστούμε σε όλα αυτά τα αρνητικά. Αντιθέτως, τα εντοπίζουμε, για να τα απομονώσουμε, να τα αποδυναμώσουμε, να τα τροποποιήσουμε και τελικά να επιχειρήσουμε να τα αλλάξουμε ή να τα διορθώσουμε.



Όσο χαλαρώνεις τόσο πιο πολύ αγχώνεσαι;

• Παράξενο αλλά όχι ασυνήθιστο. Πώς να το αντιμετωπίσεις



Το πρώτο βήμα για να βγάλουμε το στρες από την καθημερινότητά μας είναι να βρούμε και να αποκλείσουμε (στο σημείο που είναι δυνατόν) τους παράγοντες που το προκαλούν και ακολούθως να υιοθετήσουμε συνήθειες και μεθόδους που μας βοηθούν να χαλαρώσουμε και να εκτονώσουμε την ένταση.

1. Αρνείσαι ότι έχεις στρες

Η άρνηση, το να προσποιείσαι δηλαδή ότι δεν υπάρχει ένα πρόβλημα, είναι μια από τις λιγότερο αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες. Ενώ οι σύντομες περιόδους άρνησης μπορούν πραγματικά να μας βοηθήσουν να προσαρμοστούμε στην αλλαγή (για παράδειγμα η άρνηση μπορεί να βοηθήσει ένα άτομο να αντιμετωπίσει τα συναισθήματά του αφού βιώσει το θάνατο κάποιου κοντινού του προσώπου), όταν χρησιμοποιείται συχνά για την αντιμετώπιση των καθημερινών στρεσογόνων παραγόντων, μπορεί να μας κάνει να αισθανθούμε ότι είμαστε κολλημένοι σε ένα αδιέξοδο.

Όταν είμαστε σε άρνηση, το σώμα εξακολουθεί να στέλνει σήματα άγχους, προτρέποντάς μας να λάβουμε δράση ώστε να επιλύσουμε το εκάστοτε πρόβλημα. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο καθώς προσπαθούμε να χαλαρώσουμε, καταλήγουμε να είμαστε πιο αγχωμένοι από πριν.

Πώς θα το αντιμετωπίσεις;

Αναγνώρισε ότι τα συμπτώματα του άγχους μπορεί να είναι χρήσιμα, καθώς σε ειδοποιούν ότι κάτι πρέπει να αλλάξει.

Γράψτε τις βαθύτερες σκέψεις και τα συναισθήματά σου που σχετίζονται με το άγχος.

Βρείτε εναλλακτικές μεθόδους για να μειώσετε το στρες, εκτός της γυμναστικής 2.

Ανησυχείς για τη γνώμη των άλλων

Μερικοί άνθρωποι δουλεύουν σκληρά για να πραγματοποιήσουν τα όνειρά τους, ακολουθώντας το πάθος τους γιατί θέλουν να εξελιχθούν και να γίνουν καλύτεροι. Ορισμένοι όμως, μπο-

ρεί να το κάνουν καθώς αποζητούν την αναγνώριση των γύρω τους, είτε πρόκειται για τους συναδέλφους τους είτε για τους συγγενείς τους. Όταν όμως επιδιώκουμε ένα πάθος για τους λάθος λόγους, τότε οι πιθανότητες να κουραστούμε, να απογοητευτούμε και τελικά να πάθουμε burnout αυξάνονται. Τότε το άγχος μπορεί να κατακλύσει την καθημερινότητά σου, κάνοντας την χαλάρωση να φαίνεται σαν σπατάλη χρόνου.

Πώς θα το αντιμετωπίσεις;

Εάν ανήκεις σε αυτήν την κατηγορία, τότε ένα σύντομο «νοητικό διάλειμμα» μπορεί να σε βοηθήσει.

Το διάλειμμα δεν χρειάζεται να είναι μεγάλο ούτε να περιλαμβάνει απαραίτητως «χαλαρωτικές» δραστηριότητες.

Αρκεί να αφιερώνεις λίγο χρόνο μέσα στην μέρα σε πράγματα που δεν σχετίζονται με το πάθος, την δουλειά ή το όνειρό σου ώστε να επιστρέφεις σε αυτό ανανεωμένη.

3. Δεν μπορείς να αποφασίσεις

Στην προσπάθειά μας να πάρουμε την καλύτερη απόφαση, συχνά εξερευνούμε όλες τις πιθανές επιλογές, πράγμα που μπορεί να συμβεί και όταν προσπαθείς να επιλέξεις μια χαλαρωτική δραστηριότητα. Επίσης μπορεί να σκέφτεσαι τις υπόλοιπες επιλογές ακόμα και εάν έχεις καταλήξει σε μία συγκεκριμένη δραστηριότητα. Έτσι αντί να χαλαρώνεις, μπορεί να αγχώνεσαι περισσότερο.

Πώς θα το αντιμετωπίσεις;

Περίορισε τον αριθμό των αποφάσεων που πρέπει να πάρεις την ημέρα που θέλεις να κάνεις κάτι χαλαρωτικό ή σχεδιάσε το από πριν για να ξεκινήσεις άμεσα δίχως σκέψη.

Θυμήσου γιατί προσπαθείς να χαλαρώσεις. Η καλύτερη ψυχική υγεία και η ευημερία είναι το πρωταρχικό σου μέλημα. Όσο πιο συχνά το υπενθυμίζεις στον εαυτό σου, τόσο πιο εύκολο θα σου είναι να χαλαρώσεις.

Έκθεση Κομισιόν για την πρόοδο στους ψηφιακούς στόχους

Για μια ανταγωνιστική κυρίαρχη και ανθεκτική Ευρώπη



Τη δεύτερη έκθεση σχετικά με την κατάσταση της ψηφιακής δεκαετίας, η οποία παρέχει ολοκληρωμένη επισκόπηση της προόδου που έχει σημειωθεί στην προσπάθεια επίτευξης των ψηφιακών στόχων που έχουν τεθεί για το 2030, έχει δημοσιεύσει την περασμένη εβδομάδα η Ευρωπαϊκή Επιτροπή.

Φέτος, για πρώτη φορά, η έκθεση συνοδεύεται από ανάλυση των εθνικών στρατηγικών χαρτών πορείας για την ψηφιακή δεκαετία που παρουσίασαν τα κράτη μέλη, όπου περιγράφονται λεπτομερώς τα σχεδιαζόμενα εθνικά μέτρα, δράσεις και χρηματοδότηση για τη συμβολή στον ψηφιακό μετασχηματισμό της ΕΕ.

Η ανάλυση της Επιτροπής δείχνει ότι, στο τρέχον σενάριο, οι συλλογικές προσπάθειες των κρατών μελών θα υπολείπονται του επιπέδου φιλοδοξίας της ΕΕ. Τα κενά που εντοπίστηκαν περιλαμβάνουν την ανάγκη για πρόσθετες επενδύσεις, τόσο σε ενωσιακό όσο και σε εθνικό επίπεδο, ιδίως στους τομείς των ψηφιακών δεξιοτήτων, της συνδεσιμότητας υψηλής ποιότητας, της υιοθέτησης της τεχνητής νοημοσύνης (TN) και της ανάλυσης δεδομένων από τις επιχειρήσεις, της παραγωγής ημιαγωγών και των οικοσυστημάτων νεοφυών επιχειρήσεων.

Τόσο η ΕΕ όσο και τα κράτη μέλη έχουν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην επιβολή του νέου νομικού πλαισίου, να αναλάβουν δράση για την προώθηση της διάδοσης των ψηφιακών τεχνολογιών και να διασφαλίσουν ότι οι πολίτες της διαθέτουν επαρκείς ψηφιακές δεξιότητες ώστε να επωφεληθούν πλήρως από τον ψηφιακό μετασχηματισμό. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η φετινή έκθεση αποτελεί έκκληση για ενισχυμένη δράση προς τα κράτη μέλη ώστε να είναι πιο φιλόδοξη, καθώς η επίτευξη των στόχων της ψηφιακής δεκαετίας στις ψηφιακές υποδομές, τις επιχειρήσεις, τις δεξιότητες και τις δημόσιες υπηρεσίες είναι ζωτικής σημασίας για τη μελλοντική οικονομική ευημερία και κοινωνική συνοχή της ΕΕ.

Στο πλαίσιο αυτό, η Επιτροπή επικαιροποίησε επίσης τις ειδικές ανά χώρα και οριζόντιες συστάσεις για κάθε κράτος μέλος της ΕΕ με σκοπό την αντιμετώπιση των ελλείψεων που εντοπίστηκαν.

Κυρίαρχη και ανθεκτική ΕΕ

Η υιοθέτηση και η ανάπτυξη καινοτόμων τεχνολογιών είναι ζωτικής σημασίας για την ανταγωνιστικότητα της Ευρώπης, ιδίως στο τρέχον γεωπολιτικό τοπίο και λόγω των αυξανόμενων απειλών για την κυβερνοασφάλεια, της απαίτη-

σης για ενισχυμένη ανθεκτικότητα και ισχυρά μέτρα ασφάλειας.

Η έκθεση επισημαίνει ότι η ΕΕ απέχει πολύ από την επίτευξη των στόχων συνδεσιμότητας που θέτει η DDPP: Τα δίκτυα οπτικών ινών, τα οποία είναι ζωτικής σημασίας για την παροχή συνδεσιμότητας gigabit και καθιστούν δυνατή την υιοθέτηση τεχνολογιών αιχμής, όπως η τεχνητή νοημοσύνη, το υπολογιστικό νέφος και το διαδίκτυο των πραγμάτων (IoT), προσεγγίζουν μόλις το 64 % των νοικοκυριών. Σήμερα, τα υψηλής ποιότητας δίκτυα 5G καλύπτουν μόνο το 50 % του εδάφους της ΕΕ και οι επιδόσεις τους εξακολουθούν να είναι ανεπαρκείς για την παροχή προηγμένων υπηρεσιών 5G. Για την αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων, τα κράτη μέλη και η Επιτροπή θα πρέπει να συνεργαστούν για την προώθηση μιας πραγματικά λειτουργικής ψηφιακής ενιαίας αγοράς.

Το 2023 η υιοθέτηση της TN, του υπολογιστικού νέφους και/ή των μαζικών δεδομένων από τις ευρωπαϊκές εταιρείες ήταν επίσης πολύ χαμηλότερη από τον στόχο του 75 % για την ψηφιακή δεκαετία. Σύμφωνα με τις τρέχουσες τάσεις, μόνο το 64 % των επιχειρήσεων θα χρησιμοποιούν υπολογιστικό νέφος, 50 % μαζικά δεδομένα και μόνο 17 % τεχνητή νοημοσύνη έως το 2030. Για να επιτευχθεί η ψηφιοποίηση του επιχειρηματικού τομέα, είναι υψίστης σημασίας να δοθούν κίνητρα για την υιοθέτηση καινοτόμων ψηφιακών εργαλείων από τις ΜΜΕ, ιδίως το υπολογιστικό νέφος και την τεχνητή νοημοσύνη, καθώς και να κινητοποιηθούν περαιτέρω ιδιωτικές επενδύσεις σε νεοφυείς επιχειρήσεις υψηλής ανάπτυξης. Αυτό είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση της ανταγωνιστικότητας της Ευρώπης όσον αφορά την καινοτομία, την αποδοτικότητα και την ανάπτυξη που βασίζεται στα δεδομένα.

Μια άλλη σημαντική πρόκληση που αντιμετωπίζει ο ψηφιακός μετασχηματισμός της ΕΕ παραμένει η περιορισμένη εξάπλωση των ψηφιακών τεχνολογιών πέραν των μεγάλων πόλεων.

Για την αντιμετώπιση αυτού του ψηφιακού χάσματος, είναι θεμελιώδους σημασίας να ενισχυθεί η συνεργασία μεταξύ των ευρωπαϊκών φορέων σε διασυνοριακό και τοπικό επίπεδο, για παράδειγμα μέσω πολυκρατικών έργων, ευρωπαϊκών κόμβων ψηφιακής καινοτομίας (EDIH) και κοινοπραξιών ευρωπαϊκής ψηφιακής υποδομής (EDIC). Από πέρυσι έχουν επιτευχθεί ορισμένες επιτυχίες στο θέμα αυτό, με τρία EDIC να έχουν δημιουργηθεί έως το τέλος Μαΐου 2024.

Ψηφιακές δεξιότητες και δημόσιες υπηρεσίες

Η τοποθέτηση των ανθρώπων στο επίκεντρο του ψηφιακού μετασχηματισμού των κοινωνιών και των οικονομιών μας βρίσκεται στο επίκεντρο της ψηφιακής δεκαετίας και της πρώτης αρχής της Διακήρυξης για τα ψηφιακά δικαιώματα και τις ψηφιακές αρχές.

Επί του παρόντος, οι στόχοι για τις ψηφιακές δεξιότητες που τέθηκαν κατά την ψηφιακή δεκαετία απέχουν ακόμη πολύ από την επίτευξη, καθώς μόνο το 55,6 % του πληθυσμού της ΕΕ διαθέτει τουλάχιστον βασικές ψηφιακές δεξιότητες. Σύμφωνα με την τρέχουσα τάση, ο αριθμός των ειδικών ΤΠΕ στην ΕΕ θα είναι περίπου 12 εκατομμύρια το 2030, με συνεχιζόμενη ανισορροπία μεταξύ των φύλων. Για την επίτευξη των στόχων, τα κράτη μέλη θα πρέπει να ακολουθήσουν μια πολύπλευρη προσέγγιση για την προώθηση των ψηφιακών δεξιοτήτων σε όλα τα επίπεδα εκπαίδευσης και να παράσχουν κίνητρα στους νέους, ιδίως στα κορίτσια, ώστε να ενδιαφέρονται για τους κλάδους της επιστήμης, της τεχνολογίας, της μηχανικής και των μαθηματικών (STEM).

Τα κράτη μέλη σημειώνουν πρόοδο προς την επίτευξη του στόχου να καταστούν όλες οι βασικές δημόσιες υπηρεσίες και τα ηλεκτρονικά μητρώα υγείας προσβάσιμα στους πολίτες και τις επιχειρήσεις στο διαδίκτυο, καθώς και να τους παρασχεθεί ασφαλής ηλεκτρονική ταυτοποίηση (eID). Παρά την άνιση αφομοίωση μεταξύ των κρατών μελών, η ηλεκτρονική ταυτοποίηση είναι επί του παρόντος διαθέσιμη στο 93 % του πληθυσμού της ΕΕ και το πορτοφόλι ψηφιακής ταυτότητας της ΕΕ αναμένεται να παράσχει κίνητρα για τη χρήση του. Ωστόσο, σε ένα σενάριο διατήρησης της υφιστάμενης κατάστασης, η επίτευξη του 100 % των ψηφιακών δημόσιων υπηρεσιών για τους πολίτες και τις επιχειρήσεις έως το 2030 εξακολουθεί να αποτελεί πρόκληση.

Επόμενα βήματα

Τα κράτη μέλη θα πρέπει τώρα να επανεξετάσουν και να προσαρμόσουν τους εθνικούς χάρτες πορείας τους ώστε να ευθυγραμμιστούν με τη φιλοδοξία του προγράμματος πολιτικής για την ψηφιακή δεκαετία πριν από τις 2 Δεκεμβρίου 2024. Όπως ορίζεται στο DDPP, η Επιτροπή θα παρακολουθεί και θα αξιολογήσει την εφαρμογή των εν λόγω συστάσεων και θα υποβάλει έκθεση σχετικά με την πρόοδο που σημειώθηκε στην επόμενη έκθεση για την κατάσταση της ψηφιακής δεκαετίας, το 2025.

Έλεγχος οχημάτων από τον Κλάδο Εποπτών του Τ.Ο.Μ



Ο Κλάδος των Εποπτών του Τμήματος Οδικών Μεταφορών του Υπουργείου Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων διενεργεί καθημερινά ελέγχους στο οδικό δίκτυο. Οι έλεγχοι διενεργούνται παγκύπρια από ομάδες Εποπτών και σε συνεργασία με άλλα κυβερνητικά τμήματα με στόχο την πάταξη και πρόληψη της παρανομίας.

Στο πλαίσιο αυτό προέκυψαν 28 καταγγελίες οι οποίες αφορούσαν:

- μεταφορά φορτίου πέραν του επιτρεπτού ορίου
- μη χρήση ή λανθασμένη χρήση ταχογράφου
- μη ανανέωση άδειας κυκλοφορίας
- φθαρμένα ελαστικά
- επικίνδυνο φορτίο
- υπερβολική ταχύτητα
- αδήλωτη εργασία
- μη αδειοδότηση οχημάτων

Το Υπουργείο Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων υπενθυμίζει στους επαγγελματίες και στους ιδιώτες οδηγούς, καθώς και στις επιχειρήσεις την τήρηση του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας, με ιδιαίτερη έμφαση στην κατάσταση των ελαστικών των οχημάτων τους, στη μεταφορά φορτίου που προνοεί η άδεια του οχήματός τους και στην τήρηση της πρόνοιας του Νόμου όσον αφορά την πρόσδεση του φορτίου. Δυστυχώς, καθημερινά παρατηρούνται φαινόμενα παρανομίας, τα οποία θέτουν σε κίνδυνο όχι μόνο τον ίδιο τον οδηγό του οχήματος αλλά όλους τους χρήστες του οδικού δικτύου.

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

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Προσπάθησε να μην σκορπίσεις αγκάθια στον δρόμο.

Ίσως χρειαστεί να επιστρέψεις χωρίς παπούτσια

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 απο όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας

Συμβουλές προς καταναλωτές

Τι να προσέχετε στις περιόδους εκπτώσεων

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή (ΥΠΚ) του Υπουργείου Ενέργειας, Εμπορίου, και Βιομηχανίας, ενόψει της περιόδου εκπτώσεων, συμβουλεύει τους καταναλωτές όπως ακολουθήσουν τις πιο κάτω απλές συμβουλές:

1. Να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί όταν αγοράζουν προϊόντα σε τιμή έκπτωσης και να συλλέγουν βασικές πληροφορίες προτού λάβουν απόφαση συναλλαγής.
2. Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουν ότι τα καταστήματα μπορούν να πραγματοποιούν εκπτώσεις καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου και συνεπώς δεν υπάρχει λόγος να αγοράζουν υπό πίεση.
3. Έχουν αρκετό χρόνο για να κάνουν έρευνα αγοράς και σύγκριση τιμών και ποιότητας προτού αποφασίσουν ποια είναι η πλέον συμφέρουσα για αυτούς επιλογή.
4. Σε περιόδους εκπτώσεων τα καταστήματα είναι υποχρεωμένα νομοθετικά να αναγράφουν στα προς πώληση προϊόντα τόσο την προηγούμενη τιμή πώλησης όσο και την τρέχουσα τιμή πώλησης ή το κλάσμα/ ποσοστό μείωσης της αμέσως προηγούμενης τιμής, για να μπορούν με ευκολία οι καταναλωτές να συγκρίνουν τιμές.
5. Εναπόκειται από την πολιτική του κάθε καταστήματος κατά πόσο αποδέχεται επιστροφές αγορών. Σε περιόδους εκπτώσεων κάποια καταστήματα αναρτούν πινακίδες με την ένδειξη ότι δεν γίνονται αλλαγές. Για αυτό καλό θα ήταν προτού αγοράσουν να ζητούν ενημέ-



ρωση για την πολιτική επιστροφών του καταστήματος.

6. Πάντα να ζητούν απόδειξη αγοράς γιατί σε περίπτωση που το προϊόν αποδειχτεί ελαττωματικό ή προσκόμιση της απόδειξης είναι απαραίτητη για την εγγύηση.

Τέλος η ΥΠΚ επιθυμεί να πληροφορήσει ότι πραγματοποιεί ολόχρονα ελέγχους σχετικά με τις προσφερόμενες εκπτώσεις στα καταστήματα. Οι υπεύθυνοι των καταστημάτων θα πρέπει να είναι σε θέση να αποδείξουν σε περίπτωση ελέγχου, ότι η παλαιά τιμή πώλησης που αναγράφεται στην πινακίδα ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα.

Πρόστιμο σε όσους χρησιμοποιούν λάστιχο

Στην επιβολή προστίμου σε περίπτωση χρήσης λάστιχου για πλύσιμο πεζοδρομίων, δρόμων, βεραντών, κιγκλιδωμάτων και αυτοκινήτων προχωρεί το Υπουργείο Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος. Σε ανακοίνωσή του, το Υπουργείο Γεωργίας ανακοινώνει ότι ενόψει της παρατεταμένης ανομβρίας, που είχε ως επακόλουθο τη μείωση των αποθεμάτων νερού στα φράγματα, θα τηρηθεί η αυστηρή εφαρμογή του περί Εξοικονόμησης Νερού (Ειδικά Μέτρα) Νόμου (Ν. 1/1991), βάσει του οποίου απαγορεύεται η χρήση λαστίχου για το πλύσιμο πεζοδρομίων ή δρόμων ή βεραντών ή κιγκλιδωμάτων ή μηχανοκίνητων οχημάτων.

Τονίζει ότι οποιοδήποτε πρόσωπο παραβαίνει τον Νόμο είναι ένοχο ποινικού αδικήματος και σε περίπτωση καταδίκης υπόκειται σε φυλάκιση που δεν υπερβαίνει τους τρεις μήνες, ή σε χρηματική ποινή που δεν υπερβαίνει τα €513 ή και στις δύο ποινές.

Περαιτέρω, σύμφωνα με τον Νόμο προβλέπεται εξώδικη ρύθμιση με την επιβολή προστίμου ύψους €51.



Το κοινό προτρέπεται να εξοικονομεί το νερό και να αποφεύγει με κάθε τρόπο την άσκοπη χρήση και σπατάλη του.

ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

Λευκωσία: 90901402

Λεμεσός: 90901405

Αμμόχωστος: 90901403

Λάρνακα: 90901404

Πάφος: 90901406

ΧΡΗΣΙΜΑ Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης	
Κέντρο εξυπηρέτησης ΓεΣΥ:	17000
Άμεση Ανάγκη:	112 ή 199
Νοσοκομεία:	1400
Αστυνομία:	1499
Αστυνομία - γραμμή του πολίτη:	1460
Αναφορά Δασικών πυρκαγιών:	1407
Υπτηρ. ανταπόκρισης ναρκωτικών:	1410
Κεν. Άμεσης βοήθειας θυμάτων βίας:	1440
Α.Η.Κ. βλάβες:	1800
Α.Τ.Η.Κ. (CΥΤΑ) βλάβες:	80000197
Γραμμή Καταναλωτή	1429

Συμβουλές για διακοπές χωρίς παγίδες

Οι διακοπές μπορεί να είναι μια εξαιρετική εμπειρία, αλλά είναι σημαντικό να αποφύγετε τις παγίδες που μπορεί να τις χαλάσουν. Ακολουθούν μερικές συμβουλές για διακοπές χωρίς παγίδες:

1. Προετοιμασία και Σχεδιασμός

Έρευνα: Πραγματοποιήστε ενδελεχή έρευνα για τον προορισμό σας, συμπεριλαμβανομένων των αξιοθέατων, των τοπικών παραδόσεων και των κανόνων ασφαλείας.

Κρατήσεις: Κάντε κρατήσεις για διαμονή και δραστηριότητες εκ των προτέρων για να αποφύγετε δυσάρεστες εκπλήξεις και υπερβολικά κόστη της τελευταίας στιγμής.

Ασφάλιση: Εξετάστε το ενδεχόμενο να πάρετε ταξιδιωτική ασφάλιση για να καλύψετε απρόβλεπτες καταστάσεις όπως ακυρώσεις, ασθένειες ή απώλεια αποσκευών.

2. Προστασία από Απάτες

Αξιοπιστία: Επιλέξτε αξιόπιστους παρόχους υπηρεσιών για κρατήσεις ξενοδοχείων, μεταφορών και εκδρομών. Χρησιμοποιήστε γνωστές πλατφόρμες και διαβάστε κριτικές από άλλους ταξιδιώτες.

Συναλλαγές: Αποφύγετε να δίνετε προσωπικά ή οικονομικά στοιχεία σε μη ασφαλείς ιστοσελίδες ή μέσω email. Χρησιμοποιήστε ασφαλείς μεθόδους πληρωμής.



3. Υγεία και Ασφάλεια

Εμβόλια και Φάρμακα: Βεβαιωθείτε ότι έχετε κάνει τα απαραίτητα εμβόλια και έχετε μαζί σας τα φάρμακα που μπορεί να χρειαστείτε.

Τοπική Υγειονομική Περίθαλψη: Ενημερωθείτε για τα τοπικά νοσοκομεία και τις κλινικές, σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.

Ενυδάτωση και Προστασία από τον Ήλιο: Μην ξεχνάτε να πίνετε άφθονο νερό και να χρησιμοποιείτε αντηλιακό για να προστατευτείτε από την αφυδάτωση και τα ηλιακά εγκαύματα.

4. Ασφάλεια Προσωπικών Αντικειμένων

Συνειδητότητα: Να είστε πάντα προσεκτικοί με τα προσωπικά σας αντικείμενα. Χρησιμοποιή-

στε χρήσιμες αποθηκευτικές λύσεις όπως τσάντες με φερμουάρ και θυρίδες ασφαλείας στα ξενοδοχεία.

Αντίγραφα Εγγράφων: Κρατήστε αντίγραφα των σημαντικών εγγράφων, όπως διαβατήριό, ταυτότητα και ταξιδιωτική ασφάλιση.

5. Σεβασμός στο Περιβάλλον και την Κουλτούρα

Τοπικές Συνήθειες: Σεβαστείτε τις τοπικές παραδόσεις και πολιτιστικές συνήθειες. Μάθετε μερικές βασικές φράσεις στην τοπική γλώσσα για να διευκολύνετε την επικοινωνία.

Οικολογική Συνείδηση: Ακολουθήστε πρακτικές φιλικές προς το περιβάλλον, όπως η ανακύκλωση και η μείωση της κατανάλωσης πλαστικού.

SUDOKU

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

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Απλή συνταγή για Παγωτό Βανίλια



Το σπιτικό παγωτό βανίλια είναι μια κλασική απόλαυση που μπορείτε να φτιάξετε εύκολα. Ακολουθεί μια απλή συνταγή:

Υλικά:

500 ml κρέμα γάλακτος
500 ml γάλα πλήρες
200 γρ. ζάχαρη
1 βανίλια (ή 1 κουταλάκι του γλυκού εκχύλισμα βανίλιας)
5 κρόκοι αυγών

Εκτέλεση:

Ζεσταίνετε το γάλα και την κρέμα γάλακτος: Σε μια κατσαρόλα, ζεστάνετε το γάλα και την κρέμα γάλακτος σε μέτρια φωτιά, χωρίς να φτάσει σε βράση.

Προσθέστε τη βανίλια: Κόψτε τη βανίλια κατά μήκος και αφαιρέστε τους σπόρους. Προσθέστε τους σπόρους και τη ράβδο στο μείγμα γάλακτος και κρέμας.

Χτυπήστε τους κρόκους με τη ζάχαρη: Σε ένα μπολ, χτυπήστε τους κρόκους αυγών με τη ζάχαρη μέχρι το μείγμα να γίνει ανοιχτόχρωμο και κρεμώδες.

Συνδυάστε τα μείγματα: Ρίξτε σιγά-σιγά το ζεστό μείγμα γάλακτος στο μείγμα των αυγών, ανακατεύοντας συνεχώς.

Πυκνώστε την κρέμα: Επιστρέψτε το μείγμα στην κατσαρόλα και μαγειρέψτε σε χαμηλή φωτιά, ανακατεύοντας συνεχώς μέχρι να πήξει και να καλύψει το πίσω μέρος ενός κουταλιού.

Ψύξτε το μείγμα: Αφαιρέστε τη ράβδο βανίλιας και αφήστε το μείγμα να κρυώσει σε θερμοκρασία δωματίου. Στη συνέχεια, βάλτε το στο ψυγείο για τουλάχιστον 4 ώρες ή όλη τη νύχτα.

Παγώστε το παγωτό: Μεταφέρετε το μείγμα στην παγωτομηχανή και ακολουθήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή για το πάγωμα.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Σήμερα είναι μια καλή μέρα για να επικεντρωθείτε στις επαγγελματικές σας υποχρεώσεις. Η θετική ενέργεια θα σας βοηθήσει να επιτύχετε τους στόχους σας. Αφιερώστε χρόνο και στην προσωπική σας ζωή.

Ταύρος: Η μέρα προσφέρει ευκαιρίες για κοινωνικές επαφές και ενδυνάμωση των σχέσεων. Η υπομονή και η αποφασιστικότητα θα φέρουν καρπούς τόσο σε προσωπικό όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο.

Δίδυμοι: Επικεντρωθείτε στην επικοινωνία και στην ανταλλαγή ιδεών. Οι επαγγελματικές σας επαφές μπορεί να φέρουν νέες ευκαιρίες. Μην διστάσετε να εκφράσετε τα συναισθήματά σας στους κοντινούς σας ανθρώπους.

Fire	Aries	Leo	Sagittarius
Earth	Taurus	Virgo	Capricorn
Air	Gemini	Libra	Aquarius
Water	Cancer	Pisces	Scorpio

Καρκίνος: Οι προσωπικές σας σχέσεις βρίσκονται στο επίκεντρο σήμερα. Η ενέργεια της ημέρας σας βοηθά να κατανοήσετε βαθύτερα τους γύρω σας. Εκμεταλλευτείτε τη διαίσθησή σας για να λύσετε προβλήματα.

Λέων: Σήμερα θα νιώσετε την ανάγκη να αποδείξετε την αξία σας στους γύρω σας. Η αυτοπεποίθηση και η δημιουργικότητά σας θα σας βοηθήσουν να ξεχωρίσετε. Αποφύγετε εγωιστικές συμπεριφορές.

Παρθένος: Η μέρα προσφέρεται για οργανωτικές δραστηριότητες και επίλυση προβλημάτων. Η προσοχή σας στη λεπτομέρεια θα εκτιμηθεί από τους συνεργάτες σας. Φροντίστε την υγεία σας.

Ζυγός: Η κοινωνικότητά σας είναι αυξημένη και η ανάγκη για ισορροπία είναι έντονη. Εκμεταλλευτείτε τη θετική ενέργεια για να ενδυναμώσετε τις σχέσεις σας και να επιτύχετε τους στόχους σας.

Σκορπιός: Σήμερα είναι η μέρα για να εστιάσετε σε βαθύτερα συναισθηματικά ζητήματα. Η ειλικρίνεια και η ανοιχτή επικοινωνία θα σας βοηθήσουν να βρείτε λύσεις στα προβλήματα.



Τοξότης: Η ανάγκη για νέες εμπειρίες και περιπέτειες είναι έντονη. Αξιοποιήστε τις ευκαιρίες για ταξίδια και γνωριμίες με νέους ανθρώπους. Προσέξτε τις υπερβολές.

Αιγόκερως: Σήμερα θα νιώσετε την ανάγκη να ασχοληθείτε με επαγγελματικά ζητήματα. Η εργατικότητά σας θα φέρει αποτελέσματα. Μην ξεχνάτε να αφιερώνετε χρόνο και στην οικογένειά σας.

Υδροχόος: Η φαντασία και η δημιουργικότητά σας είναι στα ύψη. Εκμεταλλευτείτε τη διάθεσή σας για να ξεκινήσετε νέα έργα. Η κοινωνική σας ζωή ανθίζει.

Ιχθύες: Η είσοδος της Σελήνης στο ζώδιό σας φέρνει συναισθηματική ευαισθησία. Αφιερώστε χρόνο στον εαυτό σας και σε όσους αγαπάτε. Η εσωτερική γαλήνη είναι σημαντική σήμερα.

Υψηλού επιπέδου εκπαιδευτική ημερίδα της Ευρωπαϊκής Αρχής Εργασίας



Υψηλού επιπέδου εκπαιδευτική ημερίδα σχετικά με τη διαδικασία διαμεσολάβησης που ακολουθεί η Ευρωπαϊκή Αρχή Εργασίας (ΕΑΕ), πραγματοποιήθηκε στις 2 και 3 Ιουλίου, 2024 στο ξενοδοχείο Hilton, στη Λευκωσία.

Στόχος της Ευρωπαϊκής Αρχής Εργασίας ήταν η ενημέρωση για τη διαδικασία διαμεσολάβησης που ακολουθεί αλλά και για τους τρόπους αντιμετώπισης ζητημάτων κινητικότητας των εργαζομένων. Συζητήθηκαν επίσης οι ανάγκες και οι προσδοκίες από τις κυπριακές αρχές και τους κοινωνικούς εταίρους.

Ανάμεσα σε άλλα, οι αντιπρόσωποι της ΕΑΕ, τόνισαν ότι, όταν εθνικές αρχές διαφορετικών κρατών μελών έχουν διαφορετικές απόψεις σχετικά με μεμονωμένες περιπτώσεις εφαρμογής της νομοθεσίας της ΕΕ για την κινητικότητα του εργατικού δυναμικού ή τον συντονισμό των συστημάτων κοινωνικής ασφάλισης, τις οποίες δεν είναι σε θέση να επιλύσουν με άμεσες επαφές και διάλογο, τα εν λόγω κράτη μέλη μπορούν να ζητήσουν από την ΕΑΕ να κινήσει διαδικασία διαμεσολάβησης με σκοπό την εξεύρεση λύσης στο εν λόγω ζήτημα.

Η διαμεσολάβηση είναι εθελοντική διαδικασία με την οποία πρέπει να συμφωνήσουν όλα τα ενδιαφερόμενα κράτη μέλη πριν από τη συμμετοχή τους σε αυτήν. Τη διαδικασία διαμεσολάβησης διευκολύνει διαμεσολαβητής (κατά το πρώτο στάδιο) ή ομάδα εμπειρογνομόνων στον τομέα της κινητικότητας του εργατικού δυναμικού της ΕΕ (κατά το δεύτερο στάδιο). Η Γραμματεία Διαμεσολάβησης της ΕΑΕ στηρίζει τη διαδικασία στα διάφορα στάδια παρέχοντας υλικοτεχνική υποστήριξη και συνδρομή.

Η ΕΑΕ μπορεί να διευκολύνει την επίλυση όλων των διαφορών που αφορούν μεμονωμένες υποθέσεις μεταξύ των εθνικών αρχών δύο ή περισσότερων κρατών μελών και οι οποίες σχετίζονται με την εφαρμογή της νομοθεσίας της ΕΕ στους ακόλουθους τομείς: ελεύθερη κυκλοφορία των εργαζομένων, απόσπαση εργαζομένων, συντονισμός των συστημάτων κοινωνικής ασφάλισης και κοινωνικές πτυχές των διεθνών οδικών μεταφορών που εμπίπτουν στο πεδίο εφαρμογής της εντολής της ΕΑΕ.

Επιπλέον η ΕΑΕ μπορεί να προτείνει διαμεσολάβηση στα κράτη μέλη με δική της πρωτοβουλία. Οι διαφορές που προκύπτουν από τον μηχανισμό SOLVIT μπορούν επίσης να παραπέμπονται στην ΕΑΕ για διαμεσολάβηση. Η έναρξη διαδικασίας διαμεσολάβησης προϋποθέτει τη σύμφωνη γνώ-



μη όλων των κρατών μελών που εμπλέκονται στη διαφορά.

Ενδιαφέρον προκαλεί ότι στη Δανία και την Σουηδία, οι κοινωνικοί εταίροι (συνδικαλιστικές οργανώσεις) συμμετέχουν οπωσδήποτε στη διαδικασία διαμεσολάβησης ΕΑΕ.

Τονίστηκε δε, ότι η διαμεσολάβηση είναι μόνο μεταξύ των χωρών, αφορά ένα εθελοντικό μηχανισμό επίλυσης της διαφοράς και τα κράτη μέλη θα πρέπει πρώτα να είχαν απευθείας επικοινωνία μεταξύ τους. Και τα δύο στάδια της διαδικασίας διαμεσολάβησης έχουν σαφή ενδεικτικά χρονικά πλαίσια και ροές εργασιών, ενώ τα καθορίζει η ουδετερότητα, η αμεροληψία, η ειλικρινής συνεργασία και η εμπιστευτικότητα.

Η ΕΑΕ και η Κύπρος

Αξιοσημείωτη ήταν η ενημέρωση προς τους συμμετέχοντες ότι μεταξύ 10-16 Ιουνίου στην Κύπρο, τη Λιθουανία και τη Ρουμανία, πραγματοποιήθηκαν τρεις κοινές επιθεωρήσεις. Η δράση συντελέστηκε από επιθεωρητές εργασίας σε συνεργασία με λειτουργούς από τις αρχές κοινωνικής ασφάλισης και φορολογικές αρχές, καθώς και την αστυνομία. Παρατηρητές συμμετείχαν από το Βέλγιο, την Κροατία, τη Λιθουανία, την Ελλάδα και τη Λετονία. Οι ύποπτες παραβιάσεις στις τρεις κοινές επιθεωρήσεις αφορούσαν: αδήλωτη εργασία, νόμους για τον κατώτατο μισθό,

πληρωμή μισθού σε μετρητά και παραβιάσεις της ασφάλειας και υγείας στην εργασία.

Στην Κύπρο οι επιθεωρήσεις πραγματοποιήθηκαν στο ξενοδοχειακό τομέα, στην επαρχία Αμμοχώστου, όπου ελέγχθηκαν γύρω στις 45 εταιρείες HORECA. Εκδόθηκαν 10 ειδοποιήσεις με τα πρόστιμα να αναμένεται να ξεπεράσουν τις 86.000 ευρώ, ενώ υπήρχε επίσης χώρος για να ακουστεί η φωνή τόσο των εργαζομένων όσο και των εργοδοτών κατά τη διαδικασία της επιθεώρησης.

Επιπρόσθετα κατά τη διάρκεια της ημερίδας, παρουσιάστηκε η 1η ολοκληρωμένη και επιτυχημένη διαδικασία διαμεσολάβησης της ΕΑΕ στην ΕΕ και αφορούσε την Κύπρο. Η υπόθεση ήταν μεταξύ της Γερμανίας και της Κύπρου (case ELA, MED 1/22, Germany Vs Cyprus, 07/09/2022), και αφορούσε την καθυστέρηση προσκόμισης εγγράφων (DA1) για κοινωνική ασφάλιση από το Υπ. Υγείας της Κύπρου προς τις Γερμανικές Αρχές.

Στο διήμερο συνέδριο συμμετείχαν αντιπρόσωποι που προέρχονταν από κυπριακές αρχές, το γραφείο SOLVIT στην Κύπρο, καθώς και από τους κοινωνικούς εταίρους. Τη ΣΕΚ εκπροσώπησαν ο γενικός οργανωτικός **Πανίκος Αργυρίδης**, η υπεύθυνη για τα ευρωπαϊκά προγράμματα **Μαρία Χαϊλή** και ο υπεύθυνος Οικονομικών Μελετών **Γιώργος Πυρίσιης**.

Προειδοποιεί η Αστυνομία για διαδικτυακές απάτες που σχετίζονται με Τράπεζες

Ιδιαίτερη προσοχή συστήνει εκ νέου στο κοινό η Αστυνομία, αφού συνεχίζεται η διαδικτυακή απάτη που σχετίζεται με Τραπεζικά και Πιστωτικά Ιδρύματα.

Συγκεκριμένα οι πολίτες γίνονται λήπτες παραπλανητικών ενημερώσεων και μηνυμάτων, μέσω των οποίων τους ζητείται να επιβεβαιώσουν τα στοιχεία πρόσβασης και διάφορες πληροφορίες λογαριασμών που διατηρούν σε Τράπεζες ή Πιστωτικά Ιδρύματα.

Η επιβεβαίωση των στοιχείων γίνεται μέσω ηλεκτρονικού συνδέσμου (link) που συνδέει τους πολίτες σε πλαστές ιστοσελίδες που ομοιάζουν με τις ιστοσελίδες των Τραπεζικών/ Πιστωτικών Ιδρυμάτων.

Αποτέλεσμα είναι οι δράστες της απάτης να αποκτούν πρόσβαση στους τραπεζικούς λογαριασμούς των πολιτών μέσω διαδικτύου και να

αποσπούν μεγάλα χρηματικά ποσά από τους λογαριασμούς, μεταφέροντας τα χρήματα με εμβάσματα σε τράπεζες του εξωτερικού.

Το κοινό καλείται να είναι ιδιαίτερα προσεκτικό και να μην αποκαλύπτει σε κανένα πρόσωπο τα προσωπικά του στοιχεία και κωδικούς πρόσβασης των τραπεζικών του λογαριασμών, αφού κανένα Τραπεζικό/ Πιστωτικό ίδρυμα δεν θα ζητήσει ποτέ τους κωδικούς πρόσβασης πελατών του.

Οι πολίτες καλούνται επίσης να βεβαιώνονται ότι, οποιαδήποτε μηνύματα λαμβάνουν μέσω τηλεφώνου ή και μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mai), είναι αληθινά και πράγματι έχουν αποσταλεί από Τράπεζα ή Πιστωτικό Ίδρυμα όπου διατηρούν λογαριασμό, προτού προχωρήσουν σε οποιαδήποτε σύνδεση με ιστοσελίδα τέτοιων ιδρυμάτων μέσω ηλεκτρονικού συνδέσμου που αναφέρεται στα σχετικά μηνύματα.



Περαιτέρω θα πρέπει να βεβαιώνονται ότι η οποιαδήποτε ιστοσελίδα με την οποία έχουν συνδεθεί είναι η αυθεντική ιστοσελίδα της Τράπεζας/ Πιστωτικού Ιδρυματος με την οποία συνεργάζονται.

24 – 25 Αυγούστου η έναρξη του Κυπριακού Πρωταθλήματος

Η έναρξη του Πρωταθλήματος, του 86ου στην ιστορία του θεσμού, είναι προγραμματισμένη για το Σαββατοκύριακο 24 – 25 Αυγούστου 2024 ενώ το Σαββατοκύριακο στις 17 – 18 Μαΐου 2025 θα σφυρίζει η λήξη του.

Το Πρωτάθλημα θα διεξαχθεί με τη συμμετοχή 14 ομάδων σε δύο φάσεις και η πρώτη φάση θα ολοκληρωθεί στις 26 αγωνιστικές.

Στη συνέχεια οι έξι πρώτες ομάδες θα αγωνιστούν σε δύο γύρους (10 αγωνιστικές) για ανάδειξη της πρωταθλήτριας και οι υπόλοιπες οκτώ, θα αγωνιστούν σε ένα γύρο επτά αγωνιστικών και οι τρεις τελευταίες, θα υποβιβαστούν στη Β' Κατηγορία. Οι ομάδες μεταφέρουν στη Β' φάση τους βαθμούς που πήραν στην Α' φάση του Πρωταθλήματος.

Αναλυτικά το πρόγραμμα της πρώτης φάσης:

Αγωνιστική 1 (24.08.2024 – 25.08.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

Αγωνιστική 2 (31.08.2024 – 01.09.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs ΠΑΦΟΣ FC

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ

ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

Αγωνιστική 3 (14.09.2024 – 15.09.2024)

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

Αγωνιστική 4 (21.09.2024 – 22.09.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ

ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΠΑΦΟΣ FC

ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

Αγωνιστική 5 (28.09.2024 – 29.09.2024)

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ



ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Αγωνιστική 6 (05.10.2024 – 06.10.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΠΑΦΟΣ FC

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Αγωνιστική 7 (19.10.2024 – 20.10.2024)

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

Αγωνιστική 8 (26.10.2024 – 27.10.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΠΑΦΟΣ FC

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

Αγωνιστική 9 (02.11.2024 – 03.11.2024)

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ

ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

Αγωνιστική 10 (09.11.2024 – 10.11.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΠΑΦΟΣ FC

ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

Αγωνιστική 11 (23.11.2024 – 24.11.2024)

ΠΑΦΟΣ FC vs ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ

ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ

ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ

ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ

ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

Αγωνιστική 12 (30.11.2024 – 01.12.2024)

ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ vs ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ vs ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ vs ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ

ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ

ΠΑΦΟΣ FC vs ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ

Συνέχεια στην επόμενη έκδοση



Σημαντική εξέλιξη

Συλλογική Σύμβαση για πρώτη φορά στον κλάδο διανομής και ταχυμεταφορών
Αφορά 3000 εργαζόμενους

Υπογράφηκε την περασμένη εβδομάδα 4 Ιουλίου στο Τμήμα Εργασιακών Σχέσεων του υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, για πρώτη φορά, μετά από πολύμηνες διαπραγματεύσεις συλλογική σύμβαση εργασίας που καλύπτει σχεδόν 3000 εργαζόμενους στον κλάδο διανομής και ταχυμεταφορών.

Η διετής συλλογική σύμβαση εργασίας, προνοεί βελτίωση μισθών, ρύθμιση του ωραρίου εργασίας και άλλων παρεμφερών ωφελημάτων ενώ ειδικότερα ρυθμίζει σημαντικά ζητήματα για την ασφάλεια και υγεία στην εργασία.

Η ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ χαρακτηρίζει ως πολύ θετική εξέλιξη τη ρύθμιση των εργασιακών δικαιωμάτων των εργαζομένων στον συγκεκριμένο κλάδο, στον οποίο οι εργαζόμενοι δεν είχαν καμιά απολύτως κατοχύρωση.

Η σύναψη συλλογικής σύμβασης στον κλάδο θα είναι επωφελής τόσο για τους εργαζόμενους όσο και για τις επιχειρήσεις, γιατί κατά αυτόν τον τρόπο θα περιοριστεί ο αθέμιτος ανταγωνισμός, η αδήλωτη και παράνομη εργασία.

Η συμβολή του Τμήματος Εργασιακών Σχέσεων στη συνομιολόγηση της σύμβασης υπήρξε καθοριστική. Με κάθε σύναψη συλλογικής σύμβασης επανέρχεται η θέση της ΣΕΚ για την ανάγκη περαιτέρω επέκτασης και εδραίωσης των συλλογικών συμβάσεων ως τη μόνη οδό για την επίτευξη συνθηκών αξιοπρέπειας στην εργασία για όλους τους εργαζόμενους.

Η ευρωπαϊκή οδηγία που προνοεί την κάλυψη τουλάχιστον του 80% των εργαζομένων κάτω από συλλογικές συμβάσεις αναδεικνύει την υποχρέωση της πολιτείας να στοχεύσει την εφαρμογή σχεδίου δράσης που θα συμβάλει στην επίτευξη του στόχου.

Η ΣΕΚ καθορίζει τα όρια για την αναλογιστική αναπροσαρμογή του 12%

Η ΣΕΚ αξιολογώντας τα δεδομένα που διασυνδέονται με τη συνολική διαχείριση της αναλογιστικής αναπροσαρμογής του 12%, σε συνάρτηση με τον καθορισμό συνάντησης την ερχόμενη Παρασκευή 12 Ιουλίου στο υπουργείο Εργασίας, όπως και με δημόσιες δηλώσεις, για το συγκεκριμένο ζήτημα, του αρμόδιου υπουργού, η ΣΕΚ ξεκαθαρίζει τα ακόλουθα:

1. Στην τελική διευθέτηση θα πρέπει να διασυνδέεται η αναλογιστική μελέτη με την πολιτική προσέγγιση της αποκατάστασης για το σύνολο των επηρεαζόμενων συνταξιούχων.
2. Η ρύθμιση θα πρέπει να διασφαλίζει τη βιώσιμη ανάπτυξη του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων.
3. Η τελική διευθέτηση θα πρέπει να έχει δίκαιο και καθολικό χαρακτήρα στο πλαίσιο της φιλοσοφίας του συνταξιοδοτικού συστήματος, αυτής της αναλογιστικότητας και ανταποδοτικότητας.

Η ΣΕΚ διατηρεί την τεκμηριωμένη θέση και εισήγηση της για συνολική διευθέτηση για



το σύνολο των συνταξιούχων στο πλαίσιο και της μεταρρύθμισης του συνταξιοδοτικού συστήματος, χωρίς αποκλεισμούς και ρυθμίσεις που δημιουργούν συνταξιούχους διαφόρων ταχυτήτων.

ΣΕΚ: Το δημογραφικό ζήτημα αποτελεί πολυπαραγοντική απειλή

Με αφορμή την πρόσφατη συνεδρίαση του Εθνικού Φορέα Δημογραφικής Πολιτικής που εξετάζει τρόπους ενίσχυσης και εκσυγχρονισμού του, ώστε να μπορέσει να ανταποκριθεί με επάρκεια στις διαμορφούμενες προκλήσεις, η ΣΕΚ σε ανακοίνωση της επαναλαμβάνει ότι το δημογραφικό ζήτημα συνεχίζει να αποτελεί μια πολυπαραγοντική απειλή για τον κοινωνικό ιστό της χώρας μας.

Όπως επισημαίνεται τις επόμενες δεκαετίες αναμένεται ταχεία αύξηση του ποσοστού γήρανσης του πληθυσμού στις χώρες της ΕΕ, με αποτέλεσμα η σημαντική μείωση στο ποσοστό του ενεργού πληθυσμού να προκαλέσει τεράστια προβλήματα, στον κοινωνικό ιστό στην αγορά εργασίας και στα συστήματα κοινωνικών ασφαλίσεων, λόγω της αδυναμίας να ανταπεξέλθουν στη βάση των οικονομικών τους δεδομένων.

Για αυτό και θα πρέπει το δημογραφικό να αποτελέσει μέρος της συζήτησης για τη μεταρρύθμιση του Συνταξιοδοτικού Συστήματος, λαμβάνοντας υπόψη ότι στη βάση της τελευταίας αναλογιστικής μελέτης, μέχρι το 2080 διαφαίνεται πως δυο εργαζόμενοι θα χρειάζεται να επωμίζονται το βάρος της συντήρησης ενός συνταξιούχου.

Η ΣΕΚ τονίζει ότι η λύση του δημογραφικού προβλήματος μπορεί να αναζητηθεί μέσα στο πλαίσιο της επανασύστασης των κοινωνικών δομών, της δημιουργίας ενός πλέγματος κοινωνικής προστασίας που θα εγγυάται στον Κύπριο πολίτη ικανοποιητικό επίπεδο αξιοπρεπούς διαβίωσης, της προώθησης της ισότητας των φύλων στην εργασία, της διαχείρισης της μετανάστευσης και της ενίσχυσης της εκπαίδευσης με τρόπο ώστε να επιτυγχάνεται η σύζευξη του επαγγελματικού προσανατολισμού με τις πραγματικές ανάγκες στην αγορά εργασίας. Η ΣΕΚ εισηγείται επίσης τη λήψη μέτρων που θα στοχεύουν στην ενίσχυση των πολιτικών που αφορούν την οικογένεια, μεταξύ αυτών την παραχώρηση κινήτρων για δημιουργία δομών φροντίδας παιδιών πλησίον των χώρων εργασίας, παραχώρηση της γονικής άδειας με πλήρεις απολαβές, περαιτέρω επέκταση της άδειας μητρότητας και της άδειας πατρότητας, την περαιτέρω οικονομική ενίσχυση/επιχορήγηση των υπογόνιμων ζευγαριών όπως επίσης και την περαιτέρω στοχοποίηση στις πολιτικές συμφιλίωσης οικογένειας και εργασίας.

Παράλληλα θα πρέπει να δημιουργηθεί ένα ολιστικό πλαίσιο μεταναστευτικής πολιτικής, με στόχο την καλύτερη ενσωμάτωση των



μεταναστών στην οικονομική και κοινωνική ζωή της χώρας, την προσέλκυση αλλοδαπών υψηλής κατάρτισης από Τρίτες Χώρες, στο πλαίσιο πάντοτε της Στρατηγικής Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες και την εξασφάλιση σε αυτούς αξιοπρεπών συνθηκών εργασίας και διαμονής. Σημαντική πτυχή θα αποτελέσει και η προσπάθεια τιθάσευσης εκροών ντόπιου προσοντούχου δυναμικού, ώστε η Κύπρος να αξιοποιεί στην αγορά εργασίας τα δικά της ταλέντα.

Σε αυτή την προσπάθεια διαχείρισης των επιπτώσεων του δημογραφικού εφιάλτη οι Κοινωνικοί Εταίροι θα πρέπει να έχουν ουσιαστικό ρόλο, γνωρίζοντας ότι οι επιδράσεις του δημογραφικού, ποικίλουν και αποκτούν τη δική τους ξεχωριστή βαρύτητα, ειδικότερα όταν αφορούν ημικατεχόμενη πατρίδα, με την κατοχική δύναμη να διοχετεύει επιτηδευμένα παράνομους μετανάστες μέσω της πράσινης γραμμής με στόχο να προκαλεί προβλήματα στην Κυπριακή Δημοκρατία.

Αναμένουμε το συντομότερο οι προτάσεις που τέθηκαν από τη ΣΕΚ και άλλους φορείς για εκσυγχρονισμό του Φορέα να πάρουν σάρκα και οστά, ώστε χωρίς περαιτέρω χρονοτριβή να αρχίσει να παράγεται ουσιαστική δουλειά.

Τέλος η ΣΕΚ αναδεικνύει το γεγονός πως η πολιτική που παραπέμπει στην προώθηση εργαζομένων από Τρίτες Χώρες, χωρίς προϋποθέσεις και κριτήρια, μακριά από το πλαίσιο κοινωνικού διαλόγου, πλήττει την ομαλή λειτουργία της αγοράς εργασίας και των εργασιακών σχέσεων, υποβαθμίζει την Ευρωπαϊκή Πολιτική για ενίσχυση των δεξιοτήτων και αύξηση της παραγωγικότητας, ενώ ταυτόχρονα δημιουργεί κινδύνους σε σχέση με την ποιοτική αναβάθμιση συγκεκριμένων τομέων της οικονομίας.



Σχέδιο Κατάρτισης Μακροχρόνια Ανέργων σε Επιχειρήσεις/Οργανισμούς