

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ

Η επόμενη πρόκληση του κατώτατου μισθού



σελ.3

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

24η Επαρχιακή Συνδιάσκεψη Σωματίου Κυβερνητικών ΣΕΚ Λευκωσίας - Κερύνειας



σελ.14

ΕΙΔΗΣΗ

Επίσκεψη της ΣΕΚ στο Μέγαθρον Αγωνιστών της ΕΟΚΑ



σελ.16

Έφτασε η ώρα για τον κατώτατο μισθό

Ουσιαστική αύξηση που θα συμπεριλαμβάνει την ΑΤΑ και τη διασύνδεση του με την ωριαία απόδοση

Σε μια προσπάθεια ενίσχυσης των απολαβών των εργαζομένων αλλά και δικαιότερης κατανομής των εισοδημάτων η ΣΕΚ έχει αποστείλει την περασμένη Δευτέρα με τη δέουσα τεκμηρίωση και ανάλυση τις εισηγήσεις της σε ότι αφορά την αναπροσαρμογή του Εθνικού Κατώτατου Μισθού (ΕΚΜ), τόσο προς το αρμόδιο υπουργείο όσο και προς τα ανεξάρτητα μέλη της τεχνικής επιτροπής. Η ΣΕΚ από την αρχή της διαδικασίας ενώπιον της τεχνικής επιτροπής τόνισε την ανάγκη ουσιαστικής αύξησης του ΕΚΜ με ταυτόχρονη διασύνδεση του με την πορεία του πληθωρισμού στη βάση της πρόσφατης και μόνιμης συμφωνίας μεταξύ των κοινωνικών εταίρων για την ΑΤΑ, η οποία υπεγράφη στις 13 Νοεμβρίου 2025 στο Προεδρικό Μέγαρο. Την ίδια ώρα η ΣΕΚ έθεσε στο επίκεντρο τη διασύνδεση του ΕΚΜ με την ωριαία απόδοση σε μια προσπάθεια δικαιότερης απόδοσης του στη βάση των εβδομαδιαίων ωρών εργασίας.

Η ΣΕΚ μέσα από τις εισηγήσεις της υποστήριξε τη θέση ότι είναι απαραίτητη η διασύνδεση του ΕΚΜ με την ωριαία απόδοση αφού από τα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου αλλά και της Eurostat προκύπτει ότι υπάρχουν τομείς οικονομικής δραστηριότητας και επαγγέλματα όπου οι εβδομαδιαίες ώρες ξεπερνούν τις 45 ακόμα και τις 49 εβδομαδιαίως, ενώ σε ότι αφορά τους φρουρούς ασφαλείας το ωράριο καθορίζεται στις 40 και στις καθαρίστριες στις 42 ώρες.



Η ΣΕΚ στις γραπτές της εισηγήσεις τόνισε πως ο ΕΚΜ θα πρέπει να υπολογιστεί στη βάση διεθνών στατιστικών πρακτικών. Ο καθορισμός του θα πρέπει να κυμαίνεται μεταξύ 58% και 59% του εθνικού διάμεσου μισθού λαμβάνοντας υπόψη κυρίως τα τελικά δεδομένα του 2024 αλλά και τις εκτιμήσεις του 2025 ενώ για το τελικό ποσό του θα πρέπει να ληφθεί ξεχωριστά και επιπρόσθετα η απόδοση της ΑΤΑ.

Η ΣΕΚ ξεκαθαρίζει και υποδεικνύει πως εισαγωγή του ΕΚΜ δεν έχει επηρεάσει αρνητικά ούτε την αγορά εργασίας, ούτε την κερδοφορία των επιχειρήσεων, ούτε επιδείνωσε την ανταγωνιστικότητα της κυπριακής οικονομίας. Αντιθέτως, αυτό το οποίο πρέπει να γίνει κατανοητό είναι πως η ουσιαστική αύξηση του ΕΚΜ, η διασύνδεση του με τον πληθωρισμό και την ωριαία απόδοση θα ενισχύσουν τις απολαβές των εργαζομένων υποβοηθώντας στη μείωση του ποσοστού φτώχειας

ανάμεσα στους εργαζομένους μέσω και της δικαιότερης κατανομής των εισοδημάτων, στόχους τους οποίους θέτει και η ίδια η Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω της Οδηγίας για την επάρκεια των μισθών. Η υλοποίηση αυτού του στόχου γίνεται ακόμα πιο επιβεβλημένη ιδιαίτερα σε μια χρονική περίοδο όπου η Ευρωπαϊκή Επιτροπή θέτει ψηλά στην ατζέντα της το ζήτημα της δημιουργίας ποιοτικών θέσεων εργασίας αλλά και της καταπολέμησης της φτώχειας.

Σε μια χρονική περίοδο όπου οι επιχειρήσεις καταγράφουν θεαματική άνοδο στην κερδοφορία ως προς το ΑΕΠ (η οποία να σημειωθεί συνεχίζει να είναι αμείωτη εδώ και αρκετά χρόνια) ενώ την ίδια ώρα οι απολαβές των εργαζομένων ως προς το ΑΕΠ παρουσιάζονται μειωμένες σε σύγκριση με το 2010 είναι προφανές ότι η ουσιαστική αύξηση του Εθνικού Κατώτατου Μισθού θα είναι υποβοηθητική στο να αυξηθούν οι μισθοί στο σύνολο της οικονομίας.

Προσοχή και προστασία των καταναλωτών για αποφυγή των επιτήδειων κερδοσκόπων

Καθώς προσεγγίζουμε την περίοδο των Χριστουγέννων και οι δαπάνες αυξάνονται είναι σημαντικό οι καταναλωτές να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί με τις αγορές τους. Είναι ακριβώς αυτή την περίοδο που ορισμένες επιχειρήσεις θα προσπαθήσουν να αισχροκερδήσουν εις βάρος των καταναλωτών και των εργαζομένων είτε μέσω παραπλανητικών προσφορών είτε μέσω αύξησης των τιμών σε προϊόντα και υπηρεσίες.

Οι καταναλωτές θα πρέπει να είναι υποψιασμένοι, να ρωτούν, να προβαίνουν στην απαραίτητη έρευνα αγοράς ώστε να μην πέφτουν θύματα αισχροκερδείας. Ταυτόχρονα, οι αρμόδιες αρχές θα πρέπει να προβαίνουν σε εντατικούς και απαραίτητους ελέγχους, να ενημερώνουν τους καταναλωτές και να επιβάλλουν εκεί που πρέπει τις αναγκαίες ποινές. Η ΣΕΚ πάντοτε προσέγγιζε το θέμα της προστασίας των κατα-

ναλωτών με ιδιαίτερο ενδιαφέρον και προσοχή. Οι καταναλωτές και κατ' επέκταση οι εργαζόμενοι πρέπει να προστατεύονται, να απαιτούν και να ενημερώνονται για τα καταναλωτικά δικαιώματά τους. Παράλληλα, σε μια εποχή εκτόξευσης των διεθνών διαδικτυακών αγορών οι καταναλωτές θα πρέπει να είναι ακόμα πιο διαβασμένοι και να λαμβάνουν τα απαραίτητα μέτρα προστασίας.

Τους τελευταίους μήνες έχουν εφαρμοστεί μέτρα και πολιτικές όπως το e-kalathi τα οποία ασφαλώς η ΣΕΚ χαιρέτισε από την πρώτη στιγμή καθώς ενισχύουν τη διαφάνεια στις τιμές των καταναλωτικών αγαθών, δίδουν το απαραίτητο περιθώριο στους καταναλωτές να συγκρίνουν τιμές και να αποφασίζουν τι τους συμφέρει καλύτερα. Ωστόσο, όπως γίνεται αντιληπτό αυτό το μέτρο δεν θα λύσει το ζήτημα της ανόδου των τιμών σε σειρά προϊ-

ντων και υπηρεσιών. Το πραγματικό όπλο στα χέρια των καταναλωτών είναι η οικοδόμηση κουλτούρας καταναλωτή γιατί μόνο έτσι θα είναι σε θέση οι καταναλωτές να απαιτούν και να διεκδικούν τα συμφέροντά τους. Σημαντικό ρόλο για αυτό έχει να διαδραματίσει το αρμόδιο υπουργείο και η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή. Η αρμόδια υπηρεσία του κράτους είναι σε θέση να εφαρμόζει τους απαραίτητους μηχανισμούς ελέγχου και εποπτείας και έχει τη δυνατότητα επιβολής χρηματικών ποινών σε όσες επιχειρήσεις παραβιάζουν τους κανόνες. Οι καταναλωτές δεν είναι έρμαιο στα χέρια της οποιασδήποτε επιχείρησης θέλει να αισχροκερδήσει εις βάρος τους και γι' αυτό θα πρέπει να ελέγχουν τις τιμές, τις όποιες προσφορές και σίγουρα την ποιότητα των προϊόντων διασφαλίζοντας παράλληλα την ασφάλεια και την υγεία των ιδίων και των οικογενειών τους.

Επίσκεψη της ΣΕΚ στο Μέγαθρον Αγωνιστών της ΕΟΚΑ

Πολυετής η προσφορά του προς τους αγωνιστές, τις οικογένειές τους και το κοινωνικό σύνολο

Ριζώνει η προσωρινή απασχόληση ανάμεσα σε χιλιάδες εργαζομένους

Η Κύπρος δυστυχώς πάνω από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο

Για το συνδικαλιστικό κίνημα τα πράγματα είναι απλά

Καμία δημόσια σύμβαση, χωρίς συλλογική σύμβαση

Αύξηση ποινών για επιθέσεις σε νοσηλευτές, μαίες και ιατρούς

Χαιρετίζει τη ψήφιση του νόμου η Ο.Υ.Υ.Κ. - Σ.Ε.Κ.

Τώρα είναι η ώρα για ενίσχυση των συντάξεων

Και επέκταση του δεύτερου πυλώνα, τα Ταμεία Προνοίας

Ιδιαίτερη ανησυχία προκαλεί η εισοδηματική ανισότητα των φύλων

Ανάγκη υιοθέτησης της οδηγίας για τη διαφάνεια των μισθών

Καλή και παραγωγική να είναι η θητεία των νέων υπουργών

Η ΣΕΚ είναι έτοιμη για ουσιαστική συνεργασία και προώθηση κοινωνικά δίκαιων πολιτικών

Η δημιουργία ποιοτικών θέσεων εργασίας ψηλά στην ευρωπαϊκή ατζέντα

Η Κύπρος δεν μπορεί και δεν πρέπει να απουσιάζει

Φοροελαφρύνσεις με γνώμονα την οικογένεια και τη στέγαση

Η ΣΕΚ κατέθεσε προτάσεις για αύξησή τους στο πλαίσιο της μεταρρύθμισης

Ωρα για ουσιαστική βελτίωση του Κατώτατου Μισθού

Απαραίτητη η διασύνδεσή του και με την ωριαία απόδοση

Να μην γίνουν οι καταναλωτές έρμαιο στα χέρια επιτήδειων

Ενόψει Χριστουγέννων θα πρέπει να είναι όλοι ιδιαίτερα προσεκτικοί

Η ΣΕΚ εκπροσώπησε τους Κύπριους εργαζομένους στο ESF+ στην Κοπεγχάγη

Στόχος μας η ενίσχυση των ποιοτικών θέσεων εργασίας

Οι ποιοτικές θέσεις εργασίας δεν είναι απλό σύνθημα αλλά ευρωπαϊκή πλέον δράση

Του Γιώργου Πυρίσιη*

Η πρόσφατη ευρωπαϊκή δράση για την Ποιότητα στην Αγορά Εργασίας όπως αποφασίστηκε στις 4 Δεκεμβρίου 2025 από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή αναδεικνύει τις προτεραιότητες της ίδιας της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) σε σχέση με τη δημιουργία ποιοτικών και αξιοπρεπών θέσεων εργασίας αλλά και την ανάγκη όπως τα ίδια τα κράτη μέλη της ΕΕ δώσουν έμφαση στην ποιοτική αναβάθμιση της αγοράς εργασίας.

Ως συνδικαλιστικό κίνημα είχαμε θέσει ψηλά στην ατζέντα των προτεραιοτήτων μας την ανάγκη αναβάθμισης των όρων απασχόλησης μέσα από αξιοπρεπείς αμοιβές, επέκταση και ενίσχυση των συλλογικών συμβάσεων, επέκταση του δεύτερου πυλώνα του συνταξιοδοτικού συστήματος που αφορά τα ταμεία προνοίας, την ενδυνάμωση των δικαιωμάτων των εργαζομένων και το δικαίωμα των εργαζομένων να συμμετοχή σε προγράμματα εκπαίδευσης και κατάρτισης κατά τη διάρκεια της απασχόλησης

τους χωρίς οποιοδήποτε κόστος για τους εργαζόμενους. Με βάση τα στοιχεία και εάν ληφθούν υπόψη οι πιο πάνω παράμετροι, είναι ξεκάθαρο πως στην Κύπρο υστερούμε σε ότι αφορά τις ποιοτικές θέσεις εργασίας. Για παράδειγμα σε σχέση με τις απολαβές των εργαζομένων αυτές βρίσκονται στο 44.1% του ΑΕΠ την ώρα μάλιστα που ο μέσος όρος στα κράτη μέλη της Ευρωζώνης, είναι στο 48.3%. Δυστυχώς, η φθίνουσα πορεία απολαβών των εργαζομένων ως προς το



ΑΕΠ στην κυπριακή αγορά είναι διαχρονική την ώρα μάλιστα που η κερδοφορία των επιχειρήσεων είναι από το 2010 μέχρι και το 2024 είναι ανοδική.

Επιπλέον σημείο το οποίο καταδεικνύει πως υπάρχει επιδείνωση τα τελευταία χρόνια σε σχέση με τις ποιοτικές θέσεις εργασίας στη χώρα μας είναι δυστυχώς η αύξηση του ποσοστού των εργαζομένων οι οποίοι απασχολούνται κάτω από το καθεστώς προσωρινής εργασίας. Ενδεικτικά να αναφέρουμε πως το πρώτο τρίμηνο του 2019 οι εργαζόμενοι οι οποίοι απασχολούνται υπό καθεστώς προσωρινής εργασίας ήταν 42.540 ή ποσοστό επί του συνόλου των απασχολούμενων 12% ενώ στις αρχές του 2025 ο αριθμός ανήλθε σε 71.008 ή ποσοστό 15% επί του συνόλου. Το ποσοστό αυτό είναι υψηλότερο από τον μέσο ευρωπαϊκό όρο του 13%. Δηλαδή, παρά το γεγονός ότι η απασχόληση τα τελευταία χρόνια αυξήθηκε θα πρέπει να έχουμε υπόψη μας ότι και η προσωρινή απασχόληση παρουσιάζει άνοδο με ότι αυτό συνεπάγεται για την εργασιακή επισφάλεια. Αυτό πρέπει να κτυπάει καμπανάκι σε όλους.

Τέλος, να σημειώσουμε ότι και

στο θέμα της συμμετοχής στην εκπαίδευση και κατάρτιση η χώρα μας στο σύνολο των απασχολούμενων και στο σύνολο της οικονομίας είναι κάτω από τον μέσο ευρωπαϊκό όρο. Παρά το γεγονός ότι υπήρξε πρόοδος τα τελευταία τρία έτη, τα στοιχεία της Eurostat μας κατατάσσουν κάτω από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο. Επομένως, ως συνδικαλιστικό κίνημα υποστηρίζουμε ότι η ευρωπαϊκή δράση για ποιοτικές θέσεις εργασίας στα κράτη μέλη θα πρέπει να ενισχυθεί και να λειτουργήσει ως συμπληρωματική της Οδηγίας για την επάρκεια των μισθών η οποία καθορίζει όχι μόνο τις παραμέτρους αλλά και τον τρόπο υλοποίησης των στόχων οι οποίοι θα πρέπει να περιλαμβάνουν επέκταση των συλλογικών συμβάσεων, μέσα από την κατάρτιση σχεδίου δράσης από τις κυβερνήσεις των κρατών μελών. Η Κύπρος είναι δυστυχώς η μόνη χώρα η οποία δεν έχει μεταφέρει μέχρι στιγμής στο εθνικό δίκαιο την ευρωπαϊκή οδηγία ούτε έχει καταρτίσει σχέδιο δράσης για επέκταση των συλλογικών συμβάσεων όπως οφείλει να πράξει στη βάση και της πρόσφατης απόφασης του

Υπεύθυνος Τμήμα Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

“ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ”

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

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



ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2025

Τετάρτη 10 Δεκεμβρίου	Πέμπτη 11 Δεκεμβρίου	Παρασκευή 12 Δεκεμβρίου	Σάββατο 13 Δεκεμβρίου	Κυριακή 14 Δεκεμβρίου	Δευτέρα 15 Δεκεμβρίου	Τρίτη 16 Δεκεμβρίου
Μαρτύρων Μηνά του Αθηναίου Ερμολόγου επισκόπου Αλεξανδρείας και Ευγράφου, Γεμέλλου του πολυάθλου και Θεοτέκνου πρεσβυτέρου	Μαρτύρων Αιθαλά και Ακεψεί	Αγίου Σπυρίδωνος	Αγίου Ευστρατίου Αυξεντίου Ευγενίου Μαρδάρου και Ορέστη μαρτύρων	Κυριακή των Προπατέρων, Αγίου Αρριανού του ηγεμόνου, Αγίου Λευκίου	Ελευθερίου ιερομάρτυρος και Ανθίας της μητρός	Αγίας Θεοφανούς της θαυματουργού, Αγίου Μοδέστου πατριάρχου Ιεροσολύμων

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

Οι επενδύσεις, η ποιοτική απασχόληση και η προσιτή κατοικία, αποτελούν βασικούς πυλώνες για θετική πορεία της οικονομίας

Η επόμενη πρόκληση του κατώτατου μισθού

Σύμφωνα με την πρόσφατη Τριμερή Κοινωνική Σύνοδο για την ανάπτυξη και την απασχόληση, η βασική συνιστώσα που αφορά την ενίσχυση της ΕΕ στον μεταβαλλόμενο κόσμο, διασυνδέεται με την ανταποδοτικότητα των στοχευμένων πολιτικών προς τους εργαζόμενους και τις επιχειρήσεις.

Η παρέμβαση του Γενικού Γραμματέα της ΣΕΚ στη συγκεκριμένη Σύνοδο, ως εκπρόσωπος των εργαζομένων στην Κύπρο, εστίασε κυρίως σε αυτές τις παραμέτρους, ως βασικές συνιστώσες υγιούς οικονομικής ανάπτυξης και επίτευξης του στόχου της κοινωνικής συνοχής.

Η περίοδος αυτή χαρακτηρίζεται από προκλήσεις και αλλαγές που επισυμβαίνουν με έντονα γρήγορους και απρόβλεπτους ρυθμούς, τόσο σε σχέση με τις τεχνολογικές, όσο και με τις κλαδικές μεταβάσεις σε σχέση με την απασχόληση, οι οποίες γίνονται πιο εμφανείς λόγω των έντονων διαφοροποιήσεων στις τιμές της ενέργειας, όπως και των γεωπολιτικών και εμπορικών αλλαγών και εντάσεων.



Ανδρέας Φ. Μάτσας
Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

Η ισόρροπη ανάπτυξη, προϋποθέτει επενδύσεις στην καινοτομία, στην τεχνολογία και στους εργαζόμενους, ως οι κινητήριες δυνάμεις για αύξηση της παραγωγικότητας. Προς αυτή την κατεύθυνση είναι σημαντική και η αξιολόγηση των αλλαγών που έχουν επέλθει σε συγκεκριμένους τομείς οικονομικής δραστηριότητας, όπως είναι η μεταποίηση, έτσι ώστε να σχεδιαστεί η

στратηγική ενίσχυσης της αγοράς εργασίας και έγκαιρης καθοδήγησης των εργαζομένων, μέσα και από στοχευμένα προγράμματα κατάρτισης και επανακατάρτισης για ενίσχυση των επαγγελματικών δεξιοτήτων.

Παράλληλα, σημειώνεται πως η αύξηση της παραγωγικότητας βασίζεται στις επενδύσεις μέσα από μια ολοκληρωμένη βιομηχανική πολιτική, στην καινοτομία, στις ποιοτικές θέσεις εργασίας, στην κατάρτιση, στις δημόσιες υπηρεσίες και στις υποδομές, υπό την προϋπόθεση πως δεν θα εφαρμοστούν εις βάρος των μισθών ή υποβαθμίζοντας τα υποστηρικτικά μέτρα για την απασχόληση.

Σε αυτό το πλαίσιο, αναδεικνύεται η επιτακτική ανάγκη για ενίσχυση της προσβασιμότητας, της συμμετοχής και των παρεχόμενων δυνατοτήτων αξιοποίησης των προγραμμάτων κατάρτισης, όπως καταγράφεται και στην Έκθεση Ντράγκι (Draghi report), ενισχύοντας τις δεξιότητες των εργαζομένων. Η Κύπρος βρίσκεται πολύ πιο πίσω από τον μέσο όρο της ΕΕ, ενώ σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία για το 2025, η Κύπρος κατατάσσεται στην 16η θέση των 27 και μακριά από την υλοποίηση του ελάχιστου στόχου που τίθεται από το Σχέδιο Δράσης του Ευρωπαϊκού Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων για συμμετοχή του 60% του συνόλου των εργαζομένων σε προγράμματα κατάρτισης κάθε χρόνο.

Ο σχεδιασμός μιας συγκροτημένης στρατηγικής που θα δημιουργεί και θα προστατεύει την ποιοτική απασχόληση σε κλαδικό επίπεδο, ενισχύοντας τη δυνατότητα ομαλής μετάβασης στα νέα δεδομένα, θα πρέπει να αποτελέσει επιπρόσθετη προτεραιότητα. Προς αυτή την κατεύθυνση, είναι εξίσου σημαντική η δημιουργία ταμείου στήριξης των επιχειρήσεων και της ποιοτικής απα-



σχόλησης, σε περιόδους κρίσεων ή ανατροπών (στη βάση της δημιουργίας του Προγράμματος Sure), όπως επίσης και της προώθησης της συλλογικής διαπραγμάτευσης ως στοιχείο ενίσχυσης της ομαλής ανάπτυξης και της δημιουργίας συνθηκών ενίσχυσης της εργατικής ειρήνης.

Αναντίλεκτα, η ομαλή μετάβαση και η ανάπτυξη, διασυνδέονται με την ενίσχυση της ποιότητας και της αξιοπρέπειας στην εργασία μέσω και της ουσιαστικής βελτίωσης των μισθών και των συνθηκών εργασίας, της αναβάθμισης των επιπέδων ασφάλειας και υγείας στο περιβάλλον εργασίας και την προώθηση της ποιοτικής κατάρτισης, μέσα και από την επέκταση της εφαρμογής των συλλογικών συμβάσεων.

Η πρόσφατη δήλωση της Προέδρου της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, αναδεικνύει και επιβεβαιώνει αυτή την ανάγκη, ως απότοκο και της εκτόξευσης του κόστους ζωής και της επιβεβλημένης στήριξης των βασικών παραμέτρων που συνθέτουν την κοινωνική δικαιοσύνη και συνοχή.

Η πρόσφατη δικαστική δικαίωση της Οδηγίας για τον Ευρωπαϊκό Κατώτατο Μισθό και την επάρκεια των μισθών θα πρέπει να αξιοποιηθεί για επέκταση των συλλογικών συμβάσεων, ενίσχυση των μισθών και των παρεμφερών ωφελημάτων, όπως και την άρση της επαγγελματικής επισφάλειας, των ανισοτήτων και του αθέμιτου ανταγωνισμού ανάμεσα σε επιχειρήσεις. Σύμφωνα με τα επίσημα Ευρωπαϊκά στοιχεία, η Κύπρος βρίσκεται στην 20η θέση αβεβαιότητας των εργαζομένων ως προς την πιθανότητα απώλειας της εργασίας στους επόμενους 6 μήνες, και στη 17η θέση ως προς τον φόβο της ανεπιθύμητης διαφοροποίησης της κατάστασης της απασχόλησης. Ως εκ τούτου, θα πρέπει αμέσως να κατατεθεί στη Βουλή το νομοσχέδιο που διασυνδέεται με τις πρόνοιες της Οδηγίας, όπως επίσης και ο σχεδιασμός της στρατηγικής που θα διασφαλίσει την υλοποίηση του στόχου της κάλυψης του 80% της αγοράς εργασίας, με συλλογικές συμβάσεις. Επιβάλλεται επίσης, χωρίς άλλη χρονοτριβή, η διασύνδεση των δημοσίων συμβάσεων με την προϋπόθεση της εφαρμογής συλλογικών συμβάσεων. Η επόμενη πρόκληση αφορά τη δυνατότητα, αλλά και την ανάγκη, ενίσχυσης του κατώτατου μισθού στην Κύπρο, με δεδομένο το γεγονός πως, η όλη διαδικασία βρίσκεται σε εξέλιξη με ορίζοντα κατάληξης και έκδοσης του Διατάγματος μέχρι το τέλος του τρέχοντος μηνός. Η σημαντική αύξηση του διαμέσου μισθού, τόσο κατά το 2024 όσο και σε σχέση με την πρόβλεψη για το 2025, δημιουργούν τη δυνατότητα αλλά και την υποχρέωση για ουσιαστική βελτίωση του κατώτατου μισθού. Υπενθυμίζεται πως, τόσο κατά τη θέσπιση του κατώτατου μισθού, όσο και κατά την αναθεώρησή του πριν από δύο χρόνια, το ποσο-

στό που λήφθηκε υπόψη ήταν το 58.5% των τότε διάμεσων μισθών.

Σημειώνεται επίσης πως, η Κύπρος βρίσκεται στην 13η θέση ανάμεσα στα 22 κράτη μέλη που εφαρμόζουν κατώτατο μισθό, ενώ στη βάση της αγοραστικής δύναμης του κατώτατου μισθού, η Κύπρος βρίσκεται στη 15η θέση, με περιθώρια βελτίωσης λόγω και του γεγονότος πως, για πρώτη φορά θα προστεθεί στο ύψος του κατώτατου μισθού και η ΑΤΑ, ως απότοκο της πρόσφατης μόνιμης διευθέτησης του θεσμού.

Τέλος, σε ότι αφορά τον κατώτατο μισθό, ο οποίος διασυνδέεται και με τη βελτίωση της ποιότητας στην απασχόληση, όπως και με τη δυνατότητα βελτίωσης των συνταξιοδοτικών ωφελημάτων, θα πρέπει να διασυνδεθεί και με την ωριαία του απόδοση, λαμβάνοντας υπόψη τις διαφορετικές ώρες εργασίας των επαγγελματικών κλάδων που επηρεάζονται από τον κατώτατο μισθό.

Παράλληλα, η Πράξη για την Ποιοτική Απασχόληση (Quality Job Act) θα πρέπει να συμπεριλάβει συγκεκριμένες Οδηγίες για τη διασφάλιση της δίκαιης μετάβασης, ρύθμιση της τεχνητής νομοσύνης, αποτροπή των ψυχοκοινωνικών και επιβαρυντικών κινδύνων στην εργασία, τη ρύθμιση των υπεργολαβιών και τη διασφάλιση του δικαιώματος της αποσύνδεσης στην τηλεργασία. Το γεγονός πως, ο κατώτατος μισθός, με βάση τα επίσημα Ευρωπαϊκά στοιχεία αναλώνεται κατά 65% για σκοπούς στέγασης, σε συνάρτηση με το συνεχώς αυξανόμενος κόστος για απόκτηση ή ενοικίαση κατοικίας, επιβάλλει τον σχεδιασμό ολοκληρωμένης στεγαστικής πολιτικής.

Το δικαίωμα σε επαρκή, αξιοπρεπή και οικονομικά προσιτή στέγη αποτελεί προτεραιότητα που διασυνδέεται με την αξιοπρέπεια στη ζωή. Το επερχόμενο Ευρωπαϊκό Σχέδιο για προσιτή κατοικία (European Affordable Housing Plan), και το οποίο αποτελεί μία από τις προτεραιότητες της Κυπριακής Προεδρίας του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου, θα πρέπει να αξιοποιηθεί ως ένα σημαντικό εργαλείο, με τη συμμετοχή και συνδρομή των κοινωνικών εταίρων.

Αυτή η προσπάθεια και στόχευση, θα μπορεί να υλοποιηθεί καλύτερα, μέσω της βελτίωσης του κατώτατου μισθού, ενώ παράλληλα, θα πρέπει να ενισχυθεί η κρατική στήριξη της κοινωνικής στέγασης και να προωθηθεί η συνεργασία ανάμεσα σε δημόσιο και ιδιωτικό τομέα για την υλοποίηση στεγαστικών έργων με κοινωνικό προσανατολισμό, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στα νεαρά ζευγάρια.

Η αξιοποίηση του ρόλου των κοινωνικών εταίρων και του θεσμικού πλαισίου του κοινωνικού διαλόγου, θα οριοθετήσει τη δυνατότητα δημιουργίας συνθηκών ισόρροπης και κοινωνικά δίκαιης ανάπτυξης.

Πώληση χριστουγεννιάτικων δέντρων από το Τμήμα Δασών

Μέχρι την Παρασκευή 19 Δεκεμβρίου το Τμήμα Δασών θα πωλεί στο κοινό χριστουγεννιάτικα δέντρα.

Όπως αναφέρεται σε ανακοίνωση του Τμήματος Δασών, τα δέντρα που θα διατεθούν προέρχονται από αραιώσεις δασικών φυτειών στα πλαίσια δασοκομικών χειρισμών, που γίνονται με σκοπό τη βελτίωση των συνθηκών ανάπτυξης και μείωσης του ανταγωνισμού στις δασικές φυτείες.

Η πώληση των χριστουγεννιάτικων δέντρων από τα κέντρα πώλησης, θα γίνεται μόνο κατά τις εργάσιμες μέρες (Δευτέρα - Παρασκευή) και ώρες (08:00 - 14:30).

Τα χριστουγεννιάτικα δέντρα θα διατίθενται προς πώληση στους Δασικούς Σταθμούς Αθαλάσσας (22403749), Λάρνακας (24818108), Δεκέλειας (24723432), Φασουρίου (25952120), Λεμεσού (25872306), Παρεκκλησιάς (25636010), Πάφου/

Γεροσκήπου (26306266), Παλιάς (26812730), Παναγιάς (26817416) και Πλατανιών (26817416).

Το Τμήμα Δασών υπενθυμίζει ότι η υλοτομία, η κατοχή και η μεταφορά χριστουγεννιάτικων δέντρων χωρίς τη σχετική άδεια του Τμήματος Δασών αποτελεί, σύμφωνα με τον «Περί Δασών Νόμο του 2012», αδίκημα που τιμωρείται με πρόστιμο μέχρι €5.000 ή φυλάκιση μέχρι ένα χρόνο ή και τις δύο ποινές μαζί.

Ως εκ τούτου, το Τμήμα Δασών προτρέπει τους ιδιώτες ιδιοκτήτες δέντρων να εξασφαλίζουν εκ των προτέρων τις αναγκαίες άδειες υλοτομίας και μεταφοράς και να τις παρουσιάζουν όταν τους ζητηθούν από Λειτουργούς του Τμήματος Δασών για έλεγχο. Παράλληλα, πριν μεταφέρουν τα δέντρα από τους τόπους υλοτομίας θα πρέπει να μεριμνούν για το σφράγισμα τους, στο κάτω μέρος (εγκάρσια τομή) με σφραγίδα του Τμή-



ματος Δασών απευθυνόμενοι στον πλησιέστερο δασικό σταθμό.

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 29/09/2025.

Εξετάζονται οι περιπτώσεις όσων ήδη λαμβάνουν επίδομα ανεργίας το οποίο αφορά την περίοδο ανεργίας Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2025.

2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Ιανουάριο του 2025. 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 Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2025

4. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου 2025, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2025, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2025.

7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ: Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Δεκεμβρίου 2024 - Ιανουαρίου 2025.

8. ΘΕΣΜΟΘΕΤΗΜΕΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Αυγούστου 2025.

9. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Ιούλιο 2025.

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



Σεπτεμβρίου 2025.

Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2025.

11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χηρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2025.

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 Σεπτεμβρίου 2025.

Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2025.

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 Σεπτεμβρίου 2025.

12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2025

13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 04/11/2025.

Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν τον μήνα Νοέμβριο του 2025

14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που έχουν αναμενόμενο τοκετό στις 10/11/2025.

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

υποβληθούν όλα τα απαραίτητα έγγραφα.

15. ΕΠΙΔΟΜΑ ΠΑΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 22/09/2025.

16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2025

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 1958-1962.

Σύνταξη Ανικανότητας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου 2024.

Σύνταξη Χηρείας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

Επίδομα Ορφάνιας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

18. Ποινικές Υποθέσεις: Τον Οκτώβριο 2025 εκκρεμούσαν 5013 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2741 αφορούν εργοδότες και οι 2272 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

Ο Γενικός Γραμματέας της ΠΕΣΥΣ - ΣΕΚ, Μιχάλης Ρώσσης, δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» ότι το Σωματείο Συνταξιούχων ΠΕΣΥΣ - ΣΕΚ, με υπευθυνότητα και συνέπεια, βρίσκεται στη διάθεση των συνταξιούχων για κάθε βοήθεια και εξυπηρέτηση που αφορά αιτήσεις συντάξεων και επιδομάτων. Για οποιαδήποτε στήριξη στα πιο πάνω θέματα, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν στα τηλέφωνα 96621070 και 22849716.

Έκτακτο Χριστουγεννιάτικο Δώρο 2025

Ποιοι οι δικαιούχοι και πότε θα καταβληθεί

Το Υπουργείο Κοινωνικής Πρόνοιας ανακοινώνει το έκτακτο Χριστουγεννιάτικο Δώρο 2025 και όλα τα κύρια επιδόματα άρχισαν να καταβάλλονται από σήμερα 10 Δεκεμβρίου.

Συγκεκριμένα, σήμερα θα καταβληθεί το επίδομα τέκνου, το μηνιαίο επίδομα μονογονεϊκής οικογένειας και το κατά χάριν μηνιαίο χορήγημα σε βετεράνους και χήρες βετεράνων του Β' Παγκοσμίου Πολέμου.

Στις 12 Δεκεμβρίου θα καταβληθεί το ΕΕΕ και το Μηνιαίο επίδομα δημόσιου βοηθήματος. Στις 15 Δεκεμβρίου θα καταβληθεί το έκτακτο επίδομα δημόσιου βοηθήματος, στις 16 Δεκεμβρίου το επίδομα του σχεδίου ενίσχυσης συνταξιούχων με χαμηλά εισοδήματα, το επίδομα σε δικαιούχες του σχεδίου παροχής τιμητικού επιδόματος πολύτεκνης μάνας, το επίδομα βαριάς κινητικής αναπηρίας, το επίδομα φροντίδας σε άτομα με παραπληγία ή τετραπληγία, η χορηγία τυφλών και το επίδομα διακίνησης.

Στις 17 Δεκεμβρίου το επίδομα θα κατατεθεί στους τραπεζικούς λογαριασμούς των ληπτών επιδόματος χαμηλοσυνταξιούχου, στους δικαιούχους επιδόματος τέκνου σε τρίτεκνες και πολύτεκνες οικογένειες, στους λήπτες επιδόματος μονογονεϊκής οικογένειας, στις δικαιούχες του σχεδίου παροχής τιμητικού επιδόματος πολύτεκνης μάνας και στους λήπτες επιδόματος εγκλωβισμένων.

Στις 17 Δεκεμβρίου θα καταβληθεί το επίδομα εγκλωβισμένων/επανεγκατασταθέντων.



Οι δικαιούχοι

Όπως αναφέρεται σε ανακοίνωση του Υπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας, το Χριστουγεννιάτικο Δώρο θα καταβληθεί σε λήπτες Ελάχιστου Εγγυημένου Εισοδήματος (ΕΕΕ) και Δημοσίου Βοηθήματος, ποσό που αντιστοιχεί στο 80% των βασικών αναγκών της οικογένειας, σε δικαιούχους του Επιδόματος Χαμηλοσυνταξιούχου με ποσό ίσο με το ποσό του επιδόματος του μήνα Δεκεμβρίου, με ελάχιστο ποσό τα 100 ευρώ, σε δικαιούχες του Τιμητικού Επιδόματος Πολύτεκνης Μάνας, ποσό

ύψους 100 ευρώ, σε οικογένειες που λαμβάνουν επίδομα τέκνου για τρία ή περισσότερα παιδιά, ποσό ύψους 100 ευρώ ανά οικογένεια, σε οικογένειες που λαμβάνουν Επίδομα Μονογονεϊκής Οικογένειας, ποσό ύψους 100 ευρώ ανά οικογένεια, σε εγκλωβισμένους ποσό ίσο με το επίδομα που θα παραχωρηθεί για τον Δεκέμβριο 2025 και σε παιδιά εγκλωβισμένων και επανεγκατασταθέντων που φοιτούν σε Νηπιαγωγείο, Δημοτικό και Γυμνάσιο στις κατεχόμενες περιοχές, ποσό ίσο με το επίδομα που θα παραχωρηθεί για τον Δεκέμβριο 2025.

Οργανωμένα ταξίδια:

Ενισχύονται τα δικαιώματα των καταναλωτών

Σε προσωρινή συμφωνία κατέληξε στο Συμβούλιο της ΕΕ και το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο σχετικά με την αναθεώρηση της οδηγίας για τα οργανωμένα ταξίδια, η οποία στοχεύει στην αποτελεσματικότερη προστασία των ταξιδιωτών.

Σε ένα οργανωμένο ταξίδι, ο διοργανωτής συνδυάζει διαφορετικές ταξιδιωτικές ή τουριστικές υπηρεσίες, όπως πτήσεις, μεταφορές, διαμονή και εκδρομές κ.λπ. Τα πακέτα αγοράζονται τόσο ηλεκτρονικά όσο και εκτός διαδικτύου και μπορούν να προσφερθούν από ταξιδιωτικούς πράκτορες, ταξιδιωτικά γραφεία, μεταφορείς και άλλους φορείς.

Όπως ανακοινώθηκε, η συμφωνία ενισχύει τα δικαιώματα των καταναλωτών, μειώνει τα βάρη για τους φορείς και διευκρινίζει τις υποχρεώσεις των διοργανωτών πακέτων σε θέματα όπως οι επιστροφές χρημάτων, η προστασία από αφερεγγυότητα και η χρήση κουπονιών.

Οι νέοι κανόνες απλοποιούν την οδηγία, αφήνοντας εκτός πεδίου εφαρμογής τις συνδεδεμένες ταξιδιωτικές διευθετήσεις, προσαρμόζοντας τον ορισμό του «οργανωμένου ταξιδιού» και εισάγοντας απαιτήσεις πληροφόρησης σε ορισμένες περιπτώσεις που δεν οδηγούν στη δημιουργία ενός πακέτου.

Οι νέοι κανόνες βελτιώνουν και διευκρινίζουν τις πληροφορίες που πρέπει να λαμβάνουν οι ταξιδιώτες πριν, κατά τη διάρκεια και μετά το ταξίδι. Αυτό περιλαμβάνει λεπτομέρειες σχετικά με τις διαθέσιμες μεθόδους πληρωμής, τις σχετικές απαιτήσεις διαβατηρίου και βίζας, την προσβασιμότητα για άτομα με μειωμένη κινητικότητα και τα τέλη τερματισμού σε



περίπτωση ακύρωσης. Η ενημερωμένη οδηγία περιλαμβάνει επίσης βελτιωμένες πληροφορίες για τους ταξιδιώτες σε περίπτωση αφερεγγυότητας του διοργανωτή. Επιπλέον, οι νέοι κανόνες εισάγουν την υποχρέωση των διοργανωτών να έχουν θεσπίσει ρυθμίσεις χειρισμού παραπόνων.

Η συμφωνία διευκρινίζει τα δικαιώματα των ταξιδιωτών όταν αποφασίζουν να ακυρώσουν το ταξίδι πριν από την αναχώρηση λόγω έκτακτων και αναπόφευκτων περιστάσεων, γνωστών και ως ανωτέρας βίας. Σε τέτοιες περιπτώσεις, οι ταξιδιώτες θα πρέπει να μπορούν να ακυρώσουν χωρίς να χρειάζεται να πληρώσουν τέλος τερματισμού. Τι συνιστά «ανωτέρα βία» θα καθορίζεται κατά περίπτωση.

Επιπλέον, η συμφωνία διευκρινίζει τις υποχρεώσεις των διοργανωτών όταν ακυρώνουν ένα πακέτο. Οι διοργανωτές πρέπει να επιστρέψουν τα χρήματα στον ταξιδιώτη εντός 14 ημερών.

Η ενημερωμένη οδηγία εισάγει την εθελοντική χρήση κουπονιών, καθώς οι διοργανωτές μπορούν να προσφέρουν στους ταξιδιώτες κουπόνια αντί για επιστροφή χρημάτων, αλλά οι ταξιδιώτες έχουν το δικαίωμα να τα αρνηθούν. Τα κουπόνια πρέπει να έχουν αξία τουλάχιστον ίση με αυτήν της επιστροφής χρημάτων, να ισχύουν για μέγιστο διάστημα 12 μηνών και να είναι μεταβιβάσιμα μόνο μία φορά. Οι ταξιδιώτες πρέπει επίσης να μπορούν να τα χρησιμοποιήσουν για να αγοράσουν μία ή περισσότερες ταξιδιωτικές υπηρεσίες που προσφέρονται από τον έμπορο. Τα κουπόνια θα καλύπτονται από προστασία αφερεγγυότητας.

Εάν ο λόγος της ακύρωσης είναι η αφερεγγυότητα του εμπόρου, οι ταξιδιώτες θα πρέπει να λάβουν επιστροφή χρημάτων εντός έξι μηνών. Τα κράτη μέλη μπορούν να ορίσουν μικρότερες προθεσμίες. Η περίοδος επιστροφής χρημάτων θα μπορούσε να παραταθεί σε εννέα μήνες σε δεόντως αιτιολογημένες περιπτώσεις (για παράδειγμα, ασυνήθιστα υψηλός αριθμός αιτήσεων σε σύντομο χρονικό διάστημα ή όταν η αφερεγγυότητα επηρεάζει επιβάτες από διαφορετικά κράτη μέλη). Η ενημερωμένη οδηγία θα καλύπτει επίσης τη δημοσίευση πληροφοριών σχετικά με τους διοργανωτές που συμμορφώνονται με τις υποχρεώσεις προστασίας από την αφερεγγυότητα.

Τα κράτη μέλη θα έχουν 28 μήνες για να μεταφέρουν τη νέα οδηγία στο εθνικό δίκαιο μετά την έναρξη ισχύος της. Η προσωρινή συμφωνία πρέπει να επιβεβαιωθεί και από τα δύο θεσμικά όργανα πριν από την επίσημη έγκρισή της.



ΟΗΕ: Μία γυναίκα δολοφονείται από σύντροφο ή συγγενή της κάθε 10 λεπτά

ΟΗΕ ανακοίνωσε ότι τουλάχιστον 50.000 γυναίκες και κορίτσια δολοφονήθηκαν από συγγενικά τους πρόσωπα το 2024, αναδεικνύοντας ότι μία γυναίκα χάνει τη ζωή της κάθε δέκα λεπτά σε περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας.

Τα νέα στοιχεία υπογραμμίζουν, σύμφωνα με τον Οργανισμό, την έλλειψη «αληθινής προόδου» στον παγκόσμιο αγώνα κατά των γυναικοκτονιών. Την περασμένη χρονιά, 83.000 χιλιάδες γυναίκες και κορίτσια μετατράπηκαν σε θύματα ανθρωποκτονιών από πρόθεση σε παγκόσμια κλίμακα.

Από αυτές, το 60% δολοφονήθηκε από τον σύντροφό του ή κάποιο μέλος της οικογένειάς του, αναφέρει έκθεση που δίνεται στη δημοσιότητα τη διεθνή Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών.

Περίπου 50.000 γυναίκες και κορίτσια δολοφονήθηκαν είτε από τον σύντροφό τους ή από στενό συγγενή τους (πατέρα, θείο, αδελφό, ακόμη και μητέρα). Με άλλα λόγια, δολοφονούνταν 137 κάθε μέρα, ή μια κάθε δέκα λεπτά της ώρας.



Καταβολή συντάξεων και επιδομάτων πριν τα Χριστούγεννα

Ενόψει της εορταστικής περιόδου, έχουν προωθηθεί όλες οι απαραίτητες διευθετήσεις για την καταβολή, πριν από την ημέρα των Χριστουγέννων, όλων των συντάξεων και επιδομάτων που εμπίπτουν στην αρμοδιότητά του, αναφέρει το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

Συγκεκριμένα, σε ανακοίνωση του Υπουργείου αναφέρεται ότι έχουν προγραμματιστεί όπως οι συντάξεις του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, η Κοινωνική Σύνταξη και η ειδική αύξηση της Θεσμοθετημένης Σύνταξης (Τιμητικό Επίδομα) για τον μήνα Δεκέμβριο 2025, καθώς και η 13η πληρωμή τους, να είναι κατατεθειμένα στους λογαριασμούς των δικαιούχων στις 15 Δεκεμβρίου 2025.

Προστίθεται ότι οι ειδικές μηνιαίες συντάξεις στους δικαιούχους από το Ταμείο Ανακουφίσεως Παθόντων για τον μήνα Δεκέμβριο 2025, περιλαμβανομένου του Χριστουγεννιάτικου Επιδόματος, καθώς και του εφάπαξ εξαμηνιαίου τιμητικού επιδόματος, θα είναι κατατεθειμένα στους λογαριασμούς τους τη Δευτέρα, 15 Δεκεμβρίου, 2025.

Ο.Υ.Υ.Κ. – Σ.Ε.Κ.:

Χαιρετίζει τη αύξηση των ποινών για επιθέσεις σε νοσηλευτές, μαίες και ιατρούς



Μετά από έντονες παρεμβάσεις της Ο.Υ.Υ.Κ. – Σ.Ε.Κ. στην Κοινοβουλευτική Επιτροπή Νομικών, στην πρόταση νόμου που αφορά την προστασία δημόσιων λειτουργών από επιθέσεις εν ώρα άσκησης των καθηκόντων τους συμπεριελήφθησαν και οι νοσηλευτές, οι μαίες και οι ιατροί που εργάζονται στον ιδιωτικό τομέα.

Η Ομοσπονδία Υπαλλήλων Υπηρεσιών Κύπρου ΣΕΚ χαιρετίζει την ομόφωνη ψήφιση, στη πρόσφατη συνεδρία της Ολομέλειας της Βουλής των Αντιπροσώπων, της συγκεκριμένης πρότασης νόμου, η οποία προνοεί την αύξηση της ποινής για επιθέσεις σε κρατικούς λειτουργούς (λειτουργούς υγείας, αστυνομικούς, λειτουργούς των Κοινωνικών Υπηρεσιών κ.ά.) καθώς και

στους επαγγελματίες υγείας του ιδιωτικού τομέα που πλέον καλύπτονται από τις πρόνοιές της. Συμφωνά με στοιχεία που κατέθεσε ενοποιών της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Νομικών της Βουλής η αστυνομία, κάθε χρόνο καταγράφονται τουλάχιστον 50 επιθέσεις σε επαγγελματίες υγείας του ιδιωτικού και δημόσιου τομέα. Με τη ψήφιση της, η πρόταση νομού που κατέθεσε ο Βουλευτής Νίκος Γεωργίου και με τις καταλυτικές παρεμβάσεις της Ο.Υ.Υ.Κ. – Σ.Ε.Κ., αναμένουμε πως η αυστηροποίηση των προβλεπόμενων ποινών για όσους προβαίνουν σε τέτοιες ενέργειες θα αποτελέσει δείκτη προστασίας προς τους νοσηλευτές, μαίες και ιατρούς, ανεξάρτητα αν αυτοί εργοδοτούνται στον ιδιωτικό ή δημόσιο Τομέα.

Νέα στοιχεία από τη Στατιστική Υπηρεσία

Μηνιαία αύξηση ανέργων τον Νοέμβριο



Μικρή άνοδο κατέγραψε η ανεργία στην Κύπρο τον Νοέμβριο 2025, σύμφωνα με τα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου. Ο αριθμός των εγγεγραμμένων ανέργων στα Επαρχιακά Γραφεία Εργασίας ανήλθε σε 10.924 άτομα, έναντι 7.099 τον Οκτώβριο, με την αύξηση να σχετίζεται –όπως κάθε χρόνο– με το τέλος της τουριστικής περιόδου.

Με βάση τα εποχικά διορθωμένα στοιχεία, που αντανακλούν την πραγματική τάση της αγοράς εργασίας, οι άνεργοι ανήλθαν σε 10.078 άτομα, από 9.723 τον Οκτώβριο, καταγράφοντας άνοδο 3,6%.

Παρά τη μηνιαία άνοδο, σε σύγκριση με τον Νοέμβριο του 2024 σημειώθηκε μείωση της ανεργίας κατά 163 άτομα ή 1,5%.

Η μείωση αυτή αποδίδεται κυρίως στα επαγγέλματα των κατασκευών, της μεταποίησης,

του εμπορίου, των χρηματοπιστωτικών και ασφαλιστικών δραστηριοτήτων, καθώς και στη μείωση των νεοεισερχομένων στην αγορά εργασίας.

Στον τομέα των υπηρεσιών παροχής καταλύματος και εστίασης, οι άνεργοι αυξήθηκαν κατακόρυφα σε 3.642 άτομα, από 852 τον Οκτώβριο, λόγω λήξης της τουριστικής σεζόν.

Στο χονδρικό και λιανικό εμπόριο, οι άνεργοι αυξήθηκαν σε 1.569 άτομα (από 1.324 τον Οκτώβριο), αλλά παραμένουν χαμηλότεροι από τον περσινό Νοέμβριο (1.667).

Στις κατασκευές, οι άνεργοι έφτασαν τους 411, σημαντικά λιγότεροι από τους 541 πέρσι.

Στη μεταποίηση, σημειώθηκε επίσης ετήσια μείωση (458 άτομα έναντι 557).

Οι νεοεισερχόμενοι μειώθηκαν στους 256 από 421 τον περσινό Νοέμβριο.

Για να δούμε πώς πρέπει να το γράψουμε

Γλωσσικά καθημερινά λάθη

Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις εκείνες στον Δ' γραπτό και στον προφορικό λόγο όπου σημειώνονται αποκλίσεις από ορθούς σε ό,τι αφορά την παραγωγή και την ετυμολογία λεκτικού τύπους.

Μάλιστα, ορισμένοι αποκλίνοντες τύποι έχουν υπερισχύσει και έχουν καθιερωθεί σε τέτοιο βαθμό, που αποτελούν πλέον τους περισσότερους συνήθεις και διαδεδομένους λεκτικούς τύπους, ανεξάρτητα από όσα αναφέρονται στα εγκυρότερα λεξικά της νέας ελληνικής γλώσσας.

Καταχωρίζω ή καταχωρώ;

Μια τέτοια περίπτωση αποτελεί το ζεύγος των ρημάτων καταχωρίζω και καταχωρώ, με το πρώτο να αποτελεί τον ορθό τύπο και το δεύτερο τον αποκλίνοντα αλλά και επικρατέστερο τύπο στη σύγχρονη γλωσσική πραγματικότητα.

Ακολουθώντας θα προσεγγίσουμε τα δύο ρήματα από ετυμολογικής και σημασιολογικής απόψεως, ώστε να μπορέσουμε να καταλήξουμε σε ένα ασφαλές συμπέρασμα ως προς τον προτιμητέο τύπο.

Το καταχωρίζω (κατά + χωρίζω) απαντά ίδιο κι απaráλλακτο στην αρχαία ελληνική γλώσσα με την έννοια του τοποθετώ, βάζω σε τάξη, βάζω κάτι στη θέση του, το θέτω κατά χώραν (εκεί όπου ανήκει).

Στη νέα ελληνική γλώσσα το καταχωρίζω σημαίνει καταγράφω ή εγγράφω στοιχεία, συναλλαγές, σημειώσεις κ.λπ. στην κατάλληλη θέση μιας βάσης δεδομένων, ενός καταλόγου, πίνακα, μητρώου, λογαριασμού εσόδων – εξόδων, βιβλίου, εντύπου κ.ο.κ.:

«Οι σημειώσεις αυτές πρέπει να καταχωριστούν στο βιβλίο σήμερα», «Ο ομιλητής ζήτησε να καταχωριστούν στα πρακτικά της γενικής συνέλευσης οι κατηγορίες που διατυπώθηκαν εναντίον του», «Μπορώ να σας διαβεβαιώσω ότι στο πρωτόκολλο της υπηρεσίας καταχωρίζονται κατ'αύξοντα αριθμό και ημερομηνία όλα ανεξαιρέτως τα εισερχόμενα και τα εξερχόμενα έγγραφα», «Ο συγκεκριμένος διαδικτυακός τόπος καταχωρίζει τις αγγελίες χωρίς καμία επιβάρυνση», «Θα ήθελα να πληροφορηθώ εάν έχει καταχωριστεί όντως η αίτησή μου», «Ο υπεύθυνος φορέας καταχώρισε την αναθεωρημένη έκδοση στο διαδίκτυο».

Όπως γίνεται αντιληπτό από τα προαναφερθέντα, το ρήμα καταχωρίζω, τόσο στην αρχαία όσο και στη νέα ελληνική γλώσσα, δηλώνει θέση (για την ακρίβεια, τοποθέτηση ενός στοιχείου στην οικεία ή πρέπουσα θέση), όπως και άλλα σύνθετα με δεύτερο συνθετικό το ρήμα χωρίζω (αποχωρίζω, διαχωρίζω, ξεχωρίζω).

Από την άλλη πλευρά, το μεταγενέστερο (ελληνιστικό) καταχωρώ (κατά + χωρώ), όπως και άλλα σύνθετα με δεύτερο συνθετικό το ρήμα χωρώ (αναχωρώ, αποχωρώ, εισχωρώ, προχωρώ, υποχωρώ κ.λπ.), δηλώνει κίνηση και όχι θέση.

Ειδικότερα, το καταχωρώ σημαίνει υποχωρώ, παραιτούμαι από διεκδικήσεις μου, περιορίζω τις απαιτήσεις μου, συμβιβάζομαι.

Βάσει των ανωτέρω, το καταχωρώ δεν ταυτίζεται από σημασιολογικής απόψεως με το καταχωρίζω, γι' αυτό και δεν πρέπει να χρησιμοποιείται αντ' αυτού.

Εν κατακλείδι, και παρά τις σεβαστές απόψεις περί του αντιθέτου, δε θα υποκύψουμε στις πιέσεις της σύγχρονης γλωσσικής πραγματικότητας, θα απορρίψουμε τα «καθιερωμένα λάθη» (καταχωρώ, καταχώρηση) και θα επιμεινουμε στη χρήση των ορθών τύπων (καταχωρίζω, κατα-



χωρίση), όσο κι αν αυτοί μπορεί να ηχούν πλέον παράξενα στ' αφτιά πολλών χρηστών της νέας ελληνικής γλώσσας.

Διευκρίνιση ή Διευκρίνηση;

Αναφορικά προς τη λέξη διευκρίνιση επικρατεί μια μικρή σύγχυση. Άλλες φορές τη συναντάμε Διευκρίνιση κι άλλες Διευκρίνηση.

Ας δούμε όμως από πού προέρχεται αυτή η ασάφεια και ας ξεκαθαρίσουμε στο μυαλό μας τη γραφή της μια και καλή.

Η λέξη “διευκρίνιση” στα νέα ελληνικά παράγεται από το ρήμα διευκρινίζω, άρα _σύμφωνα με τον κανόνα των ρημάτων που λήγουν σε -ίζω_ γράφεται διευκρίνιση (διευκρινιστικός κ.ά.).

Η γραφή διευκρίνηση συνδέεται με το παλιότερο ρήμα διευκρινώ, το οποίο δεν χρησιμοποιείται πλέον.

Το αρχαίο ρήμα διευκρινώ αφενός είχε παραμείνει ανενεργό για πολλούς αιώνες αφετέρου είχε τη σημασία «τακτοποιώ, κανονίζω».

Περίπου στα τέλη του 19ου αιώνα οι λόγιοι σχημάτισαν τον μεταπλασμένο τύπο διευκρινίζω με τη νέα και ισχύουσα ως σήμερα σημασία του, δηλαδή «ξεκαθαρίζω», και χρησιμοποίησαν το επίθημα -ίζω ίσως κατ' αναλογίαν προς το ελληνιστικό του συνώνυμο αποσαφηνίζω.

Ο τύπος διευκρινίζω επικράτησε χωρίς δυσκολία, αφού το αρχαίο διευκρινώ δεν ήταν πλέον σε χρήση.

Ως εκ τούτου, το παράγωγο ουσιαστικό διευκρίνιση δεν μπορούσε παρά να γραφτεί με γιώτα (-ι-).

Χρειάζεστε κάποια άλλη διευκρίνιση ή να το κλείσουμε εδώ;

Υπόψιν, Υπ' όψιν ή υπόψη;

Όπως εξηγεί στις αναρτήσεις του ο καθηγητής Γλωσσολογίας, το όνομα του οποίου έχει συνδεθεί με την ελληνική γλώσσα, Γιώργος Μπαμπινιώτης, υπάρχουν κάποια λάθη που κάνουμε σε φράσεις που χρησιμοποιούμε στην ελληνική γλώσσα.

Ας δούμε κάποια από αυτά, τα οποία έχει επισημάνει στη σελίδα του και ο ίδιος:

Καταρχήν ή καταρχάς; Το καταρχάς σημαίνει πρώτα- πρώτα ενώ το καταρχήν είναι θέμα αρχής.

Στο πλαίσιο ή στα πλαίσια; Είναι ένας ξενισμός και δεν υπάρχει πληθυντικός. Ενικός είναι το σωστό.

Επικεφαλής ή επί κεφαλής; Το «επικεφαλής» είναι επίρρημα και το καλό είναι να το γράφουμε δύο λέξεις, γιατί τότε δε θα κάνουμε ποτέ λάθος και επομένως δεν κλίνεται.

Υπάρχουν κάποια λάθη που κάνουμε σε φράσεις που χρησιμοποιούμε στην ελληνική γλώσσα, που με λίγη προσοχή μπορούν να αποφεύγονται / φωτογραφία unsplash

Υπόψιν, Υπ' όψιν ή υπόψη; Θα ήταν καλύτερο να το γράφουμε «Υπ' όψιν», γιατί με αυτόν τον τρόπο δεν υπάρχει περίπτωση να κάνουμε λάθος και να θεωρήσουμε ότι είναι η υπόψη, της υπόψης.

Κοινότυπος ή κοινότοπος; Το σωστό είναι κοινότοπος.

Απαθανατίζω και όχι αποθανατίζω

Αϊ-Βασίλης, Αϊ-Πιώργης. Το «Αϊ» δεν τονίζεται, δεν γράφεται «Αη» και ακολουθείται πάντα από ενωτικό («-»)

«Καλή επιτυχία». Δεν υπάρχει το «καλή επιτυχία». Η επιτυχία είναι μία και πάντα καλή.

«Ευχαριστούμε όλους όσοι μας συμπαράσταθηκαν» (και όχι: «όλους όσους...» διότι είναι υποκείμενο στο ρήμα που ακολουθεί, αλλά: «ευχαριστούμε όσους μας συμπαράσταθηκαν» (όταν λείπει το όλους).

Το σωστό είναι «εκτίνω ποινή» και όχι «εκτίω ποινή». Παρομοίως, το σωστό είναι «αποτίνω φόρο τιμής» και όχι «αποτίω».

«Η λέξη αυτή απαντά συχνά στον Όμηρο» (και όχι: απαντάται).

Οι παράμετροι αυτές και όχι οι παράμετροι αυτοί.

Η οικονομική πρόοδος δεν θα είναι βιώσιμη χωρίς κοινωνική πρόοδο

• Από το ένθετο της ΕΟΚΕ με τίτλο «Οι Προτεραιότητές μας για την Κοινωνική Πρόοδο 2023–2025»

Με αφορμή την αλλαγή στην ηγεσία της Ομάδας των Εργαζομένων της Ευρωπαϊκής Οικονομικής και Κοινωνικής Επιτροπής (ΕΟΚΕ), δημιουργήθηκε ένα ειδικό ένθετο με τίτλο «Οι Προτεραιότητές μας για την Κοινωνική Πρόοδο 2023–2025».

Στο ένθετο που ετοίμασε η ΕΟΚΕ παρουσιάζονται οι σημαντικές προκλήσεις και οι βασικές προτεραιότητες της περιόδου 2023–2025, διαμορφώνοντας έναν ολοκληρωμένο οδικό χάρτη διεκδικήσεων για το μέλλον των εργαζομένων στην Ευρώπη.

Πιο κάτω οι βασικές προτάσεις της ΕΟΚΕ για τις κοινωνικές προκλήσεις:

• **Υιοθέτηση συμφώνου βιώσιμης ανάπτυξης και κοινωνικής πρόοδου:** ο αγώνας μας για ποιοτικές θέσεις εργασίας συνεπάγεται επίσης την εξασφάλιση της δυνατότητας να εργάζεται κάθε άνθρωπος με αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας. Θα συνεχίσουμε να μαχόμαστε κατά της ανεργίας και δεν θα αφήσουμε στο περιθώριο τους μακροχρόνια ανέργους, τη στιγμή που υπάρχει τόσο μεγάλη ανάγκη να επιτελεστεί χρήσιμο έργο στον κοινωνικό και τον περιβαλλοντικό τομέα. Θα συνεχίσουμε να θέτουμε την ευημερία των εργαζομένων και την κοινωνική δικαιοσύνη στο επίκεντρο των δραστηριοτήτων και των δράσεων πολιτικής μας.

• **Ευρωπαϊκός πυλώνας κοινωνικών δικαιωμάτων και Ευρωπαϊκό Εξάμηνο:** σαφής και αποτελεσματική εφαρμογή του ευρωπαϊκού πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων μέσω ενός ισχυρού σχεδίου δράσης, που θα προσδώσει πλήρως κοινωνικό και βιώσιμο χαρακτήρα στην οικονομική διακυβέρνηση. Είναι ανάγκη να μειωθούν οι ανισότητες και να γεφυρωθεί τόσο το διευρυνόμενο χάσμα των μισθολογικών εισοδημάτων όσο και το χάσμα μεταξύ των φύλων, καθώς και να θεσπιστούν σαφείς κανόνες για ίσους όρους ανταγωνισμού με στόχο την αποφυγή του κοινωνικού ντάμπινγκ. Ο ευρωπαϊκός πυλώνας κοινωνικών δικαιωμάτων θα πρέπει να συνεχίσει να αποτελεί πυξίδα για την επόμενη Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Θα αγωνιστούμε για την πλήρη εφαρμογή και των «20» αρχών για την ένταξή του στο θεσμικό πλαίσιο της ΕΕ.

Η υλοποίηση των πρωτοβουλιών του σχεδίου δράσης για τον ευρωπαϊκό πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων σε εθνικό επίπεδο θα πρέπει να συνδέεται με το Ευρωπαϊκό Εξάμηνο. Το Ευρωπαϊκό Εξάμηνο πρέπει να συμπεριλάβει νέους δείκτες στον κοινωνικό πίνακα αποτελεσμάτων, με συγκεκριμένους στόχους για την υλοποίηση των στοιχείων του ευρωπαϊκού πυλώνα κοινωνικών δικαιωμάτων. Τα στοιχεία αυτά θα πρέπει να παρακολουθούνται και η πρόοδος να μετράται μέσω του σχεδίου δράσης σε εθνικό επίπεδο.

Το Ευρωπαϊκό Εξάμηνο θα πρέπει να είναι το εργαλείο για τη μέτρηση του δείκτη σχετικά με την κάλυψη των συλλογικών συμβάσεων και τη συμμετοχή των εργαζομένων (θα πρέπει να ενθαρρύνεται η συμμετοχή ποσοστού εκπροσώπων των εργαζομένων στα όργανα λήψης αποφάσεων των επιχειρήσεων). Όσον αφορά τον κοινωνικό διάλογο της ΕΕ, ένας δείκτης θα μπορούσε να είναι ο αριθμός των αυτόνομων συμφωνιών που αποτελούν αντικείμενο διαπραγμάτευσης

• Η οικονομική διακυβέρνηση μέσω του Εξαμήνου θα πρέπει να έχει ως στόχο τη μείωση



των ανισοτήτων με την ανοδική σύγκλιση των μισθών στην Ευρώπη.

Υπάρχει ανάγκη «εκδημοκρατισμού της εργασίας»: η συμμετοχή των εργαζομένων είναι απαραίτητη για την επιτυχία της πράσινης και της ψηφιακής μετάβασης. Σε καιρούς επιταχυνόμενων αλλαγών λόγω ισχυρών παραγόντων, όπως είναι η ψηφιοποίηση και η αυτοματοποίηση καθώς και η πρόκληση της κλιματικής αλλαγής, έχουν καταστεί πιο ορατές οι διαρθρωτικές αδυναμίες και οι ελλείψεις του κεκτημένου της ΕΕ όσον αφορά την ενημέρωση, τη διαβούλευση και τη συμμετοχή των εργαζομένων. Απαιτείται ισχυρότερο και πιο φιλόδοξο πλαίσιο που θα περιλαμβάνει κάτι περισσότερο από μια «νέα αρχή για τον κοινωνικό διάλογο». Γι' αυτό υποστηρίζουμε ένα ισχυρότερο νομικό πλαίσιο για την ενημέρωση, τη διαβούλευση και τη συμμετοχή των εργαζομένων. Ένα τέτοιο ισχυρότερο ευρωπαϊκό πλαίσιο θα απαιτούσε, ειδικότερα, τα ακόλουθα:

• «Ενσωμάτωση της διάστασης της συμμετοχής των εργαζομένων» ως οριζόντιο διαρθρωτικό στοιχείο σε όλη την ευρωπαϊκή νομοθεσία και στις πρωτοβουλίες που έχουν αντίκτυπο στις συνθήκες εργασίας και διαβίωσης.

• Κανονιστικό πλαίσιο που να εγγυάται την έγκαιρη ενημέρωση των εργαζομένων και τη διαβούλευση με αυτούς στο πλαίσιο της διασυννοριακής αναδιάρθρωσης και να αποτρέπει τις δόλιες πρακτικές και/ή τις πρακτικές καταστρατήγησης των νομικών απαιτήσεων.

• Οδηγία για τα Ευρωπαϊκά Συμβούλια Εργαζομένων (ΕΣΕ) η οποία να ανταποκρίνεται καλύτερα στις πραγματικότητες και τις ανάγκες της διακρατικής αναδιάρθρωσης και να αντικατοπτρίζει την ανάγκη να εφοδιαστούν τα ΕΣΕ με τους απαραίτητους πόρους και ικανότητες ώστε να συμμετέχουν σε διακρατική ενημέρωση και διαβούλευση σε ισότιμη βάση.

• Ίσοι όροι συμμετοχής των εργαζομένων σε επίπεδο διοικητικού συμβουλίου και προσέγγιση που αναπτύσσει και προωθεί ενεργά ένα υποχρεωτικό ελάχιστο όριο δικαιωμάτων συμμετοχής και δυναμικά ευρωπαϊκά ελάχιστα πρότυπα εκπροσώπησης, αντί της εφαρμογής στρατηγικών για την αποφυγή τέτοιων δικαιωμάτων.

• Έκδοση μιας φιλόδοξης και δεσμευτικής οδηγίας για την εταιρική δέουσα επιμέλεια όσον αφορά τη βιωσιμότητα και ενός κανονισμού για την αναγκαστική εργασία, ώστε οι ευρωπαϊκές επιχειρήσεις να καταστούν υπόλογες για τις κοινωνικές και περιβαλλοντικές συνθήκες, καθώς και για τις συνθήκες όσον αφορά τα ανθρώπινα δικαιώματα, σε όλες τις αξιακές αλυσίδες τους.

• Ενίσχυση των συλλογικών διαπραγματεύσεων σε όλα τα επίπεδα, συμπεριλαμβανομένων της επέκτασης της κάλυψής τους και της αποκατάστασης των συστημάτων συλλογικών διαπραγματεύσεων, ιδίως στις χώρες που αναγκάστηκαν να αποκεντρώσουν τις συλλογικές διαπραγματεύσεις, ώστε να έχουν πρόσβαση σε χρηματοδοτική συνδρομή και σε προγράμματα οικονομικής προσαρμογής. Αύξηση της κάλυψης των συλλογικών διαπραγματεύσεων σε ποσοστό τουλάχιστον 80 %, σύμφωνα με την οδηγία για επαρκείς κατώτατους μισθούς, καθώς και παροχή κινήτρων για συλλογικές διαπραγματεύσεις, δίνοντας περιθώριο διαπραγμάτευσης συλλογικών συμβάσεων στις συνδικαλιστικές οργανώσεις που δραστηριοποιούνται σε εθνικά συστήματα αυτορρύθμισης με εύρυθμη λειτουργία. Ο ρόλος των συνδικαλιστικών οργανώσεων στη διαχείριση της δικαίης μετάβασης πρέπει επίσης να ισχυροποιηθεί με την ενίσχυση της δημοκρατίας στην εργασία τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο.

• Πρόληψη της διάλυσης συνδικαλιστικών οργανώσεων μέσω της προστασίας των δικαιωμάτων των κοινωνικών εταίρων, συμπεριλαμβανομένων της (προσωπικής και ψηφιακής) πρόσβασης των συνδικαλιστικών οργανώσεων στους χώρους εργασίας, του δικαιώματος στην οργάνωση, του δικαιώματος συλλογικής διαπραγμάτευσης και του δικαιώματος στην απεργία. Πρέπει να αποτρέπονται αρνητικές επιπτώσεις και κατάχρηση από τους εργοδότες ή τα «κίτρινα» συνδικάτα.

• Επέκταση του πεδίου εφαρμογής των συλλογικών διαπραγματεύσεων ώστε να συμπεριληφθούν διατάξεις για πράσινες ρήτρες και διασφάλιση ότι αυτές θα αποτελούν θεμελιώδες στοιχείο κάθε μέτρου που σχετίζεται με την ενεργειακή μετάβαση και την ψηφιακή μετάβαση.



• Ανάπτυξη μηχανισμών δημιουργίας ικανοτήτων με σκοπό τον κοινωνικό διάλογο και τη συμμετοχή των εργαζομένων, και υποστήριξη της συμμετοχής των εργαζομένων.

• Ενσωμάτωση δικτύου συντονιστών σε όλες τις διευθύνσεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, για την προώθηση του κοινωνικού διαλόγου.

• Ενσωμάτωση του συστήματος εργασιακών σχέσεων και συμμετοχής των κοινωνικών εταίρων στην ευρωπαϊκή βιομηχανική στρατηγική με συμπεριληπτικό και συνεργατικό τρόπο, για την προώθηση της ευρωπαϊκής στρατηγικής αυτονομίας και ενός παγκόσμιου ανταγωνιστικού συστήματος που βασίζεται στο ευρωπαϊκό κοινωνικό μοντέλο.

• Στήριξη της ενσωμάτωσης ενός πρωτοκόλλου κοινωνικής προόδου στις Συνθήκες της ΕΕ, ώστε να διασφαλιστεί ότι τα δικαιώματα των εργαζομένων καθώς και τα συνδικαλιστικά και κοινωνικά δικαιώματα υπερισχύουν των οικονομικών ελευθεριών σε περίπτωση σύγκρουσης.

Θέσεις εργασίας και συνθήκες εργασίας: οι ποιοτικές θέσεις εργασίας πρέπει να είναι βιώσιμες τόσο από κοινωνική όσο και από περιβαλλοντική άποψη, με αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας, δίκαιους μισθούς, ίση αμοιβή για ίση εργασία στον ίδιο τόπο και για εργασία ίσης αξίας, καθώς και δίκαιη κινητικότητα του εργατικού δυναμικού.

• Η ψηφιακή μετάβαση και η ανάδυση της τηλεργασίας ως κεντρικού τρόπου παραγωγής παρέχουν ευκαιρίες για ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής, αλλά εγείρουν και πολλές προκλήσεις όσον αφορά, μεταξύ άλλων, το δικαίωμα στην αποσύνδεση και την ισότητα των φύλων.

• Η τεχνητή νοημοσύνη και τα συστήματα παραγωγικής τεχνητής νοημοσύνης θα επιφέρουν μεγάλες αλλαγές στον κόσμο της εργασίας και στις αγορές εργασίας. Οι μεγάλες ευκαιρίες και οι μεγάλες προκλήσεις αφορούν νέες θέσεις εργασίας και θέσεις εργασίας που ενδέχεται να εκτοπιστούν. Οι θέσεις εργασίας των γυναικών διατρέχουν διπλάσιο κίνδυνο εξάλειψης συγκριτικά με εκείνες των ανδρών. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει μεγαλύτερες ανισότητες, αφήνοντας εκατομμύρια εργαζομένων στο περιθώριο. Μια ισχυρότερη αντίρροπη δύναμη των εργαζομένων σε όλα τα επίπεδα, ικανή να

προβλέπει, να διαπραγματεύεται και να θέτει υπό αμφισβήτηση τη χρήση και την επιλογή τεχνολογιών αποτελεί απαραίτητο εργαλείο για τον μετριασμό και την αποφυγή των αρνητικών επιπτώσεων στους εργαζομένους.

• Απαιτούνται επείγοντως ενεργητικές πολιτικές για την αγορά εργασίας, ιδίως για την αναβάθμιση των δεξιοτήτων / την επανειδίκευση των εργαζομένων και τη διά βίου μάθηση κατά τη διάρκεια του αμειβόμενου χρόνου εργασίας.

• Είναι αναγκαία μια ευρωπαϊκή οδηγία για τη δίκαιη μετάβαση, η οποία θα δίνει έμφαση στην πρόβλεψη και τη διαχείριση των αλλαγών και θα έχει τον κοινωνικό διάλογο και τις συλλογικές διαπραγματεύσεις ως κατευθυντήριες αρχές για τη ρύθμιση των νέων θέσεων εργασίας που προκύπτουν από την ψηφιακή και την πράσινη μετάβαση, συμπεριλαμβανομένης της μέριμνας για τους εργαζομένους νεαρής ηλικίας που απασχολούνται σε ολοένα και πιο επισφαλείς συνθήκες.

• Καταπολέμηση όλων των μορφών επισφαλούς εργασίας. Είναι αναγκαίο ένα επικαιροποιημένο πλαίσιο για την κάλυψη των εργαζομένων σε πλατφόρμες και των νέων μορφών εργασίας: αυτό απαιτεί την έκδοση μιας φιλόδοξης οδηγίας για την εργασία σε πλατφόρμες έως το τέλος της παρούσας νομοθετικής περιόδου.

Προάσπιση του δικαιώματος των εργαζομένων στην αποσύνδεση και προώθηση της μείωσης του χρόνου εργασίας με διατήρηση του ίδιου μισθολογικού επιπέδου και με προσαρμογή του αριθμού των μελών του προσωπικού μέσω συλλογικών διαπραγματεύσεων ή νομοθεσίας.

• Οι διαφορές μεταξύ των φύλων εξακολουθούν να υφίστανται ή ακόμη και να αυξάνονται σε διάφορους τομείς, μεταξύ άλλων στην οικογενειακή και την επαγγελματική ζωή. Απαιτούνται δράσεις ανάκαμψης που θα επενδύουν στο γυναικείο εργατικό δυναμικό και θα είναι προσαρμοσμένες στις ανάγκες κάθε ατόμου. Το φύλο αποτελεί οριζόντιο ζήτημα που θα πρέπει να ενσωματώνεται συνεχώς σε όλες τις διαδικασίες χάραξης πολιτικής.

Στο πλαίσιο της στρατηγικής της ΕΕ για την ισότητα των φύλων, αναζητούμε ένα όραμα προσανατολισμένο στη διάσταση του φύλου και ασκούμε πίεση για την εξάλειψη της έμφυλης βίας σε όλες τις ηλικίες —συμπεριλαμβανομένης της βίας στον χώρο εργασίας— μέσω εργαλείων

όπως η οδηγία της ΕΕ για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της εξ οικείων βίας —συμπεριλαμβανομένου του βιασμού— και προσθέτοντας την έμφυλη βία στον ενωσιακό κατάλογο εγκλημάτων.

• Καταπολέμηση του αθέμιτου ανταγωνισμού και του κοινωνικού ντάμπινγκ, ώστε να διευκολυνθεί η δίκαιη κινητικότητα του εργατικού δυναμικού. Στήριξη της αύξησης των πόρων και της εμβέλειας των επιθεωρήσεων εργασίας, συμπεριλαμβανομένης της ενίσχυσης της εντολής της Ευρωπαϊκής Αρχής Εργασίας με την ικανότητα να ενεργεί βάσει πρωτοβουλίας και με εξουσίες έρευνας και επιβολής κυρώσεων για την αποτελεσματική καταπολέμηση του κοινωνικού ντάμπινγκ και της εργασιακής εκμετάλλευσης.

• Αξιοποίηση της επιτυχίας του μέσου προσωρινής στήριξης για τον μετριασμό των κινδύνων ανεργίας σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης (SURE), ώστε να καταστεί μόνιμο μέσο που θα είναι σε ετοιμότητα για μελλοντικές κρίσεις.

Φτώχεια και κοινωνικός αποκλεισμός: σε πολλές χώρες, νέες ομάδες πλήττονται από τη φτώχεια. Είναι απαραίτητο ένα ολοκληρωμένο σχέδιο για την καταπολέμηση της φτώχειας, το οποίο θα περιλαμβάνει:

• Προστασία των πλέον ευάλωτων, ανάπτυξη στρατηγικής κατά της ενεργειακής φτώχειας, διασφάλιση της κοινωνικής και της εδαφικής συνοχής και θεώρηση της ενέργειας ως κοινωνικής υπηρεσίας γενικού συμφέροντος.

• Ενίσχυση των εθνικών συστημάτων κοινωνικής προστασίας και προστασία των ανέργων από τη φτώχεια και άλλους κινδύνους.

• Καταπολέμηση των ανισοτήτων μέσω ποιοτικών δημόσιων υπηρεσιών και επενδυτικών στρατηγικών.

• Πρόσβαση σε επαρκείς παροχές κοινωνικής ασφάλισης για όλους τους εργαζομένους, συμπεριλαμβανομένων των αυτοαπασχολούμενων, και σαφήνεια των κανόνων σχετικά με την εφαρμοστέα νομοθεσία, καθώς και τη διασυννοριακή επιβολή.

• Το ελάχιστο εισόδημα είναι συχνά το τελευταίο κοινωνικό δίκτυο ασφαλείας. Τα εθνικά συστήματα ελάχιστου εισοδήματος πρέπει να ενισχυθούν σε ολόκληρη την ΕΕ προκειμένου να βελτιωθεί η ζωή των πολιτών σε ολόκληρη την ήπειρο.

Αντιμετωπίστε την κατάθλιψη και το άγχος μέσα από θετική σκέψη

Στρατηγικές για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας

Η κατάθλιψη και το άγχος αποτελούν δύο από τις πιο συχνές ψυχικές καταστάσεις που πλήττουν εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο. Ευτυχώς, υπάρχουν στρατηγικές και εργαλεία που μπορούν να βοηθήσουν τα άτομα να τα διαχειριστούν και να ενισχύσουν την ψυχική τους ανθεκτικότητα. Ένα από τα πιο ισχυρά εργαλεία για την καταπολέμηση αυτών των καταστάσεων είναι η θετική σκέψη.

Η θετική σκέψη δεν σημαίνει να αγνοούμε τα αρνητικά συναισθήματα ή να προσποιούμαστε ότι δεν υπάρχουν προβλήματα. Αντίθετα, αναφέρεται στη δυνατότητα να επιλέγουμε το πώς θα ερμηνεύσουμε τις καταστάσεις που αντιμετωπίζουμε και να επικεντρωνόμαστε σε λύσεις και θετικές πτυχές, αντί να μας καταλαμβάνουν οι αρνητικές σκέψεις και ανησυχίες.

Μία από τις πιο αποτελεσματικές στρατηγικές είναι η αναγνώριση και αναδόμηση των αρνητικών σκέψεων. Όταν αντιμετωπίζουμε άγχος ή κατάθλιψη, είναι πολύ συχνό να κατακλυζόμαστε από σκέψεις που εντείνουν τα συναισθήματά μας. Αυτές οι σκέψεις, συχνά υπερβολικές ή καταστροφολογικές, μπορεί να μας κάνουν να νιώθουμε ανίσχυροι ή χωρίς ελπίδα. Η θετική σκέψη μας βοηθά να αναγνωρίσουμε αυτές τις σκέψεις και να τις αντικαταστήσουμε με πιο ρεαλιστικές



ή ενδυναμωτικές.

Για παράδειγμα, αν κάποιος σκέφτεται «Δεν θα τα καταφέρω ποτέ», μπορεί να αναρωτηθεί «Τι είναι αυτό που με εμποδίζει; Ποιες ενέργειες μπορώ να κάνω για να το καταφέρω;». Αυτή η διαδικασία της αναδόμησης σκέψεων ενισχύει την ψυχική ανθεκτικότητα, διότι επιτρέπει στο άτομο να αναγνωρίσει τις δυνάμεις του και να αποδεχτεί τις αδυναμίες του χωρίς να τις αφήσει να κυριαρχήσουν.

Μια άλλη στρατηγική είναι η καλλιέργεια ευγνωμοσύνης. Με το να εστιάζουμε στις θετικές

πλευρές της ζωής μας, ακόμα και στις μικρές στιγμές, ενισχύουμε τη διάθεσή μας και μειώνουμε τα αρνητικά συναισθήματα. Η ευγνωμοσύνη μπορεί να είναι πολύ απλή: από το να εκτιμάμε ένα χαμόγελο φίλου μέχρι το να αναγνωρίζουμε την όμορφη φύση γύρω μας. Αυτός ο τρόπος σκέψης δημιουργεί έναν κύκλο θετικών συναισθημάτων και ενισχύει την ψυχική ευημερία.

Η θετική επανάληψη είναι μια άλλη τεχνική που μπορεί να βοηθήσει στη διαχείριση του άγχους και της κατάθλιψης. Με την επαναλαμβανόμενη χρήση θετικών δηλώσεων, όπως «Είμαι ικανός και αξίζω», ενισχύουμε την αυτοεκτίμησή μας και ενδυναμώνουμε την αίσθηση ελέγχου πάνω στη ζωή μας. Αυτές οι θετικές δηλώ-

σεις επαναπρογραμματίζουν τον εγκέφαλο να σκέφτεται πιο θετικά και βοηθούν στην ανακούφιση του άγχους και των συναισθημάτων απογοήτευσης.

Αν και δεν υπάρχει μία ενιαία λύση για την κατάθλιψη και το άγχος, η θετική σκέψη, σε συνδυασμό με άλλες στρατηγικές όπως η σωματική άσκηση, η υποστήριξη από το περιβάλλον και η ψυχολογική θεραπεία, μπορεί να συμβάλλει σημαντικά στην ανακούφιση αυτών των καταστάσεων και στην αποκατάσταση της ψυχικής ισορροπίας.

Η δημιουργικότητα αποτελεί ισχυρή δύναμη στον ανθρώπινο ψυχισμό

Πώς επηρεάζει τη ζωή μας και τεχνικές για να την ενισχύσουμε

Η δημιουργικότητα είναι μια από τις πιο ισχυρές δυνάμεις στον ανθρώπινο ψυχισμό. Δεν αφορά μόνο τη μουσική, τη ζωγραφική ή την ποίηση, αλλά εκδηλώνεται σε κάθε πτυχή της ζωής μας, από τη δουλειά μας μέχρι τις σχέσεις μας. Η ψυχολογία της δημιουργικότητας υποστηρίζει ότι όλοι έχουμε τη δυνατότητα να δημιουργούμε και να καινοτομούμε, ακόμα και αν δεν εργαζόμαστε σε καλλιτεχνικούς τομείς. Η δημιουργικότητα είναι ουσιαστικά η ικανότητα να σκεφτόμαστε και να δράσουμε με νέους, μοναδικούς τρόπους.

Ψυχολογική έρευνα δείχνει ότι η δημιουργικότητα συνδέεται στενά με την ευημερία και την ψυχική υγεία. Η δημιουργική διαδικασία επιτρέπει στους ανθρώπους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να επεξεργαστούν δύσκολες καταστάσεις με έναν μη λεκτικό τρόπο. Επιπλέον, η δημιουργία κάτι νέο, είτε πρόκειται για ένα έργο τέχνης, μια ιδέα ή μια λύση σε ένα πρόβλημα, ενισχύει την αίσθηση της επίτευξης και της ικανοποίησης, γεγονός που συμβάλλει στη μείωση του άγχους και της κατάθλιψης.

Μία από τις βασικές τεχνικές για να ενισχύσουμε τη δημιουργικότητά μας είναι να ξεπεράσουμε το φόβο της αποτυχίας. Συχνά, η φόβος της αποτυχίας ή της κριτικής εμποδίζει τους αν-



θρώπους να εκφραστούν δημιουργικά. Ωστόσο, η δημιουργικότητα δεν είναι πάντα για να φτάσουμε σε ένα τέλειο αποτέλεσμα, αλλά για να απολαύσουμε τη διαδικασία. Όταν επιτρέπουμε στον εαυτό μας να πειραματιστεί και να αποτύχει, ανοίγουμε την πόρτα για νέες ιδέες και λύσεις.

Μια άλλη σημαντική στρατηγική είναι η καθημερινή πρακτική. Η δημιουργικότητα, όπως κάθε άλλη δεξιότητα, απαιτεί εξάσκηση. Ακόμα και αν δεν αισθανόμαστε έτοιμοι ή εμπνευσμένοι, η καθημερινή επαφή με δραστηριότητες

όπως η συγγραφή, η ζωγραφική ή η μουσική, βοηθά να καλλιεργήσουμε τη δημιουργική μας σκέψη. Αυτή η σταδιακή ανάπτυξη της ικανότητας μας να σκεφτόμαστε δημιουργικά ενισχύει τη διάθεσή μας και μειώνει τα επίπεδα άγχους, καθώς προσφέρει έναν τρόπο έκφρασης και συνειδητοποίησης.

Η ευχέρεια του χρόνου και η αποφυγή της υπερβολικής πίεσης είναι επίσης καθοριστικής σημασίας για την ελευθερία της φαντασίας μας. Όταν οι άνθρωποι αισθάνονται πιεσμένοι ή αγχωμένοι, η δημιουργικότητά τους μπορεί να περιοριστεί. Αντίθετα, όταν έχουμε το χρόνο να σκεφτούμε χωρίς πίεση και να εξερευνήσουμε νέες ιδέες χωρίς περιορισμούς, ανοίγουμε το δρόμο για καινοτόμες και εντυπωσιακές δημιουργίες.

Συνολικά, η δημιουργικότητα δεν είναι μόνο ένα εργαλείο για καλλιτεχνική έκφραση, αλλά και μια ισχυρή ψυχολογική ικανότητα που μπορεί να βελτιώσει τη διάθεση, την αυτοεκτίμηση και τη γενικότερη ψυχική ευημερία μας. Ελευθερώνοντας τη φαντασία μας και αποδεχόμενοι την διαδικασία της δημιουργίας, ενισχύουμε τη σύνδεσή μας με τον εαυτό μας και το περιβάλλον μας, και δημιουργούμε ένα θετικό κύκλο ευημερίας και καινοτομίας.

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή καθόρισε:

Χάρτη πορείας για ποιοτικές θέσεις εργασίας

• Ανθεκτικές στις μελλοντικές εξελίξεις σε μια ανταγωνιστική ΕΕ

Την περασμένη εβδομάδα, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή παρουσίασε τον χάρτη πορείας για την ποιότητα των θέσεων εργασίας, μια ισχυρή δέσμευση για τη βελτίωση της ποιότητας των θέσεων εργασίας και τη δημιουργία υψηλής ποιότητας και ανθεκτικών στις μελλοντικές εξελίξεις θέσεων εργασίας στην Ευρώπη.

Η Επιτροπή δρομολόγησε επίσης διαβούλευση πρώτου σταδίου σχετικά με την επικείμενη πράξη για την ποιότητα των θέσεων εργασίας, μια νέα νομοθετική πρόταση για τη διασφάλιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων, συμβαδίζοντας παράλληλα με τις τεχνολογικές, οικονομικές και κοινωνικές αλλαγές.

Οι επαρκείς μισθοί και οι ποιοτικές θέσεις εργασίας είναι ουσιαστικής σημασίας για την τόνωση της παραγωγικότητας, την ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας της Ευρώπης και την προστασία από τη φτώχεια των εργαζομένων. Ενώ η ποιότητα των θέσεων εργασίας στην ΕΕ είναι γενικά υψηλή, οι εργαζόμενοι εξακολουθούν να αισθάνονται τον αντίκτυπο των παγκόσμιων κρίσεων και την αύξηση του κόστους διαβίωσης. Ταυτόχρονα, οι εταιρείες αντιμετωπίζουν ελλείψεις εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων, ενώ παράλληλα προσπαθούν να παραμείνουν ανταγωνιστικές σε ένα ταχέως μεταβαλλόμενο παγκόσμιο περιβάλλον.

Ο χάρτης πορείας επικεντρώνεται στους τομείς στους οποίους η δράση της ΕΕ μπορεί να κάνει τη μεγαλύτερη διαφορά:

- Δημιουργία και διατήρηση ποιοτικών θέσεων εργασίας σε ολόκληρη την ΕΕ.
- Διασφάλιση της δικαιοσύνης και του εκσυγχρονισμού στον κόσμο της εργασίας.
- Στήριξη των εργαζομένων και των εργοδοτών στην πράσινη, την ψηφιακή και τη δημογραφική μετάβαση.
- Ενίσχυση του κοινωνικού διαλόγου και των συλλογικών διαπραγματεύσεων.
- Εξασφάλιση αποτελεσματικής πρόσβασης σε δικαιώματα, ποιοτικές δημόσιες υπηρεσίες και επαρκείς επενδύσεις.

Ο χάρτης πορείας καταρτίστηκε βάσει εκτεταμένων διαβουλεύσεων με ευρωπαϊκές και εθνικές συνδικαλιστικές οργανώσεις και οργανώσεις εργοδοτών («κοινωνικοεταίροι»), με την κινητοποίηση περίπου 200 οργανώσεων σε ολόκληρη την ΕΕ και τη συμμετοχή σε περισσότερες από 50 συζητήσεις σε όλα τα κράτη μέλη.

Προς έναν νόμο για τις ποιοτικές θέσεις εργασίας

Όπως ανακοίνωσε η πρόεδρος Φον ντερ Λάιεν στην ομιλία της για την κατάσταση της ΕΕ το 2025 και στο πρόγραμμα εργασίας της Επιτροπής για το 2026, η Επιτροπή θα προτείνει πράξη για την ποιότητα των θέσεων εργασίας το 2026. Ο νέος νόμος θα επικαιροποιήσει τους κανόνες της ΕΕ για την προστασία των εργαζομένων, στηρίζοντας παράλληλα την παραγωγικότητα και την ανταγωνιστικότητα.



Η διαβούλευση πρώτου σταδίου επιδιώκει να συγκεντρώσει τις απόψεις των κοινωνικών εταίρων σχετικά με την κατεύθυνση της δράσης της ΕΕ για τη βελτίωση της ποιότητας των θέσεων εργασίας. Η διαβούλευση επισημαίνει διάφορους τομείς που θα μπορούσε να καλύψει ένας μελλοντικός νόμος, όπως:

Αλγοριθμική διαχείριση και τεχνητή νοημοσύνη (TN) στην εργασία: Τα ψηφιακά εργαλεία είναι πλέον καίριας σημασίας για τον εργασιακό βίο. Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να εξοικονομήσει χρόνο και να αυξήσει την παραγωγικότητα. Ωστόσο, το 84 % των Ευρωπαίων πιστεύει ότι η διαχείριση αυτών των τεχνολογιών πρέπει να γίνεται με προσοχή στην εργασία.

Ασφάλεια και υγεία στην εργασία: Οι νέες τεχνολογίες και ο κινητός ψηφιακός εξοπλισμός έχουν μεταμορφώσει τους χώρους εργασίας και έχουν επεκτείνει την εξ αποστάσεως εργασία. Οι ψυχοκοινωνικοί και εργονομικοί κίνδυνοι στην εργασία έχουν αυξηθεί, γεγονός που αναδεικνύει την ανάγκη επικαιροποίησης των κανόνων της ΕΕ για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία. Το 2025, το 29 % των εργαζομένων ανέφεραν ότι αντιμετώπισαν άγχος, άγχος ή κατάθλιψη που προκλήθηκε ή επιδεινώθηκε από την εργασία τους, έναντι 27 % το 2022, σύμφωνα με την τελευταία έρευνα παλμών του EU-OSHA.

Υπεργολαβία: Η υπεργολαβία βοηθά τις εταιρείες να αποκτήσουν πρόσβαση σε εμπειρογνομοσύνη και να καινοτομήσουν. Ωστόσο, μπορεί επίσης να οδηγήσει σε καταχρηστικές πρακτικές και ανεπαρκή συμμόρφωση με τους κανονισμούς για την εργασία, την υγεία και την ασφάλεια, ιδίως σε μακροχρόνιες και πολύπλοκες αλυσίδες υπεργολαβίας.

Δίκαιη μετάβαση: Η πράσινη και η ψηφιακή μετάβαση ωθούν τις εταιρείες σε ολόκληρη την ΕΕ να αναδιαρθρωθούν, δημιουργώντας σημα-

ντικές προκλήσεις τόσο για τους εργαζομένους όσο και για τους εργοδότες.

Επιβολή και ρόλος των κοινωνικών εταίρων: Η αυστηρή επιβολή είναι απαραίτητη προκειμένου οι εργαζόμενοι να επωφελούνται από τα δικαιώματά τους. Τα επίμονα ζητήματα, όπως η αδήλωτη εργασία και η ανεπαρκής συμμόρφωση, υπονομεύουν την ποιότητα των θέσεων εργασίας και τον θεμιτό ανταγωνισμό.

Η νέα αυτή διαβούλευση θα συμπληρώσει τη διαβούλευση για το δικαίωμα στην αποσύνδεση και την τηλεργασία που ολοκληρώθηκε τον Οκτώβριο του 2025.

Επόμενα βήματα

Η διαβούλευση σε πρώτο στάδιο με τους κοινωνικούς εταίρους σχετικά με τον μελλοντικό νόμο για την ποιότητα των θέσεων εργασίας θα διαρκέσει έως τις 29 Ιανουαρίου 2026.

Ιστορικό

Η πρόεδρος της Ε.Ε ανακοίνωσε τον χάρτη πορείας για τις ποιοτικές θέσεις εργασίας στις πολιτικές κατευθύνσεις της για την περίοδο 2024-2029 για τη διασφάλιση της ανταγωνιστικότητας και της ευημερίας στην ΕΕ.

Ο χάρτης πορείας για ποιοτικές θέσεις εργασίας βασίζεται σε διάφορες πρωτοβουλίες, όπως η Πυξίδα Ανταγωνιστικότητας, η Ένωση Δεξιοτήτων, η Συμφωνία για καθαρή βιομηχανία, οι οποίες υπογραμμίζουν ότι οι ποιοτικές θέσεις εργασίας είναι καίριας σημασίας για την ανταγωνιστικότητα, τη βιώσιμη ανάπτυξη και ένα ισχυρό ευρωπαϊκό κοινωνικό μοντέλο. Οι προτεραιότητές της αντικατοπτρίζονται στο προτεινόμενο πολυετές δημοσιονομικό πλαίσιο, το οποίο διαθέτει τουλάχιστον το 14 % της χρηματοδότησης των εθνικών και περιφερειακών εταιρικών σχέσεων σε κοινωνικούς στόχους της ΕΕ.

Η Ροξάνα Μινζάτου, εκτελεστική αντιπρόεδρος αρμόδια για τα κοινωνικά δικαιώματα και τις δεξιότητες, τις ποιοτικές θέσεις εργασίας και την ετοιμότητα σε δηλώσεις της τόνισε τα εξής: «Κάθε θέση εργασίας στην Ευρώπη πρέπει να είναι ποιοτική. Με αυτόν τον τρόπο προσελκύουμε talenta, μειώνουμε τη φτώχεια των εργαζομένων και ενισχύουμε την ανταγωνιστικότητα και την κοινωνική συνοχή της Ευρώπης. Ο σημερινός χάρτης πορείας ανοίγει τον δρόμο για μια πράξη για την ποιότητα των θέσεων εργασίας με σκοπό τη διασφάλιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων και τη στήριξη τους κατά τον εκσυγχρονισμό των χώρων εργασίας».





Live Chat στο 1450 για θέματα επιδομάτων

Λειτουργήσε η νέα υπηρεσία διαδικτυακής Λεπικοινωνίας Live Chat στον αριθμό 1450, προσφέροντας στους πολίτες ένα ακόμη κανάλι άμεσης και αποτελεσματικής εξυπηρέτησης για ζητήματα που αφορούν την Υπηρεσία Διαχείρισης Επιδομάτων Πρόνοιας (ΥΔΕΠ) του Υφυπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας και τις Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων (ΥΚΑ) του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων.

Σε ανακοίνωσή του Υφυπουργείου αναφέρεται ότι «η υπηρεσία Live Chat, η οποία αναπτύχθηκε και λειτουργεί σε συνεργασία με το Υφυπουργείο Έρευνας, Καινοτομίας και Ψηφιακής Πολιτικής, εξυπηρετεί ερωτήματα γενικής φύσεως που αφορούν τις διαδικασίες της ΥΔΕΠ και των ΥΚΑ, και παρέχει ενημέρωση σχετικά με την πρόοδο αιτημάτων και αιτήσεων που αφορούν τις Υπηρεσίες αυτές».

Η υπηρεσία παρέχεται σε ελληνικά και αγγλικά και είναι διαθέσιμη μέσω των επίσημων ιστοσελίδων του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων: <https://www.gov.cy/mlsi> και του Υφυπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας: <https://www.gov.cy/dmsw>. Όπως προστίθεται στην ανακοίνωση, με τη λειτουργία του Live Chat, οι πολίτες θα μπορούν να λαμβάνουν άμεσα ενημέρωση εύκολα, γρήγορα και με απόλυτη διαφάνεια, μειώνοντας την ταλαιπωρία και τους χρόνους αναμονής.

Λειτουργοί του κέντρου εξυπηρέτησης θα μπορούν σε ζωντανό χρόνο να παρέχουν εξατομικευμένες απαντήσεις για όλα τα σχετικά θέματα, με αποτέλεσμα την ουσιαστική ενίσχυση της αποτελεσματικότητας και της ποιότητας της εξυπηρέτησης προς τον πολίτη. Επίσης, με το Live Chat, οι υπηρεσίες κάνουν πράξη τον στόχο για πιο σύγχρονη, προσιτή και αποτελεσματική επικοινωνία με τον πολίτη αξιοποιώντας τα χρήσιμα εργαλεία που προσφέρει η τεχνολογία.

Το κέντρο επικοινωνίας 1450 λειτουργεί από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή, 08:00–17:00, ως ενιαίο σημείο ενημέρωσης για όλα τα θέματα που αφορούν τα επιδόματα και τις παροχές των δύο υπηρεσιών.

Λύση SUDOKU

7	1	2	7	8	9	5	6	8
6	8	8	2	9	1	2	9	7
9	9	2	6	8	7	8	1	2
8	9	9	8	1	2	7	2	6
2	7	1	9	6	2	8	8	9
8	2	6	8	7	9	1	2	9
2	8	9	9	2	8	6	7	1
1	6	8	7	2	8	9	9	2
9	2	7	1	9	6	2	8	8

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Μην κρίνεις την ημέρα από τη σοδειά που θέρισε, αλλά από τους σπόρους που έσπειρες

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ



Λευκωσία:	Στασάνδρου 26,	τηλ: 22764691
Λεμεσός:	Κυρ. Οικονόμου 21	τηλ: 25861144
Λεμεσός:	Λεωφ. Ομονοίας 68 Α	τηλ: 25562444
Παραλίμνι:	Αγ. Γεωργίου 20,	τηλ: 23820422
Πάφος:	Ελευθ. Βενιζέλου 21,	τηλ: 26933820
Λάρνακα: τα μέλη εξυπηρετούνται από όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας		

Οδηγίες για ασφαλή χρήση θερμαστών υγραερίου χωρίς φουγάρο

Οδηγίες για την αγορά και ασφαλή χρήση των κοινών θερμαστών υγραερίου χωρίς φουγάρο εξέδωσε το Τμήμα Ηλεκτρομηχανολογικών Υπηρεσιών (ΤΗΜΥ).

Οι θερμάστρες πρέπει να φέρουν σημάνσεις, οι οποίες να περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων τη σήμανση CE ακολουθούμενη από τον τετραψήφιο αριθμό μητρώου του κοινοποιημένου οργανισμού που εμπλέκεται στο στάδιο ελέγχου της παραγωγής και από τα δύο τελευταία ψηφία του έτους τοποθέτησης της σήμανσης.

Οι σημάνσεις πρέπει επίσης να περιλαμβάνουν το όνομα, την καταχωρισμένη εμπορική επωνυμία ή το κατατεθέν εμπορικό σήμα του κατασκευαστή, τον τύπο, την παρτίδα ή τον σειριακό αριθμό της συσκευής ή άλλο στοιχείο που επιτρέπει την ταυτοποίησή της, τη σήμανση της κατηγορίας της συσκευής, τον τύπο του χρησιμοποιούμενου αερίου, την ονομαστική πίεση τροφοδοσίας και οδηγίες χρήσης στην ελληνική γλώσσα.

Όλες οι σημάνσεις πρέπει να είναι εμφανείς, ευανάγνωστες, ανεξίτηλες, ανθεκτικές και διαρκείς και να μην αφαιρούνται εύκολα.

«Κατά τη λειτουργία των θερμαστών, παράγονται διάφορα καυσαέρια (ρύποι), όπως μονοξείδιο του άνθρακα (CO), διοξείδιο του άνθρακα (CO2) και διοξείδιο του αζώτου (NO2). Τα αέρια αυτά, τα οποία είναι άχρωμα και άοσμα, μπορούν να καταστούν επικίνδυνα για την υγεία των καταναλωτών», σημειώνεται. «Ο ρυθμός παραγωγής των ρύπων εξαρτάται από τη δυναμικότητα και το μέγεθος της θερμάστρας, καθώς επίσης και από την κατάστασή της. Τα επίπεδα ρύπων που αναπτύσσονται και συγκεντρώνονται στο δωμάτιο ποικίλλουν ανάλογα με την ένταση χρήσης της θερμάστρας, το μέγεθος του δωματίου και την επάρκεια αερισμού. Υψηλά επίπεδα ρύπων μπορούν να αυξήσουν τις πιθανότητες εμφάνισης προβλημάτων υγείας σε άτομα με ευαίσθητο αναπνευστικό σύστημα», προστίθεται.

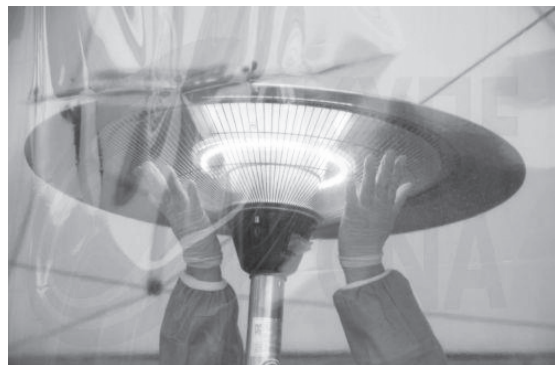
Ιδιαίτερα σε περιπτώσεις παλιών ή/και ασυντήρητων θερμαστών, οι οποίες μπορεί να δυσλειτουργούν, τα αυξημένα επίπεδα μονοξειδίου του άνθρακα (CO) μπορούν να προκαλέσουν ακόμα και τον θάνατο. Τα συμπτώματα δηλητηρίασης από μονοξείδιο του άνθρακα (CO) περιλαμβάνουν κόπωση, δύσπνοια, πονοκέφαλο, ζαλάδες, ναυτία, αδυναμία, σύγχυση-αποπροσανατολισμό και πόνους στο στήθος.

Μέτρα για ασφαλή χρήση

Για να αποφευχθεί έκθεση σε επικίνδυνους ρύπους, εγκαύματα ή πρόκληση πυρκαγιάς, η θερμάστρα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε καλά αεριζόμενους χώρους και μη σφραγίζονται οι χαραμάδες σε πόρτες και παράθυρα. Απαγορεύεται η χρήση σε υπνοδωμάτια, μπάνια, υπόγεια, γκαράζ, τροχόσπιτα ή οποιονδήποτε άλλο μικρό, κλειστό ή δύσκολα αεριζόμενο χώρο.

Συνιστάται η τοποθέτηση ανιχνευτή μονοξειδίου του άνθρακα (CO) στον χώρο. Η θερμάστρα πρέπει να τοποθετείται με προσανατολισμό προς το κέντρο του δωματίου και να βρίσκεται σε ασφαλή απόσταση από κουρτίνες, έπιπλα και άλλα εύφλεκτα υλικά. Δεν πρέπει να αποθηκεύονται διαλυτικά ή συσκευασίες υπό πίεση κοντά στη θερμάστρα.

Οι καταναλωτές καλούνται να χρησιμοποιούν κατάλληλο ρυθμιστή πίεσης με πίεση εξόδου την απαιτούμενη για τη συσκευή, να βεβαιωθούν ότι ο ελαστικός



σωλήνας είναι σε άριστη κατάσταση και να προχωρήσουν σε αντικατάστασή του σε περίπτωση παλαιότητας ή φθοράς.

Επίσης, καλούνται να σφίξουν σωστά τους σφιγκτήρες (συνδέσμους) που συνδέουν τον ελαστικό σωλήνα με τη συσκευή και τον ρυθμιστή πίεσης, και να ελέγξουν για διαρροές με αφρό σαπουνάδας. Καλούνται ακόμη να μη χρησιμοποιούν ποτέ φλόγα για έλεγχο διαρροής.

Οι καταναλωτές καλούνται να ελέγξουν ότι η φλόγα είναι σταθερή και μπλε. Εάν η φλόγα είναι κίτρινη ή πορτοκαλί, πράγμα που υποδηλώνει ατελή καύση και αποτελεί άμεσο κίνδυνο, καλούνται να σβήσουν αμέσως τη συσκευή.

Τονίζεται ότι η θερμάστρα πρέπει να λειτουργεί πάντοτε με επιτήρηση και ποτέ κατά την ώρα του ύπνου. Επιπρόσθετα, οι καταναλωτές καλούνται να μην τοποθετούν ρούχα, υφάσματα ή άλλα αντικείμενα πάνω ή κοντά στη συσκευή και να μη μετακινούν τη θερμάστρα όταν αυτή είναι σε λειτουργία.

Επίσης προτρέπονται να προστατέψουν μικρά παιδιά, ηλικιωμένους και κατοικίδια από επαφή με τις θερμές επιφάνειες. Μετά τη χρήση, καλούνται να κλείσουν καλά την παροχή αερίου από τον κεντρικό διακόπτη και να μη στέκονται πολύ κοντά στη θερμάστρα κατά τη λειτουργία της.

Εάν υποπτευθούν ή αντιληφθούν διαρροή υγραερίου, καλούνται να ανοίξουν αμέσως πόρτες και παράθυρα, να κλείσουν την παροχή από τον κεντρικό διακόπτη, να απομακρυνθούν από τον χώρο για να εισπνεύσουν καθαρό αέρα, να επικοινωνήσουν με τον διανομέα της συσκευής και να μην επαναχρησιμοποιήσουν τη συσκευή μέχρι να ελεγχθεί και να κριθεί ασφαλής από αντιπρόσωπο του διανομέα.

Οι καταναλωτές καλούνται να φροντίσουν η συσκευή να συντηρείται σωστά και σε τακτά χρονικά διαστήματα, σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή. Για την αντικατάσταση του κυλίνδρου, να μετακινήσουν τη θερμάστρα σε εξωτερικό ή καλά αεριζόμενο χώρο και να αποφύγουν την παρουσία πηγών ανάφλεξης.

Ενδείξεις προβληματικής λειτουργίας της θερμάστρας αποτελούν η κίτρινη/πορτοκαλί φλόγα ή φλόγα που συνοδεύεται από καπνό, το απότομο σβήσιμο του οδηγού φλόγας, ο δυνατός θόρυβος κατά το άναμμα ή ο θόρυβος κατά τη λειτουργία, τα σημάδια ζημιάς από φλόγα, όπως αποχρωματισμός των τοιχωμάτων, η υπερθέρμανση των εξωτερικών τοιχωμάτων, οι λεκέδες καπνιάς γύρω από τη θερμάστρα και οι χαλαρές πλάκες.

Σημειώνεται ότι η ανακοίνωση βρίσκεται αναρτημένη στην ιστοσελίδα του Τμήματος. Για περισσότερες πληροφορίες ή διευκρινίσεις, το κοινό να απευθύνεται στα τηλέφωνα 22800518 και 22800534.

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
Υπ.ρ. ανταπόκρισης ναρκωτικών:	1410
Κεν. Άμεσης βοήθειας θυμάτων βίας:	1440
Α.Η.Κ. βλάβες:	1800
Α.Τ.Η.Κ. (CΥΤΑ) βλάβες:	80000197
Γραμμή Καταναλωτή	1429

Δώστε ώθηση στον εγκέφαλό σας με άσκηση

Όπως όλα τα μέρη του σώματος έτσι και ο εγκέφαλος, απαιτεί τακτική φροντίδα και άσκηση ώστε να λειτουργεί τα μέγιστα. Με ποιους τρόπους θα μπορούσαμε να το καταφέρουμε.

Στραφείτε στον διαλογισμό

Ο τακτικός διαλογισμός μπορεί να χαλαρώσει το σώμα, να επιβραδύνει την αναπνοή και να μειώσει το στρες. Μπορεί επίσης να αλλάξει τη δομή του εγκεφάλου μας καθώς και τις εγκεφαλικές λειτουργίες. Βοηθά στη βελτίωση της μνήμης και αυξάνει την ικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργάζεται πληροφορίες. Μόνο πέντε λεπτά διαλογισμού την ημέρα αρκούν για να δημιουργήσετε μια ήρεμη ψυχική κατάσταση στο σώμα σας.

Παίξτε!

Τα σταυρόλεξα, το sudoku, τα παζλ και άλλα παιχνίδια που απαιτούν την ενεργοποίηση της λογικής, των μαθηματικών γνώσεων, των γλωσσικών και οπτικών δεξιοτήτων, ενισχύουν την εγκεφαλική δύναμη.

Αυτά τα παιχνίδια δοκιμάζουν τον εγκέφαλό μας και βελτιώνουν την ταχύτητα επεξεργασί-



ας των δεδομένων του και τη μνήμη.

Επιλέξτε μια ισορροπημένη διατροφή

Όταν ακολουθούμε μια υγιεινή διατροφή που δίνει έμφαση μεταξύ άλλων σε φυτικά τρόφιμα, δημητριακά ολικής αλέσεως, φυλλώδη λαχανικά και υγιή λίπη όπως το ελαιόλαδο, τονώνουμε την υγεία του εγκεφάλου μας.

Ενσωματώστε τροφές που ενισχύουν τον εγκέφαλο, όπως οι ξηροί καρποί, καθώς περιέχουν ωμέγα-3 λιπαρά οξέα, τα οποία είναι «καλά» λιπαρά που βοηθούν τη δομική ακεραιότητα του εγκεφάλου. Ομοίως, τα λιπαρά ψάρια.

Ασκηθείτε σε τακτική βάση

Η τακτική σωματική δραστηριότητα ωφελεί και τον εγκέφαλο. Όποιες ασκήσεις και αν επιλέ-

ξετε, η εστίαση, η συγκέντρωση και η μνήμη σας ενισχύονται.

Η γυμναστική τείνει επίσης να διευρύνει τις περιοχές του εγκεφάλου που σχετίζονται με το συντονισμό, τον προγραμματισμό και τη διαχείριση εργασιών.

Κοιμηθείτε ποιοτικά και επαρκώς

Ο ύπνος είναι πολύ σημαντικός για την καλή υγεία του εγκεφάλου σας. Η στέρησή του μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα μειωμένο εύρος προσοχής, επιδείνωση της μνήμης και αλλαγές στη διάθεση.

Επιδιώξτε επτά με οκτώ ώρες ποιοτικού ύπνου κάθε βράδυ για να επιτρέψετε στον εγκέφαλό σας να αποθηκεύει πληροφορίες πιο αποτελεσματικά.

Ξεκινήστε μια νέα δεξιότητα

Ανεξάρτητα από την ηλικία, ο εγκέφαλός σας είναι ικανός να μάθει καινούρια πράγματα σε οποιαδήποτε ηλικία. Η εκμάθηση οποιασδήποτε νέας δεξιότητας μπορεί να δώσει ώθηση στον εγκέφαλό σας και να ενισχύσει τις εγκεφαλικές συνδέσεις, καθώς η διαδικασία αυτή εμπλέκει πολλές περιοχές του εγκεφάλου.

SUDOKU

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

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Λευκή φασολάδα



Υλικά

400 γρ. άσπρα φασόλια
100 γρ. κρεμμύδι ψιλοκομμένο
2 καρότα σε κυβάκια
1 σκελίδα σκόρδο
Λίγο άνηθο ψιλοκομμένο
Αλάτι, πιπέρι
80 γρ. ε.π. ελαιόλαδο

Εκτέλεση

Βήμα 1ο

Μουσκεύουμε από το προηγούμενο βράδυ τα φασόλια σε άφθονο νερό. Την επόμενη μέρα, τα ξεπλένουμε και τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα.

Βήμα 2ο

Προσθέτουμε το κρεμμύδι, το καρότο, το σκόρδο και περίπου δύο λίτρα νερό και τα αφήνουμε να βράσουν σε χαμηλή φωτιά.

Βήμα 3ο

Όταν μαλακώσουν και χυλώσουν καλά τα φασόλια, ρίχνουμε τον άνηθο, αλάτι, λίγο φρεσκοτριμμένο πιπέρι και το φρέσκο παρθένο ελαιόλαδο και ανακατεύουμε.

Βήμα 4ο

Σιγοβράζουμε για 5 λεπτά ακόμα και αποσύρουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά.

Βήμα 5ο

Σερβίρουμε τη φασολάδα ζεστή με φρέσκο ζυμωτό ψωμί, αλλά είναι εξίσου απολαυστική και κρύα, από το ψυγείο, με κρίθινα παξιμάδια.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

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

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

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

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

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

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

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

Σκορπιός: Οι ειλικρινείς και ανοιχτές συζητήσεις μπορεί να ξεκαθαρίσουν το τοπίο ή τα συναισθήματά σου. Αισθάνεσαι ευχάριστα απασχολημένη και ότι έχεις τον πλήρη έλεγχο των καταστάσεων. Η όψη Ερμή - Άρη σε βοηθά να τραβήξεις τα εποικοδομητικά και χρήσιμα κομμάτια από τις συνομιλίες και τις πληροφορίες που χρειάζεσαι.

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



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

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

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

24η Επαρχιακή Συνδιάσκεψη Σωματείου Κυβερνητικών ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας

Με μεγάλη συμμετοχή πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 9 Δεκεμβρίου 2025 η 24η Επαρχιακή Συνδιάσκεψη του Σωματείου Κυβερνητικών ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας.

Στη Συνδιάσκεψη παρέστησαν τα μέλη του Σωματείου, εκπρόσωποι της Ομοσπονδίας και της Γραμματείας του Εργατικού Κέντρου ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας.

Την εκδήλωση χαιρέτησε ο Γενικός Γραμματέας της ΟΕΚΔΥ ΣΕΚ, Γιώργος Κωνσταντίνου, ο οποίος στην ομιλία του αναφέρθηκε στις σημαντικές κατακτήσεις της Ομοσπονδίας και του Σωματείου, την ανανέωση των συλλογικών συμβάσεων του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού, του προσωπικού ΟΚΥΠΥ και των Σχολικών Εφορειών.

Ο κ. Κωνσταντίνου τόνισε τη σημασία της συλλογικής δράσης, της διαπραγμάτευσης και της κοινωνικής δικαιοσύνης, επισημαίνοντας ότι η ΣΕΚ παραμένει σταθερά δίπλα στα μέλη της, διασφαλίζοντας αξιοπρεπείς μισθούς και όρους εργασίας.

Στη συνέχεια, ο Γραμματέας του Σωματείου, Ανδρέας Νεοφύτου, αναφέρθηκε στην οργανωτική ανάπτυξη του Σωματείου, στην αύξηση των μελών, στη σπουδαιότητα του ρόλου των τοπικών επιτρόπων και στην ενίσχυση των δομών υποστήριξης των μελών.

Ο κ. Νεοφύτου τόνισε ότι το Σωματείο έχει δημιουργήσει μια μεγάλη οικογένεια σχέσεων εμπιστοσύνης, αλληλεγγύης και αλτρουισμού.

Την εκδήλωση χαιρέτησε και ο Επαρχιακός Γραμματέας του Εργατικού Κέντρου ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας, Χρίστος Πελεκάνος, ο οποίος τόνισε ότι η Συνδιάσκεψη πραγματοποιείται σε μια περίοδο έντονων προκλήσεων, με τη μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού, την αναθεώρηση του κατώτατου μισθού και τη συζήτηση για τη φορολογική μεταρρύθμιση να βρίσκονται στο επίκεντρο. Σημείωσε ότι «πολλοί επιχειρούν να απαξιώσουν και να περιθωριοποιήσουν το συνδικαλιστικό κίνημα», τονίζοντας όμως ότι η οργανωμένη ένταξη των εργαζομένων αποτελεί τη μοναδική ασπίδα υπεράσπισης των δικαιωμάτων τους.

Τα οικονομικά αποτελέσματα κατέθεσε ο Ταμίας του Σωματείου, Κώστας Χατζηχαράλαμπος.

Η Συνδιάσκεψη αποτέλεσε μια ευκαιρία για ανασκόπηση του έργου των προηγούμενων ετών, ανταλλαγή απόψεων για τις τρέχουσες προκλήσεις και θέσπιση στόχων για την περαιτέρω ενδυνάμωση του Σωματείου.

Η συνδιάσκεψη εξέλεξε τα νέα μέλη του Επαρχιακού Συμβουλίου:

Αντρέας Νεοφύτου – Γραμματέας

Κώστας Χατζηχαράλαμπος – Ταμίας

Αναστάσιος Κάκουλλης – Εισπράκτορας

Μέλη: Νίκος Σατσιας, Ραφαήλ Λύμπουρας, Μάριος Κίτρου, Κώστας Κωνσταντίνου, Μυροφόρα Χατζηττοφή, Χρίστος Αργυρού, Γεώργιος Ηροδότου, Ματθαίος Κωνσταντίνου, Χρίστος Τιγγίρης, Σταυρούλα Μιχαήλ, Χαράλαμπος Σολωμού, Μόνικα Γεωργίου, Νεόφυτος Χριστοδουλίδης, Χρίστος Καρύδης



Στο πλαίσιο της συνδιάσκεψης τιμήθηκαν μέλη του Επαρχιακού Συμβουλίου που αφυπηρέτησαν, οι Κυριάκος Χριστοδούλου, Χριστόδουλος Ορφανίδης και Μαρία Ιωαννίδου, για την πολυετή και ανεκτίμητη προσφορά τους.



- Ενομήσιο κυβερνητικό προσωπικό
- Σχολικές εφορείες
- ΟΚΥΠΥ σε ωρομίσθιο και υπαλληλικό προσωπικό
- Εργαζόμενους ασπίδου χρόνου και
- Κυπριακό Οργανισμό Τυποποίησης

Επιστροφή με σπουδαία νίκη για τον ΑΠΟΕΛ



Επιστροφή στις νίκες για τον ΑΠΟΕΛ. Αφού το βράδυ της περασμένης Κυριακής οι γαλαζοκίτρινοι της Λευκωσίας επικράτησαν με 2-0 του Άρη στο ΓΣΠ. Η ομάδα του Πάμπλο Γκαρσία ήταν πιο αποφασιστική και κυρίως πιο αποτελεσματική από τους πράσινους της Λεμεσού και κατάφερε να πανηγυρίσει μιας τεράστιας σημασίας νίκη που αποτελεί βάλαμο στις πληγές του και τον διατηρεί σε ακτίνα απόστασης από την πρώτη τριάδα.

Ιδιαίτερη αναφορά θα πρέπει να γίνει για τον Σλοβένο τερματοφύλακα τον γαλαζοκίτρινων Βίντ Μπέλετς, ο οποίος πραγματοποίησε μια από τις πιο ολοκληρωμένες φετινές του εμφανίσεις. Σταθερός, με σωστές τοποθετήσεις, καθοριστικές αποκρούσεις και πολύ καλή διαχείριση της περιοχής του, αποτέλεσε «ασπίδα» σε κρίσιμα σημεία του αγώνα. Παράλληλα, η επικοινωνία και η καθοδήγησή του προς την άμυνα ήταν σαφής, δίνοντας σιγουριά στους συμπαίκτες του. Δεν ήταν τυχαίο που ο κόσμος τον ανέδειξε πολυτιμότερο παίκτη της αναμέτρησης.

Συνεχίζει ακάθεκτη η Πάφος

Η επικράτηση αν και δίκαιη, δεν ήρθε τόσο εύκολα όσο δείχνει το σκορ για την Πάφο αφού χρειάστηκε να βάλει ένταση και πίεση στο παιχνίδι της από την αρχή μέχρι το τέλος απέναντι στον μαχητικό Ακρίτα Χλώρακας. Τελικά, οι πρωτοπόροι επικράτησαν 4-0 στο Στέλιος Κυριακίδης και διατηρήθηκαν στην κορυφή δυο βαθμούς μπροστά από την Ομόνοια.

Λευκή ισοπαλία στη Λεμεσό

Απόλλων και Ανόρθωση έμειναν στο ισόπαλο 0-0 στο «AlphaMega Stadium», στο πλαίσιο της 13ης αγωνιστικής του πρωταθλήματος. Ο Απόλλωνας που ήταν αρκετά καλός και πιο επιθετικός στο πρώτο ημίχρονο, έμεινε για δεύτερο παιχνίδι στην ισοπαλία. Οι γαλάζιοι της Λεμεσού, με τον βαθμό που πήραν έφτασαν τους 21 και βρίσκονται στην 6η θέση. Από την άλλη η Ανόρθωση, συνέχισε το αήττητο σερί επτά αγώνων στο πρωτάθλημα και με 13 βαθμούς είναι στην 11η

θέση της βαθμολογίας. Την επόμενη αγωνιστική ο Απόλλωνας ως τυπικά γηπεδούχος αγωνίζεται κόντρα στον Άρη (14/12).

Νίκη Ομόνοιας επί του Ολυμπιακού

Σημαντική νίκη πέτυχαν οι πράσινοι της Λευκωσίας επί του Ολυμπιακού. Ο Εράκοβιτς ο οποίος μπήκε στον αγωνιστικό χώρο από τον πάγκο, πέτυχε το 2-0 και ουσιαστικά κλείδωσε τη νίκη της Ομόνοιας με 3-0, με τον Σεμέδο να σκοράρει δις και να δίνει την ασίστ στον Μαυροβούνιο. Ο 26χρονος μέσος δείχνει ανεβασμένος, κάτι που παρατηρεί και ο Χένινγκ Μπεργκ, δίνοντάς του ολοένα και περισσότερο χρόνο συμμετοχής.

Διπλό για ΑΕΛ

Η ΑΕΛ πέτυχε σημαντικό διπλό επί της Ομόνοιας Αραδίππου. Οι «λεοντές» κυνηγούσαν νίκη που θα τους εδραίωνε στη «μάχη» της πρώτης εξάδας, απέναντι σε έναν αντίπαλο που «παλεύει» για την επιβίωσή του και έχει ανάγκη κάθε βαθμό στην προσπάθεια παραμονής. Οι «γαλαζοκίτρινοι» της Λεμεσού τα κατάφεραν και πέρασαν με σχετική δυσκολία (1-3) από την εκτός έδρας δοκιμασία.

Κυρίαρχη στην «Αρένα» η ΑΕΚ

Η ΑΕΚ χρειάστηκε να βγάλει μεγάλη ένταση μέχρι να λυγίσει τον Εθνικό με 2-1 στην «Αρένα», όμως, η νίκη αυτή ήρθε την κατάλληλη στιγμή. Η επιστροφή στα θετικά αποτελέσματα λειτουργεί ως τονωτική ένεση πριν από το ταξίδι στη Σουηδία για το κρίσιμο παιχνίδι με τη Χέκεν, όπου οι κιτρινοπράσινοι χρειάζονται πάση θυσία τη νίκη για να ελπίζουν σε απευθείας πρόκριση στην επόμενη φάση του Κόνφερενς Λιγκ.

13η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Απόλλων - Ανόρθωση 0-0

ΑΠΟΕΛ - Άρης 2-0

Ομόνοια Αρ. - ΑΕΛ 1-3

ΑΕΚ - Εθνικός 2-1

Ολυμπιακός - Ομόνοια 0-3

ΕΝΠ - ΕΝΥ 0-1

Πάφος FC - Ακρίτας 4-0



Νίκες για ΜΕΑΠ, Χαλκάνορα και Καρμιώτισσα

Με τρεις αναμετρήσεις ολοκληρώθηκε η ενδέκατη αγωνιστική της πρώτης φάσης του Πρωταθλήματος Β' Κατηγορίας.

Η Νέα Σαλαμίνα οδηγεί αήττητη την κούρσα με 31 βαθμούς και ακολουθεί η Δόξα Κατωκοπιάς με 21 βαθμούς, που έφερε ισοπαλία 1-1 με την Ομόνοια 29Μ.

Στην τρίτη θέση ανέβηκε με 20 βαθμούς η Καρμιώτισσα Πολεμιδιών που επικράτησε 3-2 του Εθνικού Λατσιών.

Συνοπτικά τα αποτελέσματα της 11ης αγωνιστικής:

Παρασκευή 05.12.2025

ΑΣΙΑ - Διγενής Μόρφου 1-0

Σάββατο 06.12.2025

ΑΕΖ - Ηρακλής Γερολάκκου 0-1

ΠΑΕΕΚ - ΑΠΕΑ Ακρωτηρίου 3-2

Σπάρτακος Κιτίου - Νέα Σαλαμίνα 0-2

Ομόνοια 29Μ - Δόξα Κατωκοπιάς 1-1

Κυριακή 07.12.2025

Χαλκάνορας - ΠΟ Αχυρώνας Ονήσιλος 5-1

Καρμιώτισσα Πολεμιδιών - Εθνικός Λατσιών 3-2

ΜΕΑΠ - Αγία Νάπα 2-0



Νίκη για τον Εθνικό Άσσιας ισοπαλία 1-1 στο Ομόνοια Ψευδά - Άτλας

Με δύο αναμετρήσεις ολοκληρώθηκε σήμερα η ενδέκατη αγωνιστική της πρώτης φάσης του Πρωταθλήματος Γ' Κατηγορίας.

Ο Εθνικός Άσσιας νίκησε με 3-2 την ομάδα FC Λειβάδια και έφθασε στους 20 βαθμούς.

Στο άλλο σημερινό παιχνίδι Ομόνοια Ψευδά - Άτλας Αγλαντζιάς έμειναν στο ισόπαλο 1-1.

Τα αποτελέσματα στους αγώνες του Σαββάτου:

ΑΠΟΝΑ - Ανόρθωση Μοντταγιακάς 1-2

Κούρης Ερήμης - ΠΟ Ορμήδειας 1-1

ΑΕΝ - ΘΟΪ Λακατάμιας 3-1

Οθέλλος Αθηαίνου - Αναγέννηση Δερύνειας 0-4

Ασπίς Πύλας - ΑΕΠ Πολεμιδιών 0-0

Ερμής Αραδίππου - Κέδρος 1-1



Παγκύπρια Συνδιάσκεψη του Τμήματος Συνταξιούχων της ΣΕΚ

Την Πέμπτη 11 Δεκεμβρίου 2025 στις 10.30 το πρωί θα πραγματοποιηθεί στην αίθουσα Μάρκου Δράκου, στο Μέγαρο της ΣΕΚ, στον Στρόβολο η Παγκύπρια Συνδιάσκεψη του Τμήματος Συνταξιούχων ΠΕΣΥΣ-ΣΕΚ.

Στο πλαίσιο των εργασιών της Συνδιάσκεψης, χαιρετισμούς θα απευθύνουν ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, καθώς και εκ μέρους της Υφυπουργού Κοινωνικής Πρόνοιας ο Γενικός Διευθυντής του Υφυπουργείου, Γιάννης Νικολαΐδης.

Ομιλία θα εκφωνήσει ο Γραμματέας του Τμήματος Συνταξιούχων ΣΕΚ Μιχάλης Ρώσσης. Η Συνδιάσκεψη αναμένεται να συγκεντρώσει σημαντικό αριθμό συνταξιούχων αντιπροσώπων, οι οποίοι με τις εισηγήσεις τους θα συμβάλουν στην ενίσχυση των πολιτικών θέσεων του Τμήματος για ζητήματα που τους αφορούν και επηρεάζουν.

Της Συνδιάσκεψης θα προεδρεύσει ο Γενικός Οργανωτικός Πανίκος Αργυρίδης.



Κυβερνητικός ανασχηματισμός

Ανέλαβαν καθήκοντα οι νέοι υπουργοί

Σε ανασχηματισμό της Κυβέρνησης προχώρησε στην περασμένη Παρασκευή, 5 Δεκεμβρίου 2025, ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας Νίκος Χριστοδουλίδης, ασκώντας τις εξουσίες που του παρέχει το Σύνταγμα.

Οι αλλαγές του Υπουργικού Συμβουλίου:

- Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων: Μαρίνος Μουσιούττας
- Υπουργός Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας: Μιχάλης Δαμιανός
- Υπουργός Δικαιοσύνης και Δημοσίας Τάξεως: Κωνσταντίνος Φυτιρής
- Υπουργός Υγείας: Νεόφυτος Χαραλαμπίδης
- Υφυπουργός Κοινωνικής Πρόνοιας: Κλέα Χατζηστεφάνου Παπαέλληνα
- Επίτροπος Προεδρίας: Μάριος Χαρτσιώτης

Προχθές, Δευτέρα, 8 Δεκεμβρίου 2025, πραγματοποιήθηκαν οι τελετές παράδοσης και παραλαβής στα αρμόδια υπουργεία, με τους νέους υπουργούς και την υφυπουργό να αναλαμβάνουν επισήμως τα καθήκοντά τους, παρουσία του Προέδρου της Δημοκρατίας.

Στις δηλώσεις του, ο Πρόεδρος Νίκος Χριστοδουλίδης κάλεσε τα νέα μέλη του Υπουργικού Συμβουλίου να εργαστούν με αφοσίωση, συνεργασία και υπευθυνότητα. Όπως χαρακτηριστικά ανέφερε, καλεί τους υπουργούς «να επιδιώκουν τη συνεργασία με όλους τους θεσμούς του κράτους, να έχετε συνεχή επαφή με τους πολίτες, μακριά από λαϊκίστικες προσεγγίσεις, και να υπηρετείτε το δημόσιο συμφέρον στη βάση της νομιμότητας».

Η ΣΕΚ έχει ήδη συγχαρεί τους νέους υπουργούς και δηλώνει έτοιμη να συνεχίσει τη στενή και ουσιαστική συνεργασία για την προώθηση πολιτικών που ενισχύουν την προστασία των εργαζομένων και τη βελτίωση των όρων απασχόλησης και τη στήριξη του συνόλου της κοινωνίας.

Συνεδρία της Επιτροπής του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου+ (ESF+) Η ΣΕΚ εκπροσώπησε τους Κύπριους εργαζομένους



Ο Γενικός Οργανωτικός της ΣΕΚ, Πανίκος Αργυρίδης εκπροσωπώντας την ομάδα των εργαζομένων της Κύπρου συμμετείχε στην ολομέλεια της Επιτροπής του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου+ (ESF+), η οποία πραγματοποιήθηκε στις 3-5 Δεκεμβρίου 2025 στην Κοπεγχάγη.

Η συνεδρία, με τη συμμετοχή εκπροσώπων της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, κρατών-μελών και κοινωνικών εταίρων, επικεντρώθηκε σε σειρά κρίσιμων θεμάτων κοινωνικής πολιτικής και απασχόλησης.

Την επιτροπή απασχόλησε η έγκριση του Προγράμματος Εργασίας 2026 της Επιτροπής ESF+, ενημέρωση από τις Τεχνικές Ομάδες Εργασίας του ESF+, παρουσίαση καλών πρακτικών για τη συνεργασία ESF+ & ERDF στη Δανία, ενημέρωση για την πρωτοβουλία ALMA, που στηρίζει νέους εκτός εκπαίδευσης και εργασίας, η κοινωνική ένταξη - Αποϊδρυματοποίηση και Απασχόληση

Ατόμων με Αναπηρίες, η κοινωνική διάσταση της πρότασης για το Πολυετές Δημοσιονομικό Πλαίσιο (MFF) και διάφορα άλλα θέματα.

Ο Γενικός Οργανωτικός της ΣΕΚ σε παρέμβαση του αναφέρθηκε σε ουσιαστικές πολιτικές για την κοινωνική συνοχή, την καταπολέμηση του κοινωνικού αποκλεισμού και την ενίσχυση ποιοτικών θέσεων εργασίας. Η ΣΕΚ θα συνεχίσει να εργάζεται για μια Ευρώπη πιο δίκαιη, πιο συμπεριληπτική και πιο κοντά στους ανθρώπους της εργασίας.

Κατά τη διάρκεια των εργασιών ανακοινώθηκε ότι η επόμενη συνεδρία της Επιτροπής του ESF+ θα πραγματοποιηθεί στην Κύπρο, στο πλαίσιο της κυπριακής Προεδρίας του Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Η ΣΕΚ χαιρετίζει ιδιαίτερα αυτή την εξέλιξη, η οποία ενισχύει τον ρόλο της Κύπρου στη διαμόρφωση των ευρωπαϊκών κοινωνικών και εργασιακών πολιτικών.

Διαχρονική στήριξη

Επίσκεψη της ΣΕΚ στο Μέγαθρον Αγωνιστών της ΕΟΚΑ



Επίσκεψη στο Μέγαθρον Αγωνιστών της ΕΟΚΑ στη Λεμεσό πραγματοποίησε τη Δευτέρα, 8 Δεκεμβρίου 2025, ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, συνοδευόμενος από τον Γενικό Ταμία της ΣΕΚ, Σάββα Κούλα, και τον Επαρχιακό Γραμματέα της ΣΕΚ Λεμεσού, Γιώργο Οδυσσέως.

Στο πλαίσιο της επίσκεψης, ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ επέδωσε την ετήσια εισφορά της ΣΕΚ στον Πρόεδρο του Μεγάλου, αναγνωρίζοντας τη σημαντική και πολυετή προσφορά του Ιδρύματος ως

ένα πολυδύναμο ιατρικό κέντρο που προσφέρει, με υποδειγματικό τρόπο, υπηρεσίες υψηλού επιπέδου προς τον κυπριακό λαό και ιδιαίτερα προς τους αγωνιστές της ΕΟΚΑ 1955-59 και τις οικογένειές τους.

Παραλαμβάνοντας την εισφορά, ο Πρόεδρος του Μεγάλου ευχαρίστησε τη ΣΕΚ για τη διαχρονική στήριξή της, τονίζοντας ότι το Μέγαθρον θα συνεχίσει να προσφέρει ποιοτικές και αναβαθμισμένες υπηρεσίες σε όλους τους πολίτες που τις χρειάζονται.