ERG_1-1_inn_1 4/6/15 11:48 AM Page 1

ΣΕΚ 1944

Εργατική Φωνή

ITUC CSI IGB · SYNDICAT EUROPEEN TRADE UNION

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΜΕΓΑΛΗ ΤΡΙΤΗ 7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2015

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2854
ΤΙΜΗ 0.68€(£ 0.40)

ΓΕΣΥ: Βρέφος... ετών 14

Η αναβλητικότητα και η ανικανότητα της πολιτείας άφησε το Σχέδιο Υγείας σε νηπιακή κατάσταση. Μια πονεμένη ιστορία με θύματα τους απλούς πολίτες. Μια σειρά στοιχείων και γεγονότων όπως τα εντόπισε ο Χρίστος Καρύδης υπεύθυνος του τμήματος Οικονομικών Μελετών της ΣΕΚ.

Σελ. 5

Δόξα και τιμή στο έπος του '55

Ο αδούλωτος Κυπριακός Ελληνισμός τίμησε με μεγαλοπρέπεια την επική επέτειο της 1ης Απριλίου διατρανώνοντας ότι θα συνεχίσει απτόητος τον αγώνα για Ελευθερία και Εθνική Δικαίωση, με άσβεστο φάρο τη θυσία των παλληκαριών της ΕΟΚΑ.



Σελ.8, 9

Άρχισαν οι διαπραγματεύσεις για τα αιτήματα στη Βιομηχανία

Η ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ μπήκε στο χορό των διαπραγματεύσεων για ανανέωση των συλλογικών συμβάσεων του Βιομηχανικού κλάδου οι οποίες έληξαν στο τέλος του 2014. Κορυφαία επιδίωξη η διατήρηση των θέσεων εργασίας, τονίζει η ηγεσία της Ομοσπονδίας.

Σελ. 3

• **Η ΣΕΚ επιμένει στη διαφοροποίηση της πολιτικής εργοδότησης ξένων**

Εφικτή η μείωση της ανεργίας

Η διαφοροποίηση της πολιτικής απασχόλησης αλλοδαπών από τρίτες χώρες, μπορεί κάλλιστα να συμβάλει στη μείωση της ανεργίας σε συγκεκριμένους κλάδους της οικονομίας.

Η θέση αυτή περιλαμβάνεται σε επιστολή που απέστειλε πρόσφατα ο γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** στο Γενικό Διευθυντή του υπουργείου Εργασίας **Ανδρέα Ασσιώτη** με αφορμή την απόφαση της Εθνικής Επιτροπής Απασχόλησης για σύσταση ομάδας εργασίας η οποία θα μελετήσει τα τεκταινόμενα στην Κυπριακή αγορά εργασίας με στόχο να διαμορφωθεί συγκεκριμένη εισήγηση στο Υπουργικό Συμβούλιο.

Το όφελος στην εργοδότηση Κυπρίων ανέργων μπορεί να προκύψει στους κλάδους κατασκευών, μεταποίησης, λιανικού εμπορίου και εστίασης, όπου διαπιστώνεται υπερβολική εργοδότηση προσωπικού από τρίτες χώρες.

(Σελ 6)



- **Κορυφαία προτεραιότητα η εξοικονόμηση θέσεων εργασίας για τους Κύπριους**
- **Επείγουσα ανάγκη η πάταξη της οργιάζουσας εκμετάλλευσης της εργασίας**
- **Ώρα για νομοθετική ρύθμιση των βασικών όρων απασχόλησης εκεί όπου δεν εφαρμόζονται οι συλλογικές συμβάσεις**
- **Να επιταχυνθεί ο κοινωνικός διάλογος για σύναψη συμφωνίας εθνικής στρατηγικής απασχόλησης - Γραπτό διάβημα ΣΕΚ στο υπουργείο Εργασίας**
- **Να κλείσουν χωρίς άλλη καθυστέρηση οι μαύρες τρύπες στην αγορά εργασίας**

Η ΣΕΚ εύχεται ολόψυχα σε όλους **ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ** με ανάταση ψυχής και γρήγορη λύτρωση της μαρτυρικής Κύπρου και του δεινοπαθούντος Ελληνισμού.

Λόγω των γιορτών του Πάσχα η «ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ» δεν θα κυκλοφορήσει την Τετάρτη της Διακαινισήμου. Επόμενη έκδοση στις 22 Απριλίου 2015



Ελπιδοφόρα τα μηνύματα της Ανάστασης

Σε λίγα 24ωρα η χριστιανοσύνη θα γιορτάσει την Ανάσταση του Θεανθρώπου.

Η πορεία προς το Γολγοθά θα δώσει τη θέση της στη σταυρική θυσία την οποία θα διαδεχθεί η Ανάσταση.

Αυτές τις ώρες πρέπει να βγούμε από το λήθαργο και τα καθημερινά μας προβλήματα και να εισέλθουμε στη σφαίρα του μυστηρίου.

Να εγκαταλείψουμε την πλαδαρότητα, την αδράνεια και τον εφησυχασμό και με καθαρή σκέψη να αφουγκραστούμε τα όσα δυνατά και αιώνια μηνύματα μας στέλνει η εορτή του Πάσχα.

Η Ορθοδοξία και ο Ελληνισμός στο σύνολο του βιώνουν δύσκολες ώρες. Στα εθνικά, στα οικονομικά, στα κοινωνικά, στα πνευματικά ζητήματα.

Κάποιοι φαίνεται πως με τη δράση, τις ενέργειες και τη συμπεριφορά τους επιδιώκουν τη συρρίκνωση και του Ελληνισμού και της Ορθοδοξίας.

Η Κύπρος βιώνει τις δικές της τραγικές συνθήκες. Αφού έτυχε μιας εγκληματικής συμπεριφοράς από τους δυνατούς της Ευρώπης υπό το πρόσχημα της διόρθωσης των τραπεζικών λαθών και παραλείψεων, έτυχε άλωσης και εκ των έσω, από ανεπαρκείς πολιτικούς και από επικίνδυνους τραπεζίτες.

- **Να μας βγάλει από το λήθαργο και τον εφησυχασμό η πορεία προς το Γολγοθά**

Οι χιλιάδες άνεργοι, οι κουρεμένοι καταθέτες, οι κάτοχοι αξιογράφων, οι χαμηλοσυνταξιούχοι και οι άλλες ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού, είναι θύματα ενός συστήματος - τραπεζικού και πολιτικού - που έχασε την αξιοπρέπεια και την αξιοπιστία του.

Ας προσπαθήσουμε αυτές τις μέρες να ξυπνήσουμε. Να ξαναπιστεύσουμε στις δυνάμεις μας και στις αντοχές μας. Να βρούμε όραμα και ελπίδα και να διεκδικήσουμε από τους πολιτικούς και πολιτειακούς άρχοντες ένα καλύτερο κράτος, τουλάχιστον για τις επόμενες γενιές.

Το ανέβασμα στο Γολγοθά, η σταυρική θυσία, η ταφή και η ζωηφόρος Ανάσταση στέλνουν πολλαπλά μηνύματα.

Ας τα αξιοποιήσουμε ο καθένας προς δικό του όφελος και όλοι μαζί προς όφελος της πατρίδας, του Ελληνισμού και της Ορθοδοξίας.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρος στους εργατικούς, κοινωνικούς κι εθνικούς αγώνες

ERG_2-2_inn_4 4/6/15 11:47 AM Page 1

Ο ΓΟΛΓΟΘΑΣ ΤΟΥ ΛΑΟΥ ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ ΑΝΑΣΤΑΣΙΜΑ ΜΗΝΥΜΑΤΑ ΔΕΝ ΦΑΙΝΟΝΤΑΙ

Ο γολγοθάς της Κύπρου και του λαού της συνεχίζεται. Η πνευματική και κοινωνική κρίση στη νήσο των αγίων και των μαρτύρων καλά κρατούν ενώ η οικονομική ύφεση βαθαίνει ολοένα και περισσότερο στέλλοντας στη δυσπραγία και την απόγνωση χιλιάδες νοικοκυριά. Μέρα με τη μέρα γινόμαστε μάρτυρες νέων οικονομικών σκανδάλων και φαινομένων διαπλοκής τα οποία συνηγορούν ότι η καθημερινότητα του πολίτη κινείται σε ένα απέραντο ναρκοπέδιο το οποίο μας στέλλει προειδοποιητικά σήματα για το αύριο.

Η πολιτική ζωή παραμένει βουτηγμένη στην ανυποληψία ενώ τα νέα κομματικά στελέχη στην πλειοψηφία τους εκπέμπουν στο ίδιο μήκος κύματος με τους πολιτικούς τους πάτρωνες που έφεραν στον τόπο τη δυστυχία και τη συμφορά. Πολιτικοί ηγέτες και κομματοκράτορες αντί να ντρέπονται για τον βίον και την πολιτεία τους, βγαίνουν στις τηλεοπτικές οθόνες μερονυχτίς επιχειρώντας να κάνουν το μαύρο άσπρο. Χωρίς ίχνος αυτοσεβασμού και σεβασμού προς τους κατακρευργημένους πολίτες, αχρείοι ηγετίσκοι καταβάλλουν επίμονες προσπάθειες να μας πείσουν ότι η οικονομική τραγωδία έπεσε μόνη της από τον ουρανό ως μετεωρίτης. Ακόμη και πάνω στα ερείπια που επεσώρευσαν αλληλοσπαράσσονται για διαμοιρασμό των λιγοστών ιματίων που απόμειναν. Από την πλευρά του, το οικονομικό κατεστημένο που ευθύνεται και αυτό σε μεγάλο βαθμό για την οικονομική τραγωδία, δυστυχώς, παραμένει άτρωτο και κατεπέκταση αδίστακτο. Οι νεοφανείς τραπεζίτες, που υπόσχονται λαγούς και



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

πετραχήλια στους σφαγιασθέντες πολίτες, εξακολουθούν να συμπεριφέρονται αλαζονικά σπέροντας τον φόβο και την αβεβαιότητα, καθιστώντας τα θύματα τους εύκολη λεία στις αδηφάγες ορέξεις τους.

Στο κοινωνικό μέτωπο όλα μοιάζουν μαύρα κι άραχνα. Τα δικαιώματα στην **απασχόληση** πετσοκόβονται από αδαείς επιχειρηματίες υπό την ευλογία της εξουσίας ενώ η εκμετάλλευση των ανθρώπων της εργασίας φθάνει σε εξευτελιστικά επίπεδα.

Στον νευραλγικό χώρο της **υγείας** τα ακόρεστα γεράκια του εύκολου πλουτισμού καραδοκούν φρενάροντας την υλοποίηση του Γενικού Σχεδίου Υγείας, σε μιά περίοδο που όλοι ανεξαιρέτως, συμπεριλαμβανομένου του αρμόδιου υπουργού, διαβεβαιώνουν ότι το υφιστάμενο καθεστώς υγείας ασθενεί βαρύτατα.

Στον σημαίνοντα τομέα της **Παιδείας** οποιαδήποτε προσπάθεια για αναβάθμιση της παρεχόμενης εκπαίδευσης και αγωγής προσκρούει σε κομματικο – ιδεοληπτικά σύνδρομα και μικροσυνδικαλιστικά συμφέροντα.

Μέσα σαυτό το σκοτεινό πεδίο, η οικονομικά καθημαγμένη και ψυχικά καταρρακωμένη κοινωνία των πολιτών πελαγοδρομεί αναζητώντας απεγνωσμένα σανίδα διάσωσης. Δυστυχώς στον σκοτεινό ορίζοντα δεν φαίνεται φώς. Η μοναδική αχτίδα φωτός προέρχεται από την γενική εισαγγελεία και την ελεγκτική υπηρεσία του κράτους που σύμφωνα με τα φαινόμενα εργάζονται συγκροτημένα, αποφασιστικά και αθόρυβα για να αποκαλύψουν το βρώμικο παιγνίδι που οδήγησε τον τόπο στην καταστροφή.

Ασφαλέστατα, για να ανατείλει φώς ανέσπερο, σε τούτο το ανεμοδαρμένο νησί, θα πρέπει οι ίδιοι οι πολίτες να βγουν από το λήθαργο και να νικήσουν τον καταθλιπτικό ψυχικό τους κόσμο, υψώνοντας ανάστημα για απαλλαγή από το πολιτικό και κοινωνικο-οικονομικό κατεστημένο που εξακολουθεί να μας κρατά όμηρους στα απάνθρωπα δεσμά του. Αν πράγματι θέλουν να ελπίζουν, οι πολίτες θα πρέπει να κινητοποιηθούν αυτοβούλως συγκροτώντας τις δικές του καθαρές ομάδες κρούσης σε όλα τα μέτωπα της καθημερινότητας. Αυτή είναι και η μόνη συνταγή που μπορεί να βαδισει μια ώρα γρηγορότερα τον ανηφορικό δρόμο του γολγοθά φέρνοντας την πολυπόθητη ανάσταση στην πολύπαθη Κύπρο μας.

Ο πρόεδρος της Δημοκρατίας, από την πλευρά του, αν δεν θέλει να γραφτεί το όνομα του με μελανά γράμματα στην Κυπριακή ιστορία, θα πρέπει να βάλει έντονη την σφραγίδα του στα κορυφαία ζητήματα που αφορούν στην τιμωρία των ενόχων, την εξυγίανση των θεσμών και την κοινωνικοοικονομική ανασυγκρότηση.

Κρίνουμε με περισσή ευκολία τους άλλους αλλά «κλωτσάμε» όταν μας κρίνουν

Το ευκολότερο πράγμα στον άνθρωπο είναι να ασκεί κριτική για ένα γεγονός, χωρίς να λαμβάνει υπόψη όλους ανεξαίρετα τους παράγοντες που το συνθέτουν και προφανώς δεν τους γνωρίζει.

Σε καθημερινή βάση κρίνουμε με ευκολία το γείτονα μας ,το φίλο μας, το παιδί μας για πράξεις ή και παραλείψεις τους ενώ το ίδιο μοτίβο προβάλει και από την αντίπερα όχθη όπου οι κριθέντες εξαπολύουν μύδρους για τον



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

τρόπο που συμπεριφερόμαστε, για τον τρόπο που σταθμεύουμε το αυτοκίνητό μας, το πώς ντυνόμαστε, το πώς περπατάμε, πότε ανάβουμε τα κάρβουνα και όλη μπόχα εισέρχεται στις οικίες τους και για ένα άλλο σωρό άλλες κριτικές τις πλείστες των οποίων αγνοούμε.

Είναι στο ανθρώπινο σκαρί να παίρνει καθημερινά ένα φτυάρι και να ξεθάβει τα αρνητικά των υπολοίπων;

Και αν περιέλθουν στην αντίληψη σου οι κατηγορίες θα μπορέσεις να αποκαταστήσεις πολλές αλήθειες αλλά τις περισσότερες φορές δυστυχώς οι γλώσσες που σε καρφώνουν δεν βγάζουν μιλιά μπροστά σου.

Το ίδιο σκηνικό επαναλαμβάνεται σε όλες τις εκφάνσεις της καθημερινής μας ζωής.

Στο δρόμο καθώς πηγαίνουμε στη δουλειά και αντίστροφα ωρύονται κάποιοι οδηγοί για το πώς οδηγούν οι άλλοι και πριν ο πετεινός λαλήσει τρεις, ενεργούν οι κριτές χειρότερα από τους κριθέντες.

Στο χώρο εργασίας, τα ίδια Παντελάκη μου. Με τα κουτσομπολιά και την αθλιότητα συναδέλφων να βγάζουν το λάκκο συναδέλφων τους την ίδια στιγμή που στον κατάλογο των κατινίστικων προσεγγίσεων βρίσκονται και οι ίδιοι. Και αν τολμήσεις να σηκωθείς από τη καρέκλα σου γρηγορότερα από τους άλλους, δεκάδες αόρατα ακόντια θα σε καρφώσουν πισώπλατα. Προϊστάμενοι κατηγορούν τους υφιστάμενους τους για ανικανότητα και οι υφιστάμενοι φυσικά ειρωνεύονται τους «σουπερ προϊστάμενους» που νομίζουν πως τα γνωρίζουν

- **«Εάν τοις άλλοις επιτιμώμεν, αυτοί μη δρώμεν»**

Θαλής ο Μιλήσιος

Αυτά για τα οποία κατηγορούμε τους άλλους, οι ίδιοι να μην τα κάνουμε

όλα.

Μήπως αυτή η σαθρή και άθλια κατάσταση δεν επικρατεί και στο πολιτικό σκηνικό. Μήπως δεν είναι για αυτούς τους λόγους, που έχει εκλείψει ο πολιτικός πολιτισμός και οι πολίτες έχουν χάσει την εμπιστοσύνη τους στους θεσμούς και στις αξίες.

Αφού από το πρωί μέχρι το βράδυ οι πολιτικοί σφαγιάζονται για ζητήματα καίριας σημασίας που μόνο με ενότητα μπορούν να αντιμετωπιστούν επιτυχώς.

Η αντιπολίτευση εκσφενδονίζει κατηγορίες εναντίον της Κυβέρνησης για ατοπήματα τη στιγμή που η ίδια η αντιπολίτευση ,ως κυβέρνηση ,δεν έπραξε όσα σήμερα διεκδικεί.

Κρίνουν με ευκολία τη Νομική υπηρεσία για το μεγάλο κεφάλαιο της οικονομίας αγνοώντας όλες τις βασικές λεπτομέρειες των εκατοντάδων ανακρίσεων ή και καταθέσεων που λαμβάνονται για στοιχειοθέτηση σοβαρών υποθέσεων. Μάθαμε να ασκούμε με περισσή ευκολία κριτική αλλά δεν αποδεχόμαστε να μας κρίνουν. Επιτέλους ας αλλάξουμε λίγο μυαλά. Ας συγκεντρωθεί ο καθένας στα δικά του προβλήματα κάνοντας την αυτοκριτική του και έπειτα να κρίνουμε τους υπόλοιπους. Δεν μάθαμε ακόμη πως η ζωή μας είναι πρόσκαιρη και πως η καλύτερη διέξοδος από τα προβλήματα δεν είναι η κριτική και η μυστικοπάθεια αλλά η ενότητα και η πλήρης διαφάνεια ώστε να μπορέσει και πάλι αυτή η χώρα να μεγαλουργήσει.

Οποιαδήποτε άλλη μέθοδος και αν ακολουθήσουμε θα ΑΠΟΒΕΙ μοιραία σε βάρος της ΚΥΠΡΙΑΚΗΣ κοινωνίας με θύματα τους πολίτες της. Θα πρέπει λοιπόν όσοι κινούν τα νήματα αυτής της χώρας, να βαδίσουν στο σωστό δρόμο της αλήθειας και της γνήσιας αυτοκριτικής ώστε να μπορέσει ο κάθε πολίτης ξεχωριστά να λαμβάνει τα σωστά μηνύματα ηθικής και συμπεριφοράς. Όταν βλέπεις ότι οι θεσμοί δεν σέβονται τους θεσμούς, οι πολιτικοί δεν σέβονται συναδέλφους τους, όταν το κράτος παραπαίει και όσοι το αποτελούν σφυροκοπούν οι μεν τους δε, πως ο πολίτης θα σεβαστεί θεσμούς ,νόμους και κανονισμούς.

Ας δούμε όλοι κατάματα την πραγματικότητα. Χάσαμε το μέτρο και ακροβατούμε σε ένα τεντωμένο σχοινί που οδηγεί στην πλήρη ηθική καταστροφή αλλά και στην πλήρη αποστροφή του πολιτικού και κοινωνικού συστήματος.

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

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

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

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

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

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

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

ERG_3-3_inn_4 4/6/15 11:47 AM Page 1

Η ΟΒΙΕΚ - ΣΕΚ άρχισε τις διαπραγματεύσεις για ανανέωση των συλλογικών συμβάσεων

Υλοποιώντας την πολιτική του Κινήματος της ΣΕΚ, η Ομοσπονδία Βιομηχανικών ΟΒΙΕΚ-ΣΕΚ άρχισε τις διαπραγματεύσεις για ανανέωση συλλογικών συμβάσεων, στους κλάδους που παρακολουθεί η Ομοσπονδία, που έληξαν 31 Δεκεμβρίου 2014.

Για έναν αριθμό παγκύπριων και εργοστασιακών συλλογικών συμβάσεων έχουν επέλθει συμφωνίες και μέρος από τα ωφελήματα που είχαν παραχωρηθεί έχουν επιστραφεί για το 2015.

Σε ένα άλλο αριθμό συλλογικών συμβάσεων οι διαπραγματεύσεις συνεχίζονται με στόχο την επιστροφή ωφελημάτων που παραχωρήθηκαν από τους εργαζόμενους για στήριξη της βιομηχανίας, εξαιτίας των επιπτώσεων της οικονομικής κρίσης.

Ο γγ της ΟΒΙΕΚ-ΣΕΚ **Νεόφυτος Κωνσταντίνου,** δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» ότι συνεχίζονται με υπευθυνότητα οι διαπραγματεύσεις με γνώμονα την διατήρηση των θέσεων εργασίας, και την αποτροπή των απολύσεων. Εκεί και όπου υπάρχει η δυνατότητα, πρόσθεσε, επιδίωξη μας είναι να επιστραφούν σταδιακά οι παραχωρήσεις που έγιναν στο παρελθόν εκ μέρους των εργαζομένων με στόχο να βοηθηθούν οι επιχειρήσεις.

Σημειώνεται πως στις συμφωνίες που έγιναν στο παρελθόν για παραχωρήσεις ωφελημάτων, είχαν τεθεί χρονοδιαγράμματα.

Στο μεταξύ, ο γ.γ. της ΟΒΙΕΚ-ΣΕΚ στο πλαίσιο των επαφών της Ομοσπονδίας με τα μέλη, συνοδευόμενος από τον γραμματέα του σωματείου βιομηχανικών ΣΕΚ **Γιώργο Κασιούρη** επισκέφθηκε την περασμένη εβδομάδα χώρους εργασίας όπου είχε την ευκαιρία να ανταλλάξει απόψεις με τους εργαζόμενους και να απαντήσει σε δικούς τους προβληματισμούς.

Δ. Ησαΐα







• **Ο γ.γ. της ΟΒΙΕΚ ΣΕΚ Νεόφυτος Κωνσταντίνου επισκέφθηκε χώρους εργασίας και αφουγκράσθηκε τα προβλήματα των εργαζομένων**

Στο μικροσκόπιο σεμιναρίου το νέο εργασιακό τοπίο για το ωρομίσθιο κυβερνητικό προσωπικό

Το νέο εργασιακό τοπίο όπως αυτό έχει διαμορφωθεί για το ωρομίσθιο κυβερνητικό προσωπικό (ΩΚΠ) στην μεταμνημονιακή εποχή τέθηκε στο μικροσκόπιο υψηλού επιπέδου σεμιναρίου που διοργάνωσε την Τρίτη 31 Μαρτίου 2015 η ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ σε συνεργασία με τη συνδικαλιστική σχολή ΣΕΚ.

Στο σεμινάριο είχαν την ευκαιρία, στελέχη της Ομοσπονδίας, να ενημερωθούν για τα νέα δεδομένα για το ωρομίσθιο κυβερνητικό προσωπικό, όπως αυτά έχουν διαμορφωθεί μετά τις επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης και της εφαρμογής του Τροικανού μνημονίου.

Στο πλαίσιο του σεμιναρίου ο γενικός γραμματέας της ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ **Μιχάλης Μιχαήλ** ανέλυσε τα νέα δεδομένα και τις προκλήσεις μετά την οικονομική κρίση, το διεθνές περιβάλλον σε σχέση με την παγκοσμιοποίηση, το ρόλο που διαδραματίζουν τα ευρωπαϊκά και παγκόσμιά συνδικάτα καθώς και τις στρατηγικές που εφάρμοσε η ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ για να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά οι έντονες προκλήσεις και αναταράξεις στο εργασιακό τοπίο.

Ο αναπληρωτής γενικός γραμματέας της ΟΕΚΔΥ – ΣΕΚ **Γιώργος Κωνσταντίνου**, αναφέρθηκε στη συμβολή του ωρομίσθιου κυβερνητικού προσωπικού στη δημιουργία και εξέλιξη του κυπριακού κράτους, το ρόλο που διαδραμάτισε το ΩΚΠ καθώς και τις εργασιακές σχέσεις όπως έχουν διαμορφωθεί από την εξέλιξη του κράτους μέχρι σήμερα.

Ο κ. Κωνσταντίνου παρουσίασε τον σημαντικό ρόλο της βελτίωσης παραγωγικότητας στις Δημόσιες Υπηρεσίες και την πολιτική της ΟΕΚΔΥ στο θέμα αυτό. Τόνισε πως η Ομοσπονδία εκτιμά πως η βελτίωση της παραγωγικότητας στο δημόσιο τομέα θα συμβάλει θετικά στην ανάκαμψη της οικονομίας με ουσιαστικά οφέλη για το κράτος, τους πολίτες Σε συνεργασία με τον Επαρχιακό Μηχανικό ΗΜΥ Λευκωσίας **Παύλο Γιαβρή** έκαναν ιδιαίτερη αναφορά στο μείζον κεφάλαιο της παραγωγικότητας, ως εργαλείο βελτίωσης της ανταγωνιστικότητας αλλά και της διασφάλισης της απασχόλησης του προσωπικού ενώ επεξήγησαν το πιλοτικό πρόγραμμα που εφαρμόζεται με επιτυχία στη Ηλεκτρομηχανολογική Υπηρεσία σε συνεργασία με τη ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ.

Στο πλαίσιο του σεμιναρίου ο ανώτερος λειτουργός ΤΔΔΠ **Χρίστος Χρυσοστομίδης** ανέπτυξε το θέμα μνημόνιο-προκλήσεις και απειλές για το ωρομίσθιο προσωπικό. Το συγκεκριμένο σεμινάριο που είναι το τρίτο στη σειρά, θα επαναληφθεί την **Τρίτη 21 Απριλίου 2015** στο Εργατικό Κέντρο Λεμεσού

Δ. Ησαΐα







ERG_4-4_inn_4 4/6/15 11:47 AM Page 1

Κατρακυλά το ωριαίο εργατικό κόστος

Στα 15,7 ευρώ κινήθηκε κατά μέσον όρο το ωριαίο εργατικό κόστος στην Κύπρο το 2014 στο σύνολο της οικονομία (εξαιρουμένης της γεωργίας και της δημόσιας διοίκησης).

Σύμφωνα με τη Ευρωπαϊκή Στατιστική Υπηρεσία (Eurostat), τη στατιστική υπηρεσία της Ευρωπαϊκής Ενωσης, το 2014 το μέσο ωριαίο εργατικό κόστος κινήθηκε στην ΕΕ στα 24,6 ευρώ και στην ευρωζώνη στα 29,2 ευρώ.

Ωστόσο, ο μέσος όρος αυτός καλύπτει σημαντικές διαφορές μεταξύ των κρατών μελών, με το χαμηλότερο εργατικό κόστος να καταγράφεται στη Βουλγαρία, (3,8 ευρώ), τη Ρουμανία (4,6 ευρώ) τη Λιθουανία (6,5 ευρώ) και τη Λετονία (6,6 ευρώ) και το υψηλότερο στη Δανία (40,3 ευρώ), το Βέλγιο (39,1 ευρώ), τη Σουηδία (37,4 ευρώ) και το Λουξεμβούργο (35,9 ευρώ).

Μεταξύ 2013 και 2014, το ωριαίο εργατικό κόστος στο σύνολο της οικονομίας σε ευρώ αυξήθηκε κατά 1,4% στην ΕΕ και κατά 1,1% στην ευρωζώνη.

Εντός της Ευρωζώνης, οι μεγαλύτερες αυξήσεις καταγράφηκαν στην Εσθονία (+6,6%), τη Λετονία (+6,0%), και τη Σλοβακία (+5,2%). Μειώσεις καταγράφηκαν στην Κύπρο (-2,8%), την Πορτογαλία (-0,8%) και την Ιρλανδία (-0.2%).

Λόγω κρίσης και ανεργίας, οι μέσες ακαθάριστες μηνιαίες απολαβές το τέταρτο τρίμηνο του 2014 καταγράφουν αρνητικό πρόσημο. Συγκεκριμένα, μείωση σε ποσοστό 2,2% κατέγραψαν οι μέσες ακαθάριστες μηνιαίες απολαβές σε σύγκριση με το αντίστοιχο τρίμηνο του 2013.

Οι μέσες ακαθάριστες μηνιαίες απολαβές το τέταρτο τρίμηνο του 2014 εκτιμούνται στα €2.163 (άνδρες €2.323 και γυναίκες €1.983). Σε σύγκριση με την αντίστοιχη περίοδο του 2013, οι μέσες μηνιαίες απολαβές σημείωσαν μείωση 2,2% (άνδρες -2,7% και γυναίκες -1,6%). Η αντίστοιχη μεταβολή το τέταρτο τρίμηνο του 2013 ήταν -3,3%. Σε σύγκριση με το τρίτο τρίμηνο του 2014 (εποχικά διορθωμένα στοιχεία), σημειώθηκε μείωση στις μέσες μηνιαίες απολαβές των υπαλλήλων κατά 0,4% (άνδρες -0,5% και γυναίκες -0,2%). Η αντίστοιχη μεταβολή το τέταρτο τρίμηνο του 2013 ήταν -0,9%. Σημειώνεται ότι οι έκτακτες εισφορές εργοδοτουμένων του ιδιωτικού τομέα και αξιωματούχων της κρατικής μηχανής και του ευρύτερου Δημόσιου και οι μειώσεις απολαβών αξιωματούχων και εργοδοτουμένων της κρατικής υπηρεσίας και του ευρύτερου δημόσιου τομέα δεν επηρεάζουν τον ακαθάριστο μισθό, αλλά το διαθέσιμο εισόδημα των υπαλλήλων.

Ανάλυση ρυθμού ανάπτυξης το 2014

Με βάση επίσημα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας που περιλαμβάνονται στους εθνικούς λογαριασμούς προκύπτει το συμπέρασμα πως, κατά το 2014 η κυπριακή οικονομία παρουσίασε αρνητικό ρυθμό ανάπτυξης με το Ακαθάριστο Εγχώριο Προϊόν (ΑΕΠ) να συρρικνώνεται κατά -2.3%, σε πραγματικούς όρους, σε σχέση με -5.4% το 2013 και -2.4% το 2012.

Είναι χαρακτηριστικό να σημειωθεί πως, από το β' τρίμηνο του 2011 μέχρι και σήμερα, δηλαδή για 14 συνεχόμενα τρίμηνα η κυπριακή οικονομία παρουσιάζει συνεχή αρνητικό ρυθμό ανάπτυξης.

Του ***Χρίστου Καρύδη***
Τμήμα Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

Πιο αναλυτικά σημειώνουμε τα εξής:-

• Ο πρωτογενής τομέας της οικονομίας παρουσίασε μείωση της τάξης του -6,5% το 2014 σε σχέση με -3,0% το 2013. Η μείωση αυτή οφείλεται στις δραστηριότητες του τομέα της Γεωργίας, Δασοκομίας και Αλιείας.

• Ο δευτερογενής τομέας της οικονομίας συνέχισε την πτωτική του πορεία καταγράφοντας σημαντική μείωση -8,9% σε πραγματικούς όρους το 2014, σε σχέση με -18,2% το 2013. Η εξέλιξη αυτή οφείλεται κυρίως στον τομέα των Κατασκευών που παρουσίασε αρνητικό ρυθμό ανάπτυξης για έκτο συνεχόμενο έτος, -22,4% το 2014 σε σχέση με -30,6% το 2013.

• Ο τριτογενής τομέας της οικονομίας, που αποτελεί τον κύριο παράγοντα ανάπτυξης της Κυπριακής Οικονομίας, παρουσίασε περαιτέρω μείωση της τάξης του -1% σε σχέση με -2,5% το 2013.

Συγκεκριμένα, οι τομείς που παρουσίασαν την μεγαλύτερη μείωση σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος είναι οι Χρηματοπιστωτικές και Ασφαλιστικές Δραστηριότητες (-10,2%), Μεταφορά και Αποθήκευση, Ενημέρωση και Επικοινωνία (-6,4%) και Διοικητικές και Υποστηρικτικές Δραστηριότητες (-3,1%).

Θετικούς ρυθμούς ανάπτυξης στον τριτογενή τομέα το 2014 παρουσίασαν οι τομείς Δραστηριότητες Καταλύματος και Εστίασης (4,0%), Επιστημονικές και Τεχνικές Δραστηριότητες (3,1%) και Χονδρικό και Λιανικό Εμπόριο (0,6%).

Τέλος σημειώνουμε ότι το Ακαθάριστο Εγχώριο Προϊόν (ΑΕΠ) σε τρέχουσες τιμές αγοράς ήταν το 2014 στα 17,506.3 εκ. ευρώ σε σύγκριση με 18,118.9 εκ ευρώ το 2013 και 19,411.1 εκ. ευρώ το 2012.



2015

Όσον αφορά το 2015 υπάρχει η κατ' αρχήν εκτίμηση του υπουργείου Οικονομικών πως, η οικονομία θα περάσει σε ρυθμό ανάπτυξης της τάξης του 0.4%.

Βέβαια αυτή η πρόβλεψη αυτή την ώρα βρίσκεται υπό την αίρεση σειράς προκλήσεων που έχει να αντιμετωπίσει η Κύπρος.

Οι προσκλήσεις αφορούν πρωτίστως τον τομέα του τουρισμού και τη διαφαινόμενη μείωση του τουριστικού ρεύματος από τη Ρωσία και κατά πόσο η μείωση αυτή θα καλυφθεί από αύξηση στις αφίξεις τουριστών από άλλους προορισμούς.

Μια άλλη σημαντική πρόκληση αφορά τις τιμές του πετρελαίου στις διεθνείς αγορές, (το 94.9% της ενέργειας που καταναλώνεται στην Κύπρο προέρχεται από τη χρήση προϊόντων πετρελαίου), καθώς επίσης και η συνολική συμπεριφορά του χρηματοπιστωτικού τομέα που ήδη βρίσκεται σε πορεία συνεχούς συρρίκνωσης από το 2013.

Τέλος οι εξελίξεις στην Ελλάδα ίσως διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση του Κυπριακού ΑΕΠ κυρίως λόγω αρνητικής διακύμανσης των εξαγωγών κυπριακών αγαθών και υπηρεσιών προς την Ελλάδα, αφού είναι γνωστό πως η Ελλάδα αποτελεί ένα από τους κυριότερους προορισμούς των κυπριακών εξαγωγών.

Από επίσημα στατιστικά στοιχεία προκύπτει πως τα τελευταία χρόνια μειώνονται οι εξαγωγές κυπριακών προϊόντων και υπηρεσιών προς την Ελλάδα.

Συγκεκριμένα, το 2011 εξήχθησαν προς την Ελλάδα κυπριακά προϊόντα αξίας €79.5 εκ, (αποτελούσαν το 24% των συνολικών εξαγωγών της Κύπρου), ενώ το 2014 μειώθηκαν στα €32.9εκ. ποσό που αντιστοιχεί στο 15% των ολικών κυπριακών εξαγωγών.

Απέδωσαν καρπούς τα νέα σχέδια ανέργων σύμφωνα με την υπουργό Εργασίας

Καρποφόρο ήταν το αποτέλεσμα τω σχεδίων τοποθέτησης άνεργων νέων για απόκτηση εργασιακής πείρας σε επιχειρήσεις / οργανισμούς σημειώνει το υπουργείο Εργασίας, αναφερόμενο σε σχετικά δημοσιεύματα.

Σε ανακοίνωση επισημαίνει ότι πρωταρχικός στόχος των σχεδίων είναι η παροχή ευκαιριών σε άνεργους νέους για απόκτηση εργασιακής πείρας, μέσω της τοποθέτησης και κατάρτισής τους σε επιχειρήσεις / οργανισμούς για περίοδο έξι μηνών, που θα τους βοηθήσει στη συνέχεια να ενταχθούν ομαλά σε κανονική απασχόληση.

Όπως αναφέρεται, για την περίοδο τοποθέτησής τους οι άνεργοι νέοι λαμβάνουν επίδομα κατάρτισης, ύψους €500 το μήνα, το οποίο με κανένα τρόπο δεν αποτελεί μισθό.

• Το επίδομα κατάρτισης των €500 σε καμμιά περίπτωση δεν αποτελεί μισθό

«Οι άνεργοι νέοι φιλοξενούνται από τις επιχειρήσεις και τους οργανισμούς όπου τοποθετούνται ως καταρτιζόμενοι για απόκτηση εργασιακής πείρας και δεν είναι εργοδοτούμενοί τους. Οι πιέσεις στους μισθούς οφείλονται στις αντίξοες συνθήκες στην αγορά εργασίας που δημιούργησε η οικονομική κρίση, και δεν σχετίζονται με κανένα τρόπο με το επίδομα κατάρτισης», σημειώνεται το υπουργείο.



Σύμφωνα με το υπουργείο, μέσα από το σχέδιο τοποθέτησης άνεργων νέων πτυχιούχων που εφαρμόστηκε το 2013 έγιναν 1.775 τοποθετήσεις άνεργων νέων, από τους οποιους ολοκλήρωσαν με επιτυχία το πρόγραμμα οι 1.498. Στο σχέδιο τοποθέτησης άνεργων νέων πτυχιούχων του 2014, τοποθετήθηκαν 2.043 άτομα. Μάλιστα προσθέτει πως, αναφορικά με το σχέδιο τοποθέτησης άνεργων νέων πτυχιούχων για το 2013, με βάση τα αποτελέσματα μελέτης αξιολόγησης, η οποία ολοκληρώθηκε τον Ιανουάριο του 2015, διαπιστώνεται ότι βελτιώνεται σημαντικά η απασχολησιμότητα τους αφού οι μισοί συμμετέχοντας (49,8%) περίπου έξι μήνες μετά την ολοκλήρωση της συμμετοχής τους, δήλωσαν ότι εργάζονται.

ERG_5-5_inn_4 4/6/15 11:46 AM Page 1

Η αναβλητικότητα και η ανικανότητα της πολιτείας άφησε το Σχέδιο Υγείας σε νηπιακή κατάσταση

ΓΕΣΥ: Βρέφος ....ετών 14

Μια πονεμένη ιστορία με θύματα τους απλούς πολίτες

Χωρίς περιστροφές και μισόλογα, ευθύς εξ' αρχής οφείλουμε να πούμε πως, η εφαρμογή του Γενικού Σχεδίου Υγείας (ΓΕΣΥ) κατάντησε μια πονεμένη ιστορία.

Από τις 19 Απριλίου 2001 που ψηφίστηκε η αρχική νομοθεσία μέχρι σήμερα έτρεξε πολύ νερό κάτω από το γεφύρι της υγείας, έγιναν δαπάνες δεκάδων χιλιάδων ευρώ, έγιναν σχεδιασμοί και μελέτες επί μελετών, αλλά ΓΕΣΥ δεν έγινε.

Η ιστορία με το Γενικό Σχέδιο Υγείας φανερώνει την αδυναμία αλλά και την ανικανότητα της πολιτικής ηγεσίας του τόπου να κάνει κάποια πράγματα έγκαιρα και στην ώρα



Του ***Χρίστου Καρύδη***
Τμήμα Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

τους, μακριά από διαδικασίες αναβλητικότητας και κωλυσιεργίας.

Δυστυχώς από τη ψήφιση της αρχικής νομοθεσίας μέχρι σήμερα πέρασαν 14 χρόνια και τα πράγματα φαίνεται να κινούνται σε ένα αβέβαιο περιβάλλον με τα διαπλεκόμενα συμφέροντα να δημιουργούν σοβαρά προσκόμματα και δυσκολίες στην εφαρμογή του ΓΕΣΥ.

Όλη αυτή η αναβλητικότητα και η δυστοκία στη λήψη οριστικών αποφάσεων εκτρέφεται και πολλαπλασιάζεται, την ώρα που το υφιστάμενο σύστημα ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης έχει καταρρεύσει προ πολλού. Θύματα αυτής της κατάρρευσης δεν είναι οι επώνυμοι πολιτικοί και οι υπόλοιποι κρατικοί αξιωματούχοι που απολαμβάνουν άμεσης και ποιοτικής ιατρικής περίθαλψης, αλλά οι χιλιάδες ανώνυμοι πολίτες που στοιβάζονται στις ουρές αναμονής των κρατικών νοσηλευτηρίων.

Σκοπός της παρούσας αρθρογραφικής ανάλυσης είναι να παρουσιάσει κάποια γεγονότα, αριθμούς και στοιχεία για να φρεσκάρει τη μνήμη όσων θέλουν να θυμούνται την πονεμένη πορεία και ιστορία του ΓΕΣΥ.

Έτσι υπενθυμίζουμε τα εξής:

• Στις 19 Απριλίου 2001 η βουλή της Κυπριακής Δημοκρατίας ενέκρινε κυβερνητικό νομοσχέδιο με το οποίο εισάγεται, (άλλο το εισάγεται και άλλο το εφαρμόζεται), στην Κύπρο το Γενικό Σχέδιο Υγείας.

• Αργότερα για σκοπούς ετοιμασίας του εδάφους συστάθηκε ο Οργανισμός Ασφάλισης Υγείας (Ο.Α.Υ).

• Παρά το γεγονός ότι, ο Ο.Α.Υ έκαμε πλούσιο έργο στην κατεύθυνση της ετοιμασίας του ΓΕΣΥ, 14 χρόνια μετά τη ψήφιση της αρχικής νομοθεσίας το Σχέδιο δεν έχει λειτουργήσει, ενώ το μέλλον κινείται μεταξύ γκρίζου και μαύρου. Και όλα αυτά την ώρα που ο προηγούμενος πρόεδρος της Δημοκρατίας Δ. Χριστόφιας γραπτώς στο πρόγραμμα διακυβέρνησης του (σελις 75) δεσμεύετο ότι, στη διάρκεια της θητείας του θα λειτουργήσει το ΓΕΣΥ.

Ο προκάτοχος του κ. Χριστόφια, μ. Τάσσος Παπαδόπουλος κράτησε μια διαφορετική στάση. Τέσσερα χρόνια μετά τη ψήφιση της νομοθεσίας, σε συνέντευξη του στο «Φιλελεύθερο» στις 3/1/2005 υποστηρίζει πως, η βουλή δε ψήφισε νομο πλαίσιο για το ΓΕΣΥ, αλλά ευχολόγια. Πάρα ταύτα ούτε την περίοδο Παπαδόπουλου (διακυβέρνηση ΔΗΚΟ-ΑΚΕΛ), δεν έγιναν τα όσα έπρεπε να γίνουν για την εφαρμογή του ΓΕΣΥ. Τώρα η κυβέρνηση Αναστασιάδη «φιλά σταυρό και ορκίζεται» πως θα λειτουργήσει στη διάρκεια της θητείας της το ΓΕΣΥ, το οποίο σήμερα αποτελεί και μνημονιακή υποχρέωση της Κύπρου. Δηλαδή η εφαρμογή του αποτελεί απαίτηση της Τρόικα.

• Εκείνο που είναι περισσότερο από βέβαιο είναι πως, όλα αυτά τα χρόνια απουσιάζει η αναγκαία πολιτική βούληση από όλες τις κυβερνήσεις. Απόδειξη τούτου πως, δεν έγιναν έγκαιρα όλες οι προαπαιτούμενες ενέργειες για τη λειτουργία του ΓΕΣΥ όπως ήταν π.χ. η αυτονόμηση των νοσοκομείων κλπ.



Οικονομική πτυχή

Το 2008, ολοκληρώθηκε η πρώτη οικονομική πτυχή από τις τέσσερεις φάσεις της προσφοράς για αγορά υπηρεσιών για τον υπολογισμό των εσόδων και εξόδων του ΓΕΣΥ, τη δημιουργία μοντέλου πρόβλεψης και της εκτίμησης των εθνικών δαπανών από τον οίκο αναλογιστών Mercer.

Με βάση την αναλογιστική μελέτη Mercer και κάτω από το υφιστάμενο σύστημα το κόστος του ΓΕΣΥ για το 2009 υπολογίστηκε γύρω στο €1 δις το οποίο δαπανάται ούτως ή άλλως στο υφιστάμενο σύστημα. Δηλαδή, η εφαρμογή του ΓΕΣΥ δεν θα προσθέσει στις υφιστάμενες δαπάνες υγείας.

Μάλιστα η μελέτη απέδειξε (τότε) την οικονομική βιωσιμότητα του ΓΕΣΥ αφού υπογράμμιζε πως, θα προκύψουν σε περίοδο δέκα χρόνων εξοικονομήσεις για την κυπριακή οικονομία της τάξης των €625 εκ. Μια άλλη μελέτη της τότε εποχής που έγινε από το Πανεπιστήμιο Κύπρου υποστήριζε πως, ο Κύπριος πολίτης που κατά μέσο όρο καταβάλλει 5% - 7% του οικογενειακού προϋπολογισμού σε ιδιωτικές δαπάνες υγείας, με το ΓΕΣΥ θα έχει χαμηλότερη οικονομική επιβάρυνση με πολλαπλάσια ποιοτικά οφέλη από τη λειτουργία του νέου συστήματος.

Πολιτική αδράνεια και αδιαφορία

Ενώ όλα τα οικονομικά στοιχεία έδειχναν πως, η εφαρμογή του ΓΕΣΥ θα ωφελούσε και το κράτος και το λαό, οι πολιτικές ηγεσίες και οι κυβερνήσεις των τελευταίων 14 χρόνων έδειξαν αδιαφορία και άφησαν το χρόνο να περνά αδικαιολόγητα, την ώρα που κάθε μέρα επιβεβαιώνεται πως, το δημόσιο σύστημα παροχής ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης καταρρέει με ότι αυτό συνεπάγεται για την ποιότητα της ζωής των ανώνυμων πολιτών της χώρας.

Η διαπίστωση περί αδιαφορίας, εκτός όλων των άλλων τεκμηριώνεται και από τα εξής δύο γεγονότα:

Πρώτον, για πάρα πολλούς μήνες η κυβέρνηση Χριστόφια άφησε ακέφαλο το διοικητικό συμβούλιο του Οργανισμού Ασφάλισης Υγείας, μετά που παραιτήθηκε ο τότε πρόεδρος του Κυριάκος Χριστοφή (9/11/05 - 30/6/11). Μέχρι το Νιόμβρη του 2011 ο Ο.Α.Υ ήταν χωρίς πρόεδρο, ενώ χωρίς πρόεδρο ήταν και την περίοδο μετά τις 23/3/2012 που παραιτήθηκε από την προεδρία του ο Βάσος Σιαρλή για να αναλάβει το υπουργείο Οικονομικών. Ο Οργανισμός Ασφάλισης Υγείας έμεινε ακέφαλος για άλλους 8 μήνες μέχρι και τις 9/1/13 που διορίσθηκε ο νυν πρόεδρος Θωμάς Αντωνίου.

Η παραίτηση Κυρ. Χριστοφή υποβλήθηκε σε ένδειξη διαμαρτυρίας για τη μη εφαρμογή του ΓΕΣΥ. Με αφορμή τα τότε γεγονότα και συγκεκριμένα στις 7 Απριλίου 2011 το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ εξέφρασε την απαρέσκειά του για την απροθυμία της κυβέρνησης να προχωρήσει, στη βάση συγκεκριμένου χρονοδιαγράμματος, στη λειτουργία του ΓΕΣΥ και κάλεσε τον πρόεδρο της Δημοκρατίας να επιδείξει την πρέπουσα ευαισθησία και να εγκαταλείψει την ατολμία και την αναβλητικότητα.

Δεύτερον, ο Σταύρος Μαλάς όταν ανέλαβε ως υπουργός Υγείας στην κυβέρνηση Δημήτρη Χριστόφια δήλωσε πως τα κρατικά νοσηλευτήρια της Κύπρου είναι ανέτοιμα και χωρίς τις κατάλληλες δομές που θα τους επιτρέψουν να είναι ανταγωνιστικά και βιώσιμα στις νέες συνθήκες που θα δημιουργήσει η εφαρμογή του ΓΕΣΥ, (Χαραυγή 20/9/2011). Ανάλογες δηλώσεις ο κ. Μαλάς έκαμε και στις 16 Δεκεμβρίου 2011.

Οι δηλώσεις Στ. Μαλά αποδεικνύουν και επιβεβαιώνουν την κυβερνητική ολιγωρία που προηγήθηκε όλα τα προηγούμενα χρόνια. Επίσης δεν πρέπει να ξεχνά κανείς πως από το 2003 μέχρι και το 2012 (με εξαίρεση την περίοδο Φεβράρης 2008 - Αύγουστος 2011), υπουργοί Υγείας υπήρξαν κορυφαία και πρωτοκλασάτα στελέχη του ΑΚΕΛ, (Ντίνα Ακκελίδου, Αντρέας Γαβριηλίδης, Χάρης Χαραλάμπους).

Το σύστημα κατάρρευσε

Είναι γνωστό πως, το υφιστάμενο σύστημα δημόσιας υγείας έχει καταρρεύσει προ πολλού. Εξυπηρετεί μόνο τους επώνυμους, ενώ οι ανώνυμοι πολίτες βρίσκονται στις ουρές αναμονής και όποιος αντέξει, άντεξε.

Προς τούτο υπάρχει και αυστηρή παρατήρηση από την ίδια την Ευρωπαϊκή Ένωση, η οποία σε σχετική έκθεση (2006) για την Κύπρο αναφέρει πως «η πρόοδος στις μεταρρυθμίσεις για το σύστημα υγείας δεν είναι ικανοποιητική». Στην ίδια έκθεση τονίζονται και τα εξής: «Η ιατροφαρμακευτική περίθαλψη στην Κύπρο γίνεται κατά κανόνα από τον ιδιωτικό τομέα. Σε καμιά άλλη χώρα της Ευρωπαϊκής Ένωσης δεν υπάρχει τόσο μεγάλο ποσοστό πολιτών που πληρώνουν οι ίδιοι για την υγεία τους. Στην Κύπρο οι ασθενείς περιμένουν για περίθαλψη περισσότερες από 90 μέρες, γεγονός που θεωρείται απαράδεκτο για χώρα με τόσο μικρό πληθυσμό».

Εννιά χρόνια μετά την έκθεση της Ευρωπαϊκής Ένωσης είμαστε στο ίδιο έργο θεατές, ενώ η απαίτηση της Ευρώπης για ΓΕΣΥ αποτελεί σήμερα μέρος του μνημονίου με την Τρόικα.

Η κατάσταση στα δημόσια νοσηλευτήρια παρουσιάστηκε αναλυτικά ενώπιον της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Υγείας στις 19 Ιανουαρίου 2012. Εκεί γιατροί - επικεφαλής κλινικών - ανάμεσα σ' άλλα είπαν πως η κατάσταση στα κρατικά νοσοκομεία είναι τραγική, μεγαλώνουν οι λίστες αναμονής, διώχνουν ασθενείς πριν αναρρώσουν γιατί χρειάζονται τα κρεβάτια, ενώ υπάρχουν σοβαρές ελλείψεις και στα χειρουργεία.

Ο βουλευτής του ΑΚΕΛ γιατρός Αδάμος Αδάμου από το 2005 δήλωσε πως στην Κύπρο το σύστημα υγείας δεν νοσεί, αλλά έχει πεθάνει. Για τη φθίνουσα πορεία του συστήματος έκαμε λόγο το 2008 και η Ευρωβουλευτής Ελένη Θεοχάρους, γιατρός στο επάγγελμα επίσης.

Σε πρόσφατη έκθεση της Επιτρόπου Διοικήσεως που δημοσιεύθηκε στις 5 Μαρτίου 2015 στον ημερήσιο τύπο γίνεται εκ νέου αναφορά στις λίστες αναμονής και στην ταλαιπωρία που υπόκεινται οι ανώνυμοι πολίτες. Στην έκθεση γίνεται αναφορά στην περίπτωση ασθενούς που εξετάσθηκε από παθολόγο στις 7/2/13 και της δόθηκε ραντεβού για γαστροεντερολόγο τον Ιανουάριο του 2014.

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛ. 6

ERG_6-6_inn_4 4/6/15 11:46 AM Page 1

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΣΕΛ. 5

ΓΕΣΥ: Βρέφος ....ετών 14

Η νέα κυβέρνηση

Φαίνεται πως, η ασθένεια της αναβλητικότητας και του κτισίματος πραγμάτων από την αρχή, είναι μεταδοτική. Μόνο έτσι μπορεί να ερμηνευθεί η απόφαση της κυβέρνησης Αναστασιάδη να κάμει τέτοιες αλλαγές στους μέχρι σήμερα σχεδιασμούς που ισοδυναμούν με σοβαρό πισωγύρισμα, όπως κατήγγειλε από το Σεπτέμβρη του 2014 η ΣΕΚ. Σχετική ανακοίνωση της ΣΕΚ που δημοσιεύτηκε στην «Εργατική Φωνή» στις 17/9/14 ανάμεσα σ' άλλα σημειώνει και τα εξής:

«Σοβαρό πισωγύρισμα στην καθολική απαίτηση για εφαρμογή του Γενικού Σχεδίου Υγείας (ΓΕΣΥ) αποτελεί η πρόσφατη απόφαση της κυβέρνησης να αφαιρέσει από τον Οργανισμό Ασφάλισης και Υγείας (Ο.Α.Υ) σημαντικές και νευραλγικές εξουσίες και να τις μεταφέρει στο υπουργείο Υγείας, με το πρόσχημα ότι θα διευκολυνθεί έτσι η γρηγορότερη λειτουργία του σχεδίου.

Οι τελευταίες αποφάσεις της κυβέρνησης δημιουργούν σοβαρότατο πισωγύρισμα. Η ΣΕΚ απαιτεί το ΓΕΣΥ να εφαρμοσθεί όπως σχεδιάστηκε μέχρι σήμερα και οι κοινωνικοί εταίροι που θα είναι και οι βασικοί συνεισφορείς στη λειτουργία του να έχουν ουσιαστικό και σημαντικό ρόλο και λόγο στη διαχείριση και στη διοίκηση του.

Η ΣΕΚ σε καμιά περίπτωση δεν πρόκειται να δεχθεί να φτιάξουμε ένα ΓΕΣΥ στα πρότυπα του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, όπου διαμέσου της κυβερνητικής διαχείρισης το κράτος κατάφερε να δανειστεί τα λεφτά του Ταμείου και να συσσωρεύσει χρέη που ξεπερνούν τα 7.5 δισεκατομμύρια ευρώ».

Επίσης το Γενικό Συμβούλιο της ΣΕΚ στις 19/2/15 αφού εκφράζει την αγωνία του για τη διαιώνιση της κατάστασης, απορρίπτει την ιδέα για την εισαγωγή πολυασφαλιστικού συστήματος υγείας και απορρίπτει επίσης κάθε σκέψη για την υπερσυγκέντρωση εξουσιών στο πρόσωπο του εκάστοτε υπουργού Υγείας.

Ανεξάρτητα απ' όλα τα πιο πάνω συμπεραίνεται πως, ενώ το ΓΕΣΥ έγινε 14 ετών, (στα χαρτιά βέβαια), η αναβλητικότητα των πολιτικών δυνάμεων και τα διάφορα διαπλεκόμενα συμφέροντα στερούν από τους πολίτες το δικαίωμα να έχουν ένα ποιοτικό σχέδιο υγείας που θα τους καλύπτει όλες τις ανάγκες σε περίθαλψη, από τη σύλληψη μέχρι και το θάνατο.

Το παραμύθι με το ΓΕΣΥ μπορεί να συνεχισθεί ανάλογα με τις εξελίξεις που θα υπάρξουν τα επόμενα χρόνια.

Ίδωμεν...



• Η ΣΕΚ επιμένει στην διαφοροποίηση της πολιτικής εργοδότησης αλλοδαπών εργατών

Υπάρχουν τρόποι μείωσης της ανεργίας

Η ΣΕΚ υποστηρίζει πώς η μείωση του υπεράριθμου εργατικού προσωπικού από τρίτες χώρες σε κλάδους της οικονομικής δραστηριότητς θα συμβάλει στην καταβαλλόμενη προσπάθεια για αναχαίτιση της ανεργίας Κυπρίων και ενίσχυση της κοινωνικής συνοχής.

Οι θέσεις της ΣΕΚ για την ανάγκη δημιουργίας ευκαιριών εργοδότησης στο ντόπιο δυναμικό και αλλαγών στο εργασιακό σύστημα , αποτυπώνονται στην επιστολή που απέστειλε στις 24 Μαρτίου 2015 ο γενικός γραμματέας **Νίκος Μωυσέως** στο Γενικό Διευθυντή του υπουργείου Εργασίας Ανδρέα Ασσιώτη

Στην επιστολή επισημαίνονται τα πιο κάτω:

Η απόφαση της Εθνικής Επιτροπής Απασχόλησης, με εισήγηση της υπουργού Εργασίας, έχει αποφασίσει τη σύσταση Επιτροπής υπό την προεδρία σας με στόχο την σύναψη μιας συμφωνίας εθνικής στρατηγικής απασχόλησης, μέσα από την οποία θα διασφαλίζονται τόσο τα εργασιακά δικαιώματα όσο και η επαγγελματική δραστηριότητα.

Ένα από τα θέματα που βρίσκονται στο τραπέζι είναι και η εξοικονόμηση θέσεων εργασίας προς όφελος των Κυπρίων ανέργων με μείωση των εργαζομένων από τρίτες χώρες.Το πρώτο το οποίο θα πρέπει να μας απασχολήσει είναι η σύσταση της Επιτροπής. Θεωρούμε ότι το θέμα είναι υψίστης σημασίας και θα πρέπει στο διάλογο να συμμετέχουν οι Γενικοί Γραμματείς των Συντεχνιών και οι ηγεσίες των εργοδοτικών οργανώσεων. Θα πρέπει δε να συμφωνηθούν τα πλαίσια συζήτησης των θεμάτων καθώς και χρονοδιάγραμμα ολοκλήρωσης της συζήτησης.

Ξεπερνούν τις 37000 οι ξένοι εργάτες

Όσον αφορά την απασχόληση των αλλοδαπών, βασιζόμαστε σε στοιχεία των κοινωνικών ασφαλίσεων που είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα σας. Συνολικά φαίνεται ότι απασχολούνται 37,108 αλλοδαποί εκ των οποίων οι 23,778 απασχολούνται στη γεωργία και στα νοικοκυριά ως οικιακοί βοηθοί.

Παρουσιάζονται ψηλοί αριθμοί σε κλάδους που κατά τη γνώμη μας θα μπορούσαν να εργοδοτηθούν κύπριοι, όπως, π.χ. η μεταποίηση 1,057, οι κατασκευές 1,261, το χονδρικό και λιανικό εμπόριο 2,701, τα εστιατόρια 1,640, οι επαγγελματικές επιστημονικές και τεχνικές δραστηριότητες 1,304 και άλλοι. Όπως έχει λεχθεί στην προηγούμενη συνεδρία της Εθνικής Επιτροπής Απασχόλησης σε αυτούς συμπεριλαμβάνονται και αλλοδαποί που πιθανόν να έχουν μόνιμη την παραμονή τους στην Κύπρο. Αυτό το θέμα πρέπει να ξεκαθαρίσει και ενώπιον μας να υπάρχουν οι πραγματικοί αριθμοί των αλλοδαπών που απασχολούνται με άδειες εργασίας και δεν είναι μόνιμοι κάτοικοι Κύπρου.

Αλλαγές στο εργασιακό σύστημα

Όσον αφορά το εργασιακό σύστημα και την εφαρμογή των εργασιακών δικαιωμάτων που είναι ένας από τους πιο σημαντικούς πυλώνες που πρέπει να τεθεί στο διάλογο, το θέμα αυτό έχει απασχολήσει και στο παρελθόν τόσο το Ε.Σ.Σ. όσο και την Ε.Ε.Α.

Θα επαναλάβουμε για ακόμα μια φορά τις θέσεις μας με επιφύλαξη να τις εμπλουτίσουμε ακόμα περισσότερο με νέες εισηγήσεις στη διάρκεια του διαλόγου. Το εργασιακό σύστημα που αφορά τις συλλογικές συμβάσεις δεν μπορεί πλέον να στηρίζεται στις συμφωνίες κυριών, όπως προνοούνται και

• Κορυφαία προτεραιότητα η εξοικονόμηση θέσεων εργασίας για τους Κύπριους

• Επείγουσα ανάγκη η πάταξη της οργιάζουσας εκμετάλλευσης της εργασίας

• Να κλείσουν χωρίς άλλη καθυστέρηση οι μαύρες τρύπες στην αγορά εργασίας



στον Κώδικα Βιομηχανικών Σχέσεων και θα πρέπει οι συλλογικές συμβάσεις να έχουν νομική υπόσταση ούτως ώστε να εξαλειφθεί η διάκριση που υπάρχει σήμερα μεταξύ των κυπρίων και των ξένων εργαζομένων, ακόμα δε και ο αθέμιτος ανταγωνισμός που παρουσιάζεται μεταξύ των επιχειρήσεων.

Είναι γνωστή η κοινή θέση των εργοδοτικών και συνδικαλιστικών οργανώσεων στον κλάδο των κατασκευών, που υποστηρίζουν την πιο πάνω θέση, γιατί αντιλαμβάνονται ότι ο αθέμιτος ανταγωνισμός μεταξύ των επιχειρήσεων των κατασκευών δεν επιτρέπει την ομαλή λειτουργία του κλάδου.

Επιχειρήσεις οι οποίες απασχολούν πολλούς κοινοτικούς που δεν εφαρμόζονται οι συλλογικές συμβάσεις, ανταγωνίζονται από τις επιχειρήσεις που σέβονται τα εργασιακά δικαιώματα και στελεχώνονται από κύπριους εργαζόμενους.

Κατοχύρωση δικαιωμάτων με νόμο

Ειδικός διάλογος θα πρέπει να διεξαχθεί σε εκείνους τους κλάδους που δεν λειτουργούν παγκύπριες συλλογικές συμβάσεις και εκεί κατά τη γνώμη μας θα πρέπει να συμφωνηθούν βασικοί όροι εργοδότησης των εργαζομένων αυτών που να καλύπτονται διά νόμου.

• Προώθηση στη Βουλή του εφαρμοστικού νόμου για την ίση μεταχείριση στην απασχόληση όπως έχει συμφωνηθεί στο Ε.Σ.Σ.

• Ενίσχυση της σχετικής νομοθεσίας που αφορά την προστασία των εκπροσώπων των εργαζομένων στους χώρους εργασίας, πράγμα που θα βοηθήσει στη δημιουργία ισοζυγίας μεταξύ εργαζομένων και εργοδοτών και στη λειτουργία ομαλών εργασιακών σχέσεων.

• Ενίσχυση του νόμου που αφορά την αγορά υπηρεσιών, ούτως ώστε να αποφεύγεται το σημερινό φαινόμενο εργαζόμενοι να χρήζονται ως αυτοεργοδοτούμενοι με στόχο τη μη εφαρμογή των συλλογικών συμβάσεων και την μη πληρωμή των κοινωνικών ασφαλίσεων από τους εργοδότες.

Είμαστε βέβαιοι ότι θα λάβετε και άλλες εισηγήσεις και απόψεις και από άλλους κοινωνικούς εταίρους και ευελπιστούμε ότι θα διεξαχθεί νέος γόνιμος και καρποφόρος διάλογος με στόχο την επίλυση των προβλημάτων που παρουσιάζονται σήμερα στο εργασιακό μας σύστημα για την αποφυγή εργασιακής αναταραχής και ομαλής λειτουργίας των συλλογικών συμβάσεων και ενίσχυση των εργασιακών σχέσεων και του κοινωνικού διαλόγου.



ERG_7-7_inn_4 4/6/15 11:46 AM Page 1

Όταν υποσταλούν οι σημαίες

Όταν θα σβήσουν τα φώτα, θα κατέβουν από τους τοίχους οι φωτογραφίες των ηρώων, θα υποσταλούν οι σημαίες από τους ιστούς για να φυλαχθούν μέχρι την επόμενη φορά, θα επανέλθει η πραγματικότητα, της υποκρισίας και της αλαζονείας. Μια, δυο, περισσότερες επέτειοι τιμώνται καθηκόντως και με κεκτημένη ημερολογιακή ταχύτητα. Γι' αυτό και δεν είναι έκπληξη, όταν κάποιοι, άλλα να λένε βαρύγδουπα και «με αποφασιστικό ύφος» στις ξεχασμένες αξίες των πανηγυρικών λογυδρίων και διαφορετικά λειτουργούν «στην καθημερινότητά τους». Αυτό συνιστά κλασικό παράδειγμα υποκρισίας, που δεν χρειάζεται να ενδιατρίψει κανείς στο φαινόμενο. Είναι πρόδηλο και επαναλαμβανόμενο.

Τι μπορεί να σημαίνει διαφορετικά μια, για παράδειγμα, εμπνευσμένη ομιλία, μια δήλωση για τη θυσία των ηρώων για το έπος της ΕΟΚΑ, του 1821, όταν την επόμενη μέρα κλείνει ο ίδιος άνθρωπος το μάτι στη διαπλοκή; Μπορούν να συνυπάρξουν αγώνες και θυσίες με τις λογικές της μίζας και της διαπλοκής; Όχι, ασφαλώς. Και το χειρότερο είναι ότι το κάνουν ξανά και ξανά, χωρίς να αισθάνονται έστω και άβολα.

Ο παλιός αγωνιστής της ελληνικής αριστεράς (εκεί υπήρχε και υπάρχει), ο Χρόνης Μίσσιος στο πρώτο του βιβλίο, επέλεξε τον τίτλο «Καλά, εσύ σκοτώθηκες νωρίς...». Και αναφερόταν σε όσους έπεσαν για ιδέες και πατρίδες και δεν πρόλαβαν να ζήσουν την τραγωδία της αρπαχτής. Αυτή που ζούμε όλοι, σε μια κοινωνία που έχει παραδοθεί στην αλαζονεία του κέρδους και της κλεψιάς.

Δεν είναι όλα ισοπέδωση. Δεν είναι όλοι οπαδοί της αρπαχτής. Έχει τούτο κυριαρχήσει καθώς αφέθηκαν κάποιοι να κάνουν κουμάντο «άνευ βλάβης». Τούτο θα πρέπει, ωστόσο, να το φορτωθούν και όσοι μόλις τώρα αντιδρούν και όχι διαχρονικά: πολιτικοί, πολίτες, ΜΜΕ.

«Δεν ξέρω, αλλά νομίζω πως όταν ο άνθρωπος ξανακατακτήσει την ανθρωπιά του, όταν ξαναρχίσει να δημιουργεί ανθρώπινο πολιτισμό, να γράφει πια την ιστορία κάθετα, όχι για λαούς και για μάζες, αλλά για τον Παύλο, για τη Ρηνιώ, για την Ελένη, για τον μαστρο- Στέφανο... τότε μονάχα οι άνθρωποι θα ξέρουν τι κοστίζει η ιστορία, τι κοστίζει η συμμετοχή, τι θα πει η φράση «εκατό χιλιάδες νεκροί» ή «βασανίζεται ένας άνθρωπος σε κάποια ασφάλεια». Τότε οι άνθρωποι θα ξέρουν τι θα πει φυλακή, τι σημαίνουν τα πολιτικά λάθη...», έγραψε ο Χρόνης στο «...καλά, εσύ σκοτώθηκες νωρίς».

ΣΗΜ: Ακούγεται συχνά-πυκνά το ανιστόρητο και επιδερμικό ότι λάθος διεξήχθη ο αγώνας καθώς «ούτως ή άλλως η Βρετανία θα έφευγε από την Κύπρο». Πόσες φορές οι Εγγλέζοι υποσχέθηκαν στην Ελλάδα να τους υποστηρίξει και να φύγουν από το νησί; Δεν το έπραξαν. Εκείνοι που θεωρούν πως θα αποχωρούσε οικειοθελώς η Βρετανία πέραν ότι είναι αφελείς κινούνται στις λογικές που θέλουν τους άλλους να κάνουν αυτά που εμείς θα πρέπει να πράξουμε. «Να πολεμήσουνε για μας οι Ρώσοι, οι... Ισραηλινοί» και να ειδοποιηθούμε όταν τελειώσουν!

Κώστας Βενιζέλος

«ΦΙΛΕΛΕΥΘΕΡΟΣ»



60 ΧΡΟΝΙΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΝΑΡΞΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΤΙΚΟΥ ΑΓΩΝΑ ΤΗΣ ΕΟΚΑ

Η μαθητιώσα νεολαία στον αγώνα του 1955 - 59

Β' και τελευταίο μέρος

Πέρα από τα κρυφά σχολειά των πόλεων, και κάτι άλλο εκπληκτικό αποδεικνύει πως, παρά τις κακουχίες και τις ταπεινώσεις, το φρόνημα ποτέ δεν νοθεύεται. Στο στρατόπεδο Πολεμίου, το Νταχάου της Κύπρου, όπως ονομάζεται, όπου κρατούνται αγωνιστές μεγάλοι αλλά και μαθητές, τα βασανιστήρια είναι πολλά και αποσκοπούν στην ψυχική και φυσική εξόντωση των κρατουμένων. Παρ' όλα αυτά, ο κρατούμενος αγωνιστής φιλόλογος Κ. Γιαλλουρίδης με άλλους κρατούμενους καθηγητές, οργανώνουν μέσα στα κρατητήρια γυμνάσιο, καταρτίζοντας πλήρες ωρολόγιο πρόγραμμα έξι περιόδων διδασκαλίας ημερησίως, με κύκλους Αγίας Γραφής, ποδόσφαιρο κι εσπερινό. Παράλληλα, με αίτημά προς την Ελληνική Κυβέρνηση, επιτυγχάνεται η αναγνώριση του σχολείου αυτού ως ισότιμου των Σχολείων Μέσης Παιδείας της Ελλάδας. Έτσι, οι νεαροί κρατούμενοι με ακμαίο ηθικό συνεχίζουν τη μόρφωσή τους, ενώ οι Άγγλοι βλέπουν τα σχέδια για ψυχική και πνευματική εξόντωσή τους να καταρρέουν.

Η αυταπάρνηση που έδειξαν όλοι οι μαθητές μπροστά στον εχθρό και τους κινδύνους δεν ήταν καθόλου τυχαία. Τα παιδιά, αναθρεμμένα με την πίστη στον Θεό, στην Ελλάδα και στην Ελευθερία, θαύμαζαν τους αγώνες των Ελλήνων, και το μόνο που ήθελαν ήταν να αναδειχθούν σε νέα πρότυπα γενναιότητας και λεβεντιάς. Είναι χαρακτηριστική η μαρτυρία του πατέρα του μικρού Γρηγόρη Αυξεντίου, που μάθαινε στον γιο του για τους ήρωες του 1821 και τη θυσία τους. Ο Γρηγόρης δήλωνε από μικρός πως ήθελε να γίνει σαν τον Διάκο, σαν τον Ανδρούτσο και σαν τον Σπαρτιάτη Λεωνίδα. Κι η μάνα του Γρηγόρη, στον επικήδειο για τον γιο της, τραγούδησε πως ήταν «χαλάλι της πατρίδας ο γιος της» και πως ο ίδιος «αφού δεν παραδόθηκε κι έμεινε και σκοτώθηκε, ας έχει την ευχή της». Από τέτοιους γονείς γαλουχήθηκε ο Σταυραετός του Μαχαιρά.

Ο πρώτος μαθητής που έπεσε στον αγώνα, ο Πετράκης Γιάλλουρος από την επαρχία Αμμοχώστου, φοιτούσε στην έκτη γυμνασίου. Στις 6 Φεβρουαρίου 1956 μαθητές του Γυμνασίου Αμμοχώστου οργανώνουν διαδηλώσεις διαμαρτυρίας για το κλείσιμό του σχολείου τους φωνάζοντας «ΕΟΚΑ» και «ΕΝΩΣΗ», ενώ οι Άγγλοι στρατιώτες τους ρίχνουν δακρυγόνα. Ο αρχηγός και σημαιοφόρος των μαθητών, ο δεκαοκτάχρονος ιδεολόγος Πετράκης Γιάλλουρος, δεν πτοείται, αλλά ανεμίζει περήφανα τη γαλανόλευκη και σκορπίζει ρίγη ενθουσιασμού στον κόσμο που περνά. Οι κατακτητές τον χτυπούν στο χέρι και στο στήθος, και το παλληκάρι ξεψυχά αναφωνώντας «Ζήτω η Ένωση». Κηδεύεται στη γενέτειρά του Ριζοκάρπασο, μέσα στη νύχτα και στη βροχή, σε συνθήκες συγκίνησης και πατριωτικής έξαρσης. Ο καθηγητικός σύλλογος και οι συμμαθητές του ψάλλοντας τον εθνικό ύμνο τυλίγουν τη σωρό του με την ελληνική σημαία και τη συνοδεύουν στην τελευταία της κατοικία.

Άλλος ένας μαθητής που περνά στο πάνθεον των Αθανάτων είναι ο Πετράκης Κυπριανού από τη Λάρνακα, παιδί πολύτεκνης οικογένειας. Εκδιώκεται από το σχολείο με



Της **Δανάης Γεωργιάδου**

Φιλόλογος

την κατηγορία πως ξεσηκώνει τους συμμαθητές του και πως υψώνει τη γαλανόλευκη, και βγαίνει αντάρτης στα βουνά. Μια και μόνη φορά έκτοτε τον συναντά ο πατέρας του, που τον συμβουλεύει να προσέχει. Η απάντηση του Πετράκη είναι αποστομωτική: «Μη φοβάσαι, πατέρα! Ο Πετράκης σου ζωντανός δεν παραδίδεται. Ή νικά ή πεθαίνει!» Κι όταν, επτά μήνες μετά, η μάνα του τον βλέπει κτυπημένο από τις σφαίρες των Άγγλων που τον κυνηγούν, αναφωνεί: «Έτσι σε ήθελα, γιε μου. Λεβέντης να 'ρθεις, όχι προδότης!»

Άλλος ένας ήρωας μαθητής είναι ο Αριστείδης Χαραλάμπους από τον Πεδουλά. Μεγαλωμένος κι αυτός με την πίστη στον Θεό και στην Ελλάδα, μαθητής υπόδειγμα στο Γυμνάσιο, εντάχθηκε στην ΕΟΚΑ από νωρίς. Τις νύχτες κρυφά σε ένα απόμερο ξωκκλήσι συντηρούσε όπλα, έφτιαχνε βόμβες και κατηχούσε τους μικρότερους στον αγώνα. Τον Μάρτιο του 1956 με άλλους συμμαθητές του πετροβολούν μια αγγλική φάλαγγα και ματαιώνουν μεγάλη επιχείρηση κατά των χωριών της περιοχής. Λίγες μέρες μετά παίρνει διαταγή να επιτεθεί και πάλι σε αγγλική αυτοκινητοπομπή, μια βόμβα όμως εκρήγνυται στο χέρι του καθώς προετοιμάζεται και του κόβει το νήμα της ζωής. Η μάνα του που σπεύδει δεν τον προλαβαίνει ζωντανό, μες στον σπαραγμό της όμως δηλώνει με υπερηφάνεια: «Ο γιος μου έδωσε τη ζωή του για την πατρίδα. Χαλάλι της!» Απέμεναν τρεις μήνες για να τελειώσει το σχολείο ο Αριστείδης και να φύγει στην Ελλάδα για σπουδές, όπως ήταν το όνειρό του. Τον συνόδεψαν στην κηδεία του όλα τα γύρω χωριά, ενώ το φέρετρό του, στολισμένο με ελληνικές σημαίες και δάφνινα στεφάνια, το μετέφεραν οι συμμαθητές και οι καθηγητές του ψάλλοντας πατριωτικά τραγούδια.

Μαθητής είναι και ο τελευταίος ήρωας που απαγχονίζεται, ο Ευαγόρας Παλληκαρίδης. Το αγέρωχο φρόνημα και η μεγάλη του αγάπη για τη σκλαβωμένη του πατρίδα αποτυπώνονται στα ποιήματά του: «Θα πάρω μιαν ανηφοριά, θα πάρω μονοπάτια, να βρω τα σκαλοπάτια που παν στη λευτεριά». Μαθητής της πέμπτης τάξης του Γυμνασίου Πάφου ο Ευαγόρας γίνεται ένα από τα πρώτα μέλη της ΕΟΚΑ και εκτελεί τις αποστολές του με απαράμιλλη ανδρεία. Όταν κάποτε συλλαμβάνεται σε ενέδρα, ο νέος υποφέρει αφάνταστα στη φυλακή, μα η πίστη στον Θεό και την Ελλάδα απαλύνουν τον ψυχικό και σωματικό του πόνο. Λίγο πριν οδηγηθεί στην αγχόνη, στο «ειδικό δικαστήριο» της Λευκωσίας, ο Ευαγόρας αναγνωρίζει περήφανα το «έγκλημά» του και αναμένει τον θάνατο. «Θα με κρεμάσετε, το ξέρω», αναφωνεί. «Ό,τι έκαμα το έκαμα ως Έλλην Κύπριος που ζητά τη λευτεριά του. Εύχομαι να είμαι ο τελευταίος που θα αντικρύσει την αγχόνη. Ζήτω η Ένωσις της Κύπρου με τη μητέρα Ελλάδα!» Παρά τις εκκλήσεις προς τη νεαρή τότε βασίλισσα της Αγγλίας Ελισάβετ για απονομή χάριτος, ο Παλληκαρίδης ανέβηκε τελικά στο ικρίωμα της αγχόνης στις 13 Μαρτίου 1957.

Τέτοιες στιγμές νεανικής παλληκαριάς λάμπρυναν τον κυπριακό αγώνα κι άφησαν εις το διηνεκές πρότυπα ηρωικά. Σε στιγμές ηθικής και οικονομικής κρίσης, όπως αυτές που βιώνουμε σήμερα στον τόπο μας, η θυσία των ηρώων ας αποτελεί το μέτρο της συνείδησής μας κι ας καθοδηγεί τα βήματά μας

Μέσα στην καταχνιά που σκορπίζει στην Κύπρο η τουρκική κατοχή και η αλαζονική αδιαλλαξία της, μέσα στην κρισιμότητα των καιρών που περνά η Κύπρος προβάλλει και φέτος η επέτειος της 1ης Απριλίου για να θερμάνει με το φως της τις καταρρακωμένες καρδιές μας και να μας κάνει να θυμηθούμε και πάλι τη δόξα και το όραμα της επικής γενιάς του 1955.

ERG_8-9_inn_8 & 9 4/6/15 11:43 AM Page 1

Με μεγαλοπρέπεια ο Κυπριακός Ελληνισμός τίμησε την 1η Απριλίου 1955

• Η κεντρική εκδήλωση απότισης φόρου και τιμής στους αθάνατους της ΕΟΚΑ πραγματοποιήθηκε στο κλειστό γυμναστήριο «Τάσσος Παπαδόπουλος – Ελευθερία» στη Λευκωσία



Ο Κυπριακός Ελληνισμός τίμησε με μεγαλοπρέπεια την 60η επέτειο της έναρξης του εθνικοαπελευθερωτικού αγώνα της ΕΟΚΑ 55 – 59.

Το πρωϊ τελέστηκε πανηγυρική Δοξολογία, στην παρουσία της πολιτικής, στρατιωτικής και εκκλησιαστικής ηγεσίας, Ακολούθως στα Φυλακισμένα Μνήματα τελέσθηκε τρισάγιο και κατατέθηκαν στεφάνια προς τιμήν των ηρώων, ενώ οι συγγενείς των ηρώων και οι οργανώσεις τους εναπέθεσαν λουλούδια στους τάφους. Τόσο της πανηγυρικής δοξολογίας όσο και του τρισαγίου προέστη ο Αρχιεπίσκοπος Κύπρου Χρυσόστομος, στην παρουσία του Προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Αναστασιάδη, που συνοδευόταν από τον Υπουργό Άμυνας Χριστόφορο Φωκαΐδη και τον Υπουργό Δικαιοσύνης και Δημόσιας Τάξης Ιωνά Νικολάου. Τον πανηγυρικό της ημέρας εκφώνησε ο καθηγητής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Ανδρέας Βοσκός.

όσους έδωσαν τη ζωή τους και σε όσους αγωνίστηκαν για να ζούμε σήμερα και να διεκδικούμε την ελευθερία μας. Νομίζω ότι το διαχρονικό δίδαγμα μέσα από τον επικό αγώνα, αλλά και τη μετέπειτα ιστορία μας είναι πως 'ενωμένοι μπορούμε'». Εξ' άλλου σε ομιλία του για τις εθνικές επετείους, στο Πολιτιστικό Κέντρο του Ιδρύματος Αρχιεπισκόπου Μακαρίου, ο Πρόεδρος Αναστασιάδης κατέληξε λέγοντας :«Είμαστε αποφασισμένοι να δώσουμε τη μάχη και πιστεύω ότι μέσα από την ενότητα και τη συμπαράσταση και της Ελλάδας και όχι μόνον, αλλά και της Ευρώπης, υπερατλαντικών φίλων και παραδοσιακών φίλων, μπορούμε να επιτύχουμε την κάμψη της τουρκικής αδιαλλαξίας. Αρκεί να υπάρχει ο κοινός στόχος, αρκεί να υπάρχει η από κοινού προσπάθεια, έτσι ώστε να αποτρέψουμε γι' άλλη μια στιγμή της ιστορίας τον ενδεχόμενο κίνδυνο καταστροφής του Ελληνισμού ή αφανισμού του Ελληνισμού από τη γη των πατέρων μας».

• Η ΣΕΚ και τα χιλιάδες μέλη της παραμένουν προσκολλημένοι στις ακατάλυτες αξίες και στα υψηλά ιδανικά που ενέπνευσαν τους αγωνιστές της ΕΟΚΑ να διεξαγάγουν κάτω από φοβερά αντίξοες συνθήκες τον υπέρ πίστεως και πατρίδα αγώνα για απαλλαγή της Κύπρου από τον ξένο δυνάστη



*Ο α.γ.γ. ΣΕΚ **Ανδρέας Μάτσας** κατέθεσε στεφάνι στα Φυλακισμένα Μνήματα και στον ανδριάντα του ήρωα Μάρκου Δράκου*





Ο Επαρχιακός γραμματέας ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας **Πάμπος Ιωαννίδης** καταθέτει στεφάνι στο μνημείο του ήρωα Κυριάκου Μάτση

Πρόεδρος Δημοκρατίας

Ερωτηθείς για το μήνυμα της ημέρας, ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας είπε, «είναι μια μέρα που οφείλουμε όλοι να ανατρέξουμε στο παρελθόν, αποδίδοντας την τιμή που αξίζει σε

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΕΝΝΑΙΟΤΗΤΑ

Ο υπουργός Παιδείας και Πολιτισμού Κώστας Καδής αναφέρθηκε στο χρέος και το καθήκον που έχουμε για να αντλήσουμε διδάγματα από το πνεύμα του αγώνα, αλλά και από τη συμπεριφορά και το ήθος των ηρώων μας, ούτως ώστε να συνεχίσουμε και εμείς τον δικό μας τον αγώνα για την απελευθέρωση του τόπου, διορθώνοντας τα κακώς έχοντα στην κοινωνία μας. Ο Υπουργός Υγείας, αναφερόμενος στον εθνικοαπελευθερωτικό αγώνα της ΕΟΚΑ, είπε ότι δεν ήταν ένας αγώνας «ταξικός, αλλά ένας αγώνας που ξεκίνησε την 1η Απριλίου 1955, με τον κυπριακό Ελληνισμό να αποζητά αυτό που δικαιούται: Είναι καιρός να δείξουμε στον κόσμο ότι εάν η διεθνής διπλωματία είναι άδικη και εν πολλοίς άνανδρη, η κυπριακή ψυχή είναι γενναία».

Οι εκδηλώσεις για τον εορτασμό της 60ής εθνικής επετείου της 1ης Απριλίου κορυφώθηκαν το απόγευμα στο κλειστό γυμναστήριο «Τάσσος Παπαδόπουλος- Ελευθερία», στην παρουσία του προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Αναστασιάδη.

Εθνική ομοψυχία

Στην ομιλία του μετά το πέρας της δοξολογίας, ο Πρόεδρος της Βουλής Γιαννάκης Ομήρου δήλωσε: «Το βασικό στοιχείο που οριστικά πια σηματοδοτεί το ΄55-΄59 είναι ο βαθύτατος πατριωτισμός, που στόχευε μέσα από την ολοκληρωτική ρήξη με το αποικιοκρατικό καθεστώς στην αυτοδιάθεση του λαού μας. Υπήρξε τελικά αυτός ο αγώνας ένα γνήσιο λαϊκό κίνημα, που γέννησε και εξέφρασε ελπίδες και προσδοκίες σε γενιές αγωνιστών και που φιλοδόξησε να δώσει μια ελπιδοφόρα προοπτική σε αδικαίωτους πόθους ολόκληρων αιώνων». Επιπλέον, αναφερόμενος στην κρισιμότητα της περιόδου που διανύουμε, σημείωσε: «Ενωμένοι, αδελφωμένοι, εμπνευσμένοι από την αθάνατη παράδοση του 1821 και του 1955, να αγωνιστούμε σωστά και θα νικήσουμε».

ERG_8-9_inn_8 & 9 4/6/15 11:43 AM Page 2



Αντιπροσωπεία της ΣΕΚ με επικεφαλής τον αναπληρωτή γενικό γραμματέα **Ανδρέα Μάτσα** κατέθεσε στεφάνια στα μνημεία των ηρώων Μάρκου Δράκου (ηγετικού στελέχους της ΣΕΚ), Κυριάκου Μάτση και Στυλιανού Λένα στη Λευκωσία



• Η ΣΕΚ με μπροστάρη το Τμήμα Εργαζόμενης Νεολαίας παραμένει στην εμπροσθοφυλακή του αγώνα για θωράκιση της Εθνικής μας ταυτότητας και Δικαίωση του Κυπριακού ελληνισμού



• Ο Ελληνισμός ενωμένος μεγαλουργεί. Οι εθνικές μας επέτειοι και η μνημόνευση των ηρωομαρτύρων μας αποτελούν τον άσβεστο φάρο που θα καθοδηγεί τα βήματα μας για κοινωνική ανόρθωση και εθνική ανάσταση

Δοξολογίες για την Εθνική μας επέτειο τελέσθηκαν σ' όλες της Μητροπολιτικές περιφέρειες στην παρουσία υπουργών και εκπροσώπων της Κυπριακής πολιτείας.

Εκδηλώσεις για εορτασμό της επετείου της 1ης Απριλίου 1955 πραγματοποιείθηκαν σ' όλο το κόσμο όπου ζουν Έλληνες Κύπριοι. Στην Αθήνα η Ελληνική πολιτεία τίμησε την εξέγερση του '55 με Δοξολογία στην οποία παρευρέθηκαν εκπρόσωποι της πολιτείας και της Κυπριακής πρεσβείας.

• ΜΗΝΥΜΑ ΕΠΑΡΧΙΑΚΗΣ ΣΥΝΔΙΑΣΚΕΨΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΩΝ ΣΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Συνεχής και ολοκληρωτική η στήριξη της ΣΕΚ στους συνταξιούχους μας

Της **Δέσποινας Ησαϊα**





Η ΣΕΚ θα συνεχίσει να αγωνίζεται σθεναρά για επίλυση των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι συνταξιούχοι με στόχο πάντοτε μια καλύτερη και αξιοπρεπή ζωή.

Το μήνυμα αυτό στάληκε στην Επαρχιακή Συνδιάσκεψη του Τμήματος Συνταξιούχων ΣΕΚ Λάρνακας που πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 2 Απριλίου 2015. Ο επαρχιακός οργανωτικός της ΣΕΚ Λάρνακας **Κυριάκος Γιασουμής** σε καλωσόρισμα του αφού αναφέρθηκε στο σημαντικό διαχρονικό ρόλο που διαδραματίζουν οι συνταξιούχοι και τους κάλεσε να πυκνώσουν τις τάξεις της ΠΕΣΥΣ – ΣΕΚ για προώθηση των πολλαπλών προβλημάτων που αντιμετωπίζουν. Η ΣΕΚ σας αγκαλιάζει με στοργή, αγάπη και σεβασμό και προσφέρει σε σας την ολόψυχη και αμέριστη υποστήριξη της κατέληξε ο κ. Γιασουμής.

Χαιρετισμό στη συνδιάσκεψη απήυθυνε ο Επαρχιακός Γραμματέας της ΣΕΚ Λάρνακας **Αντρέας Πουλής** ο οποίος αναφέρθηκε στις επιπτώσεις της κρίσης στο εργασιακό τοπίο αλλά και στα εγκληματικά λάθη και παραλείψεις της Κυβέρνησης Χριστόφια. Τόνισε παράλληλα πως η ΣΕΚ θα συνεχίσει να βαδίζει το δρόμο που χάραξαν οι πρωτεργάτες των εργατικών κατακτήσεων πάντοτε με υπευθυνότητα και σύνεση.

Στην ομιλία που εκφώνησε ο γενικός οργανωτικός της ΣΕΚ **Πανίκος Αργυρίδης,** τόνισε πως οι συνταξιούχοι είναι η γενιά που κράτησε όρθια τη δημοκρατία και ύψωσε το ανάστημα για κοινωνική δικαιοσύνη. Επισήμανε δε πως αποτελεί προτεραιότητα του Κινήματος η δημιουργία καλύτερων προϋποθέσεων, καλύτερης διαβίωσης των συνταξιούχων.

Οι συνταξιούχοι αναφέρθηκαν στα πολλαπλά προβλήματα που αντιμετωπίζουν με κυριότερα τις ουρές αναμονής στα κρατικά νοσοκομεία, τις χαμηλές συντάξεις και την ανεργία που έχει ως απότοκο τα συσσωρευμένα οικονομικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα παιδιά και τα εγγόνια τους που χρειάζονται τη στήριξη τους. Συγχάρηκαν τη ΣΕΚ για τις προσπάθειες που καταβάλλει για συνεχή αναβάθμιση του επιπέδου ευημερίας τους (εκδρομές – εξοχικά διαμερίσματα). Ευχαρίστησαν τέλος την ηγεσία της ΣΕΚ που προωθεί τις θέσεις τους στα Εθνικά και Ευρωπαϊκά φόρα.

ΕΠΑΡΧΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ
Νεόφυτος Χαραλάμπους	Ορμήδεια
Κωνσταντίνος Ανδρέου	Ορμήδεια
Κώστας Χ" Αντώνης	Τρούλλοι
Μάμας Αλεξίου	Τρούλλοι
Αρτέμης Αρτέμη	Κοφίνου
Ανδρέας Παπαθανασίου	Κίτι
Νίκος Χατζηνικόλας	Κίτι
Γιασουμής Αναστάσης	Δρομολαξιά Μενεού
Μαρία Γιάγκου	Ξυλοφάγου
Λούλλα Κωμοδρόμου	Ξυλοφάγου
Γαβριήλ Τιμοθέου	Αραδίππου
Ανδρέας Αβραάμ	Αραδίππου
Ανδρέας Κανελλίδης	Αραδίππου
Σπυρούλλα Σωτηρίου	Άγιοι Ανάργυροι
Ιωνάς Ανδρέα	Καμάρες
Ανδρέας Μιχαήλ Τζιώρτας	Καμάρες
Ελένη Σάββα	Καμάρες
Παρασκευού Ανδρέου	Κόκκινες
Κυριακού Κουσιάππα	Τσιακκιλερό

Πανίκος Αργυρίδης, Γενικός Οργανωτικός ΣΕΚ

Τα μεγάλα εργατικά επιτεύγματα οφείλονται στις δικές σας θυσίες

Τα μεγάλα εργατικά επιτεύγματα, που μέχρι πρόσφατα ήταν για εμάς τις νεότερες γενιές δεδομένα και αυτονόητα, οφείλονται στους δικούς σας αγώνες και τις δικές σας θυσίες.

Το 8ωρο στην εργασία, η δημιουργία του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, η δημιουργία του θεσμού των Ταμείων Προνοίας, η εισαγωγή του θεσμού Ιατροφαρμακευτικής Περίθαλψης και ευημερίας, η μητρότητα, η βελτίωση των μισθών και των ωφελημάτων, η δημιουργία συνθηκών ασφάλειας και υγείας, είναι μερικές από τις δικές σας κατακτήσεις που συνέβαλαν στο να δημιουργήσουμε μια πιο δίκαιη αγορά εργασίας.

Θέλω να σας διαβεβαιώσω, ότι ως ΣΕΚ τηρούμε τη δέσμευση και το χρέος απέναντι σας, έχουμε υποχρέωση να αγωνιζόμαστε και για τη δική σας γενιά, όπως κάνατε και στο παρελθόν εσείς για εμάς τους νεότερους, με συγκεκριμένες προτάσεις και αποφασιστικότητα, επιλέγουμε μέσα από τον διάλογο να είμαστε μέρος της επίλυσης των προβλημάτων και όχι των συνθημάτων.

Αντρέας Πουλής, Επαρχιακός γραμματέας ΣΕΚ Λάρνακας

Χρέος να παραδώσουμε στις επόμενες γενιές καλύτερο βιοτικό επίπεδο

Η μαζική σας παρουσία εδώ σήμερα, φανερώνει αβίαστα την αγάπη και την εκτίμηση που τρέφετε όλοι εσείς, καθώς και οι χιλιάδες μέλη της ΠΕΣΥΣ – ΣΕΚ προς το έργο που επιτελεί η ΣΕΚ, τόσο σε εργατικούς όσο και σε εθνικούς και κοινωνικούς αγώνες. Αγώνες που ξεκινούν με την κατοχύρωση των κεκτημένων των εργαζομένων, ιδιαίτερα μέσα στις πολύ δύσκολες συνθήκες που επικρατούν σήμερα και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των νέων, των ενηλίκων και καταλήγουν στην προσφορά προς τα τιμώμενα γηρατειά.

Το βιοτικό επίπεδο που απολαμβάνουμε, οφείλεται αποκλειστικά και μόνο στους αγώνες που έδωσαν για δεκαετίες ολόκληρες, αυτοί που σήμερα δεν βρίσκονται πλέον στην ενεργό δράση, δηλαδή όλοι εσείς, τα τιμημένα γηρατειά και οι υπόλοιποι δεκάδες χιλιάδες των συνταξιούχων μας, αγώνες τους οποίους όλοι εμείς οι νεότεροι οφείλουμε να τους έχουμε σαν φωτεινούς φάρους καθοδήγησης και ζωντανά παραδείγματα, γιατί έχουμε χρέος να παραδώσουμε στις γενιές που θα ακολουθήσουν ένα καλύτερο βιοτικό επίπεδο.

ERG_10-10_inn_13 4/6/15 11:43 AM Page 1

Αλλάξτε τη ζωή σας προς το καλύτερο σε δύο εβδομάδες

Οι περισσότερες δίαιτες ή αλλαγές που κάνουμε στη διατροφή μας για να είμαστε πιο υγιείς δεν κρατούν περισσότερο από δύο εβδομάδες. Σύντομα σταματάμε την προσπάθεια και επαναλαμβάνουμε τις παλιές κακές συνήθειες. Για να καταφέρετε να είστε πιο υγιείς και πιο χαρούμενες ακολουθώντας ένα υγιεινό τρόπο ζωής αρκεί να αλλάξετε 14 συνήθειές σας. Για τις επόμενες δύο εβδομάδες κάντε μία κάθε μέρα και αμέσως θα αισθανθείτε καλύτερα! Κάποιες είναι πιο εύκολες και κάποιες πιο δύσκολες, όμως αν τις κάνετε αρκετά συχνά ώστε να σας γίνουν ρουτίνα τότε θα έχετε επιτύχει στον στόχο σας.

• «Χρυσός οδηγός» για ριζική ανανέωση, ψυχική και σωματική, μέσα σε λίγο χρονικό διάστημα χωρίς ιδιαίτερες θυσίες

1η Μέρα: Να πίνετε περισσότερο νερό! Το σώμα μας χρειάζεται νερό για να λειτουργήσει σωστά κι ακριβώς επειδή δεν μπορεί να το αποθηκεύσει πρέπει να πίνουμε κάθε μέρα. Πόσα λίτρα χρειάζονται όμως καθημερινά; Ο μέσος άνθρωπος χρειάζεται 2 λίτρα την ημέρα, επειδή όμως δεν είμαστε όλοι ίδιοι πρέπει να μάθουμε να ακούμε το σώμα μας. Εάν διψάτε πιείτε περισσότερο νερό, αν δεν διψάτε πιείτε λιγότερο από 2 λίτρα. Τόσο απλό!



2η Μέρα: Προσοχή στα αναψυκτικά και τα ποτά! Εάν πίνετε περισσότερο νερό, λογικά δεν θα έχετε την επιθυμία για αναψυκτικό. Εάν δεν είναι απαραίτητο, τότε σκεφτείτε πριν το πιείτε: Πόση ζάχαρη και πόσες θερμίδες έχει και ποια θρεπτικά συστατικά θα πάρω αν το καταναλώσω; Προτιμήστε τσάι ή χυμούς αν θέλετε μια εναλλακτική στο νερό.

3η Μέρα: Απολαύστε το γεύμα! Σταματήστε να τρώτε στο αυτοκίνητο, την ώρα που βλέπετε τηλεόραση ή διαβάζετε. Απολαύστε το μεσημεριανό ή το βραδινό στο τραπέζι, μασώντας καλά και προτιμώντας ένα πλούσιο γεύμα σε λαχανικά και θρεπτικά συστατικά.

4η Μέρα: Κοιμηθείτε αρκετά! Ο ύπνος επηρεάζει την υγεία σας συνολικά αφού σχετίζεται με την παραγωγή σεροτονίνης, την διαχείριση του σακχάρου στο αίμα, το ανοσοποιητικό σύστημα αλλά και τη λειτουργία της καρδιάς. 7 με 8 ώρες ύπνου καθημερινά αρκούν για να αισθάνεστε ενέργεια όλη μέρα.



5η Μέρα: Αποφεύγετε τα έτοιμα – πρόχειρα φαγητά! Τα πατατάκια, οι σοκολάτες και όλα τα λαχταριστά γεύματα μπορεί να είναι νόστιμα όμως δεν προσφέρουν τίποτα στον οργανισμό σας. Αποφύγετε τον πειρασμό και οτιδήποτε περιέχει ζάχαρη, λιπαρά και αλάτι. Στην αρχή θα είναι δύσκολο αλλά μετά δεν θα τα αποζητάτε καθόλου!

6η Μέρα: Αποφύγετε τα προϊόντα χαμηλών λιπαρών! Μπορεί να πιστεύουμε ότι τα λιπαρά μας παχαίνουν, όμως όταν δεν υπάρχουν καθόλου αντικαθίστανται από γλυκαντικές ουσίες και προσθήκες γεύσεις που δεν μας κάνουν καλό. Είναι καλύτερο να προτιμήσετε τη γεύση των λιπαρών φαγητών παρά τις γλυκαντικές ουσίες.

7η Μέρα: Εκτιμήστε τον εαυτό σας: Εάν καταφέρατε να αποκτήσετε τις παραπάνω εφτά διατροφικές συνήθειες, τότε πρέπει να συγχαρείτε τον εαυτό σας. Πρόκειται για μια συνήθεια που θα σας βοηθήσει να αγαπήσετε τον εαυτό σας και να του φέρεστε καλύτερα.

8η Μέρα: Μειώστε τη ζάχαρη! Μην βάζετε ζάχαρη στον καφέ και μην καταναλώνετε τρόφιμα που περιέχουν ζάχαρη. Είναι πολύ δύσκολο να βρείτε τη ζάχαρη σε όλα αυτά τα συσκευασμένα προϊόντα που έχετε στην κουζίνα σας όμως πρόκειται για μια συνήθεια που θα σας μάθει να ψωνίζετε σωστά και θα αλλάξει πραγματικά τη ζωή σας.

9η Μέρα: Προσθέστε περισσότερα φρούτα και λαχανικά στο ημερήσιο διαιτολόγιο: Όλοι ξέρουμε ότι κάνουν καλό στην υγεία μας, όμως συνήθως τα ξεχνάμε. Αν φροντίσετε ώστε να έχετε πάντα στο ψυγείο σας τα απαραίτητα υλικά για μια σαλάτα ή φρούτα, τότε είναι πιο πιθανό να τα καταναλώσετε.

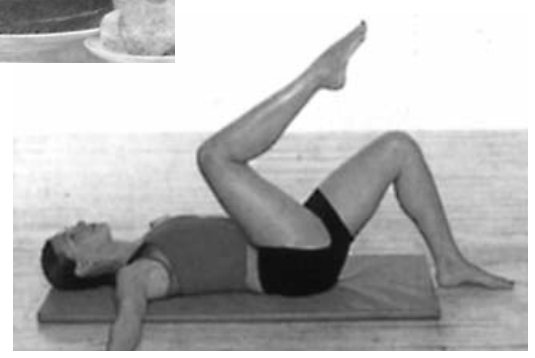
10η Μέρα: Προτιμήστε την πρωτεΐνη στο πρωινό σας! Η πρωτεΐνη θα σας βοηθήσει να ελέγξετε την όρεξη σας όλη την ημέρα. Για αυτό επιλέξτε αυγά, γιαούρτι, φρούτα και βρώμη για περισσότερη ενέργεια αλλά και απώλεια κιλών.

11η Μέρα: Αλλάξτε την οδοντόβουρτσά σας! Είτε χρησιμοποιείτε κανονική οδοντόβουρτσα είτε ηλεκτρική πρέπει να την αλλάζουμε κάθε 3 με 4 μέρες. Η κεφαλή μαζεύει μικροοργανισμούς από το στόμα αλλά και το περιβάλλον του μπάνιου για αυτό πρέπει να προσέχετε.

12η Μέρα: Κάντε γυμναστική! Ακόμα κι αν δεν θέλετε να γραφτείτε στο γυμναστήριο κάντε μικρές αλλαγές ώστε να ενισχύσετε τον μεταβολισμό σας και να αποκτήσετε καλύτερη φυσική κατάσταση. Ανεβείτε τις σκάλες, πηγαίνετε στο γραφείο με τα πόδια, κάντε λίγους κοιλιακούς ή καθίσματα πριν κάνετε ντους το πρωί.

13η Μέρα: Προετοιμάστε υγιεινά γεύματα. Οργανωθείτε και ετοιμάστε υγιεινά σνακ για το γραφείο ή για κάθε φορά που θα έχετε όρεξη για κάτι γλυκό. Έτσι δεν θα μπαίνετε στον πειρασμό να αγοράσετε κάτι έτοιμο ή λιπαρό ενώ θα είστε σίγουρες ότι τρώτε σωστά.

14η Μέρα: Να έχετε περισσότερη ευγνωμοσύνη! Οι άνθρωποι που ξυπνούν το πρωί και εκτιμούν όλα όσα έχουν καταφέρει στη ζωή τους είναι πιο υγιείς και πιο ευτυχισμένοι. Η οικογένειά σας, η δουλειά σας και οι φίλοι σας είναι αυτά που δίνουν νόημα στη ζωή σας και μπορούν να σας βοηθήσουν να εκπληρώσετε τους στόχους σας.



Ο δεκάλογος της μακροζωίας: Τι 30, τι 40, τι 50

Οι ειδικοί επιμένουν ότι εάν προνοήσετε από τα 30 σας, στα 60 σας θα είστε σε θέση να φαίνεστε και να αισθάνεστε 40 ετών. Τα μαθηματικά... πάνε και έρχονται σε τέτοιες περιπτώσεις αλλά η ουσία είναι μια: τι μπορείτε να κάνετε για να κερδίσετε μακροζωία, υγεία και ευτυχία;

Επειδή η προνοητικότητα είναι η λέξη κλειδί για μια υγιή και ευτυχισμένη ζωή, το δημοσιεύμα το άτυπο δεκάλογο της μακροζωίας, όπως τον αποτυπώνουν οι ειδικοί.

1. Βάρος: Τα παραπανίσια κιλά, έστω και 2-3 είναι «βραχνάς» και για το σώμα αλλά και για την ψυχολογία σας. Επιπλέον μπορεί να είναι και η αρχή για περισσότερα κιλά, τα οποία σιγά σιγά αυξάνονται και δύσκολα χάνονται όσο μεγαλώνετε. Ο μεταβολικός ρυθμός αλλάζει όσο γερνάει ο άνθρωπος και επιβραδύνεται, με αποτέλεσμα τα 2 κιλά που χάνατε με ευκολία στα 20 σας να αποτελούν έναν μικρό Γολγοθά στα 30. Και για να μη συνεχιστεί αυτή η «απαρίθμηση κιλών-ηλικίας» καλό θα είναι να φορέσετε τα αθλητικά σας, να απαλλαγείτε από τα περιττά λίπη στη διατροφή σας και να ξεκινήσετε έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής.

2. Άσκηση: Ωστόσο τη γυμναστική που θα ξεκινήσετε για να χάσετε αυτά τα περιττά κιλά, καλό θα είναι να μην την εγκαταλείψετε όταν επιτύχετε τον στόχο σας. Κάντε την άσκηση καθημερινή σας ρουτίνα και σύντομα θα δείτε ότι θα νιώθετε ευεξία, θα κινείστε πιο εύκολα και με περισσότερη ενέργεια ενώ και ο ύπνος σας θα βελτιωθεί.

3. Ύπνος: Και μιλώντας για ύπνο, πρέπει να μάθετε πώς να κοιμάστε με αρμονία. Μπορεί να ακούγεται παράξενο αλλά αν ο άνθρωπος κατανοούσε τις πραγματικές ωφέλειες του ύπνου, ίσως να σεβόταν περισσότερο τις ...ώρες κοινής ησυχίας.

Η αϋπνία και γενικότερα οι διαταραχές στον ύπνο (είτε οι πολλές ώρες είτε οι λίγες ώρες) επηρεάζουν σημαντικά την απόδοσή σας στην εργασία και την κοινωνική σας συμπεριφορά.

4. Ξεκούραση: Οι περισσότεροι άνθρωποι σήμερα, δυστυχώς, δεν ξεκουράζονται πραγματικά καθώς θεωρούν ότι πρόκειται για μία πολυτέλεια που έχουν τον χρόνο ή τη διάθεση να απολαύσουν. Κι όμως οι ειδικοί ισχυρίζονται ότι αν καταφέρετε να εντάξετε στο πρόγραμμά σας δραστηριότητες που σας ξεκουράζουν, θα ωφεληθεί ο οργανισμός σας, μειώνοντας παράλληλα τον κίνδυνο να παρουσιάσετε διάφορες ασθένειες και ειδικά εκείνες που αφορούν σε καρδιακά νοσήματα.

5. Διατροφή: Φρούτα και λαχανικά πρέπει να αποτελούν βασικές πηγές της καθημερινής σας διατροφής. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι οι χορτοφάγοι, οι οποίοι σύμφωνα με έρευνες έχουν τις πιο υγιείς αρτηρίες και το χαμηλότερο ποσοστό κινδύνου σε καρδιακά νοσήματα.

6. Οργάνωση: Η σύγχρονη «μάστιγα» του ενεργού κυρίως πληθυσμού είναι ο χρόνος και κυρίως η αδυναμία διαχείρισης του. Το internet, τα κινητά τηλέφωνα και οι νέες τεχνολογίες γενικότερα, αν και υποτίθεται οργανώνουν καλύτερα και πιο γρήγορα τη ζωή σας, στην ουσία σας επιβαρύνουν με το επιπλέον άγχος ότι «δεν προλαβαίνετε». Κάντε μία προσπάθεια να οργανώσετε τον χρόνο σας όπως εσάς σας βολεύει ώστε να μπορείτε να «πάρετε μία ανάσα» και να μειώσετε τον κίνδυνο καρδιακών κυρίως ασθενειών, που συχνά συνδέονται με το στρες.

7. Εξέταση: Μπορεί η ηλικία των 30 ετών να ακούγεται πολύ νεανική για εξετάσεις και γιατρούς, αλλά δυστυχώς πολλές ασθένειες πλέον δεν «κοιτούν» ηλικίες. Διαβήτης, αρτηριακή πίεση, καρδιακά προβλήματα και άλλα κοινά πλέον και συνηθισμένα νοσήματα, άρρηκτα συνδεδεμένα με τον αγχωτικό σύγχρονο τρόπο ζωής, προσβάλλουν όλο και νεαρότερα άτομα. Μία επίσκεψη στο γιατρό σας και συχνές εξετάσεις θα σας απαλλάξουν από τον φόβο και θα προλάβουν ενδεχόμενη ασθένεια.

8. Φιλία: Ο κοινωνικός περίγυρος συμβάλει σημαντικά στην μακροζωία. Η αίσθηση ότι ανήκετε σε έναν κύκλο και συμμετέχετε ενεργά σε αυτόν με κοινές δραστηριότητες προσφέρουν ευτυχία και χαρά, αποβάλλοντας το άγχος της καθημερινότητας. Μην παρασύρεστε από τους ταχύτατους ρυθμούς της καθημερινότητας και αποφύγετε τις ατάκες του τύπου «δεν προλαβαίνω, κάνω καριέρα» γιατί αυτά κάποια μέρα θα τελειώσουν και θα μείνετε μόνος σας.

9. Γνώση: Η γνώση είναι δύναμη και όπως γνωρίζετε τις νέες τεχνολογίες και όλα όσα αφορούν στη δουλειά σας, καλά θα κάνετε να φροντίσετε να μάθετε και ...το ιατρικό ιστορικό της οικογένειάς σας. Εάν γνωρίζετε ότι κάποιος στην οικογένειά σας έπασχε από κάποια συγκεκριμένη αρρώστια, για παράδειγμα, μπορείτε να ενημερώσετε τον γιατρό σας προκειμένου να έχει μια πιο ολοκληρωμένη άποψη για την δική κατάσταση της υγείας σας.

10. Ισορροπία: Μπορεί η ζωή σας να είναι σαν ένα τεντωμένο σκοινί, στο οποίο πρέπει να ισορροπήσετε μεταξύ εργασίας και οικογένειας, αλλά όσο καλύτερα γνωρίσετε τα όρια και τις ανάγκες σας, τόσο αυτό το... σκοινί θα αρχίσει να μοιάζει πιο σταθερό. Βρείτε τις ισορροπίες στη ζωή σας και ο χρόνος θα σας ανταμείψει.

ERG_11-11_inn_8 & 9 4/6/15 11:43 AM Page 1

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΠΑΣΧΑΛΙΝΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Τέλειο κοντοσούβλι λουσμένο με μπύρα!

Υλικά:



4 κιλά χοιρινό κρέας, σπάλα (ζητήστε να σας το κόψουν ειδικά για κοντοσούβλι)
2 κουταλιές της σούπας ρίγανη
1 κουτάλι της σούπας αλάτι
1 μπουκάλι μπύρα
1 φλιτζανάκι του καφέ ελαιόλαδο

Προετοιμασία

Το κρέας και ειδικά στα κάρβουνα είναι γνωστό ότι δεν το αλατίζουμε πότε από την αρχή της διαδικασία. Επίσης λόγω της μπύρας, αυτή η συνταγή είναι καλύτερα να ετοιμαστεί σε ανοικτό χώρο.

Ξεκινούμε, ετοιμάζοντας τα κάρβουνα. Μέχρι να «ψηθούν» τα κάρβουνα ετοιμάζουμε το κρέας το οποίο αφού το πλύνουμε καλά με καθαρό νερό το περνάμε στις σούβλες μας. Όταν τα κάρβουνα είναι πλέον έτοιμα τα απλώνουμε σε όλη την επιφάνεια της θράκας και τοποθετούμε τις σούβλες μας αρκετά ψηλά έτσι ώστε να μην αρχίσει να ψήνεται πολύ γρήγορα το κρέας. Άλλο ένα μυστικό για την συνταγή αυτή είναι ότι χρειάζεται αρκετή υπομονή!

Αφήνουμε το κρέας να αρχίσει να «ασπρίζει» και αρτύζουμε με αρκετή ρίγανη target="_blank"σε διάφορα σημεία. Μετά από λίγο αλατίζουμε με την μισή ποσότητα αλατιού. Όταν αρχίσει να ροδίζει ελαφρώς το κρέας, είναι η στιγμή που πρέπει να λούσουμε το κρέας με μπύρα. Για να γίνει αυτό πρέπει να χρησιμοποιήσετε το μπουκάλι της μπύρας σας να ήταν σαμπάνια. Δηλαδή κλείνουμε το στόμιο του μπουκαλιού με τον αντίχειρα μας και κινούμε με δύναμη το μπουκάλι. Το αέριο της μπύρας θα αρχίσει να την εκτοξεύει και εσείς πρέπει να το στρέψετε σε όλη την επιφάνεια του κρέατος ενώ αυτό γυρίζει στην σούβλα. Πρέπει να είσαστε πολύ προσεκτικοί όταν το κάνετε αυτό διότι είναι λίγο δύσκολο! Η μπύρα θα δώσει στο κρέας σας την πικράδα αλλά ταυτόχρονα και την γλυκάδα της γεύσης της.

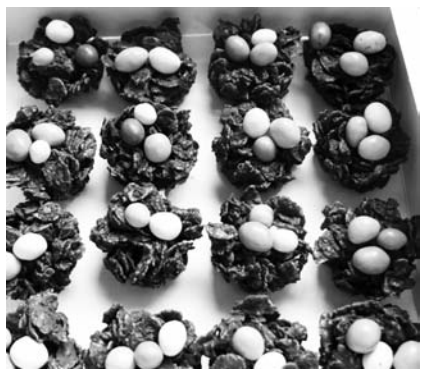
Αφήνουμε ψηλά το κρέας και φροντίζουμε να υπάρχουν πάντοτε αρκετά κάρβουνα από κάτω. Όταν ροδοκοκκινίσει το κρέας για τα καλά το αλείφουμε σε όλα τα σημεία με ελαιόλαδο και αλατίζουμε για τελευταία φορά. Αφήνουμε στην σούβλα μέχρι να αρχίσει να αφρίζει το κρέας και να βγαίνουν καθαρά τα υγρά από το κρέας.

Το κοντοσούβλι το σερβίρουμε απευθείας από την θράκα όσο είναι ακόμα ζεστό το κρέας. Καλή Όρεξη!

Πασχαλινές Φωλίτσες με Σοκολάτα

Οι πασχαλινές φωλίτσες με σοκολάτα είναι μία εντυπωσιακή και πολύ απλή ιδέα. Κι επειδή είναι εύκολη και πρωτότυπη, προτρέπω όλες τις μαμάδες, νονάδες και λοιπούς ενδιαφερόμενους να την δοκιμάσουν με τα μικρά παιδιά αυτές τις προεόρτιες μέρες. Κι αυτό όχι μόνο γιατί είναι μέσα στο πνεύμα των ημερών του Πάσχα και της Άνοιξης, αλλά γιατί η συνταγή (με σοκολάτα υγείας, κορν φλέικς και σοκολατένιες ελίτσες) εκτός από διασκεδαστική κι εύκολη είναι και πεντανόστιμη! Την πρώτη χρονιά που τα φτιάξαμε με τα παιδιά μας άρεσαν τόσο πολύ, που έκτοτε το επαναλαμβάνουμε εθιμοτυπικά κάθε χρόνο. Χθες φτιάξαμε την πρώτη δόση για φέτος κι ελπίζουμε να αρέσουν στους μικρούς φίλους που θα τα προσφέρουμε.

Υλικά για 10-12 φωλίτσες:



225 γρ. σοκολάτα υγείας,
50 γρ. φρέσκο βούτυρο,
2 κ.σ. μέλι,
100 γρ. corn flakes (τα κλασικά με τον κόκορα),
1 συσκευασία peanut m&m's (125 γρ.) ή 35 μικρά σοκολατένια αυγά (από μαγαζί με ζαχαρώδη είδη και ξηρούς καρπούς),
12 χάρτινα αντικολλητικά θηκάκια (όπως αυτά που χρησιμοποιούμε για τα cupcakes), δίσκος ψησίματος με 12 θήκες (για cupcakes).

Τρόπος παρασκευής:

Τοποθετώ τις χάρτινες θήκες στον δίσκο και σπάω την σοκολάτα σε κομμάτια.

Σε ένα μικρό κατσαρολάκι σε χαμηλή θερμοκρασία (4/9) λιώνω το βούτυρο, το μέλι και την σοκολάτα υγείας ανακατεύοντας διαρκώς (για να μην κολλήσει) μέχρι να δημιουργηθεί ένα ομοιογενές μείγμα. Σε ένα ευρύχωρο μπολ έχω τοποθετήσει τα κορν φλέικς πάνω στα οποία ρίχνω το ζεστό μείγμα σοκολάτας. Με μία σπάτουλα ανακατεύω μαλακά το μείγμα μέχρι η σοκολάτα να καλύψει καλά όλα τα κορν φλέικς. Με ένα μικρό κουτάλι γεμίζω τις χάρτινες θήκες του ταψιού με τα σοκολατένια κορν φλέικς πιέζοντας προς τα κάτω και σχηματίζοντας μια ελαφριά κοιλότητα στην μέση. Κατόπιν τοποθετώ από τρία m&m σε κάθε φωλίτσα. Βάζω τον δίσκο στην κατάψυξη για 30' να «σφίξουν» οι φωλίτσες και τις διατηρώ μέχρι 3 μέρες στο ψυγείο.

Λαζαράκια

Υλικά



440 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
1 φακελάκι ξερή μαγιά
225 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
110 γρ. ελαιόλαδο
120 γρ. κανελόζουμο (βρασμένο νερό με 1 ξύλο κανέλας)
1/2 κ. γλ. αλάτι
3 κ. σ. σταφίδες ξανθές
3 κ. σ. καρύδι τριμμένο
1/2 σφηνάκι κονιάκ
2 κ. σ. κανέλα ή σμυρνιό

Εκτέλεση

Φτιάχνουμε το κανελόζουμο και το αφήνουμε να χλιάνει. Μέσα σε αυτό διαλύουμε τη μαγιά. Σε ένα μπωλ ρίχνουμε το αλεύρι με το αλάτι κοσκινισμένα, κάνουμε λακουβίτσα και τοποθετούμε τα υπόλοιπα υλικά και ζυμώνουμε μέχρι να έχουμε μία μαλακή ζύμη που να ξεκολλάει από τα χέρια μας. Γίνεται αμέσως γιατί τη βοηθάει το ελαιόλαδο. Αφήνω σκεπασμένο το μπωλ σε ζεστό μέρος να φουσκώσει η ζύμη μου για περίπου 2 ώρες και μετά πλάθω ανθρωπάκια με τα χεράκια τους, μπήγω τα γαρύφαλλα για ματάκια, στόμα και στα χέρια τους και τα αφήνω να ξεκουραστούν και αυτά για καμιά ώρα περίπου, σε αντικολλητικό χαρτί στη λαμαρίνα του φούρνου μέσα σε προθερμασμένο φούρνο στους 50 βαθμούς.

Τα τοποθετώ με σχετική απόσταση μεταξύ τους γιατί απλώνουν λίγο. Ψήνω στους 180 βαθμούς για 20 λεπτά στις αντιστάσεις σε μεσαία σχάρα. Αποσύρω από το φούρνο και τα αφήνω να σταθούν για να σφίξουν λίγο. Η δοσολογία αυτή βγάζει 10 λαζαράκια, όπως τα έπλασα εγώ. Επειδή όμως όπως είπαμε απλώνουν και δεν με ικανοποίησε το πλάτος τους εσείς φροντίστε να πλάσετε σωματάκι σε πλάτος 3 εκατοστών. Θα σας βγουν μερικά παραπάνω αλλά θα είναι πιο όμορφα. Επίσης έχετε υπόψη σας ότι μπορείτε να τα κάνετε με όποια κουλουρένια ζύμη αρέσει σε εσάς. Το σκεπτικό είναι να έχουν χεράκια σταυρωμένα και γαρυφαλλάκι. Αλλοι τα φτιάχνουν με ποδαράκια, εμένα μου αρέσουν έτσι.

Κότσι

Υλικά

2 κότσια χοιρινά (Ζητήστε από τον χασάπη να μην είναι πολύ μεγάλα, να είναι περίπου στα 1200 - 1400 γραμμάρια με το κόκαλο)
4 κρεμμύδια ξερά σε φέτες
1 ποτήρι κρασί μέσα στο οποίο έχουμε βάλει και 1 κουταλιά της σούπας Cointreau ή triple-sec ή λικέρ πορτοκαλιού
1 ποτήρι ζωμός λαχανικών
4 σκελίδες σκόρδο κομμένες στην μέση
4 φύλα Δάφνης
2 ξυλάκια κανέλας
8 καρφάκια γαρίφαλου
Την φλούδα από ένα λεμόνι
1 κουταλιά της σούπας κορν-φλάουρ
Αλάτι πιπέρι

Για την σως επάλειψης

Χτυπάμε σε ένα ποτήρι, 1 κουταλιά της σούπας μουστάρδα ντιζόν
2 κουταλιές της σούπας μουστάρδα απλή
2 κουταλιές της σούπας χυμό λεμονιού
1 κουταλιά της σούπας μέλι
1 κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο

Διαδικασία

ια μέρα πριν ψήσουμε το κρέας, το βάζουμε σε λεκανίτσα με νερό (να το καλύπτει), με μια κουταλιά ξίδι, 2 κουταλιές της σούπας χοντρό αλάτι και το αφήνουμε στο ψυγείο.

Την επόμενη μέρα προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 200 βαθμούς, πλένουμε καλά το κρέας και το σκουπίζουμε. Στρώνουμε στην γάστρα τα κρεμμύδια και τοποθετούμε τα κότσια είτε όρθια (δηλαδή με το κόκαλο επάνω, είτε κάπως πλάγια) Αραδιάζουμε στην γάστρα, τα σκόρδα, τις κανέλες, τα δαφνόφυλλα και την φλούδα λεμονιού. Κάνουμε με το μαχαιράκι κάποιες μικρές σχισμές στο δέρμα ώστε να μπει μέσα από ένα γαριφαλάκι. Περιχύνουμε με το κρασί και τον ζωμό. Αλείφουμε καλά το κρέας με την σως επάλειψης και ότι περισσέψει το περιχύνουμε στο κρέας. Αλατοπιπερώνουμε καλά. Κλείνουμε την γάστρα, τοποθετούμε το φαγητό στον φούρνο στην πιο κάτω θέση της σχάρας και ψήνουμε για ένα μισάωρο. Μετά το μισάωρο χαμηλώνουμε τον φούρνο μας στους 160-170 βαθμούς και συνεχίζουμε το ψήσιμο για άλλες δυόμισι ώρες. Μετά το πέρας του χρόνου, βγάζουμε την γάστρα από τον φούρνο και μεταφέρουμε το κρέας προσωρινά σε μια πιατέλα μέχρι να πάρουμε την σάλτσα του. Πετάμε τις κανέλες, τις δάφνες και σουρώνουμε με ένα τρυπητό την σάλτσα της γάστρας σε ένα κατσαρολάκι. Κρατάμε μονο το ζουμί. Επανατοποθετούμε το κρέας όρθιο στην γάστρα χωρίς καπάκι και ψήνουμε για μισή ώρα στους 200 βαθμούς να ροδοκοκκινήσει! (Αυτό το βήμα μπορεί να γίνει ένα μισάωρο πριν σερβίρουμε).



Για την σάλτσα του ψητού, βάζουμε το κατσαρολάκιμε το ζουμί σε μέτρια φωτιά και ρίχνουμε μέσα 1 κουταλιά της σούπας κορν-φλαουρ (διαλυμένη σε λίγο νερό) και ανακατεύουμε μέχρι να δέσει ελαφρώς η σάλτσα. Αλατοπιπερώνουμε αν χρειάζεται.

Το κότσι σερβίρεται με mashed potatoes (πατημένες πατάτες ή πουρέ) και περιχύνεται με την σάλτσα του.

Ένα κότσι αντιστοιχεί σε 2-3 άτομα.

ERG_12-12_inn_8 & 9 4/6/15 11:42 AM Page 1

ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

14χρονοι μπορούν να το οδηγούν αυτοκίνητο

Ηγαλλική αυτοκινητοβιομηχανία ανέφερε ότι το Twizy μπορεί να οδηγηθεί νόμιμα από 14χρονα παιδιά. Συγκεκριμένα, μέχρι πρότινος μπορούσαν παιδιά από 16 ετών και πάνω να οδηγούν «ελαφριά τετράτροχα οχήματα», αλλά μετά από τελευταίες νομοθετικές προσθήκες έχουν τη δυνατότητα να οδηγούν νόμιμα παιδιά 14 χρονών με ειδική πιστοποίηση ασφαλείας. Η Renault με το Twizy 45 προσφέρει ασφάλεια στη μεταφορά ενός παιδιού, μιας και -σύμφωνα με την εταιρεία- είναι καλύτερο από ένα scooter ή μία μικρών κυβικών μοτοσικλέτα. Επίσης, το Twizy 45 εξοπλίζεται με αερόσακο, δύο ζώνες ασφαλείας και δισκόφρενα.



Η συμβουλή της εβδομάδας



• Αν θέλουμε να βράσουμε αυγά που έχουν ραγίσματα, τα αλείφουμε με μισό λεμόνι πριν τα βάλουμε στο νερό, για να μη βγει το ασπράδι από το κέλυφος κατά το βρασμό.

• Για να ξεφλουδίσουμε τα αυγά ωραία χωρίς να χαλάσουμε το ασπράδι τους, τα χτυπάμε σιγά - σιγά να ραγίσουν παντού και τα βάζουμε σε: κρύο νερό για μία ώρα.

Πραγματικός Άθλος

Τυφλός και ανάπηρος φύτεψαν 10.000 δέντρα!

Ένας τυφλός και ένας ανάπηρος άντρας που έχει χάσει και τα δυο του χέρια πραγματοποίησαν έναν άθλο, αποδεικνύοντας παράλληλα ότι η αδυναμία τους δεν τους περιορίζει από το να φροντίσουν το περιβάλλον. Ο λόγος για τον Jia Haixia που γεννήθηκε με μερική τύφλωση και τον φίλο του Jia Wenqi που έχασε και τα δύο του χέρια σε ένα ατύχημα σε ηλικία 3 ετών.

Οι δυο τους έχουν περάσει περισσότερα από 10 χρόνια μαζί φυτεύοντας δέντρα σε μία από τις πιο άγονες περιοχές της Κίνας, για να προστατέψουν το χωριό τους Yeli από τις πλημμύρες. Με δική τους πρωτοβουλία νοίκιασαν μια έκταση και εκεί φύτεψαν πάνω από 10.000 δέντρα που λειτουργούν ως ανάχωμα των νερών της βροχής. Μάλιστα η πράξη τους αυτή ήταν καθημερινά επίπονη αλλά ο ένας με τη βοήθεια του άλλου πέτυχαν τον σκοπό τους, δίνοντας το παράδειγμα σε όλους. Μέχρι σήμερα συνεχίζουν το έργο τους φροντίζοντας τα ήδη υπάρχοντα δέντρα και φυτεύοντας καινούρια.



Τερματοφύλακας έφθασε τα 126 τέρματα

Στα 42 του χρόνια αισίως ο Ροζέριο Σένι παραμένει όχι απλά ένας σπουδαίος φύλακας άγγελος κάτω από τα δοκάρια της Σάο Πάολο αλλά και διατηρεί στο ακέραιο εκτός από τα ρεφλέξ του και την εντυπωσιακή του έφεση στο σκοράρισμα.

Ο πρώην διεθνής Βραζιλιάνος γκολκίπερ ήταν ο μεγάλος πρωταγωνιστής της επιστροφής της ομάδας του στο δρόμο των επιτυχιών στο πρωτάθλημα Παουλίστα (της πολιτείας του Σάο Πάολο) καθώς άνοιξε το δρόμο για τη νίκη της 3-0 επί της Λινένσε στο «Μορουμπί».

Η γηπεδούχος είχε δυσκολίες για να βρει διαδρόμους προς την αντίπαλη εστία και τελικά τον γόρδιο δεσμό έλυσε ο σπουδαίος της τερματοφύλακας που με αριστουργηματικό εκτέλεση φάουλ νίκησε τον τερματοφύλακα της Λινένσε και άνοιξε το σκορ στο 53'. Ακολούθησαν άλλα δύο τέρματα για τους «τρικολόρ» από τον Κάρντετς αλλά ο Σένι ήταν αναμφίβολα το αστέρι της νίκης τους.



Εντυπωσιακή Ανακάλυψη Επιστημόνων

ΣΤΑΓΟΝΕΣ ΠΟΥ ΧΑΡΙΖΟΥΝ ΟΡΑΣΗ ΤΗ ΝΥΧΤΑ

Ικανότητα της ανθρώπινης όρασης στο σκοτάδι, χρησιμοποιώντας ειδικές οφθαλμικές σταγόνες ακούγεται σαν σενάριο επιστημονικής φαντασίας.

Όμως τα πειράματα μιας επιστημονικής ομάδας στην Καλιφόρνια, δείχνουν πως κάτι τέτοιο μπορεί να έχει ηδη επιτευχθεί.

Οι σταγόνες που ενισχύουν την νυχτερινή όραση δοκιμάστηκαν πειραματικά και τα αποτελέσματα είναι εντυπωσιακά.

Ο άντρας που τις χρησιμοποίησε κατάφερε μετά από μια ώρα να εντοπίσει στο σκοτάδι αντικείμενα στο μέγεθος παλάμης τα οποία είχαν τουλάχιστον δέκα μέτρα απόσταση από αυτόν.

Το πείραμα συνεχίστηκε σε δάσος μαζί με τέσσερις ακόμη ανθρώπους που δεν είχαν κάνει χρήση των σταγόνων.



Οι ερευνητές ζήτησαν στην ομάδα να διασκορπιστεί και στην συνέχεια ο καθένας κλήθηκε να αναγνωρίσει τους υπόλοιπους από απόσταση 50 μέτρων.

Ο Gabriel Licina που είχε δοκιμάσει τις σταγόνες κατάφερε να τους αναγνωρίσει όλους ενώ οι υπόλοιποι είχαν ποσοστό επιτυχίας σχεδόν 30%. Το επόμενο πρωί η επίδραση των σταγόνων είχε περάσει και η όραση του Licina είχε επανέλθει στο κανονικό.

Η ομάδα των ανεξάρτητων ερευνητών, Science for the Masses αποφάσισε για τη δημιουργία των σταγόνων να χρησιμοποιήσει μια χημική ουσία που χρησιμοποιείται για τη θεραπεία της «Νυχτερινής τύφλωσης», μια κατάσταση που καθιστά δύσκολο για τους ανθρώπους να δουν σε αμυδρό φως.

Η ουσία που χρησιμοποιείται στα σκευάσματα που θεραπεύουν την συγκεκριμένη ασθένεια, εδώ χρησιμοποίηθηκε σαν βοήθημα όρασης ανθρώπων που έχουν κανονική όραση και συνδυάστηκε με μια σειρά άλλων ουσιών για το διάλυμα που δοκιμάστηκε.

Οι ερευνητές πάντως σημειώνουν πως αν και 20 μέρες μετά το πείραμα, ο άνθρωπος που τις δοκίμασε δεν έχει εμφανίσει καμιά παρενέργεια, δεν είναι ακόμη έτοιμοι για επίσημα συμπεράσματα και τόνισαν πως η μέθοδος τους δεν είναι βέβαιο πως είναι ασφαλής και πως λειτουργεί το ίδιο για όλους.

ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΑΥΤΑ

Έγινε μητέρα και γιαγιά την ίδια ημέρα

Μία 40χρονη γυναίκα από τη Βραζιλία έφερε στον κόσμο το νεότερό της παιδί, την ίδια ώρα που η κόρη της γεννούσε το πρώτο της παιδί!

Η γιαγιά γέννησε το νεότερο αδερφό της κόρης της ενώ η κόρη γέννησε τον πρώτο εγγονό της γιαγιάς. Ο θείος και εγγονός γεννήθηκαν με διαφορά ενός λεπτού μεταξύ τους.

Τα δύο παιδάκια πρόκειται να ζήσουν στο ίδιο σπίτι και θα μεγαλώσουν ως αδέρφια!





Σοβαρά ... αστειάκια

Ανέκδοτο αληθινό

Οι Νεοκύπριοι ξοδεύουν χρήματα που δεν έχουν, για να αγοράσουν αντικείμενα που δεν χρειάζονται, ώστε να εντυπωσιάσουν ανθρώπους που δεν εκτιμούν.

ERG_13-13_inn_13 4/6/15 11:42 AM Page 1

Αποτελεσματικός τρόπος εκγύμνασης

Γυμναστείτε καθημερινά με σχοινάκι

Είναι σίγουρο πως έκανες σχοινάκι με τις ώρες όταν ήσουν μικρή. Πολλοί άνθρωποι όμως νομίζουν πως το σχοινάκι είναι απλά ένα παιδικό παιχνίδι. Γυμνάζει όλους τους μύες του σώματος, ακόμη και εκείνους που δύσκολα μπορείς να..."εντοπίσεις" με άλλα είδη γυμναστικής. Και να ένα ακόμη μυστικό...κάνοντας σχοινάκι απελευθερώνεις μια ορμόνη την HGH, η οποία έχει την ικανότητα να καίει λίπος! Όσο αυξάνονται τα επίπεδα της στο σώμα, τόσο πιο εύκολα βρίσκει ο οργανισμός σου τον δρόμο προς το αδυνάτισμα.

Εάν θέλετε να κάνετε γυμναστική και ταυτόχρονα να διασκεδάσετε, τότε το σχοινάκι είναι η καλύτερη επιλογή που έχετε και μπορείτε να κάνετε ακόμα και στο σπίτι σας. Διαβάστε τους λόγους για τους οποίους το σχοινάκι αποτελεί έναν έξυπνο τρόπο εκγύμνασης του σώματος σας.

Καίει πολλές θερμίδες

Όταν πηδάτε επανειλημμένα, το σώμα καίει 800 έως 1.000 θερμίδες την ώρα – ενώ όταν περπατάτε καίει 200 έως 300 θερμίδες ανά ώρα. Έτσι, εάν βάλετε το σχοινάκι στην καθημερινή μας ρουτίνα, θα καίτε πολύ περισσότερες θερμίδες όχι μόνο κατά τη διάρκεια της προπόνησής σας, αλλά και όλη την υπόλοιπη ημέρα.

Μπορείτε να το πάρετε μαζί σας οπουδήποτε

Ταξιδεύετε, ή δεν αισθάνεστε σήμερα την όρεξη να πάτε γυμναστήριο; Βάλτε το σχοινάκι στη τσάντας σας για να μπορείτε ανά πάσα στιγμή να προπονηθείτε στα γρήγορα. Ακόμα και αν δεν έχετε πολύ χρόνο, μόλις 4 λεπτά προπόνησης με το σχοινάκι είναι αρκετά για να σας βοηθήσουν να μείνετε σε φόρμα, όταν ταξιδεύετε ή όταν γενικά είστε μακριά από την κανονική ρουτίνα γυμναστικής σας.



Βοηθά στην ισορροπία και στο συντονισμό

Το σχοινάκι βοηθά στη βελτίωση του συντονισμού και της ισορροπίας, γεγονός το οποίο βοηθά σε οποιοδήποτε νέο άθλημα και εάν επιλέξετε, αλλά και σας κρατά ταυτόχρονα πιο υγιείς και λιγότερο επιρρεπείς σε ατυχήματα απροσεξίας.

Σας βοηθά να χαλαρώσετε

Όταν πηδάτε, το σώμα σας απελευθερώνει τις ενδορφίνες, τις ουσίες που δρουν ως αναλγητικά και σας δίνουν μία αίσθηση ευεξίας και χαλάρωσης. Επίσης, η βαθιά αναπνοή που κάνετε κατά τη διάρκεια της άσκησης καθαρίζει το μυαλό, οξύνει τη συγκέντρωσή σας και σας γεμίζει τις μπαταρίες για την επόμενη μέρα.

Είναι καλό για την καρδιά σας

Εάν γίνεται σε τακτική βάση, το σχοινάκι βελτιώνει την αντοχή της καρδιάς και των πνευμόνων. Κατά αυτόν τον τρόπο, παρέχεται περισσότερο οξυγόνο και στους ίδιους τους μυς που βρίσκονται σε κίνηση κατά τη διάρκεια της γυμναστικής.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Καλό είναι να βάλεις σε μια σειρά τις σκέψεις σου για όλα όσα θέλεις να κάνεις και να μην τα αφήνεις τελευταία στιγμή. Τα ταλέντα σου είναι πολλά και μπορείς να καταφέρεις τα πάντα, αρκεί να είσαι ψύχραιμος, ώστε να αντιληφθείς γρήγορα τις απαιτήσεις των περιστάσεων και των γύρω σου.

Ταύρος: Πολλά θέματα βρίσκουν το δρόμο τους και καταφέρνεις να ξεπεράσεις αρκετά εμπόδια. Οι εξελίξεις σου φτιάχνουν τη διάθεση και σε κάνουν να βλέπεις τις καταστάσεις λίγο πιο αισιόδοξα.

Δίδυμοι: Αρκετές καθυστερήσεις σου φέρνουν τα πάνω κάτω και σε κάνουν να νιώθεις μεγάλη ανασφάλεια. Μην χάνεις την ψυχραιμία σου και φέρσου ανάλογα με τις περιστάσεις. Πάντως, είναι σίγουρο ότι με το άγχος δεν θα καταφέρεις και πολλά, γι' αυτό άλλαξε άμεσα στάση.

Καρκίνος: Θα σου δοθεί η ευκαιρία να σκεφτείς κάποια ζητήματα ήρεμα και να βρεις τις λύσεις που αναζητάς εδώ και καιρό. Μην αφήσεις τίποτα να σε εκνευρίσει και κινήσου με προγραμματισμό, για να ξεπεράσεις τα θέματα που σε απασχολούν.

Λέων: Πρέπει να αναλογιστείς όλα όσα έχουν συμβεί στη ζωή σου τον τελευταίο καιρό και να κάνεις μια σωστή αποτίμηση, για να προχωρήσεις ένα βήμα πιο πέρα. Οι εξελίξεις συνεχίζονται και πρέπει να είσαι σε ετοιμότητα, για να μπορέσεις να φτάσεις τους στόχους σου.

Παρθένος: Η μέρα έχει αρκετές ευχάριστες εκπλήξεις για εσένα και με λίγη καλή θέληση θα καταφέρεις να υλοποιήσεις πολλούς από τους στόχους σου. Αξιοποίησε κάθε ευκαιρία – αλλά όχι με απερισκεψία και βιασύνη – και θα δεις ότι σύντομα θα ανταμειφτείς. Προοθούνται όλες σου οι φιλοδοξίες και πρέπει να είσαι σε ετοιμότητα!

Ζυγός: Το παρελθόν σε ταλαιπωρεί μέσα από ζητήματα που εξακολουθούν να σου δημιουργούν πρόβλημα και πρέπει να δεις με σοβαρότητα τις λύσεις που έχεις στα χέρια σου. Μέσα από κάποιες επαφές που θα κάνεις μπορείς να τα βάλεις στον σωστό δρόμο. Τα πράγματα θα φτιάξουν γρήγορα.

Σκορπιός: Η μέρα σου φέρνει μια αναστάτωση και πρέπει να έχεις την προσοχή σου στραμμένη στα γεγονότα που συμβαίνουν γύρω σου. Λίγο το παρελθόν που επιστρέφει, λίγο κάποιες αναπάντεχες εξελίξεις του παρόντος, θα πρέπει να διατηρήσεις την ψυχραιμία σου, για να ανταποκριθείς στις δυσκολίες που θα προκύψουν.

Τοξότης: Η μέρα είναι αρκετά ήρεμη για σένα και στον ελεύθερό σου χρόνο θα έχεις τη διάθεση να κάνεις μια ανασκόπηση στο παρελθόν και να λύσεις τα ζητήματα που σου έχουν μείνει σε εκκρεμότητα. Κάνε τις κινήσεις σου χωρίς άγχος, βιασύνη και κυρίως χωρίς να επηρεάζεσαι από το τι λένε οι γύρω σου.

Αιγόκερως: Πρέπει να κάνεις μια στροφή στη συμπεριφορά σου και τον τρόπο που αντιμετωπίζεις τους γύρω σου. Δείξε μια καλύτερη διάθεση και κινήσου με μεγαλύτερη αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση. Τα νεύρα μόνο σε κακό μπορούν να σου βγουν και πρέπει να τα περιορίσεις στο ελάχιστο.

Υδροχόος: Οι εκκρεμότητες που έχεις σε κάνουν να πνίγεσαι σε μια κουταλιά νερό. Στην πραγματικότητα όλα είναι στο κεφάλι σου και με λίγη ψυχραιμία, μπορείς να τα αντιμετωπίσεις. Μην κλείνεσαι στον εαυτό σου και μίλα με φίλους, που μπορούν να βοηθήσουν.

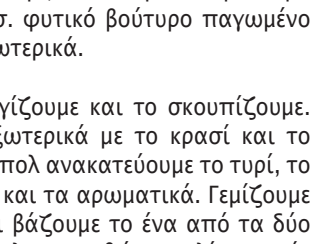
Ιχθείς: Τα πράγματα πηγαίνουν πολύ καλά για εσένα. Όσο κι αν δεν το πιστεύεις, μπορείς να αρχίσεις να αισιοδοξείς και να βλέπεις με ψυχραιμία ακόμα και τα προβλήματα του παρελθόντος, που σε καθυστερούν. Μην κάνεις βιαστικές κινήσεις και όλα θα εξελιχθούν υπέρ σου.

ΟΙ ΠΑΣΧΑΛΙΝΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΑΣ

Ονειρεμένο τσουρέκι

Υλικά:

½ κ περίπου αλεύρι για όλες τις χρήσεις (προσθέτουμε στη ζύμη αν χρειασθεί και άλλο, ώστε το ζυμάρι να είναι πολύ μαλακό , αλλά να κολλάει στα χέρια λιγάκι)
1/2 κούπα τσαγιού γάλα καφτό
2 μεγάλες κ.σ. φυτίνη ανακατεύοντας για να λυώσει το βούτυρο, 1/2 φλ/να του τσαγιού χυμό πορτοκάλι
1 και 1/2 κούπ. ζάχαρη (αν σας αρέσει γλυκύτερο στη συνέχεια δοκιμάζοντας το ζυμάρι προσθέτετε ακομα λίγο).
λίγο κακουλε, μαχλέπι, μστίχα κ΄τριμμένο πορτοκάλι
1 αυγό (κρατείστε από τον κρόκο λιγάκι για το άλειμμα+νεράκι)
νουτελα



ΠΡΟΖΥΜΙ
1 κούπα ζεστό νερό
1 φακελάκι μαγιά ξερή
1 πρέζα αλάτι
1 κ.σ ζάχαρη

Εκτέλεση:

Σε μιά κούπα ανακατεύουμε τα υλικά για το προζύμι σε και την τοποθετούμε σε μια ζεστή γωνιά η σε προθερμασμένο φούρνο στους 50βαθ. και το κλείνουμε. Περιμένουμε να κάνει φούσκες περίπου μισή ώρα η όσο χρειασθεί.

Σε μιά λεκανίτσα ρίχνουμε τα υλικά, με τη σειρά, αλλά το αλεύρι τελευταίο. Το αφήνουμε να φουσκώσει.

Χωρίζουμε το ζυμάρι σε τρία μέρη και το ανοίγουμε σε τρία φύλλα με τη βοήθεια ενός πλάστη. Αλείφουμε το καθένα με νουτέλα, όχι πάρα πολύ ποσότητα, μέχρι λιγο πιο μέσα απο την περίμετρο, όχι το τελευταιο φύλλο, και αφου τοποθετήσουμε ένα ποτηρι στη μέση χωρίζουμε με ένα μαχαίρι σε ακτινες, στην αρχή τέσσερις και μετά να γίνουν καθε κομμάτι 4, σύνολο 16 κομμάτια . Παίρνουμε δυο- δύο και τα στρίβουμε δύο φορές προς τα έξω . Ενώνουμε στο κάτω μέρος και είναι έτοιμο να φουσκώσει για αλλη μιά φορά. Μέσα στο αυγο, προσθέτουμε σουσάμι ή κομμένα αμύγδαλα. Ψήνουμε στους 180 βαθούς στον αέρα σε προθερμασμένο φούρνο μόνο 20λεπτά.

Ζακυνθινό γεμιστό αρνί

Υλικά:

/2 αρνάκι (το μπροστινό μέρος), περίπου 4 κιλά 300 γραμμ. κεφαλοτύρι κομμένο σε κυβάκια 3 κ.σ. άνηθο και μάραθο 6-7 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες 1 κλαδάκι δεντρολίβανο ψιλοκομμένο και 2 κλαδάκια ολόκληρα, λευκό ξηρό κρασί, αλάτι πιπέρι, 3 κ.σ. φυτικό βούτυρο λιωμένο για τη γέμιση, 3 κ.σ. φυτικό βούτυρο παγωμένο για να αλείψουμε το αρνί εξωτερικά.

Εκτέλεση:

Πλένουμε το αρνί, το στραγγίζουμε και το σκουπίζουμε. Αλείφουμε εσωτερικά και εξωτερικά με το κρασί και το αφήνουμε να στεγνώσει. Σε μπολ ανακατεύουμε το τυρί, το σκόρδο, το λιωμένο βούτυρο και τα αρωματικά. Γεμίζουμε το εσωτερικό του αρνιού και βάζουμε το ένα από τα δύο κλαδάκια δεντρολίβανου ολόκληρο, καθώς και λίγο πιπέρι. Ράβουμε για να μη βγει η γέμιση. Με μυτερό μαχαίρι κάνουμε μικρές τρυπίτσες στο αρνί και μπήγουμε τουφίτσες δεντρολίβανου. Τοποθετούμε το αρνί σε 2-3 μεγάλες λαδόκολλες και με το χέρι μας αλείφουμε τριγύρω με το παγωμένο φυτικό βούτυρο. Τοποθετούμε επάνω στο αρνί το δεύτερο κλαδάκι δεντρολίβανου και τυλίγουμε τις λαδόκολλες. Εξωτερικά το τυλίγουμε και με ένα φύλλο αλουμινόχαρτου. Το τοποθετούμε σε μεγάλο ταψί και το ψήνουμε για περίπου 4 ώρες.

SUDOKU

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

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

ERG_14-14_inn_4 4/6/15 11:42 AM Page 1

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω



Ἐργατική Φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 599 - 7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 1961

ΕΝΤΟΝΗ ΔΙΑΜΑΡΤΥΡΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΤΟΫΠΑΛΛΗΛΩΝ ΤΩΝ ΚΥΠΡ. ΚΑΠΝΕΡΓΟΣΤΑΣΙΩΝ ΛΑΡΝΑΚΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΝ ΞΕΝΩΝ ΣΙΓΑΡΕΤΤΩΝ ΣΕ ΚΥΠ. ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΑ

Οἱ ἐργατοϋπάλληλοι τῶν κυπριακῶν καπνεργοστασίων Λάρνακος συνεκεντρώθησαν τὴν 30ην Μαρτίου στὸ οἴκημα τοῦ ΕΕΚ (ΣΕΚ) Λάρνακος ἀπ' ὅπου συνεκρότησαν παρέλασιν μὲ πανὼ εἰς ἔνδειξιν ἐντόνου διαμαρτυρίας διὰ τὴν κατασκευὴν ξένων σιγαρέττων εἰς κυπριακὰ καπνεργοστάσια. Στὰ πανὼ ἀνεγράφοντο συνθήματα ὡς: «Πολεμήσαμε γιὰ τὴν ἐλευθερίαν μας καὶ τώρα σκλαβωνόμαστε στὶς ἐγγλέζικες ἑταιρεῖες «Ἡ ΣΕΚ στὸ πλευρὸ τῶν καπνεργατῶν, «Ζητοῦμε πλήρη προστασία τῆς κυπριακῆς καπνοβιομηχανίας» κ. ἄ.

Ἀκολούθως οἱ παρελαύνοντες ἔφθασαν εἰς τὸ Διοικητήριον, ὅπου ἀντιπροσωπεία τῶν διαδηλωτῶν μὲ ἐκπρόσωπον τοῦ ΕΕΚ (ΣΕΚ) Λάρνακος ἐπέδωσε τὸ κατωτέρω δημοσιευόμενον ψήφισμα πρὸς τὸν Ἔπαρχον Λάρνακος, ὁ ὁποῖος ἐπέδειξεν ζωηρὸν ἐνδιαφέρον διὰ τὸ ὅλον θέμα.



Οἱ διαδηλωτὲς καπνεργάτες καὶ ὑπάλληλοι καπνεργοστασίων ἔξω ἀπὸ τὸ οἴκημα τοῦ Ε.Ε.Κ. Λάρνακος, ἑτοιμάζονται γιὰ τὴν παρέλασιν διαμαρτυρίας.

ΝΕΟ ΩΡΑΡΙΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΑΜΕΙΟΥ ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ

Το Ταμείον Προνοίας των Εργατοϋπαλλήλων της Οικοδομικής Βιομηχανίας και Συναφών Κλάδων Κύπρου ανακοίνωσε το νέο ωράριο εργασίας του:

ΔΕΥΤΕΡΑ	7.15 π.μ. – 2.15 μ.μ.	
ΤΡΙΗ	7.15 π.μ. – 2.15 μ.μ.	
ΤΕΤΑΡΤΗ	7.15 π.μ. – 2.15 μ.μ.	2.45 μ.μ. – 5.45 μ.μ.
ΠΕΜΠΤΗ	7.15 π.μ. – 2.15 μ.μ.	2.45 μ.μ. – 5.45 μ.μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	7.15 π.μ. – 2.15 μ.μ.	

Αιτήσεις για φοιτητική χορηγία

Η Υπηρεσία Χορηγιών και Επιδομάτων του Υπουργείου Οικονομικών ανακοινώνει ότι τα έντυπα αιτήσεων για τη φοιτητική χορηγία θα είναι διαθέσιμα στα γραφεία της Υπηρεσίας Χορηγιών και Επιδομάτων, το Γραφείο Εξυπηρέτησης στο Υπουργείο Οικονομικών.

Επισημαίνεται ότι, με βάση τους περί Παροχής Φοιτητικής Χορηγίας Νόμους του 2011 έως 2012, κατά το τρέχον ακαδημαϊκό έτος 2014/2015, δικαίωμα σε φοιτητική χορηγία έχει οικογένεια φοιτητή, της οποίας το ετήσιο ακαθάριστο εισόδημα δεν υπερβαίνει τις €59.000, ανεξαρτήτως αριθμού τέκνων.

Η υποβολή αιτήσεων λήγει στο τέλος Αυγούστου 2015.

ΕΝΟΙΚΙΑΖΕΤΑΙ

Ενοικιάζεται διαμέρισμα ενός υπνοδωματίου στο Γέρι. Πλήρες επιπλωμένο με όλες τις ηλεκτρικές εγκαταστάσεις και κλιματιστικά

Πληρωμένα κοινόχρηστα και νερό

ΤΙΜΗ: €280 μηνιαίως
ΤΗΛ. 99585038

ΛΥΣΗ SUDOKU

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

ΓΝΩΜΙΚΟ



Δεν ξέρεις καημένε τη λαϊκή ψυχή
Οι λαοί πιστεύουν πιότερο τ' αυτιά τους, παρά τα μάτια τους.
Πιότερο το μύθο παρά τα γεγονότα.
Πιότερο τη φαντασία τους από τη κρίση τους...
Κώστας Βάρναλης, 1883-1974, Ποιητής
(από το «Μονόλογο του Μώμου»)

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

ΛΕΥΚΩΣΙΑ:	Στασάνδρου 26,	22764691
ΛΑΡΝΑΚΑ:	Τα μέλη εξυπηρετούνται από όλα τα φαρμακεία της επαρχίας Λάρνακας.	
ΛΕΜΕΣΟΣ:	Κυρ. Οικονόμου 21,	25861000
	Λεωφ. Ομονοίας 68Α	25562444
ΠΑΦΟΣ:	Ελευθ. Βενιζέλου 24,	26933820
ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ:	Αγ. Γεωργίου 16	23820422

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ

Λευκωσία	90901402
Αμμόχωστος	90901403
Λάρνακα	90901404
Λεμεσός	90901405
Πάφος	90901406

Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

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

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

Έργα τέχνης και κειμήλια από τον αγώνα της ΕΟΚΑ στην έκθεση «ΗΤΑΝ 1η ΑΠΡΙΛΙΟΥ»

Με την ευκαρία των 60 χρονων της ΕΟΚΑ, διοργανώνεται στο Βυζαντινό Μουσείο και την Πινακοθήκη του Ιδρύματος Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ Έκθεση με τίτλο «Ήταν 1η Απριλίου....» Εκτός από τις Συλλογές της Πινακοθήκης και της Βιβλιοθήκης του Ιδρύματος Αρχιεπισκόπου Μακαρίου Γ΄ τα εκθέματα της Έκθεσης προέρχονται, από την Ιερά Αρχιεπισκοπή Κύπρου, το Μουσείο Αγώνος, την Εταιρεία Κυπριακών Σπουδών, το Πολιτιστικό Ίδρυμα Τραπέζης Κύπρου και το Δημοτικό Ιστορικό Μουσείο και Αρχείο Ιδαλίου και πλαισιώνονται με έργα τέχνης, τεκμήρια και κειμήλια από συλλογές δεκαεπτά ιδιωτών (Άγη Φιλιππίδη, Άκη Ασπρόφτα, Αναστασίας Χάματσου, Ανδρέα Αναξαγόρα, Ανδρέα Ηλιάδη, Ανδρέα Νικολαΐδη, Ανδρέα Πιτσιλλίδη, Ελένης Χριστοφορίδου – Νεοφύτου, Ευθυμίας Σαλαφόρη-Γεωργιάδου, Μαρίας Σταύρου, τ. Πρέσβη Χαράλαμπου Χριστοφόρου, Ρένου Κυριακίδη, Σάββα Χρυσάνθου, Σπύρου Λαζάρου, στρατηγού Λουκή Αυγουστίδη και Χριστόδουλο Χατζηχριστοδούλου).



Η Έκθεση «΄Ηταν 1η Απριλίου» θα είναι ανοικτή για το κοινό καθημερινά από 09.00 π.μ. ως τις 12.30 μ.μ. και από 13.30 μ.μ. ως τις 16.00 μ.μ., από Δευτέρα έως Παρασκευή, έως τις 28 προσεχούς Ιουνίου. Για περισσότερες πληροφορίες: τηλ. 22430008

Η Έκθεση στόχο έχει να σκιαγραφήσει την πιο κρίσιμη και αποφασιστική ιστορική περίοδο του Νεότερου Ελληνισμού της Κύπρου, που οδήγησε στην απελευθέρωση του νησιού από τους Βρετανούς και να αντλήσει διδάγματα και παραλληλισμούς μέσα από πίνακες ζωγραφικής, γλυπτά, χαρακτικά, φωτογραφίες, βιβλία, εφημερίδες, έγγραφα και διάφορα κειμήλια από τον αγώνα της ΕΟΚΑ (στολές, εξοπλισμός, χειροτεχνίες κρατουμένων, χειροποίητες σημαίες).

ERG_15-15_inn_4 4/6/15 11:41 AM Page 1

ΚΥΠΕΛΛΟΥΧΟΣ ΠΑΑΟΚ Α΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ 2014-2015 ΑΝΤΡΕΑΣ & ΝΙΚΟΣ ΟΝΗΣΙΦΟΡΟΥ ΚΟΛΟΣΣΙΟΥ

Ύστερα από συναρπαστικό και αθλητοπρεπή αγώνα που διεξήχθη την Κυριακή 29 Μαρτίου στο Δημοτικό Γήπεδο Γερμασόγειας η ομάδα Αντρέας & Νίκος Ονησιφόρου Κολοσσίου νίκησε στην παράταση με 2-1 την ομάδα του ΘΟΙ Αρχάγγελος Μοναγρίου και ανακηρύχθηκε Κυπελλούχος ΠΑΑΟΚ 2014-2015.

Ήταν ένας τελικός αντάξιος της ιστορίας και των δύο ομάδων. Οι ομάδες ήταν σχεδόν ισοδύναμες. Οι προπονητές και των δυο ομάδων ήσαν αρκετά διαβασμένοι. Ο Χρύσης Χρυσοστόμου (Α&Ν Ονησιφόρου) και ο Πάρις Ευριπίδου (ΘΟΙ Μοναγρίου) φρόντισαν από την αρχή του αγώνα να εξουδετερώσουν τα δυνατά σημεία του αντιπάλου και τα κατάφεραν. Ωστόσο, οι ατομικές ενέργειες των ποδοσφαιριστών δημιουργούσαν δύσκολες καταστάσεις στις εστίες, του Άγγελου Νικολάου και του Ιωάννη Σμίλα. Και δυο οι τερματοφύλακες ήταν εξαιρετικοί και κυριάρχησαν στα τετράγωνα τους. Ιδιαίτερα ο τερματοφύλακας του Α&Ν Ονησιφόρου Άγγελος Νικολάου έκανε εκπληκτικές αποκρούσεις.

Απονομή Τροπαίων

Απονομή αναμνηστικής πλακέτας στον Διαιτητή του αγώνα Χαράλαμπο Θεοδώρου και στους Βοηθούς του Κωνσταντίνο Φούττη και Κυριάκο Βασιλείου από τον πρόεδρο της ΠΑΑΟΚ Αντρέα Γαβριήλ.

Απονομή του τροπαίου στην Κυπελλούχο και στην φιναλίστρια Ομάδα από τον Πρόεδρο της ΣΤΟΚ Μαρίνο Τιμοθέου.

Για την Φιναλίστρια Ομάδα του ΘΟΙ Μοναγρίου το τρόπαιο και τα αναμνηστικά μετάλλια παρέλαβε ο αρχηγός Γεώργιος Αδάμου.

Για την Κυπελλούχο Ομάδα το τρόπαιο και τα αναμνηστικά μετάλλια παρέλαβε μέσα σε σκηνές αγγαλίασης ο αρχηγός Γεώργιος Ιωάννου.

Τον αγώνα Κυπέλλου καθώς επίσης και όλους τους αγώνες της ΠΑΑΟΚ, αθλοθετεί η φίλαθλος Εταιρεία Κ.Ε.Ο.

Συνθέσεις Ομάδων

Α&Ν Ονησιφόρου Κολοσσίου

Χ. Χρυσοστόμου (Προπονητής)

Α. Νικολάου, Χ. Καρεκλάς, Α. Lazar, Κ. Ηλιάδης, Γ. Ιωάννου, Ι. Θεοδούλου (Η. Σιδερά), Κ. Στυλιανούδης (Γ. Δημητρίου), Μ. Στυλιανού, Χ. Σπύρου, Α. Κωνσταντίνου, Σ. Κωνσταντίνου (Α. Ιωάννου).





Προηγήθηκε η ομάδα ΘΟΙ Μοναγρίου με τον Ιωάννη Κλεάνθους και η ομάδα του Α&Ν Ονησιφόρου ισοφάρισε με τον αρχηγό της Γιώργο Ιωάννου. Το τελικό σφύριγμα του διαιτητή Χαράλαμπου Θεοδώρου έστειλε τις δυο ομάδες στην παράταση η αγωνία κορυφώθηκε ενώ η ανδρεναλίνη απογειώθηκε σε θεόρατα ύψη.

Το τέρμα που έκρινε την τύχη του τελικού σημείωσε με απευθείας εκτέλεση φάουλ ο Κυριάκος Ηλιάδης. Του φάουλ προηγήθηκε αποβολή του Αλέξανδρου Παναγιώτου (ΘΟΙ Μοναγρίου) ο οποίος ανέτρεψε ως τελευταίος ποδοσφαιριστής τον σκόρερ.

Αναπληρωματικοί: Π. Κουμπαρή, Χ. Χρίστου, Κ. Κίρλαππος

ΘΟΙ Αρχάγγελος Μοναγρίου

Π. Ευριπίδου (Προπονητής)

Ι. Σμίλας, Γ. Αδάμου, Α. Σωτηρίου, Η. Ηροδότου, Α. Παναγιώτου, Σ. Λάμπρου (Σ. Δημητρίου), Λ. Τούμπας (Μ. Ιωαννίδης), Ι. Κλεάνθους, Χ. Σάββα, Μ. Κωνσταντίνου, Ι. Κοϊνάς (Ν. Ιωαννίδης).

Η ΘΛΙΒΕΡΗ ΚΑΤΑΝΤΙΑ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

Του **Ξενή Χ. Ξενοφώντος**

• Το σκεπτικό του παρόντος άρθρου γράφτηκε λίγα 24ωρα μετά τον θρίαμβο της Εθνικής Κύπρου επί της Ανδόρας με 5 – 0 στις 16 Νοεμβρίου 2014. Τότε, τονίζαμε ότι οι πανηγυρισμοί είναι αχρείαστοι γιατί ένα αποτέλεσμα επί ενός ανύπαρκτου αντιπάλου όσο μεγάλο κι αν είναι, δεν αντανακλά την ωμή πραγματικότητα.

Σήμερα λίγες μέρες μετά τη συντριβή της Κύπρου εκτός έδρας από το Βέλγιο με 0-5, ανασύρουμε από τα συρτάρια εκείνο το άρθρο και το αφιερώνουμε στους παράγοντες του Κυπριακού ποδοσφαίρου και στους αξιωματούχους της Κυπριακής πολιτείας που χαριεντίζονται βλέποντας το οικοδόμημα του δημοφιλέστερου αθλήματος να καταρρέει.

Ο φίλαθλος κόσμος αλλά και οι πολίτες που αγαπούν πραγματικά τον τόπο τους, θλιβόμαστε βαθύτατα γιατί το Κυπριακό ποδόσφαιρο τα τελευταία χρόνια βρίσκεται εν βούρκω με τα ντόπια ταλέντα εν τάφω και την Εθνική ομάδα σε αποσύνθεση. Το γεγονός ότι οι λαοφιλέστερες ομάδες μας ΑΠΟΕΛ και ΟΜΟΝΟΙΑ έχουν να αναδείξουν και να αξιοποιήσουν δικά τους ταλέντα από την εποχή του Νεκτάριου, του Σατσιά , του Χαραλαμπίδη και του Αλωνεύτη μιλά από μόνο του.

Έχουμε την ισχυρή άποψη ότι αν δεν επανασχεδιασθεί εκ βάθρων το Κυπριακό ποδοσφαιρικό οικοδόμημα με βασικότερο υλικό τον Κύπριο ποδοσφαιριστή και μοναδικό γνώμονα την εξυπηρέτηση των συμφερόντων της κοινωνίας και όχι των ατζέντηδων και των επιτήδειων παραγόντων, το μέλλον του δημοφιλέστερου αθλήματος θα είναι μαύρο κι άραχνο. Κατεπέκταση, η Εθνική ομάδα θα είναι ανύπαρκτη και το ποδόσφαιρο μας θα κινείται εσαεί στον αστερισμό των πυροτεχνημάτων που θα εκτοξεύονται κατά καιρούς από περιστασιακές σωματειακές διακρίσεις στην Ευρώπη.

Τα ερωτήματα που αναφύονται, αποτελούν κόλαφο για την Πολιτεία και την ΚΟΠ.

– Που είναι το οργανόγραμμα και το στρατηγικό πλάνο ανάπτυξης των ντόπιων ταλέντων τα οποία θα προετοιμάζονται για στελέχωση των Εθνικών μας ομάδων.

– Γιατί αφήνονται ανενόχλητα τα γεράκια της κερδοσκοπίας να λυμαίνονται το ποδόσφαιρο εξαποστέλλοντας στο πύρ το εξώτερο τα Κυπριόπουλα, προς τέρψιν των ατζέντηδων ξένων ποδοσφαιριστών οι οποίοι μονοπωλούν την συμμετοχή τους στις εντεκάδες των ομάδων της Α Κατηγορίας, ακόμη και τώρα που τα σωματεία έχουν καταρρεύσει οικονομικά.

Αν νομίζουν οι κρατούντες ότι η Εθνική μπορεί να κρατηθεί εν ζωή με ταχυδακτυλουργικές μεθόδους όπως η Κυπριοποίηση ξένων ποδοσφαιριστών, πλανώνται πλάνην οικτράν. Αν θέλουν πράγματι καταξίωση του ποδοσφαίρου μας στον Ευρωπαικό χώρο, το πρώτο που έχουν να κάνουν είναι η έμπρακτη στήριξη του Κύπριου ποδοσφαιριστή μέσω ενός μακρόπνοου κι επιστημονικού σχεδιασμού ανάπτυξης με επενδύσεις στις υποδομές και παροχή ελκυστικών κινήτρων στα σωματεία που χρησιμοποιούν στην εντεκάδα τους Κύπριους. Και φυσικά να προχωρήσουν με ταχείς ρυθμούς οι διαδικασίες για εξυγίανση του ποδοσφαιρικού οικοδομήματος και το επαναχτίσιμο του εκ βάθρων σε γερά θεμέλια. Σε διαφορετική περίπτωση, το Κυπριακό ποδόσφαιρο θα παραμένει φτωχός συγγενής στην Ευρώπη και η προσφορά του στην κοινωνική αλλά και στην οικονομική θα είναι ανήκουστη ή και αρνητική.

• Ώρα για εξυγίανση του Κυπριακού ποδοσφαίρου

• Η κοινωνία έχει απόλυτη ανάγκη μιαν εύρωστη και υγιή ποδοσφαιρική βιομηχανία



ΤΕΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΕΠΟΠΛ 2014-2015

	ΕΠΙΛΕΚΤΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΑΓ.	Ν	Ι		Η	ΓΚΟΛ	Β
1	Ε.Μ.Ανθούπολης	22	18	2	2	61 – 21	56
2	ΚΕΔΡΟΣ Αγ.Μαρίνας Σκυλλούρας	22	17	3	2	71 – 13	54
3	ΡΟΤΣΙΔΗΣ Μάμμαρι	22	14	4	4	38 – 18	46
4	ΘΟΙ Καπέδων	22	14	2	6	53 – 30	44
5	ΕΥΑΓ.ΠΑΛΛΗΚΑΡΙΔΗΣ Αγ.Τριμιθιάς	22	14	1	7	58 – 27	43
6	ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου	22	11	1	10	45 – 37	34
7	ΕΘΝΙΚΟΣ Δευτεράς	22	9	3	10	42 – 43	30
8	ΟΧΕΝ Περιστερώνας	22	9	2	11	28 – 39	29
9	ΑΠΟΛΛΩΝ Λυμπιών	22	8	4	10	34 – 41	28
10	ΠΑΟ Κάτω Μονής	22	5	0	17	33 – 74	15
11	ΑΓΙΟΣ ΜΑΜΑΣ Ξυλιάτου	22	0	0	22	0 – 60	0
12	ΧΡ.Κ.Ν.Π.Παλαιομετόχου "ΔΙΚΕΦΑΛΟΣ"	22	0	0	22	0 – 60	0

ERG_16-16_inn_8 & 9 4/6/15 11:41 AM Page 1

Συνέντευξη



ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Τα προβλήματα στην οικοδομική βιομηχανία

με τον **Γιαννάκη Ιωάννου**,
γ.γ. Ομοσπονδίας Οικοδόμων ΣΕΚ

1 Σε σχέση με την αδήλωτη εργασία τι έχετε να σχολιάσετε; Είναι ακόμα ένα από τα μεγάλα καρκινώματα που συμβαίνουν στην απασχόληση. Το πρόβλημα είναι χρόνιο. Δυστυχώς τα συμφέροντα είναι πολύ μεγάλα. Όλοι το γνωρίζουν αλλά κανένας δεν αναλαμβάνει την πρωτοβουλία να την καταπολεμήσει. Η Ομοσπονδία μας καθημερινά άλλη δουλειά δεν κάνει από του να καταγγέλλει κρούσματα αδήλωτης εργασίας. Δυστυχώς οι ποινές δεν είναι αποτρεπτικές και ούτε μπορούν να αναχαιτίσουν αυτό το καρκίνωμα. Εργοδότες απολύουν δικό τους προσωπικό και εισάγουν την υπεργολαβία με τρόπο που παραβιάζεται η συλλογική σύμβαση. Εμείς αντιστεκόμαστε με ότι όπλα μας έχουν απομείνει. Εκεί και όπου οι εργαζόμενοι έχουν τη δύναμη να αντισταθούν γίνονται και απεργίες. Ένα θέλω να πω. Έχει ο καιρός γυρίσματα.

2 Με ποιο τρόπο πιστεύεται πως θα ανατραπεί η χαώδης κατάσταση στην οικοδομική βιομηχανία; Η εκμετάλλευση, η αδήλωτη εργασία και η άναρχη απασχόληση μόνο με ένα τρόπο μπορεί να αντιμετωπιστεί. Με τη νομοθετική ρύθμιση των συλλογικών συμβάσεων σε όλους τους κλάδους, ή τουλάχιστον σε κάποια βασικά άρθρα τους όπως ο μισθός, το ωράριο, το ταμείο προνοίας, οι άδειες και η ιατροφαρμακευτική περίθαλψη των εργαζομένων.

Μόνο τότε θα σταματήσει ο αθέμιτος ανταγωνισμός μεταξύ εργαζομένων και εργαζομένων αλλά και μεταξύ εργοδοτών και εργοδοτών. Αυτό που συμβαίνει σήμερα στην απασχόληση είναι απερίγραπτο. Η πλειοδοσία εις βάρος των εργαζομένων και των σωστών εργοδοτών δεν περιγράφεται. Δεν μπορεί οι προσφοροδοτήσεις για τα έργα να βασίζονται στο κόστος της εργατικής εκμετάλλευσης με φυσικό επόμενο οι χαμηλές τιμές για αποπεράτωση των διαφόρων έργων. Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας μας έχει υποσχεθεί να στηρίξει την προσπάθεια για τη νομοθετική ρύθμιση των συλλογικών συμβάσεων, γιατί πιστεύει ,όπως μας έχει αναφέρει ,μόνο με αυτόν τον τρόπο θα αντιμετωπισθεί η αδικία εις βάρος των εργαζομένων απ' όπου κι αν προέρχονται και ο αθέμιτος ανταγωνισμός. Αυτή την υπόσχεση, την έχει διατυπώσει σε πρόσφατη συνάντηση της επιτροπής προώθησης μέτρων για την ανάπτυξη και η οποία αποτελείται από δώδεκα συνδικαλιστικούς, επαγγελματικούς και επιστημονικούς φορείς του κατασκευαστικού τομέα.

3 Ποιες εισηγήσεις κατέθεσαν οι βασικοί συντελεστές της οικοδομικής βιομηχανίας στη συνάντηση με τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας; 1. επιχορήγηση της ενεργειακής αναβάθμισης διαφόρων κτιρίων όπως κατοικιών, εμπορικών και δημοσίων, τα οποία έχουν ήδη κακή ενεργειακή απόδοση. **2.** Η στατική και αντισεισμική αναβάθμιση όλων των κτιρίων στην Κύπρο είναι επιβεβλημένη. (Ζούμε σε σεισμογενή περιοχή). **3.** Άμεση μείωση του ΦΠΑ στο 5% για τα επόμενα 2 με 3 χρόνια για όσους θα ήθελαν να επενδύσουν στην οικοδομική βιομηχανία. **4.** Να αντιμετωπισθούν άμεσα οι χρονοβόρες διαδικασίες από τις διάφορες υπηρεσίες του κράτους που αφορούν κυρίως στην έκδοση των αδειών οικοδομής. 5Επιβάλλεται η δημιουργία Υπουργείου Ανάπτυξης. Διάφορες υπηρεσίες του κράτους που αφορά προσπάθειες ενδιαφερομένων για έκδοση αδειών οικοδομής, υπάρχει μεγάλη κωλυσιεργία και ταλαιπωρία αλλά και μεγάλη μετακίνηση από τη μια υπηρεσία στην άλλη, των διαφόρων διαδικασιών χωρίς άμεσο αποτέλεσμα.



• ΩΡΑΡΙΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ

ΠΡΟΕΧΕΙ Η ΠΛΗΡΗΣ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ

Η κυβέρνηση εξακολουθεί να επιμένει σθεναρά στην απόφαση της για λειτουργία των καταστημάτων τις Κυριακές. Το συνδικαλιστικό κίνημα τάσσεται εναντίον, αλλά κορυφαία προτεραιότητα του είναι η πλήρης κατοχύρωση των εργατικών δικαιωμάτων με νόμο.

Την περασμένη Παρασκευή η υπουργός Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου** σε συνεδρία του Εργατικού Συμβουλευτικού Σώματος (ΕΣΣ) εξήγησε ότι οι κανονισμοί που προωθούνται τάχιστα στη Βουλή για ψήφιση προνοούν λειτουργία των καταστημάτων την Κυριακή μεταξύ 11π.μ. – 7μ.μ. (εξαιρείται η ελεύθερη περιοχή Αμμοχώστου όπου ισχύει διαφοροποιημένο ωράριο) και διασφάλιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων. Σκοπός της λειτουργίας των καταστημάτων τις Κυριακές, ισχυρίσθηκε, είναι πέραν από την εξυπηρέτηση του κοινού, να παραμείνουν στην εργασία οι 7000 περίπου, που έχουν εργοδοτηθεί.

Προχθές Δευτέρα το επίμαχο ζήτημα της Κυριακής σε σχέση με τα δικαιώματα του προσωπικού τέθηκε ξανά επί τάπητος σε νέα συνεδρία του Εργατικού Συμβουλευτικού Σώματος. «Δεν μιλούμε για τις ώρες λειτουργίας των καταστημάτων, αλλά για τα δικαιώματα των εργαζομένων και τις πτυχές τους όπως η άδεια ανάπαυσης κλπ» σημείωσε.

Η κ. Αιμιλιανίδου διευκρίνησε ότι εντός της Μεγάλης Εβδομάδος θα κατατεθούν στη Βουλή οι κανονισμοί με στόχο την εφαρμογή τους στις 30 Απριλίου. Σε περίπτωση που ως τότε η Βουλή δεν ψηφίσει τους κανονισμούς, από την 1η Μαΐου, θα τεθεί σε ισχύ η υφιστάμενη νομοθεσία βάσει της οποίας τα καταστήματα λιανικού εμπορίου θα παρεμένουν κλειστά τις Κυριακές σε ολόκληρη την Κύπρο.

Υπενθυμίζεται ότι στις 12 Μαρτίου 2015 η Βουλή αφαίρεσε το δικαίωμα της υπουργού Εργασίας να εκδίδει διατάγματα λειτουργίας των καταστημάτων με ισχύ από 1η Μαΐου.

ΘΕΣΕΙΣ ΟΙΥΚ- ΣΕΚ

Ο γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ **Ελισσαίος Μιχαήλ** τόνισε πως κορυφαία προτεραιότητα της συντεχνίας είναι η πλήρης κατοχύρωση του προσωπικού στο λιανικό εμπόριο.

Ως θέση αρχής διαφωνούμε με τη λειτουργία των καταστημάτων την Κυριακή. Ωστόσο, στο παρόν στάδιο κατοχύρωσης των δικαιωμάτων των εργαζομένων του κλάδου και δεν εμπλεκόμαστε στη διαμάχη μικρών και μεγάλων καταστηματαρχών, σημείωσε.

Προσδοκούμεν ότι η υπουργός θα υλοποιήσει τις υποσχέσεις της προωθώντας τους σχετικούς κανονισμούς και τροποποιώντας τη βασική νομοθεσία, ώστε να ικανοποιηθεί το κορυφαίο εργατικό αίτημα, κατέληξε.



3 + 3 θέσεις ΟΙΥΚ – ΣΕΚ

1. Πενθήμερη εργασία με νόμο
2. Αποζημιώσεις εργασίας Κυριακής και αργίας 1:2
3. 10 αργίες το χρόνο με κλειστά καταστήματα
4. Κατοχύρωση και της μερικής απασχόλησης
5. Κατοχύρωση και των εργαζομένων των οποίων οι συμβάσεις πρόσληψης δεν περιλαμβάνουν εργασία την Κυριακή
6. Να γίνονται σωστές και συχνές επιθεωρήσεις από το αρμόδιο υπουργείο για τήρηση της νομοθεσίας και των κανονισμών



Αντιπροσωπεία των Ρωσικών Συνδικάτων Ναυτιλίας στην Κύπρο

• Με πρόσκληση της Ομοσπονδίας Μεταφορών ΣΕΚ

Με πρόσκληση της Ομοσπονδίας Μεταφορών ΣΕΚ (ΟΜΕΠΕΓΕ) θα πραγματοποιηθεί στις 14-18 Απριλίου 2015 επίσκεψη της ηγεσίας των Ρωσικών Συνδικάτων Ναυτικών (SUR) με επικεφαλής τον πρόεδρο Γιούρι Σιουκορούκοφ.

Στις 16 Απριλίου η Ρωσική αντιπροσωπεία μαζί με την ηγεσία της ΟΜΕΠΕΓΕ – ΣΕΚ θα έχουν συνάντηση με τον υπουργό Συγκοινωνιών **Μάριο Δημητριάδη** με θέμα τα ναυτιλιακά δρώμενα, λαμβανομένων υπόψιν ότι η Κύπρος έχει εξέχουσα θέση στη διεθνή ναυτιλία ενώ στην Κύπρο δραστηριοποιούνται ναυτιλιακές εταιρείες Ρωσικών συμφερόντων

Επίσης η αντιπροσωπεία των Ρωσικών συνδικάτων θα συναντηθεί με το γενικό γραμματέα της ΣΕΚ **Νίκο Μωϋσέως**. Ο γενικός γραμματέας της ΟΜΕΠΕΓΕ – ΣΕΚ **Παντελής Σταύρου** δήλωσε πως υπάρχουν αδελφικές σχέσεις μεταξύ ΣΕΚ και Ρωσικών συνδικάτων. Ιδιαίτερα στον τομέα της ναυτιλίας η σχέση είναι στενή και εποικοδομητική και η οποία θα αναβαθμισθεί περαιτέρω με την επίσκεψη αυτή.

Τόσο η ΟΜΕΠΕΓΕ – ΣΕΚ όσο και η Ρωσική SUR είναι ενεργά μέλη της Διεθνούς Ναυτιλιακής Ομοσπονδίας Εργαζομένων, ITF που επιλαμβάνεται των δικαιωμάτων και των όρων των ναυτικών σε παγκόσμιο επίπεδο.



Πέμπτη 23 Απριλίου 2015

Νέα πορεία πλεύσης θα χαράξει το 21ο Συνέδριο ΣΕΚ Λάρνακας

Τα μείζονα κοινωνικά και εργασιακά προβλήματα που απασχολούν τους εργαζόμενους και ευρύτερα την κοινωνία θα τεθούν στο μικροσκόπιο του 21ο Επαρχιακού Συνέδριου της ΣΕΚ Λάρνακας που θα πραγματοποιηθεί στο κτήμα Μακένζυ την **Πέμπτη 23 Απριλίου στις 10πμ.**

Το συνέδριο θα εκλέξει την νέα ηγεσία του εργατικού κέντρου που θα κληθεί να διαχειριστεί ,την επόμενη τετραετία, τις προκλήσεις που αναφύονται εξαιτίας των επιπτώσεων της οικονομικής κρίσης που βαραίνουν τους εργαζόμενους.

Στο συνέδριο θα απευθύνει χαιρετισμό ο γγ της ΣΕΚ **Νίκος Μωυσέως** ενώ εισηγητική ομιλία θα καταθέσει ο επαρχιακός γραμματέας της ΣΕΚ Λάρνακας **Ανδρέας Πουλής.**