ERG_1-1_inn_1 7/21/15 11:54 AM Page 1

ΣΕΚ 1944

Εργατική Φωνή

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ITUC CSI IGB · SYNDICAT EUROPEEN TRADE UNION

ΤΕΤΑΡΤΗ 22 ΙΟΥΛΙΟΥ 2015

ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1949
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 2868
ΤΙΜΗ 0.68€(£ 0.40)

ΣΗΜΑ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΛΟΓΩ ΚΑΥΣΩΝΑ



Σήμα κινδύνου για την υγεία όσων εργάζονται σε εξωτερικούς χώρους και σε υποστατικά στα οποία επικρατούν υψηλές θερμοκρασίες λόγω λειτουργίας μηχανημάτων και άλλου εξοπλισμού, εκπέμπει το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας, του υπουργείου Εργασίας.

Προειδοποιεί για σοβαρό κύμα καύσωνα και καλεί εργοδότες και αυτοεργοδοτούμενους να λάβουν τα απαραίτητα μέτρα προστασίας και ασφάλειας. Το κύμα καύσωνα που πλήττει την Κύπρο απειλεί και τις ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού οι οποίες καλούνται να προφυλαχθούν. **(Σελ.3,10)**

ΑΝΑΚΩΧΗ ΣΤΗΝ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑΚΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ

Εργατική νηνεμία επικρατεί στον ευρύτερο τομέα του Τουρισμού. Οι δύο τριμερείς επιτροπές έπιασαν δουλειά με σκοπό την επίλυση των προβλημάτων με χρονικό ορίζοντα το τέλος του επόμενου Σεμπτέμβρη. Κορυφαίο ζήτημα που ταλανίζει τις εργασιακές σχέσεις θεωρείται η παραβίαση της συλλογικής σύμβασης στα ξενοδοχεία. **(Σελ. 3)**

Η ΧΑΜΕΝΗ ΓΕΝΙΑ ΣΤΗΝ Ε.Ε.

Οι διευρυνόμενες ανισότητες Βορρά - Νότου δυναμιτίζουν το Ευρωπαϊκό αύριο. Βασική αιτία η ανεργία και η στυγνή λιτότητα. **(Σελ. 3)**

• ΕΠΙΣΤΟΛΗ γ.γ. ΣΕΚ ΝΙΚΟΥ ΜΩΫΣΕΩΣ ΣΤΗΝ ΥΠΟΥΡΓΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Εντονότατη ανησυχία για τη χαμηλή παραγωγικότητα

Την ανάγκη σύγκλησης του Παγκυπρίου Συμβουλίου Παραγωγικότητας υπέδειξε η ΣΕΚ με επιστολή που απέστειλε ο γενικός γραμματέας **Νίκος Μωϋσέως** προς την υπουργό Εργασίας **Ζέτα Αιμιλιανίδου.**

Η ΣΕΚ φρονεί πως αυτή την ώρα πρέπει να γίνει ένας σοβαρός απολογισμός του Εθνικού προγράμματος για την παραγωγικότητα της περιόδου 2007 - 2013 και να ενημερωθούν οι κοινωνικοί εταίροι για τους σχεδιασμούς που προτίθεται να ακολουθήσει η κυβέρνηση για την περίοδο 2014 - 2020.

✔ Στοιχείο - κλειδί για βελτίωση της ανταγωνιστικότητας της οικονομίας

Είναι καθολικά παραδεκτό ότι η χαμηλή παραγωγικότητα αποτελεί την Αχίλλειο πτέρνα της Κυπριακής οικονομίας.

Ο δείκτης παραγωγικότητας στην Κύπρο δεν συγκρίνεται ευνοϊκά με τον αντίστοιχο μέσο όρο της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Αγγίζει το 94% και βρίσκεται στην 15η θέση στον κατάλογο της ανταγωνιστικότητας των 28 χωρών της Ε.Ε.

(Σελ. 16)

41 ΧΡΟΝΙΑ ΜΕΤΑ: ΔΕΝ ΞΕΧΝΩ



Ο Κυπριακός Ελληνισμός με πόνο ψυχής θυμάται την αποφράδα μέρα της 20ης Ιουλίου 1974. Τιμά τους νεκρούς της Τουρκικής εισβολής. Απορρίπτει τα τετελεσμένα της συνεχιζόμενης κατοχής. Καλεί τις πολιτικές δυνάμεις να θέσουν το συμφέρον του τόπου υπεράνω του κομματικού και του προσωπικού, σφυρηλατώντας τη λαϊκή ομοψυχία και την εθνική ενότητα. Ο λαός δεν ξεχνά. Αξιώνει από την Ε.Ε. και τον ΟΗΕ απόδοση δικαιοσύνης

Σελ. 7, 16

Η πολιτική φλυαρία δεν βοηθά στη λύση του Κυπριακού

Συμπληρώθηκαν φέτος 41 χρόνια από τον Ιούλιο του 1974 όταν η Τουρκία με την ανοχή των ισχυρών της γης εισέβαλε στην Κύπρο. Ο Κυπριακός λαός εδώ και τέσσερεις δεκαετίες βιώνει τις τραγικές συνέπειες της συνεχιζόμενης κατοχής.

Αν και πέρασαν τόσα χρόνια η μνήμη δεν ξεθωριάζει. Είναι ζωντανή για να θυμίζει τα όσα σκληρά και άδικα βίωσε ο λαός μας από τότε μέχρι και σήμερα.

Όλα αυτά τα χρόνια κατεβλήθησαν αρκετές προσπάθειες - πολιτικές, διπλωματικές και άλλες - για επίλυση του κυπριακού προβλήματος, οι οποίες πάντοτε προσέκρουαν στην σκληρότητα και την αδιαλλαξία της Τουρκίας.

Το συνδικαλιστικό κίνημα και στην Ελληνοκυπριακή και στην Τουρκοκυπριακή κοινότητα, επιθυμεί σωστή, δίκαιη και βιώσιμη λύση που θα είναι μόνιμη και διαρκής και θα αντέχει σε βάθος χρόνου. Είναι γι' αυτό ακριβώς το λόγο που στα πλαίσια του Πανσυνδικαλιστικού Φόρουμ συνομολογήθηκαν κοινές διακηρύξεις για τη ρύθμιση διαφόρων συνδικαλιστικών και άλλων κοινωνικο-οικονομικών ζητημάτων.

Ευκαιρίας δοθείσης και με αφορμή την καταδίκη της εισβολής, οφείλουμε να σημειώσουμε πως στο κυπριακό καταγράφονται σήμερα σοβαρές και σημαντικές εξελίξεις. Νίκος Αναστασιάδης και Μουσταφά Ακιντζί βρίσκονται σε διαρκή διαβούλευση με στόχο την επίλυση του κυπριακού, ενώ αυτή την ώρα υπάρχει και η εμπλοκή της Ευρωπαϊκής Ένωσης στη

• Αυτή την ώρα χρειάζεται η μέγιστη δυνατή ενότητα σ' όλα τα επίπεδα

βάση των όσων ανακοίνωσε κατά την εδώ πρόσφατη παρουσία του ο Πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Ζαν Κλοντ Γιούνκερ, ο οποίος σαφώς υπέδειξε πως, η λύση που θα βρεθεί δεν πρέπει να παρεκκλίνει ή να παραβιάζει τον πυρήνα του Ευρωπαϊκού κεκτημένου.

Η ΣΕΚ χαιρετίζει κάθε προσπάθεια και κάθε ενέργεια που βοηθά στην άρση της κατοχής και συμβάλλει στη δίκαιη και ορθή λύση του κυπριακού προβλήματος και υποδεικνύει πως, τώρα που οι εξελίξεις τρέχουν με ταχύτητα θα πρέπει στο εσωτερικό μέτωπο να υπάρξει συσπείρωση, συναντίληψη στόχων και σκοπών και η μέγιστη δυνατή ενότητα σ' όλα τα επίπεδα.

Το Κυπριακό πρόβλημα δεν προσφέρεται για κομματική εκμετάλλευση και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μέσο για την επίτευξη ψηφοθηρικών και άλλων σκοπών. Αυτή η συνταγή και αυτή η λογική δοκιμάστηκε στο παρελθόν και αποδείχτηκε ζημιογόνα και ανώφελη.

Ο σεβασμός στη διαφορετικότητα της άποψης αποτελεί υγιές στοιχείο της δημοκρατίας, όμως δεν μπορεί η κάθε επιμέρους διαφορά να αναγάγεται σε μέγιστο θέμα που θα βάζει τρικλοποδιά στη συνολική προσπάθεια για λύση του κυπριακού.

Δυστυχώς κάποιες πολιτικές τοποθετήσεις δείχνουν μια πεπατημένη που δεν βοηθά, γι' αυτό επειδή οι ώρες είναι κρίσιμές χρειάζεται - ανάμεσα στις πολιτικές δυνάμεις - περισσότερη συνεργασία, περισσότερη δουλειά και λιγότερη φλυαρία και μεγαλόστομες κουβέντες.

ERG_2-2_inn_4 7/21/15 11:30 AM Page 1

Νέα εποχή για Κύπρο - Ελλάδα – Ευρώπη

Στον αστερισμό μιάς νέας πορείας κινείται η Ευρώπη μετά την 13η Ιουλίου 2015, ημέρα κατά την οποία οι 18 ηγέτες αποφάσισαν να κρατήσουν την Ελλάδα μέσα στον σκληρό πυρήνα της Ευρωζώνης.

Η τροπή που προσέλαβε η μαραθώνια, δραματική διαπραγμάτευση με πρωταγωνιστές τον πρωθυπουργό της Ελλάδας Αλέξη Τσίπρα, τους



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

ηγέτες της Ιταλίας, της Γαλλίας, της Γερμανίας και της «Κομισιόν», έφερε στο προσκήνιο τις αδυναμίες της Ευρωπαϊκής αρχιτεκτονικής.

Παράλληλα, ανέδειξε τα ισχυρά πλεονεκτήματα που διαθέτει η Ευρωπαϊκή Ένωση και η Ευρωζώνη, τα οποία αν αξιοποιηθούν σωστά μπορεί να αποτελέσουν την μαγιά για να οικοδομηθεί ένα ελπιδοφόρο αύριο για τους λαούς της Ευρώπης.

Το πρώτο σημαντικό κέρδος για την Ευρώπη, το οποίο αναδύθηκε μέσα από την Ελληνική κρίση, είναι η αποφασιστικότητας της Γαλλίας να διαδραματίσει ξανά πρωταγωνιστικό ρόλο στο Ευρωπαικό γίγνεσθαι. Η όλη στάση του προέδρου Φρανσουά Ολάν να αντιπαραταχθεί συγκροτημένα και αποφασιστικά στις ακραίες και εν πολλοίς αψυχολόγητες θέσεις της Γερμανίας, γέννησε πολλές ελπίδες στους υποστηρικτές της Ευρωπαικής άνοιξης. Η σθεναρή στήριξη του πρωθυπουργού της Ιταλίας κ. Ρέντσι στις Γαλλικές θέσεις για εξουδετέρωση των ισοπεδωτικών θέσεων Μέργκελ–Σόιμπλε που ήθελαν καρατόμηση της Ελλάδας, έδειξαν ότι η Γερμανία δεν μπορεί πλέον να παίζει εν ού παικτοίς στο ευρωπαικό γήπεδο. Όλες αυτές οι θετικές εξελίξεις, σε συνδυασμό με τους επιδέξιους χειρισμούς του επικεφαλής της Ευρωπαϊκής Επιτροπής κ. Γιούνγκερ έφεραν θετικό αποτέλεσμα. Ένα αποτέλεσμα το οποίο πρέπει πάση θυσία να επενεργήσει ως εφαλτήριο για να υπερπηδηθούν τα εμπόδια που κρατούν τους λαούς του νότου σε δεινή θέση έναντι των λαών του βορρά .

Ήδη, ο Γάλλος πρόεδρος, σε μια αστραπιαία του κίνηση, εξέφρασε με ενυπόγραφο άρθρο του ότι η χώρα του είναι έτοιμη να συμμετάσχει σε μια «ισχυροποιημένη κυβέρνηση της Ευρωζώνης προσθέτοντας σαυτή ένα συγκεκριμένο προϋπολογισμό κι ένα κοινοβούλιο για να διασφαλίσουμε τον δημοκρατικό έλεγχο». Απαντώντας σε ερώτηση δημοσιογρά-



φου, τόνισε «πως το σημερινό σύστημα που ακολουθείται στην Ε. Ε και την ευρωζώνη δεν είναι πλέον διαχειρίσμο» σημειώνοντας ότι «θα πρέπει να επανιδρυθεί η οικονομική και νομισματική ένωση». Αφού παραδέχθηκε ότι υπήρξε εξαρχής κατασκευαστική ατέλεια, τόνισε την αναγκαιότητα της αποκατάστασης της ηθικής δύναμης και της μεγάλης ισχύος της Ευρώπης που μεγαλούργησε την εποχή του οραμαστιστη Ζακ Ντελόρ, 1985-94, περίοδο κατά την οποία έπεσε το τείχος του Βερολίνου.

Έχοντας αυτά κατά νούν, θέλουμε να στείλουμε ισχυρό το μήνυμα προς τις πολιτικές ηγεσίες και τους λαούς Κύπρου και Ελλάδας ότι στην Ευρώπη άρχισε να φυσάει ένας αέρας αλλαγής με θετικό αντίκτυπο για τις μικρότερες και πιο αδύνατες χώρες. Αυτός ο αέρας ήδη, προχώρησε ταχύτατα προς Κύπρο μεριά με την πρόσφατη επίσκεψη Γιούνγκερ στο νησί και την χειροπιαστή εμπλοκή της Ευρωπαικής Ένωσης στην προσπάθεια επίλυσης του Κυπριακού. Το μήνυμα του κ. Γιούνγκερ ότι η Ε.Ε. δεν ευνοεί πρόνοιες μιάς συμφωνίας στο Κυπριακό που να παρεκκλίνουν από το Κοινοτικό Κεκτημένο, λέει πολλά. Ειδικά σαυτή την χρονική συγκυρία που επισυμβαίνουν κατακλυσμιαίες γεωστρατηγικές ανακατατάξεις στην περιοχή μας, Κύπρος και Ελλάδα αποκτούν ξεχωριστή γεωπολιτική θέση σε συσχετισμό πάντοτε με τα κοιτάσματα υδρογονανθράκων και τον κίνδυνο εξάπλωσης του Ισλαμικού Κράτους στα ενδότερα της ευρωπαικής επικράτειας. Εν μέσω αυτών των σπουδαίων παραμέτρων, οι πολιτικοί ηγέτες στις δύο αδελφές χώρες οφείλουν να εγκαινιάσουν μια νέα εποχή στον πολιτικό βίο με αιχμή την κομματική εκδημοκρατικοποίηση , τον κρατικό εκσυγχρονισμό, την διαφάνεια, την ισοπολιτεία, την θεσμική ανασυγκρότηση και την πρόταξη συναινετικών θέσεων σε μείζονος σημασίας θέματα.

Τούτη την ώρα Κύπρος και Ελλάδα, μακριά από πολιτικές ψευδομαγκιές, λαϊκίστικες προσεγγίσεις και βαρύγδουπες «πατριωτικές» κορόνες, καλούνται να επιδείξουν ωριμότητα και σοβαρότητα ώστε να είναι πανέτοιμες να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις των καιρών. Ιδιαίτερα στο Κυπριακό, οι εξελίξεις ύστερα από 41 άγονα χρόνια, κτυπούν τώρα δυνατά την πόρτα μας. Ως εκ τούτου, απαιτείται ετοιμότητα, αποφασιστικότητα, εθνική ενότητα, λαική ομοψυχία αλλά και οριστικό ξεκαθάρισμα θέσεων για το είδος της λύσης, τόσο από τα κόμματα όσο και από την κοινωνία των πολιτών. Παρά την δεινή οικονομική μας θέση, οι συγκυρίες είναι ευνοικές και οφείλουμε ως Ελληνισμός να τις αξιοποιήσουμε πλήρως μέσω ισχυρών και αξιόπιστων συμμαχιών, κυρίως με τους Ευρωπαίους εταίρους μας. Στό κάλεσμα για την οικοδόμηση της νέας Κύπρου, της νέας Ελλάδας και της νέας Ευρώπης ο Ελληνισμός έστω και λαβωμένος μπορεί να βάλει έντονα τη σφραγίδα του.

Με μισθούς φτώχειας κατακλύζεται η αγόρα εργασίας

Οι πολιτικές αυστηρής λιτότητας και όχι μόνον, που εφαρμόζονται σε χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και ειδικότερα σε αυτές του Ευρωπαϊκού Νότου, έχουν ανασύρει στην επιφάνεια όχι μόνο το σκληρό πρόσωπο της ανεργίας αλλά και το φαινόμενο των φτωχών εργαζομένων που αγωνίζονται να επιβιώσουν με πενιχρούς μισθούς.



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

Ο ορισμός φτωχός εργαζόμενος, ουσιαστικά καθρεφτίζει τη σοβαρή απορρύθμιση που παρατηρείται στην αγορά εργασίας με την απαράδεκτη τακτική που ακολουθείται, συχνά πυκνά από μερίδα εργοδοτών να επιχειρούν να επιλύσουν τα προβλήματα της επιχείρησης τους, αποκλειστικά δια μέσου της συρρίκνωσης μισθών και ωφελημάτων. Η Κύπρος φυσικά δεν θα μπορούσε να αποτελεί εξαίρεση.

Μέσα σε αυτό το γκρίζο σκηνικό, με την εργασιακή αποσύνθεση να διαρρήγει τον κοινωνικό ιστό της χώρας, οι μηχανισμοί εποπτείας υστερούν σημαντικά, λόγω υποστελέχωσης, με αποτέλεσμα η συνεχής και ανεξέλεγκτη αποθράσυνση να αποβαίνει σε βάρος των εργαζομένων που βιώνουν μόνοι και έρημοι την εργασιακή ανασφάλεια.

Είναι τραγικό χιλιάδες νέοι πτυχιούχοι, που βιώνουν το δράμα της ανεργίας, να επιλέγουν την πικρή οδό της μετανάστευσης, και ταυτόχρονα χιλιάδες εργαζόμενοι του Ιδιωτικού Τομέα, που δεν είναι συνδικαλιστικά οργανωμένοι,

• Για να καταπολεμηθεί η φτώχεια, δεν αρκεί η σταδιακή μείωση της ανεργίας, αλλά χρειάζεται η δημιουργία ποιοτικών θέσεων εργασίας

να προσπαθούν να επιβιώσουν με κουτσουρεμένους μισθούς, εν τη απουσία διαβούλευσης.

Με απλά λόγια η ανεργία οδηγεί αναπόφευκτα στη φτώχεια και στον κοινωνικό αποκλεισμό ενώ ο πολίτης που βρίσκει δουλειά δεν σημαίνει κατά ανάγκη πως θα ξεφύγει από την φτώχεια και τον κοινωνικό αποκλεισμό.

Και οι δυο κατηγορίες ανθρώπων περπατούν σε ένα τεντωμένο σχοινί χωρίς κανείς να μπορεί να τους πει με βεβαιότητα τι θα απογίνουν.

Ένα είναι το βέβαιο πως θα πρέπει να δοθεί η απαιτούμενη προσοχή όχι μόνο στη δημιουργία, θέσεων εργασίας αλλά και στην ποιότητα τους για να μπορέσουμε να επιτύχουμε μια βιώσιμη ανάκαμψη που να μειώνει όχι μόνο την ανεργία αλλά και τη φτώχεια.

Αν ληφθεί υπόψη πως η εξεύρεση εργασίας βοηθά τους ανθρώπους να ξεφύγουν από τη φτώχεια μόνο κατά 50% των περιπτώσεων, διαπίστωση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, θα πρέπει τα κράτη μέλη να συνειδητοποιήσουν πως η απογοητευτική αυτή κατάσταση δεν είναι μόνο αποτέλεσμα της οικονομικής ύφεσης αλλά και της αδυναμία των ιδίων των κρατών να θωρακίσουν τους εργαζόμενους μέσα από την τήρηση της εφαρμογής της νομοθεσίας για την προστασία των μισθών.

Ας μην ρίχνουμε αποκλειστικά την ευθύνη μόνο στην οικονομική κρίση και στις αυστηρές πολιτικές λιτότητας αλλά είναι καιρός να αναλογιστεί και η δική μας πολιτεία τις δικές της ευθύνες οι οποίες τόσα χρόνια βρίσκονταν καλά κρυμμένες κάτω από το χαλί. Το χαλί σηκώθηκε και οι ευθύνες μας είναι πλέον ορατές

«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 7/21/15 11:31 AM Page 1

ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΘΕΡΜΙΚΟ ΦΟΡΤΟ

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας, του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων υπενθυμίζει όλους τους εργοδότες και τα αυτοεργοδοτούμενα πρόσωπα ότι και σήμερα ή/και τις επόμενες ημέρες στις πεδινές ή και παράλιες περιοχές, αναμένεται να επικρατήσουν συνθήκες θερμοκρασίας και υγρασίας που πιθανόν να δημιουργήσουν πολύ σοβαρό καύσωνα. Οι συνθήκες αυτές μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο τους εργαζόμενους που εργάζονται εκτεθειμένοι σε θερμικό φόρτο ή και να επηρεάσουν σοβαρά την υγεία τους.

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας υπενθυμίζει επίσης τους εργοδότες και τα αυτοεργοδοτούμενα πρόσωπα ότι υποχρεούνται να λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα μέτρα μέσω εκτίμησης των κινδύνων για προστασία των εργαζομένων ή των ιδίων από τον θερμικό φόρτο, όπως αυτά προνοούνται και στον Κώδικα Πρακτικής για την Θερμική Καταπόνηση των Εργαζομένων, μη αποκλειομένης της αλλαγής εργασίας / ανάπαυσης / διακοπής εργασίας υπό συνθήκες που εκθέτουν προσωπικό άμεσα στις ανωτέρω συνθήκες.

Ο Κώδικας Πρακτικής για την Θερμική Καταπόνηση των Εργαζομένων μπορεί να βοηθήσει τον κάθε εργοδότη και το κάθε αυτοεργοδοτούμενο πρόσωπο να εφαρμόσει τις πρόνοιες της νομοθεσίας προκειμένου να αποφευχθούν, ή να μειωθούν σε αποδεκτό επίπεδο, οι κίνδυνοι που οφείλονται στην έκθεση των εργαζόμενων σε επιβαρυμένους θερμικά εργασιακούς χώρους ώστε να δημιουργηθεί ένα ασφαλές, υγιεινό, ευχάριστο και παραγωγικό εργασιακό περιβάλλον.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Τα Γραφεία του **Ταμείου Προνοίας Οικοδόμων,** θα παραμείνουν κλειστά, λόγω των θερινών διακοπών του προσωπικού, από την **1/8/15 μέχρι τις 22/8/15** και των δύο ημερομηνιών συμπεριλαμβανομένων.

• **ΕΠΙ ΤΑΠΗΤΟΣ ΤΑ ΚΑΥΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΟΝ ΤΟΜΕΑ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ**

Ανακωχή μέχρι νεωτέρας στη Ξενοδοχειακή Βιομηχανία

Εργατική νηνεμία επικρατεί επί του παρόντος στην ξενοδοχειακή βιομηχανία μετά τη δεδηλωμένη πρόθεση των Κοινωνικών Εταίρων ότι τίθενται επί τάπητος τα προβλήματα που ταλανίζουν τον κλάδο.

Οι δύο τριμερείς επιτροπές που έχουν συσταθεί πιάνουν αμέσως δουλειά με στόχο να εξευρεθεί λύση στα συντεχνιακά αιτήματα μέχρι τις 30 Σεπτεμβρίου 2015. Κεντρική επιδίωξη των συντεχνιών είναι η νομοθετική κατοχύρωση βασικών όρων των συλλογικών συμβάσεων.

Τεχνική επιτροπή

Σήμερα Τετάρτη 22 Ιουλίου συνέρχεται στην πρώτη της συνεδρία η Τεχνική Επιτροπή η οποία θα καταπιασθεί με το φλέγον θέμα των όρων των συλλογικών συμβάσεων υπό την σκιά της παραβίασης τους από αρκετούς ξενοδόχους.

Πρωταρχικά θέματα που θα τεθούν για συζήτηση με σκοπό την συμπερίληψη τους στους Περί Εργοδοτημένων στα ξενοδοχεία Κανονισμούς είναι, το Ταμείο Προνοίας, το πενθήμερο ωράριο εργασίας, οι γιορτές – αργίες και το ύψος δικαιωμάτων υπηρεσίας.

Η Επιτροπή έχει εντολή να ολοκληρώσει το έργο της στο τέλος του επόμενου Σεπτέμβρη ώστε να προχωρήσουν οι διαδικασίες για τροποποίηση του Νόμου μέχρι τέλος Οκτωβρίου.

Οι κλαδικές συντεχνίες ΣΕΚ, ΠΕΟ με κοινό υπόμνημα τους απέστειλαν τις θέσεις τους στο Διευθυντή Τμήματος Εργασιακών Σχέσεων του υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων στις 13 Ιουλίου 2015.

Επιτροπή παρακολούθησης

Αύριο Πέμπτη 23 Ιουλίου εγκαινιάζεται ο κύκλος συνεδρίων της Επιτροπής παρακολούθησης η οποία θα ασχοληθεί με τις παραβιάσεις της Συλλογικής Σύμβασης στα ξενοδοχεία. Αφού διαπιστωθεί η παραβίαση η Επιτροπή θα αποσταλεί στον συγκεκριμένο εργοδότη καταδικαστική επιστολή και θα τον καλεί σε τάξη υποδεικνύοντας τους να εφαρμόσει τη Συλλογική Σύμβαση.

Οι δύο επιτροπές αποτελούνται από εκπροσώπους των Συνδέσμων Ξενοδόχων ΠΑΣΥΞΕ και ΣΤΕΚ, την κλαδική συντεχνιών ΣΕΚ, ΠΕΟ και το υπουργείο Εργασίας, το οποίο προεδρεύει.

Ο γενικός γραμματέας της Ομοσπονδίας Ξενοδοχοϋπαλλήλων ΣΕΚ **Μιλτιάδης Μιλτιάδους,** εξέφρασε την προσδοκία ότι οι ξενοδόχοι θα επιδείξουν το αναγκαίο πνεύμα συναίνεσης ώστε να υπάρξει θετική κατάληξη στα τεθέντα χρονοδιαγράμματα. Ταυτόχρονα ευελπιστεί ότι το υπουργείο Εργασίας θα επιδείξει την απαραίτητη αποφασιστικότητα για επίλυση του φλέγοντος θέματος της παραβίασης της συλλογικής σύμβασης με σκοπό να εδραιωθεί η εργασιακή ειρήνη στον νευραλγικό τομέα του Τουρισμού που αποτελεί την κινητήρια δύναμη της Κυπριακής οικονομίας.

Τα συνεχή φαινόμενο παραβίασης των συλλογικών συμβάσεων θα πρέπει να σταματήσουν σε αντίθετη περίπτωση θα ξεκινήσει νέα περίοδος αντιπαράθεσης και σύγκρουσης με επιζήμιες επιπτώσεις στην οικονομία, διαμήνυσε ο κ. Μιλτιάδους.



√ Πιάνουν δουλειά δύο τριμερείς επιτροπές

√ Στόχος η νομοθετική κατοχύρωση εργασιακών όρων των Συλλογικών Συμβάσεων και η αύξηση ποινών στους παρανομούντες εργοδότες



Θέσεις συντεχνιών ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ και ΣΥΞΚΑ-ΠΕΟ

1. Πενθήμερη εβδομάδα εργασίας: "Εκάστοτε εργοδοτούμενος απολαύει καθ' εκάστην εβδομάδα δυο ημερών αργίας μετ' απολαβών. Δύναται ο εργοδότης, αναλόγως των εργασιών και αναγκών του ξενοδοχείου, να αναστείλει την μια εκ των δυο ημερών αργίας. Όλες οι ημέρες αργίας οι οποίες τυχόν θα ανασταλούν, παραχωρούνται υποχρεωτικά μέχρι τέλος Μαρτίου εκάστου έτους. Σε περίπτωση μη παραχώρησης τους με το τέλος Μαρτίου, αυτές θα πληρώνονται σε χρήμα, όχι αργότερα από το τέλος Απριλίου του ιδίου έτους. Νοείται ότι όλες οι συσσωρευμένες γιορτές αργίες, παραχωρούνται μετά την 1η Νοεμβρίου εκάστου έτους.

2. Ελάχιστοι (μίνιμουμ) μισθοί: Να συμπεριληφθεί πρόνοια στους κανονισμούς ότι οι εκάστοτε συμφωνημένες κλίμακες με τα μίνιμουμ πρόσληψης της Συλλογικής Σύμβασης θα αποτελούν την μισθοδοσία στα ξενοδοχεία.

3. Ταμείο Προνοίας: Το εκάστοτε ποσοστό εισφορών που προνοείται στην συλλογική σύμβαση να είναι κανονισμός.

4. Δικαίωμα Υπηρεσίας: Η αποκοπή για σπασίματα να είναι όπως εκάστοτε συμφωνείται στην Συλλογική Σύμβασή.

5. Αργίες: Καθορίζονται ως γιορτές – αργίες με πλήρεις απολαβές οι πιο κάτω ημέρες:

1. 1η Ιανουαρίου
2. 6η Ιανουαρίου
3. Καθαρή Δευτέρα
4. 25η Μαρτίου
5. 1η Απριλίου
6. Μεγάλη Παρασκευή
7. Ημέρα της Λαμπρής
8. Δευτέρα της Λαμπρής
9. 1η Μαΐου
10. Αγίου Πνεύματος
11. 15η Αυγούστου
12. 1η Οκτωβρίου
13. 28η Οκτωβρίου
14. 25η Δεκεμβρίου
15. 26η Δεκεμβρίου

Το προσωπικό που εργάζεται κατά τις καθορισμένες γιορτές – αργίες θα αποζημιώνεται με την αναλογία 1 προς 2, ήτοι θα πληρώνεται ένα πρόσθετο ημερομίσθιο στο τέλος του μηνός εντός του οποίου εμπίπτει η γιορτή – αργία. Δύναται ο εργοδότης αντί πληρωμής ενός ημερομισθίου να παραχωρεί μια πρόσθετη μέρα αργίας, η οποία θα παραχωρείται ή θα πληρώνεται ως οι πρόνοιες του άρθρου 8.

6. Εγγυημένη μονάδα: Το δικαίωμα υπηρεσίας, το οποίον θα καθίστατο άλλως καταβλητέον εις τον ενδιαφερόμενο εργοδοτούμενον, ήθελεν υπερβή το ηγγυημένον ποσόν, η διαφορά μεταξύ του ηγγυημένου ποσού και του δικαιώματος υπηρεσίας του συγκεκριμένου μηνός εντός του οποίου προκύπτει η διαφορά, καταβάλλεται εις τον ενδιαφερόμενο εργοδοτούμενο ως προνοείται στο σχετικό άρθρο 16 (2).

7. 13ος Μισθός: Να προστεθεί στους κανονισμούς το πιο κάτω άρθρο:

"Σε όλους τους εργαζόμενους που ευρίσκονται σε υπηρεσία στην ξενοδοχειακή βιομηχανία, παραχωρείται 13ος μισθός, ουχί αργότερον της 20/12 εκάστου έτους.

Επί του 13ου μισθού υπολογίζεται και μονάδα, η οποία ισούται με τον μέσο όρο της μονάδας εκάστου ξενοδοχείου για τους 12 τελευταίους μήνες, ήτοι Δεκέμβριος – Νοέμβριος.

Νοείται ότι υπάλληλος που αποχωρεί ή απολύεται και έχει τουλάχιστον ένα μήνα υπηρεσίας, θα παίρνει την αναλογία του 13ου μισθού για την περίοδο υπηρεσίας του στην ξενοδοχειακή μονάδα.

8. Ποινές: Όλες οι ποινές που προβλέπουν οι κανονισμοί να αυξηθούν ώστε να είναι αποτρεπτικές για τους παρανομούντες.

ERG_4-4_inn_4 7/21/15 11:31 AM Page 1

Συντεχνίες ΑΗΚ

ΑΝΑΚΩΧΗ ΓΙΑ ΔΙΑΒΟΥΛΕΥΣΕΙΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΤΗΣ ΒΟΥΛΗΣ

• Να αποφευχθούν ενέργειες που θα πυροδοτήσουν το εργασιακό και κοινωνικοοικονομικό κλίμα

Παγώνουν μέχρι νεωτέρας τα μέτρα στην Αρχή Ηλεκτρισμού. Οι συνδικαλιστικές οργανώσεις της ΑΗΚ ΕΠΟΠΑΗ, ΣΗΔΗΚΕΚ, ΣΕΠΑΗΚ και ΣΥΒΑΗΚ καλούν τους αρμόδιους φορείς, μέχρι την εκ νέου σύγκληση της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Εμπορίου "να εκτιμήσουν τη σοβαρότητα της κατάστασης και με υπευθυνότητα να αποφύγουν οποιεσδήποτε ενέργειες που είναι δυνατόν να δυναμιτίσουν το κλίμα". Τονίζουν ακόμη ότι οι συντεχνίες βρίσκονται στη διάθεση του εργοδότη "για την ολοκλήρωση των ενεργειών που απομένουν για την πλήρη συμμόρφωση της ΑΗΚ με τις αποφάσεις της ΡΑΕΚ".



Στην ανακοίνωση υπενθυμίζεται ότι "μετά τις μονομερείς ενέργειες των Υπουργείων Οικονομικών και Ενέργειας με τις οποίες αγνόησαν και παραβίασαν τις εισηγήσεις της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας ημερομηνίας 7 Απριλίου 2015, προωθώντας τον Περί Δημοσίων Οργανισμών και Κρατικών Επιχειρήσεων Νόμο του 2015 και τον Περί Ρύθμισης της Αγοράς Ηλεκτρισμού τροποποιητικό Νόμο (ΙΙ) του 2015", έχουν προβεί στη λήψη μέτρων από τις 24 Ιουνίου 2015 για προστασία του Οργανισμού και της οικονομίας του τόπου.

Στις 7 Ιουλίου, προστίθεται, η Επιτροπή Εμπορίου ανέλαβε να διερευνήσει το θέμα και να μεταφέρει τις θέσεις των συντεχνιών ενώπιον των αρμοδίων Υπουργών.

Μετά από την παρέμβαση της Βουλής, αναφέρουν οι συντεχνίες, δόθηκαν διαβεβαιώσεις ότι για το Νομοσχέδιο που αφορά την ανεξαρτητοποίηση του ΔΣΜΚ δεν θα γίνει καμία επιπρόσθετη ενέργεια, αν δεν συναξιολογηθούν και τα πορίσματα της μελέτης που διεξάγει το Υπουργείο.

Επίσης δόθηκαν διαβεβαιώσεις ότι δεν πρόκειται να προωθηθεί στην ολομέλεια της Βουλής το Νομοσχέδιο που αφορά τα ΔΟΚΕ κατά τη διάρκεια των μηνών Ιουλίου-Αυγούστου, περίοδο κατά την οποία αναστέλλονται οι εργασίες της Βουλής και ότι μετά την έναρξη των εργασιών της Βουλής ο Πρόεδρος της Επιτροπής Εμπορίου θα συγκαλέσει την Επιτροπή για επανεξέταση της κατάστασης.

"Σεβόμενοι το γεγονός ότι βρισκόμαστε σε τουριστική περίοδο, η οποία είναι σημαντική για την οικονομία του τόπου, κάναμε αποδεκτή την έκκληση του κ. Ζαχαρίου και αποφασίσαμε την αναστολή των μέτρων. Στο μεσοδιάστημα μέχρι την εκ νέου σύγκληση της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Ενέργειας καλούμε όλους τους αρμόδιους φορείς να εκτιμήσουν τη σοβαρότητα της κατάστασης και με υπευθυνότητα να αποφύγουν οποιεσδήποτε ενέργειες που είναι δυνατόν να δυναμιτίσουν το κλίμα", αναφέρουν οι συντεχνίες.

ΔΙΑΠΛΟΚΗ –ΔΙΑΦΘΟΡΑ

Ο κατάλογος των 10 καλύτερων και 10 χειρότερων χωρών



The most efficient* governments	
Rank	Country
1	Qatar
2	Singapore
3	Finland
4	Hong Kong SAR
5	United Arab Emirates
6	New Zealand
7	Rwanda
8	Malaysia
9	Switzerland
10	Luxembourg

The least efficient* governments	
Rank	Country
1	Venezuela
2	Italy
3	Argentina
4	Lebanon
5	Libya
6	Croatia
7	Angola
8	Chad
9	Mauritania
10	Serbia

Τις 10 περισσότερο αποτελεσματικές κυβερνήσεις και τις 10 που βρίσκονται στον αντίποδα, παρουσιάζει έκθεση του Παγκόσμιου Οικονομικού Φόρουμ.

Η έκθεση για την παγκόσμια ανταγωνιστικότητα αξιολόγησε την αποτελεσματικότητα των 144 κυβερνήσεων του κόσμου, όσον αφορά την σπατάλη των δημόσιων δαπανών, το βάρος των νομοθετικών ρυθμίσεων και τη διαφάνεια της χάραξης πολιτικής.

Το Κατάρ, όπως αποκαλύπτει και ο πίνακας, αναδεικνύεται ως η χώρα με την πιο αποτελεσματική κυβέρνηση, ενώ ακολουθεί η Σιγκαπούρη. Ισχυρή είναι και η παρουσία της Ρουάντα στην έβδομη θέση, την οποία εξασφάλισε σε μεγάλο βαθμό χάρη στο χαμηλό επίπεδο των κρατικών δαπανών.

Στο άλλο άκρο της κλίμακας, βρίσκεται η Βενεζουέλα, που έχει τη λιγότερο αποτελεσματική κυβέρνηση, ενώ ακολουθεί η Ιταλία και η Αργεντινή στη δεύτερη και τρίτη θέση, αντίστοιχα.

ΟΗΕ: ΕΛΠΙΔΟΦΟΡΟ ΜΗΝΥΜΑ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΙΚΗ ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΦΤΩΧΕΙΑΣ

Ελπιδοφόρο μήνυμα έστειλε μέσω ανακοίνωσής του ο Οργανισμός Τροφίμων και Γεωργίας του ΟΗΕ (FAO) τονίζοντας πως το ενδεχόμενο να εξαλειφθεί η φτώχεια παγκοσμίως μέχρι το 2030 είναι εφικτό, αρκεί να πραγματοποιούνται ετησίως επενδύσεις ύψους 267 δισεκατομμυρίων δολαρίων, για τα επόμενα 15 χρόνια.



«Το μήνυμα της έκθεσης είναι σαφές: αν διατηρήσουμε το στάτους κβο, θα έχουμε ακόμη το 2030 περισσότερα από 650 εκατομμύρια ανθρώπους που θα υποφέρουν από την πείνα», δήλωσε ο Ζοζέ Γκρατσιάνο ντα Σίλβα, γενικός διευθυντής του FAO, παρουσιάζοντας στη Ρώμη την έκθεση αυτή που πραγματοποιήθηκε μαζί με το Παγκόσμιο Πρόγραμμα Τροφίμων (PAM) και το Διεθνές Ταμείο για την Αγροτική Ανάπτυξη (FIDA).

«Η έκθεσή εκτιμά πως η εξάλειψη της χρόνιας πείνας θα απαιτήσει μία συνολική επένδυση ύψους περίπου 267 δισεκατομμυρίων δολαρίων ετησίως στη διάρκεια των επόμενων 15 χρόνων, δηλαδή 160 δολάρια ετησίως για κάθε άνθρωπο που ζει στη φτώχεια. Δεδομένου ότι αυτό ισοδυναμεί λίγο-πολύ με το 0,3% του παγκόσμιου ΑΕΠ, σκέπτομαι προσωπικά πως το τίμημα που πρέπει να καταβληθεί γα την εξάλειψη της φτώχειας είναι σχετικά χαμηλό», πρόσθεσε ο διευθυντής του FAO.

Η έκθεση συντάχθηκε από τις τρεις υπηρεσίες του ΟΗΕ που ειδικεύονται στη μάχη κατά της πείνας και στην αγροτική ανάπτυξη πριν από την τρίτη διεθνή διάσκεψη για τη χρηματοδότηση της ανάπτυξης που θα διεξαχθεί από τις 13 έως τις 16 Ιουλίου 2015 στην Αντίς Αμπέμπα της Αιθιοπίας.

Προτείνει την πραγματοποίηση επενδύσεων που θα συνοδεύονται από μέτρα κοινωνικής προστασίας, τόσο σε αγροτικό όσο και σε αστικό περιβάλλον.

Συγκεκριμένα, τα μέτρα κοινωνικής προστασίας θα είχαν κόστος 116 δισεκατομμυρίων δολαρίων ετησίως στα οποία θα προστίθεντο 151 δισεκατομμύρια δολάρια ετησίως για επενδύσεις υπέρ των φτωχών (105 δισεκατομμύρια δολάρια για την αγροτική ανάπτυξη και τη γεωργία και 46 δισεκατομμύρια δολάρια για τις αστικές περιοχές), σύμφωνα με την έκθεση.

Το μεγαλύτερο μέρος των επενδύσεων θα πρέπει κανονικά να προέλθει από τον ιδιωτικό τομέα, όμως αυτές θα πρέπει να συμπληρωθούν από επιπλέον επενδύσεις του δημόσιου τομέα στις αγροτικές υποδομές, στις μεταφορές, στην υγεία και στην εκπαίδευση, εκτιμούν οι τρεις υπηρεσίες του ΟΗΕ.

Στις αγροτικές περιοχές, οι δημόσιες επενδύσεις μπορεί να έχουν στόχο την άρδευση σε μικρή κλίμακα και άλλες υποδομές που θα είναι επωφελείς για τους γεωργούς μικρών εκμεταλλεύσεων. Μπορεί επίσης να περιλαμβάνουν μέτρα όπως ο μετασχηματισμός των τροφίμων ώστε να περιοριστούν τα απορρίμματα και οι απώλειες μετά τη συγκομιδή.

ERG_5-5_inn_4 7/21/15 11:33 AM Page 1

ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΤΟ ΠΙΟ ΓΟΗΤΕΥΤΙΚΟ ΔΩΡΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ

• Οι συνηθέστεροι κίνδυνοι των διακοπών • Πρακτικοί τρόποι αντιμετώπισης

Η κατάθλιψη έχει την τάση να "ταξιδεύει μαζί με τον πάσχοντα". Μυστικά για να μην την πάρετε μαζί σας στις διακοπές.

Οι διακοπές μπορεί να επιτείνουν την κατάθλιψη είναι το συμπέρασμα στο οποίο κατέληξε ο επικεφαλής γερμανικού ιδρύματος που βοηθάει τους πάσχοντες από κατάθλιψη,καθηγητής Ούλριχ Χέγκερλ.

Ο ίδιος εξηγεί ότι η κατάθλιψη έχει την τάση να «ταξιδεύει μαζί με τον πάσχοντα» και προσθέτει ότι «η εμπειρία γίνεται ακόμη πιο επώδυνη όταν κάποιος είναι μακριά από το σπίτι του.»

Όπως λέει ο ίδιος, οι πάσχοντες από κατάθλιψη συχνά αισθάνονται κατάκοποι στη διάρκεια της ημέρας και θέλουν να κοιμούνται πολύ ελπίζοντας ότι θα ξυπνήσουν το άλλο πρωί με καλύτερη διάθεση.

Η αλήθεια όμως είναι, σύμφωνα με τον Χέγκερλ, ότι ο ύπνος και οι διακοπές συχνά επιδεινώνουν την κατάσταση. Εκτός από την διάθεση για ύπνο, συχνά συμπτώματα κατάθλιψης είναι η απόγνωση και η αδυναμία να λειτουργήσει κάποιος στην καθημερινή του ζωή.

Επιπλέον υπάρχουν και σωματικά συμπτώματα, όπως για παράδειγμα έντονοι πονοκέφαλοι και πόνοι στην πλάτη.

Οι υπερβολικές ώρες εργασίας σπανίως αποτελούν αιτία κατάθλιψης. Αντίθετα ως πιθανές αιτίες είναι οι σημαντικές αλλαγές στη ζωή ενός ανθρώπου, όπως μία απώλεια, ακόμη και φαινομενικά θετικά γεγονότα όπως οι διακοπές ή η επιτυχία σε εξετάσεις. «Κάποιες φορές δεν υπάρχει σαφής αιτία,» σχολιάζει ο Χέγκερλ.

Όπως και να "χει κάθε περίπτωση θεωρείται ξεχωριστή και η επίσκεψη σ" έναν ειδικό είναι απαραίτητη.

6+ 1 συμβουλές αντιμετώπισης

Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι το άγχος και η κατάθλιψη τρέφουν το ένα το άλλο και συχνά συνυπάρχουν στον άνθρωπο. Στις διακοπές, ερήμην του θορύβου και της αναπουμπούλας της δουλειάς, τα συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης ηχούν σαν δυνατές καμπάνες στα αυτιά. Σε αρκετές περιπτώσεις, δεν μπορεί κανείς να χαλαρώσει ούτε στο σπίτι του ούτε στην παραλία. Γίνεται ευερέθιστος χωρίς ουσιαστικό λόγο. Έχει απεριόριστο χρόνο να σπαταλήσει και παραλύει από το εύρος των επιλογών που έχει. Γίνεται αναβλητικός και το σπίτι είναι πιο ακατάστατο από ό,τι τότε που δούλευε με υπερωρίες. Ο δυνατός ήλιος έξω από το σπίτι αναδεικνύει μια σκοτεινιά μέσα στην καρδιά, που φαίνεται βαθιά σαν άβυσσος. Οι διακοπές εισάγουν το στοιχείο της αλλαγής. Η αλλαγή, ακόμη και η θετική, εισάγει το άγχος για το άγνωστο. Στο άγνωστο απειλείται η ασφάλειά μας. Άρα, οι διακοπές μπορούν να βιωθούν ως απειλητικές. Τι παράδοξα συναισθήματα που μπορεί κανείς να νιώσει!

Η ψυχολόγος Άννα Β. Ζαχαροπούλου, προτείνει πρακτικές συμβουλές και εξηγήσεις, ως εργαλεία στην όλη προσπάθεια για θεραπεία:

1. Μειώστε τις προσδοκίες σας.

Είναι στις κινηματογραφικές ταινίες και στα παραμύθια που συμβαίνουν απίθανα πράγματα στους πρωταγωνιστές κατά τη διάρκεια των διακοπών. Περιπέτειες, μεγάλες ανακαλύψεις, μεγάλοι έρωτες, ασύλληπτες συγκινήσεις. Όμως εσείς ζείτε σε μια άλλη διάσταση. Σε αυτή την άλλη διάσταση είναι φυσιολογικό που δεν συναντήσατε τον έρωτα της ζωής σας μέσα στις διακοπές. Είναι ανθρώπινο που το βάρος του σώματός σας δεν πήγε από τα 90 κιλά στα 45 όπως επιθυμούσατε για το καλοκαίρι.





Είναι ρεαλιστικό που δεν σας ανακάλυψε κάποιος κυνηγός ταλέντων να κυκλοφορείτε με τις σαγιονάρες στην παραλία και που δεν σας είπε «Έλα, θα γίνεις διάσημος και πλούσιος. Από Σεπτέμβρη πιάνεις δουλειά». Περιμένοντας εξαιρετικά πράγματα να μας συμβούν, δυσκολευόμαστε ν' αντλήσουμε χαρά από άλλα σιωπηλά και πιο μεγαλειώδη θαύματα που βρίσκονται στη ζωή μας, όπως το ότι αναπνέουμε, έχουμε την υγεία μας, ζούμε σε μια σχετικά πολιτισμένη χώρα, δεν ζήσαμε πόλεμο, σεισμό, θανάτους.

2. Αλλάξτε τη χημεία του εγκεφάλου σας.

Κάνοντας θετικές σκέψεις για δύο εβδομάδες, και άρα μην αφήνοντας χώρο για «τοξικές» σκέψεις, δίνετε στον εγκέφαλό σας το απαραίτητο διάστημα που χρειάζεται για να εκλύσει τους νευροδιαβιβαστές που ευθύνονται για τα αισθήματα χαράς και ηρεμίας και για να συνάψει «θετικές» συνδέσεις. Μετά από δύο εβδομάδες προσπάθειας αρχίζετε και νιώθετε ευχάριστες αλλαγές στη διάθεσή σας και περισσότερα κίνητρα. Μην παραιτηθείτε επειδή μόνο για δύο μέρες μπορέσατε να πιεστείτε να σκέφτεστε θετικά. Είναι μεγάλη παγίδα να επιδιώκουμε γρήγορα και μαγικά αποτελέσματα εδώ και τώρα, τη στιγμή που έχουμε να πληρώσουμε τα σπασμένα πολλών μηνών ή ακόμη και χρόνων. Και πριν πάρετε αντικαταθλιπτικά χάπια, μάθετε και τούτο: χρειάζονται κι αυτά δύο εβδομάδες για να δράσουν!

3. Υιοθετήστε μια ρουτίνα διακοπών.

Ένα καθημερινό πρόγραμμα με σταθερή δομή μοιάζει με μια ασφαλή και προστατευτική αγκαλιά. Σε καιρό ψυχολογικής πίεσης, η δομή αυτή, με μετρημένες και συγκεκριμένες δραστηριότητες, δεν αφήνει τον άνθρωπο έρμαιο του απρόβλεπτου ή της σύγχυσης που προκύπτει όταν έχει κανείς πολλές επιλογές. Το δομημένο πρόγραμμα μπορεί να αφορά οικιακές εργασίες, περιποίηση κήπου, κάποιο χόμπυ. Όσο πιο ομαδική η δραστηριότητα τόσο καλύτερα. Όσο πιο δεσμευτική η δραστηριότητα, επίσης τόσο καλύτερα. Μπορείτε να εντάξετε στο πρόγραμμά σας ομαδικές δραστηριότητες που θα επαναλαμβάνονται όσο το δυνατό πιο συχνά, σε σταθερές ώρες. Εκδρομές για μπάνιο με πούλμαν, κατασκηνώσεις, αθλήματα, εθελοντισμός, εκπαίδευση σε ένα νέο γνωστικό αντικείμενο, θα γεμίσουν δημιουργικά το χρόνο των διακοπών. Με την εγγραφή και τη δέσμευση σε αυτές τις ρουτίνες, ιδιαίτερα σε όσες είναι επί πληρωμή, έχετε λιγότερες πιθανότητες να εγκαταλείψετε.

4. Εκπαιδευτείτε σε στρατηγικές διαχείρισης χρόνου (Time management)

Η αναβλητικότητα, ο υπερβολικός ύπνος και η διασπαστική συμπεριφορά, συμπτώματα του άγχους και της κατάθλιψης, κάνουν τις εκκρεμότητες να συσσωρεύονται. Η αναποτελεσματική διευθέτηση των εκκρεμοτήτων ρίχνει το ηθικό του ανθρώπου ακόμη πιο χαμηλά. Και ενώ η διαρκής απασχόληση του νου και του σώματος με δραστηριότητες κατευνάζουν τα συμπτώματα του άγχους και της κατάθλιψης, αντιμετωπίζει κανείς τη δυσκολία να διαχειριστεί χρονικά ένα τέτοιο πρόγραμμα. Αναζητήστε λοιπόν κάτι περισσότερο από το να φτιάχνετε λίστες με πράγματα που έχετε να κάνετε. Κάτι περισσότερο από το να φτιάχνετε κουτάκια για το κάθε μισάωρο της ημέρας και μετά να αυτοοικτίρεστε που δεν καταφέρατε να κάνετε ό,τι γράφουν τα κουτάκια. Κατά κανόνα και η ανάγνωση συμβουλών για τη διαχείριση χρόνου δεν είναι τόσο αποτελεσματική όσο η ζωντανή σχέση με έναν θεραπευτή-σύμβουλο, ο οποίος θα εισάγει και θα εποπτεύει τις αλλαγές στο πρόγραμμα σας βάσει της δικής σας ετοιμότητας και των δικών σας αναγκών.

5. Κλείστε την τηλεόραση ή – καλύτερα- πετάξτε την.

Τι; Σας κόστισε 1205,99€; Αλλά σας κόστισε επίσης μερικά χρόνια από τη ζωή σας. Εσείς επιλέξτε τι είναι πιο πολύτιμο. Η τηλεόραση ενισχύει την απραξία σας. Σας αναγκάζει να συγκρίνετε τη ζωή σας με τις εικονικές ζωές άλλων και να νιώθετε μειονεκτικά. Σας κάνει θεατές της ζωης των άλλων. Αντ' αυτού, ας γίνετε εσείς οι ήρωες της δικής σας ζωής. Ξεκινήστε πετώντας στην ανακύκλωση τον αποκωδικοποιητή σας. Αυτή και μόνο η κίνηση θα σας ανεβάσει σε μια ελίτ πιο ελεύθερων ανθρώπων, στο 0,1% αυτών που δεν παρακολουθούν προκαθορισμένα τηλεοπτικά κανάλια.

6. Συναντήστε ανθρώπους.

Αναζητήστε τους σημαντικούς ανθρώπους της ζωής σας. Μιλήστε ουσιαστικά, για πράγματα που ίσως να μην έχετε την ευκαιρία να μιλήσετε ξανά. Ρωτήστε για το γενεαλογικό σας δέντρο, μοιραστείτε τα μυστικά σας, ακούστε, ξεσπάστε, συγχωρήστε, αγκαλιαστείτε. Συναντήστε ανθρώπους της κοινότητά σας για να τους προσφέρετε εθελοντική βοήθεια. Μπαίνοντας στη διαδικασία να στηρίξετε άλλους ανθρώπους, ανακαλύπτετε ότι κρύβετε μέσα σας δυνάμεις που δεν γνωρίζατε, ούτε φανταζόσαστε.

7. Ζητήστε ψυχολογική υποστήριξη.

Είναι μια πλάνη να πιστεύει κανείς ότι θα λύσει μόνος του τα προβλήματα άγχους ή κατάθλιψης. Στην ιδανικότερη περίπτωση, θα τα κρατά σε μια ύφεση, να σιγοβράζουν και να διαιωνίζονται. Αξίζει κανείς, με τη βοήθεια Ψυχολόγου να επεξεργαστεί τη γενεσιουργό αιτία των καταθλιπτικών και αγχωτικών συμπτωμάτων και να κάνει ριζικές τομές στην ψυχολογία του και στις σχέσεις του. Κατά τη διάρκεια των διακοπών, στο σπίτι ή στα ταξίδια σας, μπορείτε να αξιοποιήσετε υπηρεσίες Online συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης, μηδενίζοντας έτσι τις αποστάσεις και το χρόνο μετακίνησης και διατηρώντας μια τακτική λήψη βοήθειας.

ERG_6-6_inn_4 7/21/15 11:33 AM Page 1

Στον αστερισμό της χαμένης γενιάς του Ευρωπαϊκού Νότου

• Οι διευρυνόμενες ανισότητες Βορά-Νότου δυναμιτίζουν το Ευρωπαικό αύριο



Γράφει και επιμελείται
Ξενής Χ. Ξενοφώντος

Την τελευταία πενταετία οι λαοί του Ευρωπαϊκού νότου χτυπήθηκαν αλύπητα από την οικονομική κρίση, από την οποία δύσκολα θα βγούν αφού από τα Μνημόνια προσαρμογής λείπουν τα χαραχτηριστικά της ανάπτυξης.

Η μακροχρόνια ανεργία που πλήττει τις χώρες αυτές δημιουργεί μια γενιά χωρίς ευοίωνο αύριο. Μετά τη λεγόμενη «Γενιά Χ» -που αποθέωσε τον υπερκαταναλωτισμό και τη νέα στάση ζωής γνωστή ως life style, οι νέοι του σήμερα, μεταξύ 20 και 30 ετών, βιώνουν την πορεία προς το πουθενά, καθώς οι ευκαιρίες αξιοπρεπούς εργοδότησης είναι ελάχιστε έως ανύπαρκτές. Μπορεί οι γονείς τους να εργάστηκαν σκληρά, για να τους εξασφαλίσουν την υλική ευημερία και την αίσθηση της ασφάλειας, υποφέροντας ταυτόχρονα από σωρεία ψυχοσωματικών προβλημάτων, ωστόσο η σημερινή μεσογειακή γενιά αν και απίστευτα εκπαιδευμένη κι εξοικειωμένη με τις νέες τεχνολογίες βλέπει το μέλλον ζοφερό. Βασική αιτία αυτής της απόγνωσης είναι η μακροχρόνια ανεργία, η οποία στην Ελλάδα και την Ισπανία ξεπερνά το 60%, ενώ στην Ιταλία και την Πορτογαλία αγγίζει το 50%, ανάμεσα στους νέους μεταξύ 18 ως 24 ετών.

Η έλλειψη προοπτικών απασχόλησης, καθώς και το δυσβάσταχτο δημόσιο χρέος, που μεταφέρεται στους ώμους των επόμενων γενιών, αποτελούν ιδανικές συνθήκες επώασης μιας χαμένης γενιάς στη μεσογειακή Ευρώπη. Αυτές οι γενιές, απελπισμένες από τις δυσκολίες εξεύρεσης εργασίας και την αδυναμία να "απογαλακτιστούν"από τους γονείς τους, άρχισαν να πιστεύουν στο δεν πιστεύω σε τίποτα δεν ελπίζω σε τίποτα, με όλα τα αρνητικά επακόλουθα με πρώτο την μη ενεργό συμμετοχή τους στο καθημερινό κοινωνικό γίγνεσθαι.

Μέσα στις στάχτες των καταστροφικών πολιτικών της στυγνής λιτότητας στον ευρωπαϊκό νότο δεν υπάρχει πλέον ανοικτός ορίζοντας, δεν διαφαίνεται ελπιδοφόρον μέλλον. Πως αντιδρά ή θα αντιδράσει όμως αυτή η χαμένη γενιά; Ένα τμήμα των νέων του ευρωπαϊκού νότου είναι ήδη νεομετανάστες στον ευρωπαϊκό βορρά, κυρίως στη Γερμανία, στη Βρετανία και στις Σκανδιναβικές χώρες, ή σκέφτονται να μεταναστεύσουν τα επόμενα χρόνια. Όσοι παραμένουν στις χώρες τους είτε αποσύρονται στο μικρόκοσμό τους, στη δική τους "εσωτερική έρημο", είτε συναθροίζονται συλλογικά για να εκφράσουν την οργή τους απέναντι σε μια κοινωνία στατική και μια οικονομία συντετριμμένη.

Η γενιά της Ελλάδας και της Κύπρου

Μέσα σαυτό το θολό τοπίο, ξεχωρίζει η νέα γενιά της Ελλάδας. Έξι στους δέκα νέους δεν έχουν εργασία, ενώ οι προοπτικές απασχόλησης τους θεωρούνται μικρές. Ακόμη κι αν κάποιος νέος στην Ελλάδα βρει εργασία, συνήθως θα πληρωθεί με 400 ευρώ μηνιαίως. Παρόμοιο σκηνικό διαμορφώνεται τους τελευταίους μήνες και στην Κύπρο, όπου οι νέοι με φιλοδοξίες μεταναστεύουν σάλλες πολιτείες, ενώ οι υπόλοιποι συνωστίζονται στις καφετέριες μέχρι τα χαράματα ξοδεύοντας αμέριμνα το χαρτζιλίκι του πατέρα ή του παππού. Ο σύγχρονος δάσκαλος του γένους Σαράντος Καργάκος μιλώντας πρίν δύο χρόνια στη Λευκωσία, τόνισε χαραχτηριστικά πως πρέπει ως κοινωνία να τρέμουμε όταν βλέπουμε τις καφετέριες να ξεφυτρώνουν σαν μανιτάρια σε κάθε γειτονιά, όπως καλή ώρα οι τράπεζες πρίν από μερικά χρόνια.

Το μέλλον της Ευρώπης παίζεται στον ευρωπαϊκό νότο

• Δύσκολα θα φανεί φώς για τους νέους της Κύπρου, της Ελλάδας, της Ισπανίας, της Πορτογαλλίας και της Ιταλίας οι οποιοι βιώνουν τις επιπτώσεις της ανεργίας και της αδυναμίας εξασφάλισης αξιόλογης επαγγελματικής αποκατάστασης

Έχοντας αυτά κατάνουν, θεωρούμεν ότι το μέλλον της γερασμένης πληθυσμιακά Ευρώπης δεν παίζεται στη Γερμανία, όπως λανθασμένα κάποιοι. Το ευρωπαικό αύριο διακυβευεται στις κοινωνικοοικονομικές εξελίξεις στον ευρωπαϊκό νότο. Μέλλον και για την Ενωμένη Ευρώπη θα υπάρξει όταν θα αποκτήσουν οι σημερινές "χαμένες" γενιές των νέων της νότιας Ευρώπης ξανά την ελπίδα και εμπιστοσύνη τους στους θεσμούς τόσος σε εθνικό, όσο και σε ευρωπαικό επίπεδο. Αν παρελπίδα, οι σημερινοί νέοι εξακολουθούν να βιώνουν τη μαζική απόρριψη τότε το ευρωπαϊκό πείραμα θα εκτροχιαστεί με καταστροφικές συνέπειες για όλους.

Βορράς και Νότος

Παιδιά που γεννήθηκαν στην Ελλάδα, την Ιταλία και τη Γερμανία στο απόγειο της χρηματοπιστωτικής κρίσης εμφανίζουν εντελώς διαφορετικές προοπτικές για το μέλλον τους αν και ζουν σε χώρες που μετέχουν στην ίδια νομισματική ένωση. Έρευνα του πρακτορείου Bloomberg επισείει τους κινδύνους που εγκυμονεί η σημερινή κατάσταση στον ευρωπαικό νότο τονίζοντας πως πάνω από το 60% των ανηλίκων έως και 17 ετών στην Ελλάδα αντιμετωπίζει τον κίνδυνο της φτώχειας, σε αντιδιαστολή με το παιδί στη Γερμανία που από την ηλικία των τριών ετών, μεγαλώνει σε μια οικονομία που έχει ήδη ανακτήσει τις δυνάμεις της και βρίσκεται σε καλύτερη κατάσταση, από τότε που γεννηθηκε, μόλις λίγα χρόνια, πριν. Η Ιταλίδα θα πρέπει να περιμένει μέχρι να διανύσει το 17ο έτος της ηλικίας της για να βιώσει ανάλογες συνθήκες στη χώρα της. Ο Έλληνας θα ενηλικιωθεί, δηλαδή θα περάσει το 18ο έτος της ηλικίας του, χωρίς να υπάρχει καμία ουσιαστική ευκαιρία για ένα καλύτερο μέλλον στη χώρα του.

Τα παιδιά που γεννήθηκαν εν μέσω της χρηματοπιστωτικής κρίσης το 2007-08 αντικρίζουν φως στη σήραγγα σε διαφορετικό χρονικό ορίζοντα, καθώς τα δεδομένα των ευρωπαϊκών οικονομιών είναι από λίγο έως εκ διαμέτρου διαφορετικά παρά το γεγονός ότι μοιράζονται το ευρώ.

Οι οικονομίες της Ελλάδας, της Ιταλίας και όχι μόνον, θα χρειαστούν πάνω από μια 15ετία για να επανέλθουν στα προ κρίσης επίπεδα μς αρνητικότατο αντίκτυπο στη νέα γενιά. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η Ισπανία, ένα από τα μεγαλύτερα θύματα της χρηματοπιστωτικής κρίσης στην Ευρώπη και της συνακόλουθης κρίσης χρέους στην Ευρωζώνη. Επειτα από πολυμέτωπη και πολυετή ύφεση στην οικονομία σε συνδυασμό με τη βίαιη αναδιάρθρωση του τραπεζικού κλάδου, οδηγώντας σε επίδοση επισφαλών δανείων, η Ισπανία είναι σήμερα μία από τις οικονομίες του ευρωπαϊκού Νότου με θετικές επιδόσεις και πολλά υποσχόμενες προοπτικές ανάπτυξης. Παρ' όλα αυτά, η ανεργία παραμένει σε υψηλά επίπεδα, ιδιαίτερα μεταξύ των νέων. Οι οικονομίες των κρατών - μελών ανέκαμψαν με διαφορετικές ταχύτητες. Όπως αναφέρεται από το πρακτορείο Bloomberg, η γερμανική οικονομία επανήλθε στα προ κρίσης επίπεδα μέσα σε μία μόνο τριετία. Αντίθετα, το ΑΕΠ της Ελλάδας είναι κατά 25,8% χαμηλότερο σε σχέση με τα προ κρίσης επίπεδα. Οπότε, μια Ιταλίδα ή ένας Ελληνας μπορεί να εξετάσουν το ενδεχόμενο εύρεσης μιας θέσης εργασίας στη Γερμανία ακόμη και το 2020, διότι η ανεργία στις χώρες τους θα παραμένει διπλάσια σε σχέση με το ισχυρότερο κράτος-μέλος της Ευρωζώνης. Μόνον και μόνον αυτή η εκτίμηση αντικατοπτρίζει το βαθύ πλήγμα των δύο αλλεπάλληλων κρίσεων στην Ευρωζώνη.

Παραδόξως, όπως σημειώνει το πρακτορείο Bloomberg, μια δεκαετία πριν η Γερμανία παρουσίαζε υψηλότερη ανεργία συγκριτικά με την Ελλάδα. Πράγματι, το ποσοστό ανεργίας στη Γερμανία κυμαινόταν στο 11,2% το 2005 και υποχώρησε στο 5% στα τέλη του 2014. Στην Ελλάδα, αντίστοιχα, η ανεργία περιοριζόταν στο 10% για να εκτοξευθεί στο 26,5%.

Σε Ιρλανδία, Ισπανία και Ελλάδα σημειώθηκαν τα υψηλότερα ποσοστά νέων που είτε παρέμειναν, είτε επέστρεψαν για να μείνουν με τους γονείς τους λόγω οικονομικών δυσχερειών, καθώς συχνά «δεν υπήρχε άλλη επιλογή από την οικογενειακή αλληλεγγύη».

Επίσης, στην Ελλάδα, την Ισπανία, τη Γαλλία και την Ιταλία τα ποσοστά μετάβασης από τη μερική απασχόληση σε μόνιμες θέσεις εργασίας ήταν από τα χαμηλότερα στην Ε.Ε. κατά την περίοδο της κρίσης ενώ σε Ελλάδα και Πορτογαλία το 25% των απασχολούμενων που εργάζονταν με καθεστώς μερικής απασχόλησης βρέθηκαν άνεργοι ή ανενεργοί τον επόμενο χρόνο.

Όπως τονίζεται επίσης στην έκθεση, σε Ιταλία, Ισπανία και Ελλάδα παρατηρούνται τα υψηλότερα ποσοστά πολιτών που δεν καταφέρνουν να διατηρούν τη σωστή αναλογία μεταξύ της εργασίας και μιας ισορροπημένης ζωής.



ERG_7-7_inn_4 7/21/15 11:34 AM Page 1

41 χρονια από το μαύρο Ιούλη του 1974

ΠΡΟΔΟΣΙΑ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΔΕΙΓΜΑΤΑ ΗΡΩΪΣΜΟΥ

20η Ιουλίου 1974. Μόλις ανέτειλε ο ήλιος ήχησαν οι σειρήνες του πολέμου και ένα βαθύ σκοτάδι έμμελε να σκεπάσει σε λίγο τον Κυπριακό ουρανό. Ο εφιάλτης που αιωρείτο από το 1963 σαν δαμόκλεια απάθη πάνω από τα κεφάλια των Κυπρίων έκανε την εμφάνιση του στη θάλασσα της Κερύνειας. Η τουρκική εισβολή με το κωδικό όνομα «Αττίλας» είχε μόλις ξεκινήσει και οι αποβατικές και αεροπορικές επιχειρήσεις ήταν μόνο η αρχή ενός αιματηρού ταξιδιού.

Περίπου σαράντα χιλιάδες Τούρκοι στρατιώτες, υπό τη διοίκηση του αντιστράτηγου Νουρετίν Ερσίν και την υποστήριξη της Τουρκικής Αεροπορίας και του ναυτικού εισέβαλαν παράνομα και κατά παράβαση του καταστατικού χάρτη του Συμβουλίου Ασφαλείας των Ηνωμένων Εθνών στις βόρειες ακτές της Κυπριακής Δημοκρατίας, σκορπώντας το θάνατο και τον πανικό.

Τα «σμήνη» των τουρκικών μαχητικών αεροσκαφών είχαν πλημμυρίσει τους Κυπριακούς αιθέρες. Οι επιδρομές των Τούρκων στρατιωτών είχαν βάψει με αίμα τους δρόμους της Κερύνειας και της Λευκωσίας, ενώ οι εισβολείς δολοφονούσαν εν ψυχρώ δεκάδες ανθρώπους, βίαζαν και ατίμωναν. Η Ελληνική πλευρά, Ελλαδική και Κυπριακή, παρακολουθούσε αμήχανα το μακελειό στη μεγαλόνησο. Στην Κύπρο, η πραξικοπηματική κυβέρνηση Νίκου Σαμψών που κατέλυσε τη δημοκρατία λίγες μέρες νωρίτερα, την αποφράδα μέρα της 15ης Ιουλίου, περίμενε οδηγίες από τα αόρατα αφεντικά, ενώ στην Αθήνα επικρατούσε κατάσταση χαούς. Οι στρατιωτικοί της χούντας διχάσθηκαν. Οι μεν επεδίωκαν να εμπλακούν σε πόλεμο με την Τουρκία, οι δε έθεσαν ως πρώτιστη προτεραιότητα τους την πτώση του δικτατορικού καθεστώτος και την άμεση επάνοδο στη Δημοκρατία για να χειρισθεί τις σκληρές προκλήσεις. Στο μεταξύ, στη Λευκωσία ο Νίκος Σαμψών, υπό το ασήκωτο βάρος της εισβολής αλλά και του εσωτερικού εμφυλίου σπαραγμού, παρέδωσε την διακυβέρνηση στον πρόεδρο της βουλής Γλαύκο Κληρίδη. Η Δημοκρατία αποκαταστάθηκε. Η συνταγματική νομιμότητα επικράτησε. Ο προεδρεύων της Δημοκρατίας Γαύκος Κληρίδης άνοιξε δίαυλο συνεννόησης με τον αυτεξόριστο πρόεδρο Αρχιεπίσκοπο Μακάριο και με τις πολιτικές δυνάμεις στην Κύπρο ενώ επικοινώνησε με τις πολιτικές προσωπικότητες στην Ελλάδα που πάλευαν για την αποκατάσταση της δημοκρατίας που μπήκε στον γύψο την 21η Απριλίου 1967 από τη Χούντα των συνταγματαρχών. Στις 23 Ιουλίου φθάνει στην Αθήνα εν μέσω επευφημιών ο αυτοεξόριστος από το 1965 Κωνσταντίνος Καραμανλής, με το προσωπικό αεροπλάνο του Γάλλου προέδρου, Β.Ζ.Ντεστέν, αναλαμβάνοντας την πρωθυπουργία ύστερα από συναίνεση των πολιτικών προσωπικοτήτων, όπως ο Ανδρέας Παπανδρέου και ο Γεώργιος Μαύρος που έπαιξαν πρωταγωνιστικό ρόλο στην πολιτική ζωή στα πρώτα χρόνια της μεταπολίτευσης.

Τα πρώτα δείγματα της προδοσίας

Στην περιοχή που οι τούρκοι έκαναν την απόβαση υπήρχαν δύο κυπριακά τάγματα πεζικού. Κανένα από τα δύο δεν κινητοποιήθηκε για να αντισταθεί στην απόβαση των Τούρκων. Το 281 Τάγμα Πεζικού είχε σταλεί να κυνηγήσει τον Μακάριο που είχε διαφύγει από την επίθεση των πραξικοπηματιών στο Προεδρικό Μέγαρο και το άλλο είχε λάβει οδηγίες να μην κάνει απολύτως τίποτα.

Παρά το ότι υπήρχε πλήρης αποδιοργάνωση, το 251 Τάγμα Πεζικού υπό τον αντισυνταγματάρχη Π. Κουρουπή που ακόμα είναι αγνοούμενος άρχισε να χτυπάει τα τουρκικά στρατεύματα με ότι οπλισμό διέθετε. Την ίδια ώρα χωρίς εντολές από το γενικό Επιτελείο από τα υψώματα του



Πενταδακτύλου άρχισαν και οι βολές πυροβολικού με προσωπική πρωτοβουλία του τότε υπολοχαγού Αντωνακόπουλου (αργότερα Αρχηγός ΓΕΣ και ΓΕΕΘΑ).

Άνετη... απόβαση με γεύση προδοσίας

Παρά την ελάχιστη Ελληνική αντίσταση, οι Τούρκοι καθυστέρησαν για ώρες να δημιουργήσουν προγεφύρωμα και να προχωρήσουν στη κατάληψη της Κερύνειας που βρισκό-

• Τα τραγικά γεγονότα, η προδοσία αλλά και η αυτοθυσία των παλληκαριών της Κυπριακής Εθνοφρουράς και της ΕΛΔΥΚ

ταν 8 χιλιόμετρα μακριά από την ακτή Πέντεμίλι που έγινε η απόβαση. Η τουρκική αεροπορία κυριαρχούσε πάνω από τη Κύπρο χωρίς καμία ελληνική παρουσία. Ακόμα και τα δύο υποβρύχια που είχε στείλει το ελληνικό γενικό Επιτελείο Ναυτικού διατάχθηκαν, για λόγους ανεξήγητους, να αλλάξουν πορεία και αντί να χτυπήσουν τον τουρκικό στόχο επέστρεψαν στην Ελλάδα. Η Ελληνική αεροπορία η οποία είχε προμηθευτεί προσφάτως αεροσκάφη Phantoms, δεν έδωσε άδεια απογείωσης και εμπλοκής.

Ηρωικές στιγμές

Παρά την εικόνα διάλυσης στο Ελληνικό πολεμικό μέτωπο, υπήρξαν παραδείγματα πραγματικού ηρωϊσμού, πρωτοφανούς ανδρείας και θυσίας που δυστυχώς δεν ήταν ικανά να ανατρέψουν τη τραγωδία.

Οι πρώτοι νεκροί ήταν ο υποπλοίαρχος Ε. Τσομάκης και οι ναύτες και οι αξιωματικοί δυο παλιών τορπιλακάτων που βγήκαν στα ανοικτά της Κερύνειας για να αντιμετωπίσουν τον Τουρκικό αποβατικό στόλο.



Η αυταπάρνηση των ΕΛΔΥΚάριων

Η Ελληνική Δύναμη Κύπρου (ΕΛΔΥΚ) με τεράστιες απώλειες άντεξε στη πρώτη φάση της εισβολής επιφέροντας σημαντικό κόστος στις τουρκικές δυνάμεις. Ακόμα και όταν κατά τη περίοδο της εκεχειρίας οι Τούρκοι επιχείρησαν να καταλάβουν το στρατόπεδο, το Γενικό Επιτελείο ζητούσε να μην υπάρξει απάντηση και να τηρηθεί η κατάπαυση του πυρός, κάτι που δεν τήρησαν αυτοβούλως οι αξιωματικοί και οι στρατιώτες βλέποντας τις τουρκικές δυνάμεις να πλησιάζουν σε απόσταση αναπνοής. Ακολούθησε ο δεύτερος γύρος της εισβολής ο οποίος ήταν καθοριστικός. Η ΕΛΔΥΚ έδωσε άνιση μάχη και αποδεκατίστηκε αφού αφέθηκε χωρίς αεροπορική κάλυψη και κάλυψη πυροβολικού να αντιμετωπίσει μια επίθεση στην οποία οι Τούρκοι έριξαν τις καλύτερες δυνάμεις τους. Ακόμα και σε αυτή τη χαμένη μάχη της ΕΛΔΥΚ βρέθηκαν άνθρωποι όπως ο λοχαγός Σταυριανάκος που με νύχια και με δόντια πολέμησαν ακόμα και με ένα πιστόλι εναντίον αρμάτων. Στο αεροδρόμιο Λευκωσία οι καταδρομείς που έφτασαν με τα αεροσκάφη ΝΟΡΑΤΛΑΣ από τη Κρήτη βρέθηκαν πριν ακόμα προσγειωθούν στο στόχαστρο των ελληνικών δυνάμεων που νόμιζαν πως τα αεροσκάφη ήταν Τουρκικά. Την ίδια ώρα στη Πάφο, ο πλωτάρχης Ε. Χανδρινός παρά το ότι δεν είχε διαταγές κανονιοβόλησε τον τουρκικό θύλακα και στη συνέχεια παραπλάνησε την τουρκική αεροπορία η οποία αναζητώντας το αρματαγωγό Λέσβος βύθισε δύο τουρκικά αντιτορπιλικά.

Στιγμές ηρωισμού θυμούνται οι κάτοικοι της Λευκωσίας η οποία δεν έπεσε στα χέρια των Τούρκων. Ο τότε ταγματάρχης Δ. Αλευρομάγειρος με το 336 Τάγμα Πεζικού μπόρεσε να κρατήσει τις γραμμές και να καθηλώσει τους Τούρκους στα σημεία που βρισκόντουσαν και πριν την εισβολή (Πράσινη Γραμμή).

Έπος Πενταδακτύλου και... προδοσίας

Στα υψώματα του Πενταδακτύλου οι Μοίρες καταδρομών κρατούσαν τις θέσεις τους και προωθήθηκαν πολλές φορές καταλαμβάνοντας το στρατηγικής σημασίας κάστρο του Αγίου Ιλαρίωνα που δεσπόζει της Κερύνειας. Σε μια από τις μάχες ο διοικητής της 33ης Μοίρας καταδρομών Ταγματάρχης Κατσάνης άκουσε να τους φωνάζουν με το όνομα του και νόμισε ότι επρόκειτο για Έλληνες. Μόλις σηκώθηκε να δει τι συμβαίνει τον θέρισε μια ριπή και έμεινε νεκρός στα βράχια. Οι Τούρκοι γνώριζαν τα ονόματα όλων των Ελλήνων αξιωματικών και μάλιστα τα φώναζαν τυχαία σε μάχες που οι αντίπαλες δυνάμεις βρισκόντουσαν κοντά.

Η φονική απόβαση των Τουρκικών στρατευμάτων τελικά ολοκληρώθηκε σε δύο φάσεις, με τη δεύτερη «ειρηνευτική επιχείρηση» -όπως τη χαρακτήρισε η Τουρκία- να πραγματοποιείται στις 14 Αγυύστου με την δημοκρατική κυβέρνηση υπό τον Κωνσταντίνο Καραμανλή να δηλώνει ότι υπό τις δοσμένες συνθήκες η Ελλάς είναι αδύνατον να παράσχει ουσιαστική στρατιωτικη κάλυψη στην Κύπρο.

Ξ. Ξ



Περίπου 200.000 Κύπριοι εκδιώχθηκαν από τις κατοικίες τους. Μετετράπηκαν σε πρόσφυγες στην ίδια τους την πατρίδα. Περίπου 4.000 στρατιώτες και μη, έχασαν τη ζωή τους και 1.619 δηλώθηκαν αγνοούμενοι. Οι Τούρκοι κατέκτησαν το 65% της καλλιεργήσιμης έκτασης, το 70% του ορυκτού πλούτου, το 70% της βιομηχανίας, το 80% των τουριστικών εγκαταστάσεων.

ERG_8-9_inn_8 & 9 7/21/15 11:37 AM Page 1

7ημερη εκδρομή ΠΕΣΥΣ -ΣΕΚ στην πόλη των αργοναυτών (Βόλος)

Μια ονειρεμένη επταήμερη εκδρομή στην Ελλάδα με διαμονή έξι βράδια στο Βόλο διοργανώνει η ΠΕΣΥΣ – ΣΕΚ στο πλαίσιο της συνεχούς προσπάθειας που καταβάλλει για αναβάθμιση της ποιότητας ζωής των πρεσβύτερων συμπολιτών μας.

Η εκδρομή θα πραγματοποιηθεί σε τρεις ξεχωριστές περιόδους με τη συμμετοχή 300 περίπου συνταξιούχων. Η πρώτη αποστολή θα αναχωρήσει στις 7-13 Οκτωβρίου, η δεύτερη στις 13-19 Οκτωβρίου και η τρίτη στις 19 – 25 Οκτωβρίου. Οι ενδιαφερόμενοι καλούνται να υποβάλουν έγκαιρα τις αιτήσεις τους αφού θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Ρεπορτάζ: ***Δέσποινα Ησαϊα***

1η μέρα : Λάρνακα – Θεσσαλονίκη – Βόλος

Αναχώρηση για το αεροδρόμιο της Θεσσαλονίκης. Καθ 'οδό για το Βόλο οι εκδρομείς θα περάσουν από την πόλη της Κατερίνης, τον Νέο Παντελεήμονα και το κάστρο του Πλαταμώνα, τη κοιλάδα των Τεμπών με τα πλατάνια και τον ποταμό Πηνειός. Οι εκδρομείς θα διαμείνουν στο ξενοδοχείο VOLOS PALACE.

2η μέρα : Βόλος – Καρδίτσα – Τρίκαλα – Λίμνη Πλαστήρα

Αναχώρηση για την πόλη της Καρδίτσας όπου θα γνωρίσουν το περίφημο Πάρκο Παυσίλυπος, την αγορά, την πλατεία κ.α. Συνεχίζουν για τη λίμνη Πλαστήρα όπου μένουμε άφωνοι από τη φυσική ομορφιά με τα διάσπαρτα χωριά της , την θαυμαστή Μονή Κορώνας κτίσμα 12ου αιώνα μ.χ με πολλά κειμήλια και αγιογραφίες. Το φράγμα «Κακαβάκια» έργο καταπληκτικής αρχιτεκτονικής. Επίσκεψη στην πόλη των Τρικάλων πατρίδα του Θεού Ασκληπιού.

3η μέρα : Βόλος – Μακρυνίτσα – Πορταριά – Βόλος

Γεύμα στο χωριό Πορταριά όπου η εκκλησία του Αγίου Νικολάου και η μικρή εκκλησία Παναγία η Πορταρέα κοσμούν το χωριό. Συνεχίζουν για την Μακρυνίτσα το Μπαλκόνι του Πηλίου

4η μέρα : Βόλος – Σκιάθος – Βόλος

Αναχώρηση για την ολοήμερη εκδρομή κρουαζιέρα στο νησί του Παπαδιαμάντη, την Σκίαθο. Θα γνωρίσουν το σπίτι του, το Μπούρτζι, την εκκλησία των Ταξιαρχών.

5η μέρα : Βόλος – Τραινάκι Πηλίου -Γύρος Πηλίου

Αναχώρηση για τα Άνω Λεχώνια απ' όπου οι εκδρομείς θα πάρουν το τραινάκι, τον θρυλικό Μουτζούρη. Επίσκεψη στην εκκλησία των Ταξιαρχών με τις εικονογραφίες – αγιογραφίες. Συνεχίζουν για την Τσαγγαράδα μέγα κεφαλοχώρι, τον Κισσό, όπου θα επισκεφθούν την εκκλησία του Πηλίου την Αγία Μαρίνα με αγιογραφίες του Πωζωνη. Επίσκεψη στα Χάνια όπου υπάρχει χιονοδρομικό κέντρο.

6η μέρα : Βόλος – Αιδηψός – Όσιος Δαυίδ – Άγιος Ιωάννης ο Ρώσσος – Βόλος

Αναχώρηση για το λιμάνι της Γλύφας απ' όπου θα πάρουν το πλοίο για την νήσο Εύβοια. Θα περάσουν από την Αιδηψό γνωστή για τα ιαματικά λουτρά από τους Ρωμαϊκούς χρόνους. Θα συνεχίσουν για τη Μονή του Οσίου Δαυίδ όπου και ο τάφος του Γέροντα Τσαλίκη. Η συνέχεια οδηγεί στο χωριό Προκόπι όπου και ο Ναός του Αγίου Ιωάννη του Ρώσσου με το σκήνωμα του.

7η μέρα : Βόλος – Θεσσαλονίκη – Λάρνακα

Αναχώρηση για το αεροδρόμιο της Θεσσαλονίκης.

Σ' όλες τις μέρες της εκδρομής υπάρχει γεύμα και δείπνο καθώς και ελεύθερος χρόνος για να γνωρίσουν οι εκδρομείς τις περιοχές που επισκέπτονται.















ΤΙΜΕΣ

• **Για τρίκλινο δωμάτιο**	**€630.000**
• **Για δίκλινο δωμάτιο**	**€650.000**
• **Για μονόκλινο δωμάτιο**	**€800.000**

Στο κόστος περιλαμβάνεται το αεροπορικό εισιτήριο (AEGEAN AIRLINES) Λάρνακα – Θεσσαλονίκη και επιστροφή, συμπεριλαμβανομένων των φόρων, πλήρης διαμονή και διατροφή, μεταφορές με κλιματιζόμενα πούλμαν, εισιτήρια για τις εκδρομές με τα πλοιάρια, εισιτήριο για το τραινάκι του Πηλίου, είσοδος στο σπίτι του Παπαδιαμάντη και δύο συνοδούς σε κάθε περίοδο. Η διαμονή θα είναι στο ξενοδοχείο Volos Palace 4 αστέρων.

Η ασφάλεια ταξιδίου θα καλύπτει όλους τους συμμετέχοντες, μέχρι την ηλικία των 70 ετών. Για τους συμμετέχοντες άνω των 70 ετών, προτρέπονται όπως εξασφαλίσουν την Ευρωπαϊκή κάρτα νοσηλείας και να την έχουν μαζί τους.

ERG_8-9_inn_8 & 9 7/21/15 11:37 AM Page 2

ΕΞΟΧΙΚΕΣ ΚΑΤΟΙΚΙΕΣ ΣΕΚ ΣΤΟ ΠΙΣΣΟΥΡΙ

Δώστε αξία στις διακοπές σας

Ρεπορτάζ: ***Δέσποινα Ησαϊα***

Τριάντα περίπου χιλιόμετρα δυτικά της Λεμεσού, στα μέσα της διαδρομής από Λεμεσό προς Πάφο, βρίσκεται το εξοχικό συγκρότημα της ΣΕΚ κοντά στο χωριό Πισσούρι.

Όλα ανεξαίρετα τα συγκροτήματα της ΣΕΚ, πλήρως ανακαινισμένα με όλες τις απαιτούμενες ανέσεις, προσφέρουν τη δυνατότητα στα μέλη της ΣΕΚ και στις οικογένειες τους να περάσουν ποιοτικές και προπαντός φθηνές διακοπές.

Αποτελεί μια ξεχωριστή επιλογή για τις καλοκαιρινές διακοπές αφού η διαμονή στις συγκεκριμένες εξοχικές κατοικίες του Κινήματος μπορεί άνετα να συνδυαστεί και με εξορμήσεις για γνωριμία με τη γύρω περιοχή, ενώ σημείο αναφοράς αποτελεί το ομώνυμο χωριό.

Στολίδι του συγκροτήματος είναι η υπερσύγχρονη πισίνα που προσφέρει την ευκαιρία στους ενοίκους να απολαύσουν στιγμές δροσιάς και διασκέδασης ενώ για τους λάτρεις της θάλασσας η περιοχή διαθέτει μια ξεχωριστή παραλία που εκτείνεται σε ένα μαγευτικό τοπίο φυσικής ομορφιάς και ωραιότητας.

Επιπρόσθετα το εξοχικό συγκρότημα διαθέτει εστιατόριο με ποικιλία φαγητών που καλύπτει το κάθε βαλάντιο.

Οι ενδιαφερόμενοι που επιθυμούν να εξασφαλίσουν διαμονή να απευθύνονται έγκαιρα στους οργανωτικούς γραμματείς σε όλες τις επαρχίες.

ΠΙΣΣΟΥΡΙ

Το Πισσούρι μπορεί να χαρακτηρισθεί ως μια από τις πιο αξιόλογες τουριστικές περιοχές της Κύπρου, γιατί συνδυάζει βουνό και θάλασσα, και ξεχωρίζει για την πατροπαράδοτη φιλοξενία των κατοίκων του και τη ζεστή φιλική ατμόσφαιρα που συναντά ο ξένος επισκέπτης.

Η γειτνίαση του χωριού με τους αξιόλογους αρχαιολογικούς χώρους του Κουρίου και της Παλαίπαφου δίνει την ευκαιρία στους ξένους επισκέπτες για σύντομες εκδρομές στους γειτονικούς αυτούς χώρους.

Στην πλατεία του χωριού ξένοι και ντόπιοι επισκέπτες απολαμβάνουν κάθε καλοκαίρι εύγεστα κυπριακά εδέσματα μέσα σε μια χαρούμενη, διασκεδαστική ατμόσφαιρα που δημιουργούν με τα καλλιτεχνικά προγράμματα τους διάφορα χορευτικά και μουσικά συγκροτήματα.





Παλαίπαφος, ένας αρχαιολογικός χώρος και ένα μουσείο, μοναδικά στο νησί, που απο το 1980 εντάχθηκαν στον κατάλογο των Μνημείων Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO



• Το εξοχικό συγκρότημα της ΣΕΚ διαθέτει όλες τις σύγχρονες διευκολύνσεις για άνετη και ξεκούραστη διαμονή



Η εκκλησία Αποστόλου Ανδρέα που βρίσκεται στο κέντρο του χωριού

• Το Πισσούρι χαρακτηρίζεται ως μια από τις πιο αξιόλογες τουριστικές περιοχές γιατί συνδυάζει βουνό και θάλασσα





• Οι ένοικοι του συγκροτήματος μπορούν να επισκεφθούν αρχαιολογικά και θρησκευτικά μνημεία της περιοχής που βρίσκονται στον κατάλογο της Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς

ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΣΕ ΜΙΚΡΑ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙΑ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ

Άγιος Γεώργιος

Το μικρό εκκλησάκι του Αγίου Γεωργίου βρίσκεται στην τοποθεσία Καμαρούδι στο δημόσιο δρόμο προς το χωριό Αλέκτορα σε απόσταση 3 χιλιόμετρα από το Πισσούρι.

Προφήτης Ηλίας

Το εξωκλήσι του Προφήτη Ηλία βρίσκεται στην πευκόφυτη βουνοπλαγιά Άγιος Ηλίας δυτικά του Πισσουρίου και σε απόσταση 2 χιλιομέτρων από αυτό. Κτίστηκε το 1960 σε λαξευτό βράχο με δαπάνες του κ. Αγαμέμνονα Αρ. Φουτά. Το εξωκλήσι ανακαινίσθηκε το 2002.

Άγιος Αλέξανδρος

Το εκκλησάκι του Αγίου Αλεξάνδρου κτίστηκε το 1990 σε χώρο που δώρισε ο κ. Λεωνίδας Λιασίδης Κοτζιάς με δαπάνες της κ. Γαλάτειας Γ. Κυριαζή.

Στα παλιά χρόνια υπήρχε μεγάλος θάμνος από τρεμιθιές και σχοινιές όπου πήγαιναν οι πιστοί χριστιανοί και έκαναν την προσευχή τους. Στα κλαδιά των θάμνων κρέμαζαν διάφορα είδη ρουχισμού από άρρωστα παιδιά για να τα θεραπεύσει ο Άγιος.

Άγιος Μαυρίκιος

Στα ανατολικά του κάμπου των Λινίδων και στους πρόποδες του υψώματος του Αγίου Μαυρικίου, πάνω στα θεμέλια παλιάς εκκλησίας κτίσθηκε η σημερινή εκκλησία του Αγίου το 2001.

Ο Άγιος Μαυρίκιος ονομάζεται ο γιατρός των σκανθάρων. Παίρνοντας χώμα από μέσα στη εκκλησία και κάνοντάς το λάσπη το βάζεις σε μορφή αλοιφής στο μέρος του σκανθάρου.

Παναγία της Ακονόπετρας

Στο ομώνυμο ύψωμα Ακονόπετρα δυτικά του κοινοτικού αμφιθεάτρου της κοινότητας κτίστηκε το εκκλησάκι προς τιμή της Παναγίας.

ERG_10-10_inn_13 7/21/15 11:37 AM Page 1

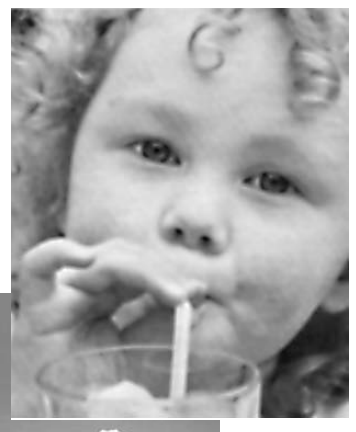
Μέτρα προφύλαξης από τον καύσωνα

Ο καύσωνας αποτελεί εποχιακό φαινόμενο που παρατηρείται κατά τους θερινούς μήνες. Το φαινόμενο αυτό γίνεται πιο έντονο στις πόλεις, λόγω της ρύπανσης του περιβάλλοντος. Οι υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας προτρέπουν το κοινό να παίρνει τα αναγκαία μέτρα προφύλαξης.

Όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος ξεπεράσει ορισμένα όρια ανεκτά από τον ανθρώπινο οργανισμό σε συνέργια με ορισμένους άλλους παράγοντες (υγρασία, άπνοια κ.λ.π.), δημιουργούνται παθολογικές καταστάσεις ποικίλου βαθμού βαρύτητας, που μπορούν να οδηγήσουν σε κωματώδη κατάσταση αλλά και στο θάνατο.

Τα αρχικά συμπτώματα μπορεί να είναι: δυνατός πονοκέφαλος, ατονία, αίσθημα καταβολής, τάση για λιποθυμία, πτώση της αρτηριακής πίεσης, ναυτία, εμετοί και ταχυπαλμία. Το σύνδρομο τησθερμοπληξίας, εκδηλώνεται με: αυξημένη θερμοκρασία του σώματος, σπασμούς, εμετούς, διάρροια, διαταραχή της πηκτικότητας του αίματος, απουσία εφίδρωσης. Μπορεί ακόμη να επέλθει έμφραγμα του μυοκαρδίου. Επακολουθεί κωματώδης κατάσταση και θάνατος.

Η θεραπεία των ατόμων που παρουσιάζουν τα παραπάνω συμπτώματα όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι υψηλή, πρέπει να γίνεται κατά προτίμηση σε νοσηλευτικά ιδρύματα, αλλά ωςπρώτες βοήθειες μέχρι τη





διακομιδή τους σε αυτά, θα πρέπει να εφαρμοστούν άμεσα μέτρα ελάττωσης της θερμοκρασίας του σώματος: πλήρης έκδυση από τα ρούχα, τοποθέτηση παγοκύστεων ή κρύων επιθεμάτων στον τράχηλο, τις μασχάλες και τη βουβωνική περιοχή, εμβάπτιση σε μπανιέρα με κρύο νερό κ.λ.π.

Τα μέτρα για την πρόληψη της εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τον καύσωνα είναι τα εξής:

1. Αποφυγή έκθεσης στο ηλιακό φως. Αναζήτηση σκιερών και δροσερών μερών. Προτίμηση στα ανοικτόχρωμα και ελαφρά ρούχα με ανοικτό λαιμό, κάλυψη κεφαλής (χρησιμοποίηση καπέλου, ομπρέλας κ. λ. π.).

2. Αποφυγή βαριάς σωματικής εργασίας, ιδιαίτερα σε μέρη που συνυπάρχουν υψηλή θερμοκρασία με υγρασία, καθώς και κάτω από τον ήλιο.

3. Ιδιαίτερη προσοχή στη διατροφή, όπως:

• Πρόσληψη άφθονων υγρών, κατά προτίμηση νερού και φυσικών χυμών.

• Αποφυγή των οινοπνευματωδών ποτών.

• Ολιγοθερμική δίαιτα, που θα περιλαμβάνει κυρίως λαχανικά και φρούτα πάσης φύσεως, με περιορισμό των λιπαρών.

4. Συχνά λουτρά με καταιωνιστήρες (ντους).

5. Τα βρέφη και τα παιδιά να ντύνονται όσο γίνεται πιο ελαφρά. Ειδικά για τα βρέφη είναι προτιμότερο τα χέρια και τα πόδια τους να είναι ελεύθερα και να μην τυλίγονται σε πάνες. Όταν κάνει ζέστη να προσφέρονται συχνά εκτός από το γάλα (μητρικό ή άλλο) και υγρά όπως νερό κ.λ.π.

6. Περισσότερη προσοχή να δοθεί στις καλούμενες ομάδες υψηλού κινδύνου του καύσωνα, που είναι:

• Όλα τα άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών

• Όλα τα άτομα που πάσχουν από χρόνια νοσήματα, όπως καρδιοπάθειες, νεφροπάθειες, πνευμονοπάθειες, ηπατοπάθειες, σακχαρώδη διαβήτη κ.λ.π.

• Όλα τα άτομα που για καθαρά ιατρικούς λόγους παίρνουν φάρμακα για τα χρόνια νοσήματά τους, όπως π.χ. τα διουρητικά, τα αντιχολινεργικά, τα ψυχοφάρμακα, τα ορμονούχα (συμπεριλαμβανομένης της ινσουλίνης και των αντιδιαβητικών δισκίων). Ιδιαίτερα κατά την περίοδο των υψηλών θερμοκρασιών περιβάλλοντος θα πρέπει να συμβουλεύονται το γιατρό τους για την ενδεχόμενη τροποποίηση της δοσολογίας.

7. Οι χώροι εργασίας πρέπει να διαθέτουν κλιματιστικά μηχανήματα ή απλούς ανεμιστήρες, κατά προτίμηση οροφής. Το ίδιο ισχύει και για τα ιδρύματα, που περιθάλπουν νεογνά, βρέφη, παιδιά, ηλικιωμένους και άτομα με ειδικές ανάγκες.

• Γελάστε, κάνει καλό στην υγεία μας. Τονώνει την σωματική και πνευματική μας ευεξία

ΑΡΧΑΙΟ ΧΙΟΥΜΟΡ [ΠΝΕΥΜΑ] ΑΘΑΝΑΤΟ



Το γέλιο είναι υγεία ψυχική και σωματική. Αιματώνονται οι πνεύμονες, μπαίνει οξυγόνο, λειτουργεί καλύτερα η καρδιά, έρχεται ευεξία, ανεβαίνει το ηθικό, επιδρά καλά στις αρρώστιες, λιγοστεύει τις ψυχοσωματικές παθήσεις.

Το πραγματικό γέλιο φέρνει χαρά, γαλήνη, ειρήνη, συμφιλίωση. Το γέλιο χαλαρώνει το άγχος . Τα παιδιά γελάνε περισσότερο επειδή έχουν λίγες έγνοιες και αναπαυμένη ψυχή. Οι μεγάλοι άνδρες (πραγματικοί) ακόμα και μπροστά στο θάνατο είναι γαλήνιοι και γελαστοί. Ο Σωκράτης πριν πιει το κώνειο το χαρακτήρισε φιλικό ποτήρι, κέρασμα από τους Αθηναίους. Το γέλιο ταιριάζει στους πολιτισμένους, στους καλλιεργημένους, στους πνευματικά ανώτερους. Οι άγριοι λαοί δεν είχαν χιούμορ.

• Το χιούμορ, αναπόσπαστο κομμάτι της αρχαιοελληνικής ζωής

Το Χιούμορ είναι απ' την Ελληνική λέξη χυμόρ=χυμός (Αριστοτέλης Περί Ψυχής).

HUMOR = από το χυμόρ = χυμός (Στην ευβοϊκή διάλεκτο, όπως αναφέρεται και στον Κρατύλο του Πλάτωνος, το τελικό ' ς ' προφέρεται ως 'ρ'. Π.χ. σκληρότηρ αντί σκληρότης).

Η πρώτη αναγωγή της προέλευσης του αγγλικού όρου humor γίνεται στην "περί των χυμών του σώματος" θεωρία του Ιπποκράτη. Βάσει αυτής της ιατρικής θεωρίας υφίστανται τέσσερεις κράσεις, που κάθε μία έχει σχέση με την επικράτηση ενός από τους τέσσερεις χυμούς του ανθρώπινου σώματος (χολή, φλέγμα, μέλαινα χολή, αίμα). Όταν υπάρχει αρμονική μίξη των χυμών του σώματος, ο άνθρωπος είναι υγιής και με καλή διάθεση.

Από την ευβοϊκή διάλεκτο το χυμόρ πέρασε στη λατινική γλώσσα ως (h)umor και σήμαινε εκτός από το υγρό, την υγρασία, το χυμό, και τη διάθεση.

Ο γέλως, ως ευεργετική δύναμη ελατρεύετο στην Αρχαία Ελλάδα.

Ο Λυκούργος πρώτος έφτιαξε άγαλμα της Θεότητος του Γέλωτος στη Σπάρτη, αναφέρει ο Πλούταρχος. Και οι Θεσσαλοί τον ετιμούσαν τον γέλωτα αρκετά. Στο Βρετανικό Μουσείο εκτίθεται αγγείο του Γέλωτος με τη φράση «Γέλως καλός».

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

Ο ΔΙΟΓΕΝΗΣ

Ο Διογένης βλέποντας κάποιον να δείχνει ερωτευμένος με μια πλούσια γριά, είπε: «Σ' αυτήν δεν κάρφωσε τα μάτια του, αλλά τα δόντια του». Κάποια άλλη στιγμή ζητούσε ελεημοσύνη από ένα άγαλμα κι όταν τον ρώτησαν γιατί κάνει κάτι τέτοιο, εκείνος απάντησε «εξασκούμαι στο να μην απογοητεύομαι από την αναισθησία των ανθρώπων».

Και κάποτε ζητώντας βοήθεια από κάποιον του είπε: «Αν έδωσες σε άλλον, δώσε και σε μένα. Αν δεν έδωσες σε κανέναν, τότε άρχισε από μένα».

Όταν ένας φαλακρός άρχισε να τον βρίζει ο Διογένης του είπε: «Δεν σου ανταποδίδω τις βρισιές, αλλά θα ήθελα να πω ένα "μπράβο" στις τρίχες σου, γιατί απαλλάχτηκαν από ένα κακορίζικο κεφάλι».

Ο ΑΡΙΣΤΙΠΠΟΣ: Ένας πατέρας ζήτησε από τον Αρίστιππο να διδάξει τον γιο του. Ο φιλόσοφος ζήτησε ως αμοιβή 500 δραχμές και ο πατέρας άρχισε τα παζάρια θεωρώντας το ποσό υπερβολικό. «Με τόσα χρήματα θα μπορούσα να αγοράσω ένα ζώο» είπε. «Αγόρασε», του απάντησε ο Αρίστιππος. «Έτσι θα έχεις δύο».

Και όταν κάποιος του είπε ότι η Λαΐδα (η γνωστή εταίρα) δεν τον αγαπά αλλά προσποιείται, εκείνος του αποκρίθηκε: «Ούτε το κρασί ή το ψάρι με αγαπούν, εγώ όμως τα απολαμβάνω».

Ο ΣΩΚΡΑΤΗΣ: Κάποιος κλώτσησε τον Σωκράτη, χωρίς ο τελευταίος να αντιδράσει. Οι σύντροφοί του ταράχτηκαν και τον ρώτησαν πώς ανέχεται, άπραγος, μια τέτοια συμπεριφορά κι εκείνος τους απάντησε: «Αν με κλωτσούσε γάιδαρος μήπως θα έπρεπε να του ανταποδώσω την κλωτσιά;».

Κι όταν ρωτήθηκε αν είναι καλό να παντρεύεται κανείς ή όχι απάντησε «ότι από τα δυο κι αν κάνει κάποιος, θα μετανιώσει».

Ο ΦΩΚΙΩΝΑΣ:Μια μέρα ο Φωκίωνας διαφωνούσε όπως συνήθιζε άλλωστε με όλους πάνω σε πολιτικά θέματα. Εκείνη τη φορά όμως, όταν μίλησε στην Εκκλησία του Δήμου, όλοι ασπάστηκαν τις ιδέες του. Απορημένος γύρισε προς τους φίλους του και τους ρώτησε: «Μήπως είπα σήμερα κάποια ανοησία, χωρίς να το καταλάβω;».

Πολίτες Προσοχή!

Κλεμμένα, μεταχειρισμένα αυτοκίνητα στην Κυπριακή αγορά. Πως θα τα αναγνωρίσετε

Το Υπουργείο Μεταφορών, Επικοινωνιών και Έργων, Τμήμα Οδικών Μεταφορών ανακοινώνει ότι έχει εντοπιστεί στην αγορά αριθμός μεταχειρισμένων οχημάτων τα οποία είτε είναι προϊόν κλοπής, είτε έχουν παραποιημένο τον αριθμό πλαισίου, είτε ακόμα συνοδεύονται από πλαστά έγγραφα. Τα οχήματα αυτά, που στη πλειονότητα τους είναι οχήματα πολυτελείας, δεν θα γίνονται αποδεκτά για εγγραφή στο Μητρώο του Εφόρου Μηχανοκίνητων Οχημάτων έστω και αν έχουν καταβληθεί οποιοιδήποτε φόροι, τέλη ή/ και δασμοί.

Ως εκ τούτου προτρέπεται το κοινό που προτίθεται να προβεί σε αγορά μεταχειρισμένου οχήματος να προβαίνει στους απαραίτητους έλεγχους/ ενέργειες όπως:

– Έλεγχο ταυτότητας,

– Έλεγχο αυθεντικότητας συνοδευτικών εγγράφων,

– Συγκριτική τιμή πώλησης.

Επίσης, προτρέπονται οι εμπορευόμενοι τέτοιων οχημάτων να προβαίνουν στους ίδιους πιο πάνω ελέγχους / ενέργειες προτού αγοράσουν, ή μεταφέρουν στην Κύπρο μεταχειρισμένα οχήματα και προτού καταβάλουν οποιουσδήποτε φόρους τέλη ή/ και δασμούς οχήματος.

ERG_11-11_inn_8 & 9 7/21/15 11:38 AM Page 1

Προστασία Καταναλωτών
από Επικίνδυνες Χημικές Ουσίες

Φθαλικές Ουσίες σε Παιχνίδια και Αντικείμενα Παιδικής Φροντίδας

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, στο πλαίσιο της εφαρμογής του περί Χημικών Ουσιών Νόμου του 2010 και του Ευρωπαϊκού Κανονισμού REACH, διενήργησε δειγματοληψίες σε **παιχνίδια και αντικείμενα παιδικής φροντίδας** που διατίθενται στην Κυπριακή αγορά για διακρίβωση της περιεκτικότητας τους σε επικίνδυνες χημικές ουσίες.

Μετά από εργαστηριακή ανάλυση των ληφθέντων δειγμάτων από διαπιστευμένο εργαστήριο, διαπιστώθηκε ότι στο παιγνίδι που φαίνεται στο συνημμένο πίνακα, οι συγκεντρώσεις Φθαλικών Εστέρων που ανιχνεύθηκαν ήταν πέραν των ορίων που προβλέπονται από την ισχύουσα νομοθεσία. Σημειώνεται ότι ουσίες όπως είναι ο Φθαλικός δις (2-αιθυλεξυλ) εστέρας (DEHP), ο Φθαλικός διβουτυλεστέρας (DBP) και ο Φθαλικός βενζυλοβουτυλεστέρας (BBP) δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούνται σε συγκεντρώσεις μεγαλύτερες του 0,1% κατά βάρος του πλαστικοποιημένου υλικού παιχνιδιών και αντικειμένων παιδικής φροντίδας. Επίσης, οι χημικές ουσίες Φθαλικός δι-ισοεννεϋλεστέρας (DINP), Φθαλικός δι-ισοδεκυλεστέρας (DIDP) και Φθαλικός διοκτυλεστέρας (DNOP) δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιούνται σε συγκεντρώσεις μεγαλύτερες του 0,1% κατά βάρος του πλαστικοποιημένου υλικού παιχνιδιών και αντικειμένων παιδικής φροντίδας, τα οποία μπορούν να τοποθετηθούν από τα παιδιά στο στόμα.

Όλες οι πιο πάνω χημικές ουσίες χαρακτηρίζονται ως τοξικές για την αναπαραγωγή και τα παιχνίδια και τα αντικείμενα παιδικής φροντίδας που τις περιέχουν σε συγκεντρώσεις μεγαλύτερες του 0,1% κατά βάρος του πλαστικοποιημένου υλικού, δεν πρέπει να διατίθενται στην αγορά.

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας πληροφορεί το καταναλωτικό κοινό ότι έχει ήδη ξεκινήσει τη διαδικασία άμεσης απόσυρσης των μη συμμορφούμενων προϊόντων από την Κυπριακή αγορά.

Περιγραφή

1. Κούκλα με Κωδικό μοντέλου
30109/W06045(222),
LOT NO.:LM140112WJ και
Barcode 0289042000036
Προέλευση : Κίνα

Το κοινό προτρέπετε να επισκεφτεί την ιστοσελίδα του Τμήματος Επιθεώρησης Εργασίας στην πιο κάτω διεύθυνση, στην οποία φαίνονται ακατάλληλα δείγματα παιχνιδιών και αντικειμένων παιδικής φροντίδας που έχουν εντοπισθεί στην Ευρωπαϊκή αγορά καθώς επίσης και άλλες σχετικές Ανακοινώσεις και πληροφορίες.

http://www.mlsi.gov.cy/mlsi/dli/dli.nsf

τηλ. 22405611 και 22405637



Λάθη που πρέπει να αποφύγετε όταν αναζητάτε εργασία



√ Οι εργοδότες αναζητούν άτομα με τα οποία θα μπορέσουν να χτίσουν μια σχέση εμπιστοσύνης

√ Η σύνταξη του βιογραφικού και η πρώτη συνέντευξη αποτελούν παράγοντα καθοριστικό στην εργοδοτική απόφαση

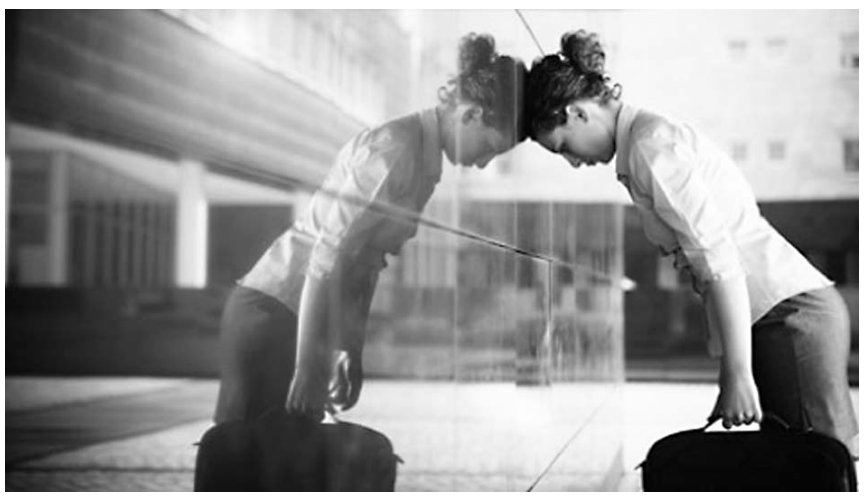
Ο δείκτης ανεργίας έχει εδώ και καιρό πάρει την ανιούσα, με αποτέλεσμα το ποσοστό των ανθρώπων, που αναζητά εργασία να αυξάνεται όλο και περισσότερο. Δεδομένου ότι, οι θέσεις εργασίες μειώνονται, πρέπει να είστε προετοιμασμένοι για τα πάντα.

Μεταξύ αυτών, βέβαια πρέπει πλέον να γνωρίζετε, ότι εκτός από την οικονομική κρίση, ίσως να ευθύνονται και άλλοι λόγοι, που δεν έχετε βρει ακόμα δουλειά. Οι 4 βασικότεροι ακολουθούν ευθύς αμέσως.

Λάθος 1: Συστάσεις

«Συστάσεις; Φυσικά και έχω. Το πρώην αφεντικό μου εξάλλου, μου είπε να τον αναφέρω στην επόμενη αίτηση για δουλειά» σκέφτονται οι περισσότεροι και καταχωρούν ονόματα, διευθύνσεις και πληροφορίες, πρώην εργοδοτών στη λίστα με τις συστάσεις. Σωστή κίνηση, αλλά τον εργοδότη σας τον ειδοποιήσατε; Οι πιο πολλοί αρκούνται στο να αναφέρουν πληροφορίες χωρίς να ενημερώσουν όμως την πρώην εργοδοσία, ότι υπάρχει η πιθανότητα να επικοινωνήσουν μαζί τους, οι εν δυνάμει νέοι εργοδότες για περαιτέρω πληροφορίες.

Τι να κάνετε: Εάν φύγετε από μια δουλειά χωρίς να σας έχουν διώξει, με απλά λόγια αν έχετε παραιτηθεί, ζητήστε συστατική επιστολή από το πρώην αφεντικό σας. Στην περίπτωση που τον αναφέρετε στις συστάσεις, τουλάχιστον ενημερώστε



τον ότι το έχετε κάνει. Επικοινωνήστε μαζί του και δώστε του στοιχεία για τη θέση, για την οποία κάνετε την αίτηση. Εάν πάλι χρειάζεστε συστάσεις αλλά ποτέ δεν είχατε ζητήσει από τον πρώην εργοδότη σας, καλό θα είναι, πριν τον συμπεριλάβετε να επικοινωνήσετε μαζί του, ζητώντας του την άδεια.

Λάθος 2: Βιογραφικό

Είναι δελεαστικό να υποβάλλετε αίτηση για κάθε θέση εργασίας που βλέπετε, αλλά καλύτερα είναι να είστε περισσότερο επιλεκτικοί (ναι, ακόμα και αυτή την εποχή). Οι υπάλληλοι στα γραφεία ανθρώπινου δυναμικού ξοδεύουν κατά μέσο όρο 6.25 δευτερόλεπτα (σύμφωνα με έρευνα του Ladders.com) για να κοιτάξουν ένα βιογραφικό. Ελάχιστος χρόνος είναι η αλήθεια, αλλά τα βιογραφικά είναι χιλιάδες. Επειδή δεν είναι στο χέρι σας να αλλάξετε αυτήν την κατάσταση, το μόνο που μπορείτε να κάνετε, είναι να κινείστε «στοχευμένα». Με απλά λόγια, το βιογραφικό σας σημείωμα πρέπει να στοχεύει στην κατάκτηση της συγκεκριμένης θέσης κάθε φορά. Επομένως, ξεχάστε το ένα και μονα-

δικό βιογραφικό, που στέλνετε παντού.

Τι να κάνετε: Βάλτε σε περίοπτη θέση τα προσόντα, που θα μπορούσαν να σας χαρίσουν τη συγκεκριμένη θέση εργασίας και παραλείψτε όσα είναι άσχετα. Αν κάποιος ζητά γραμματέα, η προϋπηρεσία σας σε καφετέρια δεν τον αφορά καθόλου.

Λάθος 3: Καμία απορία;

Όσο άνετος και αν είστε (και αυτό είναι ιδανική συμπεριφορά) στη συνέντευξη, συνήθως στην τελευταία ερώτηση του εργοδότη «εσείς θα θέλατε να ρωτήσετε κάτι άλλο» η απάντηση είναι «όχι, με έχετε καλύψει πλήρως». Πριν προλάβετε να βγείτε από το κτίριο όμως, το κεφάλι σας γεμίζει με απορίες, που ξεχάσατε να αναφέρετε. Πολύ αργά, για να το διορθώσετε. Ο ενθουσιασμός και η περιέργεια παίζουν τεράστιο ρόλο στην αναζήτηση εργασίας και είναι σημάδια ενδιαφέροντος για τους μελλοντικούς σας εργοδότες.

Τι να κάνετε: Οι εργοδότες αναζητούν άτομα, που θα μπορούν να εμπιστευτούν και η σχέση αυτή χτίζεται αργά αλλά σταθερά. Το μέσον: η συζήτηση. Αναφέρετε στη συνέντευξη τους λόγους, για τους οποίους σας ενδιαφέρει η συγκεκριμένη θέση και συνεχίστε με ερωτήσεις του τύπου «Πώς είναι εδώ το εργασιακό περιβάλλον, πώς περνά μία τυπική μέρα στο γραφείο, σε τι διαφέρει στη συγκεκριμένη δουλειά;». Προσοχή όμως μην παρασυρθείτε και αρχίσετε να ρωτάτε αν θα χρειαστεί να κάνετε υπερωρίες και άλλες παρόμοιες ερωτήσεις, τις οποίες κανείς εργοδότης δε θέλει να ακούσει, τουλάχιστον στην πρώτη επαφή.

Λάθος 4: Είμαι ο άνθρωπός σας

Καλή η αυτοπεποίθηση και οι στόχοι του καθενός, αλλά οι εργοδότες θέλουν ομαδικό πνεύμα. Εάν στη συνέντευξη ο εργοδότης σας κατακλυστεί από πληροφορίες, που θα αφορούν στο πόσο η συγκεκριμένη θέση θα βοηθήσει τη δική σας καριέρα και επαγγελματική εξέλιξη, πολύ πιθανό να μη του κάνετε την καλύτερη εντύπωση. Ο κάθε εργοδότης, έχει ως προτεραιότητα την παραγωγικότητά σας προς όφελος της εταιρείας και όχι της προσωπικής σας φιλοδοξίας.

Τι να κάνετε: Καταρχήν, να έχετε κατά νου τι θέλει ο εργοδότης. «Γιατί να προσλάβει εμένα και όχι κάποιον άλλον; Πού υπερέχω; Τι μπορώ να προσφέρω παραπάνω στην εταιρεία;». Εάν δώσετε απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα, ο εργοδότης σας, σίγουρα θα σας σκεφτεί για τη συγκεκριμένη θέση.

ERG_12-12_inn_8 & 9 7/21/15 11:39 AM Page 1

Νεαρή γυναίκα έφαγε μέχρι θανάτου

ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΑΥΤΑ

Μέχρι θανάτου έφαγε μία 23χρονη γυναίκα στη Μεγάλη Βρετανία, η οποία έπασχε από μία σπάνια γενετική διαταραχή, που την έκανε να πεινάει διαρκώς. Η τραγική νεαρή γυναίκα, Κίρστι Ντέρι, δεν μπορούσε να σταματήσει να τρώει παρά το γεγονός ότι ήξερε ότι κάνει κακό στον εαυτό της.

Έπασχε από το σύνδρομο Prader-Willi Syndrome (PWS) – μία κληρονομική διαταραχή που σε κάνει να τρως υπερβολικά, με αποτέλεσμα θανατηφόρα παχυσαρκία όταν ο ασθενής φτάνει στην ενηλικίωση.

Η Κίρστι βρέθηκε νεκρή στο σπίτι της στο Ταφτς στις 20 Ιουλίου του 2013. Είχε δείκτη λίπους 42,1 όταν ένας φυσιολογικός ενήλικας έχει από 19 έως 25.

Μία εβδομάδα πριν πεθάνει, η Κίρστεν είχε γράψει στο Facebook: «Μιαμ! μιαμ! μιαμ! έφαγα φιλέτο με πατάτες και σαλάτα αντί για τσάι απόψε».

Η μητέρα της είπε στην αστυνομία ότι οι κοινωνικοί λειτουργοί δεν καταλάβαιναν την κατάσταση της κόρης της και δεν μπορούσαν να τη βοηθήσουν αρκετά. Όπως διηγείται, αρχικά είχαν τοποθετήσει συναγερμούς στο ψυγεία και στα κουζινικά, όμως κάποια στιγμή έβγαλαν τους συναγερμούς χωρίς να ενημερωθεί η οικογένειά της. Όταν την επισκέπτονταν δεν υπήρχαν υπάλληλοι, ενώ γρήγορα κατάλαβαν ότι η Κίρστι δεν είχε καμία ιδέα της μερίδας φαγητού. Το 2013, οι αλλαγές στο βάρος της ήταν παραπάνω από εμφανείς. Η μητέρα της διηγείται ότι τα πόδια της είχαν πρηστεί και με δυσκολία περπατούσε ή έβαζε παπούτσια. Η μητέρα της υποστηρίζει ότι έπρεπε να τη βγάλουν από την κλινική, ωστόσο οι κοινωνικοί λειτουργοί δεν έκαναν κάτι μέχρι που πέθανε.



Οι κοινωνικοί λειτουργοί υποστήριξαν στο δικαστήριο ότι οι συναγερμοί αφαιρέθηκαν επειδή την ενοχλούσαν, όμως η μητέρα της επιμένει ότι το προσωπικό θα μπορούσε να την έχει βοηθήσει περισσότερο.

Στο δικαστήριο υποστήριξε ότι η Κίρστι φαινόταν ότι μπορούσε να αποφασίζει για τον εαυτό της, όμως στην πραγματικότητα δεν μπορούσε, καθώς ήταν ικανή να φάει μέχρι θανάτου. Και προσθέτει ότι οι κοινωνικοί λειτουργοί την καταδίκασαν σε θάνατο.

Οι λεπτομέρειες για τη ζωή και το θάνατο της άτυχης Κίρστι αποκαλύπτονται τώρα στη δίκη της και έχουν συγκλονίσει την κοινή γνώμη. Ως αιτία θανάτου είναι το πνευμονικό οίδημα και ειδικοί λένε ότι η ιστορία της αποκαλύπτει πολλά για αυτή την κατάσταση που δεν είναι ευρέως γνωστή, το PWS, που κάνει τους ανθρώπους να μην έχουν καμία αίσθηση των ποσοτήτων φαγητών που καταναλώνουν.

Οι σαύρες αλλάζουν φύλο με την αύξηση της θερμοκρασίας

ΑΠΟ ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙ ΤΟΥ ΔΙΑΔΥΧΤΙΟΥ

Η αύξηση της θερμοκρασίας οδηγεί αρκετούς αυστραλιανούς γενειοφόρους δράκους να αλλάζουν φύλο, σύμφωνα με νέα έρευνα του Πανεπιστημίου της Καμπέρα στην Αυστραλία. Συγκεκριμένα, σαύρες που γεννιούνται αρσενικές καταλήγουν να ωοτοκούν ως θηλυκές, και να επωάζουν νέες σαύρες. Οι ερευνητές ανακάλυψαν επίσης ότι η τάση αλλαγής της διαδικασίας προσδιορισμού του φύλου των σαυρών ίσως οδηγήσει μελλοντικά στην ολική εξαφάνιση του χρωμοσώματος για το θηλυκό φύλο. «Πρόκειται για την πρώτη φορά που αποδεικνύουμε πως η αλλαγή φύλου μπορεί να συμβεί στην άγρια φύση σε κάποιο ερπετό», δήλωσε η Κλαιρ Χόλι, επικεφαλής της μελέτης. «Η έρευνα αποδεικνύει πως οι ακραίες κλιματικές αλλαγές επηρεάζουν θεμελιωδώς τη βιολογία των οργανισμών», πρόσθεσε. Τα φύλα ορισμένων ερπετών, όπως οι αλιγάτορες και μερικές χελώνες, καθορίζονται από από τη θερμοκρασία κατά τη διάρκεια της επώασης, και όχι από τα χρωμοσώματα του φύλου, όπως στους ανθρώπους και τα άλλα θηλαστικά. Η ομάδα διαπίστωσε επίσης ότι το φύλο των απογόνων αυτών των δράκων δεν καθοριζόταν πλέον από τα χρωμοσώματα, αλλά από τη θερμοκρασία. «Αν η θερμοκρασία αυξηθεί λίγο ακόμα, το ποσοστό αναστροφής του φύλου θα αυξηθεί και το χρωμόσωμα W θα χαθεί από τον πληθυσμό», προειδοποίησε η Χόλι. Η αλλαγή φύλου φαίνεται να ξεκινάει από τους 32 βαθμούς Κελσίου και να συμβαίνει σε ποσοστό 100% σε θερμοκρασία 36 βαθμών, σύμφωνα με τα εργαστηριακά αποτελέσματα. Οι ερευνητές θα συνεχίσουν τη μελέτη καθώς το δείγμα θεωρείται μικρό, αλλά προέρχεται από μια περιοχή με την ταχύτερη υπερθέρμανση του πλανήτη τα τελευταία 40 χρόνια. «Είναι βέβαιο ότι το ίδιο φαινόμενο μπορεί να συμβεί και σε άλλα είδη ερπετών, αλλά δεν πρόκειται να συμβεί στους ανθρώπους»

Σπίτι κάτω από το έδαφος με θέα το Αιγαίο Πέλαγος!

Το casa brutale είναι μια εννοιολογική κατοικία από την OPA (ανοικτή πλατφόρμα για την αρχιτεκτονική) που τοποθετείται ανάμεσα στα ψηλά βράχια στην κυριολεξία πάνω από το Αιγαίο Πέλαγος. Αντλεί την έμπνευση απευθείας από το ιταλικό αριστούργημα του Adalberto Libera, Casa Malaparte, που δεσπόζει πάνω σε έναν βράχο και αγναντεύει τη θάλασσα, αλλά στη συγκεκριμένη περίπτωση ο αρχιτέκτονας επιλέγει να το αγκαλιάζει η γη. Το σπίτι είναι κατασκευασμένο με απλά υλικά όπως ξύλο, γυαλί και ακατέργαστο



μπετόν και επικεντρώνεται στην ομορφιά του μεσογειακού τοπίου.

Τίποτα δεν επεκτείνεται πάνω από το έδαφος, ενώ μια σκάλα συνδέει τη γη με την κατοικία. Η οροφή είναι μια κρυστάλλινη πισίνα που έχει φτιαχτεί από ενισχυμένο γυαλί και ο πάτος της λειτουργεί σαν ένας τεράστιος φεγγίτης που πλημμυρίζει το εσωτερικό του σπιτιού με φυσικό φως. Πενήντα σκαλιά οδηγούν τους ιδιοκτήτες στο εσωτερικό όπου κυριαρχεί η minimal διακόσμηση και οι λιτές γραμμές με τα απολύτως απαραίτητα έπιπλα να κοσμούν το χώρο.

Ενυδατώστε τα μαλλιά σας μετά τη θάλασσα

Η συμβουλή της εβδομάδας

Ηλιακή ακτινοβολία και η θάλασσα βλάπτουν τα μαλλιά. Και αυτό γιατί η τρίχα αποτελείται από λιπίδια που σχηματίζουν τον ενδοκυτταρικό ιστό της. Το χρώμα ξεθωριάζει και οι τρίχες σπάνε εύκολα.

Τόσο το νερό της θάλασσας, όσο και της πισίνας ευνοούν τον σχηματισμό ελεύθερων ριζών και κάνουν πιο έντονες τις αλλοιώσεις που οφείλονται στον ήλιο. Γι" αυτό, λοιπόν είναι απαραίτητη και η προστασία των μαλλιών, ιδίως αυτή την εποχή.



Σε πρώτη φάση επιλέξτε ένα ενυδατικό σαμπουάν και conditioner με βιταμίνη Β και ceramides.

Βοηθούν και τονώνουν την τρίχα. Δοκιμάστε ένα spray τονωτικό, το οποίο καλό είναι να εφαρμόσετε αμέσως μετά τη θάλασσα και κατά τη διάρκεια της ηλιοθεραπείας.

Σε περίπτωση που θέλετε να υιοθετήσετε ένα sleek look χρησιμοποιήστε ένα serum με σιλικόνη.

Απλώστε μία μικρή ποσότητα σε βρεγμένα μαλλιά. Στη συνέχεια εφαρμόστε μία κρέμα λάμψης ή ένα hairspray κατά του φριζαρίσματος.

Τέλος, προσοχή στις βούρτσες. Το ξεμπέρδεμα των μαλλιών είναι σημαντικό, διότι μπορεί να χάσετε μεγάλη ποσότητα και από υγιείς τρίχες.

Προτιμήστε μία βούρτσα με μαλακές τρίχες και όχι μεταλλικές ή μία χτένα με αραιά δόντια.

ΠΡΟΤΟΤΥΠΗ ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΠΑΤΕΝΤΑ

Τους την έδωσε η ζέστη κατακέφαλα μετατρέποντας το διπλοκάμπινο σε κινητή πισίνα

Όταν ο υδράργυρος χτυπάει κόκκινο τότε οι άνθρωποι ψάχνουν τους πιο απίστευτους τρόπους για να δροσιστούν. Η πρώτη εικόνα είναι από δύο κύπριους που θέλησαν να μετατρέψουν ένα διπλοκάμπινο σε πισίνα.



Σοβαρά ... αστειάκια

Ένα αντρόγυνο στο αυτοκίνητο μετά από καυγά. Ο άντρας βλέπει δύο γαϊδούρια και λέει στη γυναίκα του:

– "Συγγενείς σου είναι;"

Και η γυναίκα του απαντάει:

– "Ναι. Τα πεθερικά μου!"κατέληξε η Χόλι.

ERG_13-13_inn_13 7/21/15 11:40 AM Page 1

«7» λόγοι για να πείτε «ναι» σ' έναν φρέσκο χυμό



Μπορούν να καταναλωθούν όλες τις ώρες της ημέρας, από νωρίς το πρωί μέχρι αργά το βράδυ. Μπορούν να μας συνοδεύσουν παντού, στο γραφείο, στην εκδρομή, στο γυμναστήριο, στο τρένο. Αποτελούν, από την μία, αναπόσπαστο μέρος κάθε ισορροπημένου διαιτολογίου και από την άλλη δεν λείπουν από τις συστάσεις των διαιτολόγων, όταν θέλουμε να χάσουμε βάρος. Συνδυάζουν πολλαπλά οφέλη για τον οργανισμό μας και παρ' όλα αυτά χωρούν μέσα σε ένα ποτήρι. Ο λόγος για τους απολαυστικούς, χρωματιστούς και ευωδιαστούς φυσικούς χυμούς.

Και σαν τα παραπάνω να μην ήταν αρκετά, εμείς σας έχουμε 7 ακόμα λόγους για να πείτε ένα δυνατό «ναι», την επόμενη φορά που θα σας ρωτήσει κάποιος «να σου στύψω ένα χυμό;». Ποιοι είναι αυτοί;

1 Ανάλογα με τα φρούτα και τα λαχανικά που θα επιλέξετε, μπορεί να περιέχουν από καθόλου έως ελάχιστα λιπαρά.

2 Δεν σας επιβαρύνουν με επιπλέον αλάτι και ζάχαρη.

3 Μπορούν να αντικαταστήσουν κάποιες από τις μερίδες φρούτων και λαχανικών, που λένε οι ειδικοί ότι πρέπει να καταναλώνουμε μέσα στην ημέρα. Βέβαια, έχετε υπόψη σας ότι οι περιέχουν αρκετές θερμίδες, επειδή για ένα ποτήρι χυμού χρησιμοποιούνται αρκετές μερίδες φρούτων ή λαχανικών.

4 Αποτελούν πολύτιμη πηγή νερού. Έτσι, όταν οι θερμοκρασίες ανεβαίνουν και οι ανάγκες του οργανισμού σας σε νερό αυξάνονται, μπορείτε αντί για κάποιο αναψυκτικό να προτιμήσετε έναν φρεσκοστυμμένο χυμό (ιδιαίτερα αν δεν μπορείτε να πιείτε άλλο νερό!).

5 Προσφέρονται σε μεγάλη ποικιλία χρωμάτων, αρωμάτων και γεύσεων. Έτσι, δεν τους βαριέστε ποτέ και μπορούν να καλύψουν όλα τα γούστα.

6 Η κατανάλωσή τους έχει συνδεθεί με πολλές θετικές επιδράσεις στην υγεία μας. Για παράδειγμα, λόγω των αντιοξειδωτικών τους ουσιών, προσφέρουν προστασία από παθήσεις του καρδιαγγειακού συστήματος. Επίσης, η κατανάλωσή τους έχει συσχετιστεί με την πρόληψη ουρολοιμώξεων και την προστασία των ματιών και του εγκεφάλου.

7 Είναι πολύ πλούσιοι σε θρεπτικά συστατικά, καθώς περιέχουν μεγάλες ποσότητες βιταμινών, μεταλλικών και ιχνοστοιχείων. Σε γενικές γραμμές, η κατανάλωση τους είναι ισοδύναμη με την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, με εξαίρεση την έλλειψή τους σε φυτικές ίνες. Με άλλα λόγια, αποτελούν την αμέσως καλύτερη επιλογή μετά την κατανάλωση φρέσκων φρούτων.

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Πράσινη σαλάτα με μανούρι

Υλικά:

για τη σαλάτα

150 γρ. μίγμα μαρουλιών
6 ντοματίνια, κομμένα στη μέση
30 γρ. λιαστή ντομάτα, κομμένη
20 γρ. ρόδια καθαρισμένα σε κόκκους
30 γρ. μανούρι τριμμένο

Για το ντρέσινγκ

20 γρ. πετιμέζι
20 γρ. ξίδι βαλσάμικο
60 γρ. βιολογικό ελαιόλαδο



Εκτέλεση: Σε ένα μπολ, ανακατεύετε τα μαρούλια, τα ντοματίνια, τις λιαστές ντομάτες και το ρόδι. Σε ένα άλλο μπολ ανακατεύετε το πετιμέζι, το βαλσάμικο και προσθέτετε σιγά-σιγά το ελαιόλαδο χτυπώντας το μίγμα με σύρμα. Όταν ομογενοποιηθεί καλά το ντρέσιγκ, το ρίχνετε στη σαλάτα, ανακατεύοντας προσεκτικά το μίγμα των λαχανικών. Ρίχνετε από πάνω το τριμμένο μανούρι και σερβίρετε.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Οι σκέψεις που έχεις για το μέλλον είναι πολλές και με λίγη συντονισμένη προσπάθεια μπορείς να καταφέρεις να τις υλοποιήσεις. Μην κάνεις βιαστικές κινήσεις και προσπάθησε να αναγνωρίσεις τις ευκαιρίες που σου δίνονται. Σε όλα αυτά, μην ξεχνάς και τους ανθρώπους που μπορούν να σε βοηθήσουν.

Ταύρος: Θα έχει πολύ άγχος, καθώς οι υποχρεώσεις σου είναι πολλές και στην πραγματικότητα δεν τις προλαβαίνεις. Όπως και να έχει, θα πρέπει να είσαι ψύχραιμος και να κάνεις ό,τι μπορείς, χωρίς να βγαίνεις από τα όριά σου. Μην προσπαθήσεις να βάλεις καινούργια θέματα στο κεφάλι σου, γιατί πρέπει πρώτα να ξεμπερδεύεις με όσα ήδη έχεις να κάνεις.

Δίδυμοι: Θα δεις θετικές εξελίξεις, κυρίως σε θέματα του παρελθόντος που παρέμεναν στάσιμα. Εκεί που είχες αποδεχθεί πως τίποτα δεν μπορεί να γίνει, τώρα όλα αρχίζουν να κινούνται και μάλιστα προς όφελός σου. Φυσικά αυτό δε σημαίνει ότι δεν χρειάζεται να προσπαθήσεις κι εσύ για το καλύτερο, ωστόσο με ενισχυμένη την αυτοπεποίθηση και το δυναμισμό σου εύκολα θα ξεπεράσεις τους σκοπέλους.

Καρκίνος: Κάποιες καταστάσεις αλλά και ειδήσεις θα σου χαλάσουν τη διάθεση. Προσπάθησε, όσο αυτό είναι εφικτό, να μην επηρεαστείς και να είσαι σε ετοιμότητα να ασχοληθείς με τα δικά σου ζητήματα, που εξελίσσονται με γοργούς ρυθμούς.

Λέων: Η σημερινή μέρα έχει αρκετό προβληματισμό, καθώς κάποιες εκκρεμότητες του παρελθόντος επανέρχονται και μάλιστα με δυναμικό τρόπο για να σου υπενθυμίσουν πως ό,τι έχεις αφήσει άλυτο θα στέκεται εμπόδιο στα σχέδιά σου. Απ' την άλλη, η ενεργητικότητά σου θα σε βοηθήσει να τα ξεπεράσεις όλα και να προχωρήσεις γρήγορα, αξιοποιώντας διάφορες ευκαιρίες που θα προκύψουν.

Παρθένος:Η μέρα έχει αυξημένες υποχρεώσεις, αρκετό άγχος και μια πίεση που δεν σε αφήνει να λειτουργήσεις σωστά. Βάλε μπροστά τη λογική σου και μην αφήνεις τον πανικό να σε καταβάλει. Δείξε προσοχή και αυτοέλεγχο, για να τα καταφέρεις.

Ζυγός: Η μέρα σε βρίσκει αρκετά ήρεμο και ισορροπημένο σε διάφορους τομείς που μέχρι τώρα σε αναστάτωναν. Μην αφήσεις να σου ξεφύγει πάλι η κατάσταση και κάνε ό,τι μπορείς για να αξιοποιήσεις τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται, αλλά και τη δική σου ενέργεια για να βάλεις τη ζωή σου σε μια τάξη.

Σκορπιός: Έχεις κάθε πιθανότητα να πετύχεις όσα θέλεις και αυτό θα φανεί έντονα τώρα που θα πάρεις αποφάσεις, οι οποίες θα αλλάξουν τη ζωή σου και τον τρόπο που αντιμετώπιζες τις καταστάσεις. Σε αυτή την πορεία θα σε βοηθήσουν και κάποια άτομα που πραγματικά σε νοιάζονται

Τοξότης: Οι δυσκολίες που θα αντιμετωπίσεις είναι αρκετές και κυρίως αφορούν άτομα που θα σε πλησιάσουν και θα σε μπερδέψουν με τη συμπεριφορά τους. Έχε τα μάτια σου ανοιχτά για να καταλάβεις ποιοι είναι αυτοί που σου λένε αλήθεια και ποιοι είναι αυτοί που σε κοροϊδεύουν.

Αιγόκερως: Η μέρα είναι ιδιαίτερα φορτωμένη και οι υποχρεώσεις που έχεις θα αυξάνονται όσο περνά η μέρα. Δείξε την κατάλληλη ψυχραιμία και μην αποσυντονίζεσαι από όσα προκύπτουν εκεί που δεν τα περιμένεις, γιατί με τις καλές επιρροές θα τα καταφέρεις όλα μια χαρά.

Υδροχόος: Οι δυνατότητες που έχεις είναι πάρα πολλές και ειδικά σήμερα μπορείς να τις αξιοποιήσεις για να πετύχεις πολλά από αυτά που θέλεις. Η κυκλοθυμία σου στέκεται εμπόδιο στην ενεργητικότητα που πρέπει να επιδείξεις. Περιόρισε όσο μπορείς τη μελαγχολία που σε πιάνει και προχώρησε τα σχέδιά σου απερίσπαστος.

Ιχθείς: Τα νεύρα σου δεν είναι σε καλή κατάσταση και αυτό δεν αφορά μόνο εσένα, αλλά και τους ανθρώπους που βρίσκονται γύρω σου και στους οποίους ξεσπάς με κάθε αφορμή. Ηρέμησε λίγο και βρες τι ακριβώς σου φταίει, γιατί κινδυνεύεις να διαταράξεις ισορροπίες σε πολύ σημαντικές σου σχέσεις.

ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

1	2	3	4	5	■	6	7	8	9	10
11					■	12				
13		■	14		15				■	
16		17				■	18		19	
	■	20				21		■	22	
23	24		■	25				26		■
■	27		28				■	29		30
31					■	32	33			
34				■	35					
36						■	37			

ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. Σωματική ή ψυχολογική βία ασκούν.
11. Μυστήριο που έμεινε... μυστήριο.
12. Τρίφτης το... παράγει.
13. Συνεχόμενα στο... Κάνσας.
14. Υπερβολικό γέμισμα της κοιλιάς με φαγητό.
16. Επικριτικό και καυστικό λογοτεχνικό είδος.
18. Επιθυμώ πολύ.
20. Μικρό κουνούπι.
22. Αρχή... υστερίας.
23. Σχολή της πολεμικής αεροπορίας (αρχικά).
25. Μακρόσυρτο ανατολίτικο τραγούδι.
27. Πρώτος ήταν ο Αδάμ.
29. Ιατρικό τεστ, αποκλειστικά για γυναίκες (συντομ.).
31. Περιοχή της ασιατικής Ρωσίας.
32. Το πολύ πλήθος.
34. Κι έτσι ο χρόνος.
35. Τυπικός... γάμος.
36. Λιχουδιές... για κουνέλια.
37. Υψηλό... των διάσημων ηθοποιών (ξ.λ.).

ΚΑΘΕΤΑ

1. Μια απ' τις Η.Π.Α.
2. Με το... τοπ, υλικό για γλυκά.
3. Γράμματα της... τύχης.
4. Φημιζόταν η "Μάντρα" του.
5. Ο πρίνος.
6. Τοπικό επίρρημα.
7. Ο κόσμος.
8. Ξενικός χαιρετισμός.
9. Τα έχει το... ψέμα.
10. Με σαφήνεια (επίρρ.).
15. Ερεθίζονται όταν πιούμε κάτι παγωμένο (ουδ.).
17. Μουσουλμάνες το φοράνε.
19. Φουντωτή δέσμη νημάτων.
21. Συνδικαλιστική παράταξη εργαζομένων (αρχικά).
24. Νησιωτικό ευρωπαϊκό κράτος.
26. Τέτοια ποιήματα τα ομηρικά.
28. Τορκουάτο...: Ιταλός ποιητής της Αναγέννησης.
30. Μαγειρεύονται κι έτσι τα αβγά (ξ.λ.).
31. Αθηναϊκή Π.Α.Ε. (αρχικά).
33. Αρνητικό της Αρχαίας πριν από φωνήεν.
35. Μια νότα.

ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΣΕΛ. 14

ERG_14-14_inn_4 7/21/15 11:40 AM Page 1

Γυρίζοντας το χρόνο πίσω

Εργατική φωνή

ΟΡΓΑΝΟΝ ΤΩΝ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΕΡΓΑΤΙΚΩΝ ΣΥΝΔΙΚΑΤΩΝ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 721 - 16 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 1963

Αι εργατικαί μάζαι απολαμβάνουν κεκτημένον των δικαίωμα

ΠΛΕΟΝ ΤΩΝ 7.000 ΛΙΡΑΙ ΕΠΛΗΡΩΘΗΣΑΝ ΔΙΑ ΤΑΣ ΑΔΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΕΙΣ ΤΑΣ ΕΠΑΡΧΙΑΣ Λ/ΣΙΑΣ - ΚΕΡΥΝΕΙΑΣ





Με γοργόν ρυθμόν συνεχίζονται αι πληρωμαί της αδείας των εργατοϋπαλλήλων της Σ.Ε.Κ. καθ' άπασαν την Κύπρον. Η ως άνω φωτογραφία παρουσιάζει την αθρόαν προσέλευσιν των εργατών οικοδομικών επαγγελμάτων εις το Κέντρον Λευκωσίας δια την παραλαβήν των χρημάτων της αδείας των. Ο Γενικός Γραμματέας της Ομοσπονδίας οικοδόμων συν. Μ. Ιωάνου εποπτεύει την πληρωμήν των εργατών.

Εφέτος οι εργαζόμενοι κατενόησαν εις μεταλύτερον βαθμόν την σημασίαν της αδείας πράγμα το οποίον ετονίσθη και υπό του Κινήματος και κατ' επανάληψιν προς αυτούς ότι δηλαδή οφείλουν, προς ίδιον πρωτίστως όφελος, να λαμβάνουν τακτικώς τις «φίσιες» των.

Ρεκόρ αδειούχων εσημείωσε το Παράρτημα Οικοδόμων εις Λάρνακα της Λαπήθου με επακολουθούντα τα Παραρτήματα Τύμπου και Δικώμου.

7.000 ΛΙΡΑΙ ΕΠΛΗΡΩΘΗΣΑΝ

Το συνολικό ποσό διά του οποίου ευηργετήθησαν εφέτος εις την επαρχίαν Λευκωσίας και Κυρηνείας οι εργάται οικοδομών, οι βιομηχανικοί εργάται και οι εργάται και οι εργάται γης ανέρχεται πέραν των 7.000 λιρών.

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

Μέσα στα πλαίσια των εορτασμών των 50χρονων του, το Συμβούλιο Υδατοπρομήθειας Λάρνακας διοργανώνει διαγωνισμό φωτογραφίας με θέμα **"Το νερό, δώρο της φύσης, πηγή ζωής και πολιτισμού"** καθώς και διαγωνισμό δημιουργίας βίντεο με θέμα **"Συμβούλιο Υδατοπρομήθειας Λάρνακας | 50 χρόνια ιστορίας".**

Πληροφορίες σχετικά με τους όρους των πιο πάνω διαγωνισμών καθώς και του εντύπου δήλωσης συμμετοχής για το διαγωνισμό φωτογραφίας μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα του Συμβουλίου **www.lwb.org.cy** στα πιο πάνω links, στο Facebook (https://www.facebook.com/LarnakaWaterBoard), καθώς και στο Twitter (https://twitter.com/lwblarnaca).

ΣΥΛΛΥΠΗΤΗΡΙΑ

Η ΣΕΚ εκφράζει τα βαθιά της συλλυπητήρια προς τη συνάδελφο Νάντια Πιερίδου για το θάνατο του πατέρα της **ΦΙΛΙΠΠΟ ΠΙΕΡΙΔΗ** που απεβίωσε την Παρασκευή 17 Ιουλίου 2015 σε ηλικία 64 ετών. Η κηδεία του εκλιπόντος τελέστηκε προχθές Δευτέρα 20 Ιουλίου από τον Ιερό Ναό Πέτρου και Παύλου (Κάψαλο Λεμεσού)

ΖΗΤΟΥΝΤΑΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ

1) Ζητείται **συγκολητής** με σχετική πείρα.

2) Ζητείται άτομο με γνώσεις **ψυκτικού** (εμπορικά ψυγεία)

ΤΗΛ. 99635081

Τσέρι - Λευκωσία

ΛΥΣΗ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟΥ

Κ	Α	Τ	Α	Π	Ι	Ε	Σ	Τ	Ε	Σ				
Α	Λ	Υ	Τ	Ο	■	Ξ	Υ	Σ	Μ	Α				
Ν	Σ	■	Τ	Υ	Λ	Ω	Μ	Α	■	Φ				
Σ	Α	Τ	Ι	Ρ	Α	■	Π	Ο	Θ	Ω				
Α	■	Σ	Κ	Ν	Ι	Π	Α	■	Υ	Σ				
Σ	Μ	Α	■	Α	Μ	Α	Ν	Ε	Σ	■				
■	Α	Ν	Τ	Ρ	Α	Σ	■	Π	Α	Π				
Α	Λ	Τ	Α	Ι	■	Κ	Ο	Ι	Ν	Ο				
Ε	Τ	Ο	Σ	■	Λ	Ε	Υ	Κ	Ο	Σ				
Κ	Α	Ρ	Ο	Τ	Α	■	Κ	Α	Σ	Ε				

ELIOFOS CENTER

ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΤΟ ΛΑΤΣΙ

Μοναδική προσφορά για καλοκαιρινές διακοπές σε μικρές οικογενειακές κατοικίες για (2 ενήλικες+3 παιδιά) πλήρως επιπλωμένες με A/C και 100 μέτρα από την θάλασσα.

Για το μήνα Ιούλιο €55 μόνο

Για πληροφορίες: 99647700

www.eliofoscenter.com

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΕΣ ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ ΒΙΒΛΙΩΝ

Οι Εκδόσεις ΕΝ ΤΥΠΟΙΣ σας προσφέρουν την ευκαιρία να περάσετε όμορφα τις διακοπές σας με συντροφιά ένα βιβλίο. Όλα τα βιβλία των Εκδόσεων «Εν Τύποις» προσφέρονται με 25% έκπτωση, μέχρι 10 Αυγούστου. Με εξαιρετικά μειωμένες τιμές ειδικά για το καλοκαίρι, διατίθενται αρκετά λογοτεχνικά βιβλία, όπως Λεμονανθοί στο Χώμα, Το θαύμα να νοιώθεις Έλληνας, Ο Άλλος Άγγελος, Τεύκρος Ανθίας - Ο Χρονογράφος και άλλα.

Πληροφορίες -- Παραγγελίες 22 76 72 91

ΓΝΩΜΙΚΟ

Η πολιτική και η μοίρα της ανθρωπότητας διαμορφώνονται από ανθρώπους χωρίς ιδανικά και χωρίς μεγαλείο. Άνθρωποι που έχουν μεγαλείο μέσα τους δεν ασχολούνται με την πολιτική.

Albert Camus | (Γάλλος Συγγραφέας) 1913-1960

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 ή 199
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

ERG_15-15_inn_4 7/21/15 11:40 AM Page 1

Αστείρευτη πηγή εσόδων το ευρωπαϊκό ποδόσφαιρο

11,3 δισ. ευρώ στα ταμεία των πέντε κορυφαίων πρωταθλημάτων από τηλεόραση και χορηγίες

Το ευρωπαϊκό ποδόσφαιρο παραμένει εν μέσω κρίσης ένα από τα καλύτερα εμπορικά προϊόντα αφού η συγκεκριμένη αγορά χάρη στην ανάπτυξη που παρουσίασαν τα πέντε κορυφαία σε έσοδα ευρωπαϊκά πρωταθλήματα (Bundesliga, La Liga, Ligue 1, Premier League και Serie A) ξεπέρασε τα 20 δισεκατομμύρια ευρώ το 2013/14.

Ειδικότερα, το σύνολο των εσόδων των πέντε κορυφαίων πρωταθλημάτων αυξήθηκε κατά 15% και διαμορφώθηκε στα 11,3 δισεκατομμύρια ευρώ. Αυτό οφείλεται κυρίως στην αύξηση των εσόδων από ραδιοτηλεοπτικά δικαιώματα, πράγμα το οποίο επιβεβαιώνεται από το αυξανόμενο ενδιαφέρον των τηλεθεατών, αλλά και την αύξηση των εσόδων από εισιτήρια, χορηγίες και εμπορικά δικαιώματα.

Σύμφωνα με έρευνα της Deloitte, τα 11,3 δισεκατομμύρια ευρώ στα πέντε κορυφαία πρωταθλήματα προέκυψαν από:

• Τα δικαιώματα ραδιοτηλεοπτικής μετάδοσης τα οποία αυξήθηκαν κατά 18% σε 5,4 δισ., συνεισφέροντας το 48% των συνολικών εσόδων

• Τα έσοδα από χορηγίες και άλλες εμπορικές πηγές τα οποία αυξήθηκαν κατά 18% ώστε να φτάσουν τα 4 δισ. , το δεύτερο μεγαλύτερο στοιχείο επί του συνόλου των εσόδων με 35%.

• Τα έσοδα από εισιτήρια, τα οποία τις ημέρες των αγώνων αυξήθηκαν κατά 4% το 2013/14 και απέφεραν 1,9 δισ. ευρώ ή το 17% των εσόδων.

Θα πρέπει να σημειωθεί πως το αγγλικό πρωτάθλημα (Premier League) με έσοδα 3,9 δις ευρώ αντιπροσωπεύει περίπου το 20% των εσόδων όλων των ευρωπαϊκών πρωταθλημάτων!

Ο κ. Νταν Τζόουνς, Partner, Sports Business Group της Deloitte, σχολίασε:

«Κάθε ένα από τα πέντε κορυφαία πρωταθλήματα σημείωσε έσοδα ρεκόρ για τρίτη συνεχή χρονιά το 2013/14, αποδεικνύοντας για ακόμη μια φορά ότι το καλύτερο live ποδόσφαιρο παραμένει «premium ύλη» για ραδιοτηλεοπτική μετάδοση και ότι οι εμπορικοί συνεργάτες θα επενδύσουν γενναιόδωρα προκειμένου να συνδεθούν με τους ηγετικούς συλλόγους της Ευρώπης δεδομένου του παγκόσμιου προφίλ τους».

Αγγλία: Αύξηση εσόδων ύψους 29% (735εκ λίρες) το 2013/14 εμφάνισε η Premier League γεγονός το οποίο την αναδεικνύει ξανά ως το πρωτάθλημα με τα υψηλότερα έσοδα παγκοσμίως, 3,3 δισ. λίρες (3,9 δισ. ευρώ). Τα έσοδα από τις συμφωνίες για δικαιώματα ραδιοτηλεοπτικής μετάδοσης αυξήθηκαν κατά 48% (569 εκ. λίρες) με τις νέες εγχώριες και διεθνείς συμφωνίες να συνεισφέρουν κατά περισσότερο από τα τρία τέταρτα της ανάπτυξης του πρωταθλήματος.

Ο κ. Τζόουνς πρόσθεσε: «Το 2013/14 ακόμη και η ομάδα της Premier League με τα λιγότερα έσοδα από τα εγχώρια ραδιοτηλεοπτικά δικαιώματα, κέρδιζε περισσότερα από αυτή την οικονομική πηγή σε σύγκριση με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές ομάδες εκτός από πέντε. Σύμφωνα με πρόσφατες ανακοινώσεις εμπορικών συμφωνιών για φιλοξενία των μεγαλύτερων ομάδων, αναμένουμε ότι η Premier League θα ξεπεράσει την Bundesliga σε εμπορικά έσοδα και έτσι, θα ηγείται και στις τρεις κατηγορίες εσόδων από το 2014/15».

Γερμανία: Μια όγδοη συνεχή χρονιά αύξησης εσόδων βίωσε η Bundesliga κατακτώντας τη δεύτερη θέση πρωταθλήματος με τα υψηλότερα έσοδα στην Ευρώπη, με τα συνολικά της έσοδα να αυξάνονται κατά 13% (257εκ. ευρώ) φτάνοντας τα 2,3 δισ.ευρώ. Η νέα σειρά συμβολαίων για εγχώρια ραδιοτηλεοπτικά δικαιώματα για τη Bundesliga 1 και τη Bundesliga 2 άξιζε συνολικά περισσότερο από 50% επιπλέον σε σχέση με την αξία των προηγούμενων συμφωνιών δικαιωμάτων, ήδη η αξία των δικαιωμάτων της Bundesliga 1 παραμένει η χαμηλότερη ανάμεσα στα πέντε κορυφαία πρωταθλήματα.

Ισπανία: Οι ομάδες της La Liga συνολικά αύξησαν τα έσοδά τους κατά 3% (65 εκ. ευρώ) στα 1,9 δισ. το 2013/14, αλλά όλη αυτή η αύξηση αποδίδεται στους δυο συλλόγους της Μαδρίτης, με τους υπόλοιπους 18 συλλόγους να συγκεντρώνουν έσοδα χαμηλότερα από τον προηγούμενο χρόνο. Σε εγχώριο επίπεδο, το μεμονωμένο καθεστώς πώλησης συνέχισε να διαστρεβλώνει το οικονομικό τοπίο με τη La Liga. Το Μάιο του 2015, το ισπανικό Υπουργείο Αθλητισμού ανακοίνωσε με βασιλικό διάταγμα ότι από το 2016/17, τα δικαιώματα στο εγχώριο ισπανικό ποδόσφαιρο θα πουληθούν σε μια συλλογική βάση, με την ελπίδα ότι αυτή η κίνηση θα δημιουργήσει ένα πιο ελκυστικό και πιο καθαρό προϊόν για τους πιθανούς αναμεταδότες-συνεργάτες.

Ιταλία: Μια οριακή αύξηση 22 εκ. ευρώ (1%) των συνολικών εσόδων των ομάδων της Serie A σε 1,7 δισ. ευρώ το 2013/14 κάλυψε σημαντικές κινήσεις στην οικονομική επίδοση των πιο επιφανών ομάδων της Ιταλίας, οι οποίες επηρεάζονταν από το βαθμό συμμετοχής τους στην ευρωπαϊκή διοργάνωση. Πρόκειται για μια ακόμη απόδειξη ότι το ιταλικό ποδόσφαιρο εξαρτάται άμεσα από τα έσοδα από τη ραδιοτηλεοπτική μετάδοση, τα οποία αναλογώντας στο 59% των συνολικών εσόδων ήταν η υψηλότερη συνεισφορά από μια μόνο πηγή εσόδων ανάμεσα στα «πέντε κορυφαία» πρωταθλήματα.

Γαλλία: Τα συνολικά έσοδα για τη Ligue 1 αυξήθηκαν κατά 201 εκ. ευρώ (15%) φτάνοντας το 1,5 δισ. ευρώ το 2013/14, με την Παρί Σαν Ζερμέν να ηγείται με αύξηση εσόδων κατά 75 εκ. ευρώ. Ο μέσος όρος προσέλευσης θεατών στη Ligue 1 έφτασε στο υψηλότερο επίπεδο από το 2008/09, με τον αριθμό των θεατών κατά μέσο όρο στους αγώνες πρωταθλήματος να ξεπερνά τους 21.000, εξέλιξη η οποία αποτελεί συνέχεια των αναδιαμορφώσεων των γηπέδων αρκετών συλλόγων στην πορεία για το UEFA Euro 2016. Παρόλα αυτά, τα έσοδά της από τα εισιτήρια τις ημέρες των αγώνων αυξήθηκαν μόνο κατά 5 εκ. (4%) φτάνοντας τα 144 εκ., το 44% των οποίων προερχόταν από την Παρί Σαν Ζερμέν.

Οι πρωταθλητές των εσόδων

Αγγλία (Premier League) 3,9 δισ. ευρώ.

Γερμανία (Bundesliga) 2,3 δισ. ευρώ Ισπανία (La Liga) 1,9 δισ. ευρώ.

Ιταλία (Serie A) 1,7 δισ. ευρώ

Γαλλία (Legue 1) 1,5 δισ. ευρώ.

• Ακτινογραφία του τζίρου των κορυφαίων συλλόγων



Ποιος σταλήθεια νοιάζεται για το Κυπριακό Ποδόσφαιρο!

Οι αριθμοί και τα δεδομένα για το κυπριακό ποδόσφαιρο όπως παρουσιάζονται μέσα από την έρευνα του Πανεπιστημίου Λευκωσίας είναι πράγματι εντυπωσιακά! Δεν είναι τυχαίο το επιστημονικό άρθρο που τιτλοφορήσαμε πριν κάποια χρόνια με τίτλο “Cyprus: A Football Crazy Nation!” Εντυπωσιακά στοιχεία: 48.2% είναι οπαδοί κάποιας ομάδας! 270,000 ίσως και περισσότεροι Κύπριοι παρακολουθούν το ποδόσφαιρο και πολλά άλλα! Σήμερα δεν θα ασχοληθώ με τους αριθμούς και την ανάλυση τους.

Θα αναφερθώ στις αντιλήψεις του κόσμου για το Κυπριακό Ποδόσφαιρο. Το ποδόσφαιρο στην Κύπρο δεν είναι ούτε ο Γιαννής, ούτε ο Κωστής, ούτε ο Γιώργος η ο Παναής! Το ποδόσφαιρο δεν ανήκει σε κανένα! Είναι αυτές οι πολλές χιλιάδες ποδοσφαιρόφιλων. Αυτό είναι το ποδόσφαιρο, αυτοί που το ακολουθούν, το παρακολουθούν, που παίζουν από το επαγγελματικό στο αγροτικό, στο ερασιτεχνικό, στις ακαδημίες. Τι είπαν όλοι αυτοί για το ποδόσφαιρο; Το μήνυμα τους ξεκάθαρο και τεκμηριωμένο, γεμάτο ανησυχία.

Ακούει κανείς;

Το κυπριακό ποδόσφαιρο αποτελεί ένα προϊόν το οποίο έχει μια αξία (brand equity) παρά τα προβλήματα και τα κακά του. Για πόσο όμως θα συνεχίσει έτσι; Τα μηνύματα είναι ξεκάθαρα. Το κυπριακό ποδοσφαιρικό προϊόν βρίσκεται σε κίνδυνο. Οι καταναλωτές του προϊόντος είναι ξεκάθαρο ότι με τις απαντήσεις τους κρούουν τον κώδωνα του κινδύνου. Ξεκάθαρα μηνύματα: Ανάρμοστη συμπεριφορά των οπαδών, μειωμένη αξιοπιστία, το επίπεδο της διαιτησίας, διαφθορά στο χώρο του ποδοσφαίρου. Τι γίνεται για να προστατευθεί το προϊόν από όλους αυτούς τους κινδύνους; Κάποια βήματα έχουν γίνει, χρειάζονται πολλά, πάρα πολλά ακόμη. Ο ρόλος της κάθε εθνικής ποδοσφαιρικής ομοσπονδίας είναι να το



προστατεύσει και να το αναπτύξει στρατηγικά το προϊόν. Ούτε το ένα γίνεται ούτε το άλλο δυστυχώς! Για να προχωρήσω ένα βήμα πιο κάτω να αναφέρω ότι η ζήτηση του ποδοσφαιρικού προϊόντος εξαρτάται σε πολύ μεγάλο βαθμό από την φύση και την ποιότητα του ποδοσφαιρικού θεάματος όπως το αντιλαμβάνεται ο καταναλωτής. Αν τελικά λόγω όλων των πιο πάνω, καταλήξη η παρακολούθηση ενός αγώνα, είτε στο γήπεδο είτε στην τηλεόραση, να είναι ένα κατώτερο αγαθό (inferior good) τότε τι θα γίνει; Θα συνεχίσει ο κόσμος να ενημερώνεται γιατί αγαπά το ποδόσφαιρο αλλά δεν θα το καταναλώνει; Τι παρακινεί τον κόσμο να «καταναλώσει» το ποδοσφαιρικό προϊόν; Μια σειρά από λόγους που δεν θα τους αναπτύξω εδώ. Να ξέρουμε όμως ότι οι αντιλήψεις του καταναλωτή αποτελούν κυρίαρχο στοιχείο σε όλη αυτή την διαδικασία κατανάλωσης. Η ΚΟΠ ακούει, έχει πάρει τα μηνύματα, προβληματίζεται για τις αντιλήψεις των καταναλωτών του προϊόντος της; Ας ακούσουν πριν είναι αργά! Ας δουν κάποια από τα στοιχεία και από τις ξεκάθαρες ενδείξεις όπως παρουσιάζονται στην έρευνα και το πιο σημαντικό ας κάμουν κάτι!

Αντίθετα όμως: Ακούει κανείς ή καλύτερα νοιάζεται κανείς!

Νίκος Καρτακούλλης
καθηγητής Πανεπιστημίου,
πρώην πρόεδρος του ΚΟΑ.

ERG_16-16_inn_8 & 9 7/21/15 11:37 AM Page 1

Συνέντευξη

ΠΕΜΠΤΟΥΣΙΑ...

Πράσινη Ανάπτυξη

με τον α.γ.γ. της ΣΕΚ **Ανδρέα Φ. Μάτσα**

1 Στόχευση για δημιουργία πράσινης ανάπτυξης. Η οικονομική ύφεση, η απορρύθμιση της αγοράς εργασίας, η στόχευση για δημιουργία ανάπτυξης και η ανάγκη για εξεύρεση εναλλακτικών επιλογών δημιουργίας νέων θέσεων εργασίας, μπορούν να προκαλέσουν τις ικανές και δυνατές συνθήκες για προώθηση, διεύρυνση και εμβάθυνση της πράσινης ανάπτυξης και των πράσινων θέσεων εργασίας.

Η ύπαρξη ενός καλά θεσμοθετημένου συστήματος τριμερούς συνεργασίας και καθορισμού πολιτικών μέσα από τη διαδικασία του κοινωνικού διαλόγου, όπως είναι το Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα, η Συμβουλευτική Οικονομική Επιτροπή και η Εθνική Επιτροπή Απασχόλησης, μπορούν και πρέπει να αξιοποιηθούν και να λειτουργήσουν καταλυτικά προς αυτή την κατεύθυνση.

2 Επιβαλλόμενη η συνεργασία με Κοινωνικούς Εταίρους. Η ύπαρξη επαρκούς εδάφους και θεσμοθετημένων διαδικασιών και εργαλείων για στοχευμένο σχεδιασμό μιας ολοκληρωμένης πολιτικής πράσινης απασχόλησης, επιβάλλει τη συνεργασία ανάμεσα στους κοινωνικούς εταίρους, το Υπουργείο Εργασίας, το Υπουργείο Ενέργειας και το Υπουργείο Οικονομικών, έτσι ώστε να λειτουργήσουν συντεταγμένα, στο πλαίσιο της απαιτούμενης κοινωνικής συναίνεσης. Επιπρόσθετα, ο ρόλος της ΑνΑΔ θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα αναβαθμισμένος προς αυτή την κατεύθυνση έτσι ώστε να μπορέσει να υποστηρίξει τον σχεδιασμό και την προώθηση της απαιτούμενης κατάρτισης, για να υπάρξει ολοκληρωμένο και υλοποιήσιμο σχέδιο Εθνικής Στρατηγικής Απασχόλησης βασισμένο στην πράσινη οικονομία.

3 Απαραίτητη η προώθηση της δημιουργίας μιας παγκόσμιας βάσης κοινωνικής προστασίας. Βασική προϋπόθεση για τα όποια επόμενα βήματα, αποτελεί η κατανόηση της μη βιώσιμης χρήσης της ενέργειας και των υφιστάμενων πηγών, όπως επίσης και η ανάγκη για επανατοποθέτηση της ατζέντας που αφορά την αειφόρο ανάπτυξη λαμβάνοντας υπόψη την τρέχουσα οικονομική ύφεση, τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρύτερα Ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο. Στην ίδια βάση, είναι απαραίτητη η προώθηση της δημιουργίας μιας παγκόσμιας βάσης κοινωνικής προστασίας, φορολόγησης των οικονομικών συναλλαγών και σημαντική αύξηση των «πράσινων και αξιοπρεπών» θέσεων εργασίας, σε συνάρτηση και με τη διακήρυξη του Ρίο +20 για αύξησή τους κατά 50% μέχρι το 2015, στόχος που δυστυχώς δεν έχει ακόμα επιτευχθεί.

4 Έμφαση στις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Επιβεβλημένη είναι και η δημιουργία μιας μακροπρόθεσμης πολιτικής, σε συνδυασμό με ανάλογη επενδυτική ατζέντα, που να ξεπερνά τις πρόνοιες της Στρατηγικής Ευρώπη 2020 έτσι ώστε να ενδυναμώνεται η ατζέντα της αειφόρου οικονομικής ανάπτυξης, μέσα από μια συνύπαρξη και ισότιμη προώθηση της κοινωνικής, περιβαλλοντικής και οικονομικής διάστασης. Παράλληλα, θα πρέπει να δοθεί στην ανακύκλωση και στη διαχείριση αποβλήτων, όπως επίσης και στη στόχευση και επένδυση στον οικολογικό τουρισμό. Ομοίως, επιβάλλεται η επένδυση σε προγράμματα εκπαίδευσης και κατάρτισης απευθυνόμενα σε σπουδαστές, εργαζόμενους και ανέργους για προώθηση των απαιτούμενων δεξιοτήτων στη βάση της πράσινης και αειφόρου οικονομίας και της δημιουργίας πράσινων, αξιοπρεπών και ποιοτικών θέσεων εργασίας. Τέλος, η περαιτέρω βελτίωση της θεσμικής παρεμβατικότητας θα μπορεί να επιτευχθεί μέσα από τη δημιουργία του Συνηγόρου (Ombudsman) σε Ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο, όπως επίσης και ενός τριμερούς Συμβουλίου αειφόρου ανάπτυξης. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο είναι απαραίτητη η ενδυνάμωση της βιομηχανικής δημοκρατίας ενδυναμώνοντας τη διαδικασία ενημέρωσης και διαβούλευσης των εργαζομένων, όπως επίσης και του συμμετοχικού τους ρόλου σε θέματα που αφορούν την αειφόρο ανάπτυξη.



Τρισάγιο στον Τύμβο στη μνήμη των πεσόντων της εισβολής

Με τρισάγιο στον Τύμβο της Μακεδονίτισσας, οι Σύνδεσμοι Αγωνιστών ΕΟΚΑ η ΣΕΚ και άλλοι οργανωμένοι φορείς τίμησαν την περασμένη Παρασκευή 17 Ιουλίου τη μνήμη των Ελλαδιτών και Κυπρίων αξιωματικών και οπλιτών και όλων των πεσόντων της τουρκικής εισβολής του 1974.

Στεφάνια κατέθεσαν εκ μέρους του προέδρου της Δημοκρατίας ,ο Υπουργός Άμυνας, ο Πρέσβης της Ελλάδος και εκπρόσωποι κομμάτων, φορέων και οργανώσεων.

Εκ μέρους της ΣΕΚ κατέθεσε στεφάνι ο αναπληρωτής γενικός γραμματέας της ΣΕΚ **Ανδρέας Φ. Μάτσας (φωτό).**



Στην παρουσία του υπουργού Άμυνας, Χριστόφορου Φωκαΐδη του Πρέσβη της Ελλάδος στην Κύπρο Ηλία Φωτόπουλου και άλλων επισήμων, τελέστηκε τρισάγιο του οποίου προέστη ο Χωρεπίσκοπος Μεσαορίας Γρηγόριος. Κύριος ομιλητής ήταν ο πρώην Δήμαρχος Λάρνακας **Γεώργιος Λυκούργος** ο οποίος εξήρε τη θυσία των πεσόντων υπέρ βωμών και εστιών.



Το επίσημο μνημόσυνο για όσους έπεσαν κατά την τουρκική εισβολή τελέστηκε προχθές Δευτέρα στον Ιερό Ναό Παναγίας Φανερωμένης στη Λευκωσία, προϊσταμένου του Αρχιεπισκόπου Χρυσοστόμου. Ψάληκε δέηση για απελευθέρωση της Κύπρου, επιστροφή των προσφύγων στις πατρογονικές του εστίες και διακρίβωση της τύχης όλων των αγνοουμένων.

Σε επιμνημόσυνο λόγο που εκφώνησε ο Κυβερνητικός Εκπρόσωπος, **Νίκος Χριστοδουλίδης**, σημείωσε μεταξύ άλλων πως «από το 1974 μέχρι σήμερα μετρούμε ανοικτές πληγές στο σώμα του μαρτυρικού αυτού νησιού και στις ψυχές των ανθρώπων του. Πληγές που παραμένουν ακόμα ανοικτές εφόσον για περισσότερο από τέσσερις δεκαετίες η Κύπρος και ο λαός της βιώνουν και υποφέρουν καθημερινά τις τραγικές συνέπειες της τουρκικής εισβολής».

Εντείνεται η ανησυχία της ΣΕΚ για την χαμηλή παραγωγικότητα

Η ΣΕΚ όπως κατ' επανάληψη υπέδειξε, θεωρεί τη χαμηλή παραγωγικότητα ως την αχίλλειο πτέρνα της οικονομίας και προς αυτή την κατεύθυνση θα πρέπει να τροχιοδρομηθούν συγκεκριμένες πολιτικές.

Στην επιστολή που στάληκε στην υπουργό Εργασίας στις 23 Ιουνίου 2015 τονίζεται: «Έχουμε την άποψη πως τώρα – έστω και καθυστερημένα – χρειάζεται να γίνει ένας πειστικός και τεκμηριωμένος απολογισμός που να δείχνει τι έγινε από το 2007 μέχρι σήμερα στο κεφάλαιο παραγωγικότητα. Πόσο αυτή αυξήθηκε σαν αποτέλεσμα της οποιασδήποτε υλοποίησης του Εθνικού Προγράμματος, τι δαπάνες έγιναν προς αυτή την κατεύθυνση και πως προχωρούμε τα επόμενα χρόνια;

• Ο δείκτης παραγωγικότητας στην Κύπρο είναι κάτω από τον μέσο όρο της Ε.Ε. Βρίσκεται στην 15η θέση με 94.5%. Την πρωτιά κατέχει το Λουξεμβούργο με 160%

Φρονούμε λοιπόν πως είναι η ώρα για μια συνολική αποτίμηση του κεφαλαίου παραγωγικότητα, με την αυστηρή παρατήρηση πως η ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας της οικονομίας δεν μπορεί να επέλθει μόνο μέσα από την μείωση των μισθών, την περιθωριοποίηση της ΑΤΑ και τη συρρίκνωση άλλων ωφελημάτων που απολαμβάνουν οι εργαζόμενοι.

Στο Παγκύπριο Συμβούλιο Παραγωγικότητας, το οποίο δυστυχώς δεν συνήλθε σε συνεδρία τα τελευταία χρόνια, μετέχει η Κυβέρνηση και οι Κοινωνικοί της εταίροι, (εργοδότες και συντεχνίες), στο πιο ψηλό επίπεδο και λειτουργεί κάτω από την ευθύνη και πολιτική εποπτεία του εκάστοτε υπουργού Εργασίας».

