



ΕΙΔΗΣΗ

Σημαντικές μισθολογικές αυξήσεις για τους εργαζόμενους της Swissport (Passenger Service)



σελ.3

ΠΑΡΑΤΕΤΑΜΕΝΗ ΟΡΘΟΣΤΑΣΙΑ

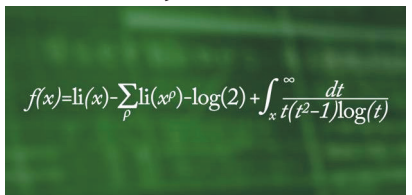
Εκστρατεία ενημέρωσης από την Ο.Ι.Υ.Κ. - ΣΕΚ



σελ.8

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ

Πολιτική των αρχών ή των πρόσκαιρων μαθηματικών πράξεων;



Ανδρέας Φ. Μάτσας
Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

σελ.9

Κοινό υπόμνημα ΣΕΚ και άλλων οργανώσεων για μέτρα στήριξης κατά της ακρίβειας

Η ουσιαστική ενίσχυση των εισοδημάτων περνάει μέσα από μεταρρυθμίσεις

Την ολιστική αντιμετώπιση του προβλήματος της ακρίβειας με την υιοθέτηση συγκεκριμένων μέτρων, προτείνουν συνδικαλιστικές και άλλες οργανώσεις πολιτών, με υπόμνημα το οποίο απέστειλαν την περασμένη βδομάδα στον Πρόεδρο της Δημοκρατίας, ο οποίος ανταποκρίθηκε στο κάλεσμα τους για συνάντηση τη Δευτέρα 21/10/24.

Η ΣΕΚ επαναλαμβάνει πως πέραν από τα μέτρα για αντιμετώπιση της ακρίβειας σημαντικό ρόλο θα διαδραματίσουν ουσιαστικές μεταρρυθμίσεις ενίσχυσης του διαθέσιμου εισοδήματος των εργαζομένων. Αυτές οι μεταρρυθμίσεις περιλαμβάνουν το συνταξιοδοτικό, τη φορολογία με βάση το ισοδύναμο οικογενειακό εισόδημα σε συνάρτηση με τον αριθμό και την ηλικία των μελών της οικογένειας, και την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων στη βάση των ευρωπαϊκών οδηγιών και κατευθύνσεων. Παράλληλα, η ΣΕΚ θεωρεί πως η αναπροσαρμογή του Εθνικού κατώτατου μισθού ώστε να λαμβάνεται υπόψη και το κόστος διαβίωσης αλλά και η ωριαία απόδοση του, αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι αυτής της αναπροσαρμογής και του Κοινωνικού Διαλόγου. Η ΣΕΚ επαναλαμβάνει τη θέση πως οποιαδήποτε μέτρα κατά της ακρίβειας είναι καλοδεχούμενα αλλά προφανώς δεν θα επιλύσουν το πρόβλημα της διάβρωσης των εισοδημάτων, ειδικά σε ότι αφορά τα χαμηλά και μεσαία εισοδηματικά στρώματα, τα



οποία έχουν πληγεί περισσότερο από τις έντονες πληθωριστικές πιέσεις των τελευταίων ετών, κάτι που φάνηκε και στα πρόσφατα στοιχεία της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου. Επομένως, αυτό που χρειάζεται είναι να προχωρήσουν αμέσως και χωρίς άλλη καθυστέρηση οι πιο πάνω μεταρρυθμίσεις, μέσα από ένα καλά δομημένο και συγκροτημένο κοινωνικό διάλογο.

Στο υπόμνημα τονίζεται ότι παρά το γεγονός ότι ο πληθωρισμός το 2024 σε σχέση με το 2023 παρουσιάζεται μειωμένος, εντούτοις το αυξημένο κόστος διαβίωσης, τα ψηλά επιτόκια και το αυξημένο κόστος ενοικίου και απόκτησης κατοικίας έχουν δημιουργήσει ένα ιδιαίτερα πιεστικό περιβάλλον στα νοικοκυριά.

Ενδεικτικά αναφέρεται πως ο γενικός δείκτης τιμών την τελευταία τριετία ανήλθε στο 14,9% ενώ στην κατηγορία στέγαση, ύδρευση, ηλεκτρικό ρεύμα, υγραέριο, καύσιμα επήλθε αύξηση κατά 28,3% ενώ στο ηλεκτρικό ρεύμα κατά 48,9%. Παράλληλα, στο υπόμνημα τονίζεται πως τα στοιχεία που έχει πρόσφατα ανακοινώσει η Στατιστική Υπηρεσία επιβεβαιώνουν πως η θετική πορεία της οικονομίας δεν αντικατοπτρίζεται στις απολαβές των εργαζομένων οι οποίες παραμένουν χαμηλές, ομοίως και οι συντάξεις μεγάλου ποσοστού συνταξιούχων. Ταυτόχρονα, γίνεται αναφορά στα έσοδα του κράτους που έχουν αυξηθεί κατά 1 δισ. ευρώ σε σύγκριση με την αντίστοιχη περίοδο του 2023. Σελ 5

Η ψυχική και σωματική υγεία προάγει την αξιοπρέπεια και την ευημερία στην εργασία

Η ψυχική και σωματική υγεία των εργαζομένων αποτελεί κυρίαρχο ζήτημα το οποίο τείνει να εξελισσεται σε πραγματική πανδημία, με αναρίθμητες επιπτώσεις στην ευημερία και ευεξία των πολιτών, στην κοινωνική συνοχή και στα οικονομικά ενός κράτος.

Η ΣΕΚ τα τελευταία χρόνια έχει κρούσει επανειλημμένα το καμπανάκι κινδύνου για την ανάγκη στρατηγικής προώθησης τεκμηριωμένων και συμπεριληπτικών μέτρων και πολιτικών, που θα θέσουν οριστικό φραγμό σε απaráδεκτες συμπεριφορές μέσα στην εργασία που μετατρέπουν εργαζόμενους σε ζωντανούς νεκρούς.

Η ψυχική υγεία των εργαζομένων δεν αποτελεί παιχνίδι στα χέρια είτε προϊσταμένων, είτε συναδέλφων που αποφασίζουν είτε με ανεπιθύμητες συμπεριφορές, είτε με υπερβολικές απαιτήσεις να δημιουργούν ανυπόφορες συνθήκες εργασίας, εξαναγκάζοντας εργαζόμενους ακόμη και σε παραίτηση.

Για τη ΣΕΚ η αξιοπρέπεια στην εργασία είναι

αδιαπραγμάτευτη και στο πλαίσιο αυτό το Κίνημα δημιούργησε τον τελευταίο χρόνο Γραμμή στήριξης 77775575 σε θύματα εργασιακού εκφοβισμού και βίας στην εργασία. Οι σχεδόν καθημερινές κλήσεις που λαμβάνει η τηλεφωνική γραμμή, επιβεβαιώνει δυστυχώς με τον πιο γλαφυρό τρόπο την πρόσφατη έρευνα της ΣΕΚ ότι στην Κύπρο 1 στους 2 εργαζόμενους βιώνει εργασιακό εκφοβισμό.

Για όλους τους πιο πάνω λόγους η ΣΕΚ επαναφέρει επιτακτικά την ανάγκη όπως η Βουλή (άρχισε η συζήτηση χθες Τρίτη) προχωρήσει άμεσα στην κύρωση της σύμβασης της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας C190, για τη βία και την παρενόχληση, η οποία θα καλύψει τα νομοθετικά κενά, στηρίζοντας αποτελεσματικά εργαζόμενους που προβαίνουν σε καταγγελίες.

Στο ζήτημα των ψυχοκοινωνικών κινδύνων έχει εγκύψει και η Εκτελεστική Επιτροπή της ETUC η οποία από το 2018 εκφράζει με σαφήνεια τη θέση για την εξασφάλιση μιας Ευ-

ρωπαϊκής Οδηγίας για την Υγεία και Ασφάλεια σχετικά με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους. Σε συνεδρία της που βρίσκεται αυτές τις μέρες σε εξέλιξη στις Βρυξέλλες, καταθέτει έγγραφο για τις προτάσεις που θα πρέπει να περιλαμβάνονται στην οδηγία με στόχο τη μείωση του εργασιακού άγχους, με τη συμβολή των κοινωνικών εταίρων.

Είμαστε υποχρεωμένοι να επενδύουμε στην πρόληψη και στην αντιμετώπιση των κινδύνων στους χώρους εργασίας που επηρεάζουν την απόδοση των εργαζομένων σε βάρος της παραγωγικότητας τους.

Το περιβάλλον εργασίας διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχοσωματική κατάσταση των εργαζομένων. Ένας χώρος που θα πρέπει να ενθαρρύνει τη συνεργασία, την υποστήριξη και τη θετική ψυχική υγεία. Ας ενώσουμε δυνάμεις για να καταστήσουμε τους χώρους εργασίας πόλους έλξης με όλες τις θετικές επιδράσεις. Εμείς δηλώνουμε παρόντες σε κάθε κάλεσμα.

Επέκταση συλλογικών συμβάσεων και στον ιδιωτικό τομέα

✎ Μόνο έτσι θα προστατευθούν όλοι οι εργαζόμενοι

Ραγδαία η ετήσια άνοδος των τιμών σε αρκετά είδη τροφίμων

✎ Οι αρμόδιες υπηρεσίες θα πρέπει να κοιτάξουν σοβαρά το ζήτημα

Για τη ΣΕΚ η αναπροσαρμογή του κατώτατου μισθού είναι απαραίτητη

✎ Και να συμβαδίζει με το κόστος διαβίωσης και τις ώρες απασχόλησης

ΑΤΑ για όλους τους εργαζόμενους του τόπου

✎ Το συνδικαλιστικό κίνημα έχει ενιαία γραμμή επί τούτου

Τώρα είναι η ώρα αποφάσεων για ισχυρό κράτος πρόνοιας

✎ Πλεόνασμα ρεκόρ ανακοίνωσε η κυβέρνηση, πέραν του ενός δισ.

Ιδιαίτερη χαρά μας πρόσφερε η Εθνική Ελλάδας στο ποδόσφαιρο

✎ Η αγαπημένη ομάδα των απανταχού Ελλήνων

Κάνουμε κάλεσμα στην κυβέρνηση να ξεκινήσει διάλογο για μεταρρυθμίσεις

✎ Μόνο μέσα από τις μεταρρυθμίσεις θα ενισχυθούν και τα εισοδήματα

Ηαγοραστική δύναμη των εργαζομένων διαβρώθηκε τα τελευταία χρόνια

✎ Αλλά κάποιοι επιμένουν να στοχοποιούν την ΑΤΑ

Φορολογία στη βάση της ρύπανσης και όχι της εργασίας

✎ Και αντισταθμιστικά μέτρα για ενίσχυση της κοινωνικής συνοχής

Ωραία τα συνθήματα για στοχευμένες αυξήσεις μισθών

✎ Κάποιοι να σεβαστούν επιτέλους τους εργαζομένους

Να επιταχυνθεί η υλοποίηση του Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας

✎ Είμαστε πίσω στους στόχους μας και αυτό μας ανησυχεί ιδιαίτερα

Ηαναβάθμιση της παραγωγικότητας δεν είναι σύνθημα

✎ Θα πρέπει να βρίσκεται στο επίκεντρο της κάθε κυβέρνησης

“... Τους κύκλους τάραττε”

• Αρχισε η συζήτηση χθες στη Βουλή για τη νομοθεσία που ετοιμάστηκε στο πλαίσιο της επικείμενης κύρωσης της σύμβασης C190 για την παρενόχληση και βία στην εργασία.



Της Δέσποινας Ησαΐα

Για τη ΣΕΚ αποτελεί μια διαχρονική διεκδίκηση η κάλυψη του σοβαρού κενού σε σχέση με την προώθηση καταγγελιών για τον εργασιακό εκφοβισμό που καλυπτόταν μόνο στη βάση της διάκρισης του φύλου. Δηλαδή θα έπρεπε να αποδειχθεί ότι η απρεπής συμπεριφορά σε βάρος εργαζομένων γινόταν αποκλειστικά επειδή το θύμα είναι του αντίθετου φύλου. Καταντήσαμε γραφικοί από τις συνεχείς εκκλήσεις μας προς την

πολιτεία να προβεί σε ενέργειες για επανόρθωση αυτού του σοβαρού κενού.

Ευτυχώς που υπάρχουν Ευρωπαϊκές οδηγίες και συμβάσεις της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας που μας βάζουν τα δυο μας πόδια μέσα σε ένα παπούτσι για να ενσωματώσουμε οδηγίες στο Εθνικό μας δίκαιο να κυρώσουμε Διεθνείς Συμβάσεις.

Παρόλα αυτά έστω και με αυτές τις προϋποθέσεις το υπουργείο Εργασίας ανταποκρίθηκε στην ύστατη μας έκκληση ότι θα πρέπει να επισπευσθεί η κύρωση της σύμβασης για να υπάρχει η δυνατότητα ανταπόκρισης των θεσμών στις καταγγελίες.

• Πως θα διασφαλίσεις τη ψυχική υγεία των ανθρώπων όταν στον χώρο εργασίας παρατηρούνται ανεπιθύμητες συμπεριφορές; Πόσες φορές να λαμβάνεις αρνητικές απαντήσεις

από κρατικούς θεσμούς ότι μια καταγγελία για εργασιακό εκφοβισμό δεν μπορεί να προχωρήσει λόγω απουσίας νομοθεσίας; Η τα παρατάς και φεύγεις ή μένεις στο σπίτι με άδεια ασθένειας γιατί αδυνατείς να ανταποκριθείς στις απαιτήσεις της εργασίας. Αυτό επιθυμούμαι;

• Η αξιοπρέπεια στην εργασία περνά μέσα από τις συλλογικές συμβάσεις. Και αυτό πλέον είναι αποδεδειγμένο. Η ενότητα των εργαζομένων είναι αυτή που μπορεί να τα βάλει με νοοτροπίες και απαίδευτα μυαλά. Σε όσες επιχειρήσεις υπάρχουν συλλογικές συμβάσεις εργασίας τέτοια φαινόμενα περιορίζονται στο ελάχιστο. Και χωρίς ίχνος υπερβολής η συλλογική σύμβαση πολλές φορές από μόνη της αποτελεί ισχυρότερο αποτρεπτικό παράγοντα ακόμη και από μια νομοθεσία.

Μήπως τελικά υπάρχει καρτέλ και στα τρόφιμα;

Το γεγονός πως ο γενικός δείκτης τιμών τους τελευταίους μήνες παρουσίασε αποκλιμάκωση ενώ την ίδια ώρα οι τιμές σε αρκετά είδη τροφίμων διατηρούνται σε υψηλά επίπεδα θα πρέπει να προβληματίσει τις αρμόδιες αρχές και υπηρεσίες του κράτους. Ασφαλώς, υπάρχει ζήτημα ακριβείας σε πολλά είδη τροφίμων τα οποία αποτελούν και βασικά προϊόντα για τους καταναλωτές. Το ότι υπάρχει θέμα ακριβείας στην Κύπρο σε αρκετά είδη τροφίμων δεν το λέμε μόνο εμείς αλλά φαίνεται και από τα στοιχεία της Ευρωπαϊκής Στατιστικής Υπηρεσίας (Eurostat).

Τελικά, μήπως έχει δημιουργηθεί καρτέλ και στα τρόφιμα το οποίο ανεβάζει τις τιμές; Διότι ακόμα και στις λαϊκές αγορές όπου υπάρχει πληθώρα προϊόντων, παραγωγών και πωλητών και εκεί οι τιμές είναι ακριβές. Τα πιο πάνω αποτελούν πρόκληση και για την ίδια την κυβέρνηση. Οι αρμόδιες υπηρεσίες του κράτους έχουν ρόλο να δραματίσουν σε αυτό το ζήτημα. Σίγουρα, σε μια ελεύθερη αγορά οι δυνάμεις της αγοράς καθορίζουν και τις τιμές. Όμως, εκεί όπου η ελεύθερη αγορά αποτυγχάνει γιατί ορισμένοι πιθανόν αποφάσισαν να καθορίσουν τις τιμές τότε το κράτος έχει καθοριστικό ρόλο να διαδραματίσει. Οι αρμόδιες κρατικές υπηρεσίες πρέπει να επιδείξουν την ανάλογη αποφασιστικότητα και να προστατεύσουν τους καταναλωτές από κάθε λογική κερδοσκοπίας και αισχροκέρδειας. Σημαντικότερο ρόλο σε αυτό έχει και η Επιτροπή Προστασίας Ανταγωνισμού (ΕΠΑ).

**Του Γιώργου Πυρίση
Υπεύθυνος Τμήματος
Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ**

Ενδεικτικά να αναφέρουμε πως η ετήσια μεταβολή του Εναρμονισμένου ΔTK για την Κύπρο στο τέλος Αυγούστου του 2024, με βάση τα στοιχεία της Eurostat, ήταν 16.2% στα λαχανικά (στην Ευρωζώνη ήταν 1.4%), στις πατάτες ήταν 29.2% (στην Ευρωζώνη ήταν 2.4%), στο ελαιόλαδο η ετήσια μεταβολή ήταν 62.4% (στην Ευρωζώνη ήταν 30.1%). Στο ψωμί

η ετήσια μεταβολή στην Κύπρο ήταν στο 3.3% ενώ στην Ευρωζώνη η αντίστοιχη μεταβολή ήταν στο 1.3%.

Είτε το θέλουμε είτε όχι μεγάλο ποσοστό των καταναλωτικών δαπανών στην Κύπρο αφορά την κατηγορία των τροφίμων. Γιατί όσες αυξήσεις και εάν λάβουν οι εργα-

ζόμενοι εάν υπάρχουν πιθανά καρτέλ σε κάποιους τομείς της οικονομίας, τότε οι αυξήσεις αυτές είναι δώρο άδωρο, αφού δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος. Οι εργαζόμενοι-καταναλωτές δεν ευθύνονται σε τίποτα εάν ορισμένοι αποφάσισαν να «παίξουν» με άλλους όρους παιγνιδιού. Είναι επομένως απαραίτητο οι κρατικές υπηρεσίες να εξετάσουν σοβαρά το ζήτημα ενός πιθανού καθορισμού τιμών στα τρόφιμα. Και αυτό δεν αφορά μόνο τους εργαζόμενους αλλά και τις υγιείς επιχειρήσεις και τους σωστούς επιχειρηματίες. Γιατί εάν οι τιμές αυξάνονται γιατί κάποιοι καθορίζουν τις τιμές και οι εργαζόμενοι δικαίως ζητούν αυξήσεις στις απολαβές για να αντισταθίσουν την απώλεια της αγοραστικής τους δύναμης τότε αυτό πλήττει και τις επιχειρήσεις και τους επιχειρηματίες οι οποίοι είναι σωστοί. Η ώρα των δράσεων έχει φτάσει για την κυβέρνηση. Θα πρέπει στο συγκεκριμένο ζήτημα να περάσει από τα λόγια στις πράξεις. Η κυβέρνηση θα πρέπει να αποδείξει πως σέβεται στην πράξη τον Κοινωνικό Διάλογο και να αφουγκραστεί τις ανάγκες των χαμηλών και μεσαίων εισοδηματικών ομάδων και ιδιαίτερα τις θέσεις της ΣΕΚ και των υπόλοιπων συνδικαλιστικών οργανώσεων.

“ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ”

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

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



ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2024

Τετάρτη 16 Οκτωβρίου	Πέμπτη 17 Οκτωβρίου	Παρασκευή 18 Οκτωβρίου	Σάββατο 19 Οκτωβρίου	Κυριακή 20 Οκτωβρίου	Δευτέρα 21 Οκτωβρίου	Τρίτη 22 Οκτωβρίου
Μάρτυρος Λογγίνου του εκατοντάρχου, Μαρτύρων Δομητίου Δομνίνου Λεοντίου και Τερεντίου	Αγίου Αντιγόνου, Αγίου Ευπρεπίου μάρτυρος	Λουκά του Ευαγγελιστού, Αγίου Μαρίνου του γέροντος	Οσίας Κλεοπάτρας, Αγίου Φίλωνος μάρτυρος	Οσιομάρτυρος Ευκράτους, Αγίας Ούρσουλας, Ιερομάρτυρος Σωκράτους πρεσβυτέρου εν Αγκύρα	Οσίου Αβερκίου επισκόπου Ιεραπόλεως	Ιακώβου Αποστόλου του αδελφοθέου

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

**Εγκρίθηκε η κατ' αρχήν συμφωνία
Για την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης
εργασίας στη «Larnaca Public Transport»**



Επιτεύχθηκε κατ' αρχήν συμφωνία για την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης εργασίας στην εταιρεία «Larnaca Public Transport» μετά από πρόταση του Τμήματος Εργασιακών Σχέσεων, όπως ανακοίνωσαν οι διαπραγματευτικές και τοπικές Επιτροπές των συντεχνιών ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ, ΣΕΓΔΑΜΕΛΙΝ-ΠΕΟ και ΔΕΕ ΕΜΠΟΡΙΚΩΝ - ΔΕΟΚ.

Ως αποτέλεσμα της συμφωνίας, αναστάληκε η 24ωρη απεργία που ήταν προγραμματισμένη για τις 9 Οκτωβρίου και όλα τα δρομολόγια στην επαρχία Λάρνακας διεξήχθησαν κανονικά.

Η συμφωνία προβλέπει 38ωρη εβδομαδιαία εργασία, βασικές γενικές αυξήσεις στους μισθούς, καθώς και πρόσθετες ρυθμίσεις που βελτιώνουν τις συνθήκες εργασίας των εργαζομένων.

Στη γενική συνέλευση που ακολούθησε, οι εργαζόμενοι ενέκριναν τη συμφωνία, με αποτέλεσμα την επίσημη ανανέωση της Συλλογικής

Σύμβασης μέχρι το τέλος του 2025.

Σε δηλώσεις του, ο Γενικός Γραμματέας της Ομοσπονδίας Μεταφορών, Πετρελαιοειδών και Γεωργίας Κύπρου (ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ), **Χαράλαμπος Αυγουστή**, χαρακτήρισε την εξέλιξη πολύ θετική, τονίζοντας ότι βελτιώνονται και διασφαλίζονται τα εργασιακά δικαιώματα των εργαζομένων, διατηρώντας την εργασιακή ειρήνη για τα επόμενα σχεδόν δύο χρόνια.

«Η συμφωνία ξεκαθαρίζει θέματα δρομολογίων, τα οποία σχετίζονται με τις ώρες οδήγησης και τα διαλείμματα των οδηγών, κάνοντάς τα πιο ανθρώπινα», ανέφερε.

Ο κ. Αυγουστή πρόσθεσε ότι η προσπάθεια της Ομοσπονδίας του είναι το επάγγελμα του οδηγού λεωφορείου να γίνει πιο ελκυστικό, ώστε να προσελκύσουν νέους και να καλυφθεί η έλλειψη οδηγών, την οποία επικαλούνται συνεχώς οι εταιρείες.



**Αναστολή απεργιακών κινητοποιήσεων
αποφάσισαν οι συντεχνίες του ΡΙΚ**

Την απόφαση για αναστολή των απεργιακών κινητοποιήσεων που θα γίνονταν περασμένη Πέμπτη, 10 Οκτωβρίου αλλά και τις εξαγγελθείσες για την επόμενη εβδομάδα καθημερινές στάσεις εργασίας μετά την τοποθέτηση του Προέδρου της Δημοκρατίας Νίκου Χριστοδουλίδη, στην εκδήλωση του ΡΙΚ «Τιμές Ένεκεν», αποφάσισαν οι συντεχνίες εργαζομένων του ΡΙΚ, σύμφωνα με σχετική ανακοίνωση.

Υπενθυμίζεται ότι, ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας αναφερόμενος στο θέμα της μη καταβολής συνταξιοδοτικών ωφελημάτων σε εργαζομένους που συνταξιοδοτήθηκαν το 2023 και το 2024 διαβεβαίωσε τους «εργαζόμενους που δυστυχώς έφθασαν στο σημείο να εκλιπαρούν για τα δικαιώματά τους, ότι δεν θα επιτρέψουμε να αδικηθεί κανένας. Δεν έχει νόημα να κάνουμε τέτοιες εκδηλώσεις, δεν έχει νόημα να τιμούμε ανθρώπους για την προσφορά τους, αλλά να μην τους καταβάλλουμε τα συνταξιοδοτικά τους ωφελήματα. Αυτά τα φαινόμενα μας προσβάλλουν ως πολιτεία, αλλά και ως κοινωνία. Και θέλω να σας ενημερώσω ότι με οδηγίες μου, οι συναρμόδιοι υπουργοί επεξεργάζονται ήδη συγκεκριμένα σχέδια και θα επιλύσουμε οριστικά το συγκεκριμένο θέμα».

Οι συντεχνίες, καταληκτικά απευθύνουν έκκληση στο ΡΙΚ «να εργαστεί μαζί με τα αρμόδια υπουργεία για την τάχιστη και δίκαιη κατάληξη του θέματος που ταλανίζει τους άμεσα επηρεαζόμενους αλλά και όλο το προσωπικό του ΡΙΚ».

**Σημαντικές μισθολογικές αυξήσεις και βελτιώσεις στις υπερωρίες
στη νέα συλλογική σύμβαση της Swissport (Passenger Service)**

Σε γενικές συνελεύσεις που πραγματοποιήθηκαν στα αεροδρόμια Λάρνακας και Πάφου, το προσωπικό της εταιρείας Swissport (Passenger Service) ψήφισε κατά πλειοψηφία την έγκριση της πρότασης της εταιρείας για την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης εργασίας.

Η πρόταση αφορά την περίοδο από 1η Ιανουαρίου 2024 έως 31η Δεκεμβρίου 2026 και περιλαμβάνει σημαντικές αλλαγές για τους εργαζομένους.

Συγκεκριμένα, προβλέπονται μισθολογικές αυξήσεις, καθώς και καταβολή του επιδόματος βάρδιας ύψους 20% για υπερωρίες και εργασία κατά τις αργίες, το οποίο θα αρχίσει να εφαρμόζεται αναδρομικά από την 1η Οκτωβρίου 2024. Αυτή η πρόβλεψη θεωρείται σημαντική εξέλιξη, ιδιαίτερα όσον αφορά την αμοιβή των υπερωριών.

Επιπλέον, οι βάρδιες που λήγουν μετά τις 23:00 θα παρέχουν στους εργαζομένους μία επιπλέον ώρα ξεκούρασης, μια ενέργεια που αναγνωρίζει τη δυσκολία των βραδινών ωραρίων και προσφέρει επιπρόσθετα οφέλη στους εργαζομένους.

Η έγκριση της πρότασης αυτής αποτελεί μια θετική εξέλιξη για τους εργαζομένους της Swissport, καθώς ενισχύει τα δικαιώματά τους και βελτιώνει τις συνθήκες εργασίας, ιδιαίτερα όσον αφορά τις βάρδιες και τις υπερωρίες.

Οι μισθολογικές αυξήσεις για το μόνιμο προσωπικό με βάση τα χρόνια προϋπηρεσίας θα καταναμηθούν ως εξής:

Από 01/01/2024:

- Από 1 μέχρι 3 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 30 ευρώ.
- Από 3 μέχρι 5 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 40 ευρώ.
- Από 5 χρόνια μέχρι 8 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 50 ευρώ.

• Από 8 χρόνια υπηρεσίας και άνω: βασική αύξηση 60 ευρώ.

Από 01/01/2025:

- Από 1 μέχρι 5 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 25 ευρώ.
- Από 5 μέχρι 10 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 30 ευρώ.
- Από 10 χρόνια υπηρεσίας και άνω: βασική αύξηση 40 ευρώ.



Από 01/01/2026:

- Από 1 μέχρι 5 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 25 ευρώ.
- Από 5 μέχρι 10 χρόνια υπηρεσίας: βασική αύξηση 30 ευρώ.
- Από 10 χρόνια υπηρεσίας και άνω: βασική αύξηση 40 ευρώ.

Οι αυξήσεις αφορούν το προσωπικό με υπηρεσία ενός χρόνου και άνω και βασίζονται στην προϋπηρεσία τους στην εταιρεία.

Εθελοντικές δεσμεύσεις από εταιρείες για ασφαλή εφαρμογή της τεχνητής νοημοσύνης

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ανακοίνωσε περισσότερες από εκατό εταιρείες που είναι οι πρώτοι υπογράφοι του συμφώνου της ΕΕ για την τεχνητή νοημοσύνη (TN) και τις εθελοντικές δεσμεύσεις του. Στους υπογράφοντες περιλαμβάνονται πολυεθνικές εταιρείες και ευρωπαϊκές μικρές και μεσαίες επιχειρήσεις (ΜΜΕ) από διάφορους τομείς, όπως η πληροφορική, οι τηλεπικοινωνίες, η υγειονομική περίθαλψη, ο τραπεζικός τομέας, η αυτοκινητοβιομηχανία και η αεροναυπηγική. Το σύμφωνο στηρίζει τις εθελοντικές δεσμεύσεις της βιομηχανίας να αρχίσει να εφαρμόζει τις αρχές της πράξης για την TN πριν από την έναρξη εφαρμογής της και ενισχύει τη συνεργασία μεταξύ της Υπηρεσίας TN της ΕΕ και όλων των σχετικών ενδιαφερόμενων μερών, συμπεριλαμβανομένων της βιομηχανίας, της κοινωνίας των πολιτών και της ακαδημαϊκής κοινότητας.

Οι εθελοντικές δεσμεύσεις του συμφώνου της ΕΕ για την TN καλούν τις συμμετέχουσες εταιρείες να δεσμευτούν σε τουλάχιστον τρεις βασικές δράσεις:

- Στρατηγική διακυβέρνησης της TN για την προώθηση της υιοθέτησης της TN στον οργανισμό και τις εργασίες για τη μελλοντική συμμόρφωση με την πράξη για την TN.
- Χαρτογράφηση συστημάτων TN υψηλού κινδύνου: Προσδιορισμός συστημάτων TN που ενδέχεται να κατηγοριοποιηθούν ως υψηλού κινδύνου βάσει της πράξης για την TN
- Προώθηση του γραμματισμού και της ευαισθητοποίησης του προσωπικού στον τομέα της TN, με διασφάλιση της δεοντολογικής και υπεύθυνης ανάπτυξης της TN.

Εκτός από αυτές τις βασικές δεσμεύσεις, περισσότεροι από τους μισούς υπογράφοντες δεσμεύ-



τηκαν να αναλάβουν πρόσθετες δεσμεύσεις, συμπεριλαμβανομένης της διασφάλισης της ανθρώπινης εποπτείας, του μετριασμού των κινδύνων και της διαφανούς επισήμανσης ορισμένων τύπων περιεχομένου που παράγεται από TN, όπως τα deepfakes. Οι εταιρείες είναι ευπρόσδεκτες να προσχωρήσουν στο σύμφωνο για την TN και να δεσμευτούν για τον πυρήνα και τις πρόσθετες δεσμεύσεις ανά πάσα στιγμή έως ότου εφαρμοστεί πλήρως η πράξη για την TN.

Ενίσχυση του ηγετικού ρόλου της ΕΕ στην καινοτομία στον τομέα της TN

Παράλληλα με τις προσπάθειες να βοηθήσει τις εταιρείες να εφαρμόσουν την πράξη για την TN εν αναμονή της νόμιμης προθεσμίας, η Επιτροπή λαμβάνει μέτρα για την τόνωση της καινοτομίας της ΕΕ στον τομέα της TN. Η πρωτοβουλία των εργοστασίων TN, της 10 Σεπτεμβρίου 2024, θα παράσχει στις νεοφυείς επιχειρήσεις και στη βιομηχανία μια υπηρεσία μίας στάσης για την καινοτομία και την ανάπτυξη της TN, συμπεριλαμβανομένων δεδομένων, ταλέντων και υπο-

λογιστικής ισχύος. Τα εργοστάσια TN θα προωθήσουν επίσης την ανάπτυξη και την επικύρωση βιομηχανικών και επιστημονικών εφαρμογών TN σε βασικούς ευρωπαϊκούς τομείς, όπως η υγειονομική περίθαλψη, η ενέργεια, η αυτοκινητοβιομηχανία και οι μεταφορές, η άμυνα και η αεροδιαστημική, η ρομποτική και η μεταποίηση, η καθαρή και γεωργική τεχνολογία.

Τα εργοστάσια TN αναδεικνύουν τη δέσμη μέτρων της Επιτροπής για την καινοτομία στον τομέα της TN που παρουσιάστηκε τον Ιανουάριο του 2024, μαζί με μέτρα στήριξης επιχειρηματικών κεφαλαίων και ιδίων κεφαλαίων, την ανάπτυξη κοινών ευρωπαϊκών χώρων δεδομένων, την πρωτοβουλία «GenAI4EU» και τη μεγάλη μεγάλη

πρόκληση για την TN που παρέχει χρηματοδοτική στήριξη σε νεοφυείς επιχειρήσεις και πρόσβαση στους υπερυπολογιστές της ΕΕ, μεταξύ άλλων μέτρων. Η Επιτροπή θα συστήσει επίσης ένα Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Έρευνας για την TN με σκοπό την αξιοποίηση των δυνατοτήτων των δεδομένων, καθώς και τη στρατηγική για την εφαρμογή της TN για την προώθηση νέων βιομηχανικών χρήσεων της TN.

Ο νόμος για την TN τέθηκε σε ισχύ στις 1 Αυγούστου 2024. Ορισμένες διατάξεις της πράξης για την TN εφαρμόζονται ήδη πλήρως. Ολόκληρη η πράξη για την TN θα τεθεί σε πλήρη εφαρμογή 2 έτη μετά την έναρξη ισχύος της, με ορισμένες εξαιρέσεις: οι απαγορεύσεις θα τεθούν σε ισχύ έξι μήνες, οι κανόνες διακυβέρνησης και οι υποχρεώσεις για μοντέλα TN γενικής χρήσης θα τεθούν σε εφαρμογή μετά από 12 μήνες και οι κανόνες για τα συστήματα TN που είναι ενσωματωμένα σε ρυθμιζόμενα προϊόντα θα εφαρμοστούν μετά από 36 μήνες.

Πολιτική διακήρυξη για την καταπολέμηση της μικροβιακής αντοχής

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή εκφράζει την ικανοποίησή της για την πολιτική διακήρυξη που επιτεύχθηκε στη Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών (ΓΣΗΕ) για την ενίσχυση της δράσης κατά της μικροβιακής αντοχής (ΜΑ). Κατά την υπουργική σύνοδο υψηλού επιπέδου στη Νέα Υόρκη, οι χώρες μέλη του ΟΗΕ, συμπεριλαμβανομένων των κρατών μελών της ΕΕ, και η ΕΕ δεσμεύτηκαν να αναλάβουν συγκεκριμένες δράσεις για την αντιμετώπιση της μικροβιακής αντοχής σε όλους τους τομείς, μέσω μιας προσέγγισης «Μία υγεία» που αναγνωρίζει ότι η υγεία των ανθρώπων, των ζώων και του περιβάλλοντος είναι άρρηκτα συνδεδεμένη.

Η διακήρυξη αποτελεί ισχυρό μήνυμα της παγκόσμιας συναίνεσης σχετικά με την ανάγκη αντιμετώπισης αυτής της σοβαρής παγκόσμιας απειλής για την υγεία, η οποία ήταν άμεσα υπεύθυνη για σχεδόν 1.2 εκατομμύρια θανάτους παγκοσμίως το 2021 και συνέβαλε σε άλλους 4.7 εκατομμύρια θανάτους το ίδιο έτος. Εκτιμάται ότι το 2050 θα μπορούσαν να σημειωθούν πάνω από 8.2 εκατομμύρια θάνατοι που συνδέονται με ανθεκτικά βακτήρια σε παγκόσμιο επίπεδο, εάν δεν αναληφθεί επείγουσα δράση. Οι πολιτικοί ηγέτες δεσμεύτηκαν να λάβουν μια



σειρά μέτρων για την αντιμετώπιση της μικροβιακής αντοχής, συμπεριλαμβανομένης της βελτίωσης της πρόληψης, της επιτήρησης, της παρακολούθησης, της χρηματοδότησης, της πρόσβασης, της καινοτομίας και της ευαισθητοποίησης. Μεταξύ των δεσμεύσεων που περιλαμβάνονται στη δήλωση περιλαμβάνονται:

- Στόχος για μείωση του αριθμού των θανάτων από βακτηριακή μικροβιακή αντοχή παγκοσμίως κατά 10 % έως το 2030.
- Την εφαρμογή των εθνικών σχεδίων δράσης

από όλες τις χώρες, για την αντιμετώπιση της μικροβιακής αντοχής μέσω της προσέγγισης «Μία υγεία».

- Τη σύσταση ανεξάρτητης ομάδας για την ανάληψη τεκμηριωμένης δράσης κατά της μικροβιακής αντοχής. Η ομάδα, την οποία η ΕΕ θα βοηθήσει να χρηματοδοτήσει με 2.5 εκατ. ευρώ το 2025, θα συγκεντρώσει και θα ενοποιήσει δεδομένα σχετικά με τη μικροβιακή αντοχή και θα παράσχει καθοδήγηση στους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής παγκοσμίως.

- Τη χρήση των υφιστάμενων πλαισίων για την ανταλλαγή εμπειριών και βέλτιστων πρακτικών, καθώς και για την αξιολόγηση της προόδου στην εφαρμογή των εθνικών σχεδίων δράσης, με βάση την ανωτέρω επιστημονική καθοδήγηση. Σε τακτικές υπουργικές συνόδους θα γίνεται απολογισμός της παγκόσμιας προόδου.

- Δέσμευση για ουσιαστική μείωση της χρήσης αντιβιοτικών στον αγροδιατροφικό τομέα έως το 2030.

- Την προώθηση της βιώσιμης χρηματοδότησης, με ιδιαίτερη στήριξη για τις χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, και τη χαρτογράφηση της διαθέσιμης χρηματοδότησης για τη μικροβιακή αντοχή.

Κοινό υπόμνημα ΣΕΚ και άλλων οργανώσεων για μέτρα στήριξης κατά της ακρίβειας

Η ουσιαστική ενίσχυση των εισοδημάτων περνάει μέσα από μεταρρυθμίσεις

Συνέχεια από σελ.1

Στο υπόμνημα που στάλθηκε από 13 οργανώσεις στον Πρόεδρο της Δημοκρατίας Νίκο Χριστοδουλίδη, προτείνονται τα ακόλουθα μέτρα στήριξης κατά της ακρίβειας:

- Επαναφορά της κλιμακωτής επιδότησης του κόστους ηλεκτρικής ενέργειας.
- Συμπερίληψη των χαμηλοσυνταξιούχων στους δικαιούχους της ειδικής διατίμησης με κωδικό 0.8.
- Μείωση της τιμής των καυσίμων είτε μέσα από επιδότηση της τιμής, είτε μέσα από την μείωση της φορολογίας, λαμβάνοντας υπόψη πως τα 2/3 της τιμής είναι φόροι. Αποτελεσματική παρακολούθηση των τιμών των καυσίμων.
- Επαναφορά της ρύθμισης για μηδενικό συντελεστή ΦΠΑ σε ψωμί, γάλα, αυγά, καφέ, κρέας, ζάχαρη, λαχανικά, παιδικές πάνες και πάνες ενηλίκων.
- Φορολόγηση των απροσδόκητων κερδών των τραπεζών και δημιουργία ειδικού ταμείου για επιδότηση με κοινωνικοοικονομικά κριτήρια των οικιστικών και φοιτητικών δανείων.
- Ειδική φορολόγηση των απροσδόκητων κερδών στην παραγωγή ενέργειας από φωτοβολταϊκά πάρκα.
- Λήψη μέτρων για αποτελεσματικό έλεγχο της αγοράς από φαινόμενα αισχροκέρδειας. Σημειώνουμε ότι, παρά το ότι ψηφίστηκε η νομοθεσία



για το ekalathi εντούτοις η σχετική πλατφόρμα δεν έχει λειτουργήσει ακόμα ενώ καθυστερεί και η ψήφιση της νομοθεσίας για την εισαγωγή ανώτατης τιμής πώλησης (πλαφόν) για συγκεκριμένα είδη σε κλειστές αγορές.

- Αύξηση του Ε.Ε.Ε και του επιδόματος ενοικίου με στόχο τουλάχιστον να καλυφθεί η διάβρωση της αγοραστικής τους αξίας λόγω πληθωρισμού.
- Αύξηση του ορίου για σκοπούς σχεδίου ενίσχυσης χαμηλοσυνταξιούχων.
- Αύξηση της οροφής των εισοδηματικών κριτηρίων για τα επιδόματα τέκνων, μονογονιών και για την φοιτητική χορηγία τουλάχιστον με βάση τον πληθωρισμό. Σημειώνουμε την ανάγκη ολιστικής αναθεώρησης της επιδοματικής πολιτικής

με στόχο αυτή να συμβαδίζει με τις τρέχουσες πραγματικότητες και ανάγκες των εργαζομένων.

• Προστασία της αγοραστικής αξίας των μισθών από τον πληθωρισμό και σμίκρυνση των οικονομικών ανισοτήτων. Στο πλαίσιο αυτό θα πρέπει να παραχωρείται η Αυτόματη Τιμαριθμική Αναπροσαρμογή (ΑΤΑ) στην πλήρη της μορφή, και να επεκταθεί ο θεσμός μέσω των συλλογικών συμβάσεων εργασίας, ώστε να επωφελείται της ΑΤΑ και των βασικών όρων των συλλογικών συμβάσεων το σύνολο των εργαζομένων. Επίσης θα πρέπει να γίνεται αναπροσαρμογή του Εθνικού Κατώτατου Μισθού (ΕΚΜ) με βάση την ΑΤΑ, ο οποίος επίσης θα πρέπει να αποδίδεται στην ωριαία του μορφή.

• Ολοκληρωμένη φορολογική μεταρρύθμιση, της οποίας βασικό συστατικό θα είναι η πιο δίκαιη κατανομή μεταξύ εργασίας και κερδών στην άντληση φορολογικών εσόδων. Επιπρόσθετα σε ότι αφορά την φορολόγηση του εισοδήματος των φυσικών προσώπων πέραν από την αναθεώρηση των φορολογικών κλιμάκων με βάση τον πληθωρισμό θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η σύνθεση της οικογένειας και οι ηλικίες των μελών της. Επαναλαμβάνουμε επίσης τη θέση μας ότι οι πράσινες φορολογίες δεν θα πρέπει να οδηγήσουν σε πρόσθετη επιβάρυνση των χαμηλών και μεσαία εισοδηματικών στρωμάτων και ως εκ τούτου, θα πρέπει να παραχωρηθούν αντισταθμιστικά μέτρα για ομαλή μετάβαση.

Η αξιοπρέπεια στην εργασία περνά μέσα από τις συλλογικές συμβάσεις

Κάποια στιγμή τόσο η κυβέρνηση όσο και η βουλή θα πρέπει να ασχοληθούν με το θέμα της αξιοπρεπούς εργασίας. Η αξιοπρέπεια στην εργασία είναι παράγοντας καθοριστικής σημασίας για την οικοδόμηση της Δημοκρατίας και της κοινωνικής συνοχής. Η πρόοδος και η ευημερία κάθε κοινωνίας περνά μέσα από την αξιοπρέπεια στον επαγγελματικό και εργασιακό χώρο. Όπου υπάρχουν αξιοπρεπείς και ασφαλείς συνθήκες εργασίας υπάρχει και διαρκής βελτίωση της παραγωγικότητας αλλά και της ποιότητας.

Η αξιοπρέπεια στην εργασία δεν είναι έννοια αφηρημένη. Ούτε έννοια κενού περιεχομένου. Μάλιστα γι' αυτές τις δύο λέξεις, (αξιοπρέπεια και εργασία), υπάρχει και εορτάζεται Παγκόσμια Ημέρα.



Του Χρίστου Καρούδη

Η 7η Οκτωβρίου καθιερώθηκε ως τέτοια με πρωτοβουλία της Διεθνούς Συνομοσπονδίας Εργατικών Συνδικάτων ITUC που συσπειρώνει στις τάξεις της 175 εκατ. εργαζομένους από 156 χώρες.

Πα να προωθηθεί λοιπόν η αξιοπρέπεια στην εργασία και να βελτιωθούν οι μισθοί και οι όροι απασχόλησης όλων των εργαζομένων, θα πρέπει το κράτος να προχωρήσει σε σοβαρές τομές και αλλαγές που θα ρυθμίζουν την αγορά εργασίας, δίδοντας ιδιαίτερη σημασία και βαρύτητα στην επέκταση και εδραίωση του θεσμού των συλλογικών συμβάσεων.

Προς αυτή την κατεύθυνση θα πρέπει με πρωτοβουλία της κυβέρνησης και ιδιαίτερα του υπουργού Εργασίας Γιάννη Παναγιώτου να αρχίσει κοινωνικός διάλογος για τον καθορισμό ενός εθνικού πλαισίου δράσης που θα στοχεύει στην προώθηση της συλλογικής διαπραγμάτευσης, με τρόπο που θα εφαρμόζεται η οδηγία της Ευρωπαϊκής Ένωσης για κάλυψη μέσω των συλλογικών συμβάσεων, τουλάχιστον του 80% των

εργαζομένων, (σήμερα στην Κύπρο η κάλυψη μέσω της συλλογικής σύμβασης ανέρχεται στο 43%).

Προτεραιότητα προς αυτή την κατεύθυνση πρέπει να δοθεί και από το ίδιο το κράτος, το οποίο όταν προχωρεί σε δημόσιες συμβάσεις για την υλοποίηση διαφόρων αναπτυξιακών έργων, οφείλει να απαιτεί την ύπαρξη συλλογικής σύμβασης εργασίας, η οποία δια του περιεχομένου της θα προστατεύει και θα κατοχυρώνει πλήρως όλους τους εργαζομένους που απασχολούνται με την κατασκευή του συγκεκριμένου έργου.

Σήμερα, το κράτος δαπανεί τεράστια ποσά για την υλοποίηση των δημοσίων συμβάσεων, τα οποία δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται με τρόπο που δεν θα επιβραβεύεται η ρυθμισμένη και αξιοπρεπής απασχόληση, συντηρώντας την αδήλωτη και την παράνομη απασχόληση.

Πρότυποι κανόνες ακολουθούνται μόνο στις συμβάσεις που αφορούν την Οικοδομική βιομηχανία, οι οποίοι καλύπτουν ελάχιστα ωφελήματα των εργαζομένων. Αυτοί οι πρότυποι κανόνες πρέπει να ενισχυθούν και να εφαρμοσθούν σε όλους τους τομείς της οικονομικής δραστηριότητας.



Επίσης πόροι που αντλούνται ή τώρα ή προσεχώς από το Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας της Ευρωπαϊκής Ένωσης, δεν πρέπει να διοχετεύονται σε επιχειρήσεις που δεν εφαρμόζουν συλλογικές συμβάσεις, έτσι ώστε να στηρίζονται μόνο οι σωστοί εργοδότες αίροντας τον αθέμιτο ανταγωνισμό και την εκμετάλλευση.

Το θέμα αυτό δεν είναι καινούργιο ούτε εμφανίστηκε από το πουθενά. Στις 6 Ιουλίου 2021 η ΣΕΚ απέστειλε σχετική επιστολή με τίτλο «Καμία δημόσια σύμβαση έργου χωρίς συλλογική σύμβαση εργασίας» στους τότε υπουργούς Οικονομικών και Εργασίας Κωνσταντίνο Πετρίδη και Ζέτα Αιμιλιανίδου αντίστοιχα. Μάλιστα με την α. Ζέτα έγινε και εξειδικευμένη συζήτηση στο πλαίσιο σχετικής συνάντησης. Η κυβέρνηση Νίκου Χριστοδουλίδη θα πρέπει να πάρει τώρα τη σκυτάλη και με ταχύτητα δρομέα να τρέξει προς την ορθή κατεύθυνση.

Συμπερασματικά, η πολιτική του κράτους θα πρέπει να είναι απλή και ξεκάθαρη και να εστιάζεται στο «καμία δημόσια σύμβαση χωρίς συλλογική σύμβαση».

*Ο Χρίστος Καρούδης είναι Οικονομολόγος – Δημοσιογράφος

Συμμετοχή του Τμήματος Νεολαίας ΣΕΚ στο Φεστιβάλ Up to YOU(th) 2024

Το Τμήμα Νεολαίας της ΣΕΚ συμμετείχε στο Φεστιβάλ Up to YOU(th) 2024, το οποίο πραγματοποιήθηκε στις 28 Σεπτεμβρίου 2024 στο Πάρκο Ακρόπολης στη Λευκωσία. Το φεστιβάλ, που διοργάνωσε ο Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου, υπήρξε μια από τις μεγαλύτερες εκδηλώσεις για τη νεολαία, συγκεντρώνοντας νέους από όλη την Κύπρο σε μια ημέρα αφιερωμένη στην καινοτομία, την εκπαίδευση και την κοινωνική αλληλεπίδραση.

Το Τμήμα Νεολαίας ΣΕΚ έλαβε ενεργά μέρος σε μια σειρά από σημαντικές δράσεις, που είχαν ως στόχο να προωθήσουν τις αξίες της συλλογικότητας, της αλληλεγγύης και της ενδυνάμωσης των νέων εργαζομένων. Είχαμε την ευκαιρία να παρουσιάσουμε στους προσκεκλημένους το πολύπλευρο έργο μας, τις δράσεις και τις δυνατότητές μας. Οι επισκέπτες ενημερώθηκαν για τις πρωτοβουλίες της ΣΕΚ σε θέματα νεολαίας, επαγγελματικής κατάρτισης και κοινωνικής δικαιοσύνης. Η παρουσία μας κέρδισε το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων, επιβεβαιώνοντας τον ηγετικό μας ρόλο στην εκπροσώπηση των εργαζομένων και στην προώθηση των δικαιωμάτων της νεολαίας στο εργασιακό περιβάλλον. Η δυνατότητα να επικοινωνήσουμε απευθείας με τους νέους και τους υπόλοιπους παρευρισκόμενους ενίσχυσε την εικόνα της ΣΕΚ ως ενός δυναμικού και καινοτόμου συνδικαλιστικού φορέα.

Η συμμετοχή μας στο Φεστιβάλ Up to YOU(th) 2024 αποτέλεσε μια μοναδική εμπειρία για όλους τους συμμετέχοντες, καθώς ενίσχυσε το αίσθημα της κοινότητας, της συνεργασίας και της αλληλεγγύης. Οι δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουμε αντικατοπτρίζουν το όραμα του Τμήματος Νεολαίας ΣΕΚ για μια κοινωνία που στηρίζει τη νέα γενιά και της παρέχει τα εφόδια για να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις του μέλλοντος.

Αισθανόμαστε ιδιαίτερη υπερηφάνεια για τη συμμετοχή μας και εκφράζουμε τις θερμές μας ευχαριστίες προς τους διοργανωτές του φεστιβάλ για την άσπωση οργάνωση και την ευκαιρία που μας έδωσαν να συμμετάσχουμε. Στόχος μας είναι να συνεχίσουμε να συμμετέχουμε σε παρόμοιες πρωτοβουλίες, προσφέροντας στους νέους μας την ευκαιρία να αναδείξουν τις δυνατότητές τους και να ενισχύσουν τη φωνή τους στην κοινωνία.



Διαδρομή τιμής Τρέχουμε μαζί για τους ναυτικούς του κόσμου

Το Σάββατο 19 Οκτωβρίου, τρέχουμε για τους ναυτικούς, τους ανθρώπους που μεταφέρουν αγαθά και προϊόντα από κάθε γωνιά του πλανήτη, εξασφαλίζοντας την ομαλή λειτουργία της παγκόσμιας οικονομίας. Η δράση με τίτλο «We Run for Seafarers – Seafarers Run the World» είναι αφιερωμένη στους αφανείς ήρωες της θάλασσας και θα λάβει χώρα στο Πολυλειτουργικό Παραθαλάσσιο Πάρκο (Μόλος Λεμεσού).

Ο αγώνας δρόμου διοργανώνεται από την ITF (International Transport Workers' Federation), την ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ και το Υφυπουργείο Ναυτιλίας, στο πλαίσιο του προγράμματος «ΘΑΛΑΣΣΑ 2024». Στόχος είναι να αναδειχθεί ο κρίσιμος ρόλος των ναυτικών και της ναυτιλίας στη ζωή μας, ενώ παράλληλα ενθαρρύνει την επαφή του κοινού με τη θάλασσα και την ευαισθητοποίηση γύρω από θέματα που αφορούν τον κλάδο.

Η εκκίνηση θα πραγματοποιηθεί στις 9 π.μ., και συμμετοχές μπορούν να δηλώσουν όλοι όσοι επιθυμούν να στηρίξουν τους ναυτικούς μας. Για περισσότερες πληροφορίες και για δηλώσεις συμμετοχής, μπορείτε να καλέσετε στο τηλέφωνο 25 848 108 ή να επισκεφθείτε τις επίσημες σελίδες της εκδήλωσης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Συμμετέχοντας σε αυτή την προσπάθεια, δείχνουμε την εκτίμησή μας στους ανθρώπους που εργάζονται αδιάκοπα στη θάλασσα, συμβάλλοντας στην ευημερία όλων μας.

Ο Γενικός Γραμματέας της ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ, Χαράλαμπος Αυγουστή δήλωσε ότι ο αγώνας δρόμου έχει πλέον καταστεί θεσμός, καθώς φέτος είναι η τέταρτη χρονιά που θα πραγματοποιηθεί στο πλαίσιο του Φεστιβάλ «Θάλασσα». Τόνισε τη σημασία της Λεμεσού ως ένα από τα μεγαλύτερα

ΤΡΕΧΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΝΑΥΤΙΚΟΥΣ
ΠΟΥ ΜΕΤΑΦΕΡΟΥΝ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΣΕ ΕΜΑΣ

WE RUN FOR SEAFARERS
SEAFARERS RUN THE WORLD

Πολυλειτουργικό Παραθαλάσσιο Πάρκο (Μόλος Λεμεσού)
Multifunctional Seaside Park (Molos Limassol)
19 Οκτωβρίου 2024 / 19 October 2024
Εκκίνηση: 9 π.μ. / Start: 9 a.m.
25 848 108 (07:30 - 15:00)
THALASSA2024



κέντρα πλοιοδιαχείρισης παγκοσμίως, υπογραμμίζοντας ότι τέτοιου είδους εκδηλώσεις βοηθούν στην προώθηση της ναυτιλίας. «Οι ναυτικοί αποτελούν την καρδιά της ναυτιλιακής βιομηχανίας και η ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ, μέσω της συμμετοχής της στην ITF, εκπροσωπεί χιλιάδες ναυτικούς ανά τον κόσμο», δήλωσε χαρακτηριστικά.

Παράλληλα, τόνισε ότι το φεστιβάλ «ΘΑΛΑΣΣΑ» προσφέρει μια εξαιρετική ευκαιρία για την καλλιέργεια της ναυτιλιακής κουλτούρας στην Κύπρο, ένα νησιωτικό κράτος με στενούς δεσμούς με τη θάλασσα. «Στόχος όλων των εμπλεκόμενων φορέων στη ναυτιλία είναι να ενθαρρυνθεί όλο και περισσότερος κόσμος να επιλέγει τα ναυτιλιακά επαγγέλματα στο μέλλον», σημείωσε. Τέλος, υπογράμμισε τη δέσμευση της Ομοσπονδίας να συνεχίσει να βελτιώνει τα εργασιακά δικαιώματα και τις συνθήκες εργασίας των ναυτικών, ώστε να καταστεί ακόμη πιο ελκυστικό το επάγγελμα του ναυτικού.

Παράδοση του Nissan Juke στον μεγάλο τυχερό του ετήσιου λαχείου της ΣΕΚ



Παραδόθηκε το ολοκαίνουργιο αυτοκίνητο Nissan Juke στον μεγάλο τυχερό του ετήσιου λαχείου της ΣΕΚ.

Ο Γενικός Ταμίας της ΣΕΚ, Σάββας Κούλας, αμέσως μετά την παράδοση του αυτοκινήτου, εξέφρασε την ικανοποίησή του για τη στήριξη των μελών και φίλων της ΣΕΚ που στηρίζουν την οικονομική ευρωστία της ΣΕΚ, αγοράζο-

ντας το ετήσιο λαχείο.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Επαρχιακός Γραμματέας της ΣΕΚ Πάφου, Πέτρος Δημοσθένους, καθώς και ο Γιώργος Κίμωνος, υπεύθυνος πωλήσεων της Nissan Cyprus.

Το κλειδί του Nissan Juke παρέλαβε η Θέκλα Κασάπη εκ μέρους του Ομίλου Atlantica Hotels.

Τα οφέλη της Πολιτικής Συνοχής για την Κύπρο

Η Πολιτική Συνοχής είναι η κύρια επενδυτική πολιτική της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ). Απευθύνεται σε όλες τις περιφέρειες και τις πόλεις της ΕΕ με στόχο τη στήριξη της δημιουργίας θέσεων εργασίας, της ανταγωνιστικότητας των επιχειρήσεων, της οικονομικής ανάπτυξης, της βιώσιμης ανάπτυξης και της βελτίωσης της ποιότητας ζωής των πολιτών, ιδίως με τη στόχευση των λιγότερο ευνοημένων περιφερειών. Είναι το εργαλείο της ΕΕ για τη δημιουργία των συνθηκών για αυξημένη απόδοση των επενδύσεων μέσω της παροχής συλλογικών αγαθών, συμπεριλαμβανομένων των υποδομών, της τεχνολογίας των πληροφοριών, της έρευνας και ανάπτυξης, βοηθώντας έτσι τις περιοχές που πλήττονται αρνητικά να ευημερήσουν, να διατηρήσουν και να προσελκύσουν ανθρώπους.

Με βάση αυτό το πλαίσιο, το μεγαλύτερο μέρος της χρηματοδότησης της Πολιτικής Συνοχής επικεντρώνεται στις λιγότερο ανεπτυγμένες ευρωπαϊκές χώρες και περιφέρειες, προκειμένου να τις βοηθήσει να καλύψουν τη διαφορά με τις ανεπτυγμένες περιφέρειες και να μειώσει τις οικονομικές, κοινωνικές και

εδαφικές ανισότητες που εξακολουθούν να υπάρχουν στην ΕΕ. Παράλληλα προωθείται η επίτευξη των προτεραιοτήτων της ΕΕ, όπως η χωρίς αποκλεισμούς, έξυπνη, πράσινη και βιώσιμη ανάπτυξη, καθώς και τη προώθηση του Ευρωπαϊκού Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων.



Της Μαρίας Χαϊλή*

Κατά τη διάρκεια σχεδόν μισού αιώνα, η Πολιτική Συνοχής και τα ταμεία της, από ένα σχετικά ασήμαντο ταμείο, όπως ήταν το ΕΤΠΑ το 1975, εξελίχθηκε σε μία από τις σημαντικότερες προτεραιότητες δαπανών της ΕΕ. Συγκεκριμένα σήμερα υλοποιείται μέσω ειδικών χρηματοδοτικών ταμείων:

Το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο Plus (ΕΚΤ+), για τη στήριξη της απασχόλησης και τη δημιουργία μιας δίκαιης και κοινωνικά ολοκληρωμένης κοινωνίας στις χώρες της ΕΕ.

Το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ), για επενδύσεις στην κοινωνική και οικονομική ανάπτυξη όλων των περιφερειών και πόλεων της ΕΕ.

Το Ταμείο Δίκαιης Μετάβασης (ΤΔΜ) για τη στήριξη των περιφερειών που πλήττονται περισσότερο από τη μετάβαση προς την κλιματική ουδετερότητα.

Το Ταμείο Συνοχής (ΤΣ), για επενδύσεις στο περιβάλλον και τις μεταφορές στις λιγότερο ευημερούσες χώρες της ΕΕ.

Η αξιοποίηση των πόρων των Ταμείων, όσον αφορά την Κύπρο, γίνεται στην βάση πολυετών προγραμματικών εγγράφων και εγκρίνονται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Στα πλαίσια αυτά καταρτίστηκαν:

Η Συμφωνία Εταιρικής Σχέσης (ΣΕΣ) στο οποίο περιλαμβάνονται οι γενικές αναπτυξιακές προτεραιότητες της Κύπρου και επιδιωκόμενοι στόχοι καθώς και

Το πρόγραμμα «ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027» το οποίο αποτυπώνει την αναπτυξιακή στρατηγική και αποσκοπεί στην ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας της οικονομίας με έμφαση στους τομείς της έρευνας και καινοτομίας, ψηφιοποίηση, επιχειρηματικότητας, ενέργειας, περιβάλλοντος και τοπικής ανάπτυξης, καθώς επίσης, προωθεί στήριξη στην απασχόληση, εκπαίδευση και κοινωνική ένταξη.

Η Πολιτική συνοχής και οι συνδικαλιστικές οργανώσεις

Οι συνδικαλιστικές οργανώσεις έχουν έναν κρίσιμο ρόλο στην προώθηση και υλοποίηση των πολιτικών αυτών, καθώς με τη συνεργασία τους με τις εθνικές αρχές και την Ευρωπαϊκή Επιτροπή μπορούν να διασφαλίσουν ότι τα έργα που χρηματοδοτούνται ανταποκρίνονται στις ανάγκες των εργαζομένων και ότι τα δικαιώματά τους προστατεύονται. Η συμμετοχή τους πρέπει να είναι απαραίτητη σε όλες τις φάσεις σχεδιασμού, εφαρμογής και παρακολούθησης των έργων που χρηματοδοτούνται από το Ταμείο, ώστε να διασφαλιστεί ότι τα έργα αυτά δημιουργούν ασφαλείς και αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας – μια ακόμη απόδειξη του βασικού ρόλου του συντονισμού και του κοινωνικού διαλόγου σε διάφορα επίπεδα.

Κάθε πρόγραμμα αναπτύσσεται μέσω μιας συλλογικής διαδικασίας στην οποία συμμετέχουν αρχές σε ευρωπαϊκό, περιφερειακό και τοπικό επίπεδο, κοινωνικοί εταίροι και οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών.

Οι περιφερειακές και τοπικές κυβερνήσεις, καθώς και οι κοινωνικοί εταίροι, οι οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών και οι φορείς ισότητας πρέπει συμμετέχουν στην προετοιμασία των συμφωνιών εταιρικής σχέσης και των προγραμμάτων και συμμετέχουν στην εφαρμογή των προγραμμάτων μέσω των Επιτροπών Παρακολούθησης. Στο πλαίσιο του ΕΚΤ+, όλα τα κράτη μέλη υποχρεούνται να στηρίζουν την ανάπτυξη ικανοτήτων των κοινωνικών εταίρων και των οργανώσεων της κοινωνίας των πολιτών, διαθέτοντας κατάλληλο ποσό των πόρων τους από το ΕΚΤ+ για το θέμα αυτό.

Η ανάπτυξη των ικανοτήτων των κοινωνικών εταίρων περιλαμβάνει την ενίσχυση των δεξιοτήτων, των ικανοτήτων και των εξουσιών τους για την αποτελεσματική συμμετοχή τους σε διάφορα επίπεδα (ευρωπαϊκό, εθνικό, περιφερειακό, τομεακό, εταιρικό και επιχειρησιακό) σε:

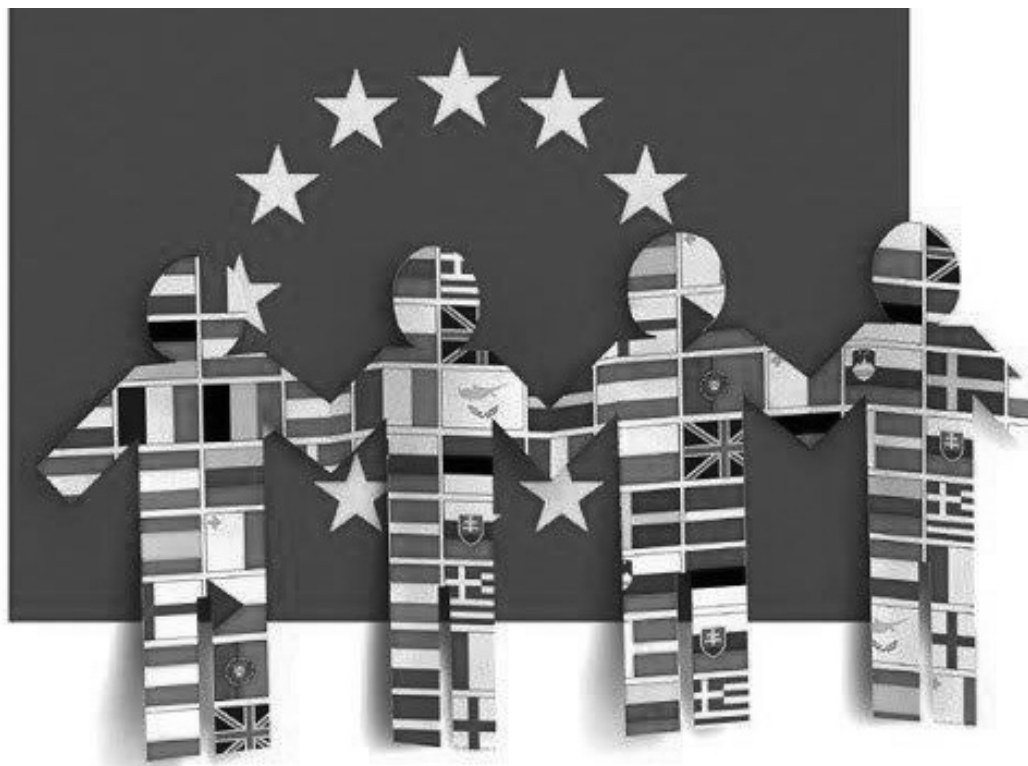
(συν)ρύθμιση της εργασιακής σχέσης, τριμερείς/διμερείς διαβουλεύσεις, χάραξη δημόσιας πολιτικής και, επηρεάζοντας τη χάραξη δημόσιας πολιτικής.

Οι πρωτοβουλίες ανάπτυξης ικανοτήτων για αποτελεσματικότερο κοινωνικό διάλογο επιδιώκουν να βοηθήσουν τους κοινωνικούς εταίρους να βελτιώσουν τη βάση των μελών τους και τις ανθρώπινες και διοικητικές ικανότητές τους, να προωθήσουν τις ικανότητές τους που είναι προσανατολισμένες στη διαδικασία και να υποστηρίξουν την οργανωτική τους ανάπτυξη.

Ειδικότερα, το ΕΚΤ+ επαναλαμβάνει την υποχρέωση των κρατών μελών να διασφαλίζουν επαρκή συμμετοχή των κοινωνικών εταίρων στην υλοποίηση των πολιτικών που υποστηρίζονται από το ΕΚΤ+ και ενισχύει την υποχρέωση να υποστηρίζουν την ανάπτυξη ικανοτήτων των κοινωνικών εταίρων και θα πρέπει να δαπανήσουν το 0,25% των πόρων του ΕΚΤ+ για την ανάπτυξη ικανοτήτων των κοινωνικών εταίρων. Στην Κύπρο, οι κοινωνικοί εταίροι στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος «ΘΑΛΕΙΑ, 2021-2027» συμμετέχουν ως φορείς υλοποίησης για ενίσχυση της ικανότητας τους για αναβάθμιση του κοινωνικού διαλόγου, με την συγχρηματοδότηση της ΕΕ.

Η συνέχιση της πολιτικής αυτής είναι ζωτικής σημασίας για την Κύπρο, καθώς παρέχει τη βάση για τη μελλοντική οικονομική, κοινωνική και περιβαλλοντική της ανάπτυξη. Ειδικά σε έναν κόσμο που αλλάζει με ταχύτερους ρυθμούς, η Πολιτική Συνοχής προσφέρει τα εργαλεία και τους πόρους για να μπορέσει η Κύπρος να ανταποκριθεί στις προκλήσεις του 21ου αιώνα και να διασφαλίσει ένα βιώσιμο μέλλον για όλους τους πολίτες της.

*Υπεύθυνη Τμ. Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων ΣΕΚ



ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΕΡΓΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

ΣΕΚ ΠΑΦΟΥ

ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ

Το Ελεύθερο Εργατικό Κέντρο
ΣΕΚ Πάφου

σας προσκαλεί στην

ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ που διοργανώνει

την Πέμπτη 17 Οκτωβρίου 2024

και ώρα 3:30μμ μέχρι 6:30μμ

στο οίκημα της ΣΕΚ.



Παρατεταμένη ορθοστασία στην εργασία

Εκστρατεία ενημέρωσης των εργαζομένων από την Ο.Ι.Υ.Κ. – ΣΕΚ

Η παρατεταμένη ορθοστασία αποτελεί σημαντικό παράγοντα πρόκλησης προβλημάτων στην υγεία για κάθε εργαζόμενο και ιδιαίτερα για ορισμένες ομάδες εργαζομένων. Οι επιπτώσεις της παρατεταμένης ορθοστασίας στην υγεία περιλαμβάνουν Μυοσκελετικές Παθήσεις (ΜΣΠ) και άλλες παθήσεις. Η διαχείριση και αντιμετώπιση των παραγόντων γενικότερα που εντείνουν την πρόκληση ΜΣΠ κατά την εργασία, έχει τεθεί ως προτεραιότητα στο στρατηγικό πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία κατά την περίοδο 2021-2027 και αντίστοιχα στη Στρατηγική της Κύπρου για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία κατά την περίοδο 2021-2027.

Πιο κάτω οι ορθές πρακτικές για αποφυγή των επιπτώσεων στην υγεία, που συμπεριλαμβάνονται στο ένθετο του Υπουργείου Εργασίας.

Επιπτώσεις στην υγεία

Η παρατεταμένη ορθοστασία κατά την εργασία μπορεί να επιφέρει προβλήματα στην υγεία των εργαζομένων, ιδιαίτερα όταν δεν είναι δυνατή η εναλλαγή της ορθοστασίας με άλλες στάσεις και όταν η χρονική διάρκεια της, σε καθημερινή βάση, είναι μεγάλη. Οι συχνότερες επιπτώσεις της ορθοστασίας στην υγεία από την παρατεταμένη ορθοστασία περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

- πόνο και διαταραχές στα πόδια, τα γόνατα, τους αστραγάλους και τα πέλματα
- πόνο στη μέση
- μειωμένη ροή αίματος
- προβλήματα στη ροή αίματος
- καρδιακές παθήσεις
- κίρσους
- κόπωση
- προβλήματα σε περιπτώσεις εγκυμοσύνης

Νομοθεσία

Σύμφωνα με το άρθρο 27 των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Νόμων (Ν.165(Ι)/2023), απαιτείται όπως ο κάθε εργοδότης παρέχει κατάλληλα καθίσματα για χρήση σε κάθε εργαζόμενο προσώπου του. Σε κάθε περίπτωση όπου η θέση εργασίας περιλαμβάνει καθήκοντα έκθεσης σε παρατεταμένη ορθοστασία, ο εργοδότης υποχρεούται να παρέχει κατάλληλα καθίσματα και να λαμβάνει οργανωτικά μέτρα για την περιστασιακή ανάπαυση κάθε εργαζομένου προσώπου. Ο τρόπος εφαρμογής αυτών των υποχρεώσεων του εργοδότη και η ποιότητα καθισμάτων και κάθε εργασιακού περιβάλλοντος ή/και μηχανής καθορίζεται από τη Γραπτή Εκτίμηση των Κινδύνων (ΓΕΚ), την οποία οφείλει ο εργοδότης να διενεργεί.

Που συναντάται η παρατεταμένη ορθοστασία

Η παρατεταμένη ορθοστασία συναντάται κυρίως σε θέσεις εργασίας του τομέα του λιανικού εμπορίου, της μεταποίησης και της παροχής υπηρεσιών. Σε ορισμένες θέσεις εργασίας, οι εργαζόμενοι στέκονται όρθιοι χωρίς λόγο, για παράδειγμα για να εξυπηρετούν τους πελάτες όρθιοι, και μόνο επειδή αυτό θεωρείται πιο επαγγελματικό ή για αισθητικούς λόγους.

Σύμφωνα με σχετική έκθεση του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Ασφάλειας και Υγείας (EU-OSHA), τυπικές θέσεις εργασίας στις οποίες οι εργαζόμενοι είναι εκτεθειμένοι σε παρατεταμένη ορθοστασία είναι αυτές που σχετίζονται με τον τομέα του εμπορίου, της μεταποίησης, της υγείας, της καθαριότητας και της παροχής υπηρεσιών. Οι εργαζόμενοι σε τυπικές θέσεις εργασίας στις οποίες απαντάται κυρίως ορθοστασία,



είναι το προσωπικό εργοστασίων, παραγωγής ή ταμίας, όπως επίσης επικρατεί σε πολλές θέσεις στον τομέα της υγείας. Επίσης, οι γυναίκες απασχολούνται πιο συχνά σε χαμηλά αμειβόμενες θέσεις εργασίας που χαρακτηρίζονται από μικρότερο έλεγχο του τρόπου εργασίας τους και της δυνατότητας να κάνουν διαλείμματα ή να κάθονται.

Γραπτή Εκτίμηση Κινδύνου και μέτρα πρόληψης

Κάθε εργοδότης καθορίζει τα απαιτούμενα προληπτικά και προστατευτικά μέτρα αντιμετώπισης των κινδύνων που δημιουργούνται από τις δραστηριότητές του με βάση τη Γραπτή Εκτίμηση των Κινδύνων.

Κατά την επιλογή των προληπτικών και προστατευτικών μέτρων για αντιμετώπιση της παρατεταμένης ορθοστασίας και σύμφωνα με τις γενικές αρχές για την πρόληψη των κινδύνων, θα πρέπει, κατά προτεραιότητα, να αποφεύγεται η παρατεταμένη ορθοστασία, αν αυτό είναι δυνατό. Πρέπει να επιτυγχάνεται ισορροπία μεταξύ ορθοστασίας, καθίσματος και κίνησης, και να γίνεται η σωστή χρήση του εξοπλισμού.

Πρέπει να λαμβάνονται υπόψη τυχόν ευάλωτοι εργαζόμενοι, ιδιαίτερα ευαίσθητοι στους κινδύνους της παρατεταμένης ορθοστασίας, όπως οι εργαζόμενοι που πάσχουν από ισχιαλγία ή κίρσους, οι έγκυες γυναίκες, οι εργαζόμενοι μεγαλύτερης ηλικίας κ.ά.

Η στρατηγική πρόληψης για αντιμετώπιση της ορθοστασίας θα πρέπει να περιλαμβάνει τα εξής:

- Σχεδιασμός της θέσης εργασίας και οργάνωση της εργασίας με τρόπο που να επιτρέπει στους εργαζόμενους να εναλλάσσουν επαρκώς τη θέση εργασίας τους μεταξύ ορθοστασίας, χρήσης σκαμνιού ή καθίσματος ή/και βάδισης.
- Παροχή στους εργαζόμενους επαρκούς ελέγχου του τρόπου εργασίας, για παράδειγμα της δυνατότητας να αλλάζουν τον τρόπο εργασίας τους και να κάνουν διαλείμματα όποτε απαιτείται.
- Ενθάρρυνση της διαβούλευσης και της ενεργούς συμμετοχής των εργαζομένων για τη διαχείριση και την αποφυγή του κινδύνου από την ορθοστασία.
- Αξιολόγηση των οργανωτικών πολιτικών και πρακτικών που εφαρμόζονται για επιβεβαίωση της αποτελεσματικότητας των μέτρων, όπως για παράδειγμα ενθάρρυνση για έγκαιρη αναφορά και καταγραφή των προβλημάτων των εργαζομένων για την αποφυγή υποτροπής των προβλημάτων ή αξιολόγηση των υφιστάμενων μέτρων πρόληψης.

• Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του προσωπικού για τους κινδύνους που προέρχονται από την παρατεταμένη ορθοστασία και διαχείριση των κινδύνων αυτών, όπως είναι η σωστή άσκηση. Σημειώνεται ότι συχνά οι παρεμβάσεις στο χώρο εργασίας για αντιμετώπιση της παρατεταμένης ορθοστασίας και την προστασία της υγείας των εργαζομένων δεν έχουν μεγάλο κόστος και είναι χαμηλού κόστους, αλλά το όφελος είναι πολλαπλάσιο για την υγεία των εργαζομένων, τις επιχειρήσεις και την κοινωνία.



Ελισσαίος Μιχαήλ ΓΓ της Ασφάλειας και Υγείας Ομοσπονδίας Ιδιωτικών Υπαλλήλων ΣΕΚ Εργασίας να εκδώσει οδηγό για την

«Ως Ομοσπονδία Ιδιωτικών Υπαλλήλων, δίνουμε ιδιαίτερη σημασία και βαρύτητα σε ζητήματα ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας. Στο πλαίσιο αυτό, αιτηθήκαμε από το Τμήμα

Η νομοθεσία που αφορά την παρατεταμένη ορθοστασία ψηφίστηκε από τη Βουλή το 2023. Ωστόσο, δυστυχώς, παρατηρείται ότι σε πολλούς χώρους εργασίας δεν έχει εφαρμοστεί ακόμη. Η Ομοσπονδία αναλαμβάνει την ευθύνη να διοργανώσει εκστρατεία ενημέρωσης των εργαζομένων, τόσο σε οργανωμένους όσο και σε ανοργάνωτους χώρους εργασίας, με στόχο την ευαισθητοποίηση όλων και την πλήρη εφαρμογή της νομοθεσίας.

Αυτή η νομοθεσία καλύπτει ένα σημαντικό κενό, καθώς προστατεύει εργαζόμενους που, λόγω της φύσης της εργασίας τους, υποχρεώνονται να βρίσκονται σε παρατεταμένη ορθοστασία, με αποτέλεσμα να αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας. Μέσω της νομοθεσίας, διασφαλίζεται η προστασία αυτών των εργαζομένων και τους καλούμε, όπου διαπιστώνουν ότι η νομοθεσία δεν εφαρμόζεται, να απευθύνονται στα κατά τόπους επαρχιακά γραφεία των συντεχνιών ή απευθείας στο Υπουργείο Εργασίας».

Πολιτική των αρχών ή των πρόσκαιρων μαθηματικών πράξεων;

Είναι κανόνας πως, όταν η συζήτηση ενός θέματος προσωποποιείται, είτε εστιάζοντας σε άτομα είτε σε θεσμούς, τότε το αποτέλεσμα οδηγεί σε στοχοποίηση, αποπροσανατολισμό και τελμάτωση.

Ως εκ τούτου, και με δεδομένο το γεγονός πως, η ΣΕΚ συνδικαλιζείται και πολιτεύεται στη βάση αρχών, η προσέγγιση της παρούσας αρθρογραφίας θα καταγράψει επιχειρήματα, αποφεύγοντας την απευθείας και συγκρουσική απάντηση σε έωλες, αλλά και σε αιώλως ατεκμηρίωτες αναφορές που έχουν γίνει, είτε δημόσια, είτε και παρασκηνιακά, στοχευμένα ή παρεμπιπτόντως.

Αναπόφευκτα, η προσπάθεια της ανάδειξης «της μοναδικής αλήθειας», σε συνάρτηση με την μονοδρόμω αδιέξοδη πορεία σαν «μάντεις κακών», παραπέμπει συνειρμικά στην ετεροκατευθυνόμενη χρησιμοδοσία, μέσα από την χειραγώγηση των μαντιών. Σημαντική η μαρτυρία του Ηρόδοτου για τον δεύτερο και ευνοϊκότερο, κατά παραγγελία, χρησμό της Πυθίας προς τους Αθηναίους κατά τον Πελοποννησιακό πόλεμο (αυθαίρετη διασύνδεση με την διπλή, διφορούμενη και αυτοαναιρούμενη γνωμάτευση της Γενικής Εισαγγελίας για το



Ανδρέας Φ. Μάτσας
Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

θέμα της ΑΤΑ στην ξενοδοχειακή βιομηχανία).

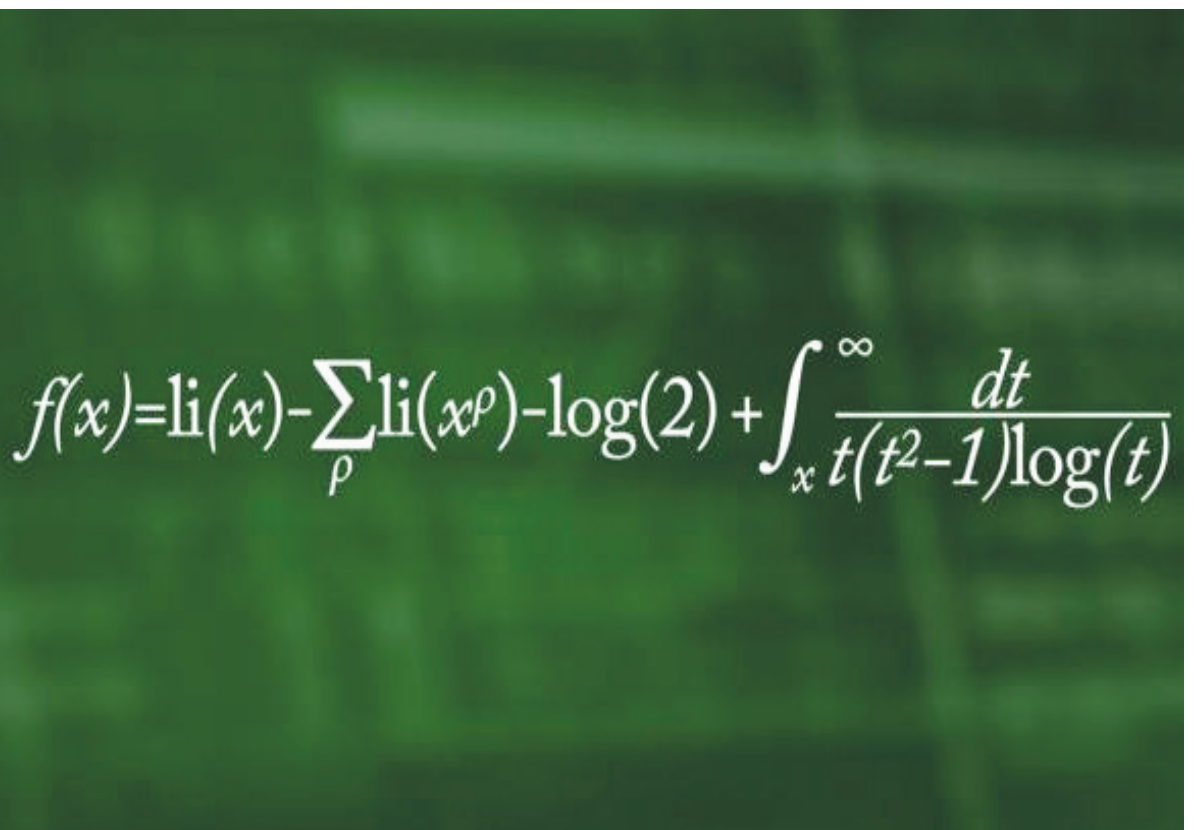
Ανάλογη και η προσπάθεια δημιουργίας εντυπώσεων, αναδεικνύοντας πως, η προσπάθεια επιβεβαίωσης μιας λανθασμένης θέσης, παραπέμπει στη λογική του «ψέματος». Η προσπάθεια τεκμηρίωσης και εμπέδωσης, οδηγεί σε διεύρυνση του

λάθους και αναπόφευκτα σε ακόμα μεγαλύτερη δημόσια έκθεση.

Ανεξάρτητα από όλα τα πιο πάνω, είναι σημαντικό να γίνει κατανοητό το αντικείμενο της συζήτησης, η ενδεχόμενη σκοπιμότητα της αντίδρασης και το αξιακό διακύβευμα της επόμενης μέρας.

Καταρχάς, θα ήταν σημαντικό να αναδειχθεί το γεγονός πως, βασική συνιστώσα ανάπτυξης της αγοράς εργασίας, διατήρησης της εργατικής ειρήνης και προώθησης του στόχου της κοινωνικής συνοχής, στο πλαίσιο και της κοινωνικής οικονομίας της αγοράς, αποτελούν οι συλλογικές συμβάσεις, τόσο στον ιδιωτικό όσο και στον δημόσιο και ευρύτερο δημόσιο τομέα. Συλλογικές συμβάσεις έχουν ανανεωθεί το τελευταίο διάστημα, σε μεγάλο αριθμό και με εντυπωσιακά αποτελέσματα, στον ιδιωτικό τομέα, ενώ βρίσκεται σε εξέλιξη η διαπραγμάτευση για την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης, ανάμεσα σε άλλες και, στην ξενοδοχειακή βιομηχανία, στον ΟΚΥΠΥ, στα λεωφορεία και στα αεροδρόμια.

Δύο μέτρα και δύο σταθμά; Δύο αναγνώσεις και μάλιστα επιλεκτικές; Η επιφανειακή προσέγγιση πως, οι εργαζόμενοι θα πρέπει να καλύπτουν χρηματοδοτικά τις πολιτικές του κράτους, όχι μόνο δεν ευσταθεί αλλά και ούτε τεκμηριώνεται. Αν υιοθετηθεί αυτή η λογική, οι εργαζόμενοι και στον ιδιωτικό τομέα θα πρέπει να επιβαρύνονται, έμμεσα ή άμεσα με το κόστος της τεχνολογικής αναβάθμισης και της επένδυσης στην παραγωγικότητα των επιχειρήσεων τους. Μια τέτοια εξέλιξη θα αποτύπωνε την απόλυτη απορρύθμιση της αγοράς εργασίας. Υπενθυμίζεται επίσης, η πρόσφατη Έκθεση Ντράγκι,



όπου ρητά σημειώνεται πως, η ανταγωνιστικότητα δεν σχετίζεται με το εργατικό κόστος, αλλά με τις δεξιότητες, την κατάρτιση και την τεχνολογική αναβάθμιση, όπως βέβαια και με την ίδια την παραγωγικότητα.

Η πρώτη σοβαρή παραδοχή, θα πρέπει να αφορά την ανάγκη σεβασμού και αποδοχής του αποτελέσματος του κοινωνικού διαλόγου και της διαπραγμάτευσης που οδηγεί σε ένα κοινά αποδεκτό αποτέλεσμα. Η καταγραφή της έντονης αντίδρασης και ο τρόπος που αναδεικνύεται η μη αποδοχή της κατάληξης της συμφωνίας, καταδεικνύουν ασέβεια προς τα συμβαλλόμενα μέρη, προς τους συνυπογράφοντες, όπως βέβαια και προς τους ίδιους τους εργαζόμενους που επωφελούνται από τη συγκεκριμένη ρύθμιση.

Παράλληλα, σημειώνεται πως, αν η στόχευση της αντίδρασης αφορά μόνο το ένα εκ των συμβαλλομένων μερών, την κυβέρνηση, τότε καταδεικνύεται η ευκολία της ισοπέδωσης, για σκοπούς αντιπολιτευτικής διάθεσης, πρόθεσης και σκοπιμότητας.

Αν πάλι η στόχευση αφορά την ανάδειξη και διεύρυνση της διελκυστίνδας ανάμεσα στους εργαζόμενους στον ιδιωτικό τομέα και στους υπόλοιπους στον δημόσιο, στον ευρύτερο δημόσιο τομέα και στην τοπική αυτοδιοίκηση (προσφιλής τακτική μερίδας εργοδοτών), τότε αναδεικνύεται μια νέα τάση, με νέα ήθη και διαιρετική κουλτούρα ανάμεσα στην ίδια την κοινωνία.

Ομοίως βέβαια, αν η πολιτική των αρχών και των αξιών έχει αντικατασταθεί από αυτήν των πρόσκαιρων μαθηματικών πράξεων, στη βάση πως οι εργαζόμενοι στον ιδιωτικό τομέα υπερτερούν αριθμητικά κατά πολύ από αυτούς του δημόσιου, του ευρύτερου δημόσιου τομέα και της τοπικής αυτοδιοίκησης, τότε η πολιτική διάβρωση έχει ξεπεράσει κάθε όριο ανοχής.

Αν όμως οι προθέσεις είναι αγαθές, κατά την αρχαιοελληνική έννοια της λέξης, τότε ας αποδειχθεί στην πράξη, συνδράμοντας από κοινού στην προσπάθεια για επέκταση της εφαρμογής των συλλογικών συμβάσεων, έτσι ώστε το σύνολο των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα, (όσοι δεν καλύπτονται σήμερα από συλλογικές συμβάσεις), να έχει τη δυνατότητα πρόσβασης σε μισθολογικές αυξήσεις, στη διασύνδεση της πορείας των μισθών με το κόστος διαβίωσης και την ΑΤΑ, όπως βέβαια και στην αξιοποίηση

του δεύτερου πυλώνα συνταξιοδοτικών παροχών, μέσα από τα Ταμεία Προνοίας.

Η ΣΕΚ ξεκαθαρίζει για πολλοστή φορά πως, οι διεκδικήσεις της λαμβάνουν πάντοτε σοβαρά υπόψη τόσο τα δημόσια οικονομικά, όσο και τα πραγματικά δεδομένα των επιχειρήσεων με τις οποίες διαβουλεύεται την ανανέωση ή την συνολολόγηση συλλογικών συμβάσεων. Παράλληλα σημειώνεται πως, οι αυξήσεις που έχουν συμφωνηθεί για τους εργαζόμενους στον δημόσιο, ευρύτερο δημόσιο τομέα και στις αρχές τοπικής αυτοδιοίκησης δεν επηρεάζουν τα δημόσια ταμεία και ούτε βέβαια θα μπορούσαν να είχαν αντισταθμιστικά διοχετευτεί προς την ενίσχυση άλλων ομάδων εργαζομένων, (τα δικαιώματα των οποίων θα διασφαλιστούν μέσα από ειδική συμφωνία), ούτε στην ενίσχυση της κοινωνικής πολιτικής, ούτε βέβαια και για την αποσπασματική διευθέτησης του θέματος της αναλογιστικής αναπροσαρμογής (12%).

Αυτές οι αναφορές γίνονται αναγκαστικά προς άρση της οποιας προσπάθειας λαϊκισμού, διαμαγωγίας και «πεζοδρομιακής» θεώρησης ή και ανάδειξης των συγκεκριμένων ζητημάτων που αφορούν, επηρεάζουν και προβληματίζουν συγκεκριμένες ομάδες της κοινωνίας.

Έχει διαχρονικά αναδειχθεί, επιβεβαιωθεί και εδραιωθεί η αντίληψη πως, το σύστημα εργασιακών σχέσεων, ο θεσμός της τριμερούς συνεργασίας, ο κοινωνικός διάλογος και η συνέπεια των κοινωνικών εταίρων έχουν οδηγήσει στην ομαλή και έγκαιρη διαχείριση όλων των προβλημάτων που αντιμετώπισε η κοινωνία, η αγορά εργασίας και η οικονομία. Πρόσφατη παραπομπή, η διαχείριση της οικονομικής κρίσης και ο χρονικός περιορισμός της παρουσίας της Τρόικα στην Κύπρο, όπως και η κοινή προσπάθεια για προστασία και κατοχύρωση των εργαζομένων μετά την κατάρρευση του συνεργατισμού, και πιο πρόσφατα της υγειονομικής κρίσης που προκάλεσε η πανδημία.

Εν κατακλείδι, θα πρέπει να γίνει υπόμνηση πως, όσα πολιτικά κόμματα είχαν την ευκαιρία να κυβερνήσουν ή και να συγκυβερνήσουν, έχουν ζήσει τη συνέπεια του συνδικαλισμού και τον τρόπο λειτουργίας των εργασιακών σχέσεων, του κοινωνικού διαλόγου και της τριμερούς συνεργασίας, ως βασικές και αναπόσπαστες συνιστώσες κοινωνικοοικονομικής και εργασιακής ανάπτυξης, σταθερότητας και ισορροπίας.

Βάλτε τους περισπασμούς στο αθόρυβο και ζήστε...

Οι άνθρωποι που σταματούν να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ακόμη και για μόνο μία εβδομάδα εμφανίζουν σημαντική βελτίωση στην ψυχική τους υγεία

Τα σιωπηλά «διαλείμματα» στη ζωή μας μπορεί να μας προσφέρουν τις μικρές στιγμές διαυγείας που χρειάζεται το μυαλό μας. Και ενώ συνηθίζουμε να χαλαρώνουμε με θορυβώδεις ασχολίες, όπως το σκρολάρισμα στο κινητό, το να «ξεκλέψουμε» στιγμές σιωπής είναι πολύ σημαντικό.

Η σιωπή μπορεί να δημιουργήσει μια σωστή «βάση» για την άσκηση της ενσυνειδητότητας (mindfulness) η οποία με την σειρά της βοηθάει σημαντικά την βελτίωση της ψυχικής μας υγείας. Το να έχουμε συνειδητή επίγνωση του τι συμβαίνει στην παρούσα στιγμή μπορεί να μειώσει, σε μεγάλο βαθμό, το άγχος, να αυξήσει την ηρεμία στις σκέψεις που έχουμε ενώ καταπραΰνει, γενικότερα, το νευρικό μας σύστημα.

Μάλιστα, ερευνητικά στοιχεία που δημοσιεύθηκαν στο ακαδημαϊκό περιοδικό Annual Review of Clinical Psychology υποδηλώνουν ότι η πρακτική της ενσυνειδητότητας μπορεί να είναι ευεργετική ακόμη και για άτομα με αγχώδεις διαταραχές, κατάθλιψη ή χρόνιο πόνο.

Αποσυνδεθείτε

Έχετε δοκιμάσει να κάνετε αποτοξίνωση από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

Περιορίστε τη χρήση της τεχνολογίας σε συγκεκριμένες ώρες και κάντε αποτοξίνωση ώστε να ξεκουραστεί και να επαναφορτιστεί το μυαλό σας.

Συμμετέχετε σε δραστηριότητες χωρίς οθόνες, όπως ο διαλογισμός, η απόλαυση της φύσης, η άσκηση, το διάβασμα και η τέχνη. Τα σκόπιμα συχνά διαλείμματα ενισχύουν τη συγκέντρωση.

Κάντε παύσεις για να επικεντρωθείτε σε μια μόνο εργασία και να αποφύγετε το multitasking. Μια καλή στρατηγική που μπορείτε να εφαρμόσετε είναι η τεχνική Pomodoro. Η τεχνική Pomodoro είναι μια μέθοδος διαχείρισης χρόνου και λειτουργεί με μια απλή αρχή: εστιασμένη εργασία χωρίς περισπασμούς με σύντομα διαλείμματα. Η τεχνική Pomodoro έχει σχεδιαστεί, για να ενισχύσει τη συγκέντρωση, να ελαχιστοποιήσει την εξουθένωση και να βελτιστοποιήσει τη συνολική παραγωγικότητα

Διαγράψτε εφαρμογές που σας τρώνε χρόνο και ενέργεια. Ανακτήσετε τον έλεγχο.

Σύμφωνα με βρετανική μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Cyberpsychology, Behaviour and Social Networking, οι άνθρωποι που σταματούν να



χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ακόμη και για μόνο μία εβδομάδα εμφανίζουν σημαντική βελτίωση στην ψυχική τους υγεία.

Όταν όλα γύρω μας τρέχουν με ιλιγγιώδεις ταχύτητες, ο καθένας μας αποζητά να βρει το κέντρο ηρεμίας του για να ισορροπήσει ανάμεσα στο στρες για το παρελθόν και την αγωνία για το μέλλον.

Μην ξεχνάτε ότι το μόνο που έχουμε είναι η παρούσα στιγμή, το «τώρα». Βάλτε, λοιπόν, τους περισπασμούς στο αθόρυβο και ζήστε!

Και μετά...

Προγραμματίστε στο ημερολόγιο σου τουλάχιστον 3 ημέρες ευεξίας κάθε μήνα και σύντομα θα δεις τα αποτελέσματα στην ψυχική σου υγεία:

1. Ημέρα για σύνδεση

Πόσο ανάγκη έχουμε την ανθρώπινη επικοινωνία; Μελέτη στο Nature Neuroscience λέει ότι η μοναξιά μπορεί να προκαλέσει επιθυμία για συντροφικότητα τόσο έντονη όσο η πείνα ή η δίψα. Οι ερευνητές βρήκαν ότι ένα απομονωμένο άτομο παρουσιάζει παρόμοιες νευρικές αντιδράσεις στον εγκέφαλο με κάποιον που πεινάει και βλέπει φαγητό.

Είναι ήδη γνωστό ότι η υγεία και η ευεξία των ανθρώπων εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό και από την ποιότητα των στενών τους σχέσεων.

Αντίθετα, η μοναξιά έχει συνδεθεί με μια μακρά λίστα σωματικών και ψυχικών προβλημάτων, όπως εξασθενημένο ανοσοποιητικό, κατάθλιψη και άγχος, καρδιακές παθήσεις, γνωστική εξα-

σθένηση και μειωμένη οστική πυκνότητα.

Κανονίστε μια έξοδο με την παρέα σας, πιείτε καφέ με έναν φίλο που έχετε καιρό να τα πείτε, βγείτε ραντεβού με το/τη σύντροφό σας. Αυτή η μέρα είναι αφιερωμένη στη σύνδεση.

2. Ημέρα ύπνου

Όλοι ξέρουμε πόσο δύσκολο είναι να τα βγάλουμε πέρα όταν δεν έχουμε κοιμηθεί καλά το προηγούμενο βράδυ.

Εκτός από τη σωματική και ψυχική μας υγεία, η έλλειψη ύπνου επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο λαμβάνουμε αποφάσεις, την κρίση μας, τα κίνητρά μας, την αντίληψή μας, την επικοινωνία μας, την παραγωγικότητά μας, ακόμη και τον συντονισμό μας.

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Ιατρικής Ύπνου, οι ενήλικες χρειάζονται κάθε μέρα 7-9 ώρες «ποιοτικού ύπνου», ο οποίος περιλαμβάνει τη φάση του βαθύτερου ύπνου.

Γι' αυτό σήμερα το βράδυ κοιμηθείτε λίγο πιο νωρίς και μην ξεχάσετε να τραβήξετε τις κουρτίνες και να σβήσετε όλα τα φώτα, καθώς η έκθεση ακόμα και σε μέτριο φωτισμό κατά τη διάρκεια του νυχτερινού ύπνου βλάπτει την καρδιαγγειακή σας λειτουργία και αυξάνει την αντίσταση στην ινσουλίνη το επόμενο πρωί, σύμφωνα με έρευνα του Northwestern Medicine.

3. Ημέρα αυτοφροντίδας

Τι είναι το «self care Sunday» τέλος πάντων; Είναι η θαυμάσια ιδέα του να αφιερώνετε μια μέρα της εβδομάδας στον εαυτό σας. Για να αποκαταστήσετε την ενέργεια που έχετε χάσει και να επιστέψετε δυναμικά.

Συνήθως, αυτή η μέρα είναι η Κυριακή, επειδή συχνά είναι η μέρα της εβδομάδας που έχουμε περισσότερο χρόνο. Όμως, θα μπορούσε να είναι το Σάββατο ή η Τετάρτη για σας, που θα φροντίζετε τον εαυτό σας.

Η μέρα δεν έχει σημασία. Αυτό που έχει σημασία είναι να κάνετε στον εαυτό σας το δώρο της αυτοφροντίδας κάθε εβδομάδα.

Το να φροντίζουμε τον εαυτό μας είναι ιδιαίτερα σημαντικό για να ηρεμούμε και να ξεκουραζόμαστε όσο απολαμβάνουμε τις αγαπημένες μας self care δραστηριότητες.

Υπάρχουν πολλοί λόγοι που η αυτοφροντίδα είναι απαραίτητη, αφού προάγει το αίσθημα ευτυχίας, μειώνει τα επίπεδα στρες, προωθεί την χαλάρωση ενώ μπορεί ακόμα και να συμβάλλει στην ρύθμιση της αρτηριακής πίεσης.



Το 38% των Ευρωπαίων εργαζομένων σε κίνδυνο ψυχικής υγείας

Έκκληση του Συνδέσμου Ψυχολόγων Κύπρου για δράση

Τα αποτελέσματα πανευρωπαϊκής έρευνας για την ψυχική υγεία των εργαζομένων σημειώνει σε ανακοίνωσή του ο Σύνδεσμος Ψυχολόγων Κύπρου, με αφορμή την φετινή Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, που τιμάται σήμερα, 10 Οκτωβρίου και η οποία έχει αφιερωθεί στην ψυχική υγεία στον χώρο εργασίας. Σύμφωνα με την έρευνα, το 38% των των Ευρωπαίων εργαζομένων διατρέχουν υψηλό κίνδυνο όσον αφορά στην κακή ψυχική τους υγεία.

Ο Σύνδεσμος Ψυχολόγων σημειώνει πως τα προβλήματα ψυχικής υγείας στον χώρο εργασίας έχουν επιπτώσεις και σε επίπεδο οικονομίας, καθώς εκτιμάται ότι 12 δισεκατομμύρια εργάσιμες ημέρες «χάνονται» κάθε χρόνο λόγω κατάθλιψης και άγχους, με κόστος ένα τρισεκατομμύριο δολάρια ετησίως σε χαμένη παραγωγικότητα, σύμφωνα με εκτιμήσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ).

Επίσης, παραθέτει τον ΠΟΥ, που λέει ότι «μη υγιή εργασιακά περιβάλλοντα – συμπεριλαμβανομένων αυτών που εμπεριέχουν διακρίσεις και ανισότητα, υπερβολικό φόρτο εργασίας, χαμηλή αυτονομία στην εργασία και εργασιακή ανασφάλεια – θέτουν σε κίνδυνο την ψυχική υγεία των εργαζομένων». Σημειώνεται, ακόμα, ότι οι παράγοντες που μπορεί να σχετίζονται με την κακή υγεία των εργαζομένων, αφορούν το περιεχόμενο της εργασίας, το πρόγραμμα εργασίας, συγκεκριμένα χαρακτηριστικά του εργασιακού περιβάλλοντος, τις τεταμένες σχέσεις με συναδέλφους, την κακή ηγεσία και την ανισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.



Ο Σύνδεσμος Ψυχολόγων Κύπρου εφιστά «την προσοχή των ενδιαφερόμενων τόσο στα προβλήματα που προκύπτουν και αφορούν στην ψυχική υγεία στον χώρο εργασίας, όσο και στις ενέργειες που χρειάζονται να γίνουν για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των εργαζομένων». «Η επένδυση σε πολιτικές και πρακτικές προαγωγής της ψυχικής υγείας στον εργασιακό χώρο, μπορεί να επιφέρει θετικά αποτελέσματα, όπως υψηλότερη εργασιακή ικανοποίηση και ευημερία, καλύτερες επιδόσεις και μειωμένο κόστος

λόγω μείωσης απουσιών από την εργασία», προσθέτει.

«Ως Σύνδεσμος Ψυχολόγων Κύπρου, καλούμε τις πολιτικές αρχές, τους/τις εργοδότες/τριες, και τους οργανισμούς γενικότερα, να αδράξουν αυτή την ευκαιρία για αναστοχασμό και προβληματισμό περί των πιο πάνω θεμάτων και να δημιουργήσουν πολιτικές πρόληψης για τους παράγοντες κινδύνου στην ψυχική υγεία, χτίζοντας υποστηρικτικούς χώρους εργασίας όπου η ψυχική υγεία είναι προτεραιότητα», καταλήγει.

Στοιχεία Eurostat

Η Κύπρος κατέγραψε το μεγαλύτερο μερίδιο χρήσης βενζίνης κίνησης στην ΕΕ το 2022

Το πετρέλαιο κίνησης (ντίζελ) ήταν η κύρια πηγή ενέργειας στις οδικές μεταφορές στην ΕΕ το 2022, ενώ η Κύπρος είχε το μεγαλύτερο μερίδιο χρήσης βενζίνης κίνησης μεταξύ των κρατών μελών της ΕΕ, σύμφωνα με στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα η Eurostat, η στατιστική υπηρεσία της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ειδικότερα, το πετρέλαιο κίνησης (ντίζελ) και η βενζίνη κίνησης παρέμειναν και το 2022 οι κύριες πηγές ενέργειας στις οδικές μεταφορές. Σε επίπεδο ΕΕ, το πετρέλαιο κίνησης (εξαιρουμένου του μέρους των βιοκαυσίμων) ήταν η κύρια πηγή ενέργειας στις οδικές μεταφορές στην ΕΕ, με μερίδιο 65%. Η βενζίνη κίνησης (εξαιρουμένου του τμήματος βιοκαυσίμων) ήταν δεύτερη με 25%, μπροστά από τις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας και τα βιοκαύσιμα (6%), τα υγραέρια (2%), το φυσικό αέριο (1%) και την ηλεκτρική ενέργεια (0,3%).

Το πετρέλαιο κίνησης ήταν η κύρια πηγή ενέργειας για τις οδικές μεταφορές στις περισσότερες χώρες της ΕΕ, αν και υπήρχαν αξιοσημείωτες διαφορές μεταξύ των κρατών μελών.

Τα υψηλότερα μερίδια καταγράφηκαν στη Λετονία (80%) και τη Λιθουανία (76%), και ακολουθούσαν η Ιρλανδία, η Αυστρία και η Ισπανία, η καθεμία με 74%. Τα χαμηλότερα μερίδια καταγράφηκαν στη Σουηδία (45%), την Κύπρο (46%) και τις Κάτω Χώρες (48%).

Το μερίδιο της βενζίνης κίνησης ήταν υψηλότερο στην Κύπρο (50%), τις Κάτω Χώρες (42%) και τη Μάλτα (36%). Τα χαμηλότερα μερίδια αναφέρθηκαν στη Λιθουανία (13%), τη Λετονία (14%) και τη Βουλγαρία (15%).

Ανάκαμψη στην κατανάλωση ενέργειας στις μεταφορές:

Σύμφωνα με τα στοιχεία, η κατανάλωση ενέργειας στις μεταφορές το 2022 κατέγραψε ση-



μαντική αύξηση ειδικά στις οδικές μεταφορές και τις αερομεταφορές, πλησιάζοντας τα επίπεδα όπου βρίσκονταν πριν την πανδημία.

Γενικότερα, το 2022 οι μεταφορές αντιστοιχούσαν στο 31% της τελικής κατανάλωσης ενέργειας στην ΕΕ, το μεγαλύτερο μερίδιο ανά τομέα. Ακολουθούσαν τα νοικοκυριά (27%) και η βιομηχανία (25%).

Οι οδικές μεταφορές ήταν ο μεγαλύτερος καταναλωτής ενέργειας, καθώς αποτελούσαν το 74% της συνολικής κατανάλωσης ενέργειας στις μεταφορές, ή 10.996 πετατζάουλ (PJ). Οι θαλάσσιες μεταφορές αντιπροσώπευαν το 13% της συνολικής ενέργειας που καταναλώθηκε στις μεταφορές (1.935 PJ), ενώ ακο-

λουθούσαν οι αεροπορικές μεταφορές (11%, 1.700 PJ) και οι σιδηροδρομικές μεταφορές (1%, 214 PJ).

Οι αεροπορικές μεταφορές κατέγραψαν αύξηση κατά 57% στην κατανάλωση ενέργειας το 2022 σε σχέση με το 2021, που ήταν και η μεγαλύτερη αύξηση στην κατανάλωση ενέργειας στις μεταφορές. Το 2022, τα επίπεδα κατανάλωσης ενέργειας στις αεροπορικές μεταφορές πλησίαζαν τα προ της πανδημίας επίπεδα, μετά από απότομες μειώσεις το 2020 και το 2021. Αύξηση, αν και όχι τόσο έντονη, συνέχισε να καταγράφεται και στην κατανάλωση ενέργειας στις οδικές μεταφορές, οι οποίες επίσης βρέθηκαν κοντά στα επίπεδα του 2019.

Τμήμα Δασών

Απαγορεύεται η χρήση εργαλείων για συλλογή μανιταριών



Κοκκινόμανιταρο (Lactarius deliciosus) | Ασπρομανιταρο (Russula delica)

Το Τμήμα Δασών του Υπουργείου Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος, με αφορμή την έναρξη εξορμήσεων του κοινού για συλλογή μανιταριών, διευκρινίζει τα πιο κάτω:

Πολλοί συλλέκτες, στην προσπάθειά τους να είναι πιο αποτελεσματικοί, χρησιμοποιούν εργαλεία, κυρίως τσουγκράνες (χτενιές), για απομάκρυνση της φυλλάδας που σκεπάζει τα μανιτάρια. Η πρακτική αυτή απαγορεύεται ρητά από τον περί Δασών Νόμο και, σε περίπτωση καταδίκης, επιφέρει ποινή φυλάκισης μέχρι ένα (1) έτος ή χρηματική ποινή μέχρι πέντε χιλιάδες ευρώ (€5.000,00) ή και τις δύο (2) αυτές ποινές μαζί.

Ο εντοπισμός των μανιταριών πρέπει να γίνεται μετά από προσεκτική παρατήρηση από τους συλλέκτες που είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα εδάδιμα είδη από τα δηλητηριώδη. Κατά τη συλλογή, να αφαιρείται η φυλλάδα που βρίσκεται πάνω από το μανιτάρι και στη συνέχεια, το μανιτάρι να αφαιρείται με προσεκτικές κινήσεις με το χέρι. Εναλλακτικά, το μανιτάρι μπορεί να κόβεται με μαχαίρι λίγο πάνω από το έδαφος. Ακολουθώντας, να γίνεται επανατοποθέτηση της φυλλάδας που μετακινήθηκε.

Η συλλογή πρέπει να γίνεται με προσοχή και με σεβασμό προς τη φύση. Εκείνο που έχει μεγαλύτερη σημασία δεν είναι αν θα συλλεχθεί ή όχι το μανιτάρι (καρπός), αλλά να μην καταστραφεί ο παραγωγικός μύκητας που βρίσκει προστασία κάτω από τη φυλλάδα.

Είναι πολύ σημαντικό να συλλέγονται μόνο τα ώριμα μανιτάρια, τα οποία έχουν απελευθερώσει μεγάλο αριθμό σπορίων, εξασφαλίζοντας έτσι την αναπαραγωγή τους και για τα επόμενα χρόνια.

Το Τμήμα Δασών απευθύνει θερμή έκκληση στο κοινό να εφαρμόζει τις σωστές πρακτικές εντοπισμού και συλλογής, και να αναφέρει τυχόν παραβάσεις στον πλησιέστερο Δασικό Σταθμό.

Η σαρωτική απομάκρυνση της φυλλάδας προκαλεί ζημιά στο δασικό οικοσύστημα, αφού προκαλεί νέκρωση στα μικρά μανιτάρια και στα σπόρια τους που πρόκειται να βλαστήσουν, καθώς και σε άλλους μικροοργανισμούς και φυτά της περιοχής, ενώ ταυτόχρονα υποβαθμίζει αισθητικά το δάσος.

Ανάκληση αποξηραμένου φλοιού κανέλας από την κυπριακή αγορά

Το Υπουργείο Υγείας πληροφορεί το καταναλωτικό κοινό ότι οι Υγειονομικές Υπηρεσίες του Υπουργείου, στο πλαίσιο των επίσημων ελέγχων που διεξάγουν στην αγορά, έχουν προβεί σε δειγματοληψία του πιο κάτω προϊόντος, στο οποίο, μετά από εργαστηριακές εξετάσεις στα διαπιστευμένα εργαστήρια του Γενικού Χημείου του Κράτους, έχει διαπιστωθεί ότι περιέχει το συντηρητικό E 220 - Διοξείδιο του Θείου, του οποίου η προσθήκη δεν επιτρέπεται σε τέτοιου είδους προϊόντα με βάση την ισχύουσα νομοθεσία:

Όνομασία Τροφίμου: Κανέλα Αποξηραμένος Φλοιός, Dried Cinnamon Bark

Εμπορική επωνυμία: «ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ»

Χρονική ένδειξη: 28/05/2026

Αρ. Παρτίδας: LOT: 2405300840 1

Καθαρό Βάρος: 50g

Το διοξείδιο του θείου και οι θειώδεις ενώσεις σε συγκεντρώσεις άνω των 10mg/kg συγκαταλέγονται στις αλλεργιογόνες ουσίες και μπο-

ρεί να προκαλέσουν προβλήματα υγείας σε άτομα που είναι αλλεργικοί σε αυτές.

Οι Υγειονομικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Υγείας έχουν ήδη ενημερώσει σχετικά την εταιρεία που διακινεί τα εν λόγω προϊόντα στην κυπριακή αγορά, με οδηγίες για άμεση απόσυρση / ανάκλησή τους από την αγορά.

Επειδή όμως ενδέχεται κάποια ποσότητα της εν λόγω παρτίδας του προϊόντος να βρίσκεται ήδη στην κατοχή καταναλωτών που παρουσιάζουν αλλεργική αντίδραση στην κατανάλωση του διοξειδίου του θείου και των θειωδών ενώσεων, αυτοί προτρέπονται όπως αποφύγουν την κατανάλωσή του και να το επιστρέψουν στους χώρους από όπου τα αγόρασαν.



Ακατάλληλα προϊόντα που γνωστοποιούνται στο Σύστημα Safety Gate RAPEX

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή (ΥΠΚ) του Υπουργείου Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας, ως αρμόδια αρχή στην Κύπρο για τη λειτουργία και διαχείριση του Ευρωπαϊκού Συστήματος Ταχείας Ανταλλαγής Πληροφοριών για Επικίνδυνα Προϊόντα που δεν είναι τρόφιμα, πληροφορεί τους καταναλωτές ότι την εβδομάδα που αρχίζει στις 30/09/24 (RAPEX - Report 40) έχουν κοινοποιηθεί στο Σύστημα 48 προϊόντα που παρουσιάζουν κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλειά τους. Τα προϊόντα αυτά εντοπίστηκαν στις αγορές διαφόρων κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) και στη συνέχεια κοινοποιήθηκαν στο Σύστημα Safety Gate RAPEX.

Οι καταναλωτές μπορούν να ενημερωθούν για τα επικίνδυνα προϊόντα στην ιστοσελίδα της ΥΠΚ.

Συστάσεις - Προειδοποιήσεις:

Σημειώνεται ότι από τα πιο πάνω δεκατρία (13) προϊόντα, τα δύο (2) έχουν εντοπιστεί αρχικά από την ΥΠΚ στην αγορά της Κύπρου (χωρίς να έχουν προηγουμένως εντοπιστεί στις άλλες χώρες μέλη) και έχουν προχωρήσει με δέσμευση και απόσυρση τους.

Τα υπόλοιπα προϊόντα είναι πιθανό να βρίσκονται στην αγορά της Κύπρου και να απειλούν άμεσα την υγεία και ασφάλεια των καταναλωτών και κυρίως των παιδιών. Η ΥΠΚ έχει ήδη αρχίσει εντατικούς ελέγχους της αγοράς για τυχόν εντοπισμό των προϊόντων.

Η ΥΠΚ καλεί τους εισαγωγείς, διανομείς, πωλητές που τυχόν διαθέτουν τέτοια προϊόντα να σταματήσουν αμέσως τη διάθεση τους και να ειδοποιήσουν την Υπηρεσία.

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή καλεί επίσης τους καταναλωτές σε περίπτωση που

κατέχουν τα πιο πάνω προϊόντα, όπου κρίνεται σκόπιμο να σταματήσουν να τα χρησιμοποιούν και να τα επιστρέψουν στον πωλητή, δηλαδή στο κατάστημα από το οποίο τα έχουν προμηθευτεί και παράλληλα να ενημερώσουν τον πωλητή σχετικά.

Σύμφωνα με τον περί Προστασίας του Καταναλωτή Νόμο του 2021, σε περίπτωση αγοράς μη ασφαλών προϊόντος ο καταναλωτής δικαιούται σε αντικατάσταση του προϊόντος, ώστε το προϊόν να είναι σύμφωνο προς τους όρους της σύμβασης πώλησης. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, τότε ο καταναλωτής δικαιούται να υπαναχωρήσει, δηλαδή να επιστρέψει το προϊόν στον πωλητή και να λάβει πίσω το πλήρες ποσό που πλήρωσε. Υπενθυμίζεται ότι τα πιο πάνω δικαιώματα ισχύουν για περίοδο δύο ετών από την αρχική παράδοση του προϊόντος στον καταναλωτή και ότι την αποκλειστική ευθύνη έναντι του καταναλωτή έχει πάντα ο τελικός πωλητής.

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

Επικοινωνία

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

Γραμμή Καταναλωτή 1429

Κεντρικά Γραφεία Λευκωσίας 22200926 / 22200925 / 22200923

Επαρχιακό Γραφείο Λεμεσού 25819150

Επαρχιακό Γραφείο Πάφου 26804613

Επαρχιακό Γραφείο Λάρνακας / Αμμοχώστου 24816160

Λύση SUDOKU

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

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Και οι λέξεις
φλέβες είναι.
Μέσα τους
κυλάει αίμα

Πιάνης Ρίτσος

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ



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

ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΟΝΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ



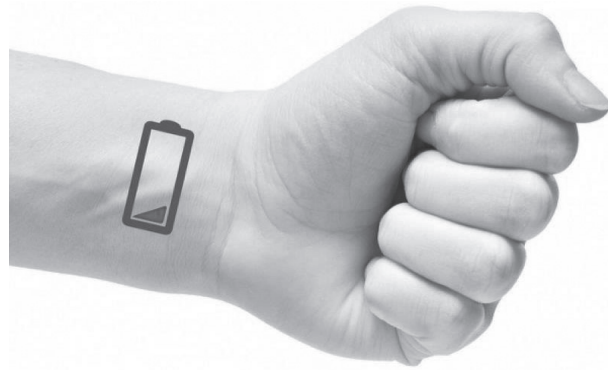
Λευκωσία: 90901402
Λεμεσός: 90901405
Αμμόχωστος: 90901403
Λάρνακα: 90901404
Πάφος: 90901406

ΧΡΗΣΙΜΑ Τηλέφωνα για ώρα ανάγκης

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

Κούραση ή διατροφική ανεπάρκεια;

Σύμφωνα με τους ειδικούς, η χαμηλή ενέργεια οφείλεται συνήθως σε ανεπάρκεια θερμίδων. Εάν δεν καταναλώνετε αρκετές για την καθημερινή σας δραστηριότητα, αυτό μπορεί να προκαλέσει ανεπάρκεια ενέργειας. Παράλληλα η ανεπαρκής πρόσληψη θερμίδων μπορεί να συμβάλει σε άλλες ελλείψεις σε θρεπτικά συστατικά, επιδεινώνοντας τα ήδη χαμηλά επίπεδα ενέργειας.



Υδατάνθρακες: Αποτελούν την αγαπημένη «πηγή» ενέργειας του σώματος. Όταν δεν τρώτε αρκετές τροφές με υδατάνθρακες κατά τη διάρκεια της ημέρας, μπορεί να αισθάνεστε πιο νωχελικοί ή κουρασμένοι.

Πρωτεΐνη: Η χαμηλή πρόσληψη πρωτεΐνης μπορεί να προκαλέσει κόπωση και χαμηλά επίπεδα ενέργειας. Οι τροφές με βάση τις πρωτεΐνες παρέχουν στον οργανισμό καύσιμα για την επισκευή ιστών. Η πρωτεΐνη χρειάζεται περισσότερο χρόνο από τους υδατάνθρακες για να διασπαστεί στο σώμα, παρέχοντας μια πιο σταθερή «πηγή» ενέργειας, που διαρκεί περισσότερο.

Λιπαρά: Η νωθρότητα μπορεί να σημαίνει ότι δεν καταναλώνετε επαρκείς ποσότητες λιπα-

ρών. Από τα τρία μακροθρεπτικά συστατικά, τα λιπαρά είναι το πιο ενεργειακά πυκνό, αφού δίνουν 9 θερμίδες ανά γραμμάριο.

Ενυδάτωση: Η χαμηλή πρόσληψη νερού μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα ενέργειας, εντείνοντας το αίσθημα κόπωσης.

Αφού καλύψαμε τα βασικά, μπορούμε να δούμε συγκεκριμένες ελλείψεις θρεπτικών συστατικών και σε ποια φαγητά τα βρίσκουμε.

Βιταμίνη C

Για να αυξήσετε την πρόσληψή σας καταναλώστε περισσότερα μούρα, πορτοκάλια, μπρόκολο και ακτινίδιο.

Βιταμίνη D

Μπορείτε να την βρείτε σε τροφές όπως κρόκοι αυγών, σολο-

μός και ενισχυμένο γάλα.

Βιταμίνη B12

Βρίσκεται φυσικά σε τροφές ζωικής προέλευσης όπως ψάρια, κρέας, πουλερικά, αυγά και γαλακτοκομικά.

Σίδηρος

Το κόκκινο κρέας, τα ψάρια και τα πουλερικά είναι τροφές που μπορείτε να καταναλώσετε για να αυξήσετε τα επίπεδά του.

Ωμέγα-3 λιπαρά

Τα βρίσκουμε φυσικά σε καρύδια, σπόρους chia και λιναρόσπορο.

Μαγνήσιο

Τα πράσινα φυλλώδη λαχανικά, οι ξηροί καρποί, οι σπόροι, τα δημητριακά ολικής αλέσεως και τα όσπρια είναι εξαιρετικές διατροφικές πηγές μαγνησίου.

SUDOKU

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

Η ΣΥΝΤΑΓΗ ΜΑΣ

Ψητά καλαμπόκια με παρμεζάνα & σκορδάτη μαγιονέζα



Υλικά

- 4 καλαμπόκια βρασμένα
- Λίγο ελαιόλαδο
- 150 γρ. μαγιονέζα
- 100 γρ. γιαούρτι
- 2 κ.γ. σκόρδο ψιλοκομμένο
- ½ κ.γ. καπνιστή πάπρικα
- 2 κ.γ. κόλιανδρο ψιλοκομμένο + λίγο επιπλέον για το σερβίρισμα

Αλάτι, πιπέρι

ΓΙΑ ΤΟ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑ

- Παρμεζάνα
- Καυτερή σάλτσα

1 λάιμ

Εκτέλεση

Βήμα 1ο

Ανακατεύουμε σε ένα μπολ με το σύρμα τη μαγιονέζα, το γιαούρτι, το σκόρδο, την πάπρικα και τον κόλιανδρο.

Βήμα 2ο

Αλείφουμε τα καλαμπόκια με ελαιόλαδο, τα πασπαλίζουμε με αλάτι και πιπέρι και τα ψήνουμε σε φριτέζα αέρος, στους 200°C, για 12 λεπτά.

Βήμα 3ο

Αφήνουμε τα καλαμπόκια να κρυσώσουν ελαφρώς και στη συνέχεια, με τη βοήθεια ενός πινέλου, τα αλείφουμε με τη σκορδάτη μαγιονέζα.

Βήμα 4ο

Σερβίρουμε τα καλαμπόκια με παρμεζάνα, καυτερή σάλτσα, φέτες λάιμ και ψιλοκομμένο κόλιανδρο.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

ΚΡΙΟΣ: Αναζητάς ευκαιρίες για ξεκαθάρισμα χρεών ή ξεκαθάρισμα λογαριασμών σήμερα. Είναι μια εξαιρετική στιγμή για να σκεφτείς να αφήσεις περιττές προσκολλήσεις πίσω σου. Θα υπάρξουν καλύτερες στιγμές για να αναλάβεις κάτι νέο από ότι τώρα με τον πλανήτη σου Άρη να είναι ανάδρομος.

ΤΑΥΡΟΣ: Απόφυγε να αναλάβεις ευθύνες που οι άλλοι θα έπρεπε να αναλάβουν ή φρόντισε να μην βασιστείς πολύ σε άλλους, αφού θα ήταν καλύτερα να κάνεις τα πράγματα μόνη σου. Μπορείς να ωφεληθείς αν κοιτάξεις στο παρελθόν για απαντήσεις σε προβλήματα του παρόντος.

ΔΙΑΔΥΜΟΣ: Μπορεί να ψάχνεις στο παρελθόν για απαντήσεις σε θέματα εργασίας ή υγείας. Ωστόσο ίσως είναι καλύτερο να αποφύγεις να επαναλάβεις παλιές μεθόδους μόνο και μόνο επειδή σου είναι πιο οικείες. Σκέψου να μην κρατήσεις κάτι που δεν σε εξυπηρετεί πλέον, ιδιαίτερα μια στάση ή προσδοκία.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ: Μπορεί να υπάρχει μια σύνδεση με ένα παλιό ερωτικό ενδιαφέρον ή έναν παλιό φίλο. Ίσως και να αισθάνεσαι πιο ευαίσθητη σχετικά με μια παλιά αγάπη. Μπορείς να επωφεληθείς κοιτάζοντας το παρελθόν καθώς μπορεί να ξαναξυπνήσεις μια αξιόλογη αναζήτηση, αλλά σκέψου ότι θα μπορούσες να κρατάς το

παρελθόν με ανθυγιεινούς τρόπους.

ΛΕΩΝ: Σήμερα υπάρχει μια τάση να υποχωρήσεις σε άνετες συμπεριφορές αντί να αμφισβητήσεις τον εαυτό σου ή να στοχεύσεις στο να μεγαλώσεις και να μάθεις. Οι παλιές συνήθειες σε ελκύουν πολύ τώρα και μια καλή πράξη από το παρελθόν μπορεί να σε ωφελήσει.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ: Οι ενέργειες του σήμερα τείνουν να σε τραβούν στο παρελθόν. Δεν είσαι διατεθειμένη να αμφισβητήσεις τον εαυτό σου και να αφήσεις πίσω τα τάλεντα και τους πόρους που ήδη έχεις. Απόφυγε προκειμένου να ηρεμήσεις τους άλλους να χρησιμοποιήσεις τρόπους που μπορεί να σε στοιχειώσουν αργότερα.

ΖΥΓΟΣ: Με μεγαλύτερη επίγνωση για το πού μπορεί να είσαι υπερβολικά δεμένη σήμερα, θα καταφέρεις να ξεπεράσεις τα εμπόδια που σχετίζονται με τα χρήματα και τις επιχειρήσεις.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ: Η σημερινή ευθυγράμμιση Αφροδίτης - Νότιου Κόμβου σε βοηθά να διώξεις το άγχος και την ένταση. Μπορεί να είναι χρήσιμο να απελευθεωθείς από κάτι από το παρελθόν. Ωστόσο αυτή η διέλευση μπορεί να σε πείσει να πάρεις τον εύκολο δρόμο.

ΤΟΞΟΤΗΣ: Δυνατές αναμνήσεις σε καθοδηγούν ή δημιουργούνται ασυνήθιστες συνδέσεις τώρα.



Μπορεί να ξαναβρεθείς με έναν παλιό φίλο καθώς η Αφροδίτη και ο Νότιος Κόμβος ευθυγραμμίζονται στον ηλιακό 12ο οίκο σου.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ: Η καλύτερη προσέγγιση στις σχέσεις σήμερα είναι η υποστήριξη. Η εμπιστοσύνη και το δέσιμο αυξάνονται ενδυναμώνοντας ο ένας τον άλλον. Κοινωνικά θα μπορούσες να έχεις τη διάθεση να νιώσεις άνετα.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ: Είσαι σε εξαιρετική θέση για να καταγράψεις τα συναισθήματα σου σήμερα. Η Αφροδίτη ευθυγραμμίζεται με τον Νότιο Κόμβο και είναι ευκολότερο να δεις ποιες προσκολλήσεις σε εμποδίζουν να αναπτυχθείς και να προοδεύσεις.

ΙΧΘΕΙΣ: Φροντίζεις για δουλειές που έχουν μείνει μισές και θα βοηθήσουν να προχωρήσουν τα πράγματα αργότερα. Οι σημερινές διελύσεις μπορούν να σε ωθήσουν να σκεφτείς ποιες συνήθειες ή προσκολλήσεις στη ζωή σου μπορεί να σε εμποδίζουν να αναπτυχθείς και να εξελιχθείς, ιδιαίτερα σε νοητικό επίπεδο ή όσον αφορά στάσεις και νοοτροπίες.

Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή

Αποστολή της η διαφύλαξη ενός υγιούς πλαισίου ανταγωνισμού και η προστασία των καταναλωτών

Με αφορμή ανακοινώσεις και δηλώσεις φορέων και εκπροσώπων κομμάτων σε σχέση με τους ελέγχους των τιμών στην αγορά, το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας διαβεβαιώνει τους καταναλωτές ότι στις δύσκολες συνθήκες που προκάλεσαν οι διαδοχικές παγκόσμιες κρίσεις, επηρεάζοντας άμεσα την αγοραστική τους δύναμη και την καταναλωτική τους συμπεριφορά, η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή συνεχίζει να επιτελεί απρόσκοπτα την αποστολή της, που αφορά στη διαφύλαξη ενός υγιούς πλαισίου ανταγωνισμού και στην προστασία των οικονομικών συμφερόντων των καταναλωτών.

Σε αυτό το πλαίσιο η Υπηρεσία αρμοδίως αναλαμβάνει συνεχώς νομοθετικές και άλλες πρωτοβουλίες και δράσεις που στόχο έχουν την έμπρακτη στήριξη και την καλύτερη ενημέρωση των καταναλωτών, συμβάλλοντας έτσι και στην ευρύτερη προσπάθεια της Κυβέρνησης για αντιμετώπιση της ακρίβειας, η οποία αποτελεί παγκόσμιο φαινόμενο. Μεταξύ άλλων, η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή βρίσκεται στα τελικά στάδια

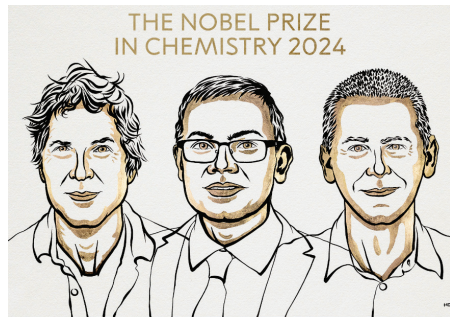
ετοιμασίας ενός σημαντικού εργαλείου για τους καταναλωτές όσον αφορά στη διαφάνεια και τη δυνατότητα σύγκρισης τιμών, προχωρώντας τάχιστα στην υλοποίηση της ψηφιακής πλατφόρμας e-kalathi, η οποία θα τεθεί σε λειτουργία περί τα τέλη του έτους, ενώ εργάζεται και για την ολοκλήρωση της συζήτησης και την ψήφιση του νομοσχεδίου για τον καθορισμό ανώτατης τιμής πώλησης στο νερό ή/και άλλα προϊόντα σε αγορές, όπου εξ αντικειμένου δεν μπορεί να αναπτυχθεί επαρκής ανταγωνισμός.

Παράλληλα, με εκσυγχρονισμένες μεθόδους παρακολούθηθι καθημερινά τις διακυμάνσεις στις τιμές των καυσίμων και άλλων βασικών προϊόντων, παρεμβαίνοντας εκεί και όπου κρίνεται σκόπιμο. Η Υπηρεσία έχει επίσης εντατικοποιήσει την προσπάθεια για εκπαίδευση και ενημέρωση των επιχειρήσεων για το ισχύον νομοθετικό πλαίσιο, έχει υιοθετήσει αναβαθμισμένο μηνιαίο Παρατηρητήριο Τιμών, το οποίο δίνει στον καταναλωτή μια αντικειμενική συγκριτική αποτύπωση των τιμών της αγοράς για 250 προϊόντα σε 400 καταστήματα παγκύπρια, και έχει προχωρήσει σε συνέργειες



με άλλες κρατικές υπηρεσίες και φορείς για την αποτελεσματική θωράκιση και προστασία των συμφερόντων των καταναλωτών.

Κλείνοντας, τονίζεται ότι το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας επαναβεβαιώνει ότι παραμένει σταθερό στην πιστή υλοποίηση των στόχων, χαιρετίζοντας εποικοδομητικές και παραγωγικές εισηγήσεις και απορρίπτοντας τις όποιες μηδενιστικές προσεγγίσεις, οι οποίες απαξιώνουν το έργο που επιτελείται και κλονίζουν την εμπιστοσύνη του κοινού.



Επιστήμονας με Κυπριακή καταγωγή στους νικητές του Νόμπελ Χημείας 2024

Τρεις επιστήμονες «μοιράστηκαν» το Νόμπελ Χημείας για το 2024.

Οι νικητές είναι ο Ντέιβιντ Μπέικερ από το Πανεπιστήμιο της Ουάσινγκτον «για τον υπολογιστικό σχεδιασμό πρωτεϊνών» και οι Ντέμης Χασάμης (Βρετανός, με κυπριακή καταγωγή) και Τζον Τζάμπερ από το Google DeepMind «για την πρόβλεψη της δομής των πρωτεϊνών».

Ο πατέρας του Χασάμη είναι κυπριακής καταγωγής, ενώ η μητέρα του κινεζικής καταγωγής με προέλευση από τη Σιγκαπούρη. Ολοκλήρωσε το σχολείο στην ηλικία των 16 ετών, και έπειτα εργάστηκε ως προγραμματιστής παιχνιδιών.

Απέκτησε το πτυχίο του στην επιστήμη υπολογιστών από το πανεπιστήμιο του Καίμπριτζ με διάκριση και την επόμενη δεκαετία συνέχισε να εργάζεται ως προγραμματιστής ηλεκτρονικών παιχνιδιών.

Το 2009 συνέχισε τις σπουδές του για διδακτορικό δίπλωμα στην γνωσιακή νευροεπιστήμη, με θέμα έρευνας, τους αλγόριθμους τεχνητής νοημοσύνης που μπορεί να προκύψουν από τις διαδικασίες του ανθρώπινου εγκεφάλου.

Μετά την απόκτηση του διδακτορικού του, συνέχισε την έρευνα στην νευροεπιστήμη και τεχνητή νοημοσύνη ως επισκέπτης ακαδημαϊκός στο Τεχνολογικό Ινστιτούτο της Μασσαχουσέτης και στο πανεπιστήμιο του Χάρβαρντ.

Μια από τις πλέον σημαντικές δημοσιεύσεις που έκανε ήταν η μελέτη στην οποία έδειξε πως οι ασθενείς με βλάβη στον ιππόκαμπο του εγκεφάλου, κάτι που προκαλεί αμνησία, δεν έχουν την δυνατότητα να φανταστούν τον εαυτό τους σε νέες εμπειρίες.

Επ. Κεφαλαιαγοράς: Εξέδωσε οδηγό για την απόκτηση οικονομικής παιδείας



Με απώτερο στόχο τα παιδιά να αποκτήσουν κριτική σκέψη, αποκτώντας οικονομική παιδεία ώστε να μπορούν να διαχειρίζονται καλύτερα τα χρήματα αναπτύσσοντας την ικανότητα για σωστή αξιολόγηση του κόστους και του οφέλους, η Επιτροπή Κεφαλαιαγοράς Κύπρου (ΕΚΚ) εξέδωσε για τους γονείς επιμορφωτικό οδηγό.

Ο οδηγός περιλαμβάνει σημαντικές πληροφορίες και εισηγήσεις για εύκολες και πρακτικές επιμορφωτικές δράσεις.

Σύμφωνα με δελτίο Τύπου, η χρηματοοικονομική επιμόρφωση παιδιών και εφήβων είναι ο ένας από τους δύο άξονες στους οποίους επικεντρώνει η ΕΚΚ τις δράσεις της για την Παγκόσμια Εβδομάδα Επενδυτή (World Investor Week 2024) από τις 7 μέχρι τις 14 Οκτωβρίου και διοργανώνεται από τον Διεθνή Οργανισμό Επιτροπών Κεφαλαιαγοράς (IOSCO).

Σημειώνεται ότι ο δεύτερος άξονας, ο οποίος επίσης στοχεύει να επιμορφώσει και να προστατεύσει σε μεγάλο βαθμό τους νέους, αφορά τον χώρο των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και τη δράση των influencers.

Προστίθεται ότι μεταξύ των δράσεων που υλοποιεί η ΕΚΚ στο πλαίσιο του πρώτου άξονα, περιλαμβάνονται, διαλέξεις και αποστολή ενημερωτικού υλικού σε σχολεία και πανεπιστήμια σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας και ενημέρωση Συνδέσμων Γονέων και πραγματοποίηση αριθμού διαλέξεων για γονείς.

Εξηγώντας την προτεραιότητα που δίνει φέτος η ΕΚΚ στη χρηματοοικονομική επιμόρφωση των παιδιών και στον ρόλο που καλούνται να διαδραματίσουν οι γονείς, ο Πρόεδρος της Επιτροπής Δρ. Πάργος Θεοχαρίδης, σημειώνει ότι η παιδική και εφηβική ηλικία είναι καθοριστικές στη διαμόρφωση οικονομικών συμπεριφορών και στάσεων.

«Ουσιαστικά οι γονείς είναι οι πρώτοι που καλούνται να παρέχουν βασικές γνώσεις για τη διαχείριση των χρημάτων, εντάσσοντας τη χρηματοοικονομική μάθηση στην καθημερινή ζωή. Μπορούν να το κάνουν συζητώντας μαζί τους για τα οικονομικά ζητήματα της οικογένειας, εφαρμόζοντας εύκολες και ευχάριστες μεθόδους σε καθημερινές λειτουργίες του σπιτιού και της οικογένειας, αλλά κυρίως με το παράδειγμά τους», είπε.

Στον Οδηγό της ΕΚΚ για τους Γονείς καταγράφονται τα σημαντικά πλεονεκτήματα που δίνει στα παιδιά η γνώση βασικών εννοιών. Μεταξύ άλλων, αναφέρεται ότι μέσω αυτού τα παιδιά γνωρίζουν και εκτιμούν την αξία των χρημάτων και την προσπάθεια που απαιτείται για να εξασφαλιστούν, την ικανότητα αξιολόγησης του κόστους και του οφέλους μιας αγοράς, προάγει την κριτική σκέψη και δεξιότητες στη λήψη αποφάσεων και την ατομική διαχείριση των χρημάτων τους. Σημειώνεται, ακόμη ότι τα παιδιά με οικονομική παιδεία είναι πιο πιθανό να γίνουν πιο ενημερωμένοι και επιλεκτικοί καταναλωτές και να λαμβάνουν καλύτερες αποφάσεις αγορών.

Συνέχεια στον θρίαμβο του Γουέμπλεϊ έδωσε η Εθνική Ελλάδος

Επικράτησε με 2-0 της Ιρλανδίας σε ένα κατάμεστο γήπεδο με περισσότερους από 30 χιλιάδες φιλάθλους

Η γαλανόλευκη έδωσε συνέχεια στον θρίαμβο του Γουέμπλεϊ, επικρατώντας με 2-0 της Ιρλανδίας στο κατάμεστο με από περισσότερους από 30 χιλιάδες φιλάθλους, Γεώργιος Καραϊσκάκης, και έκανε το τέσσερα στα τέσσερα στο Nations League.

Με γκολ του Μπακασέτα (48') και του Μάνταλου (90'+2'), έκανε το τέσσερα στα τέσσερα στο Nations League και εδραιώθηκε στην πρώτη θέση του ομίλου.

Έτσι λοιπόν, η Εθνική Ελλάδος έχει μπροστά της το σπουδαίο παιχνίδι με την Αγγλία στις 14 Νοεμβρίου (21:45) στο ΟΑΚΑ για την 5η αγωνιστική του Nations League, μια αναμέτρηση η οποία θα κρίνει την πρώτη θέση του ομίλου, αφού η Ελλάδα είναι πρώτη με 12 βαθμούς και τα τρία λιοντάρια ακολουθούν στη δεύτερη θέση με 9 βαθμούς.

ΤΟ ΜΑΤΣ

Στα αγωνιστικά, ο Ιβάν Γιοβάνοβιτς δεν άλλαξε τίποτα στην ενδεκάδα του από την ομάδα που κέρδισε απέναντι στην Αγγλία, πλην της αναγκαστικής προσθήκης του Χατζηδιάκου στη θέση του τιμωρημένου Κουλιεράκη. Η πρώτη καλή στιγμή του ματς ανήκε στην Ιρλανδία, η οποία απείλησε με τον Φέργκιουσον στο 4'. Η μπάλα κόντραρε στον Σιώπη έξω από την ελληνική περιοχή και στρώθηκε στον επιθετικό της Μπράιτον που δεν μπόρεσε να βρει εστία.

Με κινητήριο μοχλό τον Μασούρα όμως η Ελλάδα άρχισε να πιέζει και είχε τις πρώτες της στιγμές στο παιχνίδι. Ο κυνηγός του Ολυμπιακού έκανε τη σέντρα για τον Τζόλη στο 9' με τον 22χρονο να στέλνει την μπάλα άουτ και δύο λεπτά αργότερα ο ίδιος ο Μασούρας εκτέλεσε από δεξιά με τον Κέλεχερ να διώχνει σε κόρνερ. Ο Μασούρας απείλησε ξανά με απανωτά σουτ που μπλόκαραν οι Ιρλανδοί στο 15' και αστόχησε με κεφαλιά από σέντρα του Τζόλη στο 17'. Στο 19' η γαλανόλευκη άγγιξε το γκολ όταν ο Μπακασέτας έκανε ωραία κίνηση και εκτέλεσε εντός περιοχής όμως ο Κέλεχερ έδιωξε και στη συνέχεια της φάσης ο Παυλίδης δεν μπόρεσε να στείλει την μπάλα στα δίχτυα.

Η Εθνική Ομάδα έκοψε τελικά τον γόρδιο δεσμό στην αυγή του δεύτερου μέρους με τον Τάσο Μπακασέτα. Ο Τζόλης έστρωσε την μπάλα στον αρχηγό της γαλανόλευκης και εκείνος με ένα γεμάτο δεξί σουτ νίκησε τον Κέλεχερ και έβαλε μπροστά στο σκορ την ομάδα του Γιοβάνοβιτς. Αμέσως, έδειξε το μαύρο περιβραχιόνιο



που φορούν οι Έλληνες διεθνείς στη μνήμη του Τζορτζ Μπάνντοκ.

Η Ιρλανδία προσπάθησε να βρει το γκολ της ισοφάρισης και απείλησε με κεφαλιά του Τέιλορ στο 69', όμως ο Βλαχοδήμος απέκρουσε εντυπωσιακά σε κόρνερ. Το πλήγμα για την Ελλάδα είναι πως ο Δημήτρης Κουρμπέλης αντίκρισε την κίτρινη κάρτα, συμπλήρωσε τις δύο στον όμιλο και δεν θα ενισχύσει την ομάδα του Ιβάν Γιοβάνοβιτς στο παιχνίδι με την Αγγλία για την 5η αγωνιστική.

Η γαλανόλευκη σφράγισε τη νίκη της με τον Πέτρο Μάνταλο στο δεύτερο λεπτό των καθυστερήσεων εκμεταλλευόμενος το λάθος του Κέλεχερ και πλασάροντας σε κενή εστία.

Έτσι η Εθνική Ελλάδας συνέχισε με το απόλυτο στο Nations League, έφτασε τους 12 βαθμούς, τρεις περισσότερους από την Αγγλία την οποία και θα υποδεχθεί την επόμενη αγωνιστική.

Τι σημαίνει η πρώτη θέση στο Nations League

Η Ελλάδα μετά το διπλό στο Γουέμπλεϊ αλλά και την επικράτηση επί της Ιρλανδίας το βράδυ της Κυριακής, έχει αυτή το πάνω χέρι για την πρωτιά. Τι κέρδη (θα) έχει όμως στην πράξη; Απευθείας άνοδο στη League A, στο υψηλότερο επίπεδο του Nations League, απ' όπου προκύπτουν τα Finals και ο κάτοχος του τίτλου.

Επιπλέον, δίνει τη δυνατότητα για μία δεύτερη ευκαιρία για το Παγκόσμιο Κύπελλο. Τα προκριματικά του Μουντιάλ θα δώσουν δώδεκα

εισιτήρια απευθείας στους νικητές των δώδεκα προκριματικών ομίλων.

Οι δώδεκα ομάδες που θα τερματίσουν στη 2η θέση θα δώσουν playoffs μαζί με τους τέσσερις καλύτερους νικητές ομίλου στο Nations League που δεν βρίσκονται μεταξύ των δώδεκα νικητών ή δεύτερων των προκριματικών ομίλων του Μουντιάλ.

Αυτές οι 16 ομάδες θα χωριστούν σε τέσσερα μονοπάτια και ύστερα από δύο μονούς αγώνες σε στίλ Final Four θα αναδειχθούν οι τέσσερις νικητές που θα πάρουν και τα τελευταία εισιτήρια που δικαιούται η Ευρώπη.

Εάν η Ελλάδα καταφέρει και αναδειχθεί νικήτρια στον όμιλό της, όπως στο προηγούμενο Nations League, τότε θα υπάρχει η δυνατότητα να είναι στους καλύτερους τέσσερις νικητές και να εξασφαλίσει έναν δεύτερο δρόμο.

Κάτι που είναι πιθανό δεδομένου πως πολλοί νικητές της League A (που θα προηγούνται στο Nations League ranking) και της League B θα έχουν λογικά εξασφαλίσει παρουσία στο Παγκόσμιο Κύπελλο ή στα playoffs μέσω των προκριματικών.

Φυσικά ούσα στη League A, η Ελλάδα θα έχει πιο εύκολα δεύτερη ευκαιρία και για το Euro 2028. Ενδεικτικό είναι ότι μόλις τρεις από τις 16 ομάδες της League A του προηγούμενου Nations League, δεν πέρασαν στο Euro 2024 μέσω των προκριματικών.

Επόμενη αγωνιστική

(19.10.2024 – 20.10.2024)

ΟΜΟΝΟΙΑ ΑΡΑΔΙΠΠΟΥ vs
ΑΠΟΕΛ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ
ΑΠΟΛΛΩΝΑΣ ΛΕΜΕΣΟΥ vs
ΑΛΣ ΟΜΟΝΟΙΑ 29 Μ
ΠΑΦΟΣ FC vs
ΚΑΡΜΙΩΤΙΣΣΑ ΠΟΛΕΜΙΔΙΩΝ
ΟΜΟΝΟΙΑ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ vs
ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ ΠΑΡΑΛΙΜΝΙΟΥ
ΕΘΝΙΚΟΣ ΑΧΝΑΣ vs ΑΡΗΣ ΛΕΜΕΣΟΥ
ΝΕΑ ΣΑΛΑΜΙΝΑ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ vs
ΑΕΛ ΛΕΜΕΣΟΥ
ΑΕΚ ΛΑΡΝΑΚΑΣ vs
ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΥ



Αποτελέσματα Πρωταθλήματος ΕΠΟΠΑ – Cyview – Vandex

Τα αποτελέσματα των συναντήσεων της 1ης αγωνιστικής του Πρωταθλήματος ΕΠΟΠΑ – Cyview – Vandex, το οποίο διεξήχθη το Σάββατο 12 - 13 Οκτωβρίου 2024, έχουν ως ακολούθως:

Σάββατο 12 Οκτωβρίου 2024:

Ε.Ν. Αγίας Βαρβάρας - ΘΟΙ Καπέδων 2 - 1
ΠΑΟ Κάτω Μονής - ΕΘΝΙΚΟΣ Δευτεράς 0 - 3
ΚΥΡΙΑΚΗ 13 Οκτωβρίου 2024:

ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου - ΠΑΡΘΕΝΩΝ Προσφύγων Λατσιών 2 - 0

ΡΟΤΣΙΔΗΣ Μάμμαρι - ΣΤΑΥΡΑΕΤΟΣ Κλήρου 5 - 0

ΑΤΕ-ΠΕΚ Εργατών - ΕΥΑΓΟΡΑΣ ΠΑΛΛΗΚΑΡΙΔΗΣ Αγίων Τριμιθιάς 2 - 0



Η ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ στο παγκόσμιο συνέδριο της ITF στο Μαρόκο

Επανεκλέγη ο Stefan Cotton στη θέση του γγ της ITF

Η Ομοσπονδία Μεταφορών της ΣΕΚ (ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ) συμμετείχε στο παγκόσμιο συνέδριο της Διεθνούς Ομοσπονδίας Μεταφορών (ITF), το οποίο διεξήχθη την περασμένη εβδομάδα στο Μαρόκο.

Στο πλαίσιο της συνεδρίας ο **Stephen Cotton** επανεκλέγη στη θέση του Γενικού Γραμματέα της ITF.

Η ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ ήταν από τα συνδικάτα που πρότειναν την υποψηφιότητά του κ. Cotton και τον συγχαίρει θερμά για την επανεκλογή του.

Στη φωτογραφία: Ο Γενικός Γραμματέας της ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ, **Χαράλαμπος Αυγουστή**, ο Stephen Cotton, αμέσως μετά την επανεκλογή του, και ο Γενικός Γραμματέας της Πανελληνίας Ναυτικής Ομοσπονδίας (ΠΝΟ) **Εμμανουήλ Τσικαλάκης**.

Στο συνέδριο συμμετείχε επίσης ο Αναπληρωτής της ΟΜΕΠΕΓΕ-ΣΕΚ **Ιωάννης Τσουρής**, καθώς και η επιθεωρήτρια της ITF Κύπρου **Χριστιάνα Ευστρατίου**.

Αξιολογείται η νέα μεσολαβητική πρόταση για την Ξενοδοχειακή Βιομηχανία

- Μπήκε στο μικροσκόπιο της ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ
- Θα σταλούν διευκρινιστικές ερωτήσεις στο Υπουργείο Εργασίας

Κατατέθηκε τελικά στις 8 Οκτωβρίου η νέα μεσολαβητική πρόταση από τον Υπουργό Εργασίας, **Γιάννη Παναγιώτου**, προς τις συνδικαλιστικές οργανώσεις ΣΕΚ και ΠΕΟ, καθώς και τους επαγγελματικούς συνδέσμους των ξενοδόχων, ΣΤΕΚ και ΠΑΣΥΞΕ, για την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης στην Ξενοδοχειακή Βιομηχανία.

Οι εμπλεκόμενες πλευρές έχουν πλέον περιθώριο έως τη Δευτέρα, 21 Οκτωβρίου, να εξετάσουν και να απαντήσουν επίσημα στην πρόταση του Υπουργείου.

Το χρονικό περιθώριο αυτό δίνει τον χρόνο για διεξοδική αξιολόγηση, καθώς η πρόταση

πενά από λεπτομερή ανάλυση, τόσο από την Ομοσπονδία Ξενοδοχοϋπαλλήλων (ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ) όσο και από τις υπόλοιπες οργανώσεις.

Ιστορικό των διαβουλεύσεων

Η νέα πρόταση αποτελεί συνέχεια των εντατικών διαβουλεύσεων που πραγματοποιήθηκαν μετά την απόρριψη της αρχικής πρότασης του Υπουργείου, η οποία είχε κατατεθεί στα τέλη Αυγούστου 2024. Τότε, η αρνητική απάντηση των συνδικαλιστικών οργανώσεων ΣΕΚ και ΠΕΟ προκάλεσε έντονο προβληματισμό για την πορεία των διαπραγματεύσεων και τον κίνδυνο εργατικών κινητοποιήσεων.

Ο Υπουργός Εργασίας προχώρησε έκτοτε σε εντατικές διαβουλεύσεις με όλα τα εμπλεκόμενα μέρη, προσπαθώντας να γεφυρώσει τις διαφορές και να διασφαλίσει τη διατήρηση της εργασιακής ειρήνης στον κλάδο. Οι διαπραγματεύσεις



επικεντρώθηκαν σε ζητήματα μισθολογικών αυξήσεων και βελτίωσης των όρων εργασίας, τα οποία αποτελούν καίρια αιτήματα για την πλευρά των εργαζομένων.

Η επόμενη φάση

Η πρόταση του Υπουργείου εξετάζεται από την ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ και τα υπόλοιπα συνδικαλιστικά όργανα, ώστε να διαμορφωθεί η επίσημη απάντηση προς το Υπουργείο Εργασίας.

Τις επόμενες μέρες, μάλιστα, αναμένεται να σταλούν και σχετικές διευκρινιστικές ερωτήσεις προς το αρμόδιο υπουργείο.

Ο Γενικός Γραμματέας της ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ, **Μιχάλης Φράγκου**, επιβεβαίωσε ότι η πρόταση θα αναλυθεί λεπτομερώς και ότι η τελική θέση θα αποσταλεί γραπτώς, εκφράζοντας ταυτόχρονα την αποφασιστικότητα της ΟΥΞΕΚΑ-ΣΕΚ για προστασία των μελών της.

ΣΕΚ ΠΡΟΣ ΒΟΥΛΗ:

“Κυρώστε το συντομότερο τη σύμβαση για τη βία και την παρενόχληση”

Οι εργαζόμενοι στους χώρους εργασίας βιώνουν βάνουσες συμπεριφορές

Η Σύμβαση αρ.190 της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας αποτελεί το πρώτο διεθνές κείμενο που θέτει τα διεθνή πρότυπα για τον χειρισμό της βίας και της παρενόχλησης στον χώρο εργασίας.

Η κύρωση της από την Κυπριακή Δημοκρατία θα αποτελέσει μια σημαντική εξέλιξη αφού θα συμβάλει σημαντικά στην αποτροπή τοξικών συμπεριφορών που θίγουν την αξιοπρέπεια των εργαζομένων και προκαλούν κινδύνους για την ψυχική και σωματική τους υγεία.

Χθες Τρίτη άρχισε ενώπιον της κοινοβουλευτικής επιτροπής Εργασίας η συζήτηση επί των νομοσχεδίων που ετοιμάστηκαν με στόχο να οδηγηθούν το συντομότερο δυνατό για ψήφιση ενώπιον της Ολομέλειας.

Η γραμματέας του Τμήματος Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ **Δέσποινα Ησαΐα** κάλεσε το νομοθετικό σώμα να προχωρήσει χωρίς χρονοτριβή στην ψήφιση των νομοσχεδίων ώστε επιτέλους να υπάρξει νομοθετική κάλυψη για όσους τολμούν να καταγγείλουν σοβαρά περιστατικά εργασιακού εκφοβισμού.

“Εδώ και ένα χρόνο, επεσήμανε, η ΣΕΚ κατέθεσε ενώπιον της Επιτροπής Εργασίας τα

αποτελέσματα έρευνας της ότι ένας στους δύο εργαζόμενους είναι θύματα παρενοχλητικής συμπεριφοράς και παρά το γεγονός ότι οι εργαζόμενοι τολμούσαν να καταγγείλουν οι υφιστάμενες νομοθεσίες δεν μπορούσαν να προστατέψουν τα θύματα.

Η τηλεφωνική γραμμή που δημιούργησε η ΣΕΚ 77775575 με στόχο να στηρίξει θύματα τέτοιων συμπεριφορών δέχεται καθημερινά τηλεφωνήματα που δυστυχώς επιβεβαιώνουν το μέγεθος του προβλήματος”. Και πρόσθεσε:

“Αισθανόμαστε όχι απλά ικανοποίηση για τη σημερινή συνεδρία αλλά και δικαιωμένοι γιατί ένας πολύχρονος αγώνας πλησιάζει προς το τέλος του. Ένας αγώνας που είχε ως μοναδικό στόχο και επιδίωξη να προστατεύεται με επάρκεια ο πολίτης που τολμά να σπάσει τη σιωπή του και να καταγγέλλει θύτες, που μόνη τους έγνοια είναι να δυσκολεύουν τη ζωή των συνανθρώπων τους. Να καταγγέλλει και να αισθάνεται πως θα υπάρξει νομική αλλά και ηθική δικαίωση”.

Η σύμβαση, κατέληξε, θα αποτελέσει σημαντικό εργαλείο στα χέρια μας στον χειρισμό τέτοιων συμπεριφορών που δεν έχουν καμιά απολύτως θέση στον κόσμο της Εργασίας.

Αρχή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού Κύπρου

Σύστημα Επαγγελματικών Προσόντων

Ταυτότητα Αριστείας!

Πιστοποίηση επαγγελματικών προσόντων με ευρωπαϊκή αναγνώριση