

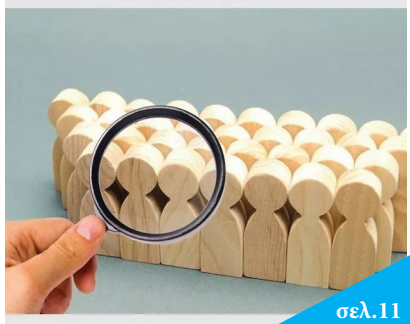
Καλό Πάσχα και καλή Ανάσταση στις καρδιές μας

Τον Σταυρό του Μαρτυρίου που αποτελεί την πιο ζοφερή μέρα της ανθρωπότητας, διαδέχεται το νικηφόρο σάλπισμα της Ανάστασης. Ας πορευθούμε όλοι μας με κατάνυξη αυτή τη διαδρομή με την ευχή σε προσωπικό και οικογενειακό επίπεδο να ζούμε ευλογημένα και ειρηνικά. Η «Εργατική Φωνή» ενόψει των εορτών του Πάσχα θα βρίσκεται και πάλι κοντά σας την Τετάρτη 22 Απριλίου 2026.

Καλή Ανάσταση!

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Κενές θέσεις εργασίας στη ΣΕΚ



σελ. 11

ΡΕΠΟΡΤΑΖ

Τιμή και δόξα στον ιερό αγώνα της ΕΟΚΑ



σελ. 9, 16

Επιτέλους να προχωρήσει στη Βουλή των Αντιπροσώπων το σχετικό νομοσχέδιο

Η βελτίωση της ευημερίας των εργαζομένων εξαρτάται από τις συλλογικές συμβάσεις

Η συρρίκνωση των μεσαίων εισοδηματικών στρωμάτων των εργαζομένων και η φτωχοποίηση του 17% των πολιτών αποτελεί μια πραγματικότητα η οποία δεν μπορεί να περάσει απαρατήρητη από τη ΣΕΚ.

Αναμφίβολα, οποιαδήποτε μέτρα στήριξης για αντιμετώπιση της ανόδου στο κόστος διαβίωσης είναι καλοδεχούμενα και επιβεβλημένα. Ωστόσο, τα μέτρα αυτά δεν λύνουν το πρόβλημα των χαμηλών απολαβών των εργαζομένων, του υψηλού ποσοστού φτώχειας των συνταξιούχων μας και της φτώχειας ανάμεσα στους πολίτες. Αυτά τα μέτρα είναι προσωρινά. Η ΣΕΚ εδώ και πολύ καιρό τονίζει πως ένα μόνιμο μέτρο για ρύθμιση και ομαλοποίηση της αγοράς εργασίας και των συνθηκών διαβίωσης των εργαζομένων είναι η επέκταση των συλλογικών συμβάσεων.

Η Κύπρος ήδη έχει καθυστερήσει εδώ και ενάμιση χρόνο στην κατάθεση του νομοσχεδίου που συνδέεται με την ευρωπαϊκή Οδηγία για την επάρκεια των μισθών και στο οποίο συμπεριλαμβάνονται άρθρα που αφορούν την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων και την εκπόνηση σχεδίου δράσης για την επίτευξη του στόχου κάλυψης τουλάχιστον του 80% των εργαζομένων από συλλογικές συμβάσεις.

Ως συνδικαλιστικό κίνημα θεωρούμε πως μια ουσιαστική και διαρκής λύση στα προβλήματα που αντιμετωπίζουν σήμερα οι εργαζόμενοι είναι η επέκταση των συλλογικών συμβάσεων,



κάτι που θα βοηθήσει στην ενίσχυση των απολαβών, στην επέκταση του θεσμού των ταμείων προνοίας για όλους τους εργαζομένους και στην ενίσχυση των συντάξεων. Παρά τις επανειλημμένες προειδοποιήσεις μας ότι το συγκεκριμένο νομοσχέδιο (το οποίο να σημειωθεί βρίσκεται σε τελική μορφή), πρέπει να προχωρήσει προς ψήφιση και έγκριση πριν από τη διάλυση της παρούσας σύνθεσης της Βουλής των Αντιπροσώπων, η κυβέρνηση καθυστερεί την προώθηση του. Αντιθέτως, για άλλα ζητήματα οποία χρήζουν ολοκληρωμένη προσέγγισης και περαιτέρω χρόνου συζήτησης, η κυβέρνηση φαίνεται να θέτει χρονοδιαγράμματα έστω και εάν αυτά βρίσκονται στη σφαίρα του ανέφικτου της υλοποίησης. Η καθυστέρηση αυτή γεννά όμως ζητήματα που σχετίζονται με την εξυπηρέτηση των συμφερόντων της εργοδοτικής πλευράς αφού η χρονοκαθυστέρηση του σχετικού νομοσχεδίου (ανάλογη

ήταν και η καθυστέρηση εν αναμονή της δικαστικής απόφασης) τους μόνους που ευνοεί είναι τους εργοδότες. Είναι ανάλογη και η πολιτική η οποία ακολουθείται και στην περίπτωση της καθυστέρησης για την πλήρη εφαρμογή του Εργάνη 2.

Ως ΣΕΚ επαναλαμβάνουμε τη θέση πως το νομοσχέδιο θα πρέπει να προχωρήσει αμέσως χωρίς άλλη χρονική καθυστέρηση. Οι εργαζόμενοι χρειάζονται στήριξη. Η κοινωνική συνοχή της χώρας συνδέεται άμεσα με την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων. Η Κύπρος έχει τη δυνατότητα μέσα από την υιοθέτηση του νομοσχεδίου να ενισχύσει περαιτέρω το βιοτικό επίπεδο των εργαζομένων και να χαράξει πολιτικές επέκτασης των συλλογικών συμβάσεων δημιουργώντας παράλληλα και συνθήκες βελτίωσης των συνταξιοδοτικών ωφελημάτων, σε συνάρτηση και με τη συνολική συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση.

Ο περιορισμός της αισχροκέρδειας περνάει μέσα και από την καταναλωτική συνείδηση

Η χρονική περίοδος την οποία διανύουμε είναι σίγουρα μια περίοδος αυξημένης ζήτησης στην αγορά. Οι εορταστικές περιόδους πέραν από τη μεγάλη θρησκευτική και πνευματική αξία, περιλαμβάνουν ζητήματα που αφορούν άμεσα τους καταναλωτές οι οποίοι πρέπει να τα προσεγγίζουν με ιδιαίτερη προσοχή. Ειδικότερα, αυτή τη χρονική περίοδο όπου συνυπάρχει η αυξημένη ζήτηση για προϊόντα, σε συνάρτηση με την ενδεχόμενη μειωμένη προσφορά σε ορισμένα προϊόντα όπως π.χ κρέας. Ανέκαθεν οι περιόδους των γιορτών ήταν ευκαιρία για κάποιες επιχειρήσεις στο να αυξάνουν τις τιμές τους. Ο κίνδυνος της αισχροκέρδειας γίνεται ακόμα πιο ορατός εάν αναλογιστεί κανείς ότι αυτή τη χρονική περίοδο ο συνδυασμός της ανόδου των τιμών ενέργειας αλλά και της κρίσης που ξέσπασε σε ότι αφορά τον αφθώδη πυρετό και τη γεωπολιτική κρίση στην ευρύτερη Μέση Ανατολή, δημιουργούν πρόσφορο έδαφος σε κάποιες επιχει-

ρήσεις στο να αυξήσουν αδικαιολόγητα τις τιμές των προϊόντων.

Οι συνθήκες ασφαλώς δεν είναι ιδανικές για τους καταναλωτές. Γι' αυτό είναι σημαντικό πριν από τις αγορές του Πάσχα, οι καταναλωτές να προβαίνουν σε έρευνα αγοράς. Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή μέσω της δημιουργίας της ψηφιακής εφαρμογής του e-kalathi έχει προσφέρει ένα χρήσιμο εργαλείο σύγκρισης τιμών το οποίο οι καταναλωτές θα πρέπει να αξιοποιούν. Ταυτόχρονα, η αρμόδια υπηρεσία του κράτους έχει υποχρέωση να προβαίνει σε ενδεδειγμένους ελέγχους στις υπεραγορές και να διασταυρώνει τις τιμές που αναρτώνται στο e-kalathi σε πραγματικό χρόνο. Εκεί όπου διαπιστώνονται παραβάσεις οι αρμόδιες υπηρεσίες του κράτους πρέπει να επεμβαίνουν και να επιβάλλουν ποινές αναλόγως της παραβίασης και των ενδεικνυόμενων διαδικασιών. Δεν είναι η πρώτη φορά στην Κύπρο όπου οι επιχειρήσεις εκμεταλλεόμενες

τις διεθνείς συνθήκες σε ότι αφορά την άνοδο των τιμών ενέργειας μετακλήσαν δυσανάλογα το κόστος στις τελικές τιμές των προϊόντων.

Την ίδια ώρα όμως, είναι και δική μας ευθύνη ως καταναλωτές οι οποίοι πέραν από την ανάλογη έρευνα αγοράς για σύγκριση τιμών, θα πρέπει να έχουμε κατά νου ποιες είναι οι πραγματικές μας ανάγκες πριν την αγορά κάποιου προϊόντος. Η δημιουργία καταναλωτικής κουλτούρας δεν περιορίζεται μόνο στη σύγκριση τιμών των προϊόντων και στις καταγγελίες προς την αρμόδια υπηρεσία αλλά και στη δημιουργία καταναλωτικής συνείδησης των πραγματικών αναγκών των καταναλωτών. Τέλος είναι επίσης σημαντικό να ελέγχεται η υγειονομική ποιότητα και η ασφάλεια των καταναλωτικών προϊόντων. Μακριά από ότι θα κάνει τις Άγιες τούτες λιγότερο ευχάριστες και ευλογημένες. Ευχόμαστε καλό Πάσχα και καλή Ανάσταση στους απανταχού Έλληνες και Ορθόδοξους Χριστιανούς.

Ε νάντια σε κάθε μορφή εργασιακών διακρίσεων

Π ρ' αυτό στηρίζουμε την οδηγία για τη διαφάνεια μισθών

Ρ ιζώνει για τα καλά η άνοδος τιμών στα καύσιμα

Ο ρθά τα μέτρα στήριξης, αναγκαίος όμως και ο έλεγχος των κρατικών υπηρεσιών

Γ ια το συνδικαλιστικό κίνημα οι ποιοτικές θέσεις εργασίας είναι προτεραιότητα

Ε πομένως και η ενίσχυση των συλλογικών συμβάσεων είναι απαραίτητη

Α νάσταση στις καρδιές όλων και λευτεριά στον τόπο μας

Κ αλό Πάσχα στους απανταχού Έλληνες

Τ ην αύξηση της ανταγωνιστικότητας την επιζητούμε

Όχι όμως μέσω της μείωσης του εργατικού κόστους

Ι διαίτερα συγκινητικές οι εκδηλώσεις τιμής για τους ήρωες της ΕΟΚΑ

40 μέλη που θυσιάστηκαν ήταν μέλη της ΣΕΚ με προεξάρχουσα μορφή τον Μάρκο Δράκο

Κ άτω από το όριο της φτώχειας ζει το 17% του πληθυσμού

Στην Κύπρο της ανάπτυξης και της ευμάρειας

Η απαξίωση των θεσμών μετεξελίσσεται σε γάγγραινα για τον τόπο

Χρειάζεται μεγάλη προσοχή γιατί θα κλαίμε επί ερειπίων

Φ όβοι για εκτόξευση του πληθωρισμού από την σύγκρουση στη Μέση Ανατολή

Αναλόγως της διάρκειας της σύγκρουσης να ληφθούν και επιπλέον μέτρα

Ω ρα για την Ευρωπαϊκή Ένωση να ενισχύσει τα νησιά εμπράκτως

Νησιά όπως την Κύπρο αντιμετωπίζουν σοβαρές προκλήσεις

Να υπάρξει συνολική μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού συστήματος

Λύσεις που να επιτρέπουν ουσιαστική μείωση των φτωχών συνταξιούχων

Η Ευρώπη χρειάζεται αλλαγή πορείας, μακριά από νεοφιλελεύθερες προσεγγίσεις

Να δοθεί έμφαση σε πολιτικές που ενισχύουν το βιοτικό επίπεδο των πολιτών

Οι νεοφιλελεύθερες οικονομικές πολιτικές απειλή για το ευρωπαϊκό οικοδόμημα



Του Γιώργου Πυρίση*

Μπροστά στον κίνδυνο της αποβιομηχανοποίησης, της διολίσθησης της ανταγωνιστικότητας και της παραγωγικότητας της η Ευρωπαϊκή Ένωση θα πρέπει να ενισχύσει πολιτικές οι οποίες προωθούν πρωτίστως ποιοτικές θέσεις εργασίας και τη βιώσιμη ανάπτυξη. Ήδη, τα δεδομένα είναι αρκετά αρνητικά καθώς η άνοδος του ενεργειακού κόστους και κατ' επέκταση του κόστους διαβίωσης και των μειωμένων επενδύσεων σε νευραλγικούς τομείς οικονομικής δραστηριότητας, δημιουργούν πιέσεις τόσο σε εργαζόμενους όσο και σε επιχειρήσεις.



Ενδεικτικά είναι τα στοιχεία που αναφέρονται και στη Διακήρυξη της Λευκωσίας όπου τα τελευταία δυο χρόνια χάνονται περίπου 27.000 θέσεις εργασίας τον μήνα στον τομέα της μεταποίησης. Αυτό το στοιχείο από μόνο του καταδεικνύει την φθίνουσα πορεία της ευρωπαϊκής μεταποιητικής βιομηχανίας και κατ' επέκταση το ζοφερό μέλλον που προδιαγράφεται σε ότι αφορά τη διατήρηση εκατομμυρίων θέσεων εργασίας.

Η Συνομοσπονδία Ευρωπαϊκών Συνδικάτων (ETUC) σε αρκετές ανακοινώσεις, μελέτες και σημειώματα της αναδεικνύει το σημαντικό ρόλο που θα πρέπει να διαδραματίσει όχι απλά η διατήρηση θέσεων εργασίας αλλά η δημιουργία ποιοτικών θέσεων εργασίας. Η ETUC θεωρεί πως οι ποιοτικές θέσεις εργασίας περιλαμβάνουν τις δίκαιες απολαβές, τον πλήρη σεβασμό των εργασιακών δικαιωμάτων, την εργασιακή ασφάλεια, την κατάρτιση και την εκπαίδευση των εργαζομένων κατά τη διάρκεια της εργασίας και χωρίς κόστος για τους εργαζόμενους, τα πρότυπα ασφάλειας και υγείας, την ισορροπία μεταξύ προσωπικής ζωής και εργασίας, την ισότητα χωρίς διακρίσεις στο χώρο εργασίας. Δυστυχώς

αρκετοί Ευρωπαίοι ηγέτες φαίνεται να στηρίζουν νεοφιλελεύθερες πολιτικές όπως είναι το "28th Company Regime" αναβιώνοντας ουσιαστικά οδηγίες τύπου Volkenstein που με μαθηματική ακρίβεια θα επιφέρουν περαιτέρω απορρύθμιση της αγοράς εργασίας και υποβάθμιση του βιοτικού επιπέδου των εργαζομένων στην Ευρωπαϊκή Ένωση.

Αυτό που ξεχώριζε τα κράτη της Ευρωπαϊκής Ένωσης εδώ και αρκετές δεκαετίες συγκριτικά με τις Ηνωμένες Πολιτείες ή αναδυόμενες οικονομίες ήταν ακριβώς η διατήρηση του βιοτικού επιπέδου των πολιτών της σε υψηλά επίπεδα. Ωστόσο, οι νεοφιλελεύθερες οικονομικές πολιτικές που επικράτησαν εδώ και αρκετά χρόνια στη Γηραιά Ήπειρο έχουν αφενός κτυπήσει τη συλλογική δράση και τις συλλογικές συμβάσεις και αφετέρου έχουν οδηγήσει στην απαξίωση των ευρωπαίων πολιτών προς τα κοινά με ταυτόχρονη άνοδο ακραίων πολιτικών κομμάτων αλλά και ατόμων με εμφανή απουσία οποιουδήποτε ιδεολογικού προσανατολισμού οδηγώντας συνθήκες πολιτικής και κοινωνικής πόλωσης. Φαινόμενα τα οποία μέχρι πριν κάποιες δεκαετίες ήταν ξένα προς την ευρωπαϊκή κουλτούρα.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση χρειάζεται να ξαναβρεί τη χαμένη της πυξίδα. Αυτό προϋποθέτει αλλαγή πορείας σε σειρά ζητημάτων που επηρεάζουν είτε άμεσα είτε έμμεσα το βιοτικό επίπεδο των πολιτών της. Το ποσοστό επενδύσεων με τα υφιστάμενα δεδομένα ασφαλώς δεν είναι αρκετό. Η έκθεση Ντράγκι τονίζει πως η Ευρώπη θα πρέπει να προχωρήσει σε αυξήσεις επενδύσεων της τάξης του 5% του ΑΕΠ ανά έτος μέχρι το 2030 για να μπορέσει να ανακτήσει το χαμένο έδαφος με ανταγωνιστές της όπως είναι οι ΗΠΑ και η Κίνα. Τα πράγματα είναι ιδιαίτερα επικίνδυνα και θα γίνονται ακόμα πιο επικίνδυνα για την συνοχή του ίδιου του ευρωπαϊκού οικοδομήματος εάν οι πολιτικές ελίτ της Ευρώπης δεν λάβουν τον σφυγμό της ευρωπαϊκής κοινής γνώμης, μεγάλο μέρος της οποίας ανησυχεί ιδιαίτερα για την επιδείνωση του βιοτικού του επιπέδου.

*Υπεύθυνος - Τμήμα Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

“ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ”

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

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



ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2026

Τετάρτη 8 Απριλίου	Πέμπτη 9 Απριλίου	Παρασκευή 10 Απριλίου	Σάββατο 11 Απριλίου	Κυριακή 12 Απριλίου	Δευτέρα 13 Απριλίου	Τρίτη 14 Απριλίου
Μεγάλη Τετάρτη, Των Αποστόλων Αγάβου Ασυγκρίτου Ερμού Ηρωδίωνος Ρούφου και Φλέγοντος, Κελεστίνου Πάπα Ρώμης, Μάρτυρος Πανσιλύπου	Μεγάλη Πέμπτη, Αγίου Ευθυμίου μάρτυρος	Μεγάλη Παρασκευή, Αγίων Αφρικανού Θεοδώρου Μαξίμου Πομπηίου Τερεντίου και τριάντα εννέα Μαρτύρων	Μεγάλο Σάββατο, Αγίου Αντύπα Ιερομάρτυρος	Άγιο Πάσχα, Οσίου Ακακίου Κανσοκαλυβίτου, Οσίας Ανθούσας, Οσίου Νεοφύτου του Εγκλείστου	Αγίας Θεοδοσίας και Γεροντίου, Αγίου Μαρτίνου	3η Διακαινησίμου, Εκατόν εβδομήντα εννιά Οσιομάρτυρες Νταού Πεντέλης, Ραφαήλ Νικόλαος και Ειρήνη Άγιοι Μυτιλήνης

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

Γενικό Συμβούλιο ΟΥΥΚ ΣΕΚ

Στο επίκεντρο τα εργασιακά ζητήματα και οι στόχοι του 2026



Την Πέμπτη 2 Απριλίου 2026 πραγματοποιήθηκε το Γενικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας Υπαλλήλων Υπηρεσιών Κύπρου ΣΕΚ (ΟΥΥΚ ΣΕΚ), στο οποίο συζητήθηκαν εκτενώς οργανωτικά και οικονομικά ζητήματα που αφορούν το 2025, καθώς και οι οργανωτικοί στόχοι που τίθενται για το 2026.

Στο επίκεντρο της συνεδρίας βρέθηκαν και σημαντικά τρέχοντα επαγγελματικά θέματα, με ιδιαίτερη αναφορά στο ζήτημα των νοσηλευτών από Τρίτες Χώρες.

Η πάγια θέση της Ομοσπονδίας, όπως επαναβεβαιώθηκε, είναι ότι βιώσιμες και δίκαιες λύσεις μπορούν να προκύψουν μόνο μέσα από ειλικρινή και ουσιαστικό διάλογο, ο οποίος θα κατοχυρώνει, μέσω συλλογικών συμβάσεων, τα δικαιώματα και τα ωφελήματα των νοσηλευτών και των μαιών στα ιδιωτικά νοσοκομεία.

Ξεχωριστή και ιδιαίτερα συγκινητική στιγμή της συνεδρίας αποτέλεσε η απονομή τιμητικής διάκρισης στον αφυπηρητήσαντα Γενικό Γραμματέα της Ομοσπονδίας, Ελισαίο Μιχαήλ, του οποίου η πολυετής προσφορά και το έργο έχουν αφήσει ανεξίτηλο αποτύπωμα στα δρώμενα της Ομοσπονδίας. Στη συνεδρία παρευρέθηκαν επίσης τα μέλη της



Γενικής Γραμματείας της ΣΕΚ. Μιλώντας κατά τη διάρκεια της τιμητικής αυτής στιγμής, ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, εξέφρασε θερμές ευχαριστίες προς τον Ελισαίο Μιχαήλ για τη μακρόχρονη και ανεκτίμητη προσφορά του τόσο στην Ομοσπονδία όσο και στη ΣΕΚ ευρύτερα. Όπως ανέφερε, η πορεία και η δράση του χαρακτηρίζονται από συνέπεια, αγωνιστικότητα και αφοσίωση, αφήνοντας μια σημαντική παρακαταθήκη για τις επόμενες γενιές. Τόνισε επίσης ότι η συμβολή του υπήρξε καθοριστική στην προώθηση των δικαιωμάτων των εργαζομένων και στην ενίσχυση της παρουσίας της Ομοσπονδίας, επισημαίνοντας ότι το έργο του θα αποτελεί σημείο αναφοράς για όλους.



Η ΣΕΚ στηρίζει έμπρακτα την Πορεία Χριστοδούλας 2026

Με το σύνθημα «Να είσαι εκεί», η ΣΕΚ συμμετείχε φέτος στον οδικό έρανο της Πορείας Χριστοδούλας, που πραγματοποιήθηκε τη Δευτέρα 2 Απριλίου 2026, συμβάλλοντας ενεργά στη μεγάλη προσπάθεια στήριξης του Αντικαρκινικού Συνδέσμου Κύπρου.

Εργαζόμενοι της ΣΕΚ στελέχωσαν περίπτερο του εράνου σε κεντρικό σημείο στον Στρόβολο, πλησίον των κεντρικών γραφείων της συνομοσπονδίας, στέλνοντας μήνυμα κοινωνικής αλληλεγγύης και προσφοράς.

Η ανταπόκριση του κοινού ήταν ιδιαίτερα συγκινητική, αποδεικνύοντας για ακόμη μία χρονιά ότι η συλλογική προσπάθεια μπορεί να προσφέρει ουσιαστική βοήθεια σε όσους τη χρειάζονται. Μαζί μπορούμε να κάνουμε τη διαφορά.

Εκδήλωση ΣΕΚ Λεμεσού

**Πορεία Μοτοσικλετιστών
Μήνυμα ευθύνης και ασφάλειας**

Στο πλαίσιο των εκδηλώσεων της ΣΕΚ για την Παγκόσμια Ημέρα Ασφάλειας και Υγείας των Εργαζομένων που γιορτάζεται στις 28 Απριλίου, και με στόχο την ενίσχυση της οδικής συνείδησης και την προώθηση της ασφάλειας στην καθημερινή μετακίνηση από και προς την εργασία, η ΣΕΚ Λεμεσού διοργανώνει πορεία μοτοσικλετιστών με κεντρικό σύνθημα «Ride Safe. Work Safe.».

Η πρωτοβουλία αυτή έρχεται να αναδείξει τη σημασία της πρόληψης των εργατικών ατυχημάτων τόσο στον δρόμο όσο και στον χώρο εργασίας, στέλνοντας παράλληλα ένα ισχυρό μήνυμα υπευθυνότητας προς όλους, οδηγούς και εργαζόμενους.

Η πορεία θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 19 Απριλίου 2026, με σημείο συνάντησης το οίκημα της ΣΕΚ Λεμεσού, ενώ η διαδρομή θα καλύψει συνολικά 190 χιλιόμετρα. Η δράση δεν αποτελεί μόνο μια οργανωμένη διαδρομή για φίλους της μοτοσικλέτας, αλλά κυρίως μια συμβολική κινητοποίηση που υπογραμμίζει ότι η ασφάλεια στον δρόμο είναι αναπόσπαστο μέρος της ασφάλειας στην εργασία. Κατά τη διάρκεια της διαδρομής, οι μοτοσικλετιστές θα καταθέσουν στεφάνι εις μνήμη των θυμάτων εργατικών ατυχημάτων στο μνημείο της ΣΕΚ στο Βοτανικό Πάρκο Τροόδους, στον Αμιάντο.

Μέσα από τέτοιες πρωτοβουλίες, η ΣΕΚ επιδιώκει να καλλιεργήσει κουλτούρα πρόληψης και σεβασμού, υπενθυμίζοντας ότι κάθε εργαζόμενος έχει δικαίωμα να επιστρέφει στο σπίτι του με ασφάλεια. Παράλληλα, ενισχύεται το μήνυμα ότι η υπεύθυνη οδήγηση αποτελεί συλλογική ευθύνη, που συνδέεται άμεσα με την ποιότητα ζωής και την προστασία της ανθρώπινης ζωής.

Η συμμετοχή στην πορεία πραγματοποιείται κατόπιν δήλωσης εκ των προτέρων, ώστε να διασφαλιστεί η ομαλή διεξαγωγή της δράσης και η τήρηση όλων των απαραίτητων μέτρων ασφάλειας.

RIDE SAFE. WORK SAFE.

ΠΟΡΕΙΑ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΙΣΤΩΝ ΣΕΚ ΛΕΜΕΣΟΥ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- ΣΗΜΕΙΟ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ: ΣΕΚ Λεμεσού
- ΑΠΟΣΤΑΣΗ: 190ΚΜ
- ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ & ΩΡΑ: 19 / 04 / 2026 07:30 π.μ.
- ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: Παναγιώτης Ιωαννίδης 99420801

*Δικαίωμα συμμετοχής έχουν μόνο όσοι δηλώσουν εκ των προτέρων

Ανανέωση Συλλογικής Σύμβασης για τους εργαζόμενους στην εταιρεία Photos Photiades Breweries Ltd (Carlsberg)



Υπογράφηκε τη Δευτέρα, 30 Μαρτίου 2026, η ανανέωση της Συλλογικής Σύμβασης για τους εργαζόμενους στην εταιρεία Photos Photiades Breweries Ltd (Carlsberg).

Η συμφωνία επιτεύχθηκε μεταξύ της εργοδοτικής πλευράς και των συντεχνιών ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ και ΣΕΒΕΤΤΥΚ – ΠΕΟ, διασφαλίζοντας σημαντικές βελτιώσεις για τους εργαζομένους.

Η νέα σύμβαση καλύπτει την περίοδο από 01/01/2026 έως 31/12/2026 και, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνει:

- Μισθολογικές αυξήσεις και αυξήσεις στους μισθούς πρόσληψης

- Και άλλα παρεμφερή ωφελήματα.

Εκ μέρους της εταιρείας, τη σύμβαση υπέγραψαν ο Γενικός Διευθυντής, Γεώργιος Ιεροδιακόνου, και η Διευθύντρια Ανθρώπινου Δυναμικού.

Εκ μέρους της ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ τη σύμβαση υπέγραψε ο Γενικός της Γραμματέας, Πώργος Κασσιούρης, ο οποίος σε δηλώσεις του τόνισε πως η ανανέωση της σύμβασης αποτελεί μια σημαντική εξέλιξη για τους εργαζομένους, διασφαλίζοντας τη σταθερότητα και τη βελτίωση των εργασιακών τους δικαιωμάτων. Παρών ήταν και ο Γραμματέα του Σωματείου Βιομηχανικών Λευκωσίας Φάνος Θεοφάνους.

Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή

Εκστρατεία ελέγχου παιδικών παιχνιδιών ενόψει Πάσχα

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή προχωρά σε παγκύπρια εκστρατεία ελέγχου παιδικών παιχνιδιών ενόψει των εορτών του Πάσχα και με στόχο την ενίσχυση της ασφάλειας των καταναλωτών, ιδιαίτερα των παιδιών.

Σε ανακοίνωσή της η αρμόδια Υπηρεσία αναφέρει πως η εκστρατεία θα διαρκέσει μέχρι το Πάσχα και προβλέπεται να καλύψει πέραν των 115 υποστατικών σε όλη την Κύπρο.

Στόχος της Υπηρεσίας είναι ο εντοπισμός και η άμεση απόσυρση επικίνδυνων ή μη συμμορφωμένων παιδικών παιχνιδιών από την αγορά, διασφαλίζοντας έτσι υψηλό επίπεδο προστασίας για τους μικρούς καταναλωτές.

Παράλληλα, η εκστρατεία περιλαμβάνει και ενημέρωση των οικονομικών φορέων σχετικά με τις υποχρεώσεις τους και τα ισχύοντα πρότυπα ασφάλειας, ενισχύοντας τη συμμόρφωση της αγοράς με τις νόμιμες προδιαγραφές.

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή συνεχίζει, επίσης, τις προσπάθειες ενημέρωσης των καταναλωτών, με στόχο την προστασία της υγείας και της ασφάλειάς τους.

Στο πλαίσιο της εκστρατείας, έχει αναρτηθεί στην ιστοσελίδα της Υπηρεσίας το ενημερωτικό έντυπο με τίτλο «Συμβουλές για το Πάσχα», που παρέχει χρήσιμες οδηγίες για την πρόληψη ατυχημάτων που παρατηρούνται συχνά κατά την εορταστική περίοδο.

Επιπλέον, οι γονείς μπορούν να συμβουλευονται το ήδη αναρτημένο έντυπο «Κίνδυνοι από μικρά αντικείμενα», το οποίο παρέχει καθοδήγηση για τον έλεγχο μικρών αντικειμένων στο περιβάλλον παιδιών έως τριών ετών, με στόχο την απομάκρυνσή τους και την πρόληψη κινδύνων.

Για περισσότερες πληροφορίες, τόσο οι καταναλωτές όσο και οι οικονομικοί φορείς μπορούν να επικοινωνούν στα παρακάτω τηλέφωνα:

Κεντρικά Γραφεία Λευκωσίας: 22200929, 22200928, 22200926

Επαρχιακό Γραφείο Λεμεσού: 25819150

Επαρχιακό Γραφείο Λάρνακας/Αμμοχώστου: 24816160

Επαρχιακό Γραφείο Πάφου: 26804613

Συμβουλές για το Πάσχα

για την ασφάλεια και την υγεία μας

Το Πάσχα πλησιάζει και όλοι μας, ιδιαίτερα τα παιδιά, περιμένουν την περίοδο αυτή με ενθουσιασμό. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει να φροντίσου-



με ώστε οι μέρες αυτές να κυλήσουν ευχάριστα και κυρίως με ασφάλεια. Πέραν από τα συνήθη μέτρα που πρέπει να λαμβάνουμε πάντα στο σπίτι μας, οι πιο κάτω συμβουλές είναι χρήσιμες για την προστασία των παιδιών και την πρόληψη ατυχημάτων που παρατηρούνται συχνά τις μέρες αυτές:

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

- Ψάξτε για τη σήμανση στο παιχνίδι ή στη συσκευασία του.
- Διαβάστε προσεκτικά τις προειδοποιήσεις, οδηγίες και πληροφορίες που υπάρχουν στη συσκευασία του παιχνιδιού.
- Μην αγοράζετε παιχνίδια με μικρά αποσπώμενα μέρη για παιδιά ηλικίας κάτω των 3 ετών. Τα παιδιά αυτής της ηλικίας τείνουν να βάζουν τα παιχνίδια στο στόμα τους και μπορεί να προκληθεί πνιγμονή από την κατάποση μικρών μερών.
- Μετά την αγορά του παιχνιδιού μπορείτε να βοηθήσετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα παιχνίδια με ασφάλεια.
- Διαβάστε με προσοχή τις οδηγίες χρήσης των παιχνιδιών. Εξηγήστε στα παιδιά με μια μικρή επίδειξη τον τρόπο λειτουργίας του παιχνιδιού, επιστώντας την προσοχή τους στους ενδεχόμενους κινδύνους.
- Μην πετάτε τη συσκευασία των παιχνιδιών όταν περιέχει σημαντικές πληροφορίες.
- Ελέγχετε συχνά σε πια κατάσταση βρίσκονται

τα παιχνίδια. Τα σπασμένα παιχνίδια είναι σχεδόν πάντοτε επικίνδυνα.

- Μάθετε στα παιδιά να τακτοποιούν τα παιχνίδια τους για να αποφεύγονται τα ατυχήματα.
- Προσοχή! Τα παιχνίδια που συνοδεύουν πασχαλινές λαμπάδες και πασχαλινά αβγά, διέπονται από τις ίδιες αυστηρές απαιτήσεις ασφάλειας.

ΠΑΣΧΑΛΙΝΕΣ ΛΑΜΠΑΔΕΣ

- Η χρήση των πασχαλινών λαμπάδων πρέπει να γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή.
- Σε χώρους με συνωστισμό κρατάτε τις αναμμένες λαμπάδες σε απόσταση ασφαλείας από τους διπλανούς σας.
- Έχετε τα παιδιά σας υπό την άμεση επιτήρησή σας καθώς οι λαμπάδες είναι συνήθως διακοσμημένες από εύφλεκτα υλικά, τα οποία καλό θα ήταν να αφαιρούνται πριν από τη χρήση τους.
- Μην αφήνετε αναμμένες λαμπάδες χωρίς επιτήρηση.

ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΑ ΑΒΓΑ

- Χρειάζεται η ιδιαίτερη προσοχή σας, όσον αφορά το περιεχόμενο των σοκολατένιων αβγών.
- Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες και προειδοποιήσεις του κατασκευαστή.
- Προσοχή! Τα σοκολατένια αβγά περιέχουν παιχνίδια τα οποία τις πλείστες φορές είναι ακατάλληλα για παιδιά κάτω των 3 ετών.

Από 4 Απριλίου ξεκίνησε η μείωση φόρου στα καύσιμα

Από το περασμένο Σάββατο 4 Απριλίου ξεκίνησε τελικά η εφαρμογή του κυβερνητικού μέτρου μείωσης του φόρου κατανάλωσης στα καύσιμα.

Το μέτρο αφορά τη μείωση του φόρου κατανάλωσης κατά 8,33 σεντ το λίτρο στη βενζίνη και 6 σεντ το λίτρο για το πετρέλαιο κίνησης.

Σκοπός, είπε η Προϊστάμενη της Μονάδας Φορολογικής Πολιτικής του Υπουργείου Οικονομικών, Νάγια Συμεωνίδου, είναι η αντιμετώπιση της ανόδου των τιμών των καυσίμων, λόγω του πολέμου στη Μέση Ανατολή.

Όπως εξήγησε η κ. Συμεωνίδου, ακολουθούνται οι συστάσεις του Eurogroup, ώστε τα μέτρα να είναι προσωρινής ισχύος και περιορισμένα. Ως εκ τούτου, η ισχύς τους θα είναι μέχρι τέλος Ιουνίου, ενώ το μέτρο θα επαναξιολογηθεί ανάλογα με τις εξελίξεις.

Το συνολικό κόστος του μέτρου εκτιμάται στα €18,6 εκ.

Εξάλλου, ανέφερε ότι η μείωση του ΦΠΑ στο ρεύμα στο 5% για όλους τους οικιακούς καταναλωτές δημοσιεύτηκε ήδη με διάταγμα, με ημερομηνία έναρξης ισχύος 1 Μαΐου 2026 και ισχύ μέχρι τις 31 Μαρτίου 2027.



Ευρωπαϊκή Στατιστική Υπηρεσία

Σταθερό το ποσοστό ανεργίας στην Κύπρο τον Φεβρουάριο

Η Κύπρος κατέγραψε ποσοστό ανεργίας 4,2% τον Φεβρουάριο του 2026, ίδιο ποσοστό με τον Ιανουάριο, με τον αριθμό των ανέργων να ανέρχεται σε 22.000, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσίευσε η Eurostat. Το ποσοστό αυτό εμφανίζει μικρή μείωση σε σύγκριση με τον Φεβρουάριο του 2025, όταν είχε ανέλθει στο 4,5% με περίπου 23.000 ανέργους και παραμένει σημαντικά χαμηλότερο τόσο από το μέσο ποσοστό ανεργίας στη ζώνη του ευρώ όσο και στην Ευρωπαϊκή Ένωση.

Για την ίδια περίοδο, το ποσοστό ανεργίας ήταν 4,0% στους άνδρες και 4,4% στις γυναίκες, παραμένοντας αμετάβλητο σε σχέση με τον προηγούμενο μήνα.

Όσον αφορά τη νεανική ανεργία στην Κύπρο, η τελευταία διαθέσιμη ενημέρωση είναι από τον Δεκέμβριο του 2025, όταν το ποσοστό για άτομα κάτω των 25 ετών είχε ανέλθει σε 15,1%, αντιστοιχώντας σε περίπου 5.000 νέους.

Σε επίπεδο Ευρωπαϊκής Ένωσης, η εποχικά δι-



ορθωμένη ανεργία ανήλθε τον Φεβρουάριο στο 5,9%, σταθερή σε σχέση με τον Ιανουάριο, ενώ στη ζώνη του ευρώ διαμορφώθηκε στο 6,2%, αυξημένη από 6,1% τον Ιανουάριο 2026 και μειωμένη σε σχέση με 6,3% τον Φεβρουάριο 2025.

Ο συνολικός αριθμός ανέργων εκτιμάται σε 13,118 εκατομμύρια στην ΕΕ, εκ των οποίων 10,919 εκατομμύρια στη ζώνη του ευρώ. Σε σύ-

γκριση με τον Ιανουάριο, η ανεργία αυξήθηκε κατά 137 χιλιάδες στην ΕΕ και κατά 93 χιλιάδες στη ζώνη του ευρώ, ενώ σε σύγκριση με τον Φεβρουάριο 2025, μειώθηκε κατά 18 χιλιάδες στην ΕΕ και κατά 124 χιλιάδες στη ζώνη του ευρώ.

Η Eurostat εκτιμά ότι 2,957 εκατομμύρια νέοι (κάτω των 25 ετών), ήταν άνεργοι στην ΕΕ τον Φεβρουάριο 2026, εκ των οποίων 2,373 εκατομμύρια στη ζώνη του ευρώ. Το ποσοστό νεανικής ανεργίας ήταν 15,3% στην ΕΕ, αυξημένο σε σχέση με τον Ιανουάριο (15,2%) και 14,9% στη ζώνη του ευρώ, σταθερό σε σχέση με τον προηγούμενο μήνα.

Αναφορικά με την ανεργία κατά φύλο, στην ΕΕ το ποσοστό ανεργίας για τις γυναίκες ήταν 6,1% (από 6,0% τον Ιανουάριο), ενώ για τους άνδρες 5,7%, σταθερό σε σχέση με τον προηγούμενο μήνα. Στη ζώνη του ευρώ, η ανεργία των γυναικών ανήλθε σε 6,4% και των ανδρών σε 6,0%, επίσης σταθερά σε σχέση με τον Ιανουάριο.

Ημερομηνία εξέτασης αιτήσεων για συντάξεις / επιδόματα / βοηθήματα

Οι Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων, σε μια προσπάθεια περαιτέρω εξυπηρέτησης των πολιτών, εκδίδουν σε εβδομαδιαία βάση ανακοίνωση ως προς την ημερομηνία εξέτασης των αιτήσεων που παραλήφθηκαν και αφορούν σε Συντάξεις / Επιδόματα / Βοηθήματα. Σημειώνεται ότι, εκκρεμεί η εξέταση των αιτήσεων που παραλήφθηκαν σε προγενέστερες ημερομηνίες, για τις οποίες ζητήθηκαν και αναμένονται πρόσθετα στοιχεία από τους αιτητές.

1. ΕΠΙΔΟΜΑ ΑΝΕΡΓΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις όσων μισθωτών τερματίστηκε η απασχόληση τους και η περίοδος ανεργίας τους άρχισε στις 26/01/2026. Εξετάζονται οι περιπτώσεις όσων ήδη λαμβάνουν επίδομα ανεργίας το οποίο αφορά την περίοδο ανεργίας Φεβρουαρίου - Μαρτίου 2026.

2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Μάιο του 2025. Σημειώνεται ότι, υπάρχει αριθμός αιτήσεων που έχουν υποβληθεί πριν την πιο πάνω ημερομηνία για τις οποίες όμως δεν μπορεί να ολοκληρωθεί η εξέταση διότι οι εργοδότες δεν έχουν αποστείλει ακόμη τα στοιχεία που τους έχουν ζητηθεί.

3. ΕΠΙΔΟΜΑ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που παραλήφθηκαν την περίοδο Ιανουαρίου 2026.

4. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου 2026.

7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ: Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2025.

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

9. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές



αποκτούν δικαίωμα Νοέμβριο - Δεκέμβριο 2025.

10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΗΡΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026.

11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη, δεν είχε σύζυγο και το αίτημα για βοήθημα κηδείας προέρχεται από άλλο πρόσωπο που ανέλαβε τα έξοδα της κηδείας, εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026. Για άλλες περιπτώσεις (πχ. ο/η αποβιώσας/σα ήταν/δεν ήταν συνταξιούχος και είχε σύζυγο, ο/η αποβιώσας/σα δεν ήταν συνταξιούχος και δεν είχε σύζυγο, ο/η αποβιώσας/σα ήταν νεαρό άτομο, άγαμος/η, και η αίτηση προέρχεται από τον γονέα ή από τα αδέρφια του/της, ο/η αποβιώσας/σα ήταν αγνοούμενος/η) εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026.

12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιανουαρίου 2026.

13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 22/03/2026. Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν τον μήνα Ιανουάριο - Φεβρουάριο του 2026.

14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που έχουν αναμενόμενο τοκετό στις 15/03/2026. Επανεξέτασή αίτησης για σκοπούς συνεχόμενης πληρωμής, μετά την πρώτη πληρωμή που έλαβε η αιτήτρια, πραγματοποιείται άμεσα, αφού υποβληθούν όλα τα απαραίτητα έγγραφα.

15. ΕΠΙΔΟΜΑ ΠΑΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 26/01/2026.

16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις με περίοδο Γονικής Άδειας που αφορά Ιανουάριο 2026.

17. Αιτήσεις θεσμοθετημένης σύνταξης, χρείας και ανικανότητας οι οποίες πληρώνονται με βάση τις διμερείς συμβάσεις και τον Κανονισμό της Ευρωπαϊκής Ένωσης 883/04:

Θεσμοθετημένη Σύνταξη: Εξετάζονται οι αιτήσεις για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς, για αιτητές με ημερομηνία γεννήσεως το 1958-1962. Σύνταξη Ανικανότητας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου 2024. Σύνταξη Χρείας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς. Επίδομα Ορφάνιας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Νοεμβρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

18. Ποινικές Υποθέσεις: Τον Φεβρουάριο 2026 εκκρεμούσαν 6049 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 3276 αφορούν εργοδότες και οι 2773 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

Υποβολή αιτήσεων για παραχώρηση κρατικής φοιτητικής μέριμνας

Η Υπηρεσία Χορηγιών και Επιδομάτων (ΥΧΕ) του Υπουργείου Οικονομικών (ΥΟ) ενημερώνει το κοινό ότι η έναρξη υποβολής των αιτήσεων για κρατική φοιτητική μέριμνα για το ακαδημαϊκό έτος 2025/2026 θα ξεκινήσει από τις 6 Απριλίου 2026 (από τις 10:00) και θα λήξει στις 8 Μαΐου 2026 (στις 14:00), αφού έχει ολοκληρωθεί η εκκρεμούσα διαδικασία ψηφίσης του τροποποιητικού νομοσχεδίου.

Ο περί Κρατικής Φοιτητικής Μέριμνας Τροποποιητικός Νόμος του 2026 προνοεί για την αύξηση των εισοδηματικών κατηγοριών κατά €5.000 για κάθε εισοδηματική κατηγορία, την αύξηση της φοιτητικής χορηγίας κατά 10% για οικογενειακές μονάδες με ετήσιο εισόδημα μέχρι €44.000 και την άρση των εισοδηματικών και περιουσιακών κριτηρίων για οικογένειες με πέραν των πέντε εξαρτώμενων τέκνων.

*Για τις οικογένειες με περισσότερα από 2 (δύο) τέκνα, το ετήσιο ακαθάριστο οικογενειακό εισόδημα μπορεί να υπερβεί τις €64.000 (εξήντα τέσσερις χιλιάδες ευρώ) κατά €5.000 (πέντε χιλιάδες ευρώ) για κάθε πρόσθετο τέκνο πέραν του δευτέρου. Για οικογένειες με 5 (πέντε) ή περισσότερα εξαρτώμενα τέκνα δεν τίθεται ανώτατο εισοδηματικό όριο.

Διευκρινίζεται ότι οι αιτήσεις υποβάλλονται αποκλειστικά από τους γονείς ή τους νόμιμους κηδεμόνες των φοιτητών.

Σε εξαιρετικές περιπτώσεις η αίτηση δύναται να

Οικογενειακό εισόδημα	Ύψος φοιτητικής χορηγίας	Ύψος πρόσθετης χορηγίας για οικογένειες που καταβάλλουν διδάκτρα (ανώτατο ποσό)	Ύψος πρόσθετης χορηγίας για οικογένειες που έχουν τρία (3) ή περισσότερα εξαρτώμενα τέκνα
έως €44.000,00	€1.880	€940	€940
€44.000,01- €54.000,00	€1.580	€790	€790
€54.000,01- €64.000,00	€1.450	€725	€725
Άνω των €64.000,00*	€1.450	€725	€725

υποβληθεί από τον/την ίδιο/α τον/τη φοιτητή/φοιτήτρια στις ακόλουθες περιπτώσεις:

όταν και οι δύο γονείς είναι αποβιώσαντες ή αγνοούμενοι ή όταν ο/η φοιτητής/φοιτήτρια έχει εγκαταλειφθεί από τους γονείς του/της και, μέχρι την ενηλικίωσή του/της, τελούσε υπό την επιμέλεια των Υπηρεσιών Κοινωνικής Ευημερίας, όταν πρόκειται για έγγαμο/η φοιτητή/φοιτήτρια ή για τον/τη σύζυγο αυτού/αυτής, όταν ο/η φοιτητής/φοιτήτρια είναι χήρος/α ή διαζευγμένος/η.

Για τον σκοπό αυτό οι ενδιαφερόμενοι αιτητές, γονείς, κηδεμόνες ή φοιτητές (σε ειδικές περιπτώσεις) θα πρέπει:

να είναι εγγεγραμμένοι χρήστες στην Ηλεκτρονική Υπηρεσία CY Login (ταυτοποιημένα φυσικά πρόσωπα). Πρόκειται για έναν προσωπικό λογαριασμό, ο οποίος δίνει στους πολίτες ασφαλή πρόσβαση σε κυβερνητικές υπηρεσίες και

να δημιουργήσουν λογαριασμό στο CY Login κάνοντας εγγραφή στον σύνδεσμο εδώ. Τονίζεται ότι οι λογαριασμοί πρέπει να είναι ταυτοποιημένοι. Συνοπτικά, η διαδικασία ταυτοποίησης στο CY Login έχει ως εξής: Δημιουργία λογαριασμού και επιβεβαίωση email.

Ταυτοποίηση προφίλ (μέσω eBanking ή βιντεοκλήσης/Κέντρο Εξυπηρέτησης του Πολίτη (ΚΕΠ)).

Ενεργοποίηση επιπλέον επιβεβαίωσης σύνδεσης (κωδικός που αποστέλλεται στο κινητό σας κάθε φορά που συνδέεστε).

Επιπρόσθετες πληροφορίες που αφορούν στη διαδικασία υποβολής της αίτησης, τους

δικαιούχους, τα κριτήρια παροχής των χορηγιών και τα παραστατικά, που είναι απαραίτητα να υποβληθούν με την αίτηση, διατίθενται στην ιστοσελίδα της ΥΧΕ του Υπουργείου Οικονομικών. Στις περιπτώσεις προβλημάτων εγγραφής ή σύνδεσης στην Ηλεκτρονική Υπηρεσία CY Login οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποστέλλουν σχετικό ηλεκτρονικό μήνυμα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο cyloginsupport@dits.dmirid.gov.cy.

Στις περιπτώσεις προβλημάτων συμπλήρωσης της ηλεκτρονικής αίτησης οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποστέλλουν σχετικό ηλεκτρονικό μήνυμα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο grants@mof.gov.cy.

Παράκληση της ΥΧΕ είναι όπως οι αιτήσεις υποβάλλονται με όλα τα προβλεπόμενα στοιχεία και δικαιολογητικά που απαιτούνται, ούτως ώστε να καταστεί εφικτή η όσο το δυνατόν γρηγορότερη εξέταση των αιτήσεων.

Νέα διαδικτυακή απάτη με απόσπαση 10000 ευρώ

Η Αστυνομία καλεί τους πολίτες να μην ακολουθούν συνδέσμους, που λαμβάνονται μέσω μηνυμάτων, εάν δεν υπάρχει βεβαιότητα για την προέλευσή τους

Νέα υπόθεση διαδικτυακής απάτης διερευνά η Αστυνομία, μετά από καταγγελία γυναίκας για απόσπαση ποσού €10.000 από τον λογαριασμό της.

Σύμφωνα με την καταγγελία, στις 29 Μαρτίου 2026, η παραπονούμενη έλαβε στο κινητό της τηλέφωνο γραπτό μήνυμα, το οποίο φαινόταν να προέρχεται από το Γε.Σ.Υ. Μέσω του μηνύματος καλείτο, στην αγγλική γλώσσα, να ανανεώσει το προφίλ της, διαφορετικά αυτό θα απενεργοποιείτο την επόμενη ημέρα.

Το θύμα ακολούθησε τον ηλεκτρονικό σύνδεσμο με αποτέλεσμα να οδηγηθεί σε ιστοσελίδα που ομοιάζε με την επίσημη ιστοσελίδα του Γε.Σ.Υ. Εκεί της ζητήθηκε να καταχωρήσει προσωπικά στοιχεία, καθώς και τα πλήρη στοιχεία της τραπεζικής της κάρτας, δήθεν για σκοπούς καταβολής τέλους ανανέωσης.

Από έλεγχο που ακολούθησε, διαπιστώθηκε ότι είχε αποσπαστεί το χρηματικό ποσό των €10.000. Με αφορμή και αυτή την υπόθεση η Αστυνομία καλεί το κοινό να είναι ιδιαίτερα προσεκτικό σε παρόμοια μηνύματα, καθώς και σε κάθε συναλλαγή του μέσω διαδικτύου. Ιδιαίτερα υπενθυμίζεται ότι επίσημοι οργανισμοί δεν ζητούν προσωπικά ή τραπεζικά στοιχεία μέσω SMS ή συνδέσμων.

Επιπρόσθετα η Αστυνομία καλεί τους πολίτες να μην ακολουθούν συνδέσμους, που λαμβάνονται μέσω μηνυμάτων, εάν δεν υπάρχει βεβαιότητα για την προέλευσή τους, να ελέγχουν πάντα τη διεύθυνση της ιστοσελίδας (URL), καθώς οι απατηλές σελίδες, πολλές φορές μοιάζουν με τις επίσημες, να μην καταχωρούν στοιχεία τραπεζικών καρτών σε ιστοσελίδες, που προκύπτουν μέσω ύποπτων μηνυμάτων.

Σε περίπτωση που δώσουν τέτοια στοιχεία, καλούνται να επικοινωνήσουν άμεσα με την τράπεζά τους και να ενημερώνουν την Αστυνομία για παρόμοια περιστατικά.

ΚΟΑΓ: Προχωρά η υλοποίηση έργου προσιτής κατοικίας στα Πολεμίδια



Στην υλοποίηση της οικιστικής ανάπτυξης «ΑΔΩΝΙΣ III» στα Πολεμίδια, προχωρά ο Κυπριακός Οργανισμός Αναπτύξεως Γης (ΚΟΑΓ), μετά την υπογραφή των συμβολαίων την Παρασκευή 3 Απριλίου 2026.

Σε ανακοίνωση του Οργανισμού διευκρινίζεται ότι το έργο, το οποίο θα ανεγερθεί επί της οδού Καντάρας, περιλαμβάνει 29 ημιανεξάρτητες κατοικίες τριών υπνοδωματίων και συνθέτει μία ολοκληρωμένη οικιστική πρόταση που συνδυάζει άνεση, σύγχρονη αρχιτεκτονική και λειτουργικότητα σε ένα αναπτυσσόμενο αστικό περιβάλλον. Ενημερώνει περαιτέρω πως οι τιμές των κατοικιών αναμένεται να ανακοινωθούν περί τον Μάιο, οπότε και θα ξεκινήσει η διαδικασία υποβολής αιτήσεων από τους ενδιαφερόμενους.

Σε ό,τι αφορά τον σχεδιασμό ο Οργανισμός αναφέρει ότι προηγήθηκε αρχιτεκτονικός διαγωνισμός που σχεδίασε ένα σύνολο με καθαρές

γραμμές, σύγχρονη αισθητική και ξεχωριστή ταυτότητα.

Ειδικότερα εξηγεί πως η ανάπτυξη ενσωματώνει όλες τις απαραίτητες υποδομές και τεχνικές προδιαγραφές, διασφαλίζοντας ένα περιβάλλον άνετο, λειτουργικό και ασφαλές με σύγχρονες ενεργειακές λύσεις που μειώνουν το περιβαλλοντικό αποτύπωμα και το κόστος διαβίωσης. Η εγκατάσταση φωτοβολταϊκού συστήματος, η ενεργειακή κλάση Α', καθώς και η χρήση θερμομονωτικών υλικών και συστημάτων εξωτερικής θερμοπρόσοψης, συνθέτουν ένα ενεργειακά αποδοτικό σύνολο κατοικιών, συνεχίζει.

Η ανάπτυξη εντάσσεται στο πρόγραμμα προσιτής κατοικίας του ΚΟΑΓ, απευθύνεται σε οικογένειες και πολίτες που αναζητούν ένα σύγχρονο και αξιόπιστο οικιστικό περιβάλλον, με προδιαγραφές που ανταποκρίνονται στις σημερινές ανάγκες.

Ήθη και έθιμα σε Κύπρο και Ελλάδα

• Το στόλισμα του Επιταφίου και η περιφορά του τη Μεγάλη Παρασκευή αποτελεί μια συγκλονιστική εμπειρία από μόνη της

Το Πάσχα θεωρείται η πιο λαμπρή γιορτή για τον Χριστιανισμό. Συμπίπτει με τον ερχομό της Άνοιξης και γιορτάζεται με ευλάβεια και χαρά σε ολόκληρη την Ελλάδα και την Κύπρο αλλά και σε όλα τα μήκη και πλάτη του πλανήτη που ζουν Έλληνες. Μέσα από την προφορική παράδοση και την πίστη, τα έθιμα από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, ομορφαίνουν το Πάσχα προσφέροντας όμορφες και συγκινητικές στιγμές σε όλους μας. Όλη τη Μεγάλη Εβδομάδα, οι πιστοί προετοιμάζονται για το χαρμόσυνο γεγονός ενώ ταυτόχρονα συμμετέχουν στη θλίψη για τα πάθη του Χριστού.

Το στόλισμα του Επιταφίου και περιφορά του τη Μεγάλη Παρασκευή είναι μια συγκλονιστική εμπειρία από μόνη της, με τους πιστούς να ακολουθούν τον Επιτάφιο στις γειτονιές κάθε περιοχής, κρατώντας αναμμένα κεριά ή φαναράκια.

Στις πόλεις και τις μεγάλες κωμοπόλεις, οι Επιτάφιοι από διαφορετικές εκκλησίες συναντιούνται στην κεντρική πλατεία δημιουργώντας καταλυτική ατμόσφαιρα.

Στην Κύπρο

Δυο-τρεις μέρες πριν από το Πάσχα οι νοικοκυρές φτιάχνουν τις περίφημες φλαούνες, βάφουν τα κόκκινα αυγά, τα οποία θα τσουγκρίσουν λίγο μετά την Αναστάσιμη Ακολουθία. Σάββατο του Λαζάρου: Την ημέρα αυτή, ομάδες με παιδιά, γυρίζουν όλα τα σπίτια του χωριού και ψάλουν τον «Λάζαρο». Οι νοικοκυρές τους δίδουν σαν δώρο φρέσκα αυγά για να τα βάψουν, φλαούνες και χρήματα.

Τη Μεγάλη Πέμπτη, οι εικόνες του εικονοστασίου καλύπτονται με μαύρα ρούχα σε ένδειξη πένθους.

Το ίδιο βράδυ στήνουν μέσα στην εκκλησία πάνω σ' ένα τραπέζι, ομοίωμα σταυρού με το Χριστό πάνω, ενώ στα δεξιά και αριστερά βάζουν ομοίωμα του αποστόλου Ιωάννη και της μητέρα του Χριστού.

Τη Μεγάλη Παρασκευή το πρωί, γίνεται ο στολισμός του επιταφίου από τις κοπέλες του χωριού. Νέες

και νέοι ψάλλουν τον επιτάφιο θρήνο, ενώ τρεις κοπέλες ντυμένες μυροφόρες, ραίνουν το Χριστό με μύρα, αρώματα και άνθη.

Το Μεγάλο Σάββατο το πρωί, κατά τη διάρκεια της λειτουργίας και την στιγμή που ο ιερέας θα πει το «Ανάστα ο Θεός», οι πιστοί θα κτυπήσουν τους σκάμνους και τα μαύρα ρούχα που καλύπτουν τις εικόνες θα πέσουν.

Το βράδυ της Ανάστασης έξω, στο προαύλιο της εκκλησίας, τα παιδιά και οι νεολαίοι ανάβουν τεράστια «Λαμπρατζιά» με ξύλα που έχουν μαζέψει τις τελευταίες μέρες. Μετά την λειτουργία της αναστάσεως, επιστρέφουν όλοι στα σπίτια τους. Εκεί τσουγκρίζουν τα κόκκινα αυγά, λέγοντας τις ευχές: «ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ», «ΑΛΗΘΩΣ ΑΝΕΣΤΗ». Τρώνε τη σούπα αυγολέμονη ή τραχανά, αυγά και φλαούνες.

Την Κυριακή του Πάσχα στις 10 π.μ. γίνεται ο εσπερινός της Αγάπης. Μετά την λιτανία της εικόνας, οι πιστοί προσκυνούν και πάνε στα σπίτια τους και θα ψήσουν το πατροπαράδοτο αρνί και τη σούβλα. Το απόγευμα μαζεύονται στην πλατεία του χωριού για να παίξουν τα παραδοσιακά παιχνίδια της Λαμπρής, όπως ζίζιρο, σακουλοδρομίες, γαϊδουροδρομίες, αυγοδρομίες, τράβηγμα σχοινού και άλλα. Τα παιχνίδια διαρκούν μέχρι και την Τρίτη του Πάσχα.

Πάσχα στην Κέρκυρα

Με επιρροές από τους Ενετούς και τους Φράγκους, το νησί της Κέρκυρας γιορτάζει το Πάσχα με λαμπρότητα κι ευλάβεια.

Γίνεται η περιφορά των λειψάνων του πολιούχου του νησιού, Αγίου Σπυριδώνα, ενώ με την Πρώτη Ανάσταση οι κάτοικοι της Κέρκυρας τηρούν τους μπότηδες. Σπάνε κανάτες από τα μπαλκόνια των σπιτιών τους, γεμάτες με νερό. Με αυτό τον τρόπο, ξορκίζουν την παλιά χρονιά κι ετοιμάζονται για την ευημερία της ερχόμενης Άνοιξης.

Στα καντούνια του νησιού, οι πιστοί φιλιούνται και τσουγκρίζουν κόκκινα αυγά, ενώ οι 18 Φιλαρμονικές της Κέρκυρας ενώνουν τις



χαρμόσυνες μελωδίες τους. Πάσχα στη Χίο

Όλοι θα έχετε δει στην τηλεόραση τον ρουκετοπόλεμο το Πάσχα στη Χίο. Όσο κι αν το θέαμα εγκυμονεί κινδύνους, στο χωριό Βροντάδος της Χίου εκτοξεύονται αμέτρητες ρουκέτες από τις ενορίες του νησιού.

Αυτό το έθιμο επιβιώνει από την Τουρκοκρατία, ενώ πλέον με το άκουσμα του Χριστός Ανέστη ξεκινά ο πιο ιδιόρρυθμος «πόλεμος» μεταξύ των πιστών.

Οι δύο ενορίες που αντιμάχονται κάθε χρόνο στο Βροντάδος είναι η ενορία της Παναγίας της Ερειθιανής και η ενορία του Αγίου Μάρκου.

Αυτό είναι το πιο σημαντικό δράμα στο νησί της Χίου, όπου το Πάσχα είναι συγκλονιστικό και περιπετειώδες! Πάσχα στην Αράχωβα

Ανήμερα του Πάσχα, στην Αράχωβα συναντούμε ένα ακόμη ενδιαφέρον έθιμο. Οι πιστοί αρχίζουν την περιφορά του Αγίου Γεωργίου, ενώ περίπου 500 ντόπιοι ντύνονται με τις παραδοσιακές φορεσιές τους κι ακολουθούν τον Άγιο Γεώργιο. Την επόμενη ημέρα, είναι η σειρά του αγώνα δρόμου των γερόντων.

Από το Ναό του Αγίου Γεωργίου, ξεκινούν όσοι έχουν κουράγιο τον ανηφορικό αγώνα δρόμου και τερματίζουν στο λόφο ψηλά. Χοροί, τραγούδια, γλέντι με φαγητά και ποτά, όπως και τα κλέφτικα αγωνίσματα, συνθέτουν το Πάσχα στην Αράχωβα.

Πάσχα στη Θράκη

Στη Θράκη έχει διασωθεί ένα παλιό έθιμο για την Μεγάλη Παρασκευή. Μετά τον Επιτάφιο, τα παιδιά φτιάχνουν ένα ομοίωμα του Ιούδα και το περιφέρουν από σπίτι σε σπίτι. Από κάθε νοικοκυρή, ζητούν κλαδιά. Αυτά τα κλαδιά τα συγκεντρώνουν έπειτα και ανάβουν φωτιά. Πολλοί θα μαντέψα-

τε τι τη θέλουν τη φωτιά, σωστά; Ναι, τα κλαδιά χρησιμοποιούνται για να κάψουν το ομοίωμα του Ιούδα.

Πάσχα στο Λεωνίδιο

Ένα φαντασμαγορικό έθιμο μας περιμένει το Πάσχα στο Λεωνίδιο, στην πανέμορφη Τσακωνιά. Το έθιμο μετράει πάνω από εκατό χρόνια ζωής και τηρείται με ευλάβεια και σήμερα. Σύμφωνα με αυτό, το βράδυ της Ανάστασης ετοιμάζονται χρωματιστά αερόστατα από τα παιδιά στις πέντε ενορίες. Κατόπιν, αφήνονται στον ουρανό και το αποτέλεσμα είναι απλά μαγικό. Ταυτόχρονα, ακούγεται το ευαγγέλιο στα τσακωνικά.

Πάσχα στην Καλαμάτα

Οι ντόπιοι ντύνονται με παραδοσιακές φορεσιές και κρατούν σαΐτες στα χέρια, δηλαδή σωλήνες γεμάτους από μπαρούτι. Με αυτούς ξεκινούν τον σαΐτοπόλεμο. Έπειτα, υπάρχει το έθιμο του «συχώριου», που αναβιώνει σε πολλές περιοχές του κόσμου. Σύμφωνα με αυτό το έθιμο, οι πιστοί επισκέπτονται το νεκροταφείο το βράδυ του Μεγάλου Σαββάτου και πηγαίνουν στους τάφους των δικών τους, κρατώντας εδέσματα που έχουν ευλογηθεί από την εκκλησία. Με αυτά κερνούν όσους παρευρίσκονται στο χώρο.

Πάσχα στη Χαλκιδική.

Στην περιοχή της Ιερισσού, ένα ακόμη ξεχωριστό έθιμο μας ενθουσιάζει. Εδώ, το έθιμο τελείται την Τρίτη του Πάσχα κι ονομάζεται «Του μαύρου νιου τ' αλώνι». Ξεκινώντας με τους γηραιότερους της περιοχής, όλοι οι ντόπιοι χορεύουν τα γιορτινά πασχαλινά τραγούδια, όπως και τον Καγκέλευτο, τον χορό της αναπαράστασης της σφαγής 400 ντόπιων της Ιερισσού από τους Τούρκους το 1821.

Όλοι απολαμβάνουν το χορό, όπως και τα κεράσματα με τον βραστό καφέ, τα τσουρέκια και τα αυγά.



Η επόμενη μέρα. Η πορεία ευθύνης συνεχίζεται...

“Το μέλλον είναι μπροστά, οι προκλήσεις μάς περιμένουν και το μόνο που απαιτείται είναι σωστός προγραμματισμός, παραγωγική συνεργασία και ανοιχτοί διαυλοι επικοινωνίας. Είναι όραμα και συνέπεια.”

Του Ιωάννη Τσουρή*

Με το ηχηρό σύνθημα «ΣΥΛΛΟΓΙΚΕΣ ΣΥΜΒΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ» ολοκληρώθηκαν το τριήμερο 11-13 Μαρτίου οι εργασίες του 30ου Παγκυπρίου Συνεδρίου της ΣΕΚ.

Ένα συνέδριο που δεν περιορίστηκε σε τυπικές διαδικασίες, αλλά ανέδειξε –με παρεμβάσεις ουσίας και αποφάσεις βαρύτητας– τον πρωταγωνιστικό ρόλο της ΣΕΚ, εντός και εκτός Κύπρου.

Η αυλαία λοιπόν του Συνεδρίου έπεσε. Τα φώτα έσβησαν και αυτό που καλούμαστε να κάνουμε τώρα είναι να συνεχίσουμε την πορεία ευθύνης του κινήματος. Τώρα είναι η στιγμή που οι αποφάσεις δοκιμάζονται στην πράξη και οι προσδοκίες μετατρέπονται σε αποτελέσματα.

Η ΣΕΚ καλείται να επιβεβαιώσει, για ακόμη μια φορά, τον ιστορικό της ρόλο. Να σταθεί μπροστά - με τόλμη και συνέπεια - στους αγώνες για εργατική αξιοπρέπεια και κοινωνική δικαιοσύνη. Να παραμείνει η μεγαλύτερη και αντιπροσωπευτικότερη συνδικαλιστική οργάνωση της χώρας. Με σεβασμό και υπευθυνότητα απέναντι στους εργαζόμενους και την κοινωνία.

Οι προκλήσεις είναι μπροστά μας. Και είναι απαιτητικές. Ο πήχης δεν μπήκε απλώς ψηλά. Τοποθετήθηκε εκεί όπου μόνο η σοβαρή δουλειά, η συλλογικότητα και η αποφασιστικότητα μπορούν να φτάσουν. Και η ΣΕΚ καλείται να δικαιώσει το ρόλο της. Ένα ρόλο που επάξια έχει κερδίσει με τη διαχρονική της ωφέλιμη παρουσία.

Η επόμενη μέρα λοιπόν είναι ήδη εδώ! Ο οδικός χάρτης υπάρχει. Είναι τα ψηφίσματα και οι απο-



φάσεις του Συνεδρίου. Είναι τα πραγματικά καθημερινά προβλήματα των εργαζομένων.

Όμως, η πραγματική δύναμη βρίσκεται στους ανθρώπους μας. Στην κινητήριου δύναμη, που θα υλοποιήσει τους στόχους και θα φέρει τα επιθυμητά αποτελέσματα. Σε εκείνους που καθημερινά δίνουν περιεχόμενο στις συλλογικές διεκδικήσεις. Που μετατρέπουν τις αρχές σε πράξη. Που κρατούν ζωντανό τον ρόλο και την παρουσία του Κινήματος σε κάθε χώρο εργασίας.

Το έμπυχο δυναμικό - που με ενότητα και πνύμα συναδελφικότητας θα σηκώσει μανίκια και ο καθένας, μέσα από το ρόλο που έχει, θα βάλει το δικό του λιθαράκι για την επίτευξη των στόχων μας.

Και ο κύριος, διαχρονικός και σταθερός στόχος μας δεν μπορεί να είναι άλλος από την οργανωτική ανάπτυξη της ΣΕΚ. Από τη συνεχή αύξηση των μελών που εκπροσωπούμε. Από την ενίσχυση της παρουσίας μας στους χώρους εργασίας.

Η οργανωτική ανάπτυξη δεν είναι απλώς ένας αριθμός. Ούτε ένα στατιστικό δεδομένο. Είναι δύναμη επιρροής. Είναι αυτό που καθορίζει τη

δυνατότητα παρέμβασης της ΣΕΚ στις εξελίξεις και τη δυναμική διεκδίκησης. Το βασικό συστατικό που μας δίνει το δικαίωμα να είμαστε η πιο ισχυρή και αξιόπιστη φωνή των εργαζομένων. Είναι το στοιχείο εκείνο που καθορίζει το ανάστημα της ΣΕΚ και το εκτόπισμά της ως κοινωνικός εταίρος. Αυτό από μόνο του αποτυπώνει την τεράστια σημασία, αλλά και αναγκαιότητα της οργανωτικής ανάπτυξης.

Μακριά λοιπόν από μεγάλα λόγια και εύχα συνθήματα, ας αφήσουμε τα αποτελέσματα να μιλήσουν για μας. Το μέλλον είναι μπροστά, οι προκλήσεις μάς περιμένουν και το μόνο που απαιτείται είναι σωστός προγραμματισμός, παραγωγική συνεργασία και ανοιχτοί διαυλοι επικοινωνίας. Είναι όραμα και συνέπεια.

Με τους ανθρώπους μας λοιπόν στο επίκεντρο, συνεχίζουμε.

Με αυτοπεποίθηση, αλλά και πλήρη επίγνωση της ευθύνης μας.

Γιατί όταν οι άνθρωποι βρίσκονται στο επίκεντρο, οι αξίες δυναμώνουν και οι αγώνες κερδίζονται.

*Γενικού Οργανωτικού ΣΕΚ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

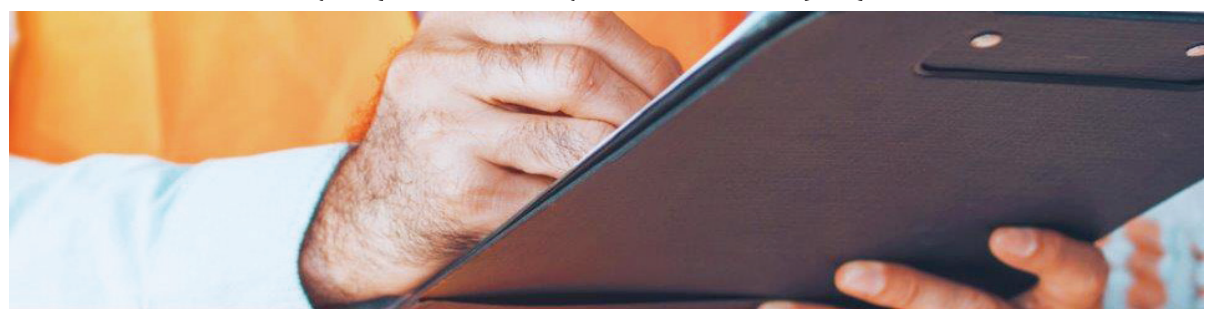
Εκστρατεία Επιθεώρησης Ξενοδοχείων, Εστιατορίων και Υποστατικών Διανομής Έτοιμων Φαγητών

Το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας (ΤΕΕ) του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων θα διεξαγάγει ειδική εκστρατεία επιθεώρησης σε Ξενοδοχεία, Εστιατόρια και Υποστατικά Διανομής Έτοιμων Φαγητών, κατά την περίοδο Απριλίου-Οκτωβρίου 2026.

Η εκστρατεία θα λάβει υπόψη τις κυριότερες αιτίες των εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών που συμβαίνουν σε εργαζόμενους στους πιο πάνω χώρους. Οι κυριότερες αιτίες των εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών περιλαμβάνουν τη χρήση αιχμηρών αντικειμένων, την πτώση στο ίδιο επίπεδο και την πτώση από ύψος, την επαφή με θερμές επιφάνειες, την ανατροπή ραφιών ή την πτώση αντικειμένων από αυτά, την επαφή με βιολογικούς παράγοντες, την αποθήκευση και χρήση χημικών ουσιών, τη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων και τη διακίνηση με μοτοσυκλέτες στο οδικό δίκτυο.

Σκοπός της εκστρατείας είναι η ευαισθητοποίηση όλων των εμπλεκόμενων στους τομείς αυτούς, ώστε να ελαχιστοποιηθούν τα εργατικά ατυχήματα, οι επαγγελματικές ασθένειες και τα επικίνδυνα περιστατικά.

Η εκστρατεία αποσκοπεί στον έλεγχο συμμόρφωσης των εργοδοτών με τις σχετικές διατάξεις της Νομοθεσίας περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία για τον καθορισμό και την εφαρμογή κά-



ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ
ΣΕ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑ, ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΑ ΚΑΙ
ΥΠΟΣΤΑΤΙΚΑ ΔΙΑΝΟΜΗΣ ΕΤΟΙΜΟΥ ΦΑΓΗΤΟΥ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ
ΑΣΦΑΛΙΣΕΩΝ

τάλληλων μέτρων προστασίας και πρόληψης, με βάση τη Γραπτή Εκτίμηση Κινδύνου, την εφαρμογή Συστήματος Διαχείρισης των Κινδύνων και την παροχή τεκμηριωμένης εκπαίδευσης σε θέματα Ασφάλειας και Υγείας.

Για σκοπούς πληροφόρησης κάθε ενδιαφερόμενου, Κατάλογος των Σημείων Ελέγχου, μαζί με τις αντίστοιχες επεξηγήσεις των βασικών κινδύνων και

μέτρων προστασίας και πρόληψης, στα οποία εστιάζεται η φετινή εκστρατεία, έχει αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του Τμήματος Επιθεώρησης Εργασίας. Για πρόσθετες διευκρινίσεις ή πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν με τον αρμόδιο Λειτουργό Επιθεώρησης Εργασίας στην ηλεκτρονική διεύθυνση gkramvis@dli.mlsi.gov.cy και στα τηλέφωνα 22405631 και 22405623.

Η ΕΟΚΑ που μας ενώνει, μα που θα πρέπει και να μας δεσμεύει



Ανδρέας Φ. Μάτσας
Γενικός Γραμματέας ΣΕΚ

Ηεμβληματικότητα στις πολιτικές, ομοίως και στις εκδηλώσεις, δεν θα πρέπει να περιορίζεται στον διακηρυκτικά επικοινωνιακό χαρακτήρα, αλλά κυρίως στην ουσία και στην αποτελεσματικότητα.

Σε διαφορετική περίπτωση, η έννοια της λέξης διαφοροποιείται παραπέμποντας σε αυτό που αναδεικνύει ο Θουκυδίδης στον «Επιτάφιο του Περικλή», μέσα από το ιστορικό του έργο «Πελοποννησιακός πόλεμος».

Η παραφραστική αποτύπωση του, «έν τοῖς βλήμασι ἀμαθεία θράσος ἐστί», αναδεικνύει το απερίσκεπτο θράσος της αμάθειας που οδηγεί σε παρορμητικό παροξυσμό. Ανάλογη μπορεί να είναι και η επικινδυνότητα της προσέγγισης, όταν η στόχευση ξεφεύγει από την αυθεντικότητα των προθέσεων και την αρχαιοελληνική έννοια της «αγαθότητας», η οποία διασυνδέει το ήθος με την ακεραιότητα.

Ο αγώνας της ΕΟΚΑ, για όσους πραγματικά τον τιμούμε και μας εμπνέει ως σημείο αναφοράς στην καθημερινή ανάδειξη της προσωπικής μας αξιοπρέπειας, δεν μπορεί να τυγχάνει εκμετάλλευσης για οποιοδήποτε πολιτικό, κομματικό ή άλλο λόγο και σκοπιμότητα. Κυρίως όμως, δεν μπορεί να αποτελεί στοιχείο αντιπαράθεσης ως προς το επίπεδο του πατριωτισμού ή της υποχρητικότητας.

Η ανάγκη και η υποχρέωση για να αρθούμε με επάρκεια στο ύψος των περιστάσεων, αποτελεί το κυρίαρχο αξιακό στοιχείο και μέτρο αξιολόγησης της διασύνδεσης του πρέπει με το πράττειν. Σαφώς και αυτή η διάσταση της οφειλής, της συνέπειας και της επάρκειας, δεν μπορεί να περιορίζεται χρονικά και επί του πρακτέου, μόνο στις επετειακές εκδηλώσεις και δραστηριότητες. Το «κυκλώπειο» μέγεθος εκείνου του ανεπανάληπτου αγώνα, σε συνάρτηση με τη λεβεντιά των αγωνιστών, θα πρέπει να αποτελούν αποτρεπτικό παράγοντα στην αναμόχλευση των «παθών» που οδηγούν στην επαναφορά του «ανά τους αιώνες προσφιλούς εφιάλτη», στο προσκήνιο. Μακριά από συνθήματα οικειοποίησης του αγώνα, όπως και προσεγγίσεις «γηπεδικού χαρακτήρα» που μειώνουν το ήθος, την εθνική αξιοπρέπεια και την αδιασάλευτη ιστορική συνέπεια.

Σημείο αναφοράς, αποτελεί η γραμμή της εθνικοφροσύνης του Γρηγόρη Αυξεντίου, την οποία κρατούσε σταθερά, όπως αφηγείται ο τότε Γυμνασιάρχης του και για την οποία τον θαύμαζε. Έτσι ακριβώς, καθώς, όταν μνημονεύουμε και



τιμούμε τον Αγώνα της ΕΟΚΑ και τους ίδιους τους ήρωές μας, οφείλουμε να λέμε τις δικές τους αλήθειες, αυτές που μας γαλούχησαν στον καιρού το πέρασμα, να αποτυπώνουμε το δικό τους ιστορήμα, αποτρέποντας της ιστορίας την τιμωρία, να αναδεικνύουμε τη δική τους έκφραση περηφάνιας, αυτό στο οποίο πίστεψαν σε χαλεπούς καιρούς όπου η αξιοπρέπεια είχε προφανώς μια άλλη διάσταση και η έννοια της πατρίδας δεν περιοριζόταν στη διαχείριση ή στον εξευμενισμό. Οφείλουμε όλοι να νοιώθουμε δέος, και όχι τυπική υποχρέωση παρενρέσεως, κάθε φορά που καλούμαστε να αναδείξουμε τον ηρωισμό του αγώνα της ΕΟΚΑ, ο οποίος περικλείει το σύνολο των χαρακτηριστικών που αποτυπώνουν και σκιαγραφούν τη διαχρονικότητα του Ελληνισμού στους αγώνες για λευτεριά.

Η ΣΕΚ αποτελεί την προέκταση του έπους της ΕΟΚΑ, ως απόγονοι, παιδιά, εγγόνια και συνεχιστές των αγωνιστών, έχοντας καταγράψει στις τάξεις της, 40 μέλη της ανάμεσα στους θυσιασθέντες ήρωες. Αναπόφευκτα και δικαιωματικά, όσο η αδυσώπητη πορεία του χρόνου θα μειώνει τη βιολογική παρουσία των αγωνιστών, η ΣΕΚ θα παραμένει πιστή στην ανάδειξη των οραμάτων και παρακαταθηκών. Αναγνωρίζοντας πως, η κάθε εποχή καταγράφει τις δικές της διαφορετικές ιδιαιτερότητες, με σεβασμό όμως και δέος στο παρελθόν, με συνέπεια στο παρόν και με προσήλωση υπευθυνότητας στο μέλλον.

Συνεπώς στην ιστορική της διαδρομή που την κατατάσσει ως πρωτοπόρα δύναμη στους εθνικούς, στους κοινωνικούς και στους εργατικούς αγώνες του τόπου μας. Με αγωνία για το ξεθώριασμα των αρχών και αξιών της φυλής μας, για το σύγχρονο που απομονώνει το αξιακό, για την

οικονομική και την όποια άλλη σκοπιμότητα που αφαιρεί και απομονώνει τον εθνικό κορμό από το υπόλοιπο του σώμα. Για το εθνικοπρεπές που κακώς και επικίνδυνα χρωματίζεται ιδεολογικά, προσεγγίζεται και ταυτίζεται πολιτικά, αλλά και διεκδικείται κομματικά.

Η ΕΟΚΑ που μας ενώνει, θα πρέπει να λειτουργεί και ως αυτή που μας δεσμεύει, όχι μόνο στους επετειακούς εορτασμούς κάθε 1η Απριλίου, αλλά ως διαχρονική αναφορά και παραπομπή στο ήθος και στη συνέπεια που εκφράζουν οι έννοιες της ελευθερίας, της ισότητας και της δικαιοσύνης.

Ο Μάρκος Δράκος, ως πρεσβευτής αυτού του τριπτύχου, έχοντας διατελέσει μέλος της Γενικής Γραμματείας της ΣΕΚ, είχε την τιμητική του στην κεντρική επετειακή εκδήλωση στο Στάδιο Ελευθερία, στην οποία η ΣΕΚ συμμετέχει κάθε χρόνο ως συνδιοργανωτής. Το ήθος και οι αρχές του, όπως και η κοινωνική του ευαισθησία σε συνάρτηση με την παρρησία του, αποτελούν βασικά στοιχεία μεταλαμπάδευσης αυτής της ηρωικής μορφής, στις επόμενες γενιές. Όταν τέθηκε το δίλημμα στον Μάρκο Δράκο, από τον εργοδότη του, είτε να συνεχίσει τη συνδικαλιστική του δράση είτε να χάσει την εργασία του, Αυτός δεν δίστασε να παραμείνει στη ΣΕΚ, προτιμώντας να διατηρήσει άθικτη την αξιοπρέπιά του, δίνοντας μαθήματα ήθους και αγάπης προς τη δημοκρατία και την αλληλεγγύη, ομοίως τελικά και προς την πατρίδα.

Σε τελική ανάλυση και ως υπόμνηση, ο συνδικαλισμός και η ελευθερία αποτελούν ταυτόσημες αξιακές έννοιες, όπως και η ΣΕΚ μαζί με την ΕΟΚΑ, ως ιστορική συνέπεια και αντιδοτική δέσμευση ενάντια στη λήθη και στην παρόρμηση κάθε μορφής.

Μικρές και χρήσιμες συμβουλές για να τη βγάλετε “καθαροί” το Πάσχα

- Αποφύγετε τις διατροφικές διαταραχές από τα πασχαλινά εδέσματα που δεν αφήνουν κανένα ασυγκίνητο

Οι γιορτινές ημέρες του Πάσχα συνοδεύονται από πολλές παραδόσεις που σχετίζονται με τη διατροφή, όπως το αρνί στη σούβλα, η μαγειρίτσα, τα κόκκινα αυγά, τα τσουρέκια και ένα σωρό ακόμα, απολαυστικά φαγητά και γλυκά, που δεν αφήνουν κανέναν ασυγκίνητο. Όμως για να περάσετε από τη νηστεία στα πασχαλινά εδέσματα, χωρίς τις γνωστές στομαχικές διαταραχές, που κατά κανόνα εμφανίζονται τις ημέρες αυτές και οφείλονται στις απότομες διατροφικές αλλαγές, εφαρμόστε τα παρακάτω μικρά μυστικά που συστήνουν οι ειδικοί.

Πριν το γεύμα

- Θα σας ωφελήσει πολύ, αν λίγο πριν το πασχαλινό τραπέζι, πιείτε μια κουταλιά ελαιόλαδο. Το ελαιόλαδο έχει την ιδιότητα να δημιουργεί στα τοιχώματα του στομάχου μια λεπτή προστατευτική μεμβράνη, ώστε το οινόπνευμα, η το λίπος να μη μπορούν εύκολα να εισχωρήσουν σε αυτό. Έτσι, δεν θα σας βλάψουν το ένα ή τα δυο ποτηράκια που θα πιείτε παραπάνω, ούτε το λίγο περισσότερο αρνί.

- Ο χυμός από στυμμένο πορτοκάλι ή κάποια συμπληρώματα βιταμίνης C ισχυροποιούν επίσης τον οργανισμό. Τον κάνουν δηλαδή ανθεκτικότερο στην πρόσληψη του οίνοπνεύματος αλλά και στις διάφορες τοξίνες.

Στη διάρκεια του γεύματος

- Αν έχει προηγηθεί εξαντλητική νηστεία, καλό είναι να αποφύγετε τα πολλά λίπη. Προσπαθήστε επίσης, ό,τι φάτε να το φάτε αργά. Μια από τις βασικές αιτίες των πεπτικών διαταραχών, αλλά και της παχυσαρκίας, είναι η συνήθεια να τρώει κανείς βιαστικά. Το αργό λοιπόν μάσημα των τροφών θα βοηθήσει ώστε να λειτουργήσει καλύτερα η διαδικασία της πέψης.

- Αποφύγετε ακόμα, να ανακατέψετε τα αλκοολούχα ποτά. Ανακατεύοντας τους διάφορους τύπους οίνοπνεύματος, κινδυνεύετε να μεθύσετε πιο εύκολα, από ότι αν συνεχίσετε με το κρασί που ξεκινήσατε.

- Στη διάρκεια του φαγητού αν έχετε να διαλέξετε ανάμεσα στο λευκό και το κόκκινο κρασί προτιμήστε το δεύτερο, που είναι πιο εύπεπτο. Πάντως αν το κρασί είναι καλής ποιότητας, μπορείτε να πιείτε άφοβα και κάτι παραπάνω, χωρίς δυσάρεστες συνέπειες.

- Κρατηθείτε μακριά από αεριούχα αναψυκτικά. Το διοξείδιο του άνθρακα που περιέχουν, συντελεί ώστε το οινόπνευμα να απορροφάται σε ελάχιστο χρόνο από τον οργανισμό.

- Την ώρα του φαγητού, μην μπειτε στον πειρασμό για τσιγάρο. Ο καπνός σε συνδυασμό με τα συστατικά των τροφών, δημιουργεί τοξικές ενώσεις, βλαβερές για την υγεία.

- Αν η ηλικία σας δεν ξεπερνά τα 30 με 35, μπορείτε άφοβα στο πασχαλινό τραπέζι να φάτε μέχρι και τρία αυγά. Ο οργανισμός σας έχει τη δυνατότητα να τα μεταβολίσει. Βέβαια αν υποφέρετε από καρδιά ή έχετε αυξημένη χοληστερίνη, περιοριστείτε στο ένα αυγό ή καλύτερα στο ασπράδι του. Το ασπράδι όχι μόνο δεν περιέχει καθόλου χοληστερίνη, αλλά είναι και πλούσιο σε πρωτεΐνες, που ωφελούν τον οργανισμό.

Μετά το γεύμα

- Αν γυρίζοντας στο σπίτι νοιώσετε πονοκέφαλο, και δυσκολία στον ύπνο υπομονή. Δεν θα πάρετε ούτε παυσίπονο ούτε υπνωτικό εφόσον έχετε πει κρασί. Αφού βουρτσίσετε τα δόντια



σας, αρκεστείτε σε ένα ή περισσότερα ποτήρια νερό και ξαπλώστε αφήνοντας τη μπαλκονόπορτα του δωματίου μισάνοιχτη.

- Σε περίπτωση δυσπεψίας, ένα ρόφημα από δύο όσμο θα βοηθήσει την πέψη.
- Αν οι παραπάνω συμβουλές δεν έχουν αποτέλεσμα, την πέψη θα βοηθήσει επίσης η χρήση αλγινικών σκευασμάτων, «που δρουν σχηματίζοντας ένα στρώμα που «επιπλέει» πάνω από το περιεχόμενο του στομάχου, δημιουργώντας έτσι ένα φυσικό φραγμό (τείχος) μεταξύ των στομαχικών υγρών (οξέων) και του οισοφάγου, καταστέλλοντας με αυτό τον τρόπο την παλινδρόμηση».

Την επόμενη μέρα

- Μόλις σηκωθείτε από το κρεβάτι, πιείτε αμέσως ένα ποτήρι νερό στο οποίο θα προσθέσετε χυμό από λεμόνι. Θα σας τονώσει.

- Για πρωινό, προτιμήστε ένα ποτήρι χυμό ανανά ή γκρεπ φρούτ και αν εξακολουθεί να σας βασανίζει ο πονοκέφαλος, πάρτε μαζί και μια ασπιρίνη.

- Αν αισθάνεστε φούσκωμα επωφεληθείτε από την αργία, για ένα μικρό περίπατο στην εξοχή.

- Το μεσημέρι μπορείτε να φάτε ότι επιθυμείτε, με μέτρο όμως, φροντίζοντας ταυτόχρονα το γεύμα σας, να πλαισιώνεται από πολλά λαχανικά. Το βράδυ καλό θα είναι να αποφύγετε το ξενύχτι το ποτό και το υπερβολικό φαγητό.

Την υπόλοιπη εβδομάδα

Αν τελικά το «ρίξετε πολύ έξω» και φάτε πολλές φορές άτσαλα και περισσότερο από ότι θα θέλατε, θα μπορείτε να ξαναφέρετε τον οργανισμό σας σε ισορροπία και να απαλλαγείτε από τα ένα-δυο περιττά κιλά που θα σας φορτωθούν, με τον εξής τρόπο:

- Ξεκινάτε την ημέρα σας τρώγοντας μόνο φρούτα. Για να το πετύχετε αυτό, τοποθετείτε εν καλάθι γεμάτο φρούτα, επάνω στο τραπέζι της κουζίνας σας, έτσι ώστε ο κάθε ένας μέσα στην οικογένεια, να παίρνει ένα φρούτο όταν πεινάει, αντί να καταφεύγει στα υπόλοιπα κουλούρια και τσουρέκια των πασχαλινών εορτών. Η αποτοξίνωση κάνει καλό σε όλους.

- Καλό είναι επίσης, να υπάρχει και ένα καλάθι με φρούτα κοντά σας, την ώρα που βλέπετε τηλεόραση (αντί για σοκολάτες, μπισκότα ξηρούς καρπούς ή οτιδήποτε άλλος παχυντικός πειρασμός).

- Το φαγητό των ημερών της αποτοξίνωσης, δεν θα ήταν καλό, να αποτελείται από πολλές σαλάτες, ψάρια και ωμά λαχανικά.

Μη τρώτε όσα αυγά τσουγκρίζετε...

Τις ημέρες του Πάσχα, καταναλώνονται πολύ περισσότερα αυγά από ότι τις υπόλοιπες ημέρες του χρόνου.

Είναι γνωστό πως τα αυγά είναι πλούσια πηγή λεκιθίνης και δίνουν την τέλεια ισορροπία σε αμινοξέα στον οργανισμό. Ακόμα περιέχουν απαραίτητες πρωτεΐνες για την ανάπτυξη των ιστών και των κυττάρων. Σ' αυτά αν προστεθούν και οι βιταμίνες Α και Β, όπως και το σίδηρο, θα έλεγε κανείς πως το αυγό- κυρίως βραστό- είναι η τέλεια τροφή. Ωστόσο, τι γίνεται με τη χοληστερίνη;

«Εκτός από τα βραστά κόκκινα αυγά, υπάρχουν και τα «κρυμμένα αυγά» στις κρέμες, στο φρικασέ, στη μαγειρίτσα, στις πάστες, που θα πρέπει και αυτά να τα υπολογίζουμε στην κατανάλωση των ημερών. Τι λένε όμως μελέτες. «Κανονικά δεν πρέπει να παίρνει κανείς από τις διάφορες τροφές περισσότερα από 250-300 mg (χιλιοστά του γραμμαρίου) χοληστερίνη την ημέρα. Αν όμως τρώει ένα αυγό την ημέρα, που περιέχει 200-250 mg χοληστερίνη, τότε καλύπτει την επιτρεπόμενη ποσότητα μόνο με αυτό το αυγό και δεν έχει άλλα περιθώρια για να φάει κρέας, γάλα ή τυρί, που και αυτά έχουν χοληστερίνη.

Ευτυχώς -λένε οι ειδικοί- δεν έχουν όλοι υψηλή χοληστερίνη. Άρα οι άνθρωποι χωρίς προβλήματα, μπορούν να τρώνε τρία με τέσσερα αυγά την εβδομάδα, που όμως μέσα σε αυτά να συμπεριλαμβάνονται και τα κρυμμένα (σε γλυκά, μαγιονέζες, σούπες κλπ). Όσο γι' αυτούς με την υψηλή χοληστερίνη, μπορούν ν' αρκούνται στο ασπράδι, που όχι μόνο δεν βλάπτει, αλλά αντίθετα ωφελεί. Και βέβαια τις ημέρες του Πάσχα δεν είναι απαραίτητο να τρώγονται όλα τα αυγά που τσουγκρίζονται!

Κενές θέσεις εργασίας στη ΣΕΚ

ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

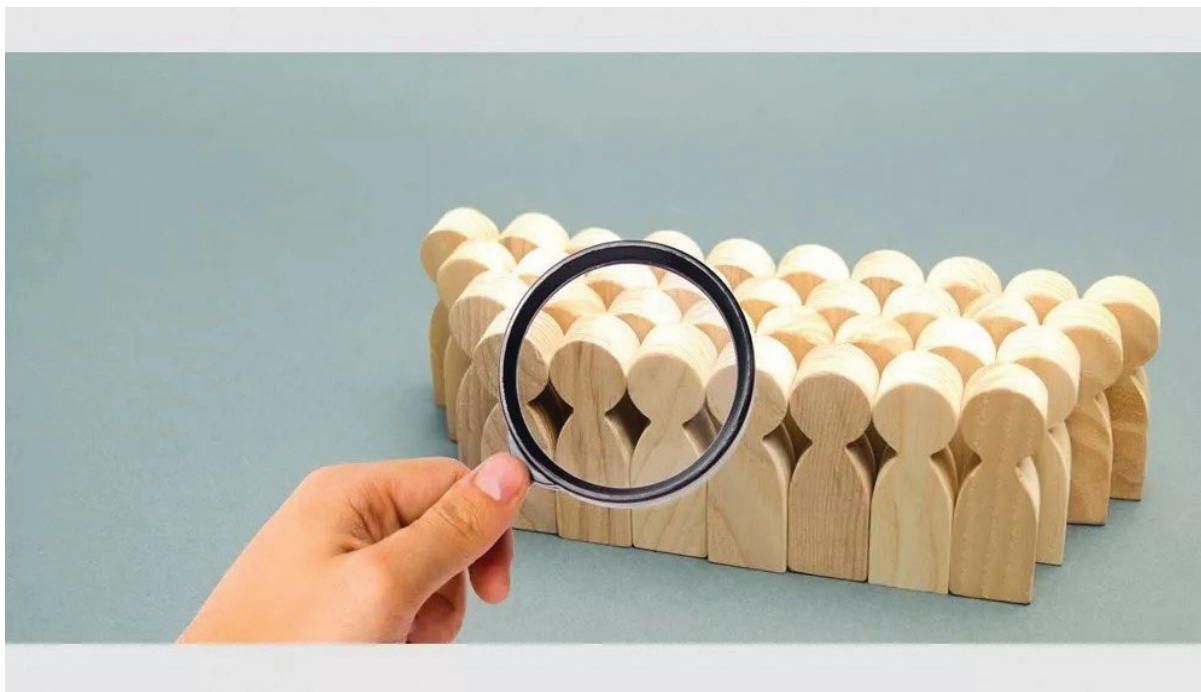
Γίνεται δεκτή η υποβολή αίτησης για θέση Λειτουργού Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων στη ΣΕΚ.

Καθήκοντα και ευθύνες:

1. Ετοιμάζει προτάσεις για ανάληψη ευρωπαϊκών προγραμμάτων, συντονίζει την υλοποίηση των προγραμμάτων και διεκπεραιώνει όλη την απαιτούμενη διαδικασία ενημέρωσης και αξιολόγησης.
2. Ετοιμάζει τις απαιτούμενες από την ΕΕ εκθέσεις.
3. Συλλέγει και αξιολογεί αιτήσεις για συνεργασία με άλλους φορείς τόσο στην Κύπρο, όσο και στο εξωτερικό.
4. Ετοιμάζει την σχετική αλληλογραφία με τους δικαιούχους.
5. Παρακολουθεί την πρόοδο εφαρμογής των Προγραμμάτων.
6. Συλλέγει, αναλύει και αξιολογεί στοιχεία και πληροφορίες σχετικά με την εφαρμογή των Προγραμμάτων.
7. Ετοιμάζει σημειώματα, υπομνήματα, εκθέσεις και πρακτικά.
8. Συμβάλλει στη διοργάνωση συνεδρίων, σεμιναρίων κ.λ.π.
9. Ετοιμάζει έγγραφα προσφορών, αξιολογεί προσφορές και διενεργεί την σχετική αλληλογραφία
10. Συνεργάζεται με την Γραμματεία της ΣΕΚ και το υπόλοιπο προσωπικό για την υλοποίηση του ετήσιου Προγράμματος Εργασίας του Τμήματος.
11. Ετοιμάζει πρακτικά για επιλογή αιτήσεων.
12. Εκτελεί οποιαδήποτε άλλα συναφή καθήκοντα του ανατεθούν από την Γραμματεία της ΣΕΚ.

Απαιτούμενα προσόντα:

1. Πανεπιστημιακό δίπλωμα (πτυχίο τετραετούς φοίτησης ή ισότιμο προσόν) σε ένα τουλάχιστον από τα ακόλουθα ή συνδυασμό των θεμάτων αυτών: Νομικά, Διοίκηση Επιχειρήσεων, Οικονομικά, Marketing, Στατιστική, Πληροφορική, Ευρωπαϊκές Σπουδές, Διεθνής Σχέσεις.
2. Μεταπτυχιακός τίτλος επιπέδου Master στα πιο πάνω συναφή αντικείμενα θα αποτελεί επιπρόσθετο προσόν.
3. Πενταετής τουλάχιστον πείρα, στη διαχείριση Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων που αποκτήθηκε,



είτε στο δημόσιο είτε στον ιδιωτικό τομέα, μέσω πλήρους απασχόλησης στη διαχείριση Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων (ο όρος «διαχείριση» περιλαμβάνει τη συμμετοχή στο συντονισμό του κύκλου ζωής και την υλοποίηση Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων ή Σχεδίων από την υποβολή της αίτησης μέχρι την υποβολή της τελικής έκθεσης, περιλαμβανομένης και της οικονομικής διαχείρισης).

4. Πολύ καλή γνώση της Ελληνικής και Αγγλικής. Καλή γνώση μιας τρίτης γλώσσας από τις γλώσσες εργασίας της ΕΕ (Γαλλικής, Γερμανικής, Ιταλικής, Ισπανικής) θα αποτελεί πλεονέκτημα.
5. Πολύ καλή γνώση χειρισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών, για παράδειγμα Λειτουργικών Προγραμμάτων, προγραμμάτων επεξεργασίας κειμένου, περιηγητών και ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.
6. Ακεραιότητα χαρακτήρα, υπευθυνότητα, οργανωτική και διοικητική ικανότητα, πρωτοβουλία, υπομονή και ευθυκρισία. Προθυμία να ταξιδεύει

Σημειώσεις:

1. Οι υποψήφιοι θα πρέπει να επιτύχουν σε προφορική εξέταση, που θα γίνει από τη ΣΕΚ
 2. Ο υποψήφιος που θα επιλεγεί θα εργοδοτηθεί με το καθεστώς της πλήρους απασχόλησης, με εξαμηνιαία περίοδο δοκιμασίας.
 3. Προσφέρεται ελκυστικό πακέτο απολαβών, που διέπεται από τη Σύμβαση Εργοδότησης στη ΣΕΚ
- Περαιτέρω πληροφορίες για την προφορική εξέταση, τον τόπο και τον χρόνο διεξαγωγής της θα αποσταλούν στους υποψήφιους που θα πληρούν τα πιο πάνω προσόντα μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή άλλης επικοινωνίας.
- Υποβολή Αιτήσεων: Οι αιτήσεις πρέπει να υποβληθούν ηλεκτρονικά και να σταλούν στη ηλεκτρονική διεύθυνση: chrystalla.christoforou@sek.org.cy μέχρι τις 30 Απριλίου 2026, επισυνάπτοντας όλα τα απαιτούμενα έγγραφα που καθορίζονται στην προκήρυξη της θέσης.
- Έντυπο αίτησης θα βρείτε στην ιστοσελίδα της ΣΕΚ.

ΣΥΝΔΙΚΑΛΙΣΤΙΚΑ ΣΤΕΛΕΧΗ (ΕΡΓΑΣΙΑΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ) ΣΕ ΛΕΥΚΩΣΙΑ, ΛΕΜΕΣΟ ΚΑΙ ΠΑΦΟ

Γίνονται δεκτές αιτήσεις για την πλήρωση:

- Μιας κενής θέσης Συνδικαλιστικού Στελέχους (Εργασιακών θεμάτων) στο Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας.
- Μιας κενής θέσης Συνδικαλιστικού Στελέχους (Εργασιακών θεμάτων) στο Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Λεμεσού.
- Και μιας κενής θέσης Συνδικαλιστικού Στελέχους (Εργασιακών θεμάτων) στο Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Πάφου.

Απαιτούμενα προσόντα:

1. Απολυτήριο Λυκείου. Η κατοχή Πανεπιστημιακού τίτλου θα θεωρηθεί ως πρόσθετο προσόν.
 2. Ακεραιότητα χαρακτήρα, διοικητική και οργανωτική ικανότητα, πρωτοβουλία, υπευθυνότητα και ευθυκρισία.
 3. Πολύ καλή γνώση της Ελληνικής καθώς και της Αγγλικής γλώσσας.
- Οι αιτητές πρέπει να είναι πολίτες της Κυπριακής Δημοκρατίας, να έχουν Λευκό Ποινικό Μητρώο και να έχουν εκπληρώσει τις στρατιωτικές τους υποχρεώσεις ή να έχουν απαλλαγεί νομίμως από αυτές (για άρρενες υποψήφιους).

Μισθός/Ωφελήματα:

Εφαρμόζεται συλλογική σύμβαση η οποία πε-

ριλαμβάνει μόνιμη απασχόληση, πολύ καλούς όρους και συνθήκες απασχόλησης

Καθήκοντα και Ευθύνες:

Εκτελεί συνδικαλιστικά καθήκοντα που μεταξύ άλλων περιλαμβάνουν την επίλυση εργασιακών προβλημάτων και την εφαρμογή της εργατικής νομοθεσίας και των συλλογικών συμβάσεων. Επισκέπτεται χώρους εργασίας με σκοπό την εγγραφή νέων μελών και την ενημέρωση και προστασία των εργαζομένων, και εφαρμόζει οτιδήποτε του ανατεθεί σε σχέση με τους σκοπούς και τη δράση της ΣΕΚ.

Περαιτέρω λεπτομέρειες για τα καθήκοντα και ευθύνες της θέσης θα δίδονται στους ενδιαφερομένους με την παραλαβή της αίτησης από τα επαρχιακά γραφεία της ΣΕΚ. Ανάλογα με τις ανάγκες της ΣΕΚ, το προσωπικό μπορεί να εργάζεται και εκτός του συνηθισμένου ωραρίου εργασίας που λειτουργούν τα γραφεία της ΣΕΚ, τόσο εντός όσο και εκτός της έδρας απασχόλησής τους.

Οι υποψήφιοι θα πρέπει να επιτύχουν σε γραπτή εξέταση και ακολούθως σε προφορική.

Υποβολή Αιτήσεων:

Οι αιτήσεις πρέπει να υποβληθούν στο ειδικό έντυπο της ΣΕΚ με τίτλο:

«ΑΙΤΗΣΗ ΓΙΑ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΣΕ ΚΕΝΗ ΘΕΣΗ ΣΤΗ ΣΥΝΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΚΥΠΡΟΥ ΣΕΚ».

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να εξασφαλίσουν έντυπα αιτήσεων αποτεινόμενοι στα επαρχιακά γραφεία της ΣΕΚ ή μέσω της ιστοσελίδας της ΣΕΚ.

Οι αιτήσεις πρέπει να παραδίδονται με το χέρι ή ηλεκτρονικά στο γραφείο του Επαρχιακού Γραμματέα μέχρι τις 30 Απριλίου 2026, μεταξύ των ωρών 08.00π.μ.-13.00μ.μ. και 14.30μ.μ.-17.30μ.μ., Δευτέρα έως Παρασκευή (εκτός των αργιών) ή μέσω email:

-Για το Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Λευκωσίας – Κερύνειας στον Επαρχιακό Γραμματέα Χρίστο Πελεκάνο στο christos.pelecanos@sek.org.cy

-Για το Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Λεμεσού στον Επαρχιακό Γραμματέα Γιώργο Οδυσσεώς στο georgios.odysseos@sek.org.cy

-Και για το Εργατικό Κέντρο ΣΕΚ Πάφου στον Επαρχιακό Γραμματέα Πέτρο Δημοσθένους στο p.demosthenous@sek.org.cy

Οι αιτήσεις πρέπει να συνοδεύονται με αντίγραφα των πιστοποιητικών των ακαδημαϊκών ή άλλων προσόντων και εγγράφων που καθορίζονται στην αίτηση που θα συμπληρώσουν.



Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Νεολαίας Δωρεάν εργαστήρια Europass

Το Εθνικό Κέντρο Europass Κύπρου συμμετέχει ενεργά στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Νεολαίας 2026, η οποία θα πραγματοποιηθεί από τις 24 Απριλίου έως την 1η Μαΐου 2026, διοργανώνοντας δύο δωρεάν διαδικτυακά εργαστήρια με στόχο την ενίσχυση των δεξιοτήτων των νέων για την ένταξή τους στην αγορά εργασίας.

Τα εργαστήρια, διάρκειας 3 ωρών το καθένα, απευθύνονται σε νέους και νέες που επιθυμούν να αναπτύξουν αποτελεσματικά τα εργαλεία καριέρας και να ενισχύσουν τη θέση τους στην αγορά εργασίας.

Θεματολογία εργαστηρίων:

Δημιουργία Βιογραφικού Σημειώματος Europass

Σύνταξη Συνοδευτικής Επιστολής

Προετοιμασία και επιτυχής συμμετοχή σε Συνέντευξη Εργασίας

Τα εργαστήρια θα υλοποιηθούν από εξειδικευμένους συμβούλους στον τομέα της διαχείρισης ανθρώπινου δυναμικού, προσφέροντας πρακτική καθοδήγηση και χρήσιμα εργαλεία για την επαγγελματική ανάπτυξη των συμμετεχόντων.

Η δράση εντάσσεται στο ευρύτερο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Νεολαίας, η οποία φέτος είναι αφιερωμένη στην Αλληλεγγύη και τη Δικαιοσύνη, αναδεικνύοντας τον ενεργό ρόλο των νέων στην κοινωνία.

24/04/2026 ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ - ΕΛΛΗΝΙΚΑ
<https://www.e-gnosis.gov.cy/training/kepa-events/eke267/>

28/04/2026 ONLINE - IN ENGLISH
<https://www.e-gnosis.gov.cy/training/kepa-events/eke268/>

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Αυτός που δεν ξέρει να σωπαίνει,
δεν ξέρει να συζητά.
Αριστοτέλης

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

Καταδίκη και Ποινές για παραβάσεις της Νομοθεσίας για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία

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

Ως αποτέλεσμα της δίωξης αυτής που αφορούσε θανατηφόρο εργατικό ατύχημα, το Επαρχιακό Δικαστήριο Λευκωσίας καταδίκασε τα πιο κάτω νομικά πρόσωπα και επέβαλε συνολική ποινή ύψους €12.000,00.

Την εταιρεία «Ρ. ORPHANIDES STEEL CONSTRUCTIONS LTD» που δραστηριοποιείται, μεταξύ άλλων, με την εκτέλεση εργασιών μεταλλικών κατασκευών, σε πρόστιμο €6.500 για τις πιο κάτω παραβάσεις των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Ελάχιστες Προδιαγραφές για Προσωρινά ή Κινητά Εργοτάξια) Κανονισμών του 2015 και των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία Νόμων του 1996 έως του 2020, που προκάλεσαν τον θανάσιμο τραυματισμό σε εργοδότημένο της και έθεσαν σε κίνδυνο τραυματισμού εργοδότημένα της πρόσωπα:

1.1 Παράλειψη τοποθέτησης στερεών κιγκλιδωμάτων στα άκρα δαπέδου μεσοπατώματος με επαρκές ύψος, τουλάχιστον 1,10 μέτρα από το δάπεδο, που να διαθέτουν θωράκιο ή άλλο εμπόδιο στη στάθμη του δαπέδου, έναν χειρολισθήρα και οριζόντιο στοιχείο, ώστε η απόσταση μεταξύ θωρακίου ή άλλου εμποδίου και χειρολισθήρα ή άλλου οριζόντιου στοιχείου να μην υπερβαίνει τα 0,45 μέτρα ή να χρησιμοποιήσει άλλα ισοδύναμα μέσα για παρεμπόδιση της πτώσης προσώπων από ύψος, με αποτέλεσμα εργοδότημένος της να πέσει από ύψος 3,37 μέτρα περίπου και να τραυματιστεί θανάσιμα.

1.2 Παράλειψη παροχής επιτήρησης των εργασιών, με αποτέλεσμα εργοδότημένα της πρόσωπα να εκτίθενται σε κίνδυνο.

Την εταιρεία «MONTBLANCCONSTRUCTIONS LTD» ως εργολάβου ολόκληρου του έργου, σε πρόστιμο €1.500 για την πιο κάτω παράβαση των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Ελάχιστες Προδιαγραφές για Προσωρινά ή Κινητά Εργοτάξια) Κανονισμών του 2015 που έθεσε σε κίν-



δυνο τραυματισμού εργοδότημένα της πρόσωπα και πρόσωπα στην εργασία:

2.1 Παράλειψη τοποθέτησης στερεών κιγκλιδώματα στα άκρα δαπέδου του μεσοπατώματος με επαρκές ύψος, τουλάχιστον 1,10 μέτρα από το δάπεδο, που να διαθέτουν θωράκιο ή άλλο εμπόδιο στη στάθμη του δαπέδου ύψους τουλάχιστον 0,20 μέτρων, έναν χειρολισθήρα και οριζόντιο στοιχείο, ώστε η απόσταση μεταξύ θωρακίου ή άλλου εμποδίου και χειρολισθήρα ή άλλου οριζόντιου στοιχείου να μην υπερβαίνει τα 0,45 μέτρα ή να χρησιμοποιήσει άλλα ισοδύναμα μέσα για παρεμπόδιση της πτώσης προσώπων από ύψος.

Την εταιρεία «ΕΠΙΠΛΩΣΕΙΣ ΜΙΧΑΛΑΚΗΣ ΤΟΜΑΖΟΣ & ΥΙΟΣ ΛΤΔ» ως Κύριος του έργου (ιδιοκτήτης) σε πρόστιμο €2.000 για τις πιο κάτω παραβάσεις των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Ελάχιστες Προδιαγραφές για Προσωρινά ή Κινητά Εργοτάξια) Κανονισμών του 2015:

3.1 Παράλειψη διασφάλισης της εκπόνησης Σχεδίου Ασφάλειας και Υγείας πριν από την έναρξη λειτουργίας του εργοταξίου.

3.2 Παράλειψη ορισμού συντονιστή για τα θέματα ασφαλείας και υγείας κατά την εκπόνηση της μελέτης του έργου και ανάθεσης σε αυτών σχετικών καθηκόντων με γραπτή συμφωνία, πριν από την έναρξη της μελέτης του εν λόγω έργου.

Επίσης, το Δικαστήριο καταδίκασε ένα φυσικό πρόσωπο σε πρόστιμο €2.000, για παραβάσεις των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Ελάχιστες Προδιαγραφές για Προσωρινά ή Κινητά Εργοτάξια) Κανονισμών.

Ακατάλληλα προϊόντα στο Σύστημα Safety Gate

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή, ως το ενιαίο σημείο επαφής στην Κύπρο για τη λειτουργία του Συστήματος Safety Gate (το σύστημα έγκαιρης προειδοποίησης της Ευρωπαϊκής Ένωσης για μη εδωδιμα προϊόντα), πληροφορεί τους καταναλωτές ότι έχουν κοινοποιηθεί στο Σύστημα 84 προϊόντα που παρουσιάζουν κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλειά τους. Τα προϊόντα αυτά εντοπίστηκαν στις αγορές διαφόρων κρατών μελών της ΕΕ και στη συνέχεια κοινοποιήθηκαν στο Σύστημα Safety Gate για ενημέρωση των καταναλωτών.

Συστάσεις – Προειδοποιήσεις

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή καλεί

τους οικονομικούς φορείς σε περίπτωση που διαθέτουν ή έχουν διαθέσει αυτά τα προϊόντα στην αγορά, να ειδοποιήσουν άμεσα την αντίστοιχη αρμόδια Αρχή.

Περαιτέρω, καλεί τους καταναλωτές σε περίπτωση που κατέχουν τα πιο κάτω προϊόντα, όπου κρίνεται σκόπιμο, να σταματήσουν να τα χρησιμοποιούν, να τα επιστρέψουν στο κατάστημα, από το οποίο τα έχουν προμηθευτεί και να ενημερώσουν την αντίστοιχη αρμόδια Αρχή.

Επικοινωνία

Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή
22200923 22200925

ccps@meci.gov.cy

Φλαούνες με αναρή



Συστατικά	250 γρ. αναρή ξηρή, τριμμένη
#Για τη ζύμη#	1 κιλό αναρή φρέσκια αλατισμένη, θρυμματισμένη
700 γρ. αλεύρι ζαχαροπλαστικής (Self-Raising)	½ φλ. δυόσμο φρέσκο
½ κουταλάκι αλάτι	¾ φλ. αλεύρι
1 κουταλιά ζάχαρη	¾ φλ. σιμιγδάλη
½ κουταλάκι μέχλεπι	1 κουταλάκι μπέικιν πάουντερ
½ κουταλάκι μαστίχα	1 κουτάλι ζάχαρη
1 κουταλάκι μπέικιν πάουντερ	½ κουταλάκι μέχλεπι
1 φλ. ελαιόλαδο	½ κουταλάκι μαστίχα
1 φλ. χυμό πορτοκάλι	8 αυγά (+ 1 για επικάλυψη)
½ φλ. γάλα	350γρ. σταφίδες
#Γέμιση#	Σουσάμι για πασπάλισμα
500 γρ χαλλούμι, τριμμένο	

Διαδικασία

Κοπανίζετε το μέχλεπι και τη μαστίχα με 1 κουταλιά ζάχαρη. Τα προσθέτετε στο αλεύρι μαζί με το αλάτι και το μπέικιν πάουντερ. Ρυθιάζετε μέσα το ελαιόλαδο και ζυμώνετε με τον χυμό πορτοκαλιού και το γάλα. Ζυμώνετε μέχρι να έχετε μια μαλακή ζύμη. Για να φτιάξετε τη γέμιση κοπανίζετε το μέχλεπι και τη μαστίχα με 1 κουταλιά ζάχαρη.

Τα αναμιγνύετε μαζί με όλα τα υπόλοιπα υλικά σε ένα μεγάλο μπολ, εκτός από το αυγό για επικάλυψη και το σουσάμι. Ζυμώνετε καλά με τα χέρια μέχρι τα υλικά να είναι πολύ καλά αναμιγμένα. Προθερμαίνετε το φούρνο στους 175 βαθμούς. Χωρίζετε το ζυμάρι και τη γέμιση σε 12 ίσα μέρη. Για καλύτερα αποτελέσματα χρησιμοποιείστε ζυγαριά. Ανοίγετε με τον πλάστη ένα κομμάτι ζύμης σε στρογγυλό σχήμα, σαν πιατάκι του γλυκού.

Πιέζετε τη ζύμη σε ένα πιάτο με το βρεγμένο σουσάμι για να κολλήσει. Βάζετε στο κέντρο της ζύμης μια μπάλα γέμιση. Φέρνετε τις 4 πλευρές της ζύμης προς τα πάνω σχεδόν να κλείσουν. Πρέπει να φαίνεται μόνο ένα μικρό κομματάκι από τη γέμιση. Απλώνετε με ένα πινέλο ζαχαροπλαστικής παντού με κτυπημένο αυγό. Επαναλάβετε τη διαδικασία μέχρι να σας τελειώσουν τα υλικά. Ψήνετε στον προθερμασμένο φούρνο για 40-45 λεπτά.. Τσουρέκι σε φόρμα με αμύγδαλα και σοκολάτα

Τσουρέκι με αμύγδαλα και σοκολάτα

Συστατικά	3 μπαλίτσες μαστίχα
#Για τη ζύμη#	½ κουταλάκι μαχλέπι
1/3 φλ. χλιαρό γάλα	2 ½ (420 γρ) φλ. αλεύρι Χωριάτικο
2 κουταλάκια ξηρή μαγιά	½ κουταλάκι αλάτι
½ φλ. ζάχαρη κρυσταλλική	1 φακελάκι ζάχαρη βανίλιας
2 μεγάλα αυγά	125γρ. βούτυρο ανάλατο, σε θερμοκρασία δωματίου
1 κουταλιά ξύσμα πορτοκαλιού	#Για τη γέμιση#
	¼ φλ. αμύγδαλα ωμά
	60γρ. (4 κουταλιές) βούτυρο ανάλατο
	140γρ. μαύρη σοκολάτα (μην χρησιμοποιήσετε με 70 % κακάο γιατί η γέμιση θα είναι πικρή. Χρησιμοποιήστε μια με 40-50%)
	3 κουταλιές κακάο
	2 κουταλιές ζάχαρη κρυσταλλική



Διαδικασία

Ετοιμάζετε το ζυμάρι: Σε ένα μέτριο μπολ, βάζετε το χλιαρό γάλα, τη μαγιά και 1 κουταλάκι από τη ζάχαρη. Ανακατεύετε και σκεπάζετε το μπολ με πλαστική μεμβράνη. Αφήνετε το μείγμα να σταθεί για 10-15 λεπτά. Σ' αυτό το διάστημα θα αρχίσει να φουσκώνει που σημαίνει ότι η μαγιά κάνει τη δουλειά της. Αν δεν φουσκώσει τότε η μαγιά δεν είναι καλή και πρέπει να ξανακάνετε τη διαδικασία με άλλο σακουλάκι. Όταν φουσκώσει το γάλα προσθέτετε στο ίδιο μπολ τα αυγά ελαφρά κτυπημένα, και το ξύσμα από πορτοκάλι. Το μείγμα θα ξεφουσκώσει και αυτό είναι εντάξει.

Κοπανάτε τη μαστίχα σε ένα γουδί μαζί με ένα κουταλάκι από τη ζάχαρη, μέχρι να γίνουν σκόνη. Βάζετε το αλεύρι, τη μαστίχα, την υπόλοιπη ζάχαρη και το αλάτι σε ένα μπολ. Ανακατεύετε να αναμειχθούν. Κάνετε ένα βαθούλωμα στο κέντρο και περιχύνετε το μείγμα με τα αυγά και το γάλα. Προσθέτετε το βούτυρο (πρέπει να είναι μαλακό) και ανακατεύετε αρχικά με ένα κουτάλι,

μετά με τα χέρια μέχρι να έχετε μια μαλακή και λίγο βρεγμένη ζύμη. Μπορείτε πολύ εύκολα να κάνετε την όλη διαδικασία σε ένα μίξερ εξοπλισμένο με γάντζο για ζύμες.

Βάζετε το ζυμάρι σε ένα μπολ και σκεπάζετε το μπολ με πλαστική μεμβράνη. Αφήνετε τη ζύμη να ξεκουραστεί για 3 ώρες. Σε αυτό το διάστημα θα διπλασιαστεί σε όγκο. #Φτιάχνετε τη γέμιση# Καβουρδίζετε τα αμύγδαλα στο φούρνο στους 175 βαθμούς για 6-7 λεπτά μέχρι να μυρίσουν. Τα χοντροαλέθετε σ ένα μπλεντεράκι ή τα κόβετε με ένα μαχαίρι.

Μην τα κάνετε σκόνη. Βάζετε το βούτυρο να λιώσει σε χαμηλή φωτιά. Προσθέτετε τη σοκολάτα και ανακατεύετε διαρκώς μέχρι να λιώσει. Προσθέτετε το κακάο και τη ζάχαρη.

Ανακατεύετε και πάλι. Το μείγμα θα είναι παχύρευστο. Συναρμολογείτε το τσουρέκι. Προθερμαίνετε το φούρνο στους 175 βαθμούς. Βουτυρώνετε ένα ορθογώνιο ταψί 13X23 εκ. και καλύπτετε τη βάση και τα τοιχώματα του με αντικολητικό χαρτί. Αφήνετε λίγο χαρτί να εξέχει. Αυτό θα σας χρησιμεύσει όταν θα βγάλετε το τσουρέκι από το ταψί. Βάζετε τη ζύμη σε μια πολύ καλά αλευρωμένη επιφάνεια. Αλευρώνετε την επιφάνεια της ζύμης και ανοίγετε με τον πλάστη ένα λεπτό ορθογώνιο διαστάσεων περίπου 40X50 εκ. Με μια μικρή σπάτουλα απλώνετε πάνω σε όλη την επιφάνεια της ζύμης τη σοκολάτα. Πασπαλίζετε με τα αμύγδαλα.

Τυλίγετε τη ζύμη σε ρολό αρχίζοντας από τη μεγαλύτερη πλευρά. Θα έχετε ένα ρολό 50 εκ. περίπου. Μοιράζετε στη μέση το ρολό κατά μήκος. Παίρνετε τα 2 ρολά που σχηματίσατε και τα στρίβετε τα μεταξύ τους σαν μπλεξούδα. Διπλώνετε τη μπλεξούδα στη μέση και τη βάζετε στο ορθογώνιο ταψί. Σκεπάζετε με μια πετσέτα κουζίνας και αφήνετε το τσουρέκι να φουσκώσει για 45 λεπτά. Αυτό το διάστημα δεν θα διπλασιαστεί σε μέγεθος αλλά θα φουσκώσει.

Ψήνετε το τσουρέκι στον προθερμασμένο φούρνο για 40 λεπτά. Το αφήνετε να κρυώσει στο ταψί του για 30 λεπτά. Μετά το βγάξετε με τη βοήθεια του λαδόχαρτου που εξέχει. Το αφήνετε να κρυώσει εντελώς πριν να το κόψετε και να το σερβίρετε. Διατηρείται σε θερμοκρασία δωματίου, τυλιγμένο με μεμβράνη, για 4 μέρες.

Φλογέρες με κανταΐφι

Συστατικά για τη γέμιση

3 κ.σ. Χωριό Βούτυρο
3 κ.σ. αλεύρι
1 ½ ποτήρι γάλα
1 φλιτζάνι τσαγιού τριμμένο τυρί cheddar
1 φλιτζάνι τσαγιού θρυμματισμένη Φέτα
1 φλιτζάνι τσαγιού κεφαλοτύρι
1 αβγό
1 κ.γ. πιπέρι
½ κ.γ. μοσχοκάρυδο

Εκτέλεση για τη γέμιση:

1. Ζεσταίνετε τις 3 κουταλιές βούτυρο σε μια μέτρια κατσαρόλα.
2. Ρίχνετε μέσα το αλεύρι και ανακατεύετε μέχρι να σκουράνει.
3. Προσθέτετε το γάλα ανακατεύοντας γρήγορα και αποσύροντας τη κατσαρόλα από τη φωτιά μέχρι να γίνει μια απαλή μπεσαμέλ.
4. Ρίχνετε μέσα τα τριμμένα τυριά, προσθέτετε το πιπέρι και το μοσχοκάρυδο και τέλος χτυπάτε το αβγό και το προσθέτετε, ανακατεύοντας μέχρι να απορροφηθεί.
5. Αφήνετε τη γέμιση να κρυώσει, ανακατεύοντας που και που.

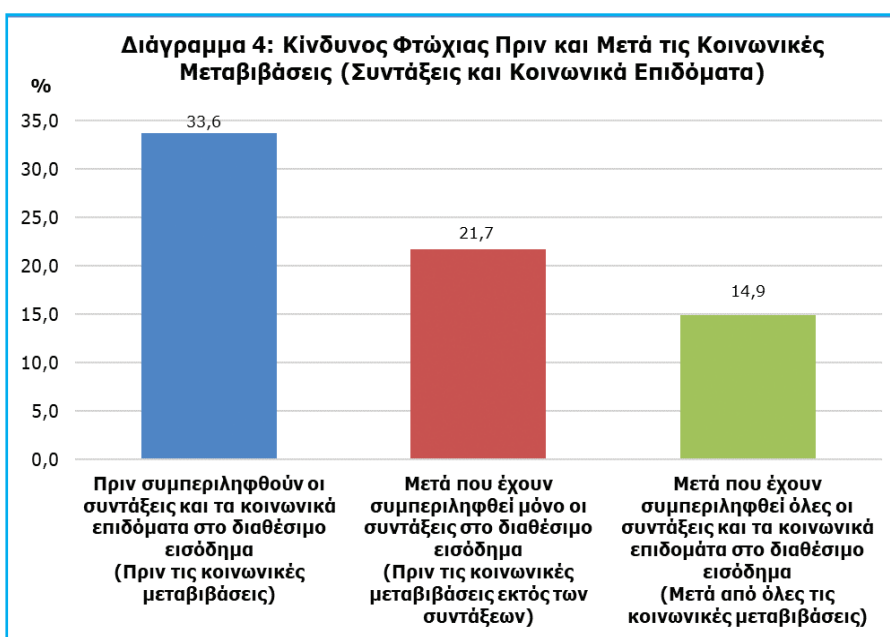
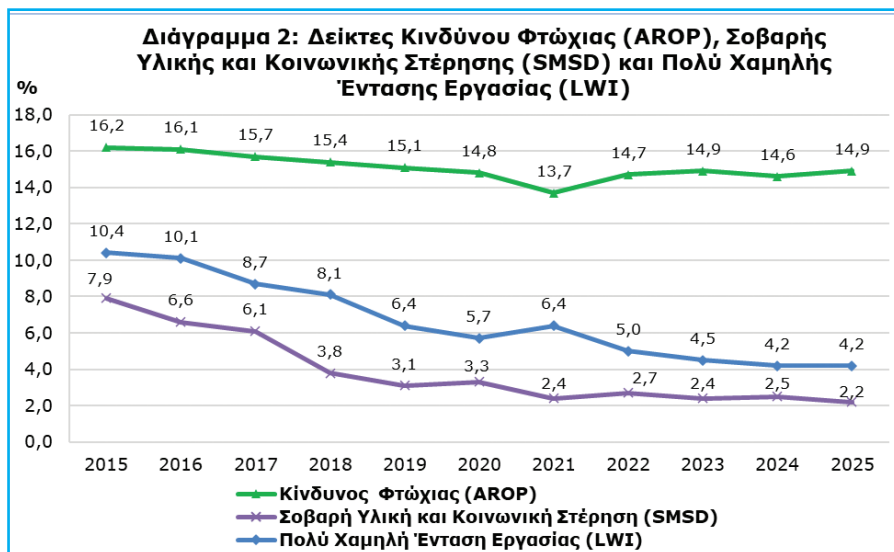
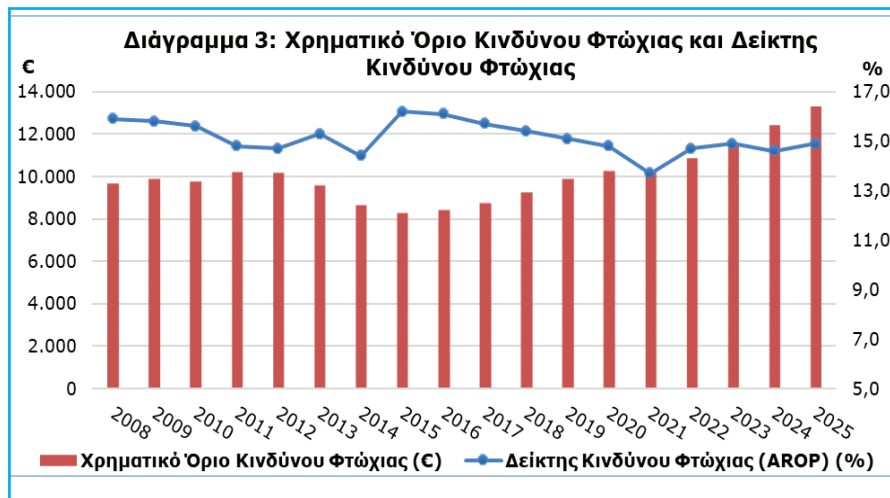
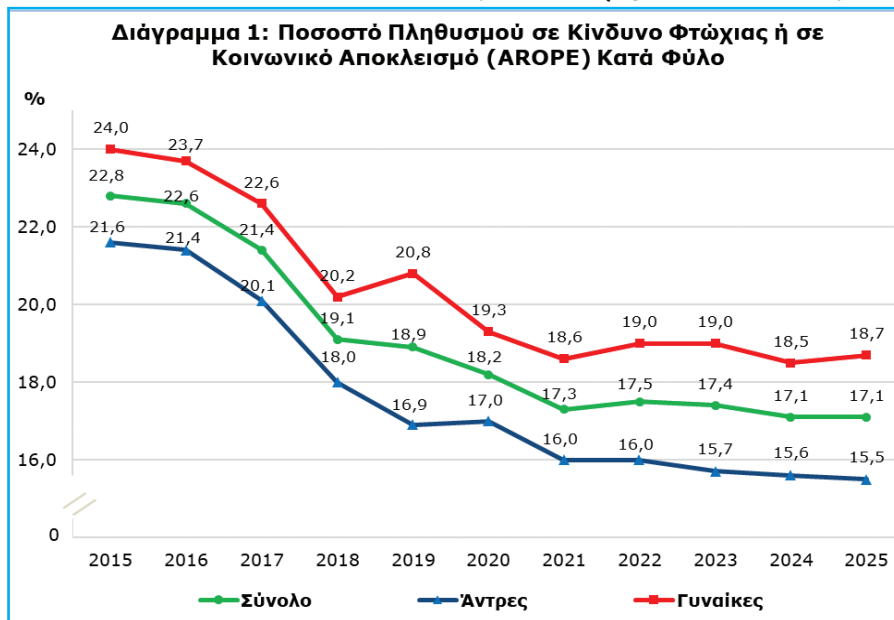
Για τα καταΐφια:

1. Ανοίγετε το πακέτο το κανταΐφι και με τα δάκτυλά σας το αραιώνετε να αφρατέψει.
2. Τραβάτε μικρές φούντες διαστάσεως περίπου 5x8εκ., τις ακουμπάτε σε μια λεία επιφάνεια, βάζετε στην άκρη τους μια κουταλιά από τη γέμιση και τυλίγετε ένα κανταΐφιακι.
3. Το βάζετε σε ένα καλά βουτυρωμένο ταψί και επαναλαμβάνετε το ίδιο, στριμώνοντας τα κανταΐφιακια μέχρι να γεμίσει το ταψί.
4. Λιώνετε το υπόλοιπο βούτυρο σε ένα κατσαρολάκι μέχρι να τσιτσίρει και με τη βοήθεια ενός κουταλιού περιχύνετε τα κανταΐφιακια.
5. Ψήνετε στον φούρνο στους 180 βαθμούς και μέχρι να πάρουν ένα χρυσό χρώμα.



Έρευνα Εισοδήματος και Συνθηκών Διαβίωσης των Νοικοκυριών

2024: 167.000 άτομα βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας ή σε κοινωνικό αποκλεισμό



Η φτώχεια και ο κοινωνικός αποκλεισμός αποτελούν διαχρονικά σημαντικές προκλήσεις για τις σύγχρονες κοινωνίες, επηρεάζοντας την κοινωνική συνοχή και την ποιότητα ζωής των πολιτών. Στο πλαίσιο αυτό, η παρακολούθηση των σχετικών δεικτών είναι καθοριστικής σημασίας για την κατανόηση της έκτασης του φαινομένου και τη διαμόρφωση αποτελεσματικών κοινωνικών πολιτικών.

Η Έρευνα Εισοδήματος και Συνθηκών Διαβίωσης των Νοικοκυριών παρέχει πολύτιμα στοιχεία για την αποτύπωση των συνθηκών διαβίωσης του πληθυσμού, με ιδιαίτερη έμφαση στον δείκτη κινδύνου φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού (AROPE), ο οποίος αποτελεί βασικό εργαλείο παρακολούθησης των στόχων της Ευρωπαϊκής Ένωσης έως το 2030. Στην παρούσα εργασία εξετάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας για το 2025, με έτος αναφοράς εισοδήματος το 2024, αναδεικνύοντας βασικές τάσεις και κοινωνικές ανισότητες.

Με βάση τα αποτελέσματα το 17,1% του πληθυσμού ή 167.000 άτομα βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας ή σε κοινωνικό αποκλεισμό. Συγκεκριμένα, 17,1% του πληθυσμού ζούσε σε νοικοκυριά με διαθέσιμο εισόδημα κάτω από το όριο της φτώχειας ή ζούσε σε νοικοκυριά με σοβαρή υλική και κοινωνική στέρηση ή ζούσε σε νοικοκυριά με πολύ χαμηλό δείκτη έντασης εργασίας.

Ο δείκτης για το 2025 παρέμεινε αμετάβλητος σε σχέση με την προηγούμενη χρονιά που ήταν επίσης 17,1%. Κατά το 2025, ο εν λόγω δείκτης για τις γυναίκες ήταν στο 18,7%, ενώ για τους άνδρες στο 15,5%, διατηρώντας τις γυναίκες σε δυσμενέστερη θέση έναντι των ανδρών.

Από το διάγραμμα 2 παρατηρείται ότι ο δείκτης κινδύνου φτώχειας αυξήθηκε ελαφρώς κατά

0,3 ποσοστιαίες μονάδες (από 14,6% το 2024 σε 14,9% το 2025), ο δείκτης για το ποσοστό του πληθυσμού που ζει σε νοικοκυριά με πολύ χαμηλή ένταση εργασίας παρέμεινε στα ίδια ακριβώς επίπεδα με το 2024, στο 4,2%, και ο δείκτης για τη σοβαρή υλική και κοινωνική στέρηση μειώθηκε κατά 0,3 ποσοστιαίες μονάδες (από 2,5% το 2024 σε 2,2% το 2025). Τα στοιχεία αυτά είχαν ως αποτέλεσμα ο δείκτης κινδύνου φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού το 2025 να παραμείνει στα ίδια επίπεδα με το 2024, στο 17,1% (περισσότερες επεξηγήσεις στις Μεθοδολογικές Πληροφορίες).

Κίνδυνος Φτώχειας (AROP)

Το ποσοστό του πληθυσμού που βρισκόταν σε κίνδυνο φτώχειας, δηλαδή το διαθέσιμο εισόδημά του βρισκόταν κάτω από το χρηματικό όριο κινδύνου φτώχειας, κατά το 2025 ανήλθε στο 14,9%, παρουσιάζοντας μικρή αύξηση σε σύγκριση με το 2024 που ήταν στο 14,6%. Το χρηματικό όριο κινδύνου φτώχειας, το οποίο ορίζεται στο 60% του διάμεσου συνολικού εισοδήματος διαθέσιμου των νοικοκυριών, υπολογίστηκε το 2025 στα €13.240 για νοικοκυριά ενός ατόμου και σε €27.803 για νοικοκυριά με δύο ενήλικες και δύο παιδιά κάτω των 14 χρονών, σημειώνοντας αύξηση 6,8% σε σχέση με το 2024, όπου τα αντίστοιχα χρηματικά όρια ήταν €12.400 και €26.039. Επιπλέον, να σημειωθεί ότι το διάμεσο ισοδύναμο διαθέσιμο εισόδημα (ανά άτομο) για το 2025 ήταν €22.067 σε σχέση με €20.667 το 2024.

Κίνδυνος Φτώχειας πριν και μετά τις Κοινωνικές Μεταβιβάσεις

Κατά το 2025, το ποσοστό του πληθυσμού που βρισκόταν σε κίνδυνο φτώχειας προτού συμπεριληφθούν στο διαθέσιμο εισόδημα των νοικοκυριών οποιαδήποτε κοινωνικά επιδόματα1

και συντάξεις² (κοινωνικές μεταβιβάσεις), ανερχόταν στο 33,6%. Όταν συμπεριλήφθηκαν οι συντάξεις στο διαθέσιμο εισόδημα των νοικοκυριών, τότε το ποσοστό αυτό μειώθηκε στο 21,7%, ενώ όταν στη συνέχεια συμπεριλήφθηκαν και τα κοινωνικά επιδόματα, το ποσοστό μειώθηκε περαιτέρω στο 14,9% (Διάγραμμα 4). Επομένως, διαπιστώνεται ότι οι κοινωνικές μεταβιβάσεις συμβάλλουν στη μείωση του ποσοστού του κινδύνου φτώχειας. Το 2025 οι κοινωνικές μεταβιβάσεις μείωσαν συνολικά τον εν λόγω δείκτη κατά 18,7 ποσοστιαίες μονάδες (11,9 ποσοστιαίες μονάδες λόγω των συντάξεων και 6,8 λόγω των κοινωνικών επιδομάτων).

1 Κοινωνικά επιδόματα: Ελάχιστο Εγγυημένο Εισόδημα, μητρότητας, τέκνου, μονογονιού, αναπηρίας, ανεργίας, φροντίδας ηλικιωμένων κ.λπ.

2 Συντάξεις: γήρατος, χηρείας, ορφάνιας, ανικανότητας κ.λπ.

Ταυτότητα Έρευνας

Η έρευνα που διενεργήθηκε το 2025, με έτος αναφοράς για το εισόδημα το 2024, κάλυψε δείγμα 4.224 νοικοκυριών σε όλες τις Επαρχίες της Κύπρου, στις αγροτικές και αστικές περιοχές. Η έρευνα διεξάγεται από το 2005 πάνω σε ετήσια βάση με εναλλασσόμενο δείγμα νοικοκυριών και αποτελείται από δύο μέρη (συνιστώσες), τη συγχρονική (cross-sectional) και τη διαχρονική (longitudinal) συνιστώσα. Η συγχρονική συνιστώσα της έρευνας αναφέρεται σε μια δεδομένη χρονική στιγμή ή περίοδο, ενώ η διαχρονική αναφέρεται στις αλλαγές που παρουσιάζονται σε ατομικό επίπεδο σε χρονικό διάστημα τριών ή τεσσάρων χρόνων.

Η συλλογή των στοιχείων έγινε με προσωπικές και τηλεφωνικές συνεντεύξεις στα νοικοκυριά με τη χρήση ηλεκτρονικών ερωτηματολογίων.

Νίκη για ΑΠΟΕΛ, αγγίζει τον τίτλο η Ομόνοια

Μεγάλη νίκη για τον ΑΠΟΕΛ, που επικράτησε με 2-1 του Άρη στο ΓΣΠ, εκμεταλλεζόμενος την ήττα της Πάφου από την Ομόνοια, με αποτέλεσμα να πλησιάσει στους τέσσερις βαθμούς την 4η θέση που υπό προϋποθέσεις θα εξασφαλίζει ευρωπαϊκό εισιτήριο. Από την άλλη, η ομάδα της Λεμεσού θα πρέπει να αρχίσει να συμβιβάζεται με την ιδέα ότι η χρονιά φέτος θα είναι αποτυχημένη, αφού η διαφορά από τις προνομιούχες θέσεις είναι αρκετά μεγάλη.

Στα του αγώνα, οι «γαλαζοκίτρινοι» μπήκαν πιο ουσιαστικά και κατάφεραν να ανοίξουν το σκορ στο 20', όταν μετά από γρήγορη αντεπίθεση ο Μαντσίνι έβγαλε τη σέντρα και ο Κούτσακος με κεφαλιά έκανε το 1-0. Ο ΑΠΟΕΛ είχε τον έλεγχο, χωρίς όμως να «καθαρίσει» το παιχνίδι.

Στην επανάληψη, ο Άρης ανέβασε την απόδοσή του και έφτασε στην ισοφάριση στο 57', όταν ο Εφαγκέ δημιούργησε τη φάση και ο Γκάουσταντ από κοντά έκανε το 1-1. Μάλιστα, λίγο αργότερα, ο Μπέλετς κράτησε όρθια την ομάδα του με εντυπωσιακές επεμβάσεις σε διπλή ευκαιρία του Άρη, για να έρθει ο Ντράζιτς ως αλλαγή να αλλάξει τα δεδομένα, κερδίζοντας το πέναλτι που αξιοποίησε ο ίδιος στο 80' για να διαμορφώσει το τελικό αποτέλεσμα.

Αγγίζει τον τίτλο η Ομόνοια

Η Ομόνοια συνέχισε ακάθεκτη την πορεία της στα πλείοφ, καταγράφοντας ακόμη μία πειστική εμφάνιση και επικρατώντας 2-0 της Πάφος FC στο ΓΣΠ, στο πλαίσιο της δεύτερης αγωνιστικής. Οι πράσινοι έδειξαν από νωρίς τις προθέσεις τους και καθάρισαν το παιχνίδι από το πρώτο ημίχρονο, χάρη στα τέρματα των... αφρικανικής καταγωγής Σεμέδο και Μαέ, οι οποίοι επιβεβαίωσαν για ακόμη μία φορά την εξαιρετική τους φόρμα.

Με αυτή τη νίκη, η Ομόνοια ανέβασε τη διαφορά στους 13 βαθμούς από την Πάφος FC, η οποία υποχώρησε στην τέταρτη θέση, και έφτασε τους 65 πόντους, παραμένοντας το αδιαμφισβήτητο φαβορί για την κατάκτηση του τίτλου.

Μοιράστηκαν από ένα βαθμό

Το ντέρμπι της Λεμεσού ανάμεσα σε Απόλλωνα και ΑΕΚ ολοκληρώθηκε ισόπαλο 1-1, αφήνοντας και τις δύο ομάδες μακριά από τη διεκδίκηση του τίτλου. Η ΑΕΚ έμεινε στο -8 και ο Απόλλωνας στο -10 από την κορυφή, με την Ομόνοια να απολαμβάνει προβάδισμα. Οι Λαρνακείς άνοιξαν το σκορ με τον Μπάγιτς, ενώ ο Μπράντον Τόμας ανέλαβε την ισοφάριση, διαμορφώνοντας το τελικό αποτέλεσμα.

Ο Απόλλων ξεκίνησε δυνατά το παιχνίδι απέναντι στην ΑΕΚ, πιέζοντας συνεχώς και δημιουργώντας



ευκαιρίες στο πρώτο ημίχρονο, αλλά η αστοχία στο τελείωμα των φάσεων κράτησε το 0-0 μέχρι την ανάπαυλα. Στο 2' ο Μάρκες είχε την πρώτη μεγάλη στιγμή, με το σουτ του να κόντραρε στον Γκαρσία και να καταλήγει κόρνερ, ενώ στο 3' ο Λιούμπιτς είδε την κεφαλιά του να χτυπάει στο πάνω μέρος του οριζόντιου δοκαριού. Οι γηπεδούχοι είχαν συνολικά 11 τελικές, 10 κόρνερ και κατοχή 60%-40%, δείχνοντας πλήρη κυριαρχία, χωρίς όμως να καταφέρουν να σκοράρουν. Η ΑΕΚ περιορίστηκε σε λίγες αντεπιθέσεις, με τον Ιβάνοβιτς να δοκιμάζει ένα σουτ στο 34' που μπλόκαρε ο Κουν.

Στο δεύτερο ημίχρονο, η ΑΕΚ βρήκε γκολ στην πρώτη της τελική. Στο 56', ο Μπάγιτς άνοιξε το σκορ μετά από εξαιρετική πάσα του Ροντέν από δεξιά, δίνοντας προβάδισμα 1-0 στους Λαρνακείς με το ένατο τέρμα του στη σεζόν. Ο Απόλλων αντέδρασε γρήγορα και ισοφάρισε δέκα λεπτά αργότερα με τον Μπράντον Τόμας, ο οποίος μπήκε στην περιοχή και με δυνατό σουτ νίκησε τον Αλομέροβιτς, φέρνοντας το παιχνίδι στα ίσα.

Κερδισμένη η Άχνα

Ο Εθνικός Άχνας πανηγύρισε μια σπουδαία και πολύτιμη νίκη με 1-0 απέναντι στην Ανόρθωση στο Δασάκι, αποτέλεσμα που τον διατηρεί «ζωντανό» στη μάχη για παραμονή στην κατηγορία. Μεγάλος πρωταγωνιστής ο Χρήστος Γιούσης, ο οποίος ενστόχησε από την άσπρη βούλα στο 52', χαρίζοντας το τρίποντο στην ομάδα του.

Η Ανόρθωση προσπάθησε να αντιδράσει, όμως δεν βρήκε καθαρές ευκαιρίες. Στο 76' ο Εθνικός



κέρδισε δεύτερο πέναλτι, ωστόσο αυτή τη φορά ο τερματοφύλακας Κάρλστρεμ απέκρουσε την εκτέλεση του Γιούση, κρατώντας το σκορ σε «εύθραυστα» επίπεδα.

Το τελικό σφύριγμα όμως βρήκε τους γηπεδούχους να πανηγυρίζουν μια νίκη-ελπίδα, που τους φέρνει πιο κοντά στις ομάδες πάνω από τη ζώνη του υποβιβασμού, ενώ η «Κυρία» έχασε σημαντική ευκαιρία να επιστρέψει στην κορυφή του δεύτερου ομίλου.

Διπλό για Ολυμπιακό

Ο Ολυμπιακός Λευκωσίας έφυγε με το «διπλό» από το Παραλίμνι, επικρατώντας με 3-1 της Ένωσης σε μια αναμέτρηση όπου έδειξε από νωρίς ότι είχε τον απόλυτο έλεγχο. Η ομάδα του Κυριάκου Πολυκάρπου, στο ντεμπούτο του στον πάγκο, παρουσίασε σαφώς βελτιωμένη εικόνα, έβγαλε ένταση στο παιχνίδι της και εκμεταλλεύτηκε στο έπακρο τις ευκαιρίες που δημιούργησε.

Τρίποντο για την ΑΕΛ

Η ΑΕΛ, έχοντας ξεκάθαρα το βλέμμα στραμμένο στον πρώτο ημιτελικό Κυπέλλου με την Πάφος FC, τη Μεγάλη Τετάρτη, παρουσιάστηκε ουσιαστική και επικράτησε με 3-0 της Ομόνοια Αραδίππου στο «Αντώνης Παπαδόπουλος», με δύο κεφαλιές του Σάβο και ένα σουτ του Σινγκ.

Παρά τη διαχείριση δυνάμεων, η ομάδα της Λεμεσού πήρε το ζητούμενο και ανέβηκε στην κορυφή του δεύτερου ομίλου, αφήνοντας τα «περιστέρια» στην 3η θέση, οκτώ βαθμούς μακριά από την επικίνδυνη ζώνη αλλά με παιχνίδι περισσότερο.

Σημαντική νίκη για την Ένωση επί του Ολυμπιακού

Ξεκάθαρο προβάδισμα για την κατάκτηση του τίτλου πήρε η ΑΕΚ καθώς μετά τη νίκη της με 1-0 επί του Ολυμπιακού στο «Γεώργιος Καραϊσκάκης», στην πρεμιέρα των Play Off του πρωταθλήματος της Super League, ξέφυγε με πέντε βαθμούς από τους «ερυθρόλευκους» αλλά και τον ΠΑΟΚ που έμεινε νωρίτερα στη «λευκή» ισοπαλία με τον Παναθηναϊκό στην Τούμπα.

Το γκολ του Αμπουμπακαρί Κοϊτά μόλις στο 5' ήταν αυτό που έκανε τη διαφορά ανάμεσα στις δυο ομάδες, σε ένα ματς που θα το θυμούνται άπαντες για το γκολ του Μαυριτανού, αλλά και τη φάση στο 8ο λεπτό των καθυστερήσεων. Ο Γιούσουφ Γιαζιτζί σκόραρε, αλλά ο εκτεθειμένος Λορέντσο Πιρόλα «στέρησε» από την ομάδα του την ισοφάριση.

Η Ένωση, έστω και με θρίλερ στο φινάλε, κατάφερε να κερδίσει – για το πρωτάθλημα – μετά από δύο χρόνια τον Ολυμπιακό και να αποκτά σημαντικό προβάδισμα τίτλου έναντι των «ερυθρολεύκων» (58) και του ΠΑΟΚ (58). Στους 63 βαθμούς η Ένωση που τη 2η αγωνιστική υποδέχεται τους «ασπρόμαυρους» στη Νέα Φιλαδέλφεια (Κυριακή 19/4, 18:00) ενώ ο Ολυμπιακός πηγαίνει στη Λεωφόρο για το ντέρμπι με τον Παναθηναϊκό (50) (19/4, 21:00)



Τιμή και δόξα στον ιερό αγώνα της Ε.Ο.Κ.Α.

Η ΣΕΚ τίμησε την 1η Απριλίου



ΠΕΣΥΣ-ΣΕΚ: Χαιρετίζει το Πασχαλινό Επίδομα Ζητεί διεύρυνση των δικαιούχων

Η Παγκύπρια Επιτροπή Συνταξιούχων της ΣΕΚ (ΠΕΣΥΣ-ΣΕΚ) χαιρετίζει την απόφαση του Υφυπουργείου Κοινωνικής Πρόνοιας για την παραχώρηση Πασχαλινού Επιδόματος σε δικαιούχους του Σχεδίου Ενίσχυσης Συνταξιούχων με Χαμηλά Εισοδήματα.

Βάσει της απόφασης, το Πασχαλινό Επίδομα χαμηλοσυνταξιούχων ανέρχεται στα €250 ανά συνταξιούχο (σε περίπτωση που υπάρχουν δύο συνταξιούχοι στο ίδιο νοικοκυριό, το ποσό ανέρχεται στα €500). Το Πασχαλινό Δώρο θα καταβληθεί σε όσους χαμηλοσυνταξιούχους το εισόδημά τους δεν υπερβαίνει τις €7.000 για μονήρες νοικοκυριό ή τις €12.000 για νοικοκυριό δύο ατόμων.

Το Πασχαλινό Δώρο για τους δικαιούχους του Σχεδίου θα είναι διαθέσιμο στους λογαριασμούς τους μέσω τραπεζικού εμβάσματος στις 16 Απριλίου 2026. Σημειώνεται ότι οι δικαιούχοι δεν χρειάζεται να υποβάλουν οποιαδήποτε επιπλέον αίτηση για να λάβουν το Πασχαλινό Δώρο, σύμφωνα με απόφαση του Υπουργικού Συμβουλίου.

Η ΠΕΣΥΣ-ΣΕΚ χαιρετίζει την απόφαση, αν και εκτιμά ότι θα μπορούσε να περιλαμβάνει όλους τους χαμηλοσυνταξιούχους δικαιούχους. Αναμένει, ωστόσο, ότι αυτή θα τύχει επαναξιολόγησης με στόχο την περαιτέρω βελτίωσή της, καθώς τέτοιες αποφάσεις που στηρίζουν τους χαμηλά αμειβόμενους συμπολίτες μας κινούνται πάντοτε προς τη σωστή κατεύθυνση.

Ο αριθμός των χαμηλοσυνταξιούχων που επωφελήθηκαν από το Πασχαλινό Επίδομα τα τελευταία χρόνια παρουσιάζει συνεχή μείωση: το 2022 οι δικαιούχοι ανήλθαν σε 18.882, το 2023 σε 16.200, το 2024 σε 13.500, ενώ το 2025 περιορίστηκαν περίπου στις 11.000. Δηλαδή, ο αριθμός των δικαιούχων μειώθηκε κατά 2.500 σε σύγκριση με το 2024, κατά 5.200 σε σχέση με το 2023 και κατά 7.882 σε σχέση με το 2022. Η τάση αυτή καταδεικνύει ξεκάθαρα ότι η μείωση συνεχίζεται όσο δεν αναθεωρούνται τα εισοδηματικά κριτήρια.

Η οργάνωση παρακολουθεί από κοντά τα θέματα των συνταξιοδοτικών ωφελημάτων και είναι έτοιμη να καταθέσει νέες προτάσεις στο πλαίσιο των διαβουλεύσεων που θα πραγματοποιηθούν στο Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα για τον εκσυγχρονισμό του συνταξιοδοτικού συστήματος.



ΔΩΡΕΑΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΑΔ

Ενημερωθείτε στο www.anad.org.cy

ΕΠΕΝΔΥΟΥΜΕ ΤΩΡΑ, ΣΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΑΥΡΙΟ!

Με αισθήματα συγκίνησης και εθνικής υπερηφάνειας, η ΣΕΚ τίμησε, όπως κάθε χρόνο, την Εθνική Επέτειο της 1ης Απριλίου.

Το πρωί πραγματοποιήθηκε κατάθεση στεφάνου στο Μνημείο Εθνικών, Εργατικών και Κοινωνικών Αγώνων της ΣΕΚ, ενώ στη συνέχεια ακολούθησαν καταθέσεις στεφάνων στους ανδριάντες των ηρώων Κυριάκου Μάτση, Μιχαλάκη Καραολή, Μάρκου Δράκου, Ηλία Παπακυριακού, Στυλιανού Λένα και Τάσσου Μάρκου.

Ακολούθησε τρισάγιο στα Φυλακισμένα Μνήματα, όπου ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ κατέθεσε στεφάνι.

Στη Λεμεσό, στεφάνι κατέθεσε ο Επαρχιακός Γραμματέας Γιώργος Οδυσσέως, στον Ιερό Ναό Αγίου Νικολάου, στο μνημείο του στρατηγού Γεώργιου Γρίβα Διγενή.

Οι εκδηλώσεις κορυφώθηκαν το απόγευμα με τη συμμετοχή της ΣΕΚ στον επετειακό εορτασμό στο Στάδιο «Ελευθερία», με τίτλο «Η ΕΟΚΑ που μας ενώνει».