

**ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ**

«Η ποιότητα εργασίας στην εποχή της ανάπτυξης»



σελ.3

**ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ**

Φόρος τιμής στον αγωνιστή της ΕΟΚΑ Μιχάλη Ολύμπιο



σελ.8,9,16

**ΡΕΠΟΡΤΑΖ**

Η Ο.Υ.Υ.Κ. - Σ.Ε.Κ. τιμά τη Διεθνή Ημέρα Νοσηλευτών



σελ.14

## Δεν υπάρχει κοινωνική δικαιοσύνη χωρίς ποιότητα στην απασχόληση

Παρά τους υψηλούς ρυθμούς Ανάπτυξης, την άνοδο των μέσων μηνιαίων μισθών και την αύξηση της απασχόλησης, μεγάλο μέρος των εργαζομένων βιώνει καθημερινά την εργασιακή ανασφάλεια, τον κίνδυνο φτώχειας και εργασιακού άγχους, ενώ αρκετοί νέοι μας παρά το γεγονός ότι διατηρούν ένα πολύ υψηλό επίπεδο μόρφωσης βρίσκονται δυστυχώς σε θέσεις εργασίας υποδιαίστερες των δεξιοτήτων τους με τις απολαβές τους να είναι χαμηλές.

Τα πιο πάνω ασφαλώς δεν μπορούν να θεωρούνται κοινωνική δικαιοσύνη. Γιατί κοινωνική δικαιοσύνη προϋποθέτει εργασιακή δικαιοσύνη. Αυτό πρέπει να αντιληφθεί το κράτος και η κυβέρνηση η οποία θα πρέπει να εφαρμόσει πολιτικές οι οποίες θα περιορίσουν τις στρεβλώσεις στην αγορά εργασίας και θα ενισχύσουν την κοινωνική δικαιοσύνη.

Εργαλεία πολιτικής όπως είναι ο δίκαιος καθορισμός του κατώτατου μισθού στη βάση του 60% του διάμεσου, η εφαρμογή της οδηγίας που αφορά την επάρκεια των μισθών σε συνάρτηση με την επέκταση των συλλογικών συμβάσεων η οποία εδώ και δυο περίπου χρόνια βρίσκεται στο «περίμενε», η διασύνδεση του κατώτατου μισθού με την ωριαία απόδοση (μια πολύ δίκαιη και λογική απαίτηση του συνδικαλιστικού κινήματος), η πλήρης εφαρμογή του Εργάνη 2 η οποία καθυστερεί και τους μόνους τους οποίους εξυπηρετεί αυτή η καθυστέρηση είναι τους εργοδότες, η επανεξέταση της στρατηγικής απασχόλησης για εργαζομένους από Τρίτες Χώρες ώστε



να παύσει η περαιτέρω απορρύθμιση της αγοράς εργασίας και να πάνσουν οι εργαζόμενοι αυτοί να είναι θύματα εργασιακής εκμετάλλευσης, είναι μερικά από τα πιο σοβαρά ανοικτά εργασιακά ζητήματα των οποίων η μη επίλυση εκτρέφει την εργασιακή και κατ' επέκταση την κοινωνική αδικία. Ένα κράτος που θέλει να λέγεται κοινωνικά δίκαιο θα έπρεπε τις πιο πάνω πολιτικές να τις είχε ήδη εφαρμόσει. Αντ' αυτού παρατηρείται μια κωλυσιεργία την οποία η ΣΕΚ αρκετές φορές έχει αναδείξει έντονα. Η έλλειψη δικαιοσύνης στην αγορά εργασίας εκτρέφει την εργασιακή αδικία, την απογοήτευση, την καχυποψία και την αντίδραση των εργαζομένων.

Άλλωστε, όπως ανέφερε ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, στις 8 Μαΐου 2026 κατά τη διάρκεια της Ημερίδας για την Κοινωνική Δικαιοσύνη που πραγματοποιήθηκε στη Λευκωσία, η ποιότητα

και η αξιοπρέπεια στην απασχόληση είναι πολύ σημαντικοί παράγοντες και το κράτος θα πρέπει να δώσει έμφαση σε πολιτικές που προάγουν και ενισχύουν την κοινωνική οικονομία της αγοράς.

Η ΣΕΚ τονίζει πως μόνο μέσα από πολιτικές και ρυθμίσεις οι οποίες ενισχύουν το βιοτικό επίπεδο των εργαζομένων, προωθούν την έμφυλη ισότητα, αντιμετωπίζουν συνολικά το ζήτημα της διάβρωσης της αγοραστικής δύναμης των μισθών και δίνουν λύσεις στη φτώχεια εργαζομένων και συνταξιούχων, είναι εφικτή η ενίσχυση και εδραίωση της κοινωνικής δικαιοσύνης. Σε διαφορετική περίπτωση η περαιτέρω απορρύθμιση της αγοράς εργασίας θα εντείνει ακόμα περισσότερο τις πιέσεις προς τους εργαζόμενους για εκχώρηση εργασιακών δικαιωμάτων, μια εξέλιξη που ασφαλώς το συνδικαλιστικό κίνημα δεν πρόκειται να κάνει ποτέ αποδεκτή.

## Το στοίχημα για την ανταγωνιστικότητα περνάει μέσα από επενδύσεις σε εργαζομένους

Εδώ και αρκετά χρόνια το συνδικαλιστικό κίνημα θέτει στο επίκεντρο των προτεραιοτήτων του την εφαρμογή πολιτικών οι οποίες θα αναβαθμίσουν την κυπριακή οικονομία και θα δημιουργήσουν τις προϋποθέσεις ενίσχυσης των ποιοτικών θέσεων απασχόλησης. Σε αυτό το πλαίσιο προτεραιοτήτων περιλαμβάνεται η αναβάθμιση της παραγωγικότητας και της ανταγωνιστικότητας αλλά και η επάρκεια συντάξεων και απολαβών. Σε ότι αφορά την αναβάθμιση της παραγωγικότητας και κατ' επέκταση και της ανταγωνιστικότητας της κυπριακής οικονομίας, η ΣΕΚ για χρόνια τονίζει την ανάγκη τεχνολογικών επενδύσεων από τις επιχειρήσεις σε συνάρτηση με την αναβάθμιση των δεξιοτήτων των εργαζομένων με ιδιαίτερη έμφαση στη ψηφιοποίηση. Σημεία και πολιτικές τις οποίες αναδεικνύει και το ίδιο το Διεθνές Νομι-

σματικό Ταμείο (ΔΝΤ) στην τελευταία έκθεση αξιολόγησης του για την οικονομία. Ασφαλώς και δεν περιμέναμε το ΔΝΤ να μας τα υποδείξει αφού τα προηγούμενα χρόνια οι νεοφιλελεύθερες πολιτικές που εφαρμόστηκαν στη χώρα μας μέσω των μέτρων λιτότητας, περικοπών μισθών και ωφελημάτων των εργαζομένων και συρρίκνωσης του κράτους πρόνοιας, δεν έφεραν την αναβάθμιση της ανταγωνιστικότητας της κυπριακής οικονομίας αλλά την περαιτέρω διολίσθηση της. Δεν είναι τυχαία άλλωστε η επιβεβλημένη επιλογή της Ευρωπαϊκής Ένωσης για προώθηση πιο κοινωνικά στοχευμένων πολιτικών για στήριξη των εργαζομένων.

Το κράτος και οι επιχειρήσεις θα πρέπει να αντιληφθούν πως δεν είναι μέσω μειώσεων στο εργατικό κόστος και στο βιοτικό επίπεδο των εργαζομένων που θα ενισχυθεί η

ανταγωνιστικότητα και η παραγωγικότητα της οικονομίας. Οι πολιτικές θα πρέπει να βασίζονται σε αύξηση των δημόσιων επενδύσεων και σε εφαρμογή ρυθμίσεων και κινήτρων για επέκταση των συλλογικών συμβάσεων κάτι που θα βοηθήσει τόσο τις σωστές επιχειρήσεις όσο και τους εργαζομένους.

Την ίδια ώρα το κράτος θα πρέπει να επενδύσει στην ψηφιακή αναβάθμιση των υπηρεσιών του, στην απεξάρτηση του από το πετρέλαιο και στην ενεργειακή του ασφάλεια. Χρειάζονται επομένως συντονισμένες πολιτικές για να επιτευχθούν οι πιο πάνω στόχοι. Μεγάλη πρόκληση για την Κύπρο θα αποτελέσει η ανάγκη διατήρησης της κοινωνικής συνοχής με τρόπο που να αποκαθίστανται οι ανισοροπίες στην αγορά εργασίας οι οποίες σημειώθηκαν τα τελευταία χρόνια εις βάρος των εργαζομένων.

**Ε**χουμε δρόμο να διανύσουμε στη μεταρρύθμιση των συντάξεων

**Π**ατί απλά χρειάζονται λύσεις ολιστικές και όχι αποσπασματικές

**Ρ**ύπανση και κλιματική αλλαγή έχουν κόστος και στην αγορά εργασίας

**Ο**ι επιχειρήσεις στην Κύπρο να επενδύσουν στην πράσινη μετάβαση

**Γ**ια μας η Ευρώπη θα έπρεπε να επικεντρώνεται πιο πολύ σε αρχές

**Ο**ι αντιφάσεις κάποιες φορές στις πολιτικές της, δεν μας βρίσκουν σύμφωνους

**Α**κρίβεια παντού, αλλά πιο πολύ στη στέγαση

**Τ**ο κράτος άργησε στη χάραξη στρατηγικής, όπως και η Ευρώπη

**Τ**ιμή και δόξα στους ήρωες Καραολή και Δημητρίου

**Τ**ους πρώτους νεκρούς της αγχόνης θα θυμόμαστε πάντα

**Ι**διαίτερη συγκίνηση στη γιορτή της μάνας στο Παλαιχώρι

**Τ**ιμούμε την εργαζόμενη μάνα που τόσα έχει προσφέρει στον τόπο

**Κ**ατώτατος μισθός στη βάση του 60% του διάμεσου μισθού

**Κ**αι διασύνδεση του με τις ώρες απασχόλησης

**Η** ανταγωνιστικότητα δεν κερδίζεται με μείωση του εργατικού κόστους

**Α**λλά με επενδύσεις στους εργαζόμενους και τις δεξιότητες τους

**Φ**ωτιά η βενζίνη με τις τιμές να παρουσιάζουν αποκλίσεις

**Π**άλι καλά που δεν επιβλήθηκε και ο φόρος άνθρακα

**Ω**ραίες οι παρουσιάσεις, χρειάζεται όμως αποφασιστικότητα για εφαρμογή πολιτικών

**Τ**ην εφαρμογή της οδηγίας για την επάρκεια των μισθών την αναμένουμε ακόμα

**Ν**α προστατευθούν πρώτα οι φτωχοί εργαζόμενοι

**Α**υτό περιλαμβάνει και ενίσχυση του κατώτατου μισθού

**Η** δράση για ποιοτικές θέσεις εργασίας να γίνει η προμετωπίδα της Ε.Ε

**Κ**αι όχι το «28th Regime EU Int» παραπέμποντας στο φάντασμα της Οδηγίας Μπόλκεσταϊν

# Πορεία αποκλίνουσα μεταξύ των ενοικίων και των μισθών

Του Γιώργου Πυρίση\*



Αναμφίβολα, η κυπριακή οικονομία τα τελευταία χρόνια παρουσιάζει σημαντική ανθεκτικότητα και παρά τις διαδοχικές κρίσεις φαίνεται πως νευραλγικοί τομείς όπως είναι αυτοί της τεχνολογίας και πληροφορικής, ο τουρισμός, το εμπόριο και οι κατασκευές, συνέχισαν και το 2025 την ανοδική τους πορεία. Ωστόσο, η κρίση της Μέσης Ανατολής αναμένεται με βάση τις εκτιμήσεις να επαναφέρει το φάντασμα του πληθωρισμού. Ήδη, ο πληθωρισμός τους πρώτους μήνες του 2026 έχει εδραιωθεί και κινείται μέχρι στιγμής ανοδικά.

Την ίδια ώρα όμως δεν είναι υπερβολή να τονίσουμε πως ως κράτος τρέχουμε πάντα πίσω από τις εξελίξεις και αυτό έχει και το ανάλογο κόστος πρωτίστως για τους ίδιους τους εργαζόμενους. Ενδεικτικό παράδειγμα είναι η εκτόξευση τα τελευταία χρόνια των τιμών στα ενοίκια στην Κύπρο η οποία εκτόξευση των ενοικίων κινείται με ξέφρενη πορεία. Με βάση τα στοιχεία της Ευρωπαϊκής Στατιστικής

πολιτική με όραμα ώστε να αντιμετωπιστούν οι ελλείψεις που παρατηρούνται τα τελευταία χρόνια σε ότι αφορά τη μειωμένη προσφορά σε συνάρτηση με την αυξημένη ζήτηση. Δεδομένου του γεγονότος ότι το μεγαλύτερο ποσοστό δαπανών των οικογενειακών προϋπολογισμών στην Κύπρο πηγαίνει στην κατηγορία για δαπάνες σε στέγαση και ηλεκτρισμό, η αγοραστική δύναμη των εργαζομένων και καταναλωτών όπως είναι φυσικό έχει διαβρωθεί τα τελευταία χρόνια.

Οι πολίτες και ιδιαίτερα τα νεαρά ζευγάρια δυσκολεύονται στο να λάβουν δανειακή χρηματοδότηση από τα πιστωτικά ιδρύματα γιατί απλά πολλές φορές δεν έχουν το απαιτούμενο αρχικό κεφάλαιο. Η πρόσφατη φορολογική μεταρρύθμιση σε ότι αφορά και την πτυχή της εισαγωγής φορολογικών εκπτώσεων για εξυπηρετούμενο στεγαστικό δάνειο πρώτης κατοικίας (πάγιο και διαχρονικό αίτημα της ΣΕΚ) ήταν αναμφίβολα πολύ ορθή όπως ορθή ήταν και η συμπερίληψη της φορολογικής έκπτωσης για ενοίκιο.

Επιπλέον, οι πολιτικές που ακολουθεί ο Κυπριακός Οργανισμός Ανάπτυξης Γης (ΚΟΑΓ) με την ανέγερση προσιτών κατοικιών είναι καλοδεχούμενες. Σε αυτό το πλαίσιο όμως σημαντικό ρόλο έχει να

Έτος	Ετήσια άνοδος Μέσης τιμής ενοικίου, ενός υπνοδωματίου	Ετήσια άνοδος Μέσης τιμής ενοικίου, δυο υπνοδωματίων	Ετήσια άνοδος Μέσης τιμής ενοικίου, τριών υπνοδωματίων	Ετήσια άνοδος Πραγματικών Μισθών
2022	8.77%	11.42%	16.6%	-1.2%
2023	1.6%	10.25%	9.52%	3.7%
2024	7.93%	7%	8.7%	3.2%
2025	10.3%	-1%	-4%	4.8%
<b>Συνολική αύξηση</b>	<b>28.6%</b>	<b>27.67%</b>	<b>30.82%</b>	<b>10.5%</b>

Πηγή Στοιχείων: Eurostat και Στατιστική Υπηρεσία Κύπρου, ανάλυση Τμήμα Οικονομικών Μελετών ΣΕΚ

Υπηρεσίας (Eurostat) η μέση αύξηση των ενοικίων στη Λευκωσία για διαμερίσματα ενός, δυο και τριών υπνοδωματίων μεταξύ 2022 και 2025 ήταν της τάξης του 29%. Ταυτόχρονα, η πορεία των πραγματικών μισθών στη βάση των στοιχείων της Στατιστικής Υπηρεσίας Κύπρου για την υπό αναφορά χρονική περίοδο αυξήθηκε κατά 10.5%. Ουσιαστικά, η άνοδος των ενοικίων ήταν τριπλάσια από την άνοδο των πραγματικών μισθών.

Ασφαλώς, η στεγαστική κρίση δεν είναι μόνο κυπριακό φαινόμενο αλλά απασχολεί αρκετές χώρες και αυτό το αναγνωρίζει (έστω και με καθυστέρηση) η ίδια η Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Επομένως, οι λύσεις που θα πρέπει να δοθούν είναι ανάγκη όπως είναι συνολικές. Επιβάλλεται, το κράτος να χαράξει μια συνεκτική στεγαστική

διαδραματίσει και ο Οργανισμός Χρηματοδότησεως Στέγης (ΟΧΣ). Η δημιουργία ενός Ενιαίου Φορέα Στέγασης με την συμπερίληψη τόσο του ΚΟΑΓ όσο και του ΟΧΣ όπως ήταν η προεκλογική δέσμευση του Προέδρου της Δημοκρατίας θα έπρεπε να είχε ήδη προχωρήσει. Σίγουρα, σημαντικό βαρίδι για τον ΟΧΣ αποτελούν τα Μη Εξυπηρετούμενα Δάνεια, ωστόσο η συνέχιση των αναδιρθρώσεων σε συνδυασμό με μόνιμες και βιώσιμες λύσεις, είναι παράγοντες οι οποίοι θα προσφέρουν και την ανάλογη ευελιξία στον Οργανισμό στα να προβεί σε μεγαλύτερη και πιο προσιτή δανειοδότηση νεαρών ζευγαριών.

\*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](mailto:ergatikifoni@sek.org.cy)

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



## ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2026

Τετάρτη 13 Μαΐου	Πέμπτη 14 Μαΐου	Παρασκευή 15 Μαΐου	Σάββατο 16 Μαΐου	Κυριακή 17 Μαΐου	Δευτέρα 18 Μαΐου	Τρίτη 19 Μαΐου
Αγίας Γλυκερίας μάρτυρος, Οσίου Σεργίου του ομολογητού	Αγίων Αριστοτέλους και Λεάνδρου των μαρτύρων, Αγίου Θεράποντος επισκόπου Κύπρου, Αγίου Ισίδωρου μάρτυρος εν Χίω	Οσίου Αχιλλίου, Οσίου Παχωμίου του Μεγάλου, Οσίας Καλής	Ιερομαρτύρων Αύδα και Αυδησού και των συν αυτοίς, Αλεξάνδρου πατριάρχου Ιεροσολύμων	Αγίων Ανδρονίκου και Ιουνίας των Αποστόλων, Αγίου Σολόχωνος του μάρτυρος	Αγίων Ιουλίας Φαιηνής και Γαλατείας	Αγίου Πατρικίου Ιερομάρτυρος, Αγίου Θεογνώστου και Θεοκτίστου οσιομαρτύρων, Αγίου Μενάνδρου

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

# «Η ποιότητα εργασίας στην εποχή της ανάπτυξης»

Του Πανίκου Αργυρίδη  
Αναπληρωτή Γενικού Γραμματέα ΣΕΚ

Η κυπριακή οικονομία τα τελευταία χρόνια παρουσιάζει θετικούς ρυθμούς ανάπτυξης, με αύξηση της απασχόλησης, ενίσχυση του τουρισμού, επέκταση των υπηρεσιών και νέες επενδύσεις. Πίσω όμως από τους οικονομικούς δείκτες αναδύεται ένα κρίσιμο ερώτημα: μεταφράζεται αυτή η ανάπτυξη σε καλύτερη ποιότητα εργασίας για τους εργαζόμενους; Η συζήτηση για την εργασία σήμερα δεν μπορεί να περιορίζεται μόνο στον αριθμό των θέσεων εργασίας. Η πραγματική πρόοδος μιας οικονομίας κρίνεται από την ποιότητα αυτών των θέσεων. Από τους μισθούς, την ασφάλεια, την ισορροπία προσωπικής και επαγγελματικής ζωής, την ψυχική υγεία, τη σταθερότητα και τον σεβασμό της ανθρωπίνης αξιοπρέπειας.

Σύμφωνα με το πλαίσιο αξιολόγησης της ποιότητας εργασίας του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Eurofound, στο οποίο η ΣΕΚ συμμετέχει ενεργά στο Διοικητικό του Συμβούλιο, η ποιότητα της εργασίας συνδέεται με επτά βασικές διαστάσεις.

Τις απολαβές, τις προοπτικές εξέλιξης, τις δεξιότητες και την αυτονομία, τον χρόνο εργασίας, την ένταση εργασίας, το κοινωνικό περιβάλλον και τις φυσικές συνθήκες εργασίας.

Η πραγματικότητα δείχνει ότι σε πολλές περιπτώσεις η ανάπτυξη συνοδεύεται από εντατικοποίηση της εργασίας, αυξημένο άγχος και μεγαλύτερη εργασιακή ανασφάλεια. Οι εργαζόμενοι καλούνται να είναι συνεχώς διαθέσιμοι, να προσαρμόζονται σε νέες τεχνολογίες και να ανταποκρίνονται σε αυξημένες απαιτήσεις παραγωγικότητας, συχνά χωρίς αντίστοιχη βελτίωση των αποδοχών ή των συνθηκών εργασίας.

Ιδιαίτερα ανησυχητικά είναι τα στοιχεία που δείχνουν αύξηση της επαγγελματικής εξουθένωσης. Πρόσφατα δεδομένα της Ευρωπαϊκής Έρευνας Συνθηκών Εργασίας του Eurofound, καταγράφουν την Κύπρο ανάμεσα στις χώρες με πολύ υψηλά ποσοστά σωματικής και συναισθηματικής εξάντλησης εργαζομένων, (περίπου 56% των εργαζομένων δηλώνουν ότι βιώνουν έντονο εργασιακό στρες, ενώ σχεδόν 44% αναφέρουν συχνή σωματική εξάντληση λόγω εργασίας). Η εξέλιξη αυτή δεν αποτελεί μόνο κοινωνικό πρόβλημα, αποτελεί και οικονομικό κίνδυνο, αφού επηρεάζει την παραγωγικότητα, την υγεία και τη βιωσιμότητα της ίδιας της αγοράς εργασίας.

Ταυτόχρονα, η αύξηση του κόστους ζωής δημιουργεί νέα δεδομένα. Ακόμη και εργαζόμενοι με πλήρη απασχόληση δυσκολεύονται να εξασφαλίσουν αξιοπρεπές επίπεδο διαβίωσης, ιδιαίτερα οι νέοι άνθρωποι που προσπαθούν να αποκτήσουν οικονομική ανεξαρτησία. Παρά το γεγονός ότι ο πληθωρισμός στην Κύπρο κινήθηκε χαμηλότερα από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο το 2025-2026, (περίπου

στο 0,9%-1,1%), αλλά ακόμη και με χαμηλότερο πληθωρισμό, οι πιέσεις στο κόστος στέγασης, ενέργειας και καθημερινής διαβίωσης συνεχίζουν να επηρεάζουν σημαντικά τους εργαζόμενους. Ευρωπαϊκά δεδομένα δείχνουν ότι ολοένα περισσότεροι νέοι εργαζόμενοι παραμένουν στο πατρικό τους σπίτι λόγω χαμηλών εισοδημάτων και υψηλού κόστους στέγασης.

Παράλληλα, η ψηφιοποίηση και η τεχνητή νοημοσύνη μετασχηματίζουν την εργασία. Δημιουργούν νέες ευκαιρίες, αλλά και νέες μορφές πίεσης και ελέγχου. Η συνεχής συνδεσιμότητα, η τηλεργασία χωρίς σαφή όρια και η εργασία εκτός ωραρίου επηρεάζουν την

επισημαίνει ότι καλύτερες συνθήκες εργασίας συνδέονται άμεσα με υψηλότερη ικανοποίηση, μεγαλύτερη δέσμευση και καλύτερη παραγωγικότητα.

Η πρόκληση λοιπόν για την Κύπρο, δεν είναι μόνο να δημιουργεί νέες θέσεις εργασίας, αλλά να δημιουργεί ποιοτικότερες θέσεις εργασίας. Θέσεις που να προσφέρουν αξιοπρεπείς απολαβές, σταθερότητα, προοπτική και σεβασμό στον εργαζόμενο άνθρωπο.

Η ανάπτυξη αποκτά πραγματικό νόημα μόνο όταν μετατρέπεται σε κοινωνική πρόοδο και βελτίωση της ζωής των ανθρώπων.

Και για να το πετύχουμε αυτό, ως ΣΕΚ προτείνουμε συγκεκριμένες δράσεις και πρωτο-

**Η συνεχής συνδεσιμότητα, η τηλεργασία χωρίς σαφή όρια και η εργασία εκτός ωραρίου επηρεάζουν την προσωπική ζωή και την ψυχική υγεία των εργαζομένων.**

προσωπική ζωή και την ψυχική υγεία των εργαζομένων. Το ίδιο το Eurofound επισημαίνει ότι η επικοινωνία εκτός ωραρίου έχει αρνητικές συνέπειες στην ισορροπία ζωής και εργασίας.

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, ο ρόλος των συνδικάτων και του κοινωνικού διαλόγου γίνεται πιο σημαντικός από ποτέ. Η ανάπτυξη δεν μπορεί να βασίζεται μόνο στην ευελιξία και στη μείωση του εργασιακού κόστους. Χρειάζεται ένα νέο κοινωνικό συμβόλαιο που να τοποθετεί στο επίκεντρο τον άνθρωπο και την αξιοπρεπή εργασία.

Η ποιότητα εργασίας δεν αποτελεί πολυτέλεια, ούτε εμπόδιο στην ανταγωνιστικότητα. Αντίθετα, οι οικονομίες που επενδύουν σε ποιοτικές θέσεις εργασίας, σε κατάρτιση, σε ασφάλεια και σε συμμετοχή των εργαζομένων, παρουσιάζουν μεγαλύτερη ανθεκτικότητα και βιώσιμη ανάπτυξη. Το Eurofound

βουλίες οι οποίες θα πρέπει να αναληφθούν, μέσα σε ένα πλαίσιο πολιτικών θέσεων για ποιοτική εργασία και κοινωνικά δίκαιη ανάπτυξη, το οποίο θα περιλαμβάνει πιο αξιοπρεπείς μισθούς και επαρκές εισόδημα μέσα από την ενίσχυση και επέκταση των συλλογικών συμβάσεων, ουσιαστική αναθεώρηση του κατώτατου μισθού με βάση το κόστος ζωής, πολιτικών πρόληψης burnout και ψυχοκοινωνικών κινδύνων, ρύθμιση της ψηφιακής και υβριδικής εργασίας και επένδυση στις δεξιότητες και στη δια βίου μάθηση.

Παράλληλα απαιτείται ενίσχυση του κοινωνικού διαλόγου, ο οποίος αποτελεί βασικό πυλώνα δημοκρατίας και σταθερότητας, με στόχο την ανάπτυξη με κοινωνικό θετικό πρόσημο, το οποίο θα επιβεβαιώνει τη μείωση των κοινωνικών ανισοτήτων, θέτοντας τον άνθρωπο πάνω από τους αριθμούς.



**Η πραγματικότητα δείχνει ότι σε πολλές περιπτώσεις η ανάπτυξη συνοδεύεται από εντατικοποίηση της εργασίας, αυξημένο άγχος και μεγαλύτερη εργασιακή ανασφάλεια.**

## Ανανέωση της Συλλογικής Σύμβασης Ναυτιλιακών Υπαλλήλων

Ανανεώθηκε την Παρασκευή 8 Μαΐου 2026 η συλλογική σύμβαση των ναυτιλιακών υπαλλήλων του Συνδέσμου Ναυτικών Πρακτόρων, η οποία καλύπτει τα έτη 2026-2027.

Η ανανέωση της σύμβασης επιβεβαιώνει τη σημασία του κοινωνικού διαλόγου και της συνεργασίας μεταξύ των δύο πλευρών, διασφαλίζοντας τη συνέχιση της εργασιακής σταθερότητας και των δικαιωμάτων των εργαζομένων στον ναυτιλιακό τομέα.

Εκ μέρους της ΣΕΚ, τη σύμβαση υπέγραψε ο Επαρχιακός Γραμματέας ΣΕΚ Λεμεσού, Γιώργος Οδυσσέως, ενώ εκ μέρους του Συνδέσμου Ναυτικών Πρακτόρων υπέγραψε ο Γενικός Διευθυντής Δημήτρης Κουζαπάς.



### Προκήρυξη προσφορών για την ενοικίαση του καφεστιατορίου στις εξοχικές κατοικίες της ΣΕΚ στον Αμιάντο

Οργανισμός Βελτίωσης Ποιότητας Ζωής Μελών (ΟΒΠΖΜ) - ΣΕΚ, δέχεται προσφορές για την ενοικίαση του καφεστιατορίου που διαθέτει στις εξοχικές κατοικίες της:

► Στον Αμιάντο

Οι προσφορές θα πρέπει να αναφέρουν ότι ο ενδιαφερόμενος αποδέχεται τους πιο κάτω όρους και το ύψος του ενοικίου που προτείνει να καταβάλλει προς την ΣΕΚ, για την ενοικίαση του Καφεστιατορίου.

Οι όροι ενοικίασης είναι:

1. Ενοίκιο. Το ενοίκιο θα καταβάλλεται σύμφωνα με τις πρόνοιες του συμβολαίου προς την ΣΕΚ και το ύψος θα είναι αυτό που θα κατοχυρωθεί με τις προσφορές. Επιπρόσθετα, θα καταγράφεται ο μετρητής ηλεκτρικού ρεύματος και νερού κατά την έναρξη της ενοικίασης και κατά τη λήξη, θα πληρώνεται το ανάλογο ποσό που αντιστοιχεί στις καταναλώσεις.

2. Η διάρκεια ενοικίασης θα είναι για μία περίοδο. Θα αρχίζει από 15 Ιουνίου 2026 και θα λήξει 9 Ιανουαρίου 2027. Η ΣΕΚ, θα έχει το δικαίωμα παράτασης ή/και ανανέωσης για ακόμη ένα (1) χρόνο ή και περισσότερο, εφόσον το επιθυμεί ο ενοικιαστής.

Η ΣΕΚ δεν δεσμεύεται να αποδεχθεί την υψηλότερη προσφορά, ενώ άτομα που είναι ή ήταν προηγουμένως μέλη της ΣΕΚ θα έχουν πλεονέκτημα.

Οι επιχειρήσεις ή τα άτομα που θα ενδιαφερθούν δεν επιτρέπεται να απασχολούν πρόσωπα τα οποία βρίσκονται παράνομα στη Κυπριακή Δημοκρατία ή πρόσωπα που δεν κατέχουν τη νομιμομένη άδεια απασχόλησης όπως προνοείται από την σχετική Νομοθεσία.

Οι προσφορές, έντυπο της οποίας επισυνάπτεται, θα πρέπει να απευθύνονται προς τον Γενικό Ταμία της ΣΕΚ, κ. Σάββα Κούλα και να κατατεθούν στο κιβώτιο προσφορών που βρίσκεται στα κεντρικά γραφεία της ΣΕΚ στη Λευκωσία, Λεωφόρος Στροβόλου 11, 2018 Στρόβολος το αργότερο μέχρι την Παρασκευή 5 Ιουνίου 2026. Περισσότερες πληροφορίες στην ιστοσελίδα της ΣΕΚ.

### Ετήσια Γενική Συνέλευση

Η Ετήσια Γενική Συνέλευση του Ταμείου Προνοίας Υπαλλήλων Ξενοδοχειακής Βιομηχανίας για το έτος 2025 θα πραγματοποιηθεί στις 28 Μαΐου 2026, ημέρα Πέμπτη στο ξενοδοχείο Four Seasons στην Λεμεσό η ώρα 11:45πμ.

Προτρέπουμε τα Μέλη μας όπως σύμφωνα με το άρθρο 8 του καταστατικού, δηλώσουν στις Συντεχνίες τους ως αντιπρόσωποι του ξενοδοχείου τους και παρευρεθούν στην Γενική Συνέλευση.

## Διήμερο σεμινάριο της ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία



Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε το διήμερο σεμινάριο της ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ με θέμα την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία, την Παρασκευή 8 και το Σάββατο 9 Μαΐου 2026 στον Πρωταρά, με τη συμμετοχή εργαζομένων και συνδικαλιστικών στελεχών.

Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου αναπτύχθηκαν σημαντικά ζητήματα που αφορούν την προστασία της υγείας και της ασφάλειας των εργαζομένων, τις σύγχρονες προκλήσεις στους χώρους εργασίας, καθώς και τις πρόνοιες της σχετικής νομοθεσίας και τις καλές πρακτικές πρόληψης εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών κινδύνων.

Στην παρέμβασή του, ο Γενικός Γραμματέας της ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ, Γιώργος Κασιούρης, τόνισε πως η μεγάλη συμμετοχή αποδεικνύει το ενδιαφέρον και την ευαισθησία που υπάρχει γύρω από ένα θέμα που αφορά άμεσα την καθημερινότη-

τα, την προστασία και την ποιότητα ζωής όλων των εργαζομένων. Όπως ανέφερε, η ασφάλεια στους χώρους εργασίας δεν αποτελεί πολυτέλεια ούτε τυπική υποχρέωση, αλλά δικαίωμα κάθε εργαζομένου και ευθύνη όλων για τη διασφάλιση σωστών και ασφαλών συνθηκών εργασίας.

Ο κ. Κασιούρης υπογράμμισε ακόμη ότι μέσα από τέτοιες πρωτοβουλίες δίνεται η δυνατότητα ενημέρωσης για τις νέες εξελίξεις, τις υποχρεώσεις που απορρέουν από τη νομοθεσία, αλλά και για πρακτικές που συμβάλλουν ουσιαστικά στην πρόληψη ατυχημάτων και κινδύνων στους χώρους εργασίας. Παράλληλα, επανέλαβε ότι η ΟΒΙΕΚ – ΣΕΚ συνεχίζει να δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην εκπαίδευση, την πρόληψη και τη συνεχή κατάρτιση των εργαζομένων, θεωρώντας τη γνώση ως το σημαντικότερο εργαλείο προστασίας.

## 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 10/03/2026. Εξετάζονται οι περιπτώσεις όσων ήδη λαμβάνουν επίδομα ανεργίας το οποίο αφορά την περίοδο ανεργίας Μαρτίου - Απριλίου 2026.

**2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ:** Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Ιούνιο 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 Φεβρουαρίου 2026.

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

**5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ:** Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου - Μαρτίου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.

**6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ:** Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Απριλίου 2026.

**7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ:** Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2025.

**8. ΘΕΣΜΟΘΕΤΗΜΕΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗ:** Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις όσων αποκτούν δικαίωμα σε σύνταξη τον Μάρτιο του 2026, μέσω της αυτόματης διαδικασίας πληρωμής των συντάξεων. Εξετάζονται επίσης οι αιτήσεις όσων αποκτούν δικαίωμα σε σύνταξη τον Ιανουάριο του 2026 και δεν έχουν πληρωθεί μέσω της αυτόματης διαδικασίας, λόγω μη προσκόμισης όλων των απαραίτητων δικαιολογητικών.

**9. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΤΑΞΗ:** Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις των οποίων οι αιτητές αποκτούν δικαίωμα Ιανουάριο - Φεβρουάριο του 2026.

**10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΡΕΙΑΣ:** Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θε-



σμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου 2026.

**11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ:** Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου - Μαρτίου 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 Φεβρουαρίου - Μαρτίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Φεβρουαρίου - Μαρτίου 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 Φεβρουαρίου - Μαρτίου 2026.

**12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ:** Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Μαρτίου 2026.

**13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ:** Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν στις 26/04/2026. Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν τον μήνα Φεβρουάριο - Μάρτιο του 2026.

**14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ:** Εξετάζονται οι αιτήσεις που έχουν αναμενόμενο τοκετό στις 30/03/2026. 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 09/02/2026.

**16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ:** Εξετάζονται οι αιτήσεις με περίοδο Γονικής Άδειας που αφορά Μάρτιο 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 - Δεκεμβρίου 2024. Σύνταξη Χρείας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς. Επίδομα Ορφανίας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς.

**18. Ποινικές Υποθέσεις:** Τον Μάρτιο 2026 εκκρεμούσαν 5259 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2963 αφορούν εργοδότες και οι 2296 αφορούν αυ-  
τοτελώς εργαζόμενους.



**ΣΕΚ**  
1944

**ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΕΙΣ ΣΕΚ ΚΑΤΩ ΑΜΙΑΝΤΟΣ 2026**

Σε ένα μαγευτικό χώρο, καταπράσινο και ασφαλές, που βρίσκεται στον Κάτω Αμιάντο, τα παιδιά έχουν τη δυνατότητα να βιώσουν μια μοναδική εμπειρία, να ζήσουν στο φυσικό περιβάλλον και να αναπτύξουν τις κοινωνικές τους συναναστροφές.

Τους δίνεται η ευκαιρία να διευρύνουν τους πνευματικούς τους ορίζοντες, να αναπτύξουν τεχνικές δεξιότητες, να βελτιώσουν τη φυσική τους κατάσταση και μέσα από τη διαμονή τους στις κτηριακές εγκαταστάσεις στον κατασκηνωτικό μας χώρο, θα ζήσουν μια νέα εμπειρία που θα θυμούνται για όλη τους τη ζωή.

**ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

- **29/06 – 06/07**  
Αγόρια και κορίτσια που την προηγούμενη σχολική περίοδο φοιτούσαν στις τάξεις Γ' και Δ' Δημοτικού
- **06/07 – 13/07**  
Αγόρια και κορίτσια που την προηγούμενη σχολική περίοδο φοιτούσαν στις τάξεις Ε' και ΣΤ' Δημοτικού
- **13/07 – 20/07**  
Κορίτσια που την προηγούμενη σχολική περίοδο φοιτούσαν στις τάξεις Α', Β' και Γ' Γυμνασίου
- **20/07 – 27/07**  
Αγόρια που κατά την προηγούμενη σχολική περίοδο φοιτούσαν στις τάξεις Α', Β' και Γ' Γυμνασίου

**ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

**ΠΑΙΔΙΑ ΜΕΛΩΝ ΣΕΚ    ΠΑΙΔΙΑ ΦΙΛΩΝ ΣΕΚ**

€110

€160

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:** 22849849, [www.sek.org.cy](http://www.sek.org.cy)



## Χτίζοντας συμπεριληπτικές αγορές εργασίας στην εποχή της μετάβασης

Στο Πολιτιστικό Κέντρο «Μελίνα Μερκούρη» στη Λευκωσία πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη, 6 Μαΐου 2026, Πάνελ με τη συμμετοχή των κοινωνικών εταίρων με θέμα «Χτίζοντας συμπεριληπτικές αγορές εργασίας: πολιτικές και εργοδότες», το οποίο διοργανώθηκε από το Diversity Charter Cyprus και το Center for Social Innovation.

Στο πάνελ συμμετείχαν ο Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ Πανίκος Αργυρίδης, η Γενική Γραμματέας της ΠΕΟ Σωτηρούλλα Χαραλάμπους και ο Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας του ΚΕΒΕ Αιμίλιος Μιχαήλ.

Τον συντονισμό της συζήτησης είχε η Δρ. Αυγούστα Κυριακίδου-Ζαχαρουδιού, Επίκουρη Καθηγήτρια στη Διαχείριση Πληροφοριακών Συστημάτων στο Πανεπιστήμιο Νεάπολις Πάφος, με σημαντική εμπειρία σε θέματα πολιτικών απασχόλησης και οργανωσιακής ανάπτυξης.

Ο Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ Πανίκος Αργυρίδης εστίασε στο πώς μπορούν οι κοινωνικοί εταίροι να συνεργαστούν πιο αποτελεσματικά για τη δημιουργία συμπεριληπτικών αγορών εργασίας, ποιες είναι οι βασικές ανησυχίες αλλά και οι ευκαιρίες για τους εργαζόμενους στη νέα ψηφιακή εποχή, πώς μπορεί να ενισχυθεί η εμπιστοσύνη μεταξύ εργαζομένων και εργοδοτών, καθώς και ποια μέτρα και πρακτικές μπο-



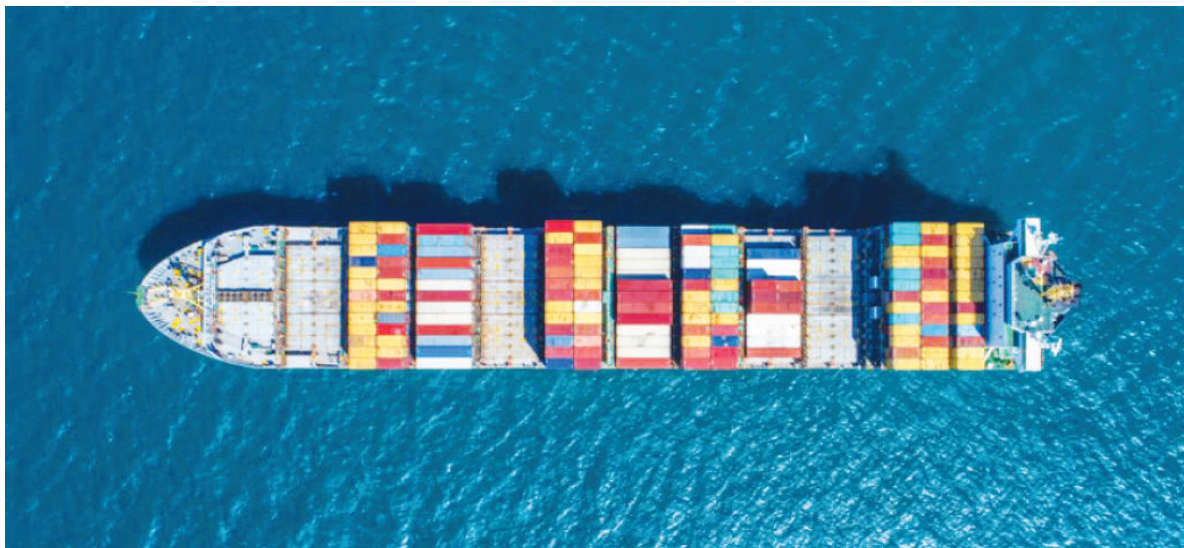
ρούν να υποστηρίξουν μια πιο δίκαιη μετάβαση για όλους.

Κοινή συνισταμένη των τοποθετήσεων ήταν ότι η συμπερίληψη δεν αποτελεί μεμονωμένο στόχο, αλλά αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης πολιτικών, πρακτικών και σχέσεων εμπιστοσύνης. Σε μια εποχή όπου η πρόοδος συνδέεται άρρηκτα με την τεχνολογική εξέλιξη, το μήνυμα που αναδείχθηκε είναι σαφές: η ανάπτυξη έχει αξία μόνο

όταν είναι κοινή και δίκαιη για όλους. Παράλληλα, αναδείχθηκε η σημασία του ουσιαστικού κοινωνικού διαλόγου και της συνεργασίας μεταξύ των κοινωνικών εταίρων, καθώς και η ανάγκη για ίσες ευκαιρίες, επένδυση σε δεξιότητες και πολιτικές που διασφαλίζουν την αξιοπρέπεια, την ίση μεταχείριση και την προστασία από διακρίσεις, με στόχο μια συνεκτική αγορά εργασίας που να ωφελεί το σύνολο της κοινωνίας.

### Υπογραφή της «Διακήρυξης της Λευκωσίας»

## ΟΜΕΠΕΓΕ – ΣΕΚ: Σημαντικό βήμα για τους ναυτικούς και τη ναυτιλιακή πολιτική με επίκεντρο τον άνθρωπο



Η ΟΜΕΠΕΓΕ - ΣΕΚ εκφράζει την ικανοποίησή της για την υπογραφή της «Διακήρυξης της Λευκωσίας», στο πλαίσιο του άτυπου Συμβουλίου Υπουργών της Ευρωπαϊκής Ένωσης αρμόδιων για τις θαλάσσιες μεταφορές, το οποίο πραγματοποιήθηκε στη Λευκωσία στις 29 Απριλίου 2026.

Η Διακήρυξη συνιστά ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο που στοχεύει στην ενίσχυση της εκπαίδευσης και κατάρτισης των ναυτικών, καθώς και στην προώθηση της ισότιμης συμμετοχής των γυναικών στη ναυτιλιακή βιομηχανία, μέσα από επτά βασικούς θεματικούς άξονες.

Η ΟΜΕΠΕΓΕ – ΣΕΚ χαιρετίζει την ανάδειξη των θεμάτων που αφορούν τους ναυτικούς από το Υφυπουργείο Ναυτιλίας, κατά τη διάρκεια της Προεδρίας του Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Ένωσης από τη χώρα μας. Μέσα από τη «Διακήρυξη της Λευκωσίας», η Κύπρος αποδεικνύει έμπρακτα ότι οι εργαζόμενοι στη θάλασσα αποτελούν προτεραιότητα και το σημαντικότερο κεφάλαιο του ναυτιλιακού τομέα.

Η Διακήρυξη αναδεικνύει έναν ευρωπαϊκό ναυτιλιακό τομέα που παραμένει ανταγωνιστικός και ταυτόχρονα κοινωνικά υπεύθυνος, θέτοντας στο επίκεντρο τον ανθρώπινο παράγοντα. Ο εκσυ-

χρονισμός της ναυτικής εκπαίδευσης, η ενίσχυση της ισότιμης συμμετοχής των γυναικών, η ενίσχυση του κοινωνικού διαλόγου και η διασφάλιση ενός ασφαλούς και κατάλληλα καταρτισμένου ανθρώπινου δυναμικού αποτελούν βασικές πρόνοιες που επιβεβαιώνουν την ανθρωποκεντρική προσέγγιση του Υφυπουργείου Ναυτιλίας, την οποία στηρίζουμε πλήρως.

Η συνεργασία της Ομοσπονδίας Μεταφορών της ΣΕΚ με το Υφυπουργείο Ναυτιλίας, καθώς και με τη Διεθνή Ομοσπονδία Μεταφορών (ITF), της οποίας αποτελεί ενεργό μέλος, θα συνεχιστεί με στόχο τη συνεχή βελτίωση των συνθηκών εργασίας των ναυτικών, της αντιμετώπισης της έλλειψης ναυτικού εργατικού δυναμικού και της περαιτέρω ενίσχυσης της κυπριακής σημαίας.

Η ΟΜΕΠΕΓΕ - ΣΕΚ συγχαίρει το Υφυπουργείο Ναυτιλίας για την ουσιαστική του συμβολή κατά τη διάρκεια της προεδρίας του Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Ένωσης, καθώς και για την επιτυχή κατάληξη στην υπογραφή της «Διακήρυξης της Λευκωσίας», η οποία θα αποτελεί σημείο αναφοράς για τον ναυτιλιακό κλάδο σε μια περίοδο έντονων γεωπολιτικών εξελίξεων και αυξημένων απαιτήσεων λόγω της πράσινης και ψηφιακής μετάβασης.



## «Καρκίνος: Μύθοι και Πραγματικότητες»

Επιτυχημένη Ημερίδα της ΑΣΕΤ- CYTA ΟΥΥΚ - ΣΕΚ

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 29 Απριλίου 2026, στο Αμφιθέατρο των Κεντρικών Γραφείων της Cyta στη Λευκωσία, ημερίδα με θέμα «Καρκίνος: Μύθοι και Πραγματικότητες», προσελκύοντας το ενδιαφέρον πλήθους παρευρισκομένων.

Κεντρικοί ομιλητές της εκδήλωσης ήταν ο Δρ. Γιώργος Ιωαννίδης, Παθολόγος-Ογκολόγος και Διευθυντής του Ογκολογικού Τμήματος του Γενικού Νοσοκομείου Λευκωσίας, καθώς και ο ψυχολόγος Μάρκος Μαρκίδης. Μέσα από τις εισηγήσεις τους ανέλυσαν σύγχρονες επιστημονικές προσεγγίσεις γύρω από τον καρκίνο, αποδομώντας διαδεδομένους μύθους και αναδεικνύοντας τεκμηριωμένες πραγματικότητες, τόσο σε ιατρικό όσο και σε ψυχολογικό επίπεδο. Ακολούθησε ουσιαστικός διάλογος με το κοινό, κατά τον οποίο απαντήθηκαν ερωτήματα και εκφράστηκαν προβληματισμοί.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους μεταξύ άλλων, ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ Ανδρέας Φ. Μάτσας, ο Αντιπρόεδρος και μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Cyta, Ανώτεροι Διευθυντές και Διευθυντές του Οργανισμού.

Η μαζική συμμετοχή και το έντονο ενδιαφέρον επιβεβαίωσαν τη σημασία της ενημέρωσης και της ευαισθητοποίησης γύρω από ένα τόσο κρίσιμο ζήτημα δημόσιας υγείας.

Εκστρατείες από το Τμήμα Επιθεώρησης για την Ασφάλεια και Υγεία

## Στόχος η ευαισθητοποίηση εργαζομένων και εργοδοτών στα εργοτάξια και στη μεταποίηση

Τους μήνες Ιούνιο, Ιούλιο, Αύγουστο και Σεπτέμβριο το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας (ΤΕΕ) του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων θα διεξάγει ειδική στοχευμένη εκστρατεία επιθεωρήσεων των εργοταξίων (προστασία από πτώσεις) και έλεγχο Θερμικού Φόρτου σε Εργοτάξια / Υποστατικά.

Η εκστρατεία θα επικεντρωθεί κυρίως στην προστασία των εργαζομένων από τις πτώσεις στα εργοτάξια, καθώς και στον έλεγχο συμμόρφωσης με τις βασικές πρόνοιες της νομοθεσίας για Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία σε σχέση με τη θερμική καταπόνηση των εργαζομένων σε εργοτάξια και υποστατικά.

Σκοπός της εκστρατείας είναι η ευαισθητοποίηση όλων των εμπλεκόμενων στα κατασκευαστικά έργα και η εφαρμογή προληπτικών και προστατευτικών μέτρων για τη μείωση των ατυχημάτων, επαγγελματικών ασθενειών και επικίνδυνων συμβάντων που σχετίζονται με τις δραστηριότητες στον τομέα αυτό.

Η εκστρατεία στοχεύει επίσης στον έλεγχο συμμόρφωσης των εργοδοτών και αυτοεργοδοτούμενων προσώπων με τις πρόνοιες των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Κώδικας Πρακτικής για τη Θερμική Καταπόνηση των Εργαζομένων) Διαταγμάτων του 2014 έως 2023 (Κ.Δ.Π. 291/2014, Κ.Δ.Π. 206/2020 και Κ.Δ.Π. 231/2023), τα οποία είναι διαθέσιμα, μαζί με σχετική πληροφόρηση, στην ιστοσελίδα του ΤΕΕ.

Στην ιστοσελίδα του ΤΕΕ είναι διαθέσιμες περισσότερες πληροφορίες για τα θέματα Ασφάλειας και Υγείας στις κατασκευές και σχετικά ενημερωτικά έντυπα για τις βασικές πρόνοιες των περί Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία (Ελάχιστες Προδιαγραφές για Προσωρινά ή Κινητά Εργοτάξια) Κανονισμών του 2015 (Κ.Δ.Π. 410/2015), τις βασικές υποχρεώσεις του Κύριου του Έργου (ιδιοκτήτη), του Μελετητή, του Εργολάβου και τα καθήκοντα του Συντονιστή για τα θέματα ασφάλειας και υγείας κατά την εκπόνηση της μελέτης του έργου (Συντονιστή Α&Υ Μελέτης) και του Συντονιστή για τα θέματα ασφάλειας και υγείας κατά την εκτέλεση του έργου (Συντονιστής Α&Υ Εκτέλεσης).

Επίσης, το ΤΕΕ έχει εκδώσει Οδηγό για τα θέματα Ασφάλειας και Υγείας στις Κατασκευές, ο οποίος απευθύνεται σε όλους τους εμπλεκόμενους στον κατασκευαστικό τομέα και παρέχει πρακτικές λύσεις για την πρόληψη των κινδύνων με σκοπό την αποφυγή των εργατικών ατυχημάτων, των επαγγελματικών ασθενειών και των επικίνδυνων συμβάντων, καθώς και Σύντομο Οδηγό Κώδικα Πρακτικής για τη Θερμική Καταπόνηση των Εργαζομένων, ο οποίος περιλαμβάνει τις βασικές πρόνοιες του Κώδικα και τα απαιτούμενα μέτρα προστασίας και πρόληψης. **Για πρόσθετες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν με την αρμόδια Λειτουργό στην ηλεκτρονική διεύθυνση [eloizidou@dli.mlsi.gov.cy](mailto:eloizidou@dli.mlsi.gov.cy) ή/και στα τηλέφωνα 22405601 / 22405623.**

### Μεταποίηση

Ο αριθμός των εργατικών ατυχημάτων που συμβαίνουν σε δραστηριότητες του τομέα της Μεταποίησης ώθησε το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας (ΤΕΕ) του Υπουργείου Εργασίας και



Κοινωνικών Ασφαλίσεων να προγραμματίσει τη διεξαγωγή, κατά τους μήνες Μάιο και Νοέμβριο 2026, εκστρατεία επιθεωρήσεων σε υποστατικά της Μεταποίησης.

Η εκστρατεία σχεδιάστηκε λαμβάνοντας υπόψη την κατάσταση που επικρατεί στην Κύπρο σε σχέση με τις κυριότερες αιτίες των εργατικών ατυχημάτων, επαγγελματικών ασθενειών και επικίνδυνων συμβάντων που συμβαίνουν στη Μεταποίηση. Οι κυριότερες αιτίες των εργατικών ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών περιλαμβάνουν ακατάλληλες κτηριακές εγκαταστάσεις, απροφύλακτα / εκτεθειμένα επικίνδυνα μέρη μηχανημάτων και εξοπλισμών, αναθυμιάσεις ή σκόνη επικίνδυνων ουσιών, μη ασφαλή εκτέλεση εργασιών κοπής και συγκόλλησης μετάλλων και παράλειψη εφαρμογής μέτρων προστασίας κατά τις εργασίες σε ύψος.

Σκοπός της εκστρατείας είναι η ευαισθητοποίηση όλων των εμπλεκόμενων στην εν λόγω οικονομική δραστηριότητα σε σχέση με την ανάγκη λήψης μέτρων για την προστασία των εργαζομένων, καθώς και η διασφάλιση δίκαιου ανταγωνισμού μεταξύ των επιχειρήσεων.

Η εκστρατεία αποσκοπεί στον έλεγχο συμμόρφωσης των εργοδοτών με τις σχετικές διατάξεις της Νομοθεσίας για την παροχή τεκμηριωμένης εκπαίδευσης σε θέματα ασφάλειας και υγείας, εφαρμογή συστήματος διαχείρισης των κινδύνων, τον καθορισμό και την εφαρμογή, με βάση τη γραπτή εκτίμηση κινδύνου, μέτρων προστασίας και πρόληψης.

**Για πρόσθετες διευκρινίσεις μπορείτε να επικοινωνείτε με την αρμόδια Λειτουργό Επιθεώρησης Εργασίας στα τηλ. 22405651 / 22405623 ή με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο στη διεύθυνση [gkalogeropoulos@dli.mlsi.gov.cy](mailto:gkalogeropoulos@dli.mlsi.gov.cy).**

Επιμνημόσυνος λόγος ΓΓ ΣΕΚ, Ανδρέα Φ. Μάτσα,

στο θρησκευτικό και εθνικό μνημόσυνο του ήρωα της ΕΟΚΑ Μιχάλη Ολύμπιου

## «Ο Μιχάλης Ολύμπιος δίδαξε με τη ζωή και τη θυσία του τι σημαίνει αγάπη για την πατρίδα»



**Χριστός Ανέστη και χρόνια πολλά σε όλες τις μάνες, μαζί με ένα τεράστιο ευχαριστώ για την ευλογία να δίνεται ζωή σε όλους εμάς.**

Οι ήρωες δίνουν μια άλλη διάσταση ζωής σ' εμάς, μέσα από τη δική τους διαδρομή ανδρείας, όπου η αξιοπρέπεια στο εθνικοπρεπές συναπάντημα με την ιστορία δημιουργεί επιβεβαιωτική συνταύτιση με τον αρχέγονο Ελληνικό ηρωισμό και τις περηφανείς παραπομπές, ως αντίδοτο στη σημερινή «ισοπεδωτική παράδοση».

Η δική τους παρακαταθήκη, καθώς και η μεταλαμπάδευση των αξιακών αρχών και παραδειγμάτων από το ιστορικό παρελθόν, αποτελούν σαφή προτροπή για εμάς τους νεότερους. Μια προτροπή που οφείλουμε να κρατούμε ζωντανή σαν αντίδοτο στους διαχρονικούς εφιάλτες των εθνικών μας καταβολών, σε συνάρτηση με την ανάγκη για απελευθέρωση της πατρίδας μας.

Μιχάλης Ολύμπιος- ο ήρωας στον Αγώνα τον όμορφο, τον ανεπανάληπτο, τον αυθεντικό. Ο ήρωας στη μετέπειτα ζωή του, επιβεβαιώνοντας πως, όσοι σέβονται τον εαυτό τους, την οικογένειά και την πατρίδα τους, μπορούν να μεγαλουργούν κάτω από οποιεσδήποτε συνθήκες. Μηνύματα στον Αγώνα, μηνύματα στη ζωή, νοθεσίες μέσα από τη θυσία του, ως υπόμνηση πως, οι ήρωες αντέχουν, αγωνίζονται, αντιστέκονται και δεν υποκύπτουν, πιστοί στον όρκο τιμής και λεβεντιάς.

Η υπόμνηση του Σωκράτη διά μέσου του Πλάτωνα, «Μητρός τε και πατρός και των άλλων προγόνων απάντων τιμώτερον έστιν η Πατρίς», αποτέλεσε κανόνα ζωής για τον Μιχάλη Ολύμπιο, ο οποίος κράτησε τη «σιωπή» του παρά τα φρικτά βασανιστήρια στα οποία τον επέβαλαν οι Άγγλοι αποικιοκράτες. Η δύναμη της ψυχικής του επάρκειας όμως, του έδωσε την ευλογία να μπορέσει

να δημιουργήσει τη δική του οικογένεια μαζί με τη σύζυγό του Αντρούλα και την προέκταση της ίδιας της ζωής του, μέσα από τη γέννηση των δυο παιδιών τους, του Χαράλαμπου και του Χαρίτου. Γεννημένος στα Λύμπια στις 20 Ιουλίου 1937, μεγάλωσε σε μια εξαμελή αγροτική οικογένεια, στην οποία ο Μιχάλης ήταν ο μοναχογιός. Οι γονείς του, Χαμπής και Αννού αν και δεν ήταν μορφωμένοι, είχαν βαθιά ριζωμένες τις αξίες του Ελληνοχριστιανικού ιδεώδους, μεταλαμπαδεύοντας στον Μιχάλη την πεμπτούσια της φυλής μας. Πατρίδα, θρησκεία, οικογένεια, ως το ιερό τρίπτυχο που διασυνδέει το γήινο με το θείο, θέτοντας την πατρίδα στο επίκεντρο της υπαρξιακής ανθρώπινης δραστηριοποίησης, ανάτασης και ανάπτυξης.

Παρά το γεγονός πως, ο Μιχάλης ήταν πολύ καλός και φιλομαθής μαθητής, έχοντας πετύχει και στις εξετάσεις για εισαγωγή του στο Γυμνάσιο Λάρνακας, οι δυσκολίες της εποχής δεν του επέτρεψαν να μορφωθεί, όπως ο ίδιος ονειρευόταν. Παρά ταύτα όμως, οι νοθεσίες των γονιών του, μέσα από τα Ελληνοχριστιανικάνάματα, δημιούργησαν έναν συγκροτημένο άνθρωπο, εθνικά συνειδητοποιημένο και με όραμά του την απελευθέρωση της Κύπρου και την Ένωση με τη μητέρα Ελλάδα.

Η σκιαγράφηση της μοναδικότητας του χαρακτήρα και της προσωπικότητάς του, από τον γιατρό, αγωνιστή της ΕΟΚΑ και προσωπικό του φίλο, Ανδρέα Κωνσταντινίδη, επιβεβαιώνει τη συνειδητή του επιλογή να αγωνιστεί για την πατρίδα και να διατηρήσει την αξιοπρέπειά του μέχρι τέλους. «Το ήθος του ήταν ένα σύμπλεγμα ταπεινότητας, μετριοφροσύνης, καρτερικότητας, πίστης στον εθελοντισμό και της αρετής την τόλμη και την αγωνιστικότητα».

**Ελληνίδες, Έλληνες,**

Ο Μιχάλης ήταν έτοιμος από καιρό για το μεγάλο ξέσπασμα του Ελληνισμού της Κύπρου. Έτσι, με την έναρξη του απελευθερωτικού αγώνα, εντάσσεται από τους πρώτους στις τάξεις της ΕΟΚΑ, δίνοντας όρκο τιμής και προσήλωσης στις αρχές της Οργάνωσης. «Αν συλληφθώ θα τηρήσω απόλυτη εχεμύθεια, τόσο για τα μυστικά της οργάνωσης, όσο και για τα ονόματα των συμμαχητών μου, έστω κι αν βασανισθώ για να ομολογήσω»

Μαζί με άλλους επτά συγχωριανούς του, και επικεφαλής τον Γιάννη Παπαδόπουλο, συγκροτούν

ίδια συνέπεια και επάρκεια, τιμώντας έμπρακτα τους ήρωές μας.

Ο Μιχάλης Ολύμπιος υπέστηκε βάνουσα βασανιστήρια, τόσο στην ανακριτική διαδικασία στο Special Branch Λευκωσίας, όσο και στα κρατητήρια της Ομορφίτας, όπου επί 18 μέρες κακοποιείται απάνθρωπα από τους Άγγλους και τους Τούρκους επικουρικούς. Αποτέλεσμα αυτών των κακουχιών, ήταν ο σοβαρός και ανεπανόρθωτος τραυματισμός του χεριού του, με την κατάστασή του να επιδεινώνεται κατά την παραμονή του στα κρατητήρια της Κοκκινότριμηθιάς και της Πύλας, μέχρι και το τέλος του Αγώνα, βιώνοντας συνεχείς κακουχίες και βάνουσες κακοποιήσεις, όπως και άρνηση να του επιτραπεί η μετάβαση στο νοσοκομείο για θεραπεία.

Ο Πιερής Αυξεντίου, πατέρας του Γρηγόρη Αυξεντίου, απευθυνόμενος στους Άγγλους στρατιώτες αναγνωρίζοντας τον νεκρό ήρωα γιό του, τους είπε με τη μοναδική Ελληνική λεβεντιά, «Άγγλοι, αυτό που κάνατε ήταν θηριωδία». Η ίδια θηριωδία, διαφορετικής μορφής, την οποία οι αποικιοκράτες αναγκάζονταν να χρησιμοποιήσουν, σε μια απέλπιδα και ανεπιτυχή προσπάθεια για να κάμψουν την Ελληνική ψυχή, όπως και στην περίπτωση του Μιχάλη Ολύμπιου.

Σε ένα από τα αναρίθμητα βασανιστήρια, οι ανακριτές τον αναγκάζουν να ανοίξει την παλάμη του δεξιού του χεριού και αφού το τοποθετούν κάτω από ένα σιδερένιο κρεββάτι, ανεβαίνουν σε αυτό χοροπηδώντας και χλευάζοντας τον ήρωα μας για τους αφόρητους πόνους που του προκαλούν. Η θλάση σε κάποια από τα οστά της δεξιάς παλάμης, ήταν η απαρχή των δεινών που θα ακολουθούσαν κλονίζοντας την υγεία του, χωρίς όμως αυτή η εξέλιξη να μειώσει την αξιοπρέπεια, τον ηρωισμό, το ήθος και την αγωνιστικότητα της Ελληνοπρεπούς του στάσης και συνέπειας.

Παρά τις κακουχίες και τα βασανιστήρια, κράτησε τον όρκο του και δεν μίλησε, δεν λύγισε, δεν υπέκυψε και σίγουρα δεν πρόδωσε, με οδηγό και συμπαράστατη την πίστη του στο Θεό και την προσήλωσή του στην πατρίδα και στα ανεξίτηλα ιδανικά του.

**Ελληνίδες, Έλληνες,**

Με το τέλος του Αγώνα, ο Μιχάλης Ολύμπιος επιλέγει να απέχει από το προσκήνιο. Δεν διεκδικεί δάφνες, ούτε και αξιώματα, σαφώς ούτε και τίτλους τιμής. Παραμένει ταπεινός και πιστός σε

**Η σκιαγράφηση της μοναδικότητας του χαρακτήρα και της προσωπικότητάς του, από τον γιατρό, αγωνιστή της ΕΟΚΑ και προσωπικό του φίλο, Ανδρέα Κωνσταντινίδη, επιβεβαιώνει τη συνειδητή του επιλογή να αγωνιστεί για την πατρίδα και να διατηρήσει την αξιοπρέπειά του μέχρι τέλους. «Το ήθος του ήταν ένα σύμπλεγμα ταπεινότητας, μετριοφροσύνης, καρτερικότητας, πίστης στον εθελοντισμό και της αρετής την τόλμη και την αγωνιστικότητα».**

την πρώτη ομάδα της ΕΟΚΑ στα Λύμπια, αναπτύσσοντας πολυδιάστατη δράση, τόσο σε ότι αφορά τη μεταφορά οπλισμού και ανταρτών, όσο και σε σχέση με τη φιλοξενία και τροφοδοσία καταζητούμενων αγωνιστών και ανταρτών.

Η σύλληψη του τον Μάρτιο του 1957 περιγράφει την ηρωική του πορεία προς την αριωνότητα, επιβεβαιώνοντας πως, οι ήρωες δεν θυσιάζονται μόνο στο πεδίο της μάχης, αλλά εκεί όπου τους τάσσει η συνέπεια τους προς την ιστορική πορεία του έθνους, γράφοντας οι ίδιοι την επέκτασή της. Σ' εμάς εναπόκειται να τη συνεχίσουμε, με την

αυτά που έμαθε να υπηρετεί με συνέπεια και προσήλωση. Διατηρεί την προσωπική του αξιοπρέπεια και στηρίζει την οικογένειά του, μέσα από τη θέση που απέκτησε στο Τμήμα Διαβατηρίων στο Υπουργείο Εσωτερικών.

Η ανιδιοτέλεια, η φιλοπατρία και η συνέπεια του προς την πατρίδα, οδηγεί τον Μιχάλη Ολύμπιο, για άλλη μια φορά στην πρώτη γραμμή του καθηκόντος, κατά την Τουρκανταρσία του 1963-64. Μια παρουσία και ενεργός συμμετοχή, η οποία εκθειάστηκε με θαυμασμό από τον Στρατηγό Διγενή, σε επιχείρηση στον Πενταδάκτυλο, εντοπι-

ζοντας το σοβαρό πρόβλημα που παρουσίαζε στο χέρι του.

Δυστυχώς, η υγεία του κλονιζόταν και επιδεινωνόταν όλο και περισσότερο, παρά το γεγονός πως, είχαν καταβληθεί αλληπάλληλες προσπάθειες και χειρουργικές επεμβάσεις στην Κύπρο, στην Αθήνα και στη Γερμανία, για άμβλυση του προβλήματος. Ούτε ακόμα και ο αναγκαστικός ακρωτηριασμός του χεριού ήταν αρκετός για να αποτρέψει το μοιραίο, που επήλθε στις 15 Φεβρουαρίου 1969, σε ηλικία μόλις 32 ετών.

Συγκλονιστικό είναι και το γεγονός πως, όντας στο γενικό νοσοκομείο Λευκωσίας, από τον Μάιο του 1968 μέχρι και την εκδημία του, παλεύοντας μεταξύ ζωής και θανάτου, έστελνε το τελευταίο του μήνυμα ως υπόμνηση και νουθεσία προς την οικογένεια, τους φίλους του και βεβαίως προς όλους εμάς. «Υπομονή, πίστη και αγάπη προς την πατρίδα».

#### Ελληνίδες, Έλληνες,

Σε μια εποχή όπου δοκιμάζονται για ακόμα μια φορά οι αρχές και οι αξίες μας, ενώ η πατρίδα μας συνεχίζει να βιώνει την ημικατοχή, η πορεία και το παράδειγμα του Μιχάλη Ολύμπιου, ομοίως και οι παρακαταθήκες του γίνονται ακόμα πιο επίκαιρες.

Ας απομονώσουμε το εφήμερο, το έωλο, το επιφανειακό και το αβίαστα λαϊκιστικό, σεβόμενοι τον τόπο μας και τα παιδιά μας. Σεβόμενοι και αναδεικνύοντας την αξιοπρέπειά μας, μνημονεύοντας αλλά κυρίως τιμώντας τους ήρωες μας, στο δίκαιο και στο πρόπον, σαφώς και με έργα έναντι λόγων, όπως προστάζεται μέσα από τον Επιτάφιο του Περικλή και αναδεικνύεται από τον Θουκυδίδη.

Η ΣΕΚ, η οποία υπήρξε φυτώριο αγωνιστών, έχοντας 40 ήρωες της ΕΟΚΑ μέλη της, θα συνεχίσει τον αγώνα έτσι ώστε να υπάρξει πραγματική ανάταση σε όλο το φάσμα που αφορά και επηρεάζει την Κυπριακή κοινωνία και πραγματικότητα. Η ελευθερία στο λέγειν και στο πράττειν, η ισότητα και η δικαιοσύνη, σαφώς και η ανθρώπινη αξιοπρέπεια και η ίδια η λευτεριά δεν χαρίζονται αλλά κερδίζονται.

Ο Μιχάλης Ολύμπιος δεν αγωνίστηκε, ούτε και θυσιάστηκε για να αποδείξει οτιδήποτε σε κανέναν. Πίστεψε σε αρχές και αξίες για τις οποίες πάλεψε με όλο το ψυχικό του σθένος, ακόμα και όταν οι σωματικές δυνάμεις τον εγκατέλειπαν. Γι' αυτό και βρίσκεται σήμερα στο πάνθεο των



**Η ΣΕΚ, η οποία υπήρξε φυτώριο αγωνιστών, έχοντας 40 ήρωες της ΕΟΚΑ μέλη της, θα συνεχίσει τον αγώνα έτσι ώστε να υπάρξει πραγματική ανάταση σε όλο το φάσμα που αφορά και επηρεάζει την Κυπριακή κοινωνία και πραγματικότητα. Η ελευθερία στο λέγειν και στο πράττειν, η ισότητα και η δικαιοσύνη, σαφώς και η ανθρώπινη αξιοπρέπεια και η ίδια η λευτεριά δεν χαρίζονται αλλά κερδίζονται.**

ηρώων της ανιδιοτελούς αγάπης προς την πατρίδα.

Εμείς είμαστε αυτοί που οφείλουμε να αποδείξουμε τη δική μας επάρκεια, επιβεβαιώνοντας ότι είμαστε αντάξιοι των γονιών και των προ-

γόνων μας, δημιουργώντας τις αναγκαίες και ικανές συνθήκες για μπορέσουμε να κοιτάξουμε ξανά στα ματιά τους ήρωές μας.

Αιώνια θα είναι η μνήμη του Μιχάλη Ολύμπιου  
Καλή λευτεριά

### Πρόεδρος της ΕΠΟΠΑΗ - ΟΗΟ-ΣΕΚ, Κυριάκος Ταφούνας

## “Απογοήτευση για τη στάση που τηρεί ο υπουργός στον τομέα της Ενέργειας”

Η ανάγκη διατήρησης και αναβάθμισης του Ηλεκτροπαραγωγού Σταθμού Δεκέλειας επανέρχεται δυναμικά στο προσκήνιο, μετά και τις δηλώσεις του Κυβερνητικού Εκπροσώπου στις 30 Απριλίου, με τους εργαζόμενους στην ΑΗΚ να ζητούν ξεκάθαρες τοποθετήσεις και άμεσες αποφάσεις από όλους τους αρμόδιους φορείς.

Σε ανακοίνωσή τους, οι συντεχνίες της ΑΗΚ, ΕΠΟΠΑΗ-ΟΗΟ-ΣΕΚ, ΣΗΔΗΚΕΚ-ΠΕΟ, ΣΕΠΑΗΚ και ΣΥΒΑΗΚ, τονίζουν ότι η αναβάθμιση του Η/Σ Δεκέλειας αποτελεί κρίσιμη προϋπόθεση για την επάρκεια και ασφάλεια εφοδιασμού της χώρας, επισημαίνοντας πως σχετική κυβερνητική απόφαση είχε ληφθεί εδώ και τρία χρόνια, αλλά παρέμεινε ανενεργή λόγω αντιδράσεων και παρεμβάσεων ιδιωτικών συμφερόντων.

Παράλληλα, απορρίπτουν αναφορές περί κρατικής επιχορήγησης για τις νέες μονάδες παραγωγής, διευκρινίζοντας ότι ζητούν δίκαιη κατανομή του κόστους σε όλους τους καταναλωτές ηλεκτρικής ενέργειας, χωρίς εξαιρέσεις υπέρ ιδιωτών παραγωγών.

Οι συντεχνίες επίσης έντονη κριτική στο Υπουργείο Ενέργειας, υποστηρίζοντας ότι δεν υπήρξε ουσιαστικός διάλογος για τα σοβαρά προβλήμα-



τα του τομέα, ενώ εκφράζει ανησυχία για την καθυστέρηση στην έλευση φυσικού αερίου και τον κίνδυνο ενεργειακής ανεπάρκειας.

Τέλος, υπογραμμίζεται ότι ακόμη και με την άφιξη φυσικού αερίου το 2028, η διατήρηση μονάδων στο Βασιλικό θεωρείται απαραίτητη για στρατηγική εφεδρεία και ενεργειακή ασφάλεια της χώρας.

Ο Πρόεδρος της ΕΠΟΠΑΗ - ΟΗΟ-ΣΕΚ, Κυριάκος Ταφούνας δήλωσε στην «Εργατική Φωνή» ότι δυστυχώς ο Υπουργός Ενέργειας δεν ασχολή-

θηκε σοβαρά με τα θέματα που τέθηκαν ενώπιον του τόσο από τους τεχνοκράτες όσο και από το Δ.Σ της ΑΗΚ, με στόχο τη διόρθωση των στρεβλώσεων στον τομέα της Ενέργειας.

Εκφράζουμε την έντονη απογοήτευση μας πρόσθεσε, για τη στάση που τηρεί ο Υπουργός Ενέργειας ο οποίος αντί να εγκύψει στα σοβαρά προβλήματα του Τομέα της Ενέργειας και στον τομέα του ηλεκτρισμού, που βρίσκεται σε δραματική κατάσταση, κατέφυγε στην μόνιμη επωδό, την έλευση του Φυσικού Αερίου.

## “Σταθερά Βήματα” για βελτίωση της υγείας μας

Το περπάτημα αδιαμφισβήτητα κάνει καλό, ειδικά αν είναι αυθόρμητο και γρήγορο. Τα μέχρι τώρα στοιχεία έχουν δείξει πως είναι σημαντικό για την πρόληψη χρόνιων παθήσεων και τη μείωση της θνησιμότητας.

Πόσα βήματα όμως πρέπει να κάνουμε για να βελτιώσουμε την υγεία μας;

Συχνά ακούμε ότι ο «χρυσός αριθμός» είναι 10.000 βήματα την ημέρα, όμως αυτό δεν είναι τόσο εύκολο, ιδιαίτερα αν έχουμε ένα γεμάτο καθημερινό πρόγραμμα.

Η αλήθεια είναι ότι ο αριθμός των 10.000 βημάτων προήλθε από τη διαφημιστική καμπάνια της ιαπωνικής Yamasa Clock and Instrument Company. Το 1965 λάνσαρε στην αγορά ένα βηματόμετρο, το «Μαπρο-κεί», το οποίο μεταφράζεται περίπου σε «δέκα χιλιάδες βήματα». Αλλά αυτός ήταν απλά ένας στρογγυλός αριθμός.

Τα περισσότερα οφέλη παρατηρούνται με τον αριθμό των περίπου 7.000 βημάτων

Σταδιακά, ο κανόνας των 10.000 βημάτων την ημέρα υιοθετήθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και από την Αμερικανική Καρδιολογική Εταιρεία. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια ολοένα και περισσότεροι ειδικοί εκφράζουν τις αμφιβολίες τους. Ένα πρόβλημα είναι ότι δεν λαμβάνεται υπόψη η ένταση της άσκησης. Η αύξηση του καρδιακού ρυθμού που συμβαίνει με το γρήγορο περπάτημα είναι πολύ σημαντική.

Ιδανικά τα 9.000 βήματα

Πρόσφατη μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο American Journal of the American College of Cardiology, προτείνει τον βέλτιστο αριθμό με τον οποίο επιτυγχάνονται τα περισσότερα οφέλη για τους περισσότερους ανθρώπους.

Στην έρευνα αυτή, πραγματοποιήθηκε συστημα-



τική ανασκόπηση της επιστημονικής βιβλιογραφίας και έγινε μετα-ανάλυση δεδομένων από 12 διεθνείς μελέτες που αφορούσαν σε περισσότερους από 110.000 συμμετέχοντες. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η μεγαλύτερη μείωση του κινδύνου πρόωρου θανάτου επιτυγχάνεται με την επίτευξη περίπου 9.000 βημάτων την ημέρα, που αντιστοιχούν σε περίπου 6,5 χιλιόμετρα.

Αν θέλουμε να εστιάσουμε στις πιθανότητες θανάτου από καρδιαγγειακή νόσο, τα περισσότερα οφέλη παρατηρούνται με τον αριθμό των περίπου 7.000 βημάτων.

Σημειώνεται ότι τα ευρήματα αυτά συνάδουν με άλλες μελέτες που δείχνουν ότι τα περισσότερα οφέλη για την υγεία επιτυγχάνονται με λιγότερα από 10.000 βήματα την ημέρα.

Η μεγαλύτερη μείωση του κινδύνου πρόωρου θανάτου επιτυγχάνεται με περίπου 9.000 βήματα την ημέρα

Ας μην το παρακάνουμε...

Μια άλλη μελέτη, που δημοσιεύθηκε στην επιθεώρηση «JAMA Network in Nutrition, Obesity,

and Exercise», αναφέρει ότι με 7.000 βήματα ημερησίως μειώνουμε τον κίνδυνο πρόωρου θανάτου και ανοίγουμε τον δρόμο για μια μεγαλύτερη και πιο υγιή ζωή.

Οι επιστήμονες, από το Πανεπιστήμιο της Μασαχουσέτης, διεξήγαγαν μια μακροχρόνια μελέτη σε 2.110 άτομα, άντρες και γυναίκες με μέσο όρο ηλικίας τα 45 περίπου χρόνια, από το 2005 έως το 2018. Μέχρι το τέλος της, το 3% των συμμετεχόντων είχε πεθάνει. Οι ειδικοί παρατήρησαν ότι εκείνοι που έκαναν περίπου 7.000 βήματα την ημέρα διέτρεχαν 50-70% χαμηλότερο κίνδυνο πρόωρου θανάτου από όσους δεν περπατούσαν πολύ. Ο ρυθμός των βημάτων δεν φάνηκε να συνδέεται ιδιαίτερα με την κατάσταση της υγείας των συμμετεχόντων – μόνο ο αριθμός τους.

Οι άνθρωποι όμως που έκαναν πάνω από 10.000 βήματα την ημέρα δεν παρατηρήθηκε να απολαμβάνουν επιπλέον οφέλη όσον αφορά τη μακροζωία. Όσο περισσότερο περπατάμε λοιπόν καθημερινά, τόσο το καλύτερο, αλλά δεν υπάρχει λόγος να το «παρακάνουμε», τουλάχιστον αν βρισκόμαστε στη λεγόμενη μέση ηλικία.

## Η μοναξιά επιφέρει ψυχικές διαταραχές

Είναι πιο επικίνδυνη από την παχυσαρκία, το αλκοόλ και το κάπνισμα

Η μοναξιά είναι πιο επικίνδυνη για την υγεία – Η ιδίως των μεγαλύτερων ενηλίκων – από ό,τι η παχυσαρκία, η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ και το κάπνισμα 15 τσιγάρων την ημέρα τονίζουν ερευνητές από το Ινστιτούτο Regenstrief και την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου της Ιντιάννα.

Σύμφωνα με τη μελέτη τους που δημοσιεύθηκε στο Journal of the American Geriatrics Society, η απομόνωση επηρεάζει σημαντικά τη σωματική και ψυχική τους υγεία, μειώνοντας τη συνολική ποιότητα ζωής τους.

«Με βάση τη βιβλιογραφία και την έρευνα, η μοναξιά έχει σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία, οπότε με τον ίδιο τρόπο που οι γιατροί ρωτάνε τους ασθενείς τους αν καπνίζουν ή αν μετράνε την πίεσή τους θα έπρεπε να τους ρωτάνε και αν δέχονται την απαραίτητη υποστήριξη από το κοινωνικό τους περιβάλλον», σημειώνουν οι συγγραφείς της μελέτης σε δελτίο Τύπου.

Η ερευνητική ομάδα προτείνει ότι στην περίθαλψη πρέπει να περιλαμβάνονται και οι απαραίτητοι πόροι για την αντιμετώπιση της μοναξιάς.

«Εδώ και πολύ καιρό η μοναξιά παραμένει στη σκιά, αθέατη, προκαλεί όμως ψυχικές και σωματικές ασθένειες», αναφέρει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ).

Και, παρόλο που η απομόνωση θεωρείται πρόβλημα κυρίως των ανεπτυγμένων χωρών του δυτικού κόσμου, οι ειδικοί επισημαίνουν ότι η κοινωνική απομόνωση δεν γνωρίζει σύνορα ούτε ηλικία, προσθέτοντας πως περίπου ένα δισεκατομμύριο άνθρωποι, εκ των οποίων το ένα τέταρτο έφηβοι, ζουν με προβλήματα ψυχικής υγείας.



Ειδικά για τους ηλικιωμένους, η μοναξιά συνδέεται με αυξημένο κατά 50% κίνδυνο εμφάνισης άνοιας και 30% εμφάνισης στεφανιαίας νόσου ή εγκεφαλικού επεισοδίου.

Πρόσφατη μελέτη του Πανεπιστημίου της Γλασκώβης στη Σκωτία, δείχνει ότι η έλλειψη συναναστροφών με φίλους ή συγγενείς μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο πρόωρου θανάτου κατά 39%.

Επιπλέον, προηγούμενη μελέτη που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό Cancer, αναφέρει ότι οι ενήλικες που ζουν και αισθάνονται μόνοι τους έχουν 32% περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από καρκίνο, σε σχέση με τους ενήλικες που ζουν μαζί με άλλους.

Μάλιστα, ο κίνδυνος αυτός φτάνει το 43% για τους ενήλικες μεταξύ 45 και 64 ετών και οι άνδρες που ζούσαν μόνοι τους είχαν 1,3 φορές πε-

ρισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από καρκίνο από ό,τι οι γυναίκες.

Προηγούμενη έρευνα που δημοσιεύθηκε στο JAMA Neurology συνδέει τη μοναξιά με νευροεκφυλιστικές ασθένειες όπως η νόσος του Αλτσχάιμερ και η νόσος του Πάρκινσον.

Στοιχεία που παρουσιάστηκαν στο Ετήσιο Συνέδριο της Αμερικανικής Ενδοκρινολογικής Εταιρείας 2023, συνέδεσαν την κοινωνική απομόνωση με αυξημένο κίνδυνο ψυχικών διαταραχών, καθώς και με υψηλότερα ποσοστά νοσηρότητας και θνησιμότητας από όλα τα αίτια.

Γ' αυτό εάν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε παλεύει με αισθήματα απομόνωσης και μοναξιάς, είναι σημαντικό να αναζητήσετε άμεσα βοήθεια και υποστήριξη, είτε πρόκειται για θεραπεία, ομάδες υποστήριξης ή απλά για την επικοινωνία με φίλους.

# Ευρωπαϊκή Επιτροπή: Ανοίγει μέτωπο κατά της φτώχειας

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή παρουσίασε ένα φιλόδοξο κοινωνικό πακέτο μέτρων με στόχο την καταπολέμηση της φτώχειας, την αντιμετώπιση της στεγαστικής κρίσης και την ενίσχυση των δικαιωμάτων των ατόμων με αναπηρία σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Πρόκειται για μια νέα συνολική στρατηγική που φιλοδοξεί να μειώσει δραστικά τον κοινωνικό αποκλεισμό έως το 2030 και να συμβάλει στην εξάλειψη της φτώχειας μέχρι το 2050.

Παρουσιάζοντας τη στρατηγική, η πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Ούρσουλα φον ντερ Λάιεν, υπογράμμισε ότι «η φτώχεια και ο αποκλεισμός είναι προκλήσεις που μπορούμε και πρέπει να ξεπεράσουμε», κάνοντας λόγο για μια Ευρώπη που στηρίζεται στις αρχές της αξιοπρέπειας, της ισότητας και των ίσων ευκαιριών.

Η νέα στρατηγική της ΕΕ βασίζεται σε τρεις βασικούς άξονες: τη δημιουργία ποιοτικών θέσεων εργασίας, την ενίσχυση της πρόσβασης σε βασικές υπηρεσίες και επαρκή εισοδηματική στήριξη, καθώς και τον καλύτερο συντονισμό των πολιτικών κατά της φτώχειας σε ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο.

Στο πλαίσιο αυτό, η Επιτροπή προωθεί σειρά πρωτοβουλιών για τη στήριξη ευάλωτων κοινωνικών ομάδων, μεταξύ των οποίων νέα μέτρα για την ένταξη ατόμων που βρίσκονται εκτός αγοράς εργασίας, δράσεις για επαρκείς συντάξεις και στενότερη συνεργασία με κυβερνήσεις, κοινωνικούς εταίρους και οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην παιδική φτώχεια, καθώς τα παιδιά στην Ευρωπαϊκή Ένωση εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν υψηλότερο κίνδυνο φτώχειας και κοινωνικού αποκλεισμού σε σύγκριση με τους ενήλικες. Η Επιτροπή προτείνει την ενίσχυση της Ευρωπαϊκής Εγγύησης για τα Παιδιά, με στόχο τη διασφάλιση δωρεάν και ουσιαστικής πρόσβασης σε υπηρεσίες όπως η εκπαίδευση, η υγειονομική περίθαλψη, τα σχολικά γεύματα και η ψυχολογική στήριξη. Παράλληλα, σχεδιάζεται πιλοτική εφαρμογή ευρωπαϊκής κάρτας στήριξης για παιδιά που βρίσκονται σε ανάγκη.

Σημαντικό μέρος του σχεδίου αφορά και τη στεγαστική κρίση που αντιμετωπίζουν εκατομμύρια Ευρωπαίοι. Η Επιτροπή επισημαίνει ότι οι τιμές κατοικίας έχουν αυξηθεί κατά 60% από το 2013, καθιστώντας ολοένα δυσκολότερη την πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή στέγη. Η νέα πρόταση δίνει έμφαση στην πρόληψη της αστεγίας, στην ενίσχυση της κοινωνικής κατοικίας και στην ανάπτυξη μακροπρόθεσμων λύσεων στέγασης.

Παράλληλα, η στρατηγική προβλέπει νέα μέτρα για την ενίσχυση της προσβασιμότητας και της κοινωνικής ένταξης των ατόμων με αναπηρία. Σύμφωνα με τα στοιχεία της Επιτροπής, περισσότεροι από 90 εκατομμύρια Ευρωπαίοι ζουν με κάποια μορφή αναπηρίας, ενώ το ποσοστό απασχόλησής τους παραμένει σημαντικά χαμηλότερο σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό. Η Κομισιόν δεσμεύεται να προωθήσει πολιτικές που θα ενισχύσουν την ανεξάρτητη διαβίωση, την πρόσβαση στην εργασία και τη συμμετοχή στην κοινωνική και οικονομική ζωή.

Η νέα στρατηγική αναμένεται να αποτελέσει βα-



σικό άξονα της κοινωνικής πολιτικής της ΕΕ τα επόμενα χρόνια, αν και ήδη διατυπώνονται επιφυλάξεις σχετικά με το κατά πόσο τα μέτρα θα συνοδευτούν από δεσμευτικές νομοθετικές πρωτοβουλίες και επαρκή χρηματοδότηση.

## Κύπρος: Λιγότερα παιδιά σε κίνδυνο φτώχειας

Μείωση καταγράφεται τα τελευταία χρόνια στον αριθμό των παιδιών που βρίσκονται σε κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού στην Κύπρο, την ώρα που βασικοί κοινωνικοί δείκτες εξακολουθούν να αναδεικνύουν σημαντικές ανισότητες.

Συνολικά, η εικόνα που αποτυπώνεται για την Κύπρο χαρακτηρίζεται από πρόοδο σε επιμέρους δείκτες, αλλά και από επίμονες αδυναμίες, κυρίως σε ό,τι αφορά την ενεργειακή φτώχεια, την ισότιμη πρόσβαση σε υπηρεσίες και την ένταση των κοινωνικών ανισοτήτων.

Σύμφωνα με τα τελευταία διαθέσιμα στοιχεία, ο αριθμός των παιδιών σε κίνδυνο μειώθηκε από περίπου 37.000 το 2019 σε 26.000 το 2024, εξέλιξη που αποδίδεται σε παρεμβάσεις κοινωνικής πολιτικής. Όπως σημειώνεται στο σχετικό έγγραφο εργασίας της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, «Σπάζοντας τον κύκλο της παιδικής φτώχειας - ενισχύοντας την Ευρωπαϊκή Εγγύηση για τα Παιδιά», που δόθηκε στη δημοσιότητα μετά το Κολλέγιο των Επιτρόπων της Τετάρτης, «η Κύπρος έχει επιτύχει τον εθνικό της στόχο, αν και αυτός θεωρείται χαμηλής φιλοδοξίας», γεγονός που υποδηλώνει περιθώρια περαιτέρω ενίσχυσης των μέτρων.

Ιδιαίτερα ανησυχητική είναι η εικόνα στον τομέα της στέγασης και της ενεργειακής φτώχειας, με το 62,6% των παιδιών σε κίνδυνο να ζουν σε νοικοκυριά που αδυνατούν να διατηρήσουν επαρκώς

ζεστή την κατοικία τους, ποσοστό που αποτελεί το υψηλότερο στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Την ίδια στιγμή, «το χάσμα μεταξύ παιδιών σε κίνδυνο φτώχειας και των υπολοίπων φτάνει το 55,1%».

Στον τομέα της εκπαίδευσης, η πρόωρη εγκατάλειψη του σχολείου παραμένει πάνω από τον μέσο όρο της ΕΕ, με ποσοστό 11,3% έναντι 9,3%. Όπως επισημαίνεται, «παρά τις παρεμβάσεις, εξακολουθούν να υφίστανται προκλήσεις στη συγκράτηση των μαθητών στο εκπαιδευτικό σύστημα».

Στην προσχολική εκπαίδευση, καταγράφεται αύξηση της συμμετοχής, κυρίως μέσω επιδοτούμενων προγραμμάτων. Ωστόσο, το σύστημα εμφανίζεται σχεδόν πλήρως ιδιωτικοποιημένο, καθώς το έγγραφο σημειώνει πως «μόλις το 2,6% των δομών είναι δημόσιες», ενώ εξακολουθούν να παρατηρούνται διαφορές πρόσβασης μεταξύ παιδιών που βρίσκονται σε κίνδυνο φτώχειας και εκείνων που δεν βρίσκονται, αν και αυτές εμφανίζονται μειούμενες.

Παράλληλα, εντοπίζονται σημαντικά χάσματα στην πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες. «Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι διαφορές συμμετοχής σε υπηρεσίες φροντίδας παιδιών υπερβαίνουν το 20%», γεγονός που επηρεάζει την ισότητα ευκαιριών από νεαρή ηλικία, αναφέρεται. Στον τομέα της υγείας, δεν καταγράφονται ακραίες επιδόσεις, ωστόσο υπογραμμίζονται «διαρθρωτικές δυσκολίες στην πρόσβαση, ιδίως σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας για ευάλωτες ομάδες».

Τέλος, επισημαίνεται η ανάγκη ενίσχυσης της τεκμηρίωσης των πολιτικών. Όπως αναφέρεται, «η περιορισμένη διαθεσιμότητα δεδομένων για συγκεκριμένες ευάλωτες ομάδες δυσχεραίνει την παρακολούθηση και αξιολόγηση των μέτρων», γεγονός που αναδεικνύεται ως κρίσιμο ζήτημα για τον σχεδιασμό αποτελεσματικών παρεμβάσεων.



## Ακατάλληλα προϊόντα στο Safety Gate

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή, ως το κεντρικό σημείο επαφής στην Κύπρο για τη λειτουργία του Συστήματος Safety Gate, το σύστημα έγκαιρης προειδοποίησης της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) για μη εδώδιμα προϊόντα, πληροφορεί τους καταναλωτές ότι έχουν κοινοποιηθεί στο Σύστημα 85 προϊόντα που παρουσιάζουν κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλειά των καταναλωτών. 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 πάνω 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

## Η ΣΕΚ ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΣΑΣ

Η ΣΕΚ με τη γραμμή στήριξης παρέχει ψυχολογική και εργασιακή υποστήριξη ενάντια στον εργασιακό εκφοβισμό και τη σεξουαλική παρενόχληση. Πρόκειται για απαράδεκτα φαινόμενα που δεν έχουν καμιά θέση στην αγορά εργασίας.

Καλέστε στο 77-77-55-75

### Λύση SUDOKU

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

### ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Να θυμάσαι ότι κάποιες φορές, όταν δεν παίρνεις αυτό που θέλεις είναι σημάδι μεγάλης τύχης

### 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

## Υπεύθυνες δηλώσεις για την επιβολή Μειωμένου Συντελεστή ΦΠΑ (5%) Για την αγορά ή ανέγερση Κατοικίας

Το Τμήμα Φορολογίας ενημερώνει ότι, με βάση τον Τροποποιητικό Νόμο Ν. 109(Ι)/2026 που δημοσιεύτηκε στην Επίσημη Εφημερίδα της Δημοκρατίας (Ε.Ε.Παρ.Ι(Ι), Αρ. 5089, 24.4.2026), ο Έφορος Φορολογίας δύναται να εξετάζει αιτήσεις (Υπεύθυνες Δηλώσεις), υποβαλλόμενες δυνάμει του Άρθρου 63, μέχρι την 31η Δεκεμβρίου 2026, η εξέταση των οποίων δεν ολοκληρώθηκε έγκαιρα λόγω καθυστέρησης των πολεοδομικών αρχών.

Διευκρινίζεται ότι το άρθρο 63 αποτελεί μεταβατική διάταξη ως προς τις περιπτώσεις που έχει εξασφαλιστεί πολεοδομική άδεια ή έχει υποβληθεί αίτηση για εξασφάλιση πολεοδομικής άδειας μέχρι την 31η Οκτωβρίου 2023.

Με βάση τα πιο πάνω, ο Έφορος Φορολογίας θα αποδέχεται Υπεύθυνες Δηλώσεις για επιβολή μειωμένου συντελεστή ΦΠΑ (5%), για τις οποίες υποβλήθηκε αίτηση για πολεοδομική άδεια ή εκδόθηκε πολεοδομική άδεια μέχρι την 31η Οκτωβρίου 2023 και έχει εκδοθεί άδεια οικοδομής μετά την 1η Ιανουαρίου 2025 ή δεν θα έχει εκδοθεί μέχρι την 31η Δεκεμβρίου 2026.

Για να ισχύει ο μειωμένος συντελεστής στα πρώτα 200 τετραγωνικά μέτρα δομήσιμου εμβαδού



για τις Υπεύθυνες Δηλώσεις που η αίτηση για έκδοση πολεοδομικής άδειας υποβλήθηκε μέχρι την 31η Οκτωβρίου 2023 και η άδεια οικοδομής εκδόθηκε μέχρι και την 31η Δεκεμβρίου 2024, θα πρέπει αυτές να υποβληθούν στον Έφορο Φορολογίας μέχρι και την 15η Ιουνίου 2026.

Υπενθυμίζεται ότι η «Υπεύθυνη Δήλωση για την Επιβολή Μειωμένου Συντελεστή ΦΠΑ για την Αγορά ή Ανέγερση Κατοικίας» θα πρέπει να υποβάλλεται δεόντως συμπληρωμένη μόνο μέσω του Συστήματος Tax For All (TFA).

### ΠΡΟΣΟΧΗ

## Συνεχίζονται οι απάτες στο όνομα του ΓεΣΥ

Η Αστυνομία διερευνά νέα υπόθεση διαδικτυακής απάτης και κλοπής μεγάλου χρηματικού ποσού, από δράστες που αποστέλλουν μηνύματα που εμφανίζονται ότι προέρχονται από το Γενικό Σύστημα Υγείας - ΓΕΣΥ.

Συγκεκριμένα, υποβλήθηκε καταγγελία στο ΤΑΕ Πάφου, σύμφωνα με την οποία 60χρονος έλαβε στις 28 Απριλίου 2026, μήνυμα στο κινητό του τηλέφωνο, με εμφανιζόμενο αποστολέα δήθεν το ΓΕΣΥ. Στο μήνυμα αναφερόταν ότι, το προφίλ του στο ΓΕΣΥ χρειάζεται αναβάθμιση και τον παρέπεμπε σε διαδικτυακή σελίδα.

Ο παραπονούμενος επισκέφθηκε τη συγκεκριμένη ιστοσελίδα, όπου του ζητήθηκε να καταχωρήσει τα προσωπικά του στοιχεία καθώς και τα στοιχεία του τραπεζικού του λογαριασμού, δήθεν για πληρωμή χρηματικού ποσού, ώστε να του επιτραπεί να προχωρήσει στην αναβάθμιση του προφίλ του. Αφού καταχώρησε τα στοιχεία, οι δράστες απέσπασαν από τον τραπεζικό του λογαριασμό, χρηματικό ποσό ύψους 48000 ευρώ.

Υπενθυμίζεται ότι, ο Οργανισμός Ασφάλισης Υγείας δεν θα ζητήσει ποτέ κωδικούς πρόσβασης, στοιχεία σύνδεσης, στοιχεία πληρωμής ή οποιαδήποτε άλλα προσωπικά δεδομένα μέσω γραπτών μηνυμάτων (SMS), όπως επίσης δεν θα ζητήσει από τους πολίτες να πραγματοποιήσουν καμία οικονομική συναλλαγή μέσω συνδέσμων (links).



Γενικότερα, καλείται το κοινό όταν λαμβάνει μηνύματα με ηλεκτρονικούς συνδέσμους να είναι ιδιαίτερα προσεκτικό και να προχωρεί σε επαλήθευση μέσω των γνωστοποιημένων καναλιών επικοινωνίας των οργανισμών ή εταιρειών που ενδεχομένως να εμπλέκονται.

Επίσης να μην αναφέρουν ή καταχωρούν σε άγνωστες ιστοσελίδες προσωπικά και τραπεζικά στοιχεία.

Επιπρόσθετα, συστήνεται όπως σε περίπτωση που πολίτες έχουν δηλώσει τραπεζικά δεδομένα τους, μέσω τέτοιων μηνυμάτων, θα πρέπει να ενημερώσουν άμεσα το τραπεζικό τους ίδρυμα, για αποτροπή παράνομης χρήσης τους.

### 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

## Οι εναλλαγές στη θερμοκρασία προκαλούν ιώσεις Πώς να προστατευτείτε



**Ο**ι ιώσεις αυτή την περίοδο είναι αυξημένες με τις αλλεπάλληλες αυξομειώσεις των θερμοκρασιών. Πολλοί την πατάμε με αποτέλεσμα να μένουμε στο κρεβάτι για μέρες. Η πρόληψη απέναντι σε αυτές τις ενοχλητικές περιπτώσεις έχει να κάνει πάντα και με τον τρόπο που τρώμε. Πολλές τροφές αποτελούν άμυνα για τις ιώσεις.

### Καρποί, φρούτα και λαχανικά

Αν ψάξουμε να βρούμε τροφές που να κάνουν ακόμα πιο δυνατό το ανοσοποιητικό μας σύστημα δεν θα βρούμε καλύτερες περιπτώσεις από τους καρπούς, τα λαχανικά και τα φρούτα καθώς οι ουσίες που εμπεριέχουν καταπολεμάνε το στρες και δίνουν μεγαλύτερη ζωντάνια στα κύτ-

ταρα που συγκροτούν το ανοσοποιητικό σύστημα. Βάλτε στη διατροφή σας τους χυμούς από παντζάρι και πορτοκάλι.

### Κρέας

Είναι προτιμότερο να τρώμε λευκό κρέας (κουνέλι ή πουλερικά) που είναι πολύ πιο υγιές από το κόκκινο και γενικότερα, να αποφεύγουμε την κατανάλωση επεξεργασμένου κρέατος.

### Ψάρια και αυγά

Τόσο τα ψάρια όσο και τα αυγά έχουν περίπου τις ίδιες ιδιότητες με το κρέας με μια μεγάλη προσθήκη: εμπεριέχουν ω-3 λιπαρά οξέα καθώς και βιταμίνη D.

Τα ω-3 λιπαρά οξέα προστατεύουν την καρδιά από δυσλειτουργίες και τον οργανισμό μας από

εσωτερικές φλεγμονές ενώ η βιταμίνη D ισχυροποιεί τα κόκκαλά μας και αυξάνει την προστασία τους ενώ σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες είναι ενισχυτική συνολικά για το ανοσοποιητικό μας σύστημα.

### Περπάτημα

Το περπάτημα αποτελεί ένα από τα πιο αποτελεσματικά, φυσικά «όπλα» για την ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος και την πρόληψη των ιώσεων. Η τακτική, μέτριας έντασης άσκηση βοηθά τον οργανισμό να αμύνεται καλύτερα έναντι των ιών και του κρυολογήματος. 30 λεπτά ζωηρού περπατήματος, 5 ημέρες την εβδομάδα, θεωρούνται ιδανικά για τη διατήρηση ενός ισχυρού ανοσοποιητικού.

## SUDOKU

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

## ΟΙ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΑΣ

### Victoria Sponge Cake



#### Υλικά

- 200 γρ. βούτυρο (μαλακό)
- 200 γρ. ζάχαρη κάστερ
- 2 βανίλιες
- 200 γρ. αλεύρι ζαχαροπλαστικής (self raising)
- 4 μεγάλα αυγά
- ½ κ.γ. αλάτι
- 1 κ.γ. baking powder
- 35 γρ. γάλα
- Ζάχαρη άχνη για πασπάλισμα
- Για τη γέμιση
- 250 γρ. κρέμα γάλακτος
- 30 γρ. ζάχαρη άχνη
- 1 κ.γ. βανίλια
- Μαρμελάδα φράουλα

#### Εκτέλεση

Βουτυρώνετε τη βάση ενός ταψιού 20 ή 23 εκατοστών με αντικολλητικό χαρτί. Βουτυρώνετε καλά το χαρτί και τα τοιχώματα. Πασπαλίζετε με αλεύρι. Σε ένα μεγάλο μπολ, κτυπήστε το βούτυρο με την ζάχαρη κάστερ και τις βανίλιες. Προσθέτετε το αλεύρι, τα αυγά, το baking powder, το αλάτι και το γάλα. Κτυπήστε να αναμειχθούν καλά όλα τα υλικά. Μεταφέρετε στο ταψί. Ψήνετε το κέικ στους 160°C βαθμούς στον αέρα για 20 λεπτά. Κτυπήστε την κρέμα γάλακτος με τη ζάχαρη άχνη και τη βανίλια μέχρι να έχετε μια αφράτη σαντιγί. Όταν κρυσταλλώσει το κέικ το μοιράζετε στη μέση. Βάζετε το ένα κομμάτι του κέικ (με την κομμένη επιφάνεια προς τα πάνω) σε μια πιατέλα. Απλώνετε την κρέμα γάλακτος. Βάζετε από πάνω κουταλιές από μαρμελάδα φράουλα και καλύπτετε με το άλλο κομμάτι κέικ (η κομμένη επιφάνεια προς τα κάτω). Μεταφέρετε το κέικ στο ψυγείο για τουλάχιστον μια ώρα. Πασπαλίζετε το κέικ με ζάχαρη άχνη και σερβίρετε.

Γαλάτεια Παμπορίδη

## ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

**Κριός:** Τα πράγματα κυλούν σε γνώριμα πλαίσια, ενώ αργότερα γίνεσαι πιο εξωστρεφής, κάτι που σε φέρνει πιο κοντά στους ανθρώπους που σε περιβάλλουν. Θα πρέπει όμως να σπεύσεις να εκμεταλλευτείς τις ευκαιρίες!

**Ταύρος:** Ασχολείσαι με όσα σε απασχόλησαν χθες και προχθές, ενώ παράλληλα προσπαθείς περισσότερο να σταθεροποιήσεις θέματα στο οικείο περιβάλλον. Από το μεσημέρι και μετά επιδιώκεις γνώριμα μονοπάτια και γενικότερα επιθυμείς ήρεμες και χαλαρές στιγμές. Υπάρχουν όμως καταστάσεις που συμβαίνουν αυτή τη στιγμή πίσω από την πλάτη σου.

**Δίδυμοι:** Παραμένεις εσωστρεφής, ενώ από μεσημέρι και μετά, η Σελήνη περνά στο δικό σου ζώδιο, φέρνοντας στο προσκήνιο τα δικά σου προσωπικά θέματα.

**Καρκίνος:** Αυτό το διάστημα μπορείς να αδράξεις τις ευκαιρίες που σου δίνονται για να προωθήσεις τους στόχους σου και να είσαι ένα βήμα πιο κοντά στο επιθυμητό αποτέλεσμα.

**Λέων:** Το ξεκίνημα της ημέρας σε βρίσκει να ασχολείσαι με τις κοινωνικές σου επαφές, αλλά και

με τον τρόπο που προβάλλεις την εικόνα σου.

**Παρθένος:** Το ξεκίνημα της σημερινής ημέρας σου δίνει τη δυνατότητα να προωθήσεις πιο εύκολα τις υποθέσεις σου, ενώ από μεσημέρι και μετά η Σελήνη περνώντας στο ζενίθ του ωροσκοπίου σου, φέρνει στο προσκήνιο την κοινωνική σου ζωή, όπου και εστιάζεις τη δράση σου.

**Ζυγός:** Το ξεκίνημα της σημερινής ημέρας αφογκράζεις τα πράγματα πριν αποφασίσεις να δράσεις, ενώ από μεσημέρι και μετά η διάθεσή σου ανεβαίνει και εσύ νιώθεις περισσότερη αισιοδοξία μπροστά στις καταστάσεις, θυμήσου όμως ότι διανύεις μια περίοδο με πολλές προκλήσεις.

**Σκορπιός:** Η ημέρα σήμερα στο ξεκίνημά της σε καλεί να αναλάβεις υποχρεώσεις τρίτων και γενικότερα να δεις και την οπτική γωνία των άλλων, ενώ αργότερα, από μεσημέρι και μετά, προσπαθείς να ικανοποιήσεις τα θέλω των γύρω σου, πρόσεξε όμως την αξία που δίνεις σε κάποιες καταστάσεις.

**Τοξότης:** Προσπαθείς να τακτο-



ποιήσεις ακόμη υποθέσεις που σχετίζονται με πρακτικά ζητήματα της καθημερινότητας, προσπερνώντας ουσιαστικά ζητήματα τα οποία σε ταλαιπωρούν.

**Αιγόκερως:** Η περίοδος είναι βοηθητική για να έρθεις πιο κοντά στα αγαπημένα σου πρόσωπα. Αργότερα όμως μέσα στην ημέρα, η προσοχή σου στρέφεται στις υποχρεώσεις που σε περιμένουν μέσα στην καθημερινότητά σου. Δες πώς θα τα διαχειριστείς.

**Υδροχόος:** Μην δίνεις ολοκληρωτικά στον περίγυρο σου. Σύντομα θα πληγωθείς από τις ψηλές προσδοκίες που βάζεις **Ιχθείς:** Επικοινωνήσε τις ιδέες και τις απόψεις σου στα πρόσωπα που σε περιβάλλουν. Αργότερα όμως μέσα στην ημέρα ασχολείσαι περισσότερο με τις υποθέσεις που σχετίζονται με το σπίτι και την οικογένεια.

## Brunch τιμής στους νοσηλευτές από την Ο.Υ.Υ.Κ. – Σ.Ε.Κ.

Με την ευκαιρία της Διεθνούς Ημέρας Νοσηλευτών, αποτίουμε φόρο τιμής και εκφράζουμε την ειλικρινή μας εκτίμηση προς όλους τους Νοσηλευτές και τις Νοσηλεύτριες που υπηρετούν καθημερινά με αφοσίωση, επαγγελματισμό και ανθρωπιά τον άνθρωπο και την κοινωνία. Οι Νοσηλευτές αποτελούν αναπόσπαστο και θεμελιώδη πυλώνα του συστήματος υγείας. Βρίσκονται διαρκώς δίπλα στον ασθενή, παρέχοντας όχι μόνο επιστημονική φροντίδα υψηλού επιπέδου, αλλά και ψυχολογική στήριξη, ελπίδα και ανθρώπινη παρουσία στις πιο δύσκολες στιγμές της ζωής. Το έργο τους είναι πολυσύνθετο και απαιτητικό. Με υπευθυνότητα και αυταπάρνηση ανταποκρίνονται καθημερινά σε δύσκολες συνθήκες, εργαζόμενοι ακούραστα σε νοσοκομεία, κέντρα υγείας, κλινικές και άλλες δομές φροντίδας, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην πρόληψη, τη θεραπεία και την αποκατάσταση της υγείας των πολιτών. Ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια, οι Νοσηλευτές απέδειξαν έμπρακτα τη δύναμη, την αντοχή και την ανεκτίμητη προσφορά τους προς την κοινωνία, στεκόμενοι στην πρώτη γραμμή κάθε υγειονομικής πρόκλησης, με υψηλό αίσθημα καθήκοντος και αλληλεγγύης, επιτελώντας ένα έργο που προάγει τις ανθρώπινες αξίες. Η σημερινή ημέρα αποτελεί ευκαιρία να αναγνωρίσουμε τη σημαντική συμβολή τους και να επαναβεβαιώσουμε την ανάγκη για συνεχή στήριξη και ενίσχυση του νοσηλευτικού επαγγέλματος, απέναντι στις προκλήσεις που αντιμετωπίζει το επάγγελμα και, κατ' επέκταση, το Γενικό Σύστημα Υγείας, που ως



ΣΕΚ πρωτοστατήσαμε στη δημιουργία και την υλοποίησή του. Ευχαριστούμε θερμά όλους τους νοσηλευτές και τις νοσηλεύτριες για την πολύτιμη προσφορά τους και τους ευχόμαστε υγεία, δύναμη και κάθε επιτυχία στο σημαντικό έργο που επιτελούν. Η Ομοσπονδία Υπαλλήλων Υπηρεσιών Κύπρου (Ο.Υ.Υ.Κ.-Σ.Ε.Κ.) εκφράζει τις θερμές ευχαριστίες της προς όλους τους Νοσηλευτές και

τις Νοσηλεύτριες για τη ξεχωριστή προσφορά τους και θα συνεχίσει να πρωτοστατεί για την εργασιακή ασφάλεια και βελτίωση των συνθηκών και όρων απασχόλησης των Νοσηλευτών στον ιδιωτικό τομέα της Υγείας. Ευχόμαστε σε όλους τους Νοσηλευτές και Νοσηλεύτριες να έχουν υγεία, δύναμη και ευτυχία. Χρόνια Πολλά σε όλους τους Νοσηλευτές μας.

### Ο.Υ.Υ.Κ. - Σ.Ε.Κ. για τη Διεθνή Ημέρα Νοσηλευτών

## Θεμελιώδης πυλώνας του συστήματος υγείας οι νοσηλευτές μας

Αποτίουμε φόρο τιμής και εκφράζουμε την ειλικρινή μας εκτίμηση προς όλους τους Νοσηλευτές και τις Νοσηλεύτριες που υπηρετούν καθημερινά με αφοσίωση, επαγγελματισμό και ανθρωπιά τον άνθρωπο και την κοινωνία. Οι Νοσηλευτές αποτελούν αναπόσπαστο και θεμελιώδη πυλώνα του συστήματος υγείας. Βρίσκονται διαρκώς δίπλα στον ασθενή, παρέχοντας όχι μόνο επιστημονική φροντίδα υψηλού επιπέδου, αλλά και ψυχολογική στήριξη, ελπίδα και ανθρώπινη παρουσία στις πιο δύσκολες στιγμές της ζωής. Το έργο τους είναι πολυσύνθετο και απαιτητικό. Με υπευθυνότητα και αυταπάρνηση ανταποκρίνονται καθημερινά σε δύσκολες συνθήκες, εργαζόμενοι ακούραστα σε νοσοκομεία, κέντρα υγείας, κλινικές και άλλες δομές φροντίδας, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην πρόληψη, τη θεραπεία και την αποκατάσταση της υγείας των πολιτών. Ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια, οι Νοσηλευτές απέδειξαν έμπρακτα τη δύναμη, την αντοχή και την ανεκτίμητη προσφορά τους προς την κοινωνία, στεκόμενοι στην πρώτη γραμμή κάθε υγειονομικής πρόκλησης, με υψηλό αίσθημα καθήκοντος και αλληλεγγύης, επιτελώντας ένα έργο που προάγει τις ανθρώπινες αξίες. Η σημερινή ημέρα αποτελεί ευκαιρία να αναγνωρίσουμε τη σημαντική συμβολή τους και να επαναβεβαιώσουμε την ανάγκη για συνεχή στήριξη και ενίσχυση του νοσηλευτικού επαγγέλματος, απέναντι στις προκλήσεις που αντιμετωπίζει το επάγγελμα και, κατ' επέκταση, το Γενικό Σύστημα Υγείας, που ως ΣΕΚ πρωτοστατήσαμε στη δημιουργία και την υλοποίησή του. Ευχαριστούμε θερμά όλους τους νοσηλευτές και τις νοσηλεύτριες για την πολύτιμη προσφορά τους και τους ευχόμαστε υγεία, δύναμη και κάθε επιτυχία στο σημαντικό έργο που επιτελούν. Η Ομοσπονδία Υπαλλήλων Υπηρεσιών Κύπρου (Ο.Υ.Υ.Κ.-Σ.Ε.Κ.) εκφράζει τις θερμές ευχαριστίες της προς όλους τους Νοσηλευτές και τις Νοσηλεύτριες για τη

Στο πλαίσιο της Διεθνούς Ημέρας Νοσηλευτών, η Ο.Υ.Υ.Κ. - Σ.Ε.Κ. βρέθηκε κοντά στους νοσηλευτές και τις μαίες, επισκεπτόμενη χώρους εργασίας και υπηρεσίες υγείας, όπου είχε την ευκαιρία να συνομιλήσει μαζί τους, να ακούσει από κοντά τις εμπειρίες και τις προκλήσεις της καθημερινότητάς τους και να εκφράσει την εκτίμησή της για το έργο που επιτελούν. Αυτή η συμβολική αλλά ουσιαστική κίνηση, αποτελεί ένδειξη σεβασμού, αναγνώρισης και ευγνωμοσύνης για την αφοσίωση και την πολύτιμη συμβολή τους στην υγεία και τη φροντίδα των ασθενών.



ξεχωριστή προσφορά τους και θα συνεχίσει να πρωτοστατεί για την εργασιακή ασφάλεια και βελτίωση των συνθηκών και όρων απασχόλησης των Νοσηλευτών στον ιδιωτικό τομέα της

Υγείας. Ευχόμαστε σε όλους τους Νοσηλευτές και Νοσηλεύτριες να έχουν υγεία, δύναμη και ευτυχία. Χρόνια Πολλά σε όλους τους Νοσηλευτές μας.

## Κλείδωσαν τα ευρωπαϊκά εισιτήρια για τις κυπριακές ομάδες

Κλείδωσαν τα ευρωπαϊκά εισιτήρια για τις κυπριακές ομάδες, με την Πάφο να εξασφαλίζει και μαθηματικά την παρουσία της στις ευρωπαϊκές διοργανώσεις μετά τη νίκη της επί του Άρη σε συνδυασμό με την ήττα του ΑΠΟΕΛ από τον Απόλλωνα. Έτσι, η Ομόνοια θα αναμετρηθεί στα προκριματικά του Τσάμπιονς Λιγκ, η ΑΕΚ στο Κόνφερενς Λιγκ, ενώ Απόλλων και Πάφος θα είναι οι τέσσερις εκπρόσωποι της Κύπρου στην Ευρώπη για τη νέα αγωνιστική περίοδο.

Η μοναδική εκκρεμότητα αφορά το εισιτήριο για τα προκριματικά του Γιουρόπα Λιγκ, το οποίο θα κριθεί στον τελικό του κυπέλλου ανάμεσα στην Πάφο και τον Απόλλωνα. Η ομάδα που θα κατακτήσει το τρόπαιο θα εξασφαλίζει και την έξοδο στη δεύτερη τη τάξει διοργάνωση της UEFA, ενώ η ηττημένη θα αρκестεί σε διαφορετική ευρωπαϊκή διαδρομή μέσω των προκριματικών του Κόνφερενς Λιγκ.

Η ομάδα του Χένινγκ Μπεργκ δεν έχασε και ακόμη κυνηγάει το ρεκόρ των 86 βαθμών που κατέχει ο ΑΠΟΕΛ, αφού έχει πλέον 81 βαθμούς και ενώ απομένουν άλλα τρία παιχνίδια. Η ΑΕΚ που έχει ήδη εξασφαλίζει μαθηματικά το εισιτήριο για την Ευρώπη, έφτασε τους 65 βαθμούς και παραμένει στη δεύτερη θέση.

Ο Απόλλωνας κέρδισε τον ΑΠΟΕΛ με 2-0 χάρη στα τέρματα του Γκάρι Ροντρίγκες και του Λιούμπιτς, και έριξε τη χαριστική βολή στους γαλαζοκίτρινους στα όνειρα για ευρωπαϊκό εισιτήριο. Αποβλήθηκε στις καθυστερήσεις ο Μαϊόλι. Η ομάδα της Λεμεσού μπήκε πιο αποφασιστικά στο παιχνίδι και πήρε από νωρίς τον έλεγχο, βρίσκοντας το γκολ από την άσπρη βούλα στο 4ο λεπτό με τον Γκάρι Ροντρίγκες, σε φάση που ξεκίνησε από σέντρα του Γκασπάρ και χέρι του Ρόσα. Ο Απόλλωνας πέτυχε και δεύτερο τέρμα, με τον ίδιο ποδοσφαιριστή, αλλά ακυρώθηκε για οφσάιντ.

Στο δεύτερο ημίχρονο ο ρυθμός έπεσε αισθη-



τά, με αρκετές διακοπές και δυνατές μονομαχίες στη μεσαία γραμμή. Ο Απόλλωνας, παρότι έχασε μεγάλη ευκαιρία με τον Ροντρίγκες για το 2-0, δεν πτοήθηκε και συνέχισε να ψάχνει το δεύτερο γκολ. Αυτό ήρθε στο 62', όταν μετά από φάση διαρκείας και αδράνεια της άμυνας του ΑΠΟΕΛ, ο Λιούμπιτς εκτέλεσε δυνατά μέσα από την περιοχή και «σφράγισε» τη νίκη.

Στα τελευταία λεπτά οι γαλαζοκίτρινοι δεν είχαν δυνάμεις ούτε καθαρό μυαλό για να επιστρέψουν στο παιχνίδι, με τον Απόλλωνα να διαχειρίζεται σχετικά άνετα το προβάδισμα και να φτάνει σε ακόμα ένα τρίποντο.

Με τον καλύτερο τρόπο ολοκλήρωσε τις φετινές εντός έδρας υποχρεώσεις της η Ανόρθωση, κερδίζοντας με το εντυπωσιακό 5-2 τη Freedom24 Krasava ENY, μπροστά στον ενθουσιώδη κόσμο της. Παράλληλα έκανε και το

πιο μεγάλο βήμα για την πρωτιά του β' γκρουπ. Η «Κυρία» πέτυχε τρίτη διαδοχική νίκη για πρώτη φορά μετά από περισσότερο από έναν χρόνο, με φόντο και το μόνους των 70 χιλιάδων ευρώ, που είναι και ιδιαίτερα σημαντικές με τα υφιστάμενα οικονομικά δεδομένα. Στόχος βέβαια είναι να κλείσει τη χρονιά με νίκη και απέναντι στον Ολυμπιακό.

Μεγάλο τρίποντο για την Ομόνοια Αραδίππου, με την ομάδα του Μαρίνου Σατσιά να κερδίζει τον Ακρίτα Χλώρακας και να εξασφαλίζει μαθηματικά την παραμονή της στην πρώτη κατηγορία.

Η ομάδα της Αραδίππου κατάφερε να πάρει το μεγάλο τρίποντο και να ανέβει στους 39 βαθμούς, εξασφαλίζοντας και μαθηματικά την παραμονή στην κατηγορία μια αγωνιστική πριν το τέλος του πρωταθλήματος.

## Πανάξια πρωταθλήτρια Ελλάδας η ΑΕΚ

Με το γκολ του Ζοάο Μάριο στο 3ο λεπτό των καθυστερήσεων η ΑΕΚ νίκησε τον Παναθηναϊκό 2-1 (με ανατροπή) στο πλαίσιο της 4ης αγωνιστικής των playoffs της Super League και σε συνδυασμό με το 1-1 ανάμεσα στον Ολυμπιακό και τον ΠΑΟΚ στο «Γ. Καραϊσκάκης» κατέκτησε και μαθηματικά τον τίτλο του πρωταθλητή Ελλάδος, επιστρέφοντας στην κορυφή έπειτα από μία τριετία.

Ο Παναθηναϊκός προηγήθηκε με το τέρμα του Τεττή στο 62', όμως η ΑΕΚ «γύρισε» το ματς με τα τέρματα των Ζίνι (72') και Ζοάο Μάριο (90'+3') και κατέκτησε το πρωτάθλημα, δύο αγωνιστικές πριν τη λήξη των Playoffs.

Στο δεύτερο ημίχρονο ο Παναθηναϊκός συνέχισε να έχει πολύ συμπαγή εικόνα και στο 63' άνοιξε το σκορ. Από καταπληκτική ενέργεια του Παντελίδη από τα δεξιά και πάσα προς τον Αντίνο σε δεύτερο χρόνο, ο Τσέριν έπιασε ένα τρομερό πλασέ στη συμβολή των δοκών κι ο Τεττή στην επαναφορά με το κεφάλι έκανε το 1-0 για τους «πράσινους». Η ΑΕΚ έβγαλε γρήγορα «αντίδραση» και στο 72' έφερε το ματς στα ίσα με τον Ζίνι, ο οποίος είχε περάσει στο γήπεδο στο 66'. Σε φάση διαρκείας μέσα στην περιοχή των «πράσινων» η μπάλα κατέληξε στον νεαρό φορ της ΑΕΚ που με ένα τρομερά δυνατό σουτ, έφερε το ματς στα ίσα (1-1). Τρία λεπτά αργότερα (75') ο Ζίνι είχε ένα πλασέ στο



δοκάρι, έπειτα από πολύ άστοχη έξοδο του Λαφόν, ενώ στο 85' ο Πάντοβιτς δε ν μπόρεσε να δώσει σωστά την μπάλα την τελευταία στιγμή προς τον Τζούριτσιτς. Στο 89' ο Λαφόν έκανε καταπληκτική διπλή επέμβαση πάνω στον Πό-

βιτς κι αμέσως μετά πάνω στον Ρότα, διατηρώντας το σκορ στο 1-1. Στο 90'+3' ο Ζοάο Μάριο έπειτα από ασίστ του Πόβιτς, έκανε το 2-1 για την ΑΕΚ και της χάρισε τον τίτλο μέσα σε εξαιρετικούς πανηγυρισμούς.



## Τελέστηκε το μνημόσυνο Καραολή και Δημητρίου

### Εκδήλωση τιμής για την Ελληνίδα-Κύπρια Μάνα

Την περασμένη Κυριακή, 10 Μαΐου 2026, πραγματοποιήθηκε στο Παλαιχώρι η καθιερωμένη εκδήλωση του ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου προς τιμή της Ελληνίδα-Κύπριας Μάνας, παρουσία εκπροσώπων της Πολιτείας, οργανωμένων συνόλων και πλήθους κόσμου. Της εκδήλωσης προηγήθηκε το μνημόσυνο των ηρώων Μιχαλάκη Καραολή και Ανδρέα Δημητρίου στον Ιερό Ναό Παναγίας Χρυσοπαντάνασσας, όπου επιμνημόσυνο λόγο εκφώνησε ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας Νίκος Χριστοδουλίδης. Ακολούθησε τρισάγιο και κατάθεση στεφάνων στο μνημείο των Ηρώων. Εκ μέρους της ΣΕΚ στεφάνι κατέθεσε ο Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας, Πανίκος Αργυρίδης. Στη συνέχεια πραγματοποιήθηκε η Πορτή της Μάνας στο οίκημα του ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου. Στο πλαίσιο της εκδήλωσης απονεμήθηκε μεταθανάτια τιμητική διάκριση στον γλύπτη Θεόδωρο Βασιλείου, δημιουργό του αγάλματος της μάνας, ως ένδειξη αναγνώρισης της προσφοράς και του έργου του.

## Η ΣΕΚ ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΣΑΣ

Η ΣΕΚ με τη γραμμή στήριξης παρέχει ψυχολογική και εργασιακή υποστήριξη ενάντια στον εργασιακό εκφοβισμό και τη σεξουαλική παρενόχληση. Πρόκειται για απαράδεκτα φαινόμενα που δεν έχουν καμιά θέση στην αγορά εργασίας.

Καλέστε στο 77-77-55-75



Σχέδιο Κατάρτισης Μακροχρόνια Ανέργων σε Επιχειρήσεις/Οργανισμούς

## Συνάντηση ΣΕΚ με τον Υπουργό Εργασίας

### Στο επίκεντρο οι επιπτώσεις του αφθώδους πυρετού και η προστασία των εργαζομένων



Πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 7 Μαΐου 2026, συνάντηση της ΣΕΚ με τον Υπουργό Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, κ. Μαρίνο Μουσιούττα, σε συνέχεια επιστολής που απέστειλε η Ομοσπονδία Μεταφορών Πετρελαιοειδών και Γεωργίας της ΣΕΚ, αναφορικά με τις επιπτώσεις του αφθώδους πυρετού στον κτηνοτροφικό κλάδο και τον κίνδυνο απώλειας θέσεων εργασίας. Στη συνάντηση με τον Υπουργό, τον Διευθυντή του Τμήματος Εργασίας και αρμόδιους λειτουργούς του Υπουργείου, τη ΣΕΚ εκπροσώπησαν ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας και ο Γενικός Γραμματέας της ΟΜΕΠΕΓΕ ΣΕΚ, Χαράλαμπος Αυγουστή. Στο πλαίσιο της συνάντησης συζητήθηκαν οι επιπτώσεις που προκαλεί ο αφθώδης πυρετός στον κτηνοτροφικό και ευρύτερο αγροτικό

τομέα, καθώς και η ανάγκη λήψης μέτρων για την προστασία των εργαζομένων και τη διαχείριση του προβλήματος. Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στη διασφάλιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων, τόσο των Κυπρίων και κοινοτικών εργαζομένων όσο και στη διαχείριση των θεμάτων που αφορούν τους εργαζομένους από Τρίτες Χώρες. Αποφασίστηκε η καταγραφή και αξιολόγηση των δεδομένων, σε συνεννόηση και συνεργασία με το Υπουργείο Γεωργίας, ώστε να δημιουργηθούν οι απαιτούμενες συνθήκες και προϋποθέσεις για τη συνολική στήριξη των επηρεαζόμενων γεωργοκτηνοτρόφων, σε συνάρτηση με τη διασφάλιση των δικαιωμάτων των επηρεαζόμενων εργαζομένων, καθώς και την αποτροπή φαινομένων παράνομης απασχόλησης και παράνομης διαμονής στην Κυπριακή Δημοκρατία.

## Φόρος τιμής στον αγωνιστή της ΕΟΚΑ Μιχάλη Ολύμπιο

Με εθνική υπερηφάνεια τελέστηκε την περασμένη Κυριακή 10 Μαΐου 2026, στον Ιερό Ναό Αγίου Επιφανίου στα Λύμπια, το ετήσιο εθνικό μνημόσυνο του ήρωα της ΕΟΚΑ Μιχάλη Ολύμπιου, παρουσία συγγενών, εκπροσώπων οργανωμένων συνόλων, τοπικών αρχών και πλήθους κόσμου.

Το μνημόσυνο διοργανώθηκε από την οικογένεια του ήρωα σε συνεργασία με τα Διοικητικά Συμβούλια των Σωματείων «Απόλλων» Λυμπίων και «Μιχαήλ Ολύμπιος» Ιδαίου, με στόχο τη διατήρηση άσβεστης της μνήμης και της προσφοράς του Μιχάλη Ολύμπιου στον απελευθερωτικό αγώνα της ΕΟΚΑ.

Τον επιμνημόσυνο λόγο εκφώνησε ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, ο οποίος εξήρε τη θυσία και την αγωνιστικότητα του ήρωα, τονίζοντας ότι «οι ήρωες αντέχουν, αγωνίζονται, αντιστέκονται και δεν υποκύπτουν, πιστοί στον όρκο τιμής και λεβεντιάς». Παράλληλα, υπογράμμισε πως το παράδειγμα ζωής και θυσίας του Μιχάλη Ολύμπιου αποτελεί διαχρονική παρακαταθήκη για τις νεότερες γενιές.

Αναφερόμενος στα φρικτά βασανιστήρια που υπέστη ο ήρωας από τους Άγγλους αποικιοκράτες, σημείωσε ότι «δεν λύγισε, δεν υπέκυψε και δεν πρόδωσε», παραμένοντας



πιστός στην πατρίδα και στα ιδανικά του μέχρι τέλους. Τόνισε ακόμη πως το τελευταίο μήνυμα του Μιχάλη Ολύμπιου, «Υπομονή, πίστη και αγάπη προς την πατρίδα», παραμένει επίκαιρο και διαχρονικό για τον κυπριακό Ελληνισμό.

Ολόκληρος ο επιμνημόσυνος λόγος στις σελίδες 8 και 9