ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΤΕΤΑΡΤΗ 14 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026 | ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1950 | ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 3360 | ΤΙΜΗ €0.70

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

Υπογράφηκε η Συλλογική Σύμβαση στον ΕΟΑ Αμμοχώστου



σελ.3

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ

Όταν η σιωπή γίνεται κραυγή απόγνωσης



σελ.8

ΕΙΔΗΣΗ

Εγκρίθηκε η νέα πρόταση για το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό



σελ.16

Επιβεβαιώνονται οι παραστάσεις της ΣΕΚ για την αναγκαιότητα αλλαγών

Βελτιώνονται οι ρυθμίσεις για τη συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση

Αποτρέπεται η μείωση συνταξιοδοτικών ωφελημάτων



Σημαντικές εξελίξεις καταγράφονται στο πλαίσιο του κοινωνικού διαλόγου για τη συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση, μετά τις έντονες παρεμβάσεις- παραστάσεις της ΣΕΚ, οι οποίες, οδήγησαν σε αναθεωρημένες ρυθμίσεις που δημιουργούν προοπτικές για ουσιαστικές βελτιώσεις του προτεινόμενου πλαισίου.

Με βάση τα νέα δεδομένα, διαμορφώνονται συνθήκες που αποτρέπουν τη μείωση των συνταξιοδοτικών ωφελημάτων, εξέλιξη που επιτρέπει τη συνέχιση των διαβουλεύσεων με μεγαλύτερη αισιοδοξία.

Στην επόμενη συνάντηση του Εργατικού Συμβουλευτικού Σώματος που είναι καθορισμένη για αύριο, Πέμπτη, θα συνεχιστεί η συζήτηση για την περαιτέρω προσέγγιση των θέσεων και την επίτευξη ακόμη μεγαλύτερων συγκλίσεων, πριν από την κατάθεση του νομοσχεδίου στη Βουλή.

Η ΣΕΚ εκφράζει την ικανοποίησή της για τις νέες, αναθεωρημένες ρυθμίσεις, υπογραμμίζοντας ότι αυτές επιβεβαιώνουν ότι η ουσιαστική παρέμβαση και τεκμηρίωση των θέσεων της ήταν αναγκαίες και επωφελείς δημιουργώντας περιθώρια για μεγαλύτερες βελτιώσεις.

Επισημαίνεται πως η διασφάλιση των συνταξιοδοτικών ωφελημάτων αποτελεί κρίσιμο στοιχείο για την προώθηση μιας συνταξιοδοτικής μεταρρύθμισης που θα ανταποκρίνεται στις ανάγκες τόσο των σημερινών όσο και των μελλοντικών συνταξιούχων.

Παρά τις θετικές εξελίξεις, παραμένει ανοικτό το κεφάλαιο του Πυλώνα 0, με τη ΣΕΚ να θέτει επί τάπητος την ανάγκη για μεγαλύτερη οικονομική στήριξη από το κράτος προς τους χαμηλοσυνταξιούχους που λαμβάνουν συντάξεις κάτω από το όριο της φτώχειας.

Το συγκεκριμένο ζήτημα εξακολουθεί να αποτελεί σημαντική εκκρεμότητα, καθώς συνδέεται άμεσα με την προστασία των πιο ευάλωτων ομάδων της κοινωνίας και τη διασφάλιση αξιοπρεπών και ποιοτικών συνθηκών διαβίωσης τους.

Την ίδια ώρα, αναμένεται να συνεχιστεί η συζήτηση για τον Δεύτερο Πυλώνα δηλαδή τα Ταμεία Προνοίας που θα συμβάλουν περαιτέρω στη διασφάλιση επαρκών συντάξεων. Σημειώνεται ότι η εξέταση του θέματος έχει ολοκληρωθεί στην τεχνική επιτροπή.

Η συνέχιση της διαβούλευσης αναμένεται να συμβάλει στην περαιτέρω επεξεργασία των ρυθμίσεων και στην προσπάθεια εξεύρεσης κοινά αποδεκτών λύσεων συμπεριλαμβανομένων των θεμάτων που αφορούν την αποκατάσταση των χήρων πριν την 1/1/18 και της αναλογιστικής προσαρμογής(12%).

Οι επόμενες συναντήσεις στο Εργατικό Συμβουλευτικό Σώμα θεωρούνται καθοριστικές για την πορεία της μεταρρύθμισης, με τη ΣΕΚ να επιμένει στην ανάγκη ουσιαστικών βελτιώσεων, προστασίας των συνταξιοδοτικών δικαιωμάτων και ενίσχυσης της κοινωνικής προστασίας, πριν το τελικό νομοσχέδιο οδηγηθεί ενώπιον της Βουλής.

Η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία αποτελούν δικαίωμα και όχι προνόμιο

Με την ψυχική υγεία των εργαζομένων να αναδεικνύεται σε μία από τις σημαντικότερες προκλήσεις της σύγχρονης αγοράς εργασίας, πλησιάζει η επίσημη τελετή έναρξης της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία 2026, η οποία θα πραγματοποιηθεί τη Δευτέρα 19 Οκτωβρίου, με τη χρηματοδότηση του Ευρωπαϊκού Οργανισμού για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA).

Η φετινή Ευρωπαϊκή Εβδομάδα συμπίπτει με την έναρξη της νέας ευρωπαϊκής εκστρατείας για την περίοδο 2026–2028, με τίτλο «Μαζί για την ψυχική υγεία στην εργασία», στέλνοντας ένα σαφές μήνυμα: η προστασία των εργαζομένων δεν περιορίζεται στην πρόληψη των ατυχημάτων και των σωματικών ασθενειών, αλλά περιλαμβάνει και την αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους και της υπερβολικής πίεσης.

Τα ευρήματα της ευρωπαϊκής έρευνας OSH Pulse 2025 είναι ενδεικτικά της έκτασης του προβλήματος και αναδεικνύουν την ανάγκη για ουσιαστικότερες παρεμβάσεις και τη δημιουργία αποτελεσματικών μηχανισμών πρόληψης και υποστήριξης. Συγκεκριμένα, το 29% των εργαζομένων στην ΕΕ δηλώνει ότι αντιμετωπίζει κατάθλιψη ή άγχος που προκαλείται ή επιδεινώνεται από την εργασία.

Μπροστά σε αυτή την πραγματικότητα, η πρόληψη των ψυχοκοινωνικών κινδύνων πρέπει να αποτελέσει βασικό στοιχείο κάθε πολιτικής για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία. Η ουσιαστική αξιολόγηση των συνθηκών εργασίας, η αντιμετώπιση της βίας και της παρενόχλησης, η αναγνώριση και η επιβράβευση της προσπάθειας των εργαζομένων, καθώς και η δημιουργία ενός υποστηρικτικού εργασιακού περιβάλλοντος, αποτελούν απαραίτητες προϋποθέσεις.

Παράλληλα, η Συνομοσπονδία Ευρωπαϊκών Συνδικάτων (ETUC) διεκδικεί από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή την έκδοση ειδικής, δεσμευτικής ευρωπαϊκής οδηγίας Quality Jobs Act (Πράξη για Ποιοτικές Θέσεις Εργασίας), με στόχο τη βελτίωση των συνθηκών απασχόλησης, της ασφάλειας και υγείας και της προστασίας των εργασιακών δικαιωμάτων.Οι προκλήσεις εντείνονται λόγω και της ψηφιοποίησης, της χρήσης της τεχνητής νοημοσύνης, της αλγοριθμικής διαχείρισης της εργασίας, αλλά και των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής.

Καθώς πλησιάζει η τελετή έναρξης της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία, το ζητούμενο δεν είναι μόνο η ανάδειξη των προβλημάτων, αλλά κυρίως η ανάληψη συγκεκριμένων πρωτοβουλιών για την αντιμετώπισή τους. Ο κοινωνικός διάλογος και η ενεργός συμμετοχή όλων των εμπλεκόμενων φορέων στον σχεδιασμό και την εφαρμογή αποτελεσματικών προληπτικών μέτρων αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για τη διασφάλιση ασφαλών και υγιών χώρων εργασίας.

Η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία αποτελούν δικαίωμα κάθε εργαζομένου. Η προστασία τόσο της σωματικής όσο και της ψυχικής υγείας πρέπει να βρίσκεται στο επίκεντρο κάθε προσπάθειας, με βασικό στόχο κάθε εργαζόμενος να επιστρέφει στο σπίτι του με ασφάλεια και υγεία στο τέλος της εργάσιμης ημέρας.

ΣΕΚ: Πρωτοπόρα δύναμη στους εργατικούς, κοινωνικούς και εθνικούς αγώνες

Ε νιαία θέση ΣΕΚ και ΔΗΚΟ για υποχρεωτικά ταμεία προνοίας

☞ Στόχος αξιοπρεπείς συντάξεις χωρίς αύξηση εισφορών και ορίου αφυπηρέτησης

Ρ ιζικές αλλαγές στο νομοσχέδιο για τη συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση

☞ Αποτρέπεται ο κίνδυνος για μειώσεις στις συντάξεις

Γ ια να έχει ο κατώτατος μισθός πραγματική αξία

☞ Πρέπει να διασυνδεθεί με την ωριαία του απόδοση

Α σφαλείς και υγιείς Χώροι Εργασίας

☞ Η πρόληψη των κινδύνων αποτελεί την καλύτερη θεραπεία

Τ α εργατικά ατυχήματα αποτελούν σοβαρή πληγή στην αγορά εργασίας

☞ Ο ανθρώπινος πόνος και οι απώλειες ζωών δεν μπορεί να γίνονται ανεκτά

Ι σότιμοι όροι απασχόλησης για όλους τους εργαζομένους

☞ Προτεραιότητα μας η έμφυλη ισότητα μέσω και της μισθολογικής διαφάνειας

Κ ερδίζουμε μέσα από τον διάλογο και τη συλλογική διαπραγμάτευση

☞ Εργαλεία για επίτευξη της αξιοπρεπούς εργασίας

Η αξιοπρεπής εργασία δεν είναι αφηρημένη έννοια

☞ Αποτελεί δείκτη ουσιαστικής ανάπτυξης

Φ ρένο στον αθέμιτο ανταγωνισμό στην αγορά εργασίας

☞ Ζητούμε ρύθμιση της Στρατηγικής για την Απασχόληση Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες

Ω ς θετική χαρακτηρίζεται η αποδοχή της κυβερνητικής πρότασης από το Ωρομίσθιο Προσωπικό

☞ Ο αγώνας για αξιοπρεπείς απολαβές είναι αδιάκοπος

Ν οείται ότι μόνο μέσα από τον διάλογο επιτυγχάνονται καλύτερα αποτελέσματα

☞ Οι διαφωνίες και οι αντίθετες απόψεις είναι και αυτές μέρος της διαδικασίας

Η υπογραφή συλλογικών συμβάσεων διασφαλίζει την εργασιακή ειρήνη

☞ Προς όφελος τόσο των εργαζομένων όσο και των εργοδοτών

Θέσεις πέραν από τους τίτλους…



Η αξιοπρεπής εργασία δεν είναι πολυτέλεια αλλά προϋπόθεση για μια ισχυρή οικονομία. Απαιτεί επένδυση στον άνθρωπο, προστασία των δικαιωμάτων και ουσιαστική κοινωνική δικαιοσύνη.

• Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα για την Αξιοπρεπή Εργασία που εορτάζεται τις 7 Οκτωβρίου είναι αναγκαίο να υπενθυμίσουμε ότι η εργασία δεν είναι απλώς μέσο βιοπορισμού. Δεν μπορούμε να μιλάμε για αξιοπρέπεια στην εργασία όταν δεν υπάρχουν αξιοπρεπείς αποδοχές, συνθήκες ασφάλειας και υγείας, σταθερότητα και προοπτικές εξέλιξης.

• Σε μια κοινωνία που εστιάζει την προσοχή της στην ανταγωνιστικότητα, την παραγωγικότητα και την τεχνολογική πρόοδο, το ερώτημα που προκύπτει είναι συγκεκριμένο. Ποιά αξία έχει η οικονομική ανάπτυξη, όταν αυτό δεν μεταφράζεται σε καλύτερη ζωή για τους εργαζόμενους.



• Ανταγωνιστικότητα και κοινωνική δικαιοσύνη δεν είναι αντίθετες έννοιες. Μπορούν να συνυπάρξουν. Η πρόοδος μπορεί να επιτελεστεί επενδύοντας στην καινοτομία, στις δεξιότητες και στους ανθρώπους, διασφαλίζοντας ότι τα οφέλη της ανάπτυξης κατανέμονται στη βάση της δικαιοσύνης και της ηθικής.

• Ένα ισχυρό νομοθετικό πλαίσιο για ποιοτικές θέσεις εργασίας, με δεσμευτικούς κανόνες, αποτελεσματικούς ελέγχους, ενίσχυση των συλλογικών διαπραγματεύσεων και ουσιαστική προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων θα διασφαλίσουν αξιοπρεπείς συνθήκες εργασίας.

• Είναι καθοριστικής σημασίας η διασφάλιση ίσων ευκαιριών για όλους, χωρίς διακρίσεις λόγω φύλου, ηλικίας ή κοινωνικής προέλευσης. Ιδιαίτερη αναφορά χρειάζεται για τους νέους που εισέρχονται στην αγορά εργασίας, τους εργαζόμενους που αντιμετωπίζουν επισφαλείς συνθήκες απασχόλησης, αλλά και όσους κινδυνεύουν να αποκλειστούν εξαιτίας των ραγδαίων τεχνολογικών αλλαγών.

• Η διά βίου μάθηση, η επαγγελματική κατάρτιση και η στήριξη της απασχόλησης αποτελούν ουσιαστικά εργαλεία για μια αγορά εργασίας με προοπτική που θα προσαρμόζεται με ευελιξία στις εξελίξεις.

• Η αξιοπρεπής εργασία δεν είναι μόνο ευθύνη της Πολιτείας, αλλά συλλογική υποχρέωση των κοινωνικών εταίρων με την προϋπόθεση ότι προσφέρεται ο απαιτούμενος χρόνος στον Κοινωνικό Διάλογο χωρίς ασφυκτικά χρονοδιαγράμματα.

Η υπογραφή συλλογικών συμβάσεων εργασίας αποτελεί σημαντικό μέσο προστασίας των δικαιωμάτων των εργαζομένων και σημαντική επένδυση για κάθε επιχείρηση.

• Συμβάλλει στη βελτίωση των μισθών, των ωραρίων και των παρεμφερών ωφελημάτων, ενισχύει την εργασιακή ασφάλεια όπως και τον διάλογο και τη συνεργασία μεταξύ εργαζομένων και εργοδοτών.

• Οι συλλογικές συμβάσεις δημιουργούν πιο δίκαιες εργασιακές σχέσεις, μειώνουν τις ανισότητες και ενισχύουν την κοινωνική συνοχή και την εργασιακή ειρήνη.

• Η διασφάλιση της εργασιακής ειρήνης, η ενίσχυση του αισθήματος ικανοποίησης των εργαζομένων και η αύξηση της παραγωγικότητας αποτελούν εξίσου σημαντικά οφέλη των συλλογικών συμβάσεων.

• Όταν οι εργαζόμενοι αισθάνονται ότι τα δικαιώματα και οι ανάγκες τους γίνονται σεβαστά, ενισχύονται η εμπιστοσύνη, η συνεργασία και το θετικό εργασιακό κλίμα, με αποτέλεσμα την καλύτερη απόδοση και την ανάπτυξη της επιχείρησης.

• Αναμένουμε το συντομότερο η πολιτεία να δράσει καταλυτικά στην εφαρμογή της νομοθεσίας για επέκταση και εδραίωση των συλλογικών συμβάσεων

• Και τότε και οι πιο άπιστοι Θωμάδες θα πεισθούν για τα οφέλη και τα θαύματα της συνεργασίας εργαζομένων και εργοδοτών.

"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 14 Οκτωβρίου	Πέμπτη 15 Οκτωβρίου	Παρασκευή 16 Οκτωβρίου	Σάββατο 17 Οκτωβρίου	Κυριακή 18 Οκτωβρίου	Δευτέρα 19 Οκτωβρίου	Τρίτη 20 Οκτωβρίου
Μεγαλομαρτύρων Γερβασίου και Ναζαρίου, Οσίου Ιγνατίου επισκόπου Μηθύμνης	Αγίου Λουκιανού πρεσβυτέρου Αντιοχείας	Μάρτυρος Λογγίνου του εκατοντάρχου, Μαρτύρων Δομετίου Δομνίνου Λεοντίου και Τερεντίου	Αγίου Αντιγόνου, Αγίου Ευπρεπίου μάρτυρος	Λουκά του Ευαγγελιστού, Αγίου Μαρίνου του γέροντος	Αγίων Ανδρομάχης και Ανδρομάχου, Αγίου Συμεών του Νέου θεολόγου, Αγίου Βαλαντίου ασκητού εν Κύπρω	Ιερομαρτύρων Κάρπου και Αγαθονίκης, Νεομάρτυρος Χρυσής, Αγίου Φλωρεντίου του Θεσσαλονικέως

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

ΕΟΑ Αμμοχώστου

Υπογράφηκε η Συλλογική Σύμβαση με σχέδιο επιβράβευσης για τους εργαζομένους



Σημαντική πρόνοια για τη δημιουργία Σχεδίου Επιβράβευσης Προσωπικού περιλαμβάνει η νέα Συλλογική Σύμβαση Εργασίας του ΕΟΑ Αμμοχώστου, η οποία υπογράφηκε την Πέμπτη, 8 Οκτωβρίου 2026, με στόχο την επιβράβευση της αποδοτικότητας, της παραγωγικότητας και της πρωτοβουλίας των εργαζομένων, στη βάση αντικειμενικών και μετρήσιμων κριτηρίων.

Η υπογραφή της Συλλογικής Σύμβασης από τη διοίκηση του ΕΟΑ Αμμοχώστου και τις συνδικαλιστικές οργανώσεις ΟΗΟ-ΣΕΚ και ΣΗΔΗΚΕΚ-ΠΕΟ πραγματοποιήθηκε στο αμφιθέατρο του Οργανισμού, παρουσία εκπροσώπων των συντεχνιών, της Ομοσπονδίας Εργοδοτών και Βιομηχάνων (ΟΕΒ), του Εμπορικού και Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Αμμοχώστου (ΕΒΕΑ), καθώς και του προσωπικού.

Τη Σύμβαση υπέγραψαν ο Πρόεδρος του ΕΟΑ Αμμοχώστου, Γιάννης Καρούσος, ο Γενικός Γραμματέας της ΟΗΟ-ΣΕΚ, Ανδρέας Ηλία, και ο Γενικός Γραμματέας της ΣΗΔΗΚΕΚ-ΠΕΟ, Νίκος Γρηγορίου.

Πριν από την υπογραφή, πραγματοποιήθηκε Γενική Συνέλευση των εργαζομένων του ΕΟΑ Αμμοχώστου, η οποία ενέκρινε το πλαίσιο της Συλλογικής Σύμβασης και εξουσιοδότησε τις ηγεσίες των συνδικαλιστικών οργανώσεων να προχωρήσουν στην υπογραφή της.

Σε δηλώσεις του, ο Γενικός Γραμματέας της ΟΗΟ-ΣΕΚ, Ανδρέας Ηλία, εξέφρασε την ικανοποίησή του για την υπογραφή της Συλλογικής Σύμβασης, σημειώνοντας ότι με τη συμφωνία στον ΕΟΑ Αμμοχώστου ολοκληρώνεται το πλαίσιο της Παγκύπριας Συλλογικής Σύμβασης για τους εργαζομένους των ΕΟΑ.

Όπως ανέφερε, οι πρόνοιες της Σύμβασης ρυθμίζουν με ομοιόμορφο τρόπο τους όρους απασχόλησης τόσο του υπαλληλικού όσο και του ωρομίσθιου προσωπικού. Παράλληλα, δημιουργείται ένα πλαίσιο συνεχούς αξιολόγησης και επανακαθορισμού των όρων αυτών, προς όφελος των εργαζομένων, αλλά και της αποτελεσματικότερης λειτουργίας των ΕΟΑ.

Στο πλαίσιο αυτό, ιδιαίτερη σημασία έχει η πρόνοια για τη δημιουργία Σχεδίου Επιβράβευσης Προσωπικού, το οποίο αποσκοπεί στη διαμόρφωση ενός δίκαιου, διαφανούς και αξιοκρατικού συστήματος. Το σχέδιο θα αναγνωρίζει την αποδοτικότητα, την παραγωγικότητα, την ανάληψη πρωτοβουλιών και τη συμβολή των εργαζομένων στην επίτευξη των στόχων του Οργανισμού, στη βάση αντικειμενικών και μετρήσιμων κριτηρίων.

Από την πλευρά του, ο Πρόεδρος του ΕΟΑ Αμμοχώστου, Γιάννης Καρούσος, χαρακτήρισε τη σημερινή ημέρα σημαντική για τον Οργανισμό και το προσωπικό του, σημειώνοντας ότι η Συλλογική Σύμβαση αποτελεί τη βάση για τη δημιουργία ενός σύγχρονου εργασιακού περιβάλλοντος, το οποίο θα στηρίζεται στη συνεργασία, τον αμοιβαίο σεβασμό και την εμπιστοσύνη.

Νέα στοιχεία Eurostat

Αύξηση 1,5% στην παραγωγή υπηρεσιών σε ΕΕ και ευρωζώνη τον Ιούλιο

Κατά 1,5% αυξήθηκε η παραγωγή υπηρεσιών τόσο στην ευρωζώνη όσο και στην ΕΕ τον Ιούλιο φέτος, σε σύγκριση με τον ίδιο μήνα του 2025, σύμφωνα με τα στοιχεία που δημοσίευσε η Eurostat.

Σε μηνιαία βάση, τον Ιούλιο σε σύγκριση με τον Ιούνιο του 2026, η εποχικά διορθωμένη παραγωγή υπηρεσιών αυξήθηκε κατά 0,4% στην ευρωζώνη και κατά 0,3% στην ΕΕ. Τον Ιούνιο είχε καταγραφεί μείωση κατά 0,3% τόσο στην ευρωζώνη όσο και στην ΕΕ.

Στην ευρωζώνη, σε σύγκριση με τον Ιούνιο, η παραγωγή στις μεταφορές και την αποθήκευση μειώθηκε κατά 0,1%. Αντίθετα, αυξήθηκε κατά 0,6% στις υπηρεσίες καταλύματος και εστίασης, κατά 0,4% στην πληροφόρηση και επικοινωνία, κατά 0,7% στις δραστηριότητες ακινήτων, κατά 1,1% στις επαγγελματικές, επιστημονικές και τεχνικές δραστηριότητες και κατά 0,3% στις διοικητικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες.

Στην ΕΕ, η παραγωγή στις μεταφορές και την αποθήκευση μειώθηκε επίσης κατά 0,1%. Αύξηση 0,5% καταγράφηκε στις υπηρεσίες καταλύματος και εστίασης, 0,5% στην πληροφόρηση και επικοινωνία, 0,3% στις δραστηριότητες ακινήτων, 1,0% στις επαγγελματικές, επιστημονικές και τεχνικές δραστηριότητες και 0,3% στις διοικητικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες.



Μεταξύ των κρατών μελών για τα οποία υπάρχουν διαθέσιμα στοιχεία, τις μεγαλύτερες μηνιαίες αυξήσεις κατέγραψαν το Λουξεμβούργο με 7,6%, η Ελλάδα με 5,1% και η Σουηδία με 1,5%. Οι μεγαλύτερες μειώσεις σημειώθηκαν στην Ουγγαρία με 4,5%, τη Δανία με 3,1% και τη Σλοβενία με 2,7%.

Σε ετήσια βάση, στην ευρωζώνη η μεγαλύτερη αύξηση μεταξύ των επιμέρους κλάδων καταγράφηκε στην πληροφόρηση και επικοινωνία με 3,1%. Ακολούθησαν οι επαγγελματικές, επιστημονικές και τεχνικές δραστηριότητες με 1,7%, οι μεταφορές και η αποθήκευση με 1,5%, οι υπηρεσίες καταλύματος και εστίασης με 0,8%, οι δραστηριότητες ακινήτων με 0,7% και οι διοικητικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες με 0,6%.

Στην ΕΕ, η παραγωγή αυξήθηκε κατά 3,2% στην πληροφόρηση και επικοινωνία, κατά 1,6% στις μεταφορές και την αποθήκευση, κατά 1,3% στις επαγγελματικές, επιστημονικές και τεχνικές δραστηριότητες, κατά 0,9% στις διοικητικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες, κατά 0,7% στις υπηρεσίες καταλύματος και εστίασης και κατά 0,2% στις δραστηριότητες ακινήτων.

Τις μεγαλύτερες ετήσιες αυξήσεις μεταξύ των κρατών μελών με διαθέσιμα στοιχεία κατέγραψαν η Ελλάδα με 16,1%, η Σλοβακία με 8,7% και η Εσθονία με 8,0%. Οι μεγαλύτερες μειώσεις καταγράφηκαν στην Ουγγαρία με 5,4%, τη Ρουμανία με 4,6% και τη Δανία με 4,1%.

Σημειώνεται ότι για την Κύπρο τα σχετικά στοιχεία χαρακτηρίζονται από τη Eurostat ως εμπιστευτικά.

Πρόγραμμα ΘΑΛΕΙΑ 2021-2027

Σχέδιο Χορηγιών «Εξοικονομώ – Αναβαθμίζω στις Κατοικίες (2026)»



Το Υπουργείο Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας ανακοινώνει Πρόσκληση για υποβολή αιτήσεων για το Σχέδιο Χορηγιών «Εξοικονομώ – Αναβαθμίζω στις Κατοικίες (2026)», το οποίο περιλαμβάνεται στο Πρόγραμμα «ΘΑλΕΙΑ 2021-2027» και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ) της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) και την Κυπριακή Δημοκρατία, με συνολικό προϋπολογισμό 20.000.000 ευρώ.

Αιτήσεις θα γίνονται δεκτές από την Τρίτη, 20 Οκτωβρίου 2026, και ώρα 9:00, έως τις 30 Δεκεμβρίου 2026, και ώρα 23:59, ή μέχρι εξαντλήσεως του διαθέσιμου προϋπολογισμού, μόνο μέσω του ηλεκτρονικού Συστήματος Σχεδίων Χορηγιών της Υπηρεσίας Βιομηχανίας και Τεχνολογίας, χρησιμοποιώντας τους φυλλομετρητές Chrome, Firefox και Edge. Η σειρά προτεραιότητας θα καθορίζεται με βάση τη σειρά υποβολής των προτάσεων (άμεση αξιολόγηση).

Δικαίωμα υποβολής αίτησης έχει κάθε φυσικό πρόσωπο, το οποίο θα μπορεί να υποβάλει μία αίτηση στο πλαίσιο της πρόσκλησης.

Οι κατοικίες θα πρέπει να πληρούν τις ακόλουθες προϋποθέσεις:

να ανήκουν σε φυσικά πρόσωπα.

να έχουν υφιστάμενο λογαριασμό ΑΗΚ με οικιακή διατίμηση και αυτός να ανήκει σε φυσικό πρόσωπο.

η πρώτη σύνδεση της κατοικίας με το δίκτυο να έχει γίνει πριν από την 1η Ιανουαρίου 2008 (ή η αίτηση για την έκδοση της πολεοδομικής / οικοδομικής τους άδειας να υποβλήθηκε πριν τις 21/12/2007).

Το Σχέδιο καλύπτει επενδύσεις θερμομόνωσης του κελύφους, αντικατάστασης κουφωμάτων, εγκατάστασης συστημάτων σκίασης, ηλιακών συστημάτων θέρμανσης νερού, αυτόνομων κλιματιστικών και συστημάτων θέρμανσης / ψύξης με αντλίες θερμότητας ψηλής απόδοσης, εγκατάστασης φωτοβολταϊκών συστημάτων, καθώς και εγκατάστασης μπαταριών αποθήκευσης ενέργειας και δαπάνες παροχής υπηρεσιών από ειδικευμένο εμπειρογνώμονα.

Πριν την υποβολή αίτησης, οι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει, μεταξύ άλλων, να εξασφαλίσουν Πιστοποιητικό Ενεργειακής Απόδοσης (ΠΕΑ) για την κατοικία τους, το οποίο εκδίδεται από Ειδικευμένους Εμπειρογνώμονες εγγεγραμμένους στο σχετικό μητρώο της Υπηρεσίας Ενέργειας.

Το Σχέδιο εφαρμόζεται με διαδικασία απλοποιημένου κόστους, καθορίζοντας συγκεκριμένο ποσό χορηγίας για κάθε είδος επιλέξιμης δαπάνης. Για τις κατοικίες ευάλωτων καταναλωτών, κατοικίες σε ορεινές περιοχές και κατοικίες προσφύγων σε προσφυγικούς συνοικισμούς, παρέχεται αυξημένη χορηγία. Ο αναλυτικός πίνακας δαπανών είναι αναρτημένος στο Παράρτημα Α του Οδηγού Εφαρμογής του Σχεδίου, ο οποίος παρατίθεται πιο κάτω.

Το μέγιστο ποσό χορηγίας που μπορεί να παραχωρηθεί σε κάθε κατοικία, καθορίζεται από τον τύπο επένδυσης που θα επιλεγεί. Συγκεκριμένα:

Τύπος επένδυσης Α: Μέγιστο ποσό χορηγίας 32.000 ευρώ. Αφορά κατοικίες που θα αναβαθμιστούν σε Κτήρια με Σχεδόν Μηδενική Κατανάλωση Ενέργειας και θα επιτύχουν εξοικονόμηση ενέργειας τουλάχιστον 60%.

Τύπος επένδυσης Β: Μέγιστο ποσό χορηγίας 24.000 ευρώ. Αφορά κατοικίες που θα αναβαθμιστούν πετυχαίνοντας εξοικονόμηση ενέργειας τουλάχιστον 60%.

Για να παραχωρηθεί χορηγία θα πρέπει να εξασφαλιστεί το ποσοστό εξοικονόμησης πρωτογενούς ενέργειας που ορίζει ο τύπος επένδυσης που θα επιλεγεί. Ο υπολογισμός του ποσοστού αυτού γίνεται συγκρίνοντας το υφιστάμενο ΠΕΑ με το τελικό ΠΕΑ που θα εκδοθεί μετά την ολοκλήρωση των επενδύσεων.

Το υφιστάμενο ΠΕΑ της κάθε κατοικίας, για την οποία θα υποβληθεί αίτηση, θα πρέπει να έχει εκδοθεί μετά την 15/5/26 (συμπεριλαμβανομένης). Επιλέξιμες θα είναι όλες οι επενδύσεις που υλοποιήθηκαν ή θα υλοποιηθούν μετά την έκδοση του αρχικού ΠΕΑ της κατοικίας.

Η υλοποίηση επιλέξιμων δαπανών πριν την υποβολή αίτησης είναι εφικτή, ωστόσο αυτή θα γίνεται με αποκλειστική ευθύνη του κάθε ενδιαφερόμενου και δεν θα δεσμεύει την τελική απόφαση του Υπουργείου Ενέργειας, Εμπορίου και Βιομηχανίας σχετικά με την έγκριση ή μη της αίτησης. Σε τέτοια περίπτωση, δεν θα πρέπει να ολοκληρωθούν όλες οι επιλέξιμες επενδύσεις πριν την ημερομηνία υποβολής της αίτησης. Όσοι ενδιαφερόμενοι επιλέξουν την υλοποίηση δαπανών πριν την υποβολή αίτησης, θα πρέπει να διατηρήσουν στην κατοχή τους όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά (τιμολόγια, φωτογραφίες κ.λπ.), τα οποία θα επιβεβαιώνουν τον χρόνο υλοποίησης και το είδος των επενδύσεων που πραγματοποιήθηκαν.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να ενημερωθούν για το Σχέδιο Χορηγιών, αλλά και να υποβάλουν Αίτηση, μέσω της ιστοσελίδας της Υπηρεσίας Βιομηχανίας και Τεχνολογίας, στην οποία έχει αναρτηθεί ο αναλυτικός Οδηγός Εφαρμογής του Σχεδίου. Στον εν λόγω Οδηγό αναφέρονται όλες οι λεπτομέρειες, συμπεριλαμβανομένων των κριτηρίων επιλεξιμότητας και του ύψους της χορηγίας που αντιστοιχεί σε κάθε δαπάνη και κάθε τύπο επένδυσης.

Τηλεφωνική γραμμή εξυπηρέτησης Σχεδίου: 17107

Αναθεώρηση του Σχεδίου Επιδομάτων

Για τη στήριξη των κατοίκων Ορεινών Κοινοτήτων



Την αναθεώρηση του Σχεδίου Επιδομάτων για τη Στήριξη των Κατοίκων Ορεινών Κοινοτήτων για το 2026 ενέκρινε σε συνεδρία το Υπουργικό Συμβούλιο, στο πλαίσιο σειράς μέτρων κατά των πληθωριστικών τάσεων στην οικονομία.

Συγκεκριμένα, με την απόφαση, αυξάνεται το ύψος των επιδομάτων που θα καταβληθούν για το 2026, ως ακολούθως:

από €175 σε €225 για κοινότητες με υψόμετρο από 600 έως 800 μέτρα,

από €225 σε €275 για υψόμετρο από 801 έως 1.000 μέτρα, και

από €260 σε €310 για κοινότητες με υψόμετρο άνω των 1.000 μέτρων.

Παράλληλα, αυξάνεται από €165 σε €200 η πρόσθετη ενίσχυση για κάθε συνταξιούχο και μη συνταξιούχο μέλος του νοικοκυριού.

Με βάση την αναθεώρηση του Σχεδίου, η δαπάνη για την παραχώρηση των επιδομάτων αυξάνεται από €9 εκατ. σε περίπου €10,4 εκατ. Από την απόφαση επωφελούνται περίπου 10.500 νοικοκυριά και 24.000 δικαιούχοι.

Διευκρινίζεται ότι η περίοδος υποβολής αίτησης από τους δικαιούχους έχει ολοκληρωθεί και δεν θα γίνουν δεκτές νέες αιτήσεις. Σημειώνεται ότι οι δικαιούχοι που έχουν υποβάλει αίτηση θα λάβουν τα νέα ποσά αυτόματα και δεν απαιτείται οποιαδήποτε ενέργεια εκ μέρους τους.

Η απόφαση του Υπουργικού Συμβουλίου εντάσσεται στην ευρύτερη πολιτική για την αναζωογόνηση και ανάπτυξη των κοινοτήτων, μέσα από στοχευμένα μέτρα. Την ίδια ώρα, αποτελεί μια έμπρακτη απόδειξη της βούλησης για την εφαρμογή πολιτικών που βελτιώνουν την ποιότητα ζωής των κατοίκων των ορεινών περιοχών και δημιουργούν προϋποθέσεις που επιτρέπουν στις οικογένειες να παραμένουν στις κοινότητες.



Παροχή κρατικής φοιτητικής μέριμνας για το ακαδημαϊκό έτος 2025-2026

Έκτακτη παράταση στην υποβολή αιτήσεων



Η Υπηρεσία Χορηγιών και Επιδομάτων (ΥΧΕ) του Υπουργείου Οικονομικών ενημερώνει ότι η προθεσμία υποβολής αιτήσεων για παροχή κρατικής φοιτητικής μέριμνας για το ακαδημαϊκό έτος 2025-2026 παρατείνεται από τη Δευτέρα, 12 Οκτωβρίου 2026, και ώρα 10:00, μέχρι την Τρίτη, 20 Οκτωβρίου 2026, και ώρα 14:00.

Κατά τη διαδικασία εξέτασης των αιτήσεων διαπιστώθηκε ότι σε ορισμένες περιπτώσεις οι αιτήσεις δεν ολοκληρώθηκαν ορθά, καθώς είτε παρέμειναν σε κατάσταση «Πρόχειρης Αίτησης», είτε υποβλήθηκαν από τους φοιτητές παρά τις σχετικές επισημάνσεις και προειδοποιήσεις του συστήματος, είτε υποβλήθηκαν σε άλλη Υπηρεσία αντί της ΥΧΕ.

Λαμβάνοντας υπόψη ότι οι πολίτες ενδέχεται να αντιμετωπίζουν απρόβλεπτες και έκτακτες περιστάσεις, κρίνεται σκόπιμο να δοθεί μία επιπλέον ευκαιρία σε όσους, για λόγους που δεν κατέστη δυνατό να προβλεφθούν ή να αντιμετωπιστούν έγκαιρα, δεν υπέβαλαν αίτηση ή δεν ολοκλήρωσαν ορθά τη διαδικασία.

Συνεπώς, για να μπορέσουν να αντιμετωπιστούν οι πιο πάνω περιπτώσεις, αλλά και για την ομαλή ολοκλήρωση των απαιτούμενων διαδικασιών, και προκειμένου να διασφαλιστεί ότι δεν θα αποκλειστούν πρόσωπα, τα οποία για οποιονδήποτε λόγο δεν υπέβαλαν αίτηση εντός της καθορισμένης προθεσμίας, καλούνται οι οικογένειες φοιτητών όπως υποβάλουν τις αιτήσεις τους ηλεκτρονικά στη σχετική διεύθυνση εγκαίρως και με ορθά στοιχεία.

Διευκρινίζεται ότι η παρούσα αποτελεί την τελευταία παράταση, δεδομένου ότι έχουν ήδη χορηγηθεί αρκετές παρατάσεις και δεν θα είναι δυνατή η περαιτέρω παράταση της προθεσμίας.

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 με εγγραφή μέχρι 17/07/2026 (εφόσον έχει τερματιστεί η απασχόληση τους).
Εξετάζονται οι αιτήσεις, όσων ήδη έχουν λάβει τουλάχιστον μία πληρωμή, για την περίοδο Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026.
2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί Νοέμβριο - Δεκέμβριο 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 τον μήνα Ιούνιο 2026.
4. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Ιουλίου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.
5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.
6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου 2026.
7. ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ: Εξετάζονται οι ιεραρχικές προσφυγές Απριλίου 2026.
8. ΘΕΣΜΟΘΕΤΗΜΕΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις όσων αποκτούν δικαίωμα σε σύνταξη τον Αύγουστο του 2026, μέσω της αυτόματης διαδικασίας πληρωμής των συντάξεων. Εξετάζονται επίσης οι αιτήσεις όσων αποκτούν δικαίωμα σε σύνταξη τον Ιούλιο - Αύγουστο 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 Ιούνιο - Ιούλιο του 2026.
10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΗΡΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026.
11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χηρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 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 Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 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 αδέλφια του/της, ο/η αποβιώσας/σα ήταν αγνοούμενος/η) εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026.
12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026.
13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν μέχρι 09/09/2026.
Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν την περίοδο Ιουνίου - Ιουλίου του 2026.
14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν μέχρι 13/05/2026.
(Επανεξέτασή αίτησης για σκοπούς συνεχόμενής 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 μέχρι 21/08/2026.
16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις με περίοδο Γονικής Άδειας που αφορά την περίοδο Ιουλίου - Αυγούστου 2026.
17. Αιτήσεις θεσμοθετημένης σύνταξης, χηρείας 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 Ιανουαρίου - Φεβρουαρίου 2025. Σύνταξη Χηρείας: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Δεκεμβρίου 2025 για τις οποίες έχουν παραληφθεί απαντήσεις αναφορικά με στοιχεία, πιστοποιητικά και ασφαλιστικούς λογαριασμούς από άλλους φορείς. Επίδομα Ορφάνιας: 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 Αύγουστο 2026 εκκρεμούσαν 4107 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2578 αφορούν εργοδότες και οι 1529 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

Κοινή δράση ΟΥΞΕΚΑ–ΣΕΚ και ΣΥΞΚΑ–ΠΕΟ για την προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων

Την ενίσχυση της συνεργασίας και τον συντονισμό των ενεργειών τους για την αντιμετώπιση των εργασιακών προβλημάτων στον ξενοδοχειακό τομέα και στα Κέντρα Αναψυχής αποφάσισαν οι Γραμματείες των Σωματείων ΟΥΞΕΚΑ–ΣΕΚ και ΣΥΞΚΑ–ΠΕΟ, στο πλαίσιο κοινής συνεδρίας που πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη, 8 Οκτωβρίου 2026, στο οίκημα της ΠΕΟ στην Πάφο.

Στη συνεδρία συμμετείχαν οι Γενικοί Γραμματείς των δύο Ομοσπονδιών, Μιχάλης Φράγκου και Νεόφυτος Ττιμινής, οι οποίοι ενημέρωσαν τους Οργανωτικούς Γραμματείς για τις ενέργειες που βρίσκονται σε εξέλιξη σχετικά με το ζήτημα της απασχόλησης ενοικιαζόμενων εργαζομένων στα ξενοδοχεία και στα κέντρα εστίασης.

Στο επίκεντρο της συζήτησης βρέθηκαν, επίσης, οι διαπραγματεύσεις για την ανανέωση της Κλαδικής Συλλογικής Σύμβασης των Κέντρων Αναψυχής, καθώς και η πορεία των συζητήσεων για την κωδικοποίηση της Συλλογικής Σύμβασης των ξενοδοχοϋπαλλήλων.

Στη συνεδρία εκφράστηκε προβληματισμός για τη στάση που τηρεί η εργοδοτική πλευρά, η οποία, σύμφωνα με όσα επισημάνθηκαν, εξακολουθεί να καθυστερεί την έναρξη της συζήτησης, παρά τις εκκλήσεις του Τμήματος Εργασιακών Σχέσεων και τις πρόνοιες του Μνημονίου Συμφωνίας που υπογράφηκε τον Δεκέμβριο του 2024 από όλες τις εμπλεκόμενες πλευρές.

Οι δύο συνδικαλιστικές οργανώσεις υπογράμμισαν την ανάγκη ανάληψης κοινών δράσεων για την αποτελεσματικότερη προστασία των εργαζομένων, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στην εντατικοποίηση των ελέγχων για την εφαρμογή των όρων απασχόλησης εργαζομένων από τρίτες χώρες. Όπως τονίστηκε, οι συμβάσεις καθορίζουν σαφώς την υποχρέωση των εργοδοτών να εφαρμόζουν την οικεία Κλαδική Συλλογική Σύμβαση και τους σχετικούς κανονισμούς.



Στο επίκεντρο η απασχόληση ενοικιαζόμενων εργαζομένων, οι συλλογικές συμβάσεις και οι παραβιάσεις των εργασιακών δικαιωμάτων στον Ξενοδοχειακό τομέα και στα Κέντρα Αναψυχής.

Στο μικροσκόπιο οι παραβιάσεις στην Πάφο

Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στην κατάσταση που επικρατεί στην τουριστική βιομηχανία της Πάφου, με τους Γραμματείς των δύο Σωματείων να παρουσιάζουν τα δεδομένα για την τουριστική κίνηση και τις προοπτικές μέχρι το τέλος του έτους.

Παράλληλα, εξετάστηκαν περιπτώσεις ξενοδόχων που, σύμφωνα με όσα τέθηκαν στη συνεδρία, παραβιάζουν πρόνοιες της Κλαδικής Συλλογικής Σύμβασης. Μετά από κοινή αξιολόγηση των προβλημάτων, αποφασίστηκε ο συντονισμός των ενεργειών των δύο Σωματείων και ο καθορισμός των επόμενων βημάτων για την αντιμετώπισή τους.

Μεταξύ των σημαντικότερων ζητημάτων που καταγράφηκαν περιλαμβάνονται η μη εφαρμογή των προνοιών που αφορούν το Ταμείο Προνοίας και το Ταμείο Ευημερίας, καθώς και παραβιάσεις άλλων εργασιακών δικαιωμάτων και ωφελημάτων που προβλέπονται από την Κλαδική Συλλογική Σύμβαση και τους σχετικούς κανονισμούς.

Η συνεδρία ολοκληρώθηκε με την επιβεβαίωση της βούλησης των δύο Σωματείων να ενισχύσουν περαιτέρω τη συνεργασία και τον συντονισμό τους, με στόχο την αντιμετώπιση των αυξανόμενων προκλήσεων στον κλάδο, την πλήρη εφαρμογή των συλλογικών συμβάσεων και τη διασφάλιση των δικαιωμάτων και των ωφελημάτων των εργαζομένων.



Διάλογος για τη συλλογική σύμβαση και την προστασία των ηθοποιών

Η Ένωση Ηθοποιών Κύπρου (ΕΗΚ) συναντήθηκε με τη Διοίκηση και τη Διεύθυνση του ΡΙΚ, στην παρουσία του Μιχάλη Καζαμία, Γενικού Γραμματέα της ΟΥΥΚ–ΣΕΚ.

Βασική προτεραιότητα ήταν η επαναφορά και επικαιροποίηση της συλλογικής σύμβασης για την τηλεόραση και το ραδιόφωνο, καθώς και η διασφάλιση των ηθοποιών στις εξωτερικές παραγωγές που αναθέτει και χρηματοδοτεί το ΡΙΚ.

Στη συνάντηση τέθηκαν ζητήματα συμβατικής κάλυψης, αμοιβών, κοινωνικής ασφάλισης και συνθηκών εργασίας. Τονίστηκε ότι η δημόσια χρηματοδότηση της πολιτιστικής δημιουργίας πρέπει να συνδέεται με σαφείς και δίκαιους όρους απασχόλησης.

Χαιρετίστηκε η επαναλειτουργία του Θεάτρου ΡΙΚ και οι συνεργασίες με την Ένωση Σκηνοθετών Κύπρου και τον ΘΟΚ. Παράλληλα, προτάθηκε η επαναφορά του «Θεάτρου της Κυριακής», με στόχο να δοθεί περισσότερος χώρος στο κυπριακό θέατρο μέσα από την τηλεόραση.

Η συνάντηση αποτέλεσε αφετηρία διαλόγου. Το αίτημα για συλλογική σύμβαση παραμένει ανοικτό, με στόχο την ουσιαστική προστασία των ηθοποιών και την κατοχύρωση αξιοπρεπών συνθηκών εργασίας.

Η ΟΥΥΚ–ΣΕΚ στηρίζει τις προσπάθειες για διασφάλιση των εργασιακών δικαιωμάτων, δίκαιων αμοιβών και κοινωνικής προστασίας των εργαζομένων στον χώρο του πολιτισμού.

Υπογράφηκε η νέα Συλλογική Σύμβαση στον ΣΕΜΗΟ



Η ανανέωση των κλαδικών συλλογικών συμβάσεων αποτελεί βασική προυπόθεση για τη διατήρηση της εργασιακής ειρήνης

Υπογράφηκε την Τετάρτη, 7 Οκτωβρίου 2026, η νέα Κλαδική Συλλογική Σύμβαση στον Σύνδεσμο Εισαγωγέων Μηχανοκίνητων και Ηλεκτρικών Οχημάτων (ΣΕΜΗΟ).

Η νέα Σύμβαση, η οποία συνομολογήθηκε από τις συντεχνίες ΟΒΟΙΕΚ-ΣΕΚ και ΣΕΒΕΤΤΥΚ-ΠΕΟ, προβλέπει βελτιώσεις στους όρους απασχόλησης και στα ωφελήματα των εργαζομένων.

Μεταξύ των βασικών προνοιών της νέας Κλαδικής Συλλογικής Σύμβασης περιλαμβάνονται η διετής διάρκεια, οι αυξήσεις στους μισθούς των εργαζομένων, καθώς και η βελτίωση άλλων ωφελημάτων.

Εκ μέρους της ΟΒΟΙΕΚ-ΣΕΚ, τη νέα Κλαδική Συλλογική Σύμβαση υπέγραψε ο Γενικός Γραμματέας Γιώργος Κασιούρης, ενώ εκ μέρους της εργοδοτικής πλευράς υπέγραψε το μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του ΣΕΜΗΟ, Αλέξης Άννινος.

Ο Γενικός Γραμματέας της ΟΒΟΙΕΚ-ΣΕΚ εξέφρασε την ικανοποίησή του για την υπογραφή της νέας Σύμβασης, υπογραμμίζοντας τη σημασία της ανανέωσης των Κλαδικών Συλλογικών Συμβάσεων ως βασικής προϋπόθεσης για τη διατήρηση της εργασιακής ειρήνης στους κλάδους που χειρίζεται η Ομοσπονδία.

Νέο εργαλείο χαρτογράφησης δεξιοτήτων και επαγγελματικής εκπαίδευσης

Το Cedefop παρουσίασε το RESET, ένα νέο εργαλείο που καταγράφει τις επιδόσεις των περιφερειών σε δεξιότητες και επαγγελματική κατάρτιση, ανοίγοντας τον δρόμο για πιο στοχευμένες πολιτικές και επενδύσεις.

Ένα νέο εργαλείο για τη χαρτογράφηση των δεξιοτήτων και της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης σε 244 περιφέρειες των 27 κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης παρουσίασε το Ευρωπαϊκό Κέντρο για την Ανάπτυξη της Επαγγελματικής Κατάρτισης (Cedefop), ενισχύοντας τη δυνατότητα εντοπισμού των αναγκών και των ανισοτήτων στην περιφερειακή αγορά εργασίας.

Πρόκειται για τον δείκτη REgional Skills EcosysTems index (RESET), τον οποίο το Cedefop χαρακτηρίζει ως τον πρώτο πολυδιάστατο περιφερειακό δείκτη της ΕΕ με αποκλειστική εστίαση στις δεξιότητες και την επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση.

Ο δείκτης βασίζεται σε 37 επιμέρους δείκτες, οι οποίοι κατανέμονται σε τέσσερις βασικές διαστάσεις: την προσφορά δεξιοτήτων, τη ζήτηση δεξιοτήτων, το περιβάλλον μέσα στο οποίο αναπτύσσονται οι δεξιότητες και την αντιστοίχιση μεταξύ των προσόντων των εργαζομένων και των αναγκών της αγοράς.

Μέσω του RESET, οι περιφέρειες μπορούν να συγκρίνουν τις επιδόσεις τους με τους εθνικούς και ευρωπαϊκούς μέσους όρους, να αξιολογούν τη θέση τους σε σχέση με άλλες περιοχές και να εντοπίζουν τους παράγοντες που επηρεάζουν τις επιδόσεις τους.



Στο μικροσκόπιο οι ανισότητες στην αγορά εργασίας

Η ανάγκη για ένα τέτοιο εργαλείο γίνεται εντονότερη καθώς οι ελλείψεις δεξιοτήτων, οι δημογραφικές αλλαγές, η πράσινη και η ψηφιακή μετάβαση δημιουργούν διαφορετικές πιέσεις στις ευρωπαϊκές περιφέρειες. Όπως επισημαίνει το Cedefop, οι εθνικοί μέσοι όροι δεν αποτυπώνουν πάντοτε τις σημαντικές διαφορές που υπάρχουν στο εσωτερικό κάθε κράτους μέλους.

Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί μια περιφέρεια με εργατικό δυναμικό υψηλών προσόντων, αλλά περιορισμένες ποιοτικές θέσεις εργασίας. Σε άλλες περιοχές, η ισχυρή ζήτηση από τους εργοδότες μπορεί να συνυπάρχει με επίμονες ελλείψεις εργαζομένων που διαθέτουν τις κατάλληλες δεξιότητες.

Η αξιοποίηση των δεδομένων του RESET αναμένεται να υποστηρίξει τον σχεδιασμό πιο στοχευμένων πολιτικών, τις επενδυτικές αποφάσεις και τη στενότερη συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών ιδρυμάτων, παρόχων κατάρτισης, εργοδοτών και δημόσιων αρχών.

Σύνδεση με την ευρωπαϊκή στρατηγική για τις δεξιότητες

Η παρουσίαση του δείκτη πραγματοποιήθηκε στις 8 Οκτωβρίου, στις Βρυξέλλες, στο πλαίσιο της εκδήλωσης «Η επανάσταση δεξιοτήτων της Ευρώπης ξεκινά από τις περιφέρειές της», η οποία φιλοξενήθηκε στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή των Περιφερειών. Η εκδήλωση εντάχθηκε στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Δεξιοτήτων και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης και συγκέντρωσε εκπροσώπους περιφερειακών και τοπικών αρχών, θεσμών της ΕΕ, εκπαιδευτικών φορέων και κοινωνικών εταίρων.

Το RESET συνδέεται με τις ευρύτερες ευρωπαϊκές πρωτοβουλίες για την ενίσχυση των δεξιοτήτων και μπορεί να υποστηρίξει τις Περιφερειακές Συμπράξεις για τις Δεξιότητες, στο πλαίσιο του Συμφώνου για τις Δεξιότητες, καθώς και τους στόχους της Ένωσης Δεξιοτήτων.

Η πρώτη Αντιπρόεδρος της Επιτροπής SEDEC της Επιτροπής των Περιφερειών, Τάνια Χρίστοβα, υπογράμμισε ότι η ικανότητα της Ευρώπης να αναπτύσσει και να αξιοποιεί δεξιότητες εξαρτάται από όσα συμβαίνουν στις πόλεις και τις περιφέρειες, στα σχολεία, στα κέντρα κατάρτισης και στους χώρους εργασίας, αλλά και από τη συνεργασία των δημόσιων αρχών με τους εταίρους τους.

Από την πλευρά του, ο Εκτελεστικός Διευθυντής του Cedefop, Γιούργκεν Ζίμπελ, σημείωσε ότι το RESET δημιουργεί μια νέα πηγή περιφερειακών δεδομένων για τις δεξιότητες και ανοίγει έναν νέο κύκλο διαλόγου με τις περιφέρειες της Ευρώπης.

Μέχρι τις 31 Οκτωβρίου η υποβολή φορολογικών δηλώσεων για το 2025

Το Σάββατο, 31 Οκτωβρίου 2026, λήγει η προθεσμία για την υποβολή της Δήλωσης Εισοδήματος Ατόμου για το φορολογικό έτος 2025, καθώς και για την πληρωμή του οφειλόμενου φόρου, χωρίς την επιβολή τόκων και χρηματικών επιβαρύνσεων.

Σύμφωνα με ανακοίνωση του Τμήματος Φορολογίας, η υποβολή των δηλώσεων έχει ήδη αρχίσει μέσω του ηλεκτρονικού συστήματος TAXISnet.

Υποχρέωση υποβολής δήλωσης έχουν μισθωτοί, συνταξιούχοι και αυτοεργοδοτούμενοι των οποίων το μεικτό εισόδημα για το 2025 υπερβαίνει τις €19.500, βάσει του Διατάγματος του Υπουργικού Συμβουλίου Κ.Δ.Π. 52/2025.

Το Τμήμα Φορολογίας υπενθυμίζει ότι η εκπρόθεσμη υποβολή της δήλωσης συνεπάγεται χρηματική επιβάρυνση ύψους €150, σύμφωνα με το άρθρο 50Α(α) του περί Βεβαιώσεως και Εισπράξεως Φόρων Νόμου, όπως έχει τροποποιηθεί.

Οδηγίες και ενημερωτικό υλικό για τη συμπλήρωση και την υποβολή της δήλωσης είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα του Τμήματος Φορολογίας, στην ενότητα «TAXISnet – Δήλωση Εισοδήματος Ατόμου 2025».

Οι φορολογούμενοι καλούνται να μεριμνήσουν για την έγκαιρη υποβολή της δήλωσής τους και την εξόφληση τυχόν οφειλόμενου φόρου μέχρι την καταληκτική ημερομηνία.

Ξεκίνησε η μετάβαση στη νέα πλατφόρμα DVB-T2

Άρχισε από το περασμένο Σάββατο η πλήρης μετάβαση στη Hellas Sat να αναλαμβάνει το ρόλο της νέας πλατφόρμας (DVB-T2) για μετάδοση του σήματος, με την κυπριακή τηλεόραση να περνά σε νέα εποχή.

Όπως είχε ανακοινώσει στις 24 Αυγούστου 2026 το Τμήμα Ηλεκτρονικών Επικοινωνιών του Υφυπουργείου Έρευνας, Καινοτομίας και Ψηφιακής Πολιτικής, η μετάβαση στη σύγχρονη ευρωπαϊκή τεχνολογία DVB-T2 αφορά στην αναβάθμιση του δικτύου ψηφιακής τηλεόρασης, διασφαλίζοντας καλύτερη ποιότητα εικόνας και ήχου (HD & 4K), περισσότερα κανάλια και πιο αποδοτική χρήση των συχνοτήτων.

Για περισσότερες πληροφορίες και καθοδήγηση, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επισκέπτονται την ιστοσελίδα www.hellas-sat.digital ή να επικοινωνούν με το Κέντρο Εξυπηρέτησης (Call Center) στο 22000737.

Όταν η σιωπή γίνεται κραυγή απόγνωσης

Η παρενόχληση στην εργασία δεν αντιμετωπίζεται με νόμους στα χαρτιά

Για ακόμη μία φορά η ΣΕΚ χτυπά το καμπανάκι για ένα ζήτημα που δεν μπορεί να αντιμετωπίζεται ως περιστασιακό, μεμονωμένο ή δευτερεύον: τη βία και την παρενόχληση στους χώρους εργασίας.

Ένα ζήτημα που αφορά την αξιοπρέπεια, την ασφάλεια και την ψυχική ανθεκτικότητα χιλιάδων εργαζομένων. Ένα ζήτημα που δεν σταματά στην πόρτα του εργασιακού χώρου, αλλά πολλές φορές μεταφέρεται στο σπίτι, στην οικογένεια και στην καθημερινότητα του ανθρώπου που το βιώνει.

Η ενίσχυση του νομοθετικού πλαισίου το 2025 αποτέλεσε ένα σημαντικό βήμα. Όμως ένας νόμος, όσο σύγχρονος και αυστηρός κι αν είναι, δεν αρκεί να υπάρχει στα χαρτιά.

Η πραγματική αξία ενός νόμου δεν κρίνεται από το πόσες σελίδες έχει, ούτε από το πόσο αυστηρές είναι οι πρόνοιές του. Κρίνεται από το τι συμβαίνει στην πράξη όταν ένας εργαζόμενος αποφασίζει να μιλήσει.

Κρίνεται από το αν, την ώρα που ένας άνθρωπος βρίσκει το θάρρος να καταγγείλει αυτό που βιώνει, το σύστημα θα σταθεί δίπλα του ή θα τον αφήσει μόνο απέναντι στον φόβο, στην αβεβαιότητα και στην αναμονή.

Το πραγματικό ερώτημα είναι: φοβάται ο εργαζόμενος να μιλήσει;

Το τελευταίο διάστημα παρατηρείται υποτονικότητα στον αριθμό των καταγγελιών για περιστατικά βίας και παρενόχλησης στους χώρους εργασίας.

Η μείωση των καταγγελιών θα πρέπει να μας προβληματίζει και όχι να μας εφησυχάζει

Μήπως εργαζόμενοι δεν καταγγέλλουν επειδή φοβούνται τι θα ακολουθήσει;

Μήπως σημαίνει φόβο και ανασφάλεια ή μήπως σημαίνει έλλειψη εμπιστοσύνης στη διαδικασία;

Αυτό είναι ένα ερώτημα που η Πολιτεία, οι αρμόδιοι θεσμοί αλλά και οι εργοδότες οφείλουν να αντιμετωπίσουν με σοβαρότητα.

Δεν αρκεί να μετράμε τις καταγγελίες. Πρέπει να αναρωτηθούμε και πόσοι άνθρωποι δεν έφτασαν ποτέ στο σημείο να καταγγείλουν.

Η ΣΕΚ έχει επανειλημμένα αναδείξει περιπτώσεις στις οποίες καταγγελίες αποσύρθηκαν εξαιτίας της μεγάλης καθυστέρησης που μεσολαβεί μέχρι την ολοκλήρωση της διαδικασίας και την έκδοση απόφασης.

Και εδώ βρίσκεται μια κρίσιμη παράμετρος που δεν πρέπει να υποτιμάται. Η καθυστέρηση για έναν θεσμό μπορεί να είναι μια διαδικαστική εκκρεμότητα. Για το θύμα, όμως είναι μια καθημερινή δοκιμασία.

Γιατί όσο η διαδικασία παραμένει ανοικτή, ο εργαζόμενος μπορεί να εξακολουθεί να βρίσκεται στον ίδιο εργασιακό χώρο, να συναντά το πρόσωπο που καταγγέλλει, να εργάζεται κάτω από την ίδια πίεση και να βιώνει ξανά και ξανά την ίδια ανασφάλεια.



Ο επικίνδυνος μύθος που πρέπει να αποδομηθεί: Όταν οι καταγγελίες είναι λίγες, τότε το πρόβλημα είναι ασήμαντο.

Η αναμονή δεν είναι ουδέτερη. Κάθε μέρα που περνά χωρίς ουσιαστική προστασία ενισχύει τον φόβο και την απογοήτευση.

Και κάπου εκεί το θύμα αρχίζει να κάνει δεύτερες σκέψεις.

«Αξίζει να συνεχίσω;» «Ποιος θα με προστατεύσει;» «Πόσο ακόμη θα αντέξω;»

Και τελικά μπορεί να φτάσει στην πιο σκληρή απόφαση:

Να παραιτηθεί. Να φύγει. Να εγκαταλείψει τη δουλειά του για να απομακρυνθεί από μια κατάσταση που του προκαλεί πόνο.

Ο άνθρωπος που υπέστη τη βία ή την παρενόχληση είναι αυτός που τελικά εγκαταλείπει τον χώρο εργασίας.

Αυτό θεωρείται αποτυχία του συστήματος προστασίας. Ο νόμος πρέπει να λειτουργεί πριν το θύμα λυγίσει.

Η νομοθεσία που ψηφίστηκε το 2025 προβλέπει σημαντικές δυνατότητες για την πρόληψη και αντιμετώπιση της βίας και της παρενόχλησης στην εργασία.

Προβλέπει μέτρα πρόληψης, εκπαίδευση προσωπικού, πολιτικές και διαδικασίες από τους εργοδότες για τη διαχείριση περιστατικών. Παράλληλα, οι επιθεωρητές του Τμήματος Εργασίας, στη βάση της νομοθεσίας, έχουν δυνατότητες παρέμβασης, εισόδου σε οργανισμούς και επιχειρήσεις και διερεύνησης καταγγελιών.

Επομένως, το βασικό ερώτημα πλέον δεν είναι αν υπάρχουν εργαλεία. Τα εργαλεία υπάρχουν.

Το ερώτημα είναι αν χρησιμοποιούνται έγκαιρα. Αν χρησιμοποιούνται αποφασιστικά και αποτελεσματικά.

Και κυρίως, αν χρησιμοποιούνται με τρόπο που να κάνει τον εργαζόμενο να αισθάνεται ότι δεν είναι μόνος.

Ένας εργαζόμενος που καταγγέλλει βία ή παρενόχληση δεν ζητά προνομιακή μεταχείριση. Δεν ζητά να παρακαμφθεί η διαδικασία. Ζητά να μπορεί να εργαστεί χωρίς φόβο. Ζητά να ακουστεί. Ζητά μια διαδικασία που να είναι γρήγορη, αξιόπιστη και αποτελεσματική. Ζητά να μην τιμωρηθεί επειδή μίλησε.

Ο επικίνδυνος μύθος που πρέπει να αποδομηθεί: ότι αν οι καταγγελίες είναι λίγες, τότε το πρόβλημα είναι μικρό.

Κρίνεται από το αν ο εργαζόμενος που θα μιλήσει θα βρει απέναντί του ένα σύστημα γρήγορο και αξιόπιστο.

Δεν μπορούμε να ζητούμε από έναν άνθρωπο να σπάσει τη σιωπή του και την ίδια ώρα να του δημιουργούμε τον φόβο ότι, μιλώντας, μπορεί να βρεθεί σε ακόμη δυσκολότερη θέση. Αυτό πρέπει να αλλάξει.

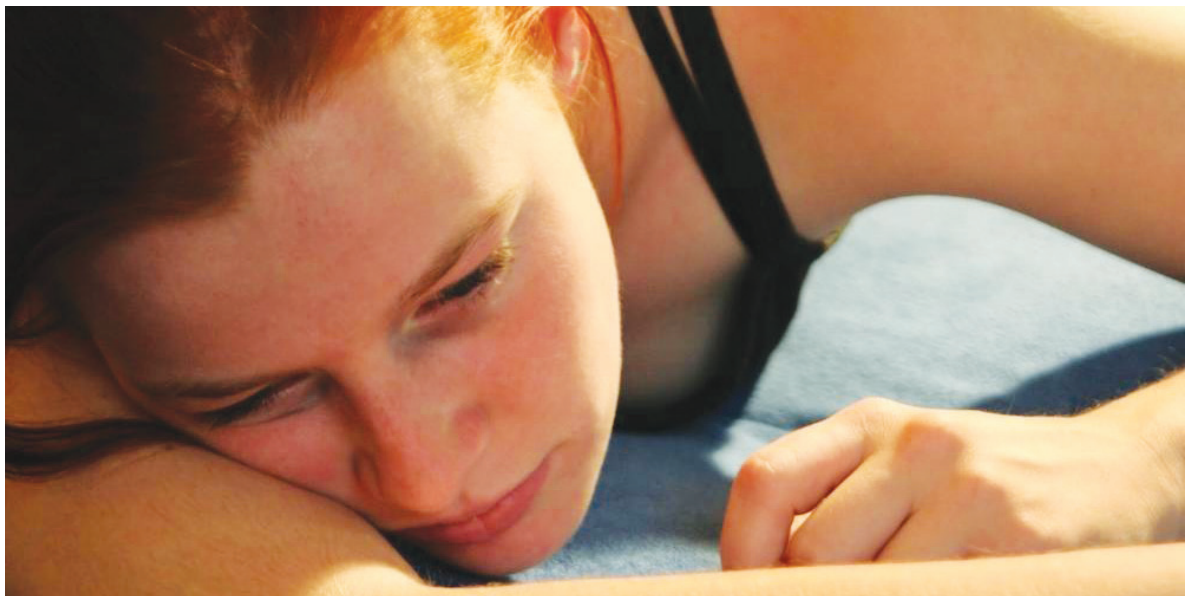
Η ΣΕΚ συνεχίζει να στηρίζει τους εργαζομένους που αντιμετωπίζουν περιστατικά βίας και παρενόχλησης.

Στο πλαίσιο αυτό λειτουργεί η γραμμή στήριξης 77775575, στην οποία μπορούν να απευθύνονται εργαζόμενοι που χρειάζονται καθοδήγηση για τα βήματα που μπορούν να ακολουθήσουν. Η έγνοια μας δεν είναι μόνο η καταγγελία. Είναι και ο άνθρωπος πίσω από την καταγγελία. Να μπορεί να στηριχθεί ψυχολογικά. Να ενημερωθεί. Να γνωρίζει τα δικαιώματά του. Να λάβει την καθοδήγηση που χρειάζεται για τις περαιτέρω ενέργειές του.

Η προστασία από τη βία και την παρενόχληση στην εργασία δεν μπορεί να είναι απλώς μια νομοθετική πρόνοια. Πρέπει να είναι καθημερινή πραγματικότητα.

Γιατί η πραγματική δύναμη ενός κράτους δικαίου δεν φαίνεται όταν όλα λειτουργούν ομαλά. Φαίνεται όταν ένας άνθρωπος, φοβισμένος και ευάλωτος, βρίσκει το θάρρος να πει: «Μου συνέβη. Δεν μπορώ άλλο. Χρειάζομαι βοήθεια».

Εκείνη ακριβώς τη στιγμή δεν πρέπει να συναντήσει σιωπή. Πρέπει να συναντήσει προστασία.



Δέσποινα Ησαΐα
Γραμματέας Τμήματος
Εργαζομένων Γυναικών ΣΕΚ

ΣΕΚ Αμμοχώστου: Στο επίκεντρο η οργανωτική ανάπτυξη

Με επίκεντρο την οργανωτική πορεία, την οικονομική κατάσταση και τις συνδικαλιστικές προτεραιότητες του Εργατικού Κέντρου της ΣΕΚ Αμμοχώστου, πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη, 8 Οκτωβρίου 2026, συνεδρία του Επαρχιακού Συμβουλίου. Στο πλαίσιο των εργασιών του παρουσιάστηκαν και αξιολογήθηκαν τα οργανωτικά και οικονομικά αποτελέσματα του πρώτου εξαμήνου του 2026, ενώ παράλληλα αξιολογήθηκαν οι δράσεις που υλοποιήθηκαν και καθορίστηκαν οι βασικές προτεραιότητες και οι στόχοι για τη συνέχεια.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στη συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση, για την οποία ενημέρωσε τα μέλη ο Αναπληρωτής Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Πανίκος Αργυρίδης. Παρουσίασε τις θέσεις της Οργάνωσης και ανέλυσε τις βασικές πτυχές της μεταρρύθμισης, αναδεικνύοντας τη σημασία της για το μέλλον των εργαζομένων και τη διασφάλιση αξιοπρεπούς διαβίωσης μετά την αφυπηρέτηση.

Ο κ. Αργυρίδης υπογράμμισε ότι η μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού συστήματος αποτελεί ουσιαστική κοινωνική ανάγκη και πρέπει να προχωρήσει με ολοκληρωμένο σχεδιασμό, με γνώμονα την επάρκεια των συντάξεων, την ενίσχυση της κοινωνικής προστασίας και τη διασφάλιση της δικαιοσύνης μεταξύ των γενεών. Όπως ανέφερε, ζητούμενο είναι η δημιουργία ενός βιώσιμου και αξιόπιστου συστήματος, ικανού να ανταποκρίνεται στις σύγχρονες κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες και να παρέχει ουσιαστική στήριξη στους συνταξιούχους.

Καθοριστική εξέλιξη των εργασιών αποτέλεσε η ανάδειξη της νέας επαρχιακής ηγεσίας της ΣΕΚ Αμμοχώστου, με τον Χριστόφορο Χριστοδούλου να αναλαμβάνει καθήκοντα Επαρχιακού Γραμματέα και τον Τάσο Εγγλέζο να εκλέγεται στη θέση του Αναπληρωτή. Η νέα ηγεσία καλείται να συνεχίσει την οργανωτική προσπάθεια της Οργάνωσης και να ενισχύσει την παρουσία και την παρέμβασή της προς όφελος των εργαζομένων της επαρχίας.







Κύπρος: Στα χαμηλότερα επίπεδα της ΕΕ η παιδική φτώχεια

Σημαντική βελτίωση στην αντιμετώπιση της παιδικής φτώχειας καταγράφει η Κύπρος, σύμφωνα με νέα μελέτη για την εφαρμογή της Ευρωπαϊκής Εγγύησης για τα Παιδιά στα κράτη μέλη της ΕΕ. Το ποσοστό των παιδιών που βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού μειώθηκε κατά 8,1 ποσοστιαίες μονάδες μέσα σε έξι χρόνια, κατατάσσοντας τη χώρα μεταξύ εκείνων με τις χαμηλότερες επιδόσεις στον συγκεκριμένο δείκτη.

Με ποσοστό 14% το 2025, η Κύπρος βρέθηκε πίσω μόνο από τη Σλοβενία, όπου ο δείκτης διαμορφώθηκε στο 12,5%, και την Ολλανδία, με 12,7%. Η εξέλιξη αυτή συνιστά μία από τις μεγαλύτερες μειώσεις που καταγράφηκαν στην ΕΕ κατά την περίοδο 2019-2025, μαζί με εκείνες της Ρουμανίας και της Λιθουανίας.

Η μελέτη, με τίτλο «Ενίσχυση της Ευρωπαϊκής Εγγύησης για τα Παιδιά – Επισκόπηση διδαγμάτων και βέλτιστων πρακτικών από τα κράτη μέλη της ΕΕ», εκπονήθηκε από το αρμόδιο Τμήμα Πολιτικής του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και το Eurofound, έπειτα από αίτημα της Επιτροπής Απασχόλησης και Κοινωνικών Υποθέσεων. Αξιολογεί την πρόοδο σε βασικούς τομείς που επηρεάζουν την ευημερία των παιδιών, από την πρόσβαση στην προσχολική εκπαίδευση και την υγειονομική περίθαλψη μέχρι τη στέγαση και την ολοκλήρωση της εκπαίδευσης.

Θετική εικόνα καταγράφεται και στην προσχολική εκπαίδευση και φροντίδα, όπου η συμμετοχή των παιδιών κάτω των τριών ετών που βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού αυξήθηκε από 6,8% το 2019 σε 26,5% το 2024.



Σημαντικό ρόλο διαδραματίζει το Σχέδιο Επιδότησης Διδάκτρων και Σίτισης, μέσω του οποίου καλύπτεται έως και το 80% του σχετικού κόστους, με ενίσχυση που φθάνει τα 350 ευρώ μηνιαίως, ανάλογα με κριτήρια όπως το οικογενειακό εισόδημα και οι ώρες φοίτησης.

Μετά τη διεύρυνση των κριτηρίων επιλεξιμότητας, ο αριθμός των παιδιών που επωφελούνται από το σχέδιο αυξήθηκε κατά 40%, φθάνοντας τα 10.596 παιδιά σε 357 παρόχους. Παράλληλα, η στήριξη υπηρεσιών φροντίδας σε τοπικό επίπεδο συνοδεύεται από τεχνική βοήθεια και καθοδήγηση προς τοπικές αρχές και μη κυβερνητικές οργανώσεις.

Σε επίπεδο ΕΕ, η συνολική εικόνα παραμένει ανησυχητική. Το ποσοστό των παιδιών σε κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού αυξήθηκε από 23,7% το 2019 σε 24,3% το 2025, παρά το γεγονός ότι περισσότερα από τα μισά κράτη μέλη κατέγραψαν βελτίωση.

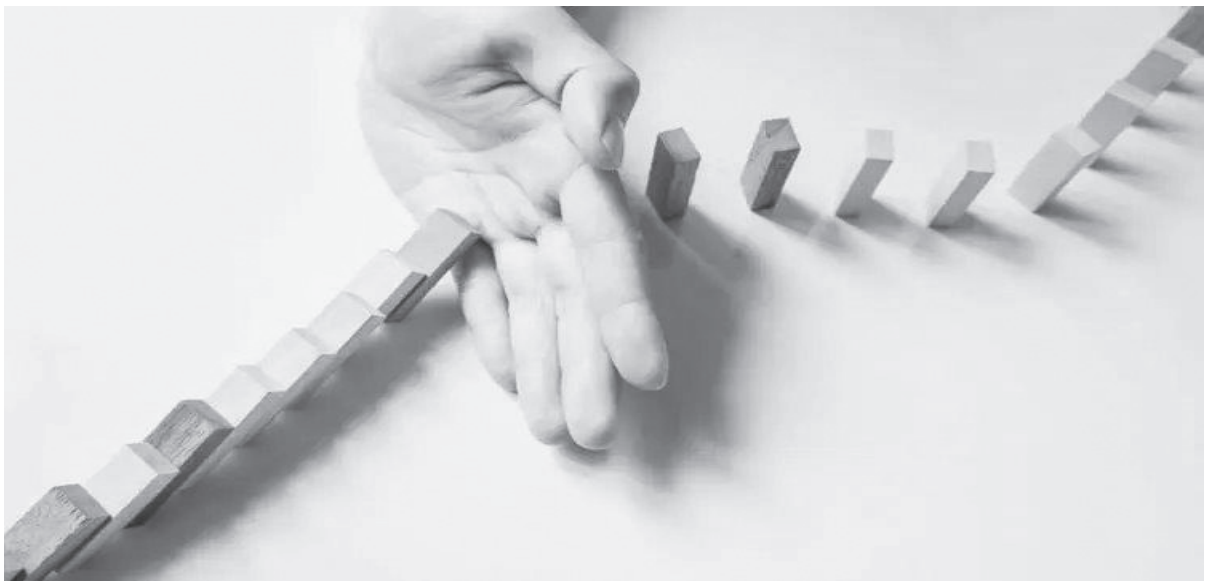
Την ίδια περίοδο, η συμμετοχή των παιδιών κάτω των τριών ετών στην προσχολική εκπαίδευση και φροντίδα αυξήθηκε από 35% σε 40,6%. Ωστόσο, η πρόοδος ήταν σαφώς βραδύτερη για τα παιδιά που βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού: από 25,5% το 2019 σε μόλις 25,9% το 2025. Για τα παιδιά που δεν αντιμετώπιζαν αντίστοιχο κίνδυνο, η συμμετοχή αυξήθηκε από 37,4% σε 45%.

Μεταξύ των βασικών συστάσεων περιλαμβάνονται η ενίσχυση της στήριξης προς παιδιά που αντιμετωπίζουν πολλαπλά μειονεκτήματα, η επαρκής στελέχωση και δυναμικότητα των υπηρεσιών, ο καλύτερος συντονισμός μεταξύ εθνικών, περιφερειακών και τοπικών αρχών, καθώς και η διασφάλιση σταθερής χρηματοδότησης.

Παράλληλα, ζητείται συστηματικότερη παρακολούθηση της εφαρμογής των μέτρων, με σαφείς και μετρήσιμους στόχους, ώστε η βελτίωση των δεικτών να μεταφράζεται σε ουσιαστική πρόσβαση των παιδιών στην εκπαίδευση, την υγεία και την κοινωνική προστασία.

Σεβαστείτε τον εαυτό σας

Μην περιμένετε επιβεβαίωση από τους άλλους



Ο αυτοσεβασμός σημαίνει ότι αναγνωρίζουμε πως και οι δικές μας ανάγκες έχουν την ίδια ανθρώπινη αξία. Κάποιες φορές, λοιπόν, είναι απαραίτητο να επιλέξουμε αυτό που είναι σημαντικό για εμάς, ακόμη κι αν κάποιος άλλος δεν συμφωνεί ή δεν το κατανοεί.

1. Σταματήστε να αναζητάτε την επιβεβαίωση των άλλων

Είναι φυσιολογικό να θέλουμε να μας εκτιμούν, να μας αποδέχονται και να αναγνωρίζουν την προσπάθειά μας. Όταν, όμως, η γνώμη των άλλων γίνεται το βασικό κριτήριο για το πώς αισθανόμαστε με τον εαυτό μας, η αυτοεκτίμησή μας μπορεί να εξαρτάται υπερβολικά από εξωτερικούς παράγοντες.

2. Δεν χρειάζεται να δικαιολογείτε τα «όχι» σας

Υπάρχει διαφορά ανάμεσα στο να εξηγούμε μια απόφασή μας και στο να προσπαθούμε διαρκώς να πείσουμε τους άλλους ότι έχουμε δικαίωμα να την πάρουμε.

Κάποιες φορές, όταν αντιλαμβανόμαστε ότι κάποιος διαφωνεί ή απογοητεύεται από την επιλογή μας, νιώθουμε την ανάγκη να δώσουμε περισσότερες εξηγήσεις, ακόμη κι αν έχουμε ήδη σκεφτεί προσεκτικά τι θέλουμε να κάνουμε.

Ο αυτοσεβασμός περιλαμβάνει την αποδοχή ότι δεν θα συμφωνούν όλοι μαζί μας. Μπορούμε να ακούμε τις απόψεις των άλλων, να επανεξετάζουμε τις επιλογές μας όταν χρειάζεται, αλλά και να αποδεχόμαστε ότι μια απόφαση δεν είναι απαραίτητα λανθασμένη επειδή κάποιος δυσαρεστήθηκε από αυτήν.

3. Θέστε όρια και φροντίστε να τα τηρείτε

Τα προσωπικά όρια καθορίζουν ποιες συμπεριφορές αποδεχόμαστε και ποιες όχι στις σχέσεις μας. Μας βοηθούν να προστατεύουμε τον χρόνο, την ενέργεια και τη συναισθηματική μας ισορροπία.

Δεν αρκεί, ωστόσο, μόνο να εκφράζουμε τα όριά μας. Χρειάζεται να είμαστε διατεθειμένοι να ενεργήσουμε όταν αυτά παραβιάζονται επανειλημμένα.

Τα όρια δεν έχουν στόχο να ελέγξουν τη συμπεριφορά που έχουν οι άλλοι άνθρωποι, αλλά να καθορίσουν τη δική μας στάση απέναντί της. Η συνέπεια στην εφαρμογή τους μάς βοηθά να τα αντιμετωπίζουμε ως ουσιαστικό μέρος της αυτοφροντίδας μας.

4. Τηρήστε τις υποσχέσεις που δίνετε στον εαυτό σας

Η εμπιστοσύνη στον εαυτό μας χτίζεται και μέσα από όσα δεσμευόμαστε να κάνουμε για εμάς. Όταν αναβάλλουμε συστηματικά κάτι που θεωρούμε σημαντικό ή εγκαταλείπουμε επανειλημμένα στόχους που έχουμε θέσει, μπορεί να αρχίσουμε να αμφισβητούμε την ικανότητά μας να στηριζόμαστε στις δικές μας αποφάσεις.

5. Αποδεχτείτε ότι δεν είναι όλα τα αισθήματα αμοιβαία, κάποιοι άνθρωποι δεν ανταποκρίνονται – Μην τους κυνηγάτε

Οι σχέσεις χρειάζονται αμοιβαιότητα, ενδιαφέρον και προσπάθεια και από τις δύο πλευρές.

Όταν η έλλειψη ανταπόκρισης γίνεται σταθερό μοτίβο, είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τις δικές μας ανάγκες και να επενδύουμε χρόνο και ενέργεια σε σχέσεις όπου υπάρχει αμοιβαίος σεβασμός, φροντίδα και ουσιαστική παρουσία.

Οι σχέσεις που μας πλήγωσαν

Χαμηλώστε τον πήχη των προσδοκιών σας



Μερικές φορές μια σχέση έχει ουσιαστικά τελειώσει, αλλά η προσδοκία παραμένει. Περιμένουμε ακόμη εκείνη τη συζήτηση που θα βάλει τα πράγματα στη θέση τους. Μια συγγνώμη. Μια εξήγηση. Την παραδοχή ότι πράγματι πληγωθήκαμε. Ποια είναι, λοιπόν, τα τρία πράγματα που ίσως ήρθε η ώρα να σταματήσουμε να περιμένουμε;

1. Τη συγγνώμη που μπορεί να μην έρθει ποτέ

Όταν κάποιος μας πληγώνει, είναι φυσικό να θέλουμε να το αναγνωρίσει. Μια ειλικρινής συγγνώμη μπορεί να επιβεβαιώσει την εμπειρία μας, να δείξει ότι ο άλλος αναλαμβάνει την ευθύνη των πράξεών του και, σε ορισμένες περιπτώσεις, να αποτελέσει την αρχή της αποκατάστασης μιας σχέσης. Αλλά τι γίνεται όταν δεν έρχεται;

Ίσως περιμένουμε μήνες ή χρόνια να ακούσουμε ένα «έκανα λάθος». Να παραδεχτεί ο άλλος τι συνέβη. Να καταλάβει επιτέλους γιατί μας πλήγωσε.

Αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να προσποιηθούμε πως δεν συνέβη τίποτα. Ούτε ότι είμαστε υποχρεωμένοι να συγχωρήσουμε συμπεριφορές που θεωρούμε ασυγχώρητες. Μπορούμε να αναγνωρίσουμε τον θυμό, την απογοήτευση ή τη θλίψη μας χωρίς να περιμένουμε από τον άλλον να επιβεβαιώσει ότι έχουμε δικαίωμα να τα αισθανόμαστε.

2. Να γίνει ο άλλος αυτός που περιμέναμε

Επιμένετε σε μια σχέση όχι επειδή μας καλύπτει όπως είναι, αλλά επειδή εξακολουθούμε να επενδύουμε στην πιθανότητα να γίνει κάποτε διαφορετική. Να γίνει όπως εμείς θέλουμε. Αυτό είναι το μεγαλύτερο λάθος.

Δεν χρειάζεται να πενθήσουμε μόνο αυτό που χάσαμε. Μπορεί να χρειάζεται να αποχαιρετήσουμε και αυτό που δεν συνέβη ποτέ: τα σχέδια που κάναμε, τις υποσχέσεις που ακούσαμε, τις ανάγκες που περιμέναμε ότι κάποτε θα καλυφθούν.

3. Να μας βοηθήσει εκείνος που μας πλήγωσε να επουλωθούμε

Όταν έχουμε πληγωθεί σε μια σχέση, μπορεί να αισθανθούμε ότι ο άλλος κρατά και το κλειδί για να νιώσουμε ξανά καλά.

Αν μας εξηγούσε, αν αναλάμβανε την ευθύνη, αν άλλαζε, αν μας έδειχνε ότι τελικά νοιάζεται…

Οι υγιείς σχέσεις πράγματι μπορούν να μας προσφέρουν ασφάλεια, υποστήριξη και συναισθηματική σταθερότητα. Αυτό όμως διαφέρει από το να εξαρτάται η δική μας επούλωση αποκλειστικά από τις πράξεις κάποιου άλλου.

Εάν περιμένουμε από εκείνον που μας πλήγωσε να κάνει κάτι ώστε να μπορέσουμε να προχωρήσουμε, παραμένουμε κατά κάποιον τρόπο εξαρτημένοι από μια απόφαση που δεν βρίσκεται στα χέρια μας.

Το να αφήσουμε πίσω αυτές τις προσδοκίες δεν σημαίνει ότι δικαιολογούμε όσα συνέβησαν. Δεν σημαίνει ότι ο άλλος είχε δίκιο, ότι ο πόνος μας ήταν υπερβολικός ή ότι πρέπει να διαγράψουμε μια δύσκολη εμπειρία. Σημαίνει ότι η δική μας πορεία δεν χρειάζεται να εξαρτάται από την επόμενη κίνηση κάποιου άλλου. Μπορεί να μη μάθουμε ποτέ ακριβώς γιατί κάποιος συμπεριφέρθηκε όπως συμπεριφέρθηκε. Μπορεί να μη ζητήσει συγγνώμη. Μπορεί να μη γίνει ποτέ αυτός/ή που περιμέναμε. Και ίσως ένα από τα πιο σκληρά μαθήματα στις ανθρώπινες σχέσεις είναι ότι δεν έχουν πάντα το τέλος που θα θέλαμε. Μπορούμε όμως να αποφασίσουμε τι κάνουμε εμείς από εκεί και πέρα.

Γιατί μερικές φορές το να προχωρήσουμε δεν αρχίζει όταν πάρουμε επιτέλους αυτό που περιμέναμε. Αρχίζει όταν συνειδητοποιήσουμε ότι δεν χρειάζεται πια να το περιμένουμε.

Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο: Ζητεί δεσμευτική νομοθεσία για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους στην εργασία

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο τάχθηκε υπέρ της θέσπισης δεσμευτικής νομοθεσίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία, στηρίζοντας την εκστρατεία των ευρωπαϊκών συνδικάτων για αυστηρότερους κανόνες πρόληψης.

Κατά τη σχετική ψηφοφορία στην ολομέλεια, οι ευρωβουλευτές υποστήριξαν τη νομοθετική έκθεση, η οποία καλεί την Ευρωπαϊκή Επιτροπή να αναλάβει δράση για «τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους που σχετίζονται με την εργασία, το άγχος και την ψυχική υγεία στην εργασία».

Η εξέλιξη σημειώνεται σε κρίσιμη συγκυρία, καθώς η Ευρωπαϊκή Επιτροπή επεξεργάζεται τις επόμενες πρωτοβουλίες της για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους, στο πλαίσιο της επικείμενης Πράξης για Ποιοτικές Θέσεις Εργασίας.

Η Συνομοσπονδία Ευρωπαϊκών Συνδικάτων (ETUC) έχει υποστηρίξει, στο πλαίσιο της διαβούλευσης της Επιτροπής, ότι η έκταση του προβλήματος απαιτεί δεσμευτική ευρωπαϊκή νομοθεσία και όχι αποκλειστικά εθελοντικές κατευθυντήριες γραμμές.

Η Γενική Γραμματέας της ETUC, Esther Lynch, υπογράμμισε ότι οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι συνδέονται με τον τρόπο οργάνωσης της εργασίας.

«Το άγχος και η επαγγελματική εξουθένωση δεν αποτελούν προσωπικές αποτυχίες. Είναι αποτέλεσμα μη διαχειρίσιμων στόχων και διοίκησης



μέσω του φόβου, επισφαλών συνθηκών που επιδεινώνονται από την προσδοκία μιας κουλτούρας διαρκούς διαθεσιμότητας, και αλγορίθμων που παρακολουθούν κάθε κίνηση», δήλωσε.

Η ίδια επισήμανε ότι, όπως η νομοθεσία προστατεύει τους εργαζομένους από φυσικούς και χημικούς κινδύνους. «Η μπάλα βρίσκεται πλέον στο γήπεδο της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η Πράξη για Ποιοτικές Θέσεις Εργασίας πρέπει να περιλαμβάνει οδηγία για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους. Οτιδήποτε λιγότερο θα απογοήτευε τους εργαζομένους των οποίων η υγεία πληρώνει το τίμημα», κατέληξε.

Το επόμενο βήμα στην Επιτροπή

Με την ψήφιση της έκθεσης, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο στέλνει ένα πολιτικό μήνυμα προς την Ευρωπαϊκή Επιτροπή ενόψει των επόμενων πρωτοβουλιών της για τις συνθήκες εργασίας.

Το βασικό ζήτημα πλέον είναι αν η επικείμενη Πράξη για Ποιοτικές Θέσεις Εργασίας θα οδηγήσει σε δεσμευτικό ευρωπαϊκό πλαίσιο για την πρόληψη των ψυχοκοινωνικών κινδύνων ή θα περιοριστεί σε μη δεσμευτικές κατευθύνσεις.

Στο επίκεντρο της συζήτησης βρίσκονται ζητήματα όπως ο υπερβολικός φόρτος εργασίας, η υποστελέχωση, οι πολλές ώρες εργασίας, η εργασιακή ανασφάλεια, η βία και παρενόχληση, η συνεχής διαθεσιμότητα και οι επιπτώσεις της ψηφιακής και αλγοριθμικής παρακολούθησης.

Η συζήτηση για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους μεταφέρεται, έτσι, από το επίπεδο των εθελοντικών πρωτοβουλιών στο πεδίο της ευρωπαϊκής νομοθετικής πολιτικής, με το επόμενο βήμα να βρίσκεται πλέον στην πλευρά της Ευρωπαϊκής Επιτροπής.

ΕΕ: Στο επίκεντρο η ψυχική υγεία των παιδιών και των νέων

Ανησυχία για τις επιπτώσεις των social media

Σχεδόν ένας στους τρεις εφήβους στην Ευρώπη δηλώνει ότι αισθάνεται άγχος, θλίψη ή κοινωνικό αποκλεισμό εξαιτίας των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Η Ευρωπαϊκή Ένωση εντείνει τις πρωτοβουλίες της για την προστασία των ανηλίκων στο διαδίκτυο, δίνοντας έμφαση στην πρόληψη και στην ενίσχυση της ψυχικής τους ευημερίας.

Στην ανάγκη να ακούγονται οι εμπειρίες και οι απόψεις των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν προκλήσεις ψυχικής υγείας, ώστε αυτές να μετατρέπονται σε ουσιαστικές πολιτικές και δράσεις, εστιάζει το φετινό μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας, με θέμα «Lived Experiences Heard: Πραγματικές Φωνές, Πραγματική Αλλαγή».

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα παιδιά και στους νέους, καθώς πολλές διαταραχές ψυχικής υγείας εκδηλώνονται κατά την παιδική ή εφηβική ηλικία, με πιθανές επιπτώσεις που εκτείνονται σε ολόκληρη τη ζωή. Την ίδια ώρα, η αυξανόμενη παρουσία της τεχνολογίας και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην καθημερινότητα των ανηλίκων δημιουργεί νέες ευκαιρίες, αλλά και σημαντικές προκλήσεις για την ψυχική τους υγεία.

Ανησυχητικά ευρήματα για τη χρήση των social media

Τον αντίκτυπο του υπερβολικού χρόνου μπροστά στις οθόνες και της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην ψυχική υγεία των νέων εξετάζει έρευνα του Ευρωβαρόμετρου, η οποία έδωσε τη δυνατότητα στους ερευνητές να καταγράψουν τις απόψεις εφήβων ηλικίας 13 έως 18 ετών, καθώς και των γονέων τους.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, περίπου το 89% των νέων Ευρωπαίων χρησιμοποιεί καθημερινά τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Παράλληλα, διαπιστώνεται ότι όσο μικρότερη είναι η ηλικία κατά την οποία τα παιδιά αποκτούν πρόσβαση στο διαδίκτυο, τόσο περισσότερος είναι ο



χρόνος που είναι πιθανό να περνούν μπροστά από μια οθόνη.

Ιδιαίτερη ανησυχία προκαλεί το γεγονός ότι σχεδόν ένας στους τρεις εφήβους αναφέρει πως αισθάνεται άγχος, θλίψη ή κοινωνικό αποκλεισμό εξαιτίας των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Τα ευρήματα ενισχύουν την ανάγκη για ουσιαστική αντιμετώπιση των κινδύνων του ψηφιακού περιβάλλοντος, χωρίς να παραγνωρίζονται οι δυνατότητες που προσφέρει η τεχνολογία στην εκπαίδευση, την επικοινωνία και την ανάπτυξη των παιδιών.

Πρωτοβουλίες της ΕΕ για ασφαλέστερο διαδίκτυο

Τα συμπεράσματα του Ευρωβαρόμετρου, σε συνδυασμό με τις συστάσεις της ειδικής ομάδας για την ασφάλεια των παιδιών στο διαδίκτυο, έχουν ήδη συμβάλει στη διαμόρφωση της πρότασης της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την πράξη της ΕΕ για τα παιδιά.

Η πρωτοβουλία αποσκοπεί στην ενίσχυση της προστασίας των ανηλίκων στον ψηφιακό χώρο, μεταφέροντας μεγαλύτερη ευθύνη στις διαδικτυακές υπηρεσίες για την ασφάλεια των προϊόντων και των υπηρεσιών τους. Παράλληλα, προβλέπει την παροχή εργαλείων στους γονείς, ώστε να μπορούν να διασφαλίζουν μια ασφαλέστερη διαδικτυακή εμπειρία για τα παιδιά τους.

Όπως υπογραμμίζεται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, οι απόψεις και οι εμπειρίες των παιδιών και των νέων θα εξακολουθήσουν να αποτελούν βασικό στοιχείο στη διαμόρφωση των σχετικών πολιτικών.

Έμφαση στην πρόληψη και την ψυχική ευεξία

Στο πλαίσιο των δράσεων για την ενίσχυση της υγείας των παιδιών, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και η UNICEF παρουσίασαν επίσης εργαλειοθήκη για την πρόληψη, η οποία παρέχει στους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής πρακτική και τεκμηριωμένη καθοδήγηση. Μεταξύ άλλων, περιλαμβάνει ειδική ενότητα αφιερωμένη στη βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών.

Η συγκεκριμένη πρωτοβουλία εντάσσεται στην ευρύτερη προσπάθεια να αποκτήσει η πρόληψη και η ψυχική ευεξία πιο κεντρική θέση στην ευρωπαϊκή ατζέντα για την υγεία.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, ο επίτροπος Olivér Várhelyi, αναδεικνύει τη σημασία της πρόληψης και της έγκαιρης παρέμβασης, σε μια περίοδο κατά την οποία η προστασία της ψυχικής υγείας των παιδιών και των νέων αποτελεί ολοένα και πιο επιτακτική προτεραιότητα για την Ευρώπη.

Το βασικό μήνυμα είναι σαφές: η αποτελεσματική αντιμετώπιση των προκλήσεων ψυχικής υγείας προϋποθέτει την ενεργή ακρόαση των ίδιων των παιδιών και των νέων, την αξιοποίηση των εμπειριών τους και τη μετατροπή τους σε συγκεκριμένες πολιτικές που θα ενισχύουν την ασφάλεια, την πρόληψη και την ευημερία τους.



Μέσω CY Login η πρόσβαση στο παρατηρητήριο λιανικών τιμών καυσίμων

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή ενημερώνει τους καταναλωτές ότι, από την Τετάρτη, 30 Σεπτεμβρίου 2026, η πρόσβαση στις τιμές που δημοσιεύονται στο Παρατηρητήριο Λιανικών Τιμών Καυσίμων θα πραγματοποιείται μέσω της υπηρεσίας CY Login.

Η αλλαγή αυτή εντάσσεται στο πλαίσιο του ψηφιακού μετασχηματισμού των κρατικών υπηρεσιών και αποσκοπεί στην παροχή σύγχρονων, ασφαλών και εύχρηστων ψηφιακών υπηρεσιών προς τους πολίτες και τις επιχειρήσεις.

Τι είναι το CY Login;

Το CY Login είναι η υπηρεσία της Κυπριακής Δημοκρατίας για τη διαχείριση και ταυτοποίηση χρηστών, η οποία παρέχει πρόσβαση σε ένα ευρύ φάσμα ηλεκτρονικών υπηρεσιών της Κυπριακής Δημοκρατίας μέσω μίας ενιαίας διαδικασίας σύνδεσης.

Τι σημαίνει αυτό για τους καταναλωτές;

Με τη χρήση του CY Login, οι καταναλωτές μπορούν να έχουν ασφαλή πρόσβαση στις διαθέσιμες ηλεκτρονικές υπηρεσίες της Κυπριακής Δημοκρατίας, χωρίς να απαιτείται η φυσική τους παρουσία σε κρατικές υπηρεσίες.

Η χρήση της υπηρεσίας συμβάλλει:

στην ασφάλεια, μέσω της ταυτοποίησης του χρήστη,

στην ευκολότερη πρόσβαση στις ηλεκτρονικές υπηρεσίες του κράτους και

στην εξοικονόμηση χρόνου, καθώς οι υπηρεσίες παρέχονται διαδικτυακά.

Οι καταναλωτές μπορούν να βρουν περισσότερες πληροφορίες και αναλυτικές οδηγίες για την εγγραφή και τη χρήση του CY Login σε αυτόν τον σύνδεσμο.

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή καλεί τους καταναλωτές να προβούν στην εγγραφή τους στην υπηρεσία CY Login, ώστε να συνεχίσουν να έχουν πρόσβαση στις τιμές του Παρατηρητηρίου Λιανικών Τιμών Καυσίμων.

Εμβολιαστικό πλάνο έναντι των αναπνευστικών ιών για το Φθινόπωρο



Οι τρεις βασικοί ιοί, η εποχική γρίπη, ο ιός SARS-CoV-2 (νόσος COVID-19) και ο Αναπνευστικός Συγκυτιακός Ιός (RSV), έχουν ως κοινά χαρακτηριστικά την εποχική κυκλοφορία, τη μεταδοτικότητα και την ικανότητα να επιβαρύνουν το σύστημα υγείας. Η πρόληψη, μέσω των εμβολιασμών και άλλων μέτρων δημόσιας υγείας, αποτελεί την αποτελεσματικότερη στρατηγική για αντιμετώπιση των λοιμώξεων.

Ο έγκαιρος εμβολιασμός έναντι των αναπνευστικών ιών, συστήνεται να γίνεται κατά τους μήνες του Φθινοπώρου και του Χειμώνα. Το Υπουργείο Υγείας διαθέτει δωρεάν τα εμβόλια και τα σκευάσματα έναντι των αναπνευστικών ιών.

Α. Εποχική Γρίπη

Δικαιούχοι για το εμβόλιο έναντι της εποχικής γρίπης είναι όλοι οι πολίτες άνω των 6 μηνών. Ωστόσο, προτεραιότητα θα δοθεί στις ευάλωτες ομάδες και τις ομάδες αυξημένου κινδύνου και ιδιαίτερα των ατόμων άνω των 60 χρόνων, οι οποίοι διατρέχουν υψηλό κίνδυνο να αναπτύξουν σοβαρά συμπτώματα εάν νοσήσουν.

Ο εμβολιασμός με το εμβόλιο έναντι της εποχικής γρίπης θα διεκπεραιώνεται από τον Προσωπικό Ιατρό ενηλίκων και παιδιών, κατόπιν διευθέτησης σχετικού ραντεβού (για δικαιούχους ΓεΣΥ).

Οι μη δικαιούχοι του ΓεΣΥ, καθώς και οι δικαιούχοι του ΓεΣΥ που επιθυμούν να εμβολιαστούν ταυτόχρονα με τα δύο εμβόλια, της εποχικής γρίπης και της COVID-19, θα μπορούν να εξυπηρετούνται στα Κέντρα Εμβολιασμού Ενηλίκων και των Κέντρων Προστασίας Μητρότητας και Ευημερίας Παιδιού του Υπουργείου Υγείας, σύμφωνα με το πρόγραμμα λειτουργίας και τα απαραίτητα έντυπα συγκατάθεσης.

Β. Ιός SARS-CoV2 (COVID-19)

Δικαιούχοι για το εμβόλιο έναντι της νόσου COVID-19 είναι όλοι οι πολίτες άνω των 6 μηνών. Ωστόσο, προτεραιότητα θα δίνεται στις ευάλωτες ομάδες και τις ομάδες αυξημένου κινδύνου και ιδιαίτερα των ατόμων άνω των 60 χρόνων, οι οποίοι διατρέχουν υψηλό κίνδυνο να αναπτύξουν σοβαρά συμπτώματα εάν νοσήσουν. Ο εμβολιασμός με το εμβόλιο για τη νόσο COVID-19 θα διεκπεραιώνεται στα ακόλουθα Κέντρα:

Κέντρα Εμβολιασμού Ενηλίκων του Υπουργείου Υγείας για τα άτομα άνω των 12 ετών, με ελεύθερη προέλευση (walk–in) και με απαραίτητο το έντυπο συγκατάθεσης, υπογεγραμμένο και από τους δύο γονείς/κηδεμόνες για τα παιδιά 12 -17 ετών.

Κέντρα Προστασίας Μητρότητας και Ευημερίας Παιδιού για τα παιδιά από 6 μηνών έως 11 ετών, κατόπιν διευθέτησης ραντεβού και με απαραίτητο το έντυπο συγκατάθεσης. υπογεγραμμένο και από τους δύο γονείς/κηδεμόνες.

Γ. Αναπνευστικός Συγκυτιακός Ιός (RSV)

Τα παιδιά με υποκείμενα νοσήματα και οι ηλικιωμένοι έχουν προτεραιότητα στην πρόληψη του RSV, επειδή διατρέχουν υψηλό κίνδυνο σοβαρής νόσησης, νοσηλείας και επιπλοκών. Η προστασία με τον εμβολιασμό μειώνει σημαντικά τη νοσηρότητα, τη θνητότητα και την πίεση στο σύστημα υγείας.

Δικαιούχοι του εμβολίου έναντι του RSV οι δικαιούχοι είναι τα άτομα άνω των 75 ετών και τα άτομα ηλικίας 60-74 ετών με παράγοντες κινδύνου. Σημαντική ομάδα προτεραιότητας αποτελούν επίσης οι έγκυες γυναίκες κατά την 32η-36η εβδομάδα της κύησης, για την προστασία των βρεφών. Το εμβόλιο έναντι του RSV διατίθεται ολόχρονα σύμφωνα με το Αναθεωρημένο Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών Ενηλίκων και Ειδικών Ομάδων.

Δωρεάν εργαστήρια Europass 2026

Το Κέντρο Παραγωγικότητας Κύπρου ως το Εθνικό Κέντρο Europass (ΕΚΕ) Κύπρου σε συνεργασία με το Πολυδύναμο Δημοτικό Κέντρο Λευκωσίας και την ομάδα Γιασεμίν, φέρνουν κοντά σας μια σειρά Εργαστηρίων Οριζόντιων Δεξιοτήτων στο Κέντρο Ενημέρωσης και Επιμόρφωσης για την Ενίσχυση της Απασχόλησης και της Επιχειρηματικής δράσης (ΚΕΕΑΕΔ).

Ανακαλύψτε και αναπτύξτε τις δεξιότητές σας μέσα από 5 διαδραστικά εργαστήρια που εστιάζουν στην επαγγελματική ενδυνάμωση και προετοιμασία για την αγορά εργασίας. Με την κατάλληλη καθοδήγηση, θα αποκτήσετε πρακτικά εργαλεία για να ξεχωρίσετε στην καριέρα σας. Η παρακολούθηση κάθε εργαστηρίου είναι ανεξάρτητη, ωστόσο η συμμετοχή σε ολόκληρη τη σειρά προσφέρει μια ολοκληρωμένη και εις βάθος προσέγγιση της επαγγελματικής ανάπτυξης. Η συμμετοχή είναι δωρεάν.

Φορέας Υλοποίησης: Πολυδύναμο Δημοτικό Κέντρο Λευκωσίας

Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Προγράμματος Πολιτικής Συνοχής «ΘΑΛΕΙΑ 2021 – 2027» με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 22806124

Λύση SUDOKU

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

ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ

Η παιδεία είναι ο δεύτερος ήλιος για τον άνθρωπο

Πλάτων

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΕΚ

Λευκωσία:	Στασάνδρου 26,	τηλ: 22764691
Λεμεσός:	Κυρ. Οικονόμου 21	τηλ: 25861144
Λεμεσός:	Λεώφ. 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
Υπηρ. ανταπόκρισης ναρκωτικών:	1410
Κεν. Άμεσης βοήθειας θυμάτων βίας:	1440
Α.Η.Κ. βλάβες:	1800
Α.Τ.Η.Κ. (ΣΥΤΑ) βλάβες:	80000197
Γραμμή Καταναλωτή	1429

Η αντιμετώπιση της υπέρτασης με φυσικά μέσα



Η υψηλή αρτηριακή πίεση, που ονομάζεται επίσης υπέρταση, ορίζεται από τους ειδικούς ως «σιωπηλός δολοφόνος», επειδή συνήθως δεν προκαλεί συγκεκριμένα συμπτώματα, αλλά μπορεί να υπάρχει για καιρό, αυξάνοντας με την πάροδο του χρόνου, τον κίνδυνο καρδιακής προσβολής ή εγκεφαλικού επεισοδίου.

Τα καλά νέα είναι όμως, ότι υπάρχουν και τροφές που μπορούν να σας βοηθήσουν να κρατήσετε την αρτηριακή πίεση υπό έλεγχο.

Μπανάνες

Μια μπανάνα μέτριου μεγέθους έχει 422 mg καλίου που βοηθά στην απομάκρυνση του νατρίου. Ανακατέψτε τις μπανάνες σε πλιγούρι βρώμης ή προσθέστε στο τοστ σας με φυστικοβούτυρο και μια μπανάνα για πρωινό.

Πατάτες

Μια μέτρια λευκή πατάτα έχει 620 mg κάλιο, ενώ μια γλυκοπατάτα έχει 540 mg κάλιο. Φτιάξτε τις δικές σας «τηγανιτές» πατάτες κόβοντας τις πατάτες σε φέτες και ψήνοντάς τις στο φούρνο με λίγο αλάτι και άλλα μπαχαρικά όπως πιπέρι, πάπρικα ή δεντρολίβανο. Περιχύστε τις ελαιόλαδο για καλά λιπαρά υγιεινά για την καρδιά.

Παντζάρια

Ένα φλιτζάνι παντζάρια έχει 440 mg κάλιο. Μελέτες δείχνουν ότι τόσο τα παντζάρια όσο και ο χυμός τους μπορούν να μειώσουν την αρτηριακή πίεση, λόγω της υψηλής συγκέντρωσης νιτρικών αλάτων, τα οποία βοηθούν στη βελτίωση της ροής του αίματος.

Σπανάκι

Τρία φλιτζάνια ωμό σπανάκι αποδίδουν 475 mg καλίου και αυτό το λαχανικό είναι εξαιρετικά ευέλικτο, επομένως είναι εύκολο να το καταναλώσετε. Φτιάξτε μια σαλάτα με σπανάκι, ανακατέψτε σε αυγά, ρίξτε το σε ένα smoothie ή σοτάρετέ το για να το απολαύσετε ως συνοδευτικό. Τα φυλλώδη πράσινα είναι επίσης πλούσια σε ασβέστιο και μαγνήσιο.

Φασόλια και όσπρια

Τα φασόλια και τα όσπρια έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε κάλιο και μαγνήσιο. Ένα φλιτζάνι λευκά φασόλια προσφέρει 615 mg καλίου και 89 mg μαγνησίου. Μην ξεχάσετε να ξεπλύνετε τα φασόλια καλά, εάν τα αγοράζετε σε κονσέρβα για να βοηθήσετε στη μείωση του νατρίου.

Γιαούρτι

Το γιαούρτι είναι φυσικά πλούσιο σε ασβέστιο και ιδανική επιλογή είναι αυτό με τα μειωμένα λιπαρά για να περιορίσετε την πρόσληψη κορεσμένων λιπαρών.

Άλλες συμβουλές για υγιή αρτηριακή πίεση

Προσπαθείτε να μαγειρεύετε και να τρώτε συχνότερα σπιτικό φαγητό αντί να τρώτε έξω.

Αγοράστε τρόφιμα με την ένδειξη «χαμηλό σε νάτριο», «μειωμένο νάτριο» ή «χωρίς προσθήκη αλατιού».

Επιλέξτε φρέσκο κρέας και θαλασσινά πιο συχνά από τα επεξεργασμένα και συσκευασμένα κρέατα.

Επιλέξτε ανάλατα αλμυρά σνακ όπως ξηρούς καρπούς.

SUDOKU

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

Μύδια γεμιστά

Υλικά

16 μεγάλα μύδια κατεψυγμένα, σε μισό όστρακο
2 φλ. λευκό κρασί
50 γρ. βούτυρο ανάλατο
¼ φλ. κρεμμύδι κόκκινο
2 κουταλιές αλεύρι φαρίνα
¼ φλ. κρέμα γάλακτος
½ κουταλάκι μουστάρδα σκόνη
Μια πρέζα σαφράν (προαιρετικά)
1 ½ κουτάλι χυμό λεμόνι
1/3 φλ. κεφαλοτύρι, τριμμένο
1 φρέσκο κρεμμυδάκι



Για την επικάλυψη:
¾ φλ. ψίχουλα
¼ φλ. παρμεζάνα
1 κουταλάκι μαϊντανό
1 κουτάλι ελαιόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζετε τα μύδια κατευθείαν από την κατάψυξη σε μια μεγάλη κατσαρόλα μαζί με το κρασί. Αφήστε να κοχλάσουν και βράστε για 5 λεπτά. Ακολούθως τα βγάζετε με τρυπητό κουτάλι και αφαιρείτε τα μύδια από το όστρακο. Φυλάξτε τα όστρακα και 1 φλιτζάνι από το ζουμί που βράσατε τα μύδια.

Κόβετε τα μύδια σε μικρά κομματάκια σε ένα μπολ.

Σε μια κατσαρόλα βάζετε το βούτυρο να λιώσει σε μέτρια-δυνατή φωτιά. Προσθέστε το κρεμμύδι και σοτάρετε ανακατεύοντας μέχρι να μαλακώσει και να αρχίσει να παίρνει χρώμα. Προσθέστε το αλεύρι και σοτάρετε ανακατεύοντας για 1 λεπτό. Προσθέστε την κρέμα γάλακτος τη μουστάρδα, το χυμό λεμόνι και το ζουμί που φυλάξατε. Ανακατεύετε μέχρι το μείγμα να κοχλάσει και να γίνει παχύρευστο σαν μπεσαμέλ. Αποσύρετε από τη φωτιά. Προσθέστε τα μύδια, το κεφαλοτύρι και το σχοινόπρασο. Αλατοπιπερώστε.

Για την επικάλυψη ανακατεύετε όλα τα υλικά σε ένα μπολ.

Πάρτε ένα ταψί φούρνου και στρώστε πάνω τσαλακωμένο ασημόχαρτο. Ακουμπήστε πάνω στο ταψί τα όστρακα. Η χρησιμότητα του τσαλακωμένου ασημόχαρτου είναι ώστε τα όστρακα να κάθονται ίσια χωρίς να γέρνουν και μαζί τους να βγαίνει η γέμιση. Γι' αυτό βεβαιωθείτε ότι είναι όσο ίσια γίνεται.

Γεμίστε το κάθε όστρακο με τη γέμιση. Πασπαλίστε με την επικάλυψη. Σε αυτό το στάδιο μπορείτε να τα καλύψετε με πλαστική μεμβράνη και να τα φυλάξετε στο ψυγείο για 12 ώρες.

Για να τα ψήσετε προθερμαίνετε τον φούρνο στους 175°C βαθμούς. Βάζετε το ταψί στο φούρνο για 20-25 λεπτά μέχρι να ροδοκοκκινίσουν.

ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

Κριός: Η παρορμητικότητα είναι μια τάση στο πρώτο μισό της ημέρας, ιδιαίτερα στις επικοινωνίες. Προσπάθησε να μην μπεις σε κάτι χωρίς σκέψη και πρόωρα. Επίσης, πρόσεξε τις εντάσεις που μπορεί να φέρουν οι προσδοκίες σου από τους άλλους.

Ταύρος: Η τάση για βιαστικές αποφάσεις είναι έντονη. Προσπάθησε να διατηρήσεις την ψυχραιμία σου και να μην σε εκνευρίζουν οι διαφορές απόψεων.

Δίδυμοι: Σήμερα νιώθεις αναστάτωση. Η γρήγορη δράση μπορεί να μην έχει τα επιθυμητά αποτελέσματα, εάν ενεργείς υπό αυτήν την κατάσταση.

Καρκίνος: Πρόσεξε την ανυπομονησία στην επικοινωνία. Είναι πολύ εύκολο να διαφωνήσεις ή να ξεγελαστείς .Εάν τα συναισθήματα απελευθερώνονται με τη μορφή εκρήξεων, καλύτερα να συγκρατηθείς.



Λέων: Μπορεί να νιώθεις έντονα την ανάγκη για αλλαγή σήμερα, αλλά μπορεί να μην ξέρεις από που να ξεκινήσεις -μόνο προς το παρόν. Έχεις πίστη στις ικανότητες σου να διαχειρίζεσαι καλύτερα τη ζωή σου, προσπάθησε όμως να αποφύγεις τις παγίδες της γρήγορης λήψης αποφάσεων.

Παρθένος: Τα άλυτα προβλήματα μπορεί να σου φαίνονται έντονα. Σου είναι δύσκολο να συγκεντρωθείς σε ένα καλό σχέδιο, στην αντιμετώπιση και στην προώθηση του.

Ζυγός: Η ένταση σε κάνει να νιώθεις ότι πρέπει να ολοκληρώσεις τα πράγματα εδώ και τώρα, αλλά το να πιέσεις τις καταστάσεις είναι πιθανό να οδηγήσει σε απογοήτευση.

Σκορπιός: Πρέπει να ξεκουραστείς. Μην οδηγείς τα πράγματα στα άκρα. Πρόσεξε την ανυπομονησία σου στη δουλειά και στις επικοινωνίες σου.

Τοξότης: Πρόσεξε τις άστοχες παρατηρήσεις, τις παρορμητικές αποφάσεις και τα γρήγορα συμπεράσματα. Είναι ανώφελο να προσπαθείς να επιβάλεις τις απόψεις σου με τον τρόπο που εσύ θέλεις.



Αιγόκερος: Νιώθεις αναστάτωση στο πρώτο μισό της ημέρας. Στην ιδανική της περίπτωση, αυτή η πτυχή σε ενθαρρύνει να κάνεις ένα άλμα μπροστά και να αφήσεις πίσω προβληματικές περιοχές.

Υδροχόος: Είναι πολύ εύκολο να παρασυρθείς από την ανυπομονησία σου. Υπάρχει μια τάση για τσακωμούς ή παρεξηγήσεις. Απόφυγε επίσης να βγάλεις γρήγορα συμπεράσματα.

Ιχθείς: Στόχος είναι να αντισταθείς στην αίσθηση ότι πρέπει να βιάσεις πράγματα και καταστάσεις. Η ανυπομονησία σου μπορεί να προκαλέσει εμπόδια στη ζωή σου. Όταν αισθάνεσαι ανήσυχη, το καλύτερο που έχεις να κάνεις είναι να αποφύγεις τις αλλαγές.

Νέοι κανόνες για τα αεροπορικά ταξίδια στην ΕΕ από τον Οκτώβριο του 2027

Σημαντικές αλλαγές στα δικαιώματα των αεροπορικών επιβατών φέρνει από τις 23 Οκτωβρίου 2027 το νέο ευρωπαϊκό πλαίσιο, το οποίο, σύμφωνα με τις προβλέψεις που παρουσιάζονται, επιχειρεί να περιορίσει τις πρόσθετες χρεώσεις, να απλοποιήσει τις διαδικασίες αποζημίωσης και να ενισχύσει την υποχρέωση των εταιρειών για ενημέρωση και εξυπηρέτηση. Έπειτα από πολυετείς διαπραγματεύσεις, οι νέοι κανόνες καλύπτουν ζητήματα που αφορούν τις αποσκευές, τις καθυστερήσεις, τις ακυρώσεις, τις χαμένες ανταποκρίσεις και την επιστροφή χρημάτων.

Οι διατάξεις θα εφαρμόζονται στις πτήσεις που αναχωρούν από αεροδρόμια της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ανεξάρτητα από την εθνικότητα του αερομεταφορέα, καθώς και σε πτήσεις από τρίτες χώρες προς την ΕΕ, όταν εκτελούνται από ευρωπαϊκές αεροπορικές εταιρείες.



Αποσκευές και κάρτες επιβίβασης χωρίς υποχρεωτικές χρεώσεις

Κάθε επιβάτης θα δικαιούται να μεταφέρει δωρεάν μία μικρή προσωπική τσάντα, διαστάσεων έως 40x30x15 εκατοστών, ή αρκετά μικρή ώστε να τοποθετείται κάτω από το μπροστινό κάθισμα. Αντίθετα, η τροχήλατη χειραποσκευή που τοποθετείται στα ντουλαπάκια ενδέχεται να εξακολουθήσει να χρεώνεται. Κατά την κράτηση, ωστόσο, θα πρέπει να εμφανίζεται πρώτα η τιμή του εισιτηρίου μαζί με την τροχήλατη αποσκευή, ώστε ο ταξιδιώτης να γνωρίζει εξαρχής το συνολικό κόστος.

Εάν μια χειραποσκευή μεταφερθεί υποχρεωτικά στον χώρο αποσκευών, για παράδειγμα λόγω έλλειψης χώρου στην καμπίνα ή αλλαγής αεροσκάφους, δεν θα επιβάλλεται πρόσθετη χρέωση. Παράλληλα, πριν από την αγορά του εισιτηρίου, οι εταιρείες θα οφείλουν να ενημερώνουν με σαφήνεια για τον αριθμό, τις διαστάσεις και το βάρος των επιτρεπόμενων αποσκευών, καθώς και για τις χρεώσεις ειδικών αντικειμένων.

Σημαντική αλλαγή προβλέπεται και για την κάρτα επιβίβασης. Οι επιβάτες θα μπορούν να χρησιμοποιούν ευανάγνωστη έντυπη κάρτα χωρίς επιπλέον κόστος, ενώ οι εταιρείες δεν θα δικαιούνται να επιβάλλουν τη χρήση της εφαρμογής τους ή τη δημιουργία λογαριασμού. Εάν το κινητό τηλέφωνο μείνει από μπαταρία, θα πρέπει να παρέχεται δωρεάν εκτυπωμένη κάρτα. Επιπλέον, ένα απλό τυπογραφικό λάθος στο όνομα δεν θα μπορεί να οδηγήσει αυτομάτως σε άρνηση επιβίβασης, εφόσον η διόρθωση ζητηθεί τουλάχιστον 48 ώρες πριν από την αναχώρηση. Η πρώτη διόρθωση θα γίνεται δωρεάν.

Αποζημιώσεις για καθυστερήσεις και ακυρώσεις

Για καθυστέρηση άνω των τριών ωρών στον τελικό προορισμό προβλέπονται αποζημιώσεις 250 ευρώ για πτήσεις έως 1.500 χιλιόμετρα, 400 ευρώ για ενδοευρωπαϊκές πτήσεις μεγαλύτερης απόστασης και για ορισμένες πτήσεις μεταξύ ΕΕ και τρίτων χωρών, καθώς και 600 ευρώ για μεγαλύτερες αποστάσεις. Τα ποσά υπόκεινται στις προβλεπόμενες προϋποθέσεις και εξαιρέσεις, ιδίως σε περιπτώσεις έκτακτων περιστάσεων.

Εάν η καθυστέρηση υπερβεί τις πέντε ώρες, ο επιβάτης θα μπορεί να εγκαταλείψει το ταξίδι και να ζητήσει πλήρη επιστροφή χρημάτων. Σε ορισμένες περιπτώσεις, όταν ο σκοπός του ταξιδιού έχει πλέον χαθεί, θα μπορεί να ζητήσει επιστροφή και για τμήμα της διαδρομής που έχει ήδη πραγματοποιηθεί, καθώς και μεταφορά στο αρχικό σημείο αναχώρησης.

Σε περίπτωση ακύρωσης, ο επιβάτης θα επιλέγει μεταξύ επιστροφής χρημάτων και εναλλακτικής μεταφοράς. Όταν η ενημέρωση γίνεται λιγότερο από 14 ημέρες πριν από την αναχώρηση, μπορεί να δικαιούται αποζημίωση, ανάλογα με την απόσταση και τις περιστάσεις. Η επιστροφή χρημάτων θα πρέπει να ολοκληρώνεται μέσα σε επτά ημερολογιακές ημέρες, συμπεριλαμβανομένων, όπου προβλέπεται, των προμηθειών του μεσάζοντα.

Η εναλλακτική μεταφορά δεν θα περιορίζεται υποχρεωτικά στην ίδια αεροπορική εταιρεία. Μπορεί να περιλαμβάνει πτήση άλλου αερομεταφορέα, αναχώρηση από διαφορετικό αεροδρόμιο ή ακόμη και μετακίνηση με τρένο ή λεωφορείο, εφόσον εξασφαλίζεται ταχύτερη άφιξη στον προορισμό. Αν η εταιρεία δεν προσφέρει λύση μέσα σε τρεις ώρες, ο επιβάτης θα μπορεί να οργανώσει τη μετακίνησή του και να ζητήσει την κάλυψη αναγκαίων και εύλογων εξόδων, εντός των προβλεπόμενων ορίων.

Οι εταιρείες δεν θα μπορούν να επιβάλλουν κουπόνια αντί χρημάτων. Η αποδοχή voucher θα παραμένει επιλογή του επιβάτη, ενώ προβλέπεται συγκεκριμένη διάρκεια ισχύος και επιστροφή του αχρησιμοποίητου υπολοίπου. Σε περιπτώσεις αναμονής που ενεργοποιούν το δικαίωμα βοήθειας, θα παρέχονται επίσης γεύματα ή αναψυκτικά, πρόσβαση στο Διαδίκτυο και δύο τηλεφωνικές κλήσεις. Εφόσον απαιτείται διανυκτέρευση, η εταιρεία θα καλύπτει το ξενοδοχείο και τις μεταφορές από και προς το αεροδρόμιο, με ειδικές προβλέψεις για ευάλωτες κατηγορίες επιβατών.

Χαμένες ανταποκρίσεις και υπεράριθμες κρατήσεις

Για πτήσεις που περιλαμβάνονται στην ίδια κράτηση, η εταιρεία θα οφείλει να εξασφαλίζει μεταφορά και βοήθεια όταν χαθεί η ανταπόκριση. Αν δεν βρεθεί λύση μέσα σε πέντε ώρες, ο επιβάτης θα μπορεί να ζητήσει επιστροφή χρημάτων, ενώ καθυστέρηση άνω των τριών ωρών στον τελικό προορισμό μπορεί να θεμελιώνει δικαίωμα αποζημίωσης.

Παράλληλα, εφόσον η αναχώρηση και η επιστροφή αποτελούν μέρος της ίδιας σύμβασης, η εταιρεία δεν θα μπορεί να ακυρώνει την πτήση επιστροφής επειδή δεν χρησιμοποιήθηκε η αναχώρηση. Σε περίπτωση άρνησης επιβίβασης λόγω υπεράριθμων κρατήσεων, επιβάτης με έγκυρη κράτηση και ολοκληρωμένο check-in θα δικαιούται αποζημίωση, εναλλακτική μεταφορά ή επιστροφή χρημάτων, καθώς και την προβλεπόμενη βοήθεια.

Προστασία οικογενειών και επιβατών με αναπηρία

Οι γονείς ή συνοδοί παιδιών κάτω των 14 ετών και ατόμων με ειδικές ανάγκες θα δικαιούνται δωρεάν θέση δίπλα τους. Τα βρεφικά καροτσάκια και τα αμαξίδια θα μεταφέρονται χωρίς χρέωση έως την πύλη ή την πόρτα του αεροσκάφους, όπου αυτό είναι εφικτό.

Ειδική μέριμνα προβλέπεται για επιβάτες με αναπηρία ή μειωμένη κινητικότητα, με προτεραιότητα στη βοήθεια και στην εναλλακτική μεταφορά. Σε περίπτωση απώλειας ή ζημιάς αναπηρικού αμαξιδίου ή άλλου βοηθήματος, προβλέπεται αποζημίωση και προσωρινό μέσο αντικατάστασης. Οι κανόνες περιλαμβάνουν επίσης πρόνοιες για σκύλους βοήθειας και για επιβάτες των οποίων η πτήση χάθηκε λόγω αδυναμίας του αεροδρομίου να παράσχει την προβλεπόμενη συνδρομή.

Αποσκευές, ενημέρωση και αυστηρές προθεσμίες

Για κατεστραμμένες αποσκευές, η καταγγελία θα πρέπει να υποβάλλεται μέσα σε επτά ημέρες, ενώ για καθυστερημένη παράδοση μέσα σε 21 ημέρες από την παραλαβή. Προβλέπονται επίσης απλούστερες διαδικασίες για αντικείμενα που ξεχάστηκαν στο αεροσκάφος.

Οι αεροπορικές εταιρείες θα έχουν σαφέστερες υποχρεώσεις ενημέρωσης και διεκπεραίωσης αιτημάτων. Σε περιστατικά που ενδέχεται να γεννούν δικαίωμα αποζημίωσης, θα πρέπει να ενημερώνουν ηλεκτρονικά τον επιβάτη μέσα σε 96 ώρες από την ολοκλήρωση του ταξιδιού. Το αίτημα αποζημίωσης θα μπορεί να υποβάλλεται μέσα σε εννέα μήνες, με την εταιρεία να οφείλει να επιβεβαιώνει την παραλαβή και να πληρώνει ή να αιτιολογεί την απόρριψη εντός 30 ημερών.

Για τις υπόλοιπες καταγγελίες προβλέπεται προθεσμία υποβολής έως 12 μήνες, επιβεβαίωση παραλαβής μέσα σε επτά εργάσιμες ημέρες και απάντηση κατά κανόνα εντός ενός μήνα, με ανώτατο όριο τους δύο μήνες.

Τέλος, τα αεροδρόμια της ΕΕ θα πρέπει να διαθέτουν δωρεάν πόσιμο νερό και σημεία φόρτισης ηλεκτρονικών συσκευών. Σε παρατεταμένη παραμονή αεροσκάφους στο έδαφος, θα προβλέπονται κατάλληλες συνθήκες στην καμπίνα, πρόσβαση σε τουαλέτα και νερό, ενώ η παραμονή των επιβατών μέσα στο αεροσκάφος δεν θα υπερβαίνει κανονικά τις δύο ώρες, με συγκεκριμένες εξαιρέσεις.

Κεντρική αλλαγή αποτελεί και η υποχρέωση παροχής δωρεάν τρόπου επικοινωνίας για επιστροφές χρημάτων, αποζημιώσεις και καταγγελίες. Οι επιβάτες δεν θα υποχρεώνονται να καλούν γραμμές αυξημένης χρέωσης, να εγκαθιστούν συγκεκριμένη εφαρμογή ή να δημιουργούν λογαριασμό για να διεκδικήσουν τα δικαιώματά τους.

Επέστρεψε στις νίκες ο Απόλλωνας



Ο Απόλλωνας Λεμεσού επικράτησε με 3-1 της Krasava E.N.Y. και επέστρεψε στις νίκες. Ο Γκουστάβο Ασουνσάο άνοιξε το σκορ στο 38ο λεπτό, όμως ο Ντε Λούκας ισοφάρισε στο 42΄ για τους γηπεδούχους. Στη συνέχεια, η Krasava δημιούργησε επικίνδυνες στιγμές, αλλά ο Απόλλωνας βρήκε τις λύσεις στο τελευταίο δεκάλεπτο, με τον Μπρούνο Γκασπάρ να σκοράρει στο 80΄ και τον Γκάρι Ροντρίγκες να διαμορφώνει το τελικό αποτέλεσμα στις καθυστερήσεις, στο 90+4΄.

Καρμιώτισσα – Ομόνοια 0-3

Η Ομόνοια πήρε σημαντική εκτός έδρας νίκη με 3-0 απέναντι στην Καρμιώτισσα, ξεκινώντας με τον καλύτερο τρόπο τις αγωνιστικές της υποχρεώσεις για την 5η αγωνιστική. Οι φιλοξενούμενοι κατάφεραν να επιβάλουν την παρουσία τους και να φτάσουν σε μια νίκη που τους δίνει πολύτιμους βαθμούς για τη συνέχεια του πρωταθλήματος. Από την άλλη, η Καρμιώτισσα δεν κατάφερε να αξιοποιήσει την έδρα της και καλείται να αναζητήσει καλύτερα αποτελέσματα στις επόμενες αναμετρήσεις.

ΑΠΟΕΛ – Νέα Σαλαμίνα 2-1

Το ΑΠΟΕΛ κατάφερε να πάρει τη νίκη απέναντι στη Νέα Σαλαμίνα με 2-1, σε έναν αγώνα που έδωσε σημαντικούς βαθμούς στην ομάδα της Λευκωσίας. Οι γηπεδούχοι αξιοποίησαν τις ευκαιρίες τους και έφτασαν στο επιθυμητό αποτέλεσμα, παρά την προσπάθεια της Νέας Σαλαμίνας να διεκδικήσει κάτι θετικό από την αναμέτρηση. Η νίκη αποτελεί σημαντική ενίσχυση για το ΑΠΟΕΛ, το οποίο επιδιώκει να βελτιώσει τη θέση του στη βαθμολογία, ενώ η Νέα Σαλαμίνα θα προσπαθήσει να επιστρέψει στα θετικά αποτελέσματα.

Ανόρθωση – Πάφος FC 1-3

Η Πάφος FC πέτυχε σημαντική εκτός έδρας νίκη με 3-1 απέναντι στην Ανόρθωση, επιβεβαιώνοντας την ανταγωνιστικότητά της στο φετινό πρωτάθλημα. Η ομάδα της Πάφου κατάφερε να φύγει με τους τρεις βαθμούς από μια δύσκολη έδρα, σε μια αναμέτρηση με ιδιαίτερη βαθμολογική σημασία. Η Ανόρθωση, από την πλευρά της, δεν μπόρεσε να περιορίσει αποτελεσματικά την επιθετική δραστηριότητα των φιλοξενούμενων και γνώρισε ακόμη μία ήττα. Το αποτέλεσμα δίνει ώθηση στην Πάφο, ενώ αυξάνει την πίεση στην Ανόρθωση για βελτίωση στη συνέχεια.

Ολυμπιακός Λευκωσίας – Άρης Λεμεσού 1-2

Ο Άρης Λεμεσού πέρασε νικηφόρα από την έδρα του Ολυμπιακού Λευκωσίας, επικρατώντας με 2-1. Οι φιλοξενούμενοι κατάφεραν να πάρουν ένα σημαντικό τρίποντο σε μια αναμέτρηση που κρίθηκε στις λεπτομέρειες, ενώ ο Ολυμπιακός προσπάθησε να διεκδικήσει θετικό αποτέλεσμα μπροστά στο κοινό του. Η νίκη επιτρέπει στον Άρη να συνεχίσει την προσπάθειά του για αναρρίχηση στη βαθμολογία. Για τον Ολυμπιακό, το ζητούμενο παραμένει η πρώτη νίκη στο πρωτάθλημα, καθώς η ομάδα αναζητά μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα στα παιχνίδια της.

ΑΕΛ – Ομόνοια 29Μ 2-1

Η ΑΕΛ Λεμεσού επικράτησε με 2-1 της Ομόνοιας 29Μ και συνέχισε με θετικό τρόπο την πορεία της στο πρωτάθλημα. Η ομάδα της Λεμεσού κατάφερε να εξασφαλίσει τους τρεις βαθμούς σε μια σημαντική αναμέτρηση, διατηρώντας τη δυναμική της στη διεκδίκηση μιας καλής θέσης στη βαθμολογία. Η Ομόνοια 29Μ πάλεψε για ένα θετικό αποτέλεσμα, αλλά δεν κατάφερε να αποτρέψει την ήττα. Με αυτή την επιτυχία, η ΑΕΛ παραμένει ανάμεσα στις ομάδες που ξεχωρίζουν στο ξεκίνημα της αγωνιστικής περιόδου.

ΑΕΚ Λάρνακας – Ομόνοια Αραδίππου

Αφού έχασε μισό… τσουβάλι ευκαιρίες -μεταξύ των οποίων και το πέναλτι του Μιλίσεβιτς που απέκρουσε ο Ζίβκοβιτς- η ΑΕΚ Λάρνακας βρήκε εντέλει τη λύση χάρις σε ένα γκολ του Αντερέγκεν στο 89ο λεπτό και πήρε τη νίκη κόντρα στην Ομόνοια Αραδίππου, στο τελευταίο χρονικά παιχνίδι της 5ης αγωνιστικής στην Cyprus League.

Μία νίκη που φέρνει την ΑΕΚ ισόβαθμη με την ΑΕΛ Λεμεσού στην κορυφή του βαθμολογικού πίνακα με 12 βαθμούς έπειτα απ' τις πρώτες 5 «στροφές» του πρωταθλήματος.

Β΄ Κατηγορία

Τρίτη σερί νίκη για τον Εθνικό Άχνας



Ο Εθνικός Άχνας πανηγύρισε στα Λύμπια την τρίτη σερί νίκη του και οδηγεί αλάνθαστος την κούρσα του Πρωταθλήματος Β' Κατηγορίας.

Στο πλαίσιο της 3ης αγωνιστικής, επικράτησε εκτός έδρας με το επιβλητικό 5-0 της ΜΕΑΠ και έφθασε στους εννέα βαθμούς. Το παιχνίδι μεταδόθηκε απευθείας από τη Cytavision.

Στους επτά βαθμούς βρίσκονται Δόξα Κατωκοπιάς, ΕΝ Παραλιμνίου και ΑΣΙΛ Λύσης, που προχώρησαν επίσης νικηφόρα.

Στις υπόλοιπες σημερινές αναμετρήσεις σημειώθηκαν τα ακόλουθα αποτελέσματα:

Χαλκάνορας - Δόξα Κατωκοπιάς 3-4
Αγία Νάπα - ΕΝ Παραλιμνίου 1-2
Αναγέννηση - Διγενής Μόρφου 1-3
ΑΠΕΑ Ακρωτηρίου - Σπάρτακος Κιτίου 0-0
ΑΕΠ Πολεμιδιών - Ερμής Αραδίππου 0-1
ΑΣΙΛ - Ηρακλής Γερολάκκου 2-0
ΠΑΕΕΚ - Ακρίτας Χλώρακας 2-1



Πρωτάθλημα Γ΄ Κατηγορίας
Οδηγούν την κούρσα τρεις ομάδες

Με τις αναμετρήσεις της 3ης αγωνιστικής συνεχίστηκε το Σάββατο 9 Οκτωβρίου 2026 η δράση του Πρωταθλήματος Γ' Κατηγορίας.

Οδηγούν την κούρσα με επτά βαθμούς Εθνικός Άσσιας, ΑΕΚ Κελλιών και FC Λειβάδια, που προχώρησαν νικηφόρα.

Σε έξι από τους επτά αγώνες είχαμε νικητή, μόνο η αναμέτρηση στην Αθηαίνου έληξε ισόπαλη.

Συνοπτικά τα αποτελέσματα:

ΑΕΚ Κελλιών - Ασπίς Πύλας 1-0
Οθέλλος Αθηαίνου - ΘΟΪ Λακατάμιας 0-0
Εθνικός Λατσιών - FC Λειβάδια 1-2
Ξυλοφάγου FC - Ομόνοια Ψευδά 5-0
Ανόρθωση Μουτταγιάκας - Εθνικός Άσσιας 1-3
ΑΕΝ - Κέδρος 1-3
ΠΟ Αχυρώνας Ονήσιλος - ΠΟ Ορμήδειας 0-4

Ο αγώνας της Αλκής με την ΑΕΖ δεν έγινε λόγω της αποχώρησης της ΑΕΖ και θα κατακυρωθεί με 3-0 υπέρ της Αλκής.



Η ΣΕΚ στο πλευρό της ETUC για την αξιοπρέπια στην εργασία

Τη στήριξή της στην πανευρωπαϊκή προσπάθεια για την προώθηση της αξιοπρεπούς εργασίας εκφράζει η ΣΕΚ, μέσω της συμμετοχής της στις εργασίες της Εκτελεστικής Επιτροπής της Συνομοσπονδίας Ευρωπαϊκών Συνδικάτων (ETUC), που πραγματοποιήθηκαν στο Όσλο, στις 6 και 7 Οκτωβρίου 2026.

Κατά τη διάρκεια της συνεδρίασης, συζητήθηκαν ζητήματα που αφορούν τη συνδικαλιστική παρέμβαση, καθώς και την προώθηση πολιτικών για την ενίσχυση της απασχόλησης και την προστασία των εργαζομένων. Παράλληλα, στο επίκεντρο βρέθηκε η πρόταση «EU Inc.», γνωστή ως «28ο Καθεστώς», και η ανάγκη αποτροπής πολιτικών που ενδέχεται να επηρεάσουν τα εργασιακά δικαιώματα.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στην αξιοπρέπεια στην εργασία, με τα μέλη της Εκτελεστικής Επιτροπής να αναδεικνύουν τη σημασία της προώθησης αξιοπρεπών συνθηκών απασχόλησης σε ευρωπαϊκό επίπεδο.

Οι εργασίες συνέπεσαν με την Παγκόσμια Ημέρα για την Αξιοπρεπή Εργασία, η οποία τιμάται κάθε χρόνο στις 7 Οκτωβρίου, αναδεικνύοντας τη σημασία της διαρκούς προσπάθειας για την προάσπιση των δικαιωμάτων των εργαζομένων.

Στη φωτογραφία: Ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, στο περιθώριο της εκδήλωσης που πραγματοποιήθηκε στις 7 Οκτωβρίου, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα για την Αξιοπρεπή Εργασία.

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



Συνάντηση Γενικής Γραμματείας της ΣΕΚ με ΔΗΚΟ

Ταύτιση απόψεων για τα Ταμεία Προνοίας



Την ανάγκη προώθησης μιας ολοκληρωμένης συνταξιοδοτικής μεταρρύθμισης, η οποία θα διασφαλίζει την επάρκεια των συντάξεων και τη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, ανέδειξαν η ΣΕΚ και το ΔΗΚΟ κατά τη συνάντησή τους την Παρασκευή, 9 Οκτωβρίου 2026, στα κεντρικά γραφεία της συνδικαλιστικής οργάνωσης στον Στρόβολο.

Στη συνάντηση συμμετείχαν η Γενική Γραμματεία της ΣΕΚ και αντιπροσωπεία του ΔΗΚΟ, υπό τον πρόεδρο του κόμματος, Νικόλα Παπαδόπουλο. Στο επίκεντρο της συζήτησης βρέθηκαν οι τελευταίες εξελίξεις γύρω από τη μεταρρύθμιση του συνταξιοδοτικού συστήματος, με τις δύο πλευρές να υπογραμμίζουν τη σημασία της διασφάλισης επαρκών συνταξιοδοτικών παροχών και της ενίσχυσης των εισοδημάτων των συνταξιούχων.

Ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, χαρακτήρισε «ουσιαστική» τη συνάντηση, επισημαίνοντας ότι η μεταρρύθμιση θα πρέπει να είναι συνολική και να περιλαμβάνει στον σχεδιασμό της και τον δεύτερο συνταξιοδοτικό πυλώνα, που αφορά τα Ταμεία Προνοίας.

Παράλληλα, ανέφερε ότι στόχος της ΣΕΚ, μέσα από τη συμμετοχή της στον κοινωνικό διάλογο στο πλαίσιο του Εργατικού Συμβουλευτικού Σώματος, είναι να κατατεθεί μια όσο το δυνατόν πιο ολοκληρωμένη και συμφωνημένη πρόταση, ώστε η Βουλή να αξιολογήσει τα δεδομένα και να προχωρήσει στην ψήφισή της.

Εξέφρασε, επίσης, την ικανοποίησή του για το γεγονός ότι οι ανησυχίες και οι θέσεις του ΔΗΚΟ συμπίπτουν με εκείνες της ΣΕΚ, εκτιμώντας ότι αυτό δημιουργεί τις προϋποθέσεις για μια μεταρρύθμιση που θα είναι επωφελής για τους σημερινούς και τους μελλοντικούς συνταξιούχους.

Ο πρόεδρος του ΔΗΚΟ, Νικόλας Παπαδόπουλος, σημείωσε, πως η μεταρρύθμιση θα πρέπει να στηρίζεται στη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων και να μην ανατρέπει αρχές που έχουν συμφωνηθεί στο παρελθόν με τους κοινωνικούς εταίρους.

Ιδιαίτερη αναφορά έκανε στην καθιέρωση υποχρεωτικών Ταμείων Προνοίας, σημειώνοντας ότι η μεταρρύθμιση θα πρέπει να περιλαμβάνει σχετική πρόταση. Όπως εξήγησε, η εφαρμογή του δεύτερου πυλώνα θα μπορούσε να συμπληρώνει ουσιαστικά τις συντάξεις, ιδιαίτερα για τους εργαζομένους του ιδιωτικού τομέα.

Εγκρίθηκε η νέα πρόταση για το Ωρομίσθιο Κυβερνητικό Προσωπικό





Με συντριπτική πλειοψηφία ενέκριναν οι αντιπρόσωποι του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού τη νέα, βελτιωμένη πρόταση της Κυβέρνησης για την ανανέωση της Συλλογικής Σύμβασης Εργασίας, ανοίγοντας τον δρόμο για την ολοκλήρωση μιας πολύμηνης και δύσκολης διαπραγματευτικής διαδικασίας.

Η απόφαση λήφθηκε κατά την Παγκύπρια Σύσκεψη των Αντιπροσώπων, η οποία πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 7 Οκτωβρίου, στις 10 το πρωί, στο οίκημα της ΠΕΟ. Στη σύσκεψη συμμετείχαν περίπου 300 αντιπρόσωποι, οι οποίοι ενημερώθηκαν από τις συνδικαλιστικές οργανώσεις ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ, ΠΑΣΥΕΚ - ΠΕΟ και ΔΕΕ-ΚΔΟΚΩ ΔΕΟΚ για τις τελευταίες εξελίξεις και εξέτασαν αναλυτικά τις πρόνοιες της νέας πρότασης.

Κατά την ψηφοφορία, 19 αντιπρόσωποι τάχθηκαν εναντίον, ενώ πέντε τήρησαν αποχή, με τη μεγάλη πλειοψηφία να ψηφίζει υπέρ της αποδοχής.

Η πρόταση διαμορφώθηκε μετά τις πρόσφατες συναντήσεις των συνδικαλιστικών οργανώσεων με τον υπουργό Οικονομικών και τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας, έπειτα από μήνες καθυστερήσεων, διαβουλεύσεων και κινητοποιήσεων.

Υπενθυμίζεται ότι η αρχική κυβερνητική πρόταση προέβλεπε μηδενικές αυξήσεις για την τριετία 2025-2027 και είχε απορριφθεί από τις συνδικαλιστικές οργανώσεις. Η νέα πρόταση είναι αποτέλεσμα της πίεσης που ασκήθηκε από τους εργαζομένους και της διεκδικητικής στάσης των συντεχνιών, οι οποίες επέμειναν στη βελτίωση των όρων αμοιβής του προσωπικού.

Ο γενικός γραμματέας της ΟΕΚΔΥ-ΣΕΚ, Γιώργος Κωνσταντίνου, δήλωσε ότι η πρόταση εγκρίθηκε από την πλειοψηφία και θα πρέπει να εφαρμοστεί άμεσα, ώστε να υπάρξει ουσιαστική βελτίωση στους μισθούς του Ωρομίσθιου Κυβερνητικού Προσωπικού.

Όπως ανέφερε, σημαντική πρόνοια της συμφωνίας είναι η θεσμοθέτηση κατώτατου ποσού αύξησης, η οποία αναμένεται να ωφελήσει περισσότερο τους χαμηλά αμειβόμενους εργαζομένους. Με τον τρόπο αυτό, οι μισθοί των χαμηλότερα αμειβόμενων θα ενισχυθούν αναλογικά περισσότερο σε σύγκριση με εκείνους των υψηλότερα αμειβόμενων, συμβάλλοντας στη βελτίωση των εισοδημάτων και στην κάλυψη βασικών αναγκών.

Ο κ. Κωνσταντίνου εξέφρασε την ελπίδα ότι τόσο η κυβέρνηση όσο και η κοινή γνώμη αναγνωρίζουν τον καθοριστικό ρόλο του Ωρομίσθιου Προσωπικού στη λειτουργία της κρατικής μηχανής και στην παροχή σημαντικών υπηρεσιών προς τους πολίτες.

Αναφερόμενος στις αντιδράσεις που καταγράφηκαν, σημείωσε ότι ορισμένοι εργαζόμενοι είχαν υψηλότερες προσδοκίες, υπογραμμίζοντας, ωστόσο, ότι η απόφαση λήφθηκε συλλογικά και δημοκρατικά, αφού αξιολογήθηκαν όλα τα δεδομένα.