# ΕΡΓΑΤΙΚΗ ΦΩΝΗ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΗΣ ΣΕΚ

ΤΕΤΑΡΤΗ 4 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2026 | ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1950 | ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 3363 | ΤΙΜΗ €0.70


**ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ**

**Σε 48ωρη απεργία οι εργαζόμενοι του ΟΚΥπΥ**



σελ.3

**ΕΙΔΗΣΗ**

**Αιμοδοσία στο αεροδρόμιο Λάρνακας**



σελ.6

**ΡΕΠΟΡΤΑΖ**

**Η ΣΕΚ στο πλευρό του Ραδιομαραθώνιου**



σελ.7

# Με τη σφραγίδα της Παγκύπριας Συνδιάσκεψης οι θέσεις της ΣΕΚ στα μείζονα εργασιακά ζητήματα

## Επαρκείς συντάξεις, αυξήσεις μισθών 3,5% και ενίσχυση των εργασιακών δικαιωμάτων



Η διασφάλιση επαρκών και αξιοπρεπών συντάξεων, η προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων και η ενίσχυση της συλλογικής διαπραγμάτευσης αποτελούν τους βασικούς άξονες των αποφάσεων που ενέκρινε η Παγκύπρια Συνδιάσκεψη της ΣΕΚ η οποία πραγματοποιήθηκε την περασμένη Παρασκευή στο οίκημα της ΣΕΚ στον Στρόβολο.

Στο επίκεντρο τέθηκε η συνταξιοδοτική μεταρρύθμιση με τον Γενικό Γραμματέα της ΣΕΚ Ανδρέα Φ. Μάτσα να αναδεικνύει τα θετικά στοιχεία της, αλλά και να στέλνει ξεκάθαρο μήνυμα ότι η ΣΕΚ δεν πρόκειται να αποδεχθεί ένα πλαίσιο που δεν θα διασφαλίζει επάρκεια στις συντάξεις και κοινωνική δικαιοσύνη.

Ο Γενικός Γραμματέας επανέλαβε τη θέση ότι η επιτυχία της συνταξιοδοτικής μεταρρύθμισης δεν θα κριθεί αποκλειστικά από την τήρηση του χρονοδιαγράμματος της 1/1/27, αλλά κυρίως από το κατά πόσο θα εξασφαλίζει ουσιαστική βελτίωση των συνταξιοδοτικών παροχών και κοινωνική δικαιοσύνη. «Για εμάς, πρόσθεσε, δεν υφίσταται μεταρρύθμιση αν δεν είναι συνολική και αν δεν δημιουργεί συνθήκες και προϋποθέσεις επάρκειας στις συντάξεις».

Ξεκαθάρισε επίσης ότι η ΣΕΚ θέλοντας να διασκεδάσει τις όποιες ανησυχίες, εισηγήθηκε ότι εάν απαιτηθεί περισσότερος χρόνος για την ολοκλήρωση των διαβουλεύσεων, οποιαδήποτε συμφωνία προκύψει θα πρέπει να εφαρμοστεί αναδρομικά, ώστε να μην απωλέσουν ωφελήματα οι επηρεαζόμενοι συνταξιούχοι.

Την ίδια στιγμή η Παγκύπρια Συνδιάσκεψη διαμόρφωσε την πολιτική αιτημάτων για το 2027, με διεκδίκηση μισθολογικών αυξήσεων της τάξης του 3,5%, ουσιαστικής στήριξης των χαμηλόμισθων, ενίσχυσης των εισφορών στα Ταμεία Προνοίας και αύξησης της εργοδοτικής συνεισφοράς στα Ταμεία Ευημερίας στο 1%.

Η ΣΕΚ έκρουσε επίσης τον κώδωνα του κινδύνου για τη συνεχιζόμενη ακρίβεια και τη συρρίκνωση της αγοραστικής δύναμης των εργαζομένων, ζητώντας μια ολοκληρωμένη μεσομακροπρόθεσμη στρατηγική που θα αντιμετωπίζει το αυξημένο κόστος ζωής, την ενέργεια, τα καύσιμα και τη στέγαση, μέσα από καλύτερες μισθολογικές απολαβές, ενίσχυση της παραγωγικότητας και διασφάλιση αξιοπρεπών συνθηκών εργασίας.

Παράλληλα, ζήτησε την καθιέρωση ωριαίας απόδοσης του Εθνικού Κατώτατου Μισθού και την ενσωμάτωση της ΑΤΑ σε αυτόν, ώστε να προστατεύεται διαρκώς η αγοραστική του δύναμη και να ενισχύεται το εισόδημα των χαμηλά αμειβομένων.

Ιδιαίτερα έντονη ήταν επίσης η παρέμβαση της ΣΕΚ για την αναθεώρηση της Στρατηγικής Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες, με το Κίνημα να ζητά επαναφορά ουσιαστικών ελέγχων, ενεργοποίηση και αναβάθμιση του ρόλου των Τεχνικών Επιτροπών, αξιολόγηση των αιτήσεων και αυστηρή τήρηση των όρων απασχόλησης και των συλλογικών συμβάσεων. Η ανεξέλεγκτη παραχώρηση αδειών, δημιουργεί σοβαρές στρεβλώσεις στην αγορά εργασίας, πιέζοντας προς τα κάτω μισθούς και εργασιακά δικαιώματα.

Η ΣΕΚ έστειλε γενικότερα ένα σαφές μήνυμα διεκδίκησης που προσδιορίζει την πεμπτουσία των θέσεων της: Απαιτούμε ανάπτυξη χωρίς εργασιακή απορρύθμιση, ανταγωνιστικότητα χωρίς συμπίεση μισθών και κοινωνική πρόοδος με αξιοπρεπείς όρους εργασίας, ισχυρές συλλογικές διαπραγματεύσεις και ουσιαστική προστασία των εργαζομένων.

**Ολόκληρο το κείμενο της απόφασης στη σελ. 8 και 9**

# Στρατηγική Απορρύθμισης της Αγοράς Εργασίας

Το ακούσιο λάθος είναι κατανοητό και συγχωρητέο. Η συνειδητή επιλογή στο «λάθος» και ιδιαίτερα η εδραιωτική χειροτέρευσή του, όχι μόνο δεν είναι αποδεκτή, αλλά είναι και σαφώς επιλήψιμα κατακριτέα.

Το τελευταίο διάστημα, όλο και πληθαίνουν οι ανατροπές στο εργασιακό πεδίο, κυρίως λόγω αμφισβητούμενης και ανατρεπτικής θεώρησης της έννοιας, της ουσίας και της χρησιμότητας του κοινωνικού διαλόγου, όπως επίσης και της αξίας των συλλογικών συμβάσεων. Στο πλαίσιο αυτών των βιωματικών παραδοχών και παρά την προωθούμενη πολιτική στόχευση, η οποία προωθείται σε Ευρωπαϊκό επίπεδο, που αφορά στην ενίσχυση της ποιότητας και της αξιοπρέπειας στην εργασία, καταγράφονται σημαντικές αντιδράσεις και απεργιακές ή επαπειλούμενες απεργιακές κινητοποιήσεις, στους τομείς της εκπαίδευσης, της υγείας, της μεταποίησης, των οικοδομών και του τουρισμού.

Παράλληλα όμως, μία από τις βασικές αιτίες που οδηγούν στην απορρύθμιση της αγοράς εργασίας, με αρνητικούς αποδέκτες τους εργαζόμενους, αλλά και τον προωθούμενο αθέμιτο ανταγωνισμό ανάμεσα σε επιχειρήσεις, αφορά στην μονομερώς αναθεωρημένη Στρατηγική Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες. Δυστυχώς, οι πρόνοιες που διέπουν τη συγκεκριμένη Στρατηγική, και παρά τις προειδοποιήσεις των συντεχνιών για τις στρεβλώσεις που θα επέφεραν στην αγορά εργασίας, και που έχουν επιβεβαιωθεί στην πράξη, έχουν οδηγήσει σε μία επικίνδυνα απορρυθμιστική κατάσταση.

Χωρίς κανένα ίχνος υπερβολής, τα δεδομένα σε πολλές περιπτώσεις στον κατασκευαστικό τομέα περιγράφουν μία «τραγική κατάσταση», ενώ σε αρκετές περιπτώσεις στον ξενοδοχειακό τομέα, καταγράφονται συνθήκες που προσομοιάζουν με «σκλαβοπάζαρο». Παράλληλα, το φαινόμενο της υπενοικίασης εργαζομένων δημιουργεί φαινόμενα με έντονες κοινωνικές προεκτάσεις και περαιτέρω ανατροπή της εύρυθμης λειτουργίας των εργασιακών σχέσεων.

Για τη ΣΕΚ είναι επιβεβλημένη η ανάγκη επανασυζήτησης της Στρατηγικής, με τρόπο που θα δημιουργηθούν συνθήκες και δυνατότητες, κάλυψης αφενός των όποιων επιβεβαιωμένων αναγκών της αγοράς εργασίας, και σε ένα πλαίσιο καλύτερης αξιολόγησης των δεδομένων και ουσιαστικής ρύθμισης των εργασιακών δικαιωμάτων αφετέρου.

Σε αυτή τη βάση, είναι απόλυτα σημαντική η επαναφορά και λειτουργία των τεχνικών επιτροπών αξιολόγησης των δεδομένων και των αναγκών των επιχειρήσεων. Έχει επιβεβαιωθεί στην πράξη πως, αυτή η δομή έχει λειτουργήσει καταλυτικά στην ομαλή εφαρμογή της Στρατηγικής, ενώ η απουσία της έχει οδηγήσει στη δημιουργία σοβαρών ανατροπών και στρεβλώσεων.

Επιπρόσθετα, η προϋπόθεση για εφαρμογή συλλογικής σύμβασης (όπως νομοθετικά προβλέπεται σήμερα, με σοβαρές παρεκκλίσεις, στον κατασκευαστικό τομέα), υποβοηθά στην καλύτερη λειτουργία των εργασιακών σχέσεων, στην άρση του αθέμιτου ανταγωνισμού ανάμεσα σε εργαζόμενους, όπως και στην αποτροπή του αθέμιτου ανταγωνισμού ανάμεσα σε επιχειρήσεις.

Είναι στη βάση της πιο πάνω διαπίστωσης, που έχει ήδη ληφθεί η πολιτική απόφαση για διασύνδεση των δημοσίων συμβάσεων με την προϋπόθεση της εφαρμογής συλλογικών συμβάσεων, η εφαρμογή της οποίας στην πράξη ακόμα βρίσκεται σε εκκρεμότητα.

Η συνάντηση των κοινωνικών εταίρων στις 17 Νοεμβρίου για επανεξέταση της Στρατηγικής, κρίνεται ως ιδιαίτερα σημαντική και καταλυτική σε συνάρτηση και με τη δυνατότητα διατήρησης της εργατικής ειρήνης.

Χωρίς υπερβολή, όλα αυτά θα είχαν αποφευχθεί εάν η συνεννόηση της 15ης Φεβρουαρίου 2023 εφαρμοζόταν στην πράξη!

**ΣΕΚ: Πρωτοπόρα δύναμη στους εργατικούς, κοινωνικούς και εθνικούς αγώνες**

**Ε** νίσχυση και εδραίωση των συλλογικών συμβάσεων

☞ Θεμέλιο μιας δίκαιης αγοράς εργασίας

**Ρ** ύθμιση της αγοράς εργασίας προϋποθέτει:

☞ Πλήρη εφαρμογή των συλλογικών συμβάσεων

**Γ** εφύρωση των διαφωνιών μόνο μέσα από ουσιαστικό διάλογο

☞ Ελπίζουμε αυτό να συμβεί και με τα Ταμεία Προνοίας

**Α** ντίσταση συντεχνιών στην υποβάθμιση του νοσηλευτικού επαγγέλματος

☞ Όχι σε λύσεις αμφίβολης αποτελεσματικότητας

**Τ** ιμή και περηφάνεια για το ηρωικό έπος του ΟΧΙ του 1940

☞ Η ΣΕΚ συμμετέχει ενεργά στις παρελάσεις

**Ι** σχυρό συνταξιοδοτικό σύστημα για όλους

☞ Με επάρκεια στις συντάξεις και διεύρυνση των Ταμείων Προνοίας

**Κ** ανένας συνταξιούχος δεν πρέπει να ζεί στη φτώχεια

☞ Στόχος αδιαπραγμάτευτος

**Η** ασφάλεια και η υγεία αποτελούν καθημερινή μας έγνοια

☞ Απαιτούνται έλεγχοι, κατάρτιση και κουλτούρα πρόληψης

**Φ** ωνή προσφοράς και αλληλεγγύης από εργαζομένους και συντεχνίες

☞ Μεγάλη επιτυχία σημείωσε η εθελοντική αιμοδοσία στο αεροδρόμιο Λάρνακας

**Ω** ρα να δικαιωθούν οι εργαζόμενοι στα Υποστηρικτικά Προγράμματα

☞ Αποφασίστηκε η κλιμάκωση των απεργιακών μέτρων

**Ν** α ζούμε με αξιοπρέπεια διεκδικώντας τα δικαιώματα μας

☞ Η οργάνωση στο συνδικαλιστικό κίνημα η μόνη ελπίδα

**Η** φωνή της ΣΕΚ παραμένει σταθερή

☞ Για εργασία με αξιοπρέπεια, ισότητα και κοινωνική δικαιοσύνη.

"ΕΡΓΑΤΙΚΗ **ΦΩΝΗ**"

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

**Τηλέφωνα επικοινωνίας:**

| | |
|---|---|
| **Λευκωσία** | **22849849** |
| **Λεμεσός** | **25861000** |
| **Αμμόχωστος** | **23821432** |
| **Λάρνακα** | **24633633** |
| **Πάφος** | **26811639** |

# Θέσεις πέραν από τους Τίτλους…




• Η ολοκλήρωση της Εβδομάδας Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία δεν σηματοδοτεί το τέλος της προσπάθειας, αλλά υπενθυμίζει ότι η προστασία της ανθρώπινης ζωής και της υγείας των εργαζομένων αποτελεί καθημερινή ευθύνη και διαρκή προτεραιότητα.

Με στόχο την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση για τη διασφάλιση της υγείας, της ασφάλειας και της ευημερίας των εργαζομένων, το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας (ΤΕΕ), σε συνεργασία με τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA), πραγματοποίησε από τις 19 έως και τις 23 Οκτωβρίου 2026 την Εβδομάδα Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία.

Ωστόσο, το ουσιαστικό μήνυμα της εβδομάδας δεν περιορίζεται στις εκδηλώσεις και στις δράσεις που πραγματοποιήθηκαν. **Η πραγματική πρόκληση αρχίζει την επόμενη ημέρα:** η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία πρέπει να αποτελούν καθημερινή πρακτική και όχι μια προσπάθεια που εντείνεται και εκτείνεται μόνο στο πλαίσιο μιας ενημερωτικής εκστρατείας.

Η πρόληψη των εργατικών ατυχημάτων και των επαγγελματικών ασθενειών απαιτεί συνεχή εγρήγορση, ουσιαστική συνεργασία και έμπρακτη δέσμευση από όλους. Οι εργοδότες οφείλουν να διασφαλίζουν κατάλληλες συνθήκες εργασίας, να εντοπίζουν και να αντιμετωπίζουν έγκαιρα τους κινδύνους και να καλλιεργούν κουλτούρα πρόληψης. Οι εργαζόμενοι, από την πλευρά τους, χρειάζεται να ενημερώνονται, να συμμετέχουν ενεργά και να τηρούν τα απαραίτητα μέτρα προστασίας. Καθοριστικός είναι, επίσης, ο ρόλος των αρμόδιων αρχών και όλων των εμπλεκόμενων φορέων στην προώθηση και εφαρμογή των κανόνων ασφάλειας και υγείας.



Η προστασία της ψυχικής υγείας, η αντιμετώπιση των κινδύνων στον χώρο εργασίας και η διαμόρφωση ενός περιβάλλοντος στο οποίο κάθε εργαζόμενος αισθάνεται ασφαλής αποτελούν αναπόσπαστα στοιχεία αυτής της προσπάθειας. Η ασφάλεια δεν είναι απλώς υποχρέωση που απορρέει από τη νομοθεσία, αλλά επένδυση στην ανθρώπινη ζωή, στην αξιοπρέπεια και στην ευημερία.

Η Εβδομάδα Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία μπορεί να ολοκληρώθηκε ημερολογιακά, αλλά η προσπάθεια δεν σταματά εδώ. Οι δράσεις ενημέρωσης, επιθεώρησης, πρόληψης και ευαισθητοποίησης πρέπει να συνεχιστούν με συνέπεια και αποφασιστικότητα. Γιατί πίσω από κάθε εργατικό ατύχημα και κάθε επαγγελματική ασθένεια βρίσκεται ένας άνθρωπος, μια οικογένεια και μια ζωή που επηρεάζεται.

Στόχος δεν μπορεί να είναι απλώς η μείωση των εργατικών ατυχημάτων και των επαγγελματικών ασθενειών, αλλά η ουσιαστική εξάλειψή τους. Μόνο όταν κανένας εργαζόμενος δεν θα κινδυνεύει να τραυματιστεί, να χάσει την υγεία του ή τη ζωή του εξαιτίας της εργασίας του, θα μπορούμε να μιλάμε για πραγματική επιτυχία. Μέχρι τότε, η προσπάθεια συνεχίζεται και η ευθύνη παραμένει κοινή.

Γιατί η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία δεν είναι υπόθεση μιας εβδομάδας. Είναι υπόθεση κάθε ημέρας, κάθε χώρου εργασίας και όλων μας.

• Μεγάλη επιτυχία σημείωσε η εθελοντική αιμοδοσία που πραγματοποιήθηκε στο αεροδρόμιο Λάρνακας, στέλνοντας ένα ισχυρό μήνυμα ανθρωπιάς, κοινωνικής ευαισθησίας και αλληλεγγύης. Η συμμετοχή των εργαζομένων, η στήριξη των εργοδοτών και η ενεργός συμβολή των συντεχνιών ανέδειξαν για ακόμη μία φορά ότι η συνεργασία, όταν στηρίζεται σε κοινές αξίες μπορεί να πετύχει σπουδαία πράγματα.

Όταν βλέπεις εργαζομένους και εργοδότες να συνεργάζονται αρμονικά για την επιτυχία μιας τέτοιας πρωτοβουλίας, αντιλαμβάνεσαι πραγματικά τη δύναμη της συλλογικότητας και μέχρι πού μπορεί να φτάσει όταν όλοι έχουν έναν κοινό στόχο: την προσφορά στον συνάνθρωπο.

Το σημαντικότερο μήνυμα αυτής της πρωτοβουλίας είναι ότι, όταν αφήνουμε στην άκρη όσα ενδεχομένως μας χωρίζουν και επικεντρωνόμαστε σε όσα μας ενώνουν, μπορούμε να δημιουργήσουμε θετικά αποτελέσματα για ολόκληρη την κοινωνία.

Ιδιαίτερη σημασία έχει το γεγονός ότι τέτοιες πρωτοβουλίες αναπτύσσονται μέσα στον εργασιακό χώρο. Αποδεικνύουν ότι οι εργασιακές σχέσεις δεν περιορίζονται μόνο στις επαγγελματικές υποχρεώσεις, στα δικαιώματα και στις διεκδικήσεις, αλλά μπορούν να αποτελέσουν και πεδίο συνεργασίας, κοινωνικής παρέμβασης και κοινής προσφοράς.

Η επιτυχία της αιμοδοσίας στο αεροδρόμιο Λάρνακας δεν μετριέται μόνο στις μονάδες αίματος που συγκεντρώθηκαν, αλλά κυρίως στο μήνυμα που στέλνει: η αλληλεγγύη δεν είναι απλώς μια λέξη. Είναι στάση ζωής, είναι πράξη ευθύνης και πάνω απ' όλα είναι πολιτισμός.

Γιατί όταν οι άνθρωποι ενώνονται για έναν κοινό ανθρωπιστικό σκοπό, η προσφορά του καθενός γίνεται δύναμη για όλους.

## ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ 2026

| Τετάρτη 4 Νοεμβρίου | Πέμπτη 5 Νοεμβρίου | Παρασκευή 6 Νοεμβρίου | Σάββατο 7 Νοεμβρίου | Κυριακή 8 Νοεμβρίου | Δευτέρα 9 Νοεμβρίου | Τρίτη 10 Νοεμβρίου |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Ιερομάρτυρα Ερμείου του πρεσβυτέρου, Οσίου Ιωαννικίου του Μεγάλου, Οσίου Γεωργίου Καρσλίδη του Ομολογητή | Μαρτύρων Γαλακτίωνος και Επιστήμης, Αγίου Λίνου πρώτου επισκόπου παλαιάς Ρώμης, Αγίου Σιλβανού | Οσίου Λεονάρδου  | Αγίου Αθηνοδώρου, Των τριανταπέντε Μαρτύρων εν Μελιτινή | Σύναξις των Αρχαγγέλων και Αγγέλων | Νεκταρίου μητροπολίτου Πενταπόλεως, Οσίου Ελλαδίου, Οσίας Θεοκτίστης της Λεσβίας, Αγίων Χριστοφόρου και Μαύρας | Οσίου Αρσενίου Καππαδόκου, Αποστόλων εκ των Εβδομήκοντα, Ιερομάρτυρος Μίλου του θαυματουργού, Αγίου Ορέστου του Τυανέως |

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

# Σε 48ωρη απεργία κατέρχονται οι εργαζόμενοι του ΟΚΥπΥ στις 10 και 11 Νοεμβρίου



Σε 48ωρη απεργία στις 10 και 11 Νοεμβρίου αποφάσισαν ομόφωνα να κατέλθουν οι εργαζόμενοι που έχουν προσληφθεί από τον Οργανισμό Κρατικών Υπηρεσιών Υγείας (ΟΚΥπΥ).

Σε κοινή ανακοίνωσή τους, οι συνδικαλιστικές οργανώσεις ΟΕΚΔΥ - ΣΕΚ, ΠΑΣΥΔΥ, ΠΑΣΥΕΚ ΠΕΟ, ΔΕΕ ΚΔΟΚΩ ΔΕΟΚ, ΠΑΣΥΝΟ και ΠΑΣΥΚΙ αναφέρουν ότι η απόφαση αποτελεί αποτέλεσμα της έντονης δυσαρέσκειας των επηρεαζόμενων για τη μη τήρηση των προνοιών της Συλλογικής Σύμβασης 2023-2025, ιδιαίτερα όσον αφορά τις ετήσιες μισθολογικές αυξήσεις και τη διαμόρφωση των δομών προσωπικού. Η εκκρεμότητα των δομών συνδέεται άμεσα με την αντιμετώπιση της υποστελέχωσης, την εύρυθμη λειτουργία των δημόσιων νοσηλευτηρίων και την παροχή υπηρεσιών προς τους ασθενείς.

Παράλληλα, οι διαπραγματεύσεις για την ανανέωση της Συλλογικής Σύμβασης 2026–2027 έχουν οδηγηθεί σε αδιέξοδο, λόγω της επιμονής του ΟΚΥπΥ να απαιτεί εκ των προτέρων δέσμευση για τη μεθοδολογία εφαρμογής μισθολογικών κλιμάκων από το 2028. Οι Συνδικαλιστικές Οργανώσεις έχουν καταθέσει συγκεκριμένες προτάσεις και παραμένουν διαθέσιμες για ουσιαστικό διάλογο. Δεν αποδέχονται, όμως, να τίθενται προκαταβολικές δεσμεύσεις για μελλοντικές ρυθμίσεις ως προϋπόθεση για την ανανέωση της Σύμβασης, ενώ εξακολουθούν να παραμένουν ανεκπλήρωτες υποχρεώσεις της προηγούμενης.

Οι εργαζόμενοι απαιτούν, μέσα από την ανανέωση της συλλογικής σύμβασης για τα έτη 2026-2027, την εφαρμογή κλιμάκων μισθοδοσίας ώστε να έχουν μισθολογική, επαγγελματική ανέλιξη με την εφαρμογή συμφωνημένων δομών. Οι δομές θα βοηθήσουν τον Οργανισμό να είναι πιο παραγωγικός, πιο αποτελεσματικός και ανταγωνιστικός στο περιβάλλον του ΓΕΣΥ. Η στάση του οργανισμού οδηγεί στην αποχώρηση, κυρίως εργαζομένων, οι οποίοι εργοδοτούνται είτε στο Δημόσιο είτε σε άλλους οργανισμούς Δημοσίου Δικαίου.

Η Συλλογική Σύμβαση καλύπτει περίπου 1.600 εργαζομένους, περιλαμβανομένων ιατρών, νοσηλευτών, παραϊατρικού, τεχνικού, διοικητικού και γραμματειακού προσωπικού.

Η απεργία αποτελεί έσχατο μέτρο διεκδίκησης. Οι Συνδικαλιστικές Οργανώσεις αναγνωρίζουν την αναστάτωση που θα προκληθεί στους ασθενείς και θα συνεργαστούν με τις αρμόδιες υπηρεσίες για τη διασφάλιση της αντιμετώπισης των επειγόντων και απειλητικών για τη ζωή περιστατικών, σύμφωνα με τις ισχύουσες διαδικασίες.

Οι συνδικαλιστικές οργανώσεις καλούν τον Ο.Κ.Υπ.Υ. να αναλάβει τις ευθύνες του, να ανταποκριθεί ουσιαστικά στις προτάσεις των Συνδικαλιστικών Οργανώσεων και να προχωρήσει στην εκπλήρωση των συμβατικών του υποχρεώσεων, ώστε να επιτευχθεί συμφωνία πριν από τις 10 Νοεμβρίου και να αποτραπεί η απεργία. Σε αντίθετη περίπτωση, οι εργαζόμενοι έχουν ήδη εξουσιοδοτήσει τις Συνδικαλιστικές Οργανώσεις να προχωρήσουν σε κλιμάκωση των μέτρων.

**Κοινή ανακοίνωση Ο.Β.ΟΙ.Ε.Κ -ΣΕΚ, ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ ΠΕΟ και ΔΕΟΚ**

# Απαράδεκτη η ανανέωση αδειών εργοδότησης σε επιχειρήσεις που παραβιάζουν τις συλλογικές συμβάσεις



Την έντονη δυσαρέσκεια και την αντίθεσή τους στην πρακτική παραχώρησης αδειών απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες χώρες, σε εργολάβους και υπεργολάβους οι οποίοι δεν τηρούν τις συλλογικές συμβάσεις και παραβιάζουν τις εργατικές νομοθεσίες εκφράζουν τα Διοικητικά Συμβούλια των συντεχνιών Ο.Β.ΟΙ.Ε.Κ -ΣΕΚ και των αντίστοιχων συντεχνιών της ΠΕΟ και της ΔΕΟΚ, προειδοποιώντας με δυναμικά μέτρα.

Ζητούν να μη χορηγούνται άδειες σε εργοδότες που αποδεδειγμένα παραβιάζουν τη συλλογική σύμβαση και την εργατική νομοθεσία. Σε ανακοίνωσή τους ζητούν επίσης την επανεξέταση των αποφάσεων ανανέωσης ή και ακύρωσης αδειών στις συγκεκριμένες επιχειρήσεις.

Όπως αναφέρουν σε κοινή ανακοίνωσή τους, διαμαρτύρονται για την απόφαση του Υπουργείου Εργασίας να προχωρήσει στην ανανέωση αδειών απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες χώρες σε επιχειρήσεις, για τις οποίες υπάρχουν επίσημες καταγγελίες, για παραβιάσεις τόσο των συλλογικών συμβάσεων, όσο και της εργατικής νομοθεσίας.

Ζητούν όπως προηγείται ουσιαστικός έλεγχος με την επανασύσταση των τεχνικών επιτροπών με τη συμμετοχή τόσο των συνδικαλιστικών όσο και των εργοδοτικών οργανώσεων, για την παραχώρηση αδειών απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες Χώρες σε εργολάβους, καθώς επίσης και την ενίσχυση των επιθεωρήσεων και των ελέγχων στα εργοτάξια ώστε να διασφαλιστεί ότι όλοι οι όροι των Συλλογικών Συμβάσεων και η ισχύουσα εργατική νομοθεσία τηρούνται στο ακέραιο.

Επισημαίνουν ότι οι άδειες απασχόλησης εργαζομένων από Τρίτες χώρες, «δεν μπορεί να εγκρίνονται ανεξέλεγκτα και χωρίς ουσιαστικό έλεγχο της εφαρμογής εκ μέρους των εργολάβων-υπεργολάβων, των συμφωνηθέντων που απορρέουν από τις Συλλογικές Συμβάσεις και τις εργατικές νομοθεσίες». Προσθέτουν ότι «το Υπουργείο Εργασίας έχει υποχρέωση, πριν από την έγκριση ή ανανέωση οποιασδήποτε αίτησης, να διασφαλίζει ότι εφαρμόζονται οι Συλλογικές Συμβάσεις, τηρούνται οι εργατικές νομοθεσίες και οι υποχρεώσεις απέναντι στους εργαζόμενους και τα Κοινωνικά Ταμεία».

Κάνουν λόγο για παραβιάσεις των συλλογικών συμβάσεων σε έργα του δημοσίου και σημειώνουν ότι όσοι υπογράφουν συμβόλαια με το δημόσιο, όπως για παράδειγμα για έργα που αφορούν, Υπουργεία, Ημικρατικούς Οργανισμούς, Τοπική Αυτοδιοίκηση κτλ., υποχρεώνονται με βάση τους όρους του συμβολαίου, να εφαρμόζουν τις κλαδικές ή/και τις επικρατούσες συλλογικές συμβάσεις, που έχουν υπογραφεί μεταξύ των Συντεχνιών και των διάφορων εργοδοτικών οργανώσεων.

«Γι' αυτό για εμάς, είναι απαράδεκτο στα έργα αυτά, τα οποία χρηματοδοτούνται από τον κυπριακό λαό, να υπάρχουν παραβιάσεις από επιχειρήσεις που δεν εφαρμόζουν τις Συλλογικές Συμβάσεις, με την Κυβέρνηση να τους ανταμείβει και από πάνω, δίνοντας άδειες για εργοδότηση εργαζομένων από τρίτες χώρες. Η στάση αυτή είναι καταδικαστέα» αναφέρουν προσθέτοντας ότι «το κράτος δεν μπορεί από τη μια να είναι εργοδότης και αναθέτουσα αρχή, και από την άλλη να παραβιάζει τη νομοθεσία, με το να ανέχεται ή και να διευκολύνει σε ορισμένες περιπτώσεις, μέσω του Υπουργείου, τέτοιες πρακτικές».

Όπως αναδεικνύεται στην ανακοίνωση «δεν μπορεί από τη μια πλευρά η Υπηρεσία Επιθεώρησης να προβαίνει σε ελέγχους, να καταγράφει παραβιάσεις, να προχωρεί σε καταγγελίες και να εξασφαλίζει καταδίκες και από την άλλη το ίδιο το κράτος, μέσω της αρμόδιας διαδικασίας ανανέωσης αδειών, να επιτρέπει τη συνέχιση της ίδιας πρακτικής χωρίς ουσιαστικές συνέπειες».

Η ανοχή σε τέτοια φαινόμενα δημιουργεί συνθήκες αθέμιτου ανταγωνισμού, υπονομεύει τις συλλογικές συμβάσεις, υποσκάπτει τους όρους απασχόλησης, και πλήττει συνολικά τους εργαζόμενους του κλάδου. Ταυτόχρονα, οι εργαζόμενοι από Τρίτες χώρες γίνονται αντικείμενο εκμετάλλευσης και χρησιμοποιούνται ως μέσο καταστρατήγησης των δικαιωμάτων που έχουν κατακτηθεί με τους αγώνες των εργαζομένων, προσθέτουν.

Καταληκτικά σημειώνουν ότι η τήρηση της εργατικής νομοθεσίας δεν μπορεί να είναι προαιρετική ούτε να εφαρμόζεται επιλεκτικά. «Δεν είναι δυνατόν αυτοί που παραβιάζουν την εργατική νομοθεσία να επιβραβεύονται με τη συνέχιση της δυνατότητας εργοδότησης εργαζομένων από τρίτες χώρες», αναφέρουν και προειδοποιούν με μέτρα.

# Μην γίνεις θύμα! Πάρε τον έλεγχο της ψηφιακής σου ζωής

## Η γνώση αποτελεί την καλύτερη μορφή άμυνας από ψηφιακές απάτες και εγκλήματα



Τα ηλεκτρονικά εγκλήματα ή απάτες αποτελούν ουσιαστικά τους τρόπους με τους οποίους κάποιοι κακόβουλα επιδιώκουν να αποκομίσουν χρήματα από ανυποψίαστους ιδιώτες ή επιχειρήσεις. Πολλοί πέφτουν σε αυτή την παγίδα, αφού η βασική τακτική που χρησιμοποιείται είναι η συλλογή πληροφοριών μέσω μηχανισμών που λειτουργούν από ξεχωριστά άτομα και όχι από αυτοματοποιημένα συστήματα.

Αυτού του είδους οι απάτες αποτελούν κλασικά παραδείγματα για το πως οι απατεώνες μπορούν εύκολα να παίξουν με την ψυχολογία αλλά και την προσέγγιση των ατόμων για διάφορα θέματα.

Οι πιο κάτω συμβουλές στοχεύουν στο να βοηθήσουν το κοινό να προστατεύσει τον εαυτό του. Η γνώση αποτελεί την καλύτερη μορφή άμυνας από ψηφιακές απάτες και εγκλήματα.

**Γενικές Συμβουλές:**

**Να ελέγχετε τακτικά τους ψηφιακούς λογαριασμούς σας.**

Να ελέγχετε τακτικά τον τραπεζικό σας λογαριασμό και να ειδοποιήσετε την τράπεζά σας άμεσα εάν παρατηρήσετε κάτι ασυνήθιστο.

Να διεκπεραιώνετε τις διαδικτυακές πληρωμές σας μόνο μέσω ασφαλών ιστοσελίδων (π.χ. ελέγχετε ότι στο URL υπάρχει η σήμανση ασφαλείας με την κλειδαριά ή ότι υπάρχει το s μετά το γνωστό http) και παράλληλα να χρησιμοποιείτε ασφαλή σύνδεση στο διαδίκτυο, όπως για παράδειγμα η σύνδεσή σας με το δίκτυο του παρόχου σας όχι ανοικτά δίκτυα Wi-Fi.

Η τράπεζά σας ποτέ δεν θα ζητήσει ευαίσθητες πληροφορίες όπως οι κωδικοί του λογαριασμού σας μέσω τηλεφώνου ή email.

Εάν μια προσφορά ακούγεται πολύ καλή για να είναι αληθινή, συνήθως αποτελεί απάτη.

Να διατηρείτε τις προσωπικές σας πληροφορίες ασφαλισμένες.

Να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί αναφορικά με τις προσωπικές πληροφορίες που μοιράζεστε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (ΜΚΔ). Οι απατεώνες δυνατόν να χρησιμοποιήσουν τέτοιες πληροφορίες για δημιουργία πλαστών εγγράφων ή για να στήσουν μια απάτη με στόχο εσάς.

Εάν θεωρήσετε ότι δώσατε λεπτομέρειες του λογαριασμού σας σε έναν απατεώνα επικοινωνήστε άμεσα με την τράπεζά σας.

Πάντα να αναφέρετε οποιαδήποτε ύποπτη κίνηση ή απόπειρα απάτης στην Αστυνομία, ακόμη και εάν δεν πέσετε θύμα κάποιας διαδικτυακής απάτης ή εγκλήματος.

Πώς μπορούν να σας ξεγελάσουν;

**Απάτη του CEO/ Απάτη με το εταιρικό email**

**Η απάτη του CEO / απάτη με το εταιρικό e-mail** λαμβάνει χώρα όταν ένας -εξουσιοδοτημένος να πραγματοποιεί πληρωμές- υπάλληλος της εταιρείας εξαπατάται προκειμένου να πληρώσει ένα πλαστό τιμολόγιο ή να διενεργήσει μια μη εγκεκριμένη μεταφορά πίστωσης από τον εταιρικό λογαριασμό της επιχείρησης.

**Πώς λειτουργεί;**

Ο απατεώνας καλεί ή στέλνει μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου υποδυόμενος υψηλόβαθμο στέλεχος της επιχείρησης (π.χ. Γενικός Διευθυντής ή Οικονομικός Διευθυντής). Επίσης:

Γνωρίζουν επαρκώς την εσωτερική διάρθρωση και οργάνωση της επιχείρησης.

Απαιτούν τη διενέργεια μιας επείγουσας πληρωμής.

Χρησιμοποιούν όρους και εκφράσεις, όπως: «εχεμύθεια/ εμπιστευτικότητα», «η επιχείρηση σε εμπιστεύεται», «δεν είμαι αυτή τη στιγμή διαθέσιμος».

Αναφέρονται σε μια «ευαίσθητη», για την επιχείρηση, κατάσταση (π.χ. φορολογικός έλεγχος, συγχώνευση, εξαγορά).

Συχνά το αίτημα αφορά τη διενέργεια διασυνοριακών πληρωμών σε τράπεζες εγκατεστημένες εκτός Ευρώπης.

Ο υπάλληλος μεταφέρει τα χρήματα σε λογαριασμό που τηρεί ο απατεώνας.

Οδηγίες για την διαδικασία μπορεί να δοθούν αργότερα, μέσω τρίτου προσώπου ή μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

Απαιτούν από τον υπάλληλο της επιχείρησης να μην ακολουθήσει τις συνήθεις διαδικασίες λήψης έγκρισης για την πληρωμή.

**Ποιες είναι οι ενδείξεις;**

Αιφνιδιαστική / Απροειδοποίητη τηλεφωνική κλήση ή e-mail.

Απευθείας επικοινωνία με ανώτερο στέλεχος της επιχείρησης με το οποίο συνήθως δεν επικοινωνείς.

Αίτημα για απόλυτη εχεμύθεια.

Άσκηση πίεσης για το κατεπείγον του αιτήματος.

Ασύνηθες αίτημα αντίθετο με τις εσωτερικές διαδικασίες έγκρισης.

Απειλές ή ασυνήθιστη κολακεία / υποσχέσεις ανταμοιβής.

Τι μπορείτε να κάνετε;

**Ως εργαζόμενος:**

Να εφαρμόζετε αυστηρά τις υφιστάμενες διαδικασίες ασφαλείας σε σχέση με τη διενέργεια πληρωμών και καταβολής προμηθειών. Μην παραλείπετε κανένα βήμα και μην υποκύπτετε σε πιέσεις.

Να ελέγχετε πάντα με προσοχή τις διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου όταν διαχειρίζεστε ευαίσθητες πληροφορίες / πραγματοποιείτε μεταφορές χρημάτων.

Σε περίπτωση αμφιβολίας για εντολή πληρωμής, συμβουλευθείτε έναν αρμόδιο συνάδελφό σας.

Μην ανοίγετε ποτέ ύποπτους ηλεκτρονικούς συνδέσμους (links) ή ύποπτα επισυναπτόμενα αρχεία που λαμβάνετε μέσω μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου. Να είστε εξαιρετικά προσεκτικοί όταν ελέγχετε το προσωπικό σας e-mail στους υπολογιστές της επιχείρησης στην οποία εργάζεστε.

Περιορίστε τις πληροφορίες και επιδείξτε προσοχή σε σχέση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Αποφεύγετε την κοινοποίηση πληροφοριών σχετικά με την ιεραρχία, την ασφάλεια και τις ακολουθούμενες διαδικασίες της επιχείρησης στην οποία εργάζεστε.

Αν λάβετε ένα ύποπτο μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μια ύποπτη τηλεφωνική κλήση, να ενημερώνετε πάντοτε τη διεύθυνση μηχανογραφικής υποστήριξης.

**Ως επιχείρηση:**

Να γνωρίζετε τους κινδύνους και να διασφαλίζετε ότι και οι υπάλληλοί σας είναι επίσης ενημερωμένοι.

Να ενθαρρύνετε το προσωπικό σας να προσεγγίζει τα αιτήματα για τη διενέργεια πληρωμών με προσοχή.

Εφαρμόστε εσωτερικές διαδικασίες σχετικά με τη διενέργεια πληρωμών.

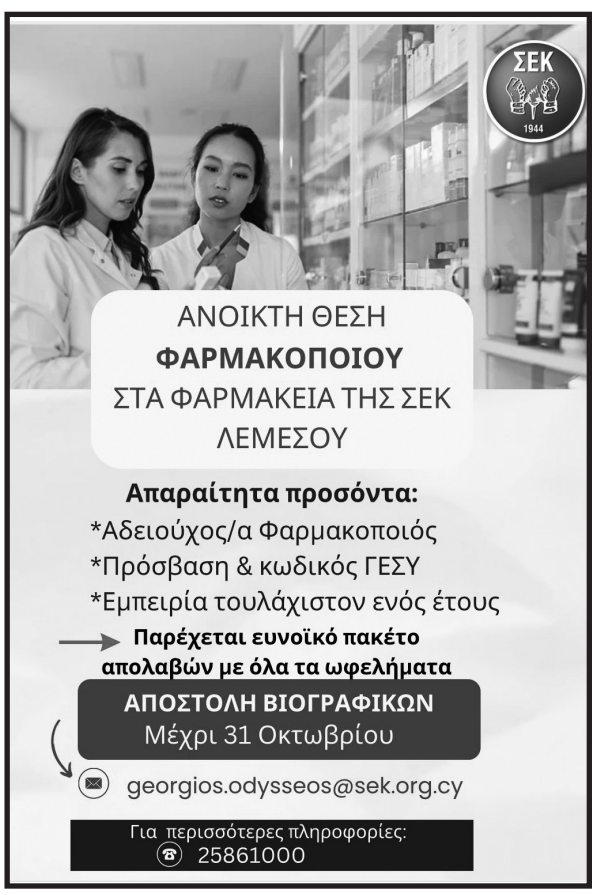
Εφαρμόστε διαδικασία για την επαλήθευση της νομιμότητας αιτημάτων διενέργειας πληρωμών που λαμβάνονται μέσω e-mail.

Καθιερώστε διαδικασίες υποβολής αναφορών για τη διαχείριση περιστατικών απάτης.

Ελέγξτε τις πληροφορίες που αναρτώνται στην ιστοσελίδα της επιχείρησής σας, περιορίστε τις πληροφορίες και επιδείξτε ιδιαίτερη προσοχή σε σχέση με τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης.

Να αναβαθμίζετε και να ενημερώνετε το λογισμικό τεχνικής ασφαλείας.

Να επικοινωνείτε πάντα με την αστυνομία σε περιπτώσεις απόπειρας απάτης, ακόμα και αν δεν είστε θύμα αυτής.



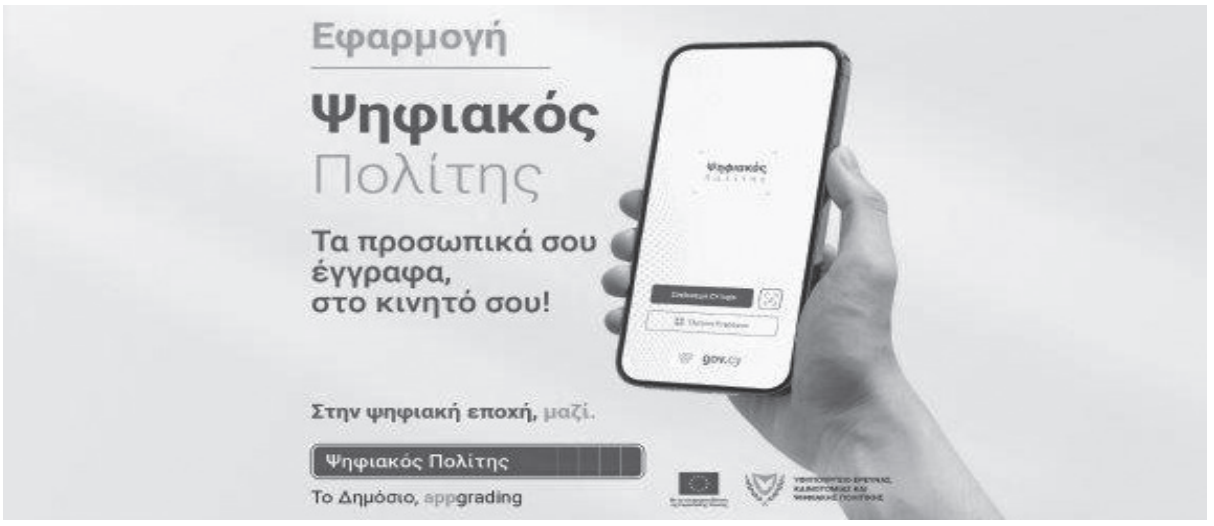
# Νέα λειτουργία ειδοποιήσεων για τη λήξη εγγράφων στον «Ψηφιακό Πολίτη»

Ο «Ψηφιακός Πολίτης» απόκτησε από τις 26 Οκτωβρίου 2026, μια νέα λειτουργία που βοηθά τους πολίτες να παρακολουθούν τη λήξη των εγγράφων τους και να φροντίζουν έγκαιρα για την ανανέωσή τους.

Συγκεκριμένα, οι πολίτες λαμβάνουν αυτόματα ειδοποιήσεις στο κινητό τους 30 και 15 ημέρες πριν από τη λήξη των εγγράφων που έχουν προσθέσει στην εφαρμογή, καθώς και την ημέρα λήξης τους. Εφόσον ο πολίτης έχει ήδη εκδώσει νέο έγγραφο, με την είσοδό του στην εφαρμογή μετά τη λήψη της ειδοποίησης οδηγείται αυτόματα στη διαδικασία ενσωμάτωσης του νέου εγγράφου στον «Ψηφιακό Πολίτη».

Τα έγγραφα που έχουν λήξει παραμένουν ορατά στην εφαρμογή μέχρι την αντικατάσταση ή τη διαγραφή τους.

Η εφαρμογή συνεχίζει να εμπλουτίζεται με νέες δυνατότητες. Εντός των επόμενων ημερών θα ανακοινωθεί και η προσθήκη των εγγράφων διαμονής αλλοδαπού, ενώ εντός του έτους προγραμματίζεται η προσθήκη των εισιτηρίων για αθλητικούς αγώνες, συμπληρώνοντας την Κάρτα Φιλάθλου που είναι ήδη διαθέσιμη στην εφαρμογή.




Στόχος του «Ψηφιακού Πολίτη» είναι να διευκολύνει τις καθημερινές συναλλαγές των πολιτών, προσφέροντας άμεση πρόσβαση στα έγγραφά τους μέσω του κινητού τους. Το Υφυπουργείο καλεί τους πολίτες να αξιοποιούν την εφαρμογή και, σε περίπτωση που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην αποδοχή των ψηφιακών τους εγγράφων, να ενημερώνουν σχετικά στην ηλεκτρονική διεύθυνση info@dmrid.gov.cy.

Υπενθυμίζεται ότι τα ψηφιακά έγγραφα που δημιουργούνται μέσω του «Ψηφιακού Πολίτη» έχουν την ίδια ισχύ με τα αντίστοιχα φυσικά έγγραφα, αλλά δεν αποτελούν διεθνή ταξιδιωτικά έγγραφα.

Η εφαρμογή «Ψηφιακός Πολίτης» διατίθεται δωρεάν για συσκευές iOS και Android, μέσω του App Store και του Google Play.

# 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 17/08/2026 (εφόσον έχει τερματιστεί η απασχόληση τους).
Εξετάζονται οι αιτήσεις, όσων ήδη έχουν λάβει τουλάχιστον μία πληρωμή, για την περίοδο Σεπτεμβρίου - Οκτωβρίου 2026.
2. ΠΛΗΡΩΜΗ ΛΟΓΩ ΠΛΕΟΝΑΣΜΟΥ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που είχαν υποβληθεί 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 Ιούλιο 2026.
4. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.
5. ΣΥΝΤΑΞΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 2026, νοουμένου ότι έχουν σταλεί σε Ιατρικό Συμβούλιο.
6. ΕΠΙΔΟΜΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 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 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 Ιούλιο - Αύγουστο του 2026.



10. ΣΥΝΤΑΞΗ ΧΗΡΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος δε λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα σύζυγος λάμβανε θεσμοθετημένη σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2026.
11. ΒΟΗΘΗΜΑ ΚΗΔΕΙΑΣ: Για τις περιπτώσεις όπου ο/η αποβιώσας/σα λάμβανε σύνταξη χηρείας εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις 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 Σεπτεμβρίου 2026. Για τις περιπτώσεις όπου ο αποβιώσας / η αποβιώσασα λάμβανε κοινωνική σύνταξη εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις 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 Σεπτεμβρίου 2026.
12. ΕΠΙΔΟΜΑ ΟΡΦΑΝΙΑΣ: Εξετάζονται οι παραληφθείσες αιτήσεις Σεπτεμβρίου 2026.
13. ΒΟΗΘΗΜΑ ΤΟΚΕΤΟΥ: Εξετάζονται οι ηλεκτρονικές αιτήσεις που υποβλήθηκαν μέχρι 18/10/2026.
Εξετάζονται οι έντυπες αιτήσεις που υποβλήθηκαν την περίοδο Ιουλίου του 2026
14. ΕΠΙΔΟΜΑ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις που υποβλήθηκαν μέχρι 21/05/2026.
(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 07/09/2026.
16. ΕΠΙΔΟΜΑ ΓΟΝΙΚΗΣ ΑΔΕΙΑΣ: Εξετάζονται οι αιτήσεις με περίοδο Γονικής Άδειας που αφορά την περίοδο Αυγούστου - Σεπτεμβρίου 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 Σεπτέμβριο 2026 εκκρεμούσαν 3765 ποινικές υποθέσεις εκ των οποίων οι 2432 αφορούν εργοδότες και οι 1333 αφορούν αυτοτελώς εργαζόμενους.

**Αιμοδοσία στο αεροδρόμιο Λάρνακας**

# Κοινή προσπάθεια εργαζομένων, εργοδοσίας και συντεχνιών

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε η εθελοντική αιμοδοσία που διοργάνωσε η εταιρεία Cyprus Airports F&B LTD, σε συνεργασία με τις συντεχνίες ΣΕΚ και ΠΕΟ, την Πέμπτη 29 Οκτωβρίου 2026, στο αεροδρόμιο Λάρνακας.

Η αιμοδοσία πραγματοποιήθηκε από τις 09:30 έως τις 12:00, στον χώρο DINER ON AIR, με τη συμμετοχή εργαζομένων, συνεργατών και επιβατών, οι οποίοι ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα προσφοράς και κοινωνικής αλληλεγγύης.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, και η Γενική Γραμματέας της ΠΕΟ, Σωτηρούλα Χαραλάμπους, οι οποίοι απηύθυναν χαιρετισμό, υπογραμμίζοντας τη σημασία της εθελοντικής προσφοράς και της κοινωνικής αλληλεγγύης.

Στον χαιρετισμό του, ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, ανέδειξε την ανθρωπιστική διάσταση της πρωτοβουλίας, επισημαίνοντας ότι μέσα από τέτοιες δράσεις δίνεται η δυνατότητα να αναδειχθεί η κοινή προσφορά των εργαζομένων, της εργοδοτικής πλευράς και του συνδικαλιστικού κινήματος.

Όπως χαρακτηριστικά ανέφερε, «το αίμα είναι αυτό που τελικά μας συνδέει και μας ενώνει», καθώς καταλήγει σε έναν κοινό στόχο: να δίνει ζωή. «Ζωή για να μπορούμε να χτίζουμε την επόμενη μέρα», τόνισε, υπογραμμίζοντας το βαθύτερο μήνυμα ανθρωπιάς και αλληλεγγύης που εκπέμπει η εθελοντική αιμοδοσία.

Η πρωτοβουλία ανέδειξε τη σημασία της εθελοντικής αιμοδοσίας και της έμπρακτης στήριξης των συνανθρώπων μας που έχουν ανάγκη από αίμα, στέλνοντας ένα ισχυρό μήνυμα ανθρωπιάς, ευαισθητοποίησης και συλλογικής ευθύνης.

Η Cyprus Airports F&B LTD και οι συντεχνίες ΣΕΚ και ΠΕΟ ευχαρίστησαν θερμά όλους όσοι συμμετείχαν και στήριξαν την πρωτοβουλία, συμβάλλοντας στην επιτυχία της και στέλνοντας το μήνυμα ότι η αλληλεγγύη γίνεται πράξη μέσα από τη συλλογική προσπάθεια και την προσφορά προς τον συνάνθρωπο.







# Η ΕΠΟΕΤ (ΟΗΟ-ΣΕΚ) στο Φόρουμ Συνδικάτων της Ευρώπης 2026

Με δυναμική παρουσία στις ευρωπαϊκές συνδικαλιστικές διεργασίες συμμετείχε η ΕΠΟΕΤ (ΟΗΟ-ΣΕΚ) στο Φόρουμ Συνδικάτων της Ευρώπης 2026, το οποίο πραγματοποιήθηκε στις 30 Σεπτεμβρίου 2026, στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.

Το Φόρουμ, που διοργανώθηκε από την Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Συνδικάτων (ETUC), συγκέντρωσε εκπροσώπους εργαζομένων και συνδικαλιστικών οργανώσεων, φορείς χάραξης πολιτικής και μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, με αντικείμενο την προώθηση πολιτικών για την ποιοτική απασχόληση, την προστασία των εργασιακών δικαιωμάτων και τη διασφάλιση μιας δίκαιης μετάβασης στην ψηφιακή εποχή.

Η ΕΠΟΕΤ (ΟΗΟ-ΣΕΚ), ανταποκρινόμενη στην τιμητική πρόσκληση που έλαβε, εκπροσωπήθηκε από τον Πρόεδρό της, Αντώνη Χρυσοστόμου και τη Γραμματέα του Οικονομικού Κλάδου, Στάλω Γιανναπή.

Στο επίκεντρο των συζητήσεων βρέθηκε η ανάγκη θέσπισης δεσμευτικού ευρωπαϊκού νομοθετικού πλαισίου για τη διασφάλιση ποιοτικών θέσεων εργασίας και την ενίσχυση των δικαιωμάτων συλλογικής διαπραγμάτευσης. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στις προκλήσεις που δημιουργούν η αυτοματοποίηση, η τεχνητή νοημοσύνη και ο ψηφιακός μετασχηματισμός, καθώς και στην ανάγκη προστασίας των εργαζομένων κατά τη μετάβαση στο νέο εργασιακό περιβάλλον.

Παράλληλα, επισημάνθηκε η σημασία της επαρκούς ευρωπαϊκής χρηματοδότησης των κοινωνικών πολιτικών και των μέτρων δίκαιης μετάβασης, μέσα από το επόμενο Πολυετές Δημοσιονομικό Πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Η συμμετοχή της ΕΠΟΕΤ (ΟΗΟ-ΣΕΚ) σε μια τόσο σημαντική ευρωπαϊκή συνδικαλιστική διοργάνωση επιβεβαιώνει την ενεργό παρουσία της στους ευρωπαϊκούς θεσμούς και στις διαδικασίες διαμόρφωσης πολιτικών που επηρεάζουν άμεσα τον κόσμο της εργασίας. Παράλληλα, αναδεικνύει τη σταθερή δέσμευση της Οργάνωσης να συμμετέχει ενεργά στον διάλογο για το εργασιακό μέλλον και να υπερασπίζεται με συνέπεια τα δικαιώματα και τα συμφέροντα των εργαζομένων.





# Η ΣΕΚ στο πλευρό του Ραδιομαραθώνιου



Με μήνυμα αγάπης, κοινωνικής προσφοράς και αλληλεγγύης, αντιπροσωπεία της ΣΕΚ μετέβη χθες Τρίτη στους ραδιοθαλάμους του Ραδιοφωνικού Ιδρύματος Κύπρου (ΡΙΚ), όπου παρέδωσε την εισφορά της Οργάνωσης στο πλαίσιο των εκδηλώσεων του Ραδιομαραθώνιου.

Επικεφαλής της αντιπροσωπείας ήταν ο Γενικός Γραμματέας της ΣΕΚ, Ανδρέας Φ. Μάτσας, ο οποίος υπογράμμισε τη διαχρονική σημασία και τα μηνύματα του Ραδιομαραθώνιου, επισημαίνοντας ότι οι αξίες της προσφοράς, της αγάπης και της αλληλεγγύης δεν περιορίζονται σε μία μόνο εκδήλωση, αλλά πρέπει να αποτελούν καθημερινή στάση ζωής, 365 ημέρες τον χρόνο.

Ο κ. Μάτσας τόνισε, επίσης, ότι όλα τα οργανωμένα σύνολα έχουν υποχρέωση να εργάζονται συστηματικά προς την κατεύθυνση της κοινωνικής και εργασιακής ενσωμάτωσης όλων των ομάδων του πληθυσμού, διασφαλίζοντας ότι κανένας άνθρωπος δεν θα βιώνει την απομόνωση ή τη διάκριση.

Την αντιπροσωπεία της ΣΕΚ εκπροσώπησαν επίσης ο Γενικός Οργανωτικός Γραμματέας, Γιάννης Τσουρής, και ο Γενικός Ταμίας, Σάββας Κούλας.

Με τη συμμετοχή και τη συνεισφορά της, η ΣΕΚ επιβεβαιώνει έμπρακτα τη δέσμευσή της στις αρχές της κοινωνικής αλληλεγγύης, της ισότητας και της συμπερίληψης, στηρίζοντας κάθε προσπάθεια που προσφέρει ελπίδα, αξιοπρέπεια και καλύτερες προοπτικές στα παιδιά που έχουν ανάγκη.

# Λατινικά: Η απαρχή πολλών γλωσσών

Έγινε πολύ σημαντική όταν καθιερώθηκε ως επίσημη γλώσσα της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Για πολλούς είναι μια «νεκρή» γλώσσα, όμως αποτελούν την απαρχή για πολλές γλώσσες, τις οποίες μιλάμε στη σύγχρονη εποχή. Οι παρακάτω λατινικές εκφράσεις είναι μερικές μόνο από τις πολλές που χρησιμοποιούμε στην καθημερινότητα μας.

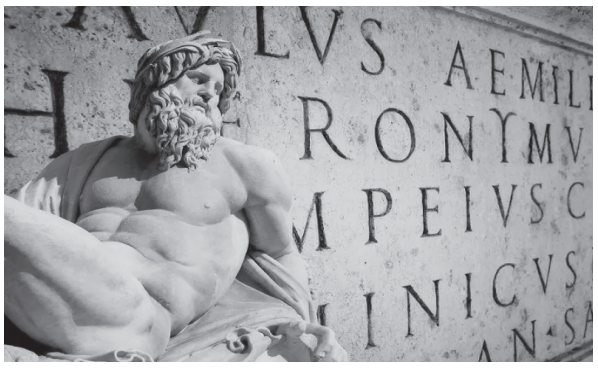
**Mens sana in corpore sano:** πρόκειται για την γνωστή μας έκφραση «νους υγιής μέσα σε σώμα υγιές». Ο συγκεκριμένος στίχος βρίσκεται στο έργο Satire, X, 356 του Λατίνου ποιητή Δέκιμου Ιούνιου Γιουβενάλη που αναφέρει «Orandum est ut sit mens sana in corpore sano». Δηλαδή πρέπει να προσευχόμαστε ώστε να υπάρχει ένας υγιής νους μέσα σε ένα υγιές σώμα.

**Dum spiro spero:** όσο αναπνέω (ζω) ελπίζω. Αποτελεί παραφθορά των φράσεων δύο αρχαίων συγγραφέων: του Θεόκριτου, που στο έργο του Ειδύλλια έγραψε την φράση «ἐλπίδες ἐν ζωοῖσιν, ἀνέλπιστοι δὲ θανόντες» και του Ρωμαίου ρήτορα Κικέρωνα, που είπε την φράση «dum anima est, spes esse dicitur», δηλαδή « όσο υπάρχει ψυχή, λέγεται ότι υπάρχει ελπίδα».

Alter ego: το άλλο μου εγώ. Χρησιμοποιούμε τη φράση προκειμένου να χαρακτηρίσουμε ένα πρόσωπο της απόλυτης εμπιστοσύνης μας, σαν να ήταν ο ίδιος ο εαυτός μας. Αποδίδεται και αυτή στον Κικέρωνα, που στο έργο του «De Amicitia», περιγράφει τη φιλία ως το σημαντικότερο από όλα τα δώρα των Θεών και ότι ο πραγματικός φίλος είναι το alter ego μας, δηλαδή ο άλλος μας εαυτός.

**Carpe Diem:** είναι ένας λατινικός όρος που μεταφράζεται ως «άδραξε τη μέρα». Carpe κυριολεκτικά σημαίνει «παίρνω, κόβω, μαδώ, μαζεύω, καλλιεργώ» αλλά ο Οβίδιος χρησιμοποίησε τη λέξη με την έννοια, «απολαμβάνω, χρησιμοποιώ». Σ' ένα λατινικό ποίημα του Οράτιου, η λέξη αποτελεί μέρος της φράσης «Carpe diem, quam minimum credula postero», το οποίο μεταφράζεται ως «αδράξτε την ημέρα, πιστεύοντας όσο το δυνατόν λιγότερο στο μέλλον». Το ποίημα έχει ως βαθύτερο νόημα ότι το μέλλον είναι άγνωστο και ως εκ τούτου δεν πρέπει κανείς να υπολογίζει σε ένα απώτερο μέλλον, αλλά να ζει για τη στιγμή και να απολαμβάνει το παρόν του.

**Mea culpa:** η φράση «mea culpa» χρησιμοποιείται όταν θέλει κάποιος να δηλώσει ότι έκανε κάποιο λάθος, ότι έσφαλε, καθώς η κυριολεκτική μετάφραση της φράσης είναι «λάθος μου». Πρόκειται για θρησκευτική ρήση που προέρχεται από μια Καθολική προσευχή ομολογίας αμαρτιών του 16ου αιώνα (confíteor),στην οποία επαναλαμβάνεται συνεχόμενα τρεις φορές : mea culpa,mea culpa, mea maxima culpa.



**Casus belli:** η φράση προέρχεται από το Ρωμαϊκό δίκαιο και κατά λέξη σημαίνει αιτία πολέμου.

**Tabula rasa:** είναι η λατινική έκφραση του όρου «άγραφος πίνακας». Tabula στην αρχαία Ρώμη ήταν μια κέρινη πλάκα πάνω στην οποία έγραφαν. Όταν ήθελαν να σβήσουν τα γραπτά τους, θέρμαιναν το κερί μέχρι να αρχίσει να λιώνει και τότε έτριβαν την επιφάνεια με ένα εργαλείο τύπου σπάτουλας καθαρίζοντας την. Η έκφραση χρησιμοποιήθηκε και στην φιλοσοφία από τον Άγγλο φιλόσοφο Τζον Λοκ. Η ανθρώπινη συνείδηση είναι tabula rasa έλεγε, δηλαδή ένας λευκός, άγραφος πίνακας. Με λίγα λόγια ο άνθρωπος δεν γεννιέται με έμφυτες γνώσεις, ιδέες ή αρχές αλλά τις αποκτά με την εμπειρία του σταδιακά στην διάρκεια της ζωής του. Σήμερα χρησιμοποιείται και για κάποιον που δεν έχει ενημερωθεί και έχει πλήρη άγνοια για κάποιο θέμα.

**De facto:** η λατινική φράση de facto, από τις λατινικές λέξεις de (από) και factum (πράξη), σημαίνει «εκ των γεγονότων» ή «εκ των πραγμάτων». Αποτελεί χαρακτηρισμό για οτιδήποτε γίνεται στην πράξη ή υφίσταται στην πραγματικότητα ανεξάρτητα από το αν είναι νόμιμο ή έχει αναγνωριστεί επίσημα π.χ αυτός είναι de facto αρχηγός μας. Η έκφραση έρχεται σε αντιδιαστολή με την έκφραση de iure (δια νόμου) η οποία δηλώνει πράξη, ενέργεια, κατάσταση η οποία είναι νόμιμη.

**Persona non grata:** σημαίνει «ανεπιθύμητο πρόσωπο» και χρησιμοποιείται για να υποδηλωθεί με ευγενικό τρόπο ότι κάποιος θεωρείται ανεπιθύμητος σε έναν τόπο ή σε ένα ευρύτερο σύνολο ατόμων.

**Διεθνή εκστρατεία #MedSafetyWeek**

# Μην αγνοείτε τις πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες

Από τις 2 έως τις 8 Νοεμβρίου, η Κύπρος συμμετέχει στη διεθνή εκστρατεία #MedSafetyWeek, με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού για τη σημασία της αναφοράς πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών από φάρμακα.

Τα φάρμακα σώζουν ζωές και βελτιώνουν την υγεία εκατομμυρίων ανθρώπων. Μπορεί, ωστόσο, να προκαλέσουν ανεπιθύμητες ενέργειες, οι οποίες ενδέχεται να εμφανιστούν ξαφνικά, σταδιακά ή ακόμη και μετά από μακροχρόνια χρήση. Ορισμένες είναι εύκολα αντιληπτές, ενώ άλλες δεν παρουσιάζουν εμφανή συμπτώματα και εντοπίζονται μόνο μέσω εξετάσεων.

Οι Φαρμακευτικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Υγείας καλούν ασθενείς και επαγγελματίες υγείας να αναφέρουν κάθε πιθανολογούμενη ανεπιθύμητη ενέργεια. Οι αναφορές αποτελούν σημαντικό εργαλείο για την παρακολούθηση της ασφάλειας των φαρμάκων και βοηθούν τις αρμόδιες ρυθμιστικές αρχές να εντοπίζουν πιθανούς κινδύνους και να λαμβάνουν τα απαραίτητα μέτρα.

Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται κατά την έναρξη λήψης ενός νέου φαρμάκου, μετά από αλλαγή της δόσης ή όταν συνδυάζονται διαφορετικά φάρμακα, τροφές ή φυτικά σκευάσματα.

Οι πολίτες καλούνται να διαβάζουν το φύλλο οδηγιών χρήσης κάθε φαρμάκου και να συμβουλεύονται επαγγελματία υγείας για τις γνωστές ανεπιθύμητες ενέργειές του. Εάν εμφανιστεί κάποιο σύμπτωμα που ενδέχεται να σχετίζεται με τη φαρμακευτική αγωγή, είναι σημαντικό να αναφέρεται, ιδιαίτερα όταν είναι σοβαρό, επηρεάζει την καθημερινότητα ή δεν περιλαμβάνεται στο φύλλο οδηγιών χρήσης.

Δεν απαιτείται βεβαιότητα ότι το φάρμακο προκάλεσε το σύμπτωμα για να γίνει αναφορά. Κάθε πληροφορία συμβάλλει στην καλύτερη κατανόηση της ασφάλειας των φαρμάκων και μπορεί να προστατεύσει άλλους ασθενείς από πιθανή βλάβη.

Η φετινή εκστρατεία #MedSafetyWeek αναμένεται να είναι η μεγαλύτερη μέχρι σήμερα. Από τις 2 έως τις 8 Νοεμβρίου, περισσότεροι από 130 οργανισμοί από πέραν των 120 χωρών θα μεταδώσουν το μήνυμα της εκστρατείας σε περισσότερες από 60 γλώσσες.

Οι Φαρμακευτικές Υπηρεσίες καλούν το κοινό να συμμετάσχει στην προσπάθεια, μέσα από διαδικτυακές και τοπικές δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, καθώς και μέσω της διάδοσης των μηνυμάτων της εκστρατείας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με τη χρήση του hashtag #MedSafetyWeek.

Στην Κύπρο, τα μηνύματα της εκστρατείας θα προβάλλονται και μέσα από τα επίσημα κανάλια ενημέρωσης των Φαρμακευτικών Υπηρεσιών και του Υπουργείου Υγείας.



**Απόφαση Παγκύπριας Συνδιάσκεψης ΣΕΚ - 30 Οκτωβρίου 2026**

# Καθορίστηκαν οι προτεραιότητες και οι διεκδικήσεις της ΣΕΚ για το επόμενο διάστημα




Στην Παγκύπρια Συνδιάσκεψη της ΣΕΚ, που πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή, 30 Οκτωβρίου 2026, συζητήθηκαν οι τρέχουσες εξελίξεις και οι σημαντικές εκκρεμότητες που αφορούν τα εργασιακά ζητήματα και την κοινωνικοοικονομική πολιτική. Στο πλαίσιο των εργασιών της, η Συνδιάσκεψη κατέληξε σε σειρά αποφάσεων και καθόρισε τις προτεραιότητες και τις διεκδικήσεις της ΣΕΚ για το επόμενο διάστημα, όπως αυτές καταγράφονται στο ακόλουθο κείμενο:

**1. Μεταρρύθμιση συνταξιοδοτικού**

Η ΣΕΚ υπήρξε εξαρχής υπέρμαχος μιας συνολικής και ολοκληρωμένης συνταξιοδοτικής μεταρρύθμισης, η οποία θα ενισχύει τις συνταξιοδοτικές παροχές τόσο των υφιστάμενων, όσο και των μελλοντικών συνταξιούχων.

Καθ' όλη τη διάρκεια των διαβουλεύσεων, παρέμεινε συνεπής στις τρεις βασικές αρχές που είχαν τεθεί από την πρώτη στιγμή, με τη σύμφωνη γνώμη των Κοινωνικών Εταίρων, σε συνάρτηση με την προϋπόθεση της διατήρησης της βιωσιμότητας του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων:

- Καμία αύξηση του ορίου συνταξιοδότησης.
- Καμία αύξηση των εισφορών, πέραν των ήδη συμφωνημένων.
- Καμία μείωση των υφιστάμενων ή μελλοντικών συντάξεων.

Στο πλαίσιο των διαβουλεύσεων για τους τέσσερις πυλώνες της μεταρρύθμισης, η ΣΕΚ κατέθεσε συγκεκριμένες θέσεις και προτάσεις, με στόχο την ενίσχυση των εισοδημάτων των χαμηλοσυνταξιούχων και τη διασφάλιση της επάρκειας των συντάξεων.

Ιδιαίτερη σημασία αποδίδει στην οικονομική βιωσιμότητα της μεταρρύθμισης, καθώς και στην παρουσίαση ενός ολοκληρωμένου και διαφανούς πλαισίου επενδυτικής διαχείρισης του αποθεματικού του Ταμείου.

Ψηλά στις προτεραιότητες της ΣΕΚ βρίσκεται επίσης η περαιτέρω ενίσχυση των συνταξιοδοτικών παροχών και η διασφάλιση επαρκών εισοδημάτων για τους συνταξιούχους, μέσω της οριζόντιας και υποχρεωτικής εφαρμογής του θεσμού των Ταμείων Προνοίας. Η εφαρμογή αυτή θα πρέπει να διασφαλίζει πλήρως, και χωρίς να υποκαθιστά, τα υφιστάμενα Ταμεία Προνοίας και τα δικαιώματα που έχουν κατακτηθεί μέσα από την ελεύθερη συλλογική διαπραγμάτευση.

Η ΣΕΚ έχει αποδείξει έμπρακτα τη στήριξή της στη μεταρρύθμιση, συμμετέχοντας ενεργά και εποικοδομητικά στις διαβουλεύσεις που ξεκίνησαν το 2021, συνεχίζοντας την προσπάθεια για θετική ολοκλήρωση της διαδικασίας εντός του Εργατικού Συμβουλευτικού Σώματος.

Για να μπορέσει το αποτέλεσμα να είναι επωφελές, για το σύνολο των συνταξιούχων και, ως εκ τούτου, αποδεκτό από τη ΣΕΚ, θα πρέπει να προϋπάρχουν, πέραν από τις πιο πάνω αρχές, και οι εξής βασικές ρυθμίσεις:

- Περαιτέρω ενίσχυση της κοινωνικής στήριξης του κράτους προς τους χαμηλοσυνταξιούχους (Πυλώνας 0), λαμβάνοντας υπόψη πως 35% βρίσκεται κάτω ή κοντά στο όριο της φτώχειας.
- Ενσωμάτωση στη μεταρρύθμιση, τόσο του Πυλώνα 2 που αφορά τα Ταμεία Προνοίας, όσο και του Πυλώνα 3, ως συμπληρωματική και ιδιωτική συνταξιοδοτική ασφάλιση.
- Διασαφήνιση όλων των εκκρεμοτήτων που αφορούν τον Πυλώνα 1, σε ότι αφορά την αναθεώρηση της νομοθεσίας του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, συμπεριλαμβανομένων και παραμέτρων που διέπουν τη θεσμοθέτηση του δικαιώματος, όπως και του χρόνου αναπροσαρμογής του ύψους της σύνταξης, με βάση τις πρόσθετες συνεισφορές.
- Επαρκής διαχείριση της αναλογιστικής αναπροσαρμογής (12%), τόσο στη βασική όσο και στην αναλογική σύνταξη, με τρόπο που η τελική ρύθμιση να οδηγεί στην πλήρη άρση της επιβάρυνσης, χωρίς να διαφοροποιείται το ισχύον συνταξιοδοτικό όριο.
- Αποκατάσταση της αδικίας που υφίστανται οι άντρες, που έχουν καταστεί χήροι πριν την 1η Ιανουαρίου 2018, και οι οποίοι δεν έχουν ισότιμο δικαίωμα με τους υπόλοιπους, σε ότι αφορά το δικαίωμα πρόσβασης στη σύνταξη της συζύγου τους.
- Ολοκλήρωση του διαλόγου για τη διαχείριση και επενδυτική πολιτική του Ταμείου Κοινωνικών Ασφαλίσεων, με στόχο την κατάληξη σε σαφείς όρους εντολής και τη διαμόρφωση ενός πλαισίου που θα εγγυάται τη βιώσιμη ανάπτυξη του Ταμείου και κυρίως, τη διασφάλιση των μελλοντικών γενιών.

Πριν από την έγκριση του νομοσχεδίου από το Υπουργικό Συμβούλιο, η ΣΕΚ καλεί τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας να λάβει υπόψη τις πιο πάνω εισηγήσεις, όπως και το αναλυτικό υπόμνημα που έχει καταθέσει η ΣΕΚ στο Υπουργείο Εργασίας, έτσι ώστε η μεταρρύθμιση να είναι κοινωνικά δίκαιη και ισορροπημένη.

Με την κατάθεση του σχετικού νομοσχεδίου στη Βουλή, η ΣΕΚ καλεί όλα τα κοινοβουλευτικά κόμματα όπως διασφαλίσουν την επίτευξη μιας συνολικής μεταρρύθμισης, η οποία θα δημιουργεί τις αναγκαίες και ικανές συνθήκες για επάρκεια στις συντάξεις, συνυπολογίζοντας πως, οι αλλαγές δεν θα αφορούν μόνο τα επόμενα μερικά χρόνια, αλλά και τις επόμενες πολλές γενιές.

**2. Πολιτική αιτημάτων για το 2027**

Η πολιτική αιτημάτων της ΣΕΚ για τις συλλογικές συμβάσεις που θα ανανεωθούν εντός του 2027 καθορίζεται ως ακολούθως:

- Διάρκεια συλλογικών συμβάσεων: Διετής διάρκεια ως γενική αρχή, χωρίς να αποκλείεται η σύναψη τριετών συμφωνιών, όπου υπάρχει η δυνατότητα εξασφάλισης ικανοποιητικά υψηλών συνολικών πακέτων συμφωνίας.
- Μισθολογικές αυξήσεις: Διεκδίκηση αυξήσεων ύψους 3,5%, με παράλληλο καθορισμό ελάχιστου ποσού αύξησης, ώστε να διασφαλίζεται η ουσιαστική στήριξη των χαμηλόμισθων εργαζομένων. Σε κάθε περίπτωση θα αξιολογούνται η γενικότερη εικόνα και οι οικονομικές δυνατότητες της επιχείρησης ή του κλάδου.
- Ταμεία Προνοίας: Διεκδίκηση περαιτέρω αύξησης του ύψους των εισφορών στα Ταμεία Προνοίας.
- Ταμεία Ευημερίας: Διεκδίκηση βελτίωσης του ποσοστού συνεισφοράς στα Ταμεία Ευημερίας, με στόχο την αύξησή του στο 1%.

**3. Ακρίβεια**

Η ΣΕΚ εκφράζει την έντονη ανησυχία της για τη συνεχιζόμενη και ανεξέλεγκτη αύξηση των τιμών, η οποία επιβαρύνει σημαντικά τα νοικοκυριά και οδηγεί σε ουσιαστική μείωση της αγοραστικής δύναμης και των πραγματικών εισοδημάτων των εργαζομένων.

Οι αυξήσεις στις τιμές των προϊόντων πρώτης ανάγκης, το διαρκώς αυξανόμενο κόστος των καυσίμων και της ενεργειακής διαχείρισης, όπως και το υψηλό κόστος στέγασης δημιουργούν ασφυκτικές πιέσεις στα νοικοκυριά, καθιστώντας ολοένα δυσκολότερη την καθημερινή διαβίωση σημαντικής μερίδας της κοινωνίας.

Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, και πέραν από τα έκτακτα μέτρα που κατά διαστήματα λαμβάνονται, θα πρέπει να υπάρξει συγκεκριμένη και μέσο-μακροπρόθεσμη στρατηγική, συμπεριλαμβανομένων των βελτιώσεων των μισθολογικών απολαβών των εργαζομένων, έτσι ώστε να υπάρξει βιώσιμη ανάπτυξη και βελτίωση της παραγωγικότητας και της ανταγωνιστικότητας, σε συνάρτηση με την ποιότητα και την αξιοπρέπεια στην εργασία και σε συνθήκες κοινωνικής δικαιοσύνης και συνοχής.

**4. Επέκταση Συλλογικών Συμβάσεων**

Η ΣΕΚ χαιρετίζει την ολοκλήρωση των διαβουλεύσεων της Τριμερούς Τεχνικής Επιτροπής για την ετοιμασία Σχεδίου Δράσης με στόχο την προώθηση των συλλογικών διαπραγματεύσεων.

Παράλληλα, καλεί την κυβέρνηση, όπως καταθέσει αμέσως, και τη Βουλή των Αντιπροσώπων όπως προχωρήσει στην ενσωμάτωση της Ευρωπαϊκής Οδηγίας 2022/2041 στην εθνική νομοθεσία, διαμορφώνοντας ένα ουσιαστικό πλαίσιο που θα επιτρέπει την επέκταση της κάλυψης των εργαζομένων από συλλογικές συμβάσεις, με στόχο την επίτευξη ποσοστού κάλυψης τουλάχιστον 80%, επιφέροντας επάρκεια στους μισθούς.

Παράλληλα, αναδεικνύεται η υποχρέωση του κράτους όπως, προχωρήσει στην εφαρμογή της συμφωνημένης προϋπόθεσης για εφαρμογή συλλογικών συμβάσεων σε όλες τις δημόσιες συμβάσεις, είτε αυτές χρηματοδοτούνται από δημόσιους, είτε από Ευρωπαϊκούς πόρους.

**5. Ωριαία απόδοση Εθνικού Κατώτατου Μισθού**

Η ΣΕΚ αναμένει την εφαρμογή της δέσμευσης της Κυβέρνησης, έναντι των συνδικαλιστικών

















οργανώσεων, για τον καθορισμό της ωριαίας απόδοσης του Εθνικού Κατώτατου Μισθού, όπως αυτή επιβεβαιώνεται και μέσα από τους όρους εντολής που έχουν δοθεί στην αρμόδια Επιτροπή Αναθεώρησης.

Επιπρόσθετα, θεωρεί επιβεβλημένη την ενσωμάτωση της Αυτόματης Τιμαριθμικής Αναπροσαρμογής (ΑΤΑ) στον Εθνικό Κατώτατο Μισθό, επιπρόσθετα από την όποια περαιτέρω βελτίωση, ώστε να διασφαλίζεται η διατήρηση της αγοραστικής του δύναμης μέχρι την επόμενη αναθεώρησή του.

**6. Αναθεώρηση της Στρατηγικής Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες**

Η έλλειψη εργατικού δυναμικού που παρατηρείται σε τομείς της αγοράς εργασίας, σε συνάρτηση με την απορρύθμιση που έχει επέλθει μονομερώς σε ότι αφορά τη Στρατηγική Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες, έχει, δυστυχώς, οδηγήσει σε ανεξέλεγκτη χορήγηση αδειών απασχόλησης εργαζομένων από τρίτες χώρες, κατάσταση την οποία εκμεταλλεύεται μερίδα εργοδοτών.

Ως αποτέλεσμα, παρατηρείται σοβαρή υποβάθμιση της λειτουργίας και του ρόλου των Τεχνικών Επιτροπών, αδυναμία διενέργειας ουσιαστικών ελέγχων αναφορικά με τις συνθήκες εργασίας και διαβίωσης των εργαζομένων, παρέκκλιση από την εφαρμογή των συλλογικών συμβάσεων, καθώς και ελλιπής αξιολόγηση των σχετικών αιτήσεων.

Παράλληλα, το φαινόμενο της ενοικίασης και υπενοικίασης εργαζομένων έχει προσλάβει ανησυχητικές διαστάσεις, συμβάλλοντας στην απορρύθμιση της αγοράς εργασίας και στη συμπίεση των μισθών και των εργασιακών ωφελημάτων.

Η ΣΕΚ καλεί τον Υπουργό Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων να αξιοποιήσει τον καθορισμό συνάντησης των κοινωνικών εταίρων για συζήτηση του θέματος, και να εξετάσει σοβαρά την αναθεώρηση της υφιστάμενης Στρατηγικής Απασχόλησης Εργαζομένων από Τρίτες Χώρες, καθώς η μέχρι σήμερα εφαρμογή της επιβεβαιώνει, δυστυχώς, τις ανησυχίες που είχε εκφράσει η ΣΕΚ.

Καλεί επίσης το Υπουργείο Εργασίας, να εφαρμόσει αυστηρά τις πρόνοιες των κανονισμών για την εφαρμογή των πρότυπων κανόνων στις δημόσιες συμβάσεις, μέσα από την πλήρη εφαρμογή των συλλογικών συμβάσεων.



## Με μικρά σταθερά βήματα έρχονται μεγάλα αποτελέσματα

Τι κρατά πίσω πολλούς ανθρώπους; Ενδεχομένως το γεγονός πως δεν έχουν το χρόνο και το χώρο να σκεφτούν τι πραγματικά επιθυμούν από τη ζωή τους. Οι περισσότεροι από εμάς, άνδρες και γυναίκες, έχουμε τόσα πολλά διαφορετικά πράγματα να διεκπεραιώσουμε κατά τη διάρκεια της μέρας που τα φέρνουμε τελικά εις πέρας σχεδόν ταχυδακτυλουργικά…

Τι συμβαίνει όμως με εμάς, τις πραγματικές μας ανάγκες, το όραμα, τις φιλοδοξίες μας;

Όπως με τις περισσότερες αλλαγές που θέλουμε να κάνουμε στη ζωή μας, τα μικρότερα βήματα είναι η κίνηση «κλειδί» που πρέπει να κάνουμε.

Σκεφτείτε πού πηγαίνει ο χρόνος σας.

Θα μπορούσατε να μειώσετε το χρόνο που αφιερώνετε στο κινητό; Θα μπορούσατε να ξυπνήσετε 10 λεπτά νωρίτερα το πρωί; Να απενεργοποιήσετε όλες τις συσκευές σας 30 λεπτά νωρίτερα από ό,τι συνήθως και να καταγράψετε τι είναι πιο σημαντικό για εσάς πριν πάτε για ύπνο; Θα μπορούσατε να πάτε μια βόλτα γύρω από το τετράγωνο μετά το μεσημεριανό γεύμα και να περάσετε αυτό τον χρόνο σκεπτόμενη απλούς, μικρούς στόχους;

Δημιουργία χώρου σημαίνει να βρείτε τις «μίνι», προσωπικές στιγμές της ημέρας σας, να είστε ειλικρινής σχετικά με το πού μπορεί να σπαταλάτε χρόνο και να θέσετε υγιή όρια έτσι ώστε να αφιερώνετε περισσότερο σε ό,τι είναι πραγματικά σημαντικό για εσάς.

**Σκεφτείτε τον μεγαλύτερο στόχο σας**

Μόλις καταφέρετε να δημιουργήσετε μικρές στιγμές «ελευθερίας» μέσα στη μέρα, το επόμενο βήμα είναι να χρησιμοποιήσετε αυτό το χρόνο για να σκεφτείτε τον μεγαλύτερο στόχο σας. Τι οραματίζεστε για τη ζωή σας; Τι σας γεμίζει χαρά; Προσπαθήστε να είστε συγκεκριμένη και σαφής και ξεκινήστε να δουλεύετε προς έναν στόχο κάθε φορά.

Άλλες χρήσιμες ερωτήσεις που αξίζει να κάνετε στον εαυτό σας μπαίνοντας σε αυτή τη διαδικασία είναι:

- Αν μπορούσα να έχω οτιδήποτε αυτή τη στιγμή, τι θα ζητούσα;
- Αν μπορούσα να εγκαταλείψω ένα πράγμα που με «βαραίνει», ποιο θα ήταν αυτό;
- Τι μειώνει την ενέργειά μου;
- Ποιες είναι οι αξίες μου;
- Τι σημαίνει επιτυχία για μένα;
- Ποιο είναι το μεγαλύτερο όνειρό μου σε σχέση με την εργασία και την καριέρα μου;
- Τι επιθυμώ για την προσωπική μου ζωή;

**Κάντε μικρά βήματα**

Αφού ονειρευτήκατε όσα επιθυμείτε, ήδη θα είναι πιο ξεκάθαρα μέσα σας ώστε να αναλάβετε δράση. Αποβάλλετε τη νοοτροπία του «όλα ή τίποτα». Η ζωή μας δεν μπορεί να αλλάξει μέσα σε ένα λεπτό… Όχι μόνο δεν είναι εφικτό, αλλά η πίεση θα είναι πολύ μεγάλη. Επιλέξτε λοιπόν, όπως είπαμε και πριν, μια μικρή αλλαγή που μπορείτε αρχικά να κάνετε και επικεντρωθείτε σε αυτήν. Μην υποτιμάτε τη δύναμη των μικρών αλλαγών. Μικρές αλλαγές που γίνονται συνειδητά και με έναν απώτερο μεγαλύτερο στόχο μπορούν να έχουν θεαματικά αποτελέσματα μακροπρόθεσμα.

# Εστίασε στα καλά της ζωής



**Μικρά καθημερινά επιτεύγματα μας φέρνουν πλησιέστερα στους στόχους μας**

Η επιτυχία συνδέεται άμεσα με το πώς έχουμε προγραμματίσει το μυαλό μας να σκέφτεται. Για να το κατανοήσουμε καλύτερα αυτό, ας πάρουμε τα πράγματα από την αρχή…

Ο εγκέφαλός μας χρησιμοποιεί δισεκατομμύρια νευρώνες που συνδέονται σε τρισεκατομμύρια σημεία και επεξεργάζεται χιλιάδες σκέψεις κάθε μέρα με έναυσμα τα «σή- ματα» που ταξιδεύουν με ιλιγγιώδη ταχύτητα μέσα του. Αυτά τα σήματα που ταξιδεύουν μέσω των νευρώνων αποτελούν τη βάση των αναμνήσεων, των σκέψεων και των συναισθημάτων.

Επιπλέον, έχει την τάση να σαρώνει, να αποθηκεύει και να ανακαλεί κυρίως δυσάρεστες εμπειρίες. Κατά συνέπεια, ακόμη και όταν οι θετικές εμπειρίες είναι περισσότερες από τις αρνητικές, ο αριθμός των αρνητικών αναμνήσεων αυξάνεται πιο γρήγορα.

Δεδομένης αυτής της φυσικής του προτίμησης, πρέπει να καταβάλουμε συνειδητή προσπάθεια για να κατευθύνουμε την εστίασή μας προς τα καλά της ζωής μας, τις μικρές μας επιτυχίες και τις προσωπικές μας νίκες έτσι ώστε να είμαστε καλά και να κατορθώνουμε ακόμα περισσότερα.

**Μικρές νίκες, μεγάλης αξίας**

Η επιτυχία είναι συχνά το επιστέγασμα μικρών, καθημερινών επιτευγμάτων που μας φέρνουν πιο κοντά στους στόχους μας.

Το να αναγνωρίζουμε τις προσωπικές μας νίκες είναι μια διαδικασία που απαιτεί εξάσκηση και μπορεί να έχει σημαντικό αντίκτυπο στην αυτοεκτίμηση και τη συνολική μας ευημερία. Το να «γιορτάζουμε» τα επιτεύγματά μας, ανεξάρτητα από το πόσο μεγάλα ή μικρά είναι, αποτελεί μια αποτελεσματική πρακτική προσωπικής ανάπτυξης και εξέλιξης.

Οι προσωπικές νίκες που «στρώνουν» το δρόμο της επιτυχίας μπορεί να διαφέρουν πολύ ανάλογα με τους στόχους, τις περιστάσεις και τις φιλοδοξίες μας.

Ορισμένες στρατηγικές που οδηγούν σε αυτές είναι:

- Υλοποίηση καθημερινών στόχων
- Η δημιουργία μιας λίστας υποχρεώσεων και η επιτυχής ολοκλήρωσή τους είναι ένας απλός αλλά αποτελεσματικός τρόπος που οδηγεί σε μεγαλύτερα επιτεύγματα με την πάροδο του χρόνου.
- Εάν δεν μπορείτε να κάνετε τα μικρά πράγματα σωστά, πώς θα φτάσετε σε μεγαλύτερα;
- Σταθερή πρωινή ρουτίνα
- Το να ξυπνάτε νωρίς και να ακολουθείτε μια δομημένη πρωινή ρουτίνα που περιλαμβάνει υγιεινές συνήθειες μπορεί να σας χαρίσει μεγαλύτερη συγκέντρωση, παραγωγικότητα και ικανοποίηση κατά τη διάρκεια της κάθε σας μέρας.
- Ευγνωμοσύνη και επίγνωση
- Αφιερώνοντας λίγο χρόνο στο να αναλογιστείτε τις θετικές πτυχές της ζωής σας, να εκφράσετε ευγνωμοσύνη και να εξασκηθείτε στη συνειδητότητα μπορεί να ενισχύσει την ψυχική σας ευεξία και να συμβάλει σε μια πιο ισορροπημένη και εντέλει επιτυχημένη ζωή.
- Απελευθέρωση από φόβους
- Το να αντιμετωπίσετε έναν φόβο ή να κάνετε κάτι που σας βγάζει από τη ζώνη άνεσής σας μπορεί να είναι μια σημαντική προσωπική νίκη που θα οδηγήσει σε προσωπική ανάπτυξη και επιτυχία.
- Υγιεινή διατροφή
- Ακολουθήστε μια υγιεινή διατροφή κάνοντας θρεπτικές επιλογές τροφίμων. Οι πιο υγιεινές διατροφικές επιλογές συμβάλλουν στη συνολική, καλή υγεία και ευεξία σας, μια ουσιαστική πτυχή της προσωπικής επιτυχίας.
- Καλή διαχείριση του χρόνου
- Η επιτυχής διαχείριση του χρόνου σας, η ιεράρχηση των εργασιών και η εστίαση σε δραστηριότητες υψηλής προτεραιότητας σας φέρνουν πάντα ένα βήμα πιο κοντά σε κάθε σας στόχο.
- Καλοσύνη και ενσυναίσθηση
- Οι πράξεις καλοσύνης, είτε μεγάλες είτε μικρές, καθώς και η ενσυναίσθηση, συμβάλλουν στην προσωπική επιτυχία αφού ωφελούν όχι μόνο την δική σας ψυχολογία αλλά και τις σχέσεις με τους ανθρώπους γύρω σας.

Εν κατακλείδι

Οι προσωπικές νίκες που οδηγούν στην επιτυχία είναι υποκειμενικές και μοναδικές για κάθε άτομο. Εκτιμήστε την πρόοδό σας, όσο μικρή κι αν είναι, και σκεφτείτε την επιτυχία ως αποτέλεσμα συνεπούς προσπάθειας και αποφασιστικότητας με την πάροδο του χρόνου.

Έτσι, θα έχετε μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση, κίνητρο και μια θετική νοοτροπία καθώς «χαράσσετε» το δικό σας μονοπάτι επιτυχίας στη ζωή

# Ευρωβαρόμετρο: Ενεργότερη συμμετοχή των νέων στην ευρωπαϊκή δημοκρατία

## Στο επίκεντρο η απασχόληση και το κόστος ζωής

Αυξημένη συμμετοχή των νέων Ευρωπαίων στα κοινά και μεγαλύτερη εξοικείωση με τις ευκαιρίες που προσφέρει η Ευρωπαϊκή Ένωση καταγράφει νέα έρευνα του Ευρωβαρόμετρου για τη νεολαία και τη δημοκρατία. Παράλληλα, τα ευρήματα αναδεικνύουν τις βασικές προτεραιότητες της νέας γενιάς, με την απασχόληση, το κόστος ζωής και την καταπολέμηση των κοινωνικών ανισοτήτων να βρίσκονται ψηλά στην ατζέντα.

Σύμφωνα με την έρευνα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, το 75% των νέων ηλικίας 15 έως 30 ετών συμμετείχε κατά τους τελευταίους 12 μήνες σε δραστηριότητες τουλάχιστον ενός οργανισμού, ποσοστό αυξημένο από το 64% που είχε καταγραφεί το 2024. Οι αθλητικοί σύλλογοι συγκεντρώνουν το μεγαλύτερο μερίδιο συμμετοχής, με 26%, ενώ ακολουθούν οι σύλλογοι και οι οργανώσεις νεολαίας με 20%.

Την ίδια ώρα, περισσότεροι νέοι επιλέγουν να συμμετέχουν ενεργά σε πρωτοβουλίες που αποσκοπούν στην κοινωνική αλλαγή. Το 55% δηλώνει ότι έλαβε μέρος σε τουλάχιστον μία τέτοια δράση μέσα στον τελευταίο χρόνο, έναντι 48% το 2024.

Αυξημένη είναι και η συμμετοχή σε δραστηριότητες πέρα από τα εθνικά σύνορα. Έξι στους δέκα νέους, ποσοστό 60%, αναφέρουν ότι έχουν λάβει μέρος σε δραστηριότητες σε άλλη χώρα της ΕΕ, όπως εκπαιδευτικά προγράμματα, πολιτιστικές και αθλητικές ανταλλαγές ή εθελοντικές δράσεις. Το ποσοστό αυτό είναι αυξημένο κατά 17 ποσοστιαίες μονάδες σε σύγκριση με αντίστοιχη έρευνα του 2024.

**Τι περιμένουν οι νέοι από την Ευρωπαϊκή Ένωση**

Η έρευνα καταδεικνύει ότι οι αποφάσεις και οι πρωτοβουλίες της ΕΕ έχουν απτό αντίκτυπο στη ζωή των νέων, καθώς το 75% των ερωτηθέντων θεωρεί ότι οι ευρωπαϊκές δράσεις επηρεάζουν την καθημερινότητά του.

Όταν κλήθηκαν να προσδιορίσουν τι θα ήθελαν να επιτύχει η ΕΕ για τη γενιά τους, οι συμμετέχοντες έθεσαν στην πρώτη θέση τη διατήρηση της



ειρήνης, με ποσοστό 33%. Ακολουθούν η αντιμετώπιση της φτώχειας και των οικονομικών και κοινωνικών ανισοτήτων με 32%, καθώς και η δημιουργία περισσότερων ευκαιριών απασχόλησης για τους νέους με 31%.

Η απασχόληση και το αυξανόμενο κόστος ζωής αναδεικνύονται, εξάλλου, ως οι σημαντικότερες προτεραιότητες για τις πολιτικές που αφορούν τη νεολαία, συγκεντρώνοντας το 40% των απαντήσεων. Παράλληλα, το 32% ζητά ουσιαστικότερη συμμετοχή των νέων και των οργανώσεών τους στη διαδικασία λήψης αποφάσεων, ενώ αντίστοιχο ποσοστό υπογραμμίζει την ανάγκη για οικονομική στήριξη προγραμμάτων και πρωτοβουλιών για τη νεολαία. Επιπλέον, το 29% θεωρεί σημαντικό να υπάρχει καλύτερη ενημέρωση για τις διαθέσιμες πολιτικές και ευκαιρίες.

**Ψήφος και μέσα κοινωνικής δικτύωσης ως εργαλεία έκφρασης**

Σε ό,τι αφορά τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να ακουστούν οι απόψεις τους, οι νέοι αναγνωρίζουν κυρίως την εκλογική συμμετοχή και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Το 33% θεωρεί την ψήφο στις εκλογές αποτελεσματικό τρόπο έκφρασης, ενώ το 32% αποδίδει αντίστοιχη σημασία στη δραστηριοποίηση μέσω των ψηφιακών πλατφορμών.

Τα ευρήματα δημοσιεύονται στο πλαίσιο της εκστρατείας της Ευρωπαϊκής Επιτροπής «Προστασία των πραγμάτων – Η δημοκρατία μας», η οποία επιδιώκει να ενισχύσει την ενεργό συμμετοχή των πολιτών στη διαμόρφωση της δημοκρατικής ζωής στην Ευρώπη. Παράλληλα, ειδική ομάδα Ευρωπαίων πολιτών, στην οποία το ένα τρίτο των συμμετεχόντων είναι ηλικίας 16 έως 29 ετών, επεξεργάζεται προτάσεις για την ενίσχυση της δημοκρατικής ανθεκτικότητας.

**Επόμενος σταθμός η στρατηγική της ΕΕ για τη νεολαία μετά το 2027**

Τα αποτελέσματα αναμένεται να αξιοποιηθούν στις προετοιμασίες για τη νέα στρατηγική της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τη νεολαία μετά το 2027, συμβάλλοντας στον σχεδιασμό πολιτικών που ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες και στις προσδοκίες της νέας γενιάς. Στο επίκεντρο βρίσκονται η δημοκρατική συμμετοχή, η κινητικότητα, η δικαιοσύνη μεταξύ των γενεών και οι προοπτικές των νέων για το μέλλον.

Σε δήλωσή της, η εκτελεστική αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Ροξάνα Μινζάτου, αρμόδια για τα κοινωνικά δικαιώματα, τις δεξιότητες, τις ποιοτικές θέσεις εργασίας και την ετοιμότητα, τόνισε ότι οι νέοι συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση του μέλλοντος της ευρωπαϊκής δημοκρατίας. Επισήμανε, ωστόσο, ότι η αυξημένη συμμετοχή πρέπει να συνοδεύεται από περισσότερες ευκαιρίες και ισότιμη πρόσβαση στην κοινωνία.

Όπως ανέφερε, βασική προτεραιότητα αποτελεί η άρση των εμποδίων που αντιμετωπίζουν οι νέοι τόσο στην εκπαίδευση όσο και στην αγορά εργασίας, υπογραμμίζοντας ότι η εξασφάλιση καλύτερων προοπτικών για την επόμενη γενιά αποτελεί συλλογική ευθύνη.

Η έρευνα του Έκτακτου Ευρωβαρόμετρου για τη Νεολαία και τη Δημοκρατία πραγματοποιήθηκε από τις 19 Ιουνίου έως την 1η Ιουλίου 2026, με τη συμμετοχή 26.806 νέων ηλικίας 15 έως 30 ετών από τα 27 κράτη μέλη της ΕΕ.

**Ευρωπαϊκή Στατιστική**

# Στο 1,39 ο δείκτης γονιμότητας στην Κύπρο το 2024

Στις 1,39 γεννήσεις ανά γυναίκα διαμορφώθηκε ο συνολικός δείκτης γονιμότητας στην Κύπρο το 2024, υψηλότερα από τον μέσο όρο της ΕΕ που ήταν 1,34, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσίευσε την περασμένη Τρίτη η Ευρωπαϊκή Στατιστική, Eurostat.

Ο δείκτης στην Κύπρο παρέμεινε, ωστόσο, χαμηλότερος από το επίπεδο φυσικής αναπλήρωσης του πληθυσμού, το οποίο τοποθετείται στις 2,10 γεννήσεις ανά γυναίκα.

Σε επίπεδο ΕΕ, ο συνολικός δείκτης γονιμότητας υποχώρησε το 2024 στις 1,34 γεννήσεις ανά γυναίκα, καταγράφοντας το χαμηλότερο επίπεδο από την έναρξη της σχετικής χρονοσειράς το 2001, σύμφωνα με την Eurostat.

Κατά τα τελευταία 20 χρόνια, ο δείκτης γονιμότητας στην ΕΕ παρέμεινε σταθερά κάτω από το επίπεδο φυσικής αναπλήρωσης, κινούμενος μεταξύ 1,34 και 1,57 γεννήσεων ανά γυναίκα.

Μεγάλες διαφορές μεταξύ των περιφερειών

Από τις 1.165 περιφέρειες της ΕΕ επιπέδου NUTS 3 για τις οποίες υπήρχαν διαθέσιμα στοιχεία, οι 439, ή ποσοστό 37,7%, κατέγραψαν το 2024 δείκτη γονιμότητας χαμηλότερο από τον μέσο όρο της ΕΕ.

Αντίθετα, 714 περιφέρειες, που αντιστοιχούν στο 61,3% του συνόλου, είχαν δείκτη υψηλότερο από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο, ενώ σε 12 περιφέρειες ο δείκτης ήταν ίσος με το 1,34.

Σύμφωνα με την Eurostat, δείκτης γονιμότητας τουλάχιστον 1,75 γεννήσεων ανά γυναίκα καταγράφηκε σε 14 περιφέρειες της Βουλγαρίας και ισάριθμες της Γαλλίας, σε έξι περιφέρειες της Γερμανίας και σε τρεις της Σλοβενίας.

Ανάλογα επίπεδα καταγράφηκαν σε δύο περιφέρειες της Ουγγαρίας, δύο της Ολλανδίας και δύο της Ρουμανίας, καθώς και σε μία περιφέρεια στην Ιρλανδία, την Ελλάδα, την Κροατία και τη Σλοβακία.

Στον αντίποδα, ιδιαίτερα χαμηλά επίπεδα γονιμότητας καταγράφηκαν στην Ισπανία, κυρίως στα βορειοδυτικά της χώρας και σε ορισμένες νησιωτικές περιφέρειες, καθώς και σε μεγάλο μέρος της Ιταλίας, ιδιαίτερα στη Σαρδηνία.

Δείκτης χαμηλότερος από μία γέννηση ανά γυναίκα καταγράφηκε σε 16 περιφέρειες της Ισπανίας, επτά της Πολωνίας, πέντε της Ιταλίας, τρεις της Ελλάδας και από δύο περιφέρειες στη Γερμανία και τη Λιθουανία.



## Τερματισμός υποβολής εντύπων-αιτήσεων για τη Γονική άδεια



Το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, σε συνεργασία με το Υφυπουργείο Έρευνας, Καινοτομίας και Ψηφιακής Πολιτικής, στο πλαίσιο του Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας, συνεχίζοντας την ψηφιακή αναβάθμιση των υπηρεσιών που παρέχονται από τις Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων, έχει θέσει στις 17 Αυγούστου 2026 σε λειτουργία την ηλεκτρονική αίτηση για Γονική Άδεια από το Ταμείο Κοινωνικών Ασφαλίσεων, μέσω gov.cy.

Με την παρούσα ανακοίνωση, ενημερώνεται το κοινό ότι, **από τη Δευτέρα 19 Οκτωβρίου 2026 δεν επιτρέπεται η υποβολή έντυπων αιτήσεων για Γονική Άδεια και θα γίνονται δεκτές αιτήσεις μόνο με ηλεκτρονική υποβολή.** Εξαιρούνται μόνο, πρόσωπα που δεν μπορούν να δημιουργήσουν λογαριασμό στο Cylogin και σε αυτούς μόνο θα παρέχεται η ευχέρεια να υποβάλλουν έντυπη αίτηση.

Υπενθυμίζεται ότι το Κέντρο Επικοινωνίας για παροχή πληροφόρησης και εξυπηρέτησης του κοινού για τις Υπηρεσίες Κοινωνικών Ασφαλίσεων είναι το 1450.


**Η ΣΕΚ ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΣΑΣ**

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

**Καλέστε στο 77-77-55-75**


**Λύση SUDOKU**

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

**ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ**

**Ηρεμία είναι να μη σε ταρακουνάει τίποτα που κάποτε σε γκρέμιζε.**

# Ακατάλληλα προϊόντα στην Ευρωπαϊκή αγορά

Η Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή, ως το ενιαίο σημείο επαφής στην Κύπρο για τη λειτουργία του Συστήματος Safety Gate, το σύστημα έγκαιρης προειδοποίησης της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) για μη εδώδιμα προϊόντα, πληροφορεί τους καταναλωτές ότι έχουν κοινοποιηθεί στο Σύστημα 89 προϊόντα που παρουσιάζουν κίνδυνο για την υγεία και την ασφάλειά τους. Τα προϊόντα αυτά εντοπίστηκαν στις αγορές διαφόρων κρατών μελών της ΕΕ και στη συνέχεια κοινοποιήθηκαν στο Σύστημα Safety Gate για ενημέρωση των καταναλωτών.

Τα 89 προϊόντα κατανεμήθηκαν, για σκοπούς ελέγχου της κυπριακής αγοράς, στις πιο κάτω αρμόδιες κυβερνητικές αρχές:

Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή:27 προϊόντα.

Τμήμα Περιβάλλοντος: 24 προϊόντα.

Τμήμα Φαρμακευτικών Υπηρεσιών: 12 προϊόντα.

Τμήμα Οδικών Μεταφορών: 12 προϊόντα.

Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας: 11 προϊόντα.

Τμήμα Ηλεκτρομηχανολογικών Υπηρεσιών: 3 προϊόντα.

Όλες οι πληροφορίες για τα 89 προϊόντα που κοινοποιήθηκαν αυτή την εβδομάδα, καθώς και οι αρμόδιες αρχές που αυτά αφορούν, παρατίθενται στον πιο κάτω πίνακα. Οι καταναλωτές μπορούν επίσης να ανατρέξουν απευθείας στην ιστοσελίδα




του Safety Gate, για να αναζητήσουν όλα τα προϊόντα που έχουν κοινοποιηθεί στο σύστημα και να λάβουν σχετικές πληροφορίες ώστε να αποφύγουν τη χρήση τους. Σημειώνεται ότι η ιστοσελίδα του Safety Gate παρέχεται και στην ελληνική γλώσσα.

**Συστάσεις – Προειδοποιήσεις**

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

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

**Επικοινωνία**

**Υπηρεσία Προστασίας Καταναλωτή**
**22200923, 22200925 ccps@meci.gov.cy**

# Υποβολή αιτήσεων για φοιτητικά επιδόματα σε οικογένειες Ελλαδιτών

Η Υπηρεσία Χορηγιών και Επιδομάτων του Υπουργείου Οικονομικών ανακοινώνει ότι το Υπουργικό Συμβούλιο, στη συνεδρία του της 27ης Οκτωβρίου 2026, αποφάσισε την παραχώρηση φοιτητικών επιδομάτων για το ακαδημαϊκό έτος 2025/2026 και στις ακόλουθες κατηγορίες:

Ελλαδίτες φοιτητές/φοιτήτριες, που κατά το ακαδημαϊκό έτος 2025/2026 φοιτούσαν σε ακαδημαϊκά ιδρύματα της Κύπρου, και των οποίων οι οικογένειες διαμένουν μόνιμα στην Ελλάδα, και

Κύπριοι φοιτητές/φοιτήτριες που κατά το ακαδημαϊκό έτος 2025/2026 φοιτούσαν σε ακαδημαϊκά ιδρύματα της Κύπρου ή του εξωτερικού και των οποίων οι οικογένειες έχουν επαναπατρισθεί.

**Πώς υποβάλλονται οι αιτήσεις**

Οι αιτήσεις θα υποβάλλονται μόνο ηλεκτρονικά, μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας της Υπηρεσίας, η οποία θα ανοίξει για υποβολή αιτήσεων σε ημερομηνία που θα ανακοινωθεί. Για να υποβάλουν αίτηση, οι γονείς ή κηδεμόνες θα πρέπει να διαθέτουν λογαριασμό στην Ηλεκτρονική Υπηρεσία CY Login, δηλαδή τον προσωπικό λογαριασμό, με τον οποίο οι πολίτες έχουν ασφαλή πρόσβαση στις ηλεκτρονικές υπηρεσίες του κράτους.

**Όσοι δεν διαθέτουν ήδη λογαριασμό CY Login θα πρέπει να δημιουργήσουν**

Οι Κύπριοι επαναπατρισθέντες αιτητές πρέπει επιπλέον να ταυτοποιήσουν τον λογαριασμό τους. Η ταυτοποίηση γίνεται μέσω e-banking, με βιντεοκλήση ή με επίσκεψη σε Κέντρο Εξυπηρέτησης του Πολίτη, με την ταυτότητά τους.

Για τους Ελλαδίτες αιτητές δεν απαιτείται ταυτοποίηση του λογαριασμού.

Για προβλήματα εγγραφής ή σύνδεσης στην Ηλεκτρονική Υπηρεσία CY Login, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποτείνονται στην ηλεκτρονική διεύθυνση cyloginsupport@dits.dmrid.gov.cy.

Για προβλήματα κατά τη συμπλήρωση της ηλεκτρονικής αίτησης, μπορούν να αποτείνονται στην ηλεκτρονική διεύθυνση grants@mof.gov.cy.

Η αίτηση μπορεί να αποθηκευτεί προσωρινά και να ολοκληρωθεί αργότερα. Σημειώνεται ότι η αίτηση πρέπει να υποβληθεί οριστικά πριν από τη λήξη της προθεσμίας. Αιτήσεις που παραμένουν προσωρινά αποθηκευμένες μετά την προθεσμία δεν εξετάζονται.

Περισσότερες πληροφορίες για τη διαδικασία υποβολής της αίτησης, τους δικαιούχους, τα κριτήρια παραχώρησης των επιδομάτων και τα δικαιολογητικά που πρέπει να συνοδεύουν την αίτηση βρίσκονται στην ιστοσελίδα της Υπηρεσίας Χορηγιών και Επιδομάτων του Υπουργείου Οικονομικών.

Η ημερομηνία έναρξης υποβολής των αιτήσεων θα ανακοινωθεί τις επόμενες ημέρες. Οι οικογένειες που εμπίπτουν στις πιο πάνω κατηγορίες καλούνται να φροντίσουν έγκαιρα να δημιουργήσουν λογαριασμό CY Login και, όπου απαιτείται, να τον ταυτοποιήσουν, ώστε να υποβάλουν την αίτησή τους μόλις ανοίξει η πλατφόρμα. Σχετικό ενημερωτικό έντυπο είναι αναρτημένο στην πιο πάνω ιστοσελίδα.

**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. (CYTA) βλάβες: | 80000197 |
| Γραμμή Καταναλωτή | 1429 |

# Καθημερινές συνήθειες που θωρακίζουν την ευεξία



Επειδή η υγεία είναι το πολυτιμότερο αγαθό, είναι σημαντικό να ενσωματώνουμε στην καθημερινότητά μας απλές και γρήγορες συνήθειες που την προασπίζουν

**Υπενθύμιση για νερό**

Ειδικά τους χειμερινούς μήνες, που η θερμοκρασία μειώνεται, έχουμε την τάση να ξεχνάμε να πίνουμε νερό. Για να ενισχύσετε τα επίπεδα ενυδάτωσης του οργανισμού, δοκιμάστε, εκτός από το να έχετε πάντα κοντά σας ένα ποτήρι ή μπουκάλι με νερό, να βάλετε υπενθυμίσεις στο κινητό σας για να πίνετε ανά τακτά χρονικά διαστήματα όσο χρειάζεστε. Σταδιακά θα σας γίνει συνήθεια και θα αποτρέψετε την αφυδάτωση και τα ενοχλητικά της συμπτώματα, όπως η αδυναμία συγκέντρωσης.

**Δύναμη εκ των έσω**

Αντί να ανησυχείτε για όλα όσα πρέπει να προλάβετε επικεντρωθείτε να φέρνετε σε πέρας ένα στόχο. Ακολούθως συνεχίστε στον επόμενο.

Καλύτερη στάση; Καλύτερη υγεία

Ανά τακτά χρονικά διαστήματα δοκιμάστε να ελέγχετε και να διορθώνετε τη στάση του σώματός σας, καθώς η λανθασμένη στάση μπορεί να καταπονήσει τον αυχένα, την πλάτη, τη μέση αλλά και τους γοφούς, αποσπώντας σας από οτιδήποτε κάνετε.

Βεβαιωθείτε ότι, όταν κάθεστε, το κεφάλι και ο λαιμός σας είναι πάνω από τους ώμους σας, οι οποίοι πρέπει να ευθυγραμμίζονται με τους γοφούς σας. Μην ξεχνάτε να σηκώνεστε τακτικά για να τεντώνεστε, αλλά και να ξεκουράζετε τα μάτια σας από την οθόνη.

**Μικρότερο πιάτο**

Εάν αναζητάτε έναν εύκολο και γρήγορο τρόπο για να ελέγξετε αλλά και να μειώσετε την ποσότητα του φαγητού που καταναλώνετε, τότε μπορείτε να επιλέξετε ένα μικρότερο πιάτο. Έτσι θα νιώθετε ικανοποιημένοι, αλλά θα τρώτε και μικρότερη μερίδα, αφού δεν θα παρασύρεστε από το μέγεθος του πιάτου.

Εάν εξακολουθείτε να πεινάτε, μπορείτε πάντα να συνοδεύσετε το γεύμα σας με μια ελαφριά σαλάτα γεμάτη πολύτιμα θρεπτικά συστατικά.

**Προτιμήστε τις σκάλες**

Αποτελούν σχεδόν πάντα διαθέσιμη επιλογή και σας βοηθούν να ενισχύσετε τη φυσική σας δραστηριότητα. Έτσι, την επόμενη φορά, προσπεράστε το ασανσέρ και επιλέξτε να ανεβείτε ή να κατεβείτε από τα σκαλιά για μερικά επιπλέον λεπτά κάθε φορά. Για έξτρα οφέλη, μη διστάσετε να ανεβάσετε την ένταση, ακολουθώντας πιο γρήγορο ρυθμό.

## SUDOKU

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

## ΩΡΟΣΚΟΠΙΟ

**Κριός:** Μπορείς να οργανώσεις, να ταξινομήσεις κάτι που απαιτεί προσοχή στη λεπτομέρεια. Νέα οράματα για το μέλλον σε παρακινούν και σε εμπνέουν. Ο έρωτας είναι ένα κίνητρο για να φροντίσεις περισσότερο τον εαυτό σου.

**Ταύρος:** Έχεις περισσότερο θάρρος να εκφράσεις τα συναισθήματα σου και έχεις μηδενικό ενδιαφέρον για να ασχοληθείς με προβλήματα και ελαττώματα. Για καλύτερα αποτελέσματα συνδύασε τη λογική και την ευαισθησία σήμερα. Ο έρωτας γίνεται πιο συναρπαστικός και η αυτοπεποίθηση σου ανεβαίνει.

**Δίδυμοι:** Είναι μια καλή στιγμή για να ολοκληρώσεις εκκρεμότητες κυρίως επαγγελματικές. Σε ό,τι κι αν επιλέξεις να ρίξεις την ενέργεια σου θα σημειώσεις σημαντική πρόοδο. Οι άλλοι υποστηρίζουν τις προσπάθειες σου ή σου αφήνουν χώρο για να αναπνεύσεις και να κάνεις αυτό που θέλεις.

**Καρκίνος:** Η κοινή χρήση ιδεών και σχεδίων με κάποιον ειδικό μπορεί να σε τονώσει. Οι επικοινωνίες σε ενθαρρύνουν να θέσεις τις ιδέες σου σε εφαρμογή και να εμπνεύσεις εμπιστοσύνη. Μπορεί να υπάρξει κάποια ανησυχία σήμερα, αλλά είναι το είδος που μπορεί να σε οδηγήσει σε μεγάλες ανακαλύψεις.

**Λέων:** Η εμπιστοσύνη στις ιδέες και τα σχέδια σου σήμερα είναι ισχυρή. Στην πραγματικότητα μπορείς να νιώσεις ενθουσιασμό καθώς και να έχεις καλή ενέργεια για να λύσεις προβλήματα.

**Παρθένος:** Είναι μια εξαιρετική στιγμή για να ασχοληθείς με την εργασία και την υγεία σου, όπως μέσω της διατροφής και της άσκησης. Προβλήματα -ιδιαίτερα εργασιακά- φαίνονται ευκολότερο να επιλυθούν.

**Ζυγός:** Είσαι πιο πρόθυμη να αρπάξεις μια ευκαιρία για τον εαυτό σου σήμερα και το να ζωντανέψεις ιδέες μπορεί να είναι στο επίκεντρο. Μπορεί να αισθάνεσαι ιδιαίτερα προστατευμένη από τα αγαπημένα σου πρόσωπα.

**Σκορπιός:** Οι ειλικρινείς και ανοιχτές συζητήσεις μπορεί να ξεκαθαρίσουν το τοπίο ή τα συναισθήματα σου. Αισθάνεσαι ευχάριστα απασχολημένη και ότι έχεις τον πλήρη έλεγχο των καταστάσεων.

**Τοξότης:** Μπορεί να συναναστραφείς με κάποιον για μια ικανοποιητική δραστηριότητα ή για την επίλυση προβλημάτων. Ωστόσο υπάρχει μια τάση να παίρνεις βιαστικές αποφάσεις τώρα, οπότε πρόσεξε λίγο.

**Αιγόκερως:** Έχεις την τάση να



παίρνεις γρήγορες αποφάσεις σήμερα, αλλά επειδή ο Ερμής μόλις ξεπερνά μια σύγκρουση με τον Ουρανό είναι καλύτερο να το αποφύγεις ή να εστιάσεις περισσότερο. Η μετακίνηση της Σελήνης στον ηλιακό 4ο οίκο σου σήμερα είναι ακόμα ένας δείκτης μιας ισχυρής εστίασης στην τόνωση του εσωτερικού σου κόσμου, της ζωής στο σπίτι και την αίσθηση της ασφάλειας.

**Υδροχόος:** Η ψυχική ενέργεια χτίζεται, αλλά είναι πιο εύκολο να αξιοποιήσεις αυτά που ήδη έχεις. Σε ελκύουν καταστάσεις που υπόσχονται κίνηση και νέες ιδέες. Υπάρχει επιπλέον θάρρος να εκφράσεις τα συναισθήματα σου ή τις απόψεις σου.

**Ιχθείς:** Η εμπιστοσύνη σου στις ιδέες σου ενισχύεται σήμερα. Ο ψυχικός κόσμος σου φαίνεται να έχει τώρα τις αντοχές και τη διάθεση να αξιοποιήσεις την ενέργεια σου εποικοδομητικά.

ΟΙ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΜΑΣ

# Μπισκότα βρώμης με μαύρη σοκολάτα και αμύγδαλο



**Υλικά**

150γρ. ελαιόλαδο

90γρ. καστανή ζάχαρη

50γρ. χυμό πορτοκαλιού

200γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις, κοσκινισμένο

100γρ. νιφάδες βρώμης

70γρ. αμύγδαλα ψιλοκομμένα

1/4 κ.γ. κανέλα

1 πρέζα αλάτι

100 γρ. κουβερτούρα, για την επικάλυψη

**Εκτέλεση**

Σε ένα μπολ βάλτε το λάδι, το χυμό την ζάχαρη και ανακατέψτε καλά.

Προσθέστε τα στερεά υλικά και τέλος τα αμύγδαλα.

Ανακατέψτε μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.

Αφήστε τη ζύμη να ξεκουραστεί για μισή ώρα.

Σχηματίστε μπαλίτσες στο μέγεθος ενός καρυδιού και τις τοποθετήστε τις σε ταψί με λαδόκολλα.

Πιέστε ελάχιστα από πάνω.

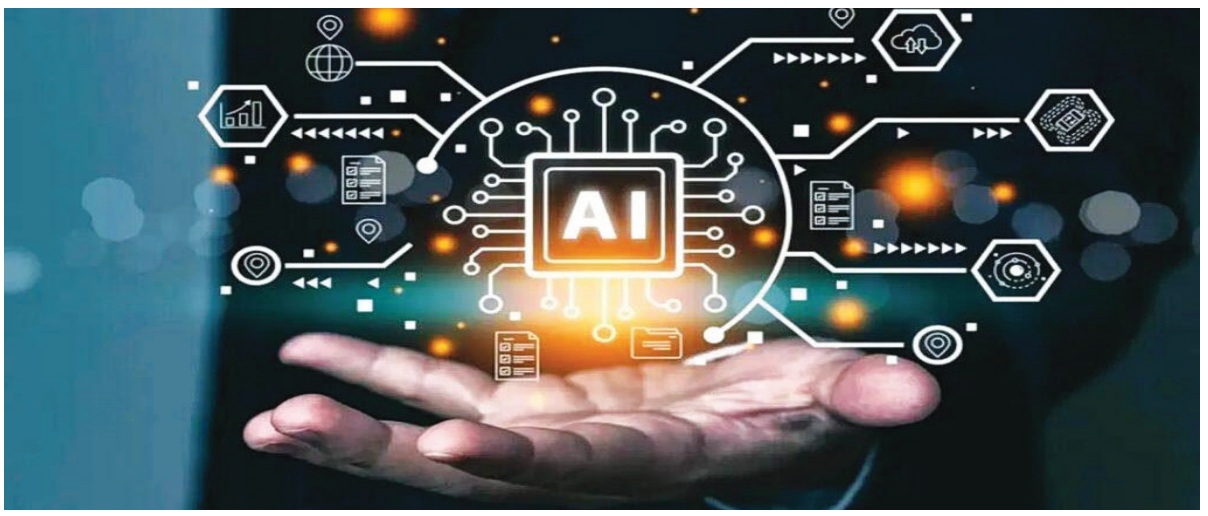
Ψήστε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 20΄ περίπου έως ότου ροδίσουν.

Λιώστε την κουβερτούρα σε μπεν μαρί.

Μόλις κρυώσουν τα μπισκότα μπορείτε να τα βουτήξετε από τη μισή πλευρά ή να περιχύσετε από πάνω την σοκολάτα.

# Η Τεχνητή Νοημοσύνη μπροστά σε μια σημαντική δοκιμασία

**Του Ευάγγελου Ευαγγέλου**
**Διευθυντή της Συνδικαλιστικής Σχολής ΣΕΚ**




Η Τεχνητή Νοημοσύνη βρίσκεται τα τελευταία χρόνια στο επίκεντρο των εξελίξεων. Σχεδόν καθημερινά ακούμε για νέες εφαρμογές, για τις δυνατότητες που προσφέρει, αλλά και για τις αλλαγές που αναμένεται να φέρει στην οικονομία και στην αγορά εργασίας. Παράλληλα, μεγάλες εταιρείες τεχνολογίας επενδύουν τεράστια ποσά στην ανάπτυξή της, με την προσδοκία ότι τα επόμενα χρόνια θα αποτελέσει έναν από τους σημαντικότερους τομείς της παγκόσμιας οικονομίας.

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, μια σημαντική εξέλιξη αναμένεται τον Νοέμβριο. Η αμερικανική εταιρεία Anthropic, η οποία έχει αναπτύξει το σύστημα Τεχνητής Νοημοσύνης Claude, ετοιμάζεται να εισέλθει στο χρηματιστήριο των Ηνωμένων Πολιτειών.

Αυτό σημαίνει ότι η εταιρεία θα διαθέσει για πρώτη φορά μετοχές της στο ευρύ επενδυτικό κοινό, επιδιώκοντας να αντλήσει σημαντικά κεφάλαια για τη συνέχιση της ανάπτυξής της.

Η εξέλιξη αυτή αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς θα αποτελέσει ένα από τα πρώτα μεγάλα τεστ για το πώς αξιολογούν οι επενδυτές τις πραγματικές οικονομικές προοπτικές της Τεχνητής Νοημοσύνης.

Σύμφωνα με δημοσιεύματα διεθνών οικονομικών μέσων ενημέρωσης, η αξία της Anthropic θα μπορούσε να φτάσει ακόμη και τα 2 τρισεκατομμύριο δολάρια. Πρόκειται για ένα τεράστιο ποσό, που δείχνει πόσο μεγάλες είναι οι προσδοκίες γύρω από τη συγκεκριμένη τεχνολογία.

Ωστόσο, παρά τη μεγάλη αύξηση των εσόδων της εταιρείας, το κόστος ανάπτυξης και λειτουργίας των συστημάτων Τεχνητής Νοημοσύνης παραμένει ιδιαίτερα υψηλό. Η δημιουργία νέων και πιο προηγμένων συστημάτων απαιτεί τεράστιες υπολογιστικές υποδομές, ενέργεια και συνεχείς επενδύσεις.

Εδώ ακριβώς βρίσκεται και το μεγάλο ερώτημα. Θα μπορέσουν οι εταιρείες Τεχνητής Νοημοσύνης να έχουν στο μέλλον τα οικονομικά αποτελέσματα που δικαιολογούν τις σημερινές τόσο μεγάλες επενδύσεις;

Ή μήπως οι προσδοκίες έχουν προχωρήσει πιο γρήγορα από τα πραγματικά οικονομικά οφέλη;

Το ενδιαφέρον είναι ότι ακόμη και μεταξύ των επενδυτών υπάρχουν διαφορετικές απόψεις. Κάποιοι θεωρούν ότι η Τεχνητή Νοημοσύνη βρίσκεται ακόμη στα πρώτα στάδια ανάπτυξής της και ότι οι δυνατότητές της είναι πολύ μεγαλύτερες από αυτές που βλέπουμε σήμερα. Άλλοι εκφράζουν προβληματισμό για το κατά πόσο οι τεράστιες επενδύσεις θα μπορέσουν να αποδώσουν τα αναμενόμενα κέρδη.

Βέβαια, μια ενδεχόμενη απογοητευτική πορεία της μετοχής της Anthropic δεν θα σημαίνει ότι η Τεχνητή Νοημοσύνη έχει αποτύχει. Η τεχνολογία αυτή έχει ήδη αρχίσει να χρησιμοποιείται σε πολλούς τομείς και είναι πολύ πιθανό να συνεχίσει να αναπτύσσεται, ανεξάρτητα από τις διακυμάνσεις των χρηματιστηρίων.

Για τον κόσμο της εργασίας, όμως, υπάρχει και μια άλλη σημαντική διάσταση.

Η συζήτηση δεν μπορεί να περιορίζεται μόνο στα κέρδη των επιχειρήσεων ή στην αξία των μετοχών τους. Θα πρέπει να μας απασχολεί και το πώς η Τεχνητή Νοημοσύνη θα επηρεάσει την καθημερινότητα των εργαζομένων, τις θέσεις εργασίας, τις δεξιότητες που θα απαιτούνται και τις συνθήκες απασχόλησης.

Εάν η Τεχνητή Νοημοσύνη οδηγήσει σε μεγαλύτερη παραγωγικότητα, θα πρέπει να εξετάσουμε και πώς τα οφέλη αυτής της αύξησης θα φτάσουν στους εργαζομένους. Παράλληλα, είναι σημαντικό να υπάρχει κατάλληλη εκπαίδευση, ώστε οι εργαζόμενοι να μπορούν να προσαρμοστούν στις αλλαγές που ήδη συντελούνται.

Σε αυτή την προσπάθεια, οι συνδικαλιστικές οργανώσεις έχουν σημαντικό ρόλο, τόσο στην ενημέρωση όσο και στη διασφάλιση ότι η εισαγωγή νέων τεχνολογιών στους χώρους εργασίας θα γίνεται με τρόπο που να λαμβάνει υπόψη και τις ανάγκες των εργαζομένων.

Η επικείμενη είσοδος της Anthropic στο χρηματιστήριο θα μας δώσει, επομένως, μια πρώτη σημαντική εικόνα για το πώς αντιμετωπίζουν οι αγορές το μέλλον της Τεχνητής Νοημοσύνης.

Το κατά πόσο, όμως, η τεχνολογία αυτή θα αποτελέσει πραγματική πρόοδο για την κοινωνία θα κριθεί και από κάτι άλλο: από το αν τα οφέλη της θα φτάσουν, πέρα από τις επιχειρήσεις και τους επενδυτές, και στους ίδιους τους εργαζομένους.

# Προγράμματα Κατάρτισης για απόκτηση Ψηφιακών Δεξιοτήτων



Αναγνωρίζοντας τη στρατηγική σημασία των ψηφιακών δεξιοτήτων για το ανθρώπινο δυναμικό και τη σημαντική συμβολή του Έργου στην ενίσχυση και προώθηση της ψηφιακής μετάβασης, η ΑνΑΔ συνεχίζει την υλοποίηση των υφιστάμενων συμβάσεων του Έργου, από την 1η Σεπτεμβρίου μέχρι και τις 31 Δεκεμβρίου 2026, με χρηματοδότηση από το Υφυπουργείο Έρευνας, Καινοτομίας και Ψηφιακής Πολιτικής, στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τις Ψηφιακές Δεξιότητες.

Η παροχή προγραμμάτων κατάρτισης προορίζεται σε απασχολούμενους στον ιδιωτικό και τον δημόσιο και ευρύτερο δημόσιο τομέα, αυτοαπασχολούμενους και ανέργους.

Το Έργο στοχεύει στην απόκτηση νέων και την αναβάθμιση των υφιστάμενων ψηφιακών δεξιοτήτων του ανθρώπινου δυναμικού της Κύπρου, μέσω της συμμετοχής τους σε προγράμματα κατάρτισης που θα εφαρμοστούν από Κέντρα Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΚΕΚ).

Τα ΚΕΚ τα οποία λαμβάνουν μέρος σε «μίνι διαγωνισμούς» για εφαρμογή προγραμμάτων κατάρτισης, επιλέγονται μέσω διαγωνισμού για σύναψη συμφωνίας πλαισίου. Η συμφωνία πλαίσιο καθορίζει τους όρους σύμφωνα με τους οποίους θα παρέχονται οι υπηρεσίες για την υλοποίηση των προγραμμάτων κατάρτισης.

Οι αιτήσεις των ενδιαφερομένων για συμμετοχή στα προγράμματα κατάρτισης υποβάλλονται μέσω της ψηφιακής πύλης της ΑνΑΔ «Ερμής» ή μέσω της ιστοσελίδας της ΑνΑΔ για δήλωση ενδιαφέροντος για συμμετοχή στα προγράμματα κατάρτισης στο πλαίσιο του Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας .

Οι ενδιαφερόμενοι για συμμετοχή στα προγράμματα κατάρτισης θα πρέπει πρώτα να εγγραφούν ως φυσικά πρόσωπα στο σύστημα Ερμής.

Καλύπτονται όλα τα έξοδα των προγραμμάτων και οι καταρτιζόμενοι λαμβάνουν μέρος στα προγράμματα δωρεάν. Επίσης, καταβάλλονται επιδόματα σε ανέργους καταρτιζομένους για τη συμμετοχή τους σε καθορισμένα προγράμματα κατάρτισης στα οποία συμμετέχουν αποκλειστικά άνεργοι.

Για ενημέρωση των ΚΕΚ και των καταρτιζομένων, η ΑνΑΔ εκδίδει Οδηγό Πολιτικής και Διαδικασιών όπου περιγράφεται αναλυτικά η πολιτική, οι διαδικασίες, καθώς και τα κριτήρια/προϋποθέσεις έγκρισης σε κάθε στάδιο υλοποίησης του Έργου.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το Έργο και τα διαθέσιμα προγράμματα κατάρτισης, στον σύνδεσμο: Προγράμματα Κατάρτισης για Απόκτηση Ψηφιακών Δεξιοτήτων.

# Ανατροπές, συγκινήσεις και βαθμολογικές ανακατατάξεις στην 8η αγωνιστική

Μέσα σε πέντε λεπτά άλλαξαν τα πάντα στην «Αρένα», με την Ομόνοια Αραδίππου να γνωρίζει την ήττα με 2-1 από τον ΑΠΟΕΛ. Ο Ελλαδίτης Μπακασέτας οδήγησε τους «γαλαζοκίτρινους» στην ολική ανατροπή, πετυχαίνοντας και τα δύο τέρματα της ομάδας του, με το νικητήριο να έρχεται στο 89ο λεπτό. Αυτή ήταν η πρώτη εκτός έδρας νίκη του ΑΠΟΕΛ μακριά από το ΓΣΠ στη φετινή σεζόν. Η αναμέτρηση είχε πλούσιο θέαμα και πολλές συγκινήσεις, καθώς πέρα από τα τρία γκολ, σημειώθηκαν δύο αποβολές, μία για κάθε ομάδα, ακυρώθηκε τέρμα του Λομονάκο, υπήρξαν τρία δοκάρια και αρκετές σπουδαίες αποκρούσεις, ενώ το πέναλτι στα τελευταία λεπτά έκρινε την έκβαση του αγώνα.Με τη νίκη αυτή, ο ΑΠΟΕΛ ανέβηκε στην έκτη θέση με 14 βαθμούς, μόλις τρεις πίσω από την κορυφή. Από την άλλη, η Ομόνοια Αραδίππου παρέμεινε στους έξι βαθμούς και στη δέκατη θέση. Οι γηπεδούχοι είχαν ανοίξει το σκορ με τον Πέτροβιτς, έπειτα από εξαιρετική συνεργασία τριών ποδοσφαιριστών που πέρασαν ως αλλαγή από τον Οκκά. Ο Σμιντ τροφοδότησε τον Κουμουρή, ο οποίος με συρτή σέντρα στην περιοχή έδωσε την ευκαιρία στον Σέρβο να σκοράρει με κοντινό σουτ.

• Η πρώτη ημέρα του Νοεμβρίου συνοδεύτηκε από την πρώτη εντός έδρας νίκη του Άρη στο φετινό πρωτάθλημα. Η «ελαφρά ταξιαρχία» επικράτησε με 2-1 της Ανόρθωσης, στο πλαίσιο της 8ης αγωνιστικής της Cyprus League by Stoiximan, πετυχαίνοντας παράλληλα τις πρώτες διαδοχικές νίκες της στη σεζόν. Με αυτό το τρίποντο, ο Άρης έφτασε τους 15 βαθμούς, όσους έχουν επίσης η Ομόνοια και η ΑΕΛ, και μείωσε στους δύο βαθμούς την απόσταση από την πρωτοπόρο ΑΕΚ. Αντίθετα, η Ανόρθωση γνώρισε την πρώτη της ήττα υπό την καθοδήγηση του Μπαράκ Ιτζάκι, αλλά και την πέμπτη σε ισάριθμες εκτός έδρας αναμετρήσεις στο φετινό πρωτάθλημα.

• Η Ομόνοια 29ης Μαΐου πανηγύρισε σημαντική εντός έδρας νίκη, επικρατώντας με 1-0 της Νέας Σαλαμίνας. Με τους τρεις βαθμούς, η ομάδα ανέβηκε στους 11 βαθμούς, ενισχύοντας τη βαθμολογική της θέση.

• Η νίκη της Ομόνοιας με 2-0 επί της ΑΕΛ την έφερε ακόμη πιο κοντά στην κορυφή της βαθμολογίας. Οι «πράσινοι» εκμεταλλεύτηκαν τις βαθμολογικές απώλειες των ανταγωνιστών τους και μείωσαν την απόσταση από την πρωτοπόρο ΑΕΚ, διατηρώντας την πίεση στην κορυφή.

• Ισόπαλη με σκορ 2-2 ολοκληρώθηκε η αναμέτρηση ανάμεσα στην Krasava ΕΝΥ Ύψωνα και την ΑΕΚ, στο πλαίσιο της 8ης αγωνιστικής του πρωταθλήματος.Η ομάδα του Ρόμο βρήκε δύο φορές τον δρόμο προς τα δίχτυα στο πρώτο ημίχρονο, αμφότερες από την άσπρη βούλα, με τους Μπαχάσα και Τσεμπάκ. Ο Παλεάρι απέκρουσε την πρώτη εκτέλεση πέναλτι, ωστόσο ο Μπαχάσα πήρε ξανά την μπάλα και κατάφερε να τη στείλει στα δίχτυα.Η ΑΕΚ δεν παρουσίασε το επιθυμητό πρόσωπο στο πρώτο ημίχρονο, ωστόσο στην επανάληψη ανέβασε την απόδοσή της, ιδιαίτερα μετά τις αλλαγές του προπονητή της. Η ομάδα της Λάρνακας έγινε πιο επιθετική και κατάφερε να φτάσει στην ισοφάριση με τα τέρματα των Κόλερ και Τρίκα. Έτσι, η ΑΕΚ απέφυγε την ήττα, παρουσιάζοντας σαφώς βελτιωμένη εικόνα τόσο αμυντικά όσο και επιθετικά στο δεύτερο μέρος.



• Μέχρι το 87ο λεπτό, ο Απόλλωνας κρατούσε στα χέρια του ένα πολύτιμο τρίποντο απέναντι στην Πάφος FC. Ωστόσο, οι φιλοξενούμενοι είχαν την τελευταία λέξη, καθώς ο Άντερσον ευστόχησε από το σημείο του πέναλτι και διαμόρφωσε το τελικό 2-2, χαρίζοντας στην ομάδα του τον βαθμό της ισοπαλίας στο Στάδιο «Αλφαμέγα».Οι δύο ομάδες προσέφεραν ένα γεμάτο ντέρμπι για την 8η αγωνιστική, με εναλλαγές στο σκορ και αρκετές σημαντικές ευκαιρίες. Παρά την προσπάθεια αμφότερων να φτάσουν στη νίκη, στο τέλος συμβιβάστηκαν με τον βαθμό της ισοπαλίας.

**8η Αγωνιστική**
**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, 30/10**
Καρμιώτισσα – Ολυμπιακός 1-0 (Ρέινολτς 10΄)
**ΣΑΒΒΑΤΟ, 31/10**
Κρασάβα ΕΝΥ – ΑΕΚ 2-2 (Μπαχάσα 24', Τσεμπακ 45+3' πεν. / Κόλερ 67', Τρίκα (81')
Απόλλων – Πάφος FC 2-2 (Όζμπολτ 36', Τόμας 67΄ / Λελέ 29', Άντερσον 88' πεν.)
Ομόνοια – ΑΕΛ 2-0 (Τζούνις 15' πεν., Μοντνόρ 33΄)
**ΚΥΡΙΑΚΗ, 1/11**
Άρης – Ανόρθωση 2-1 (Εφαγκέ 60', Μάτισικ 90+5΄ / Καλούλου 30' αυτ.)
Ομόνοια 29Μ – Νέα Σαλαμίνα 1-0 (75' Καστέλο)
Ομόνοια Αρ. – ΑΠΟΕΛ 1-2 (Πέτροβιτς 72΄ / Μπακασέτας 76΄, 89΄πεν.)
**9η αγωνιστική**
**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 06/11**
ΑΕΚ – Καρμιώτισσα (19:00)
Νέα Σαλαμίνα – Ομόνοια Αραδίππου (19:00)
**ΣΑΒΒΑΤΟ 07/11**
ΑΕΛ – Κρασάβα ΕΝΥ (16:00)
Ολυμπιακός – Απόλλων (19:00)
**ΚΥΡΙΑΚΗ 08/11**
Ανόρθωση – Ομόνοια (16:00)
ΑΠΟΕΛ – Άρης (19:00)
Πάφος FC – Ομόνοια 29Μ (19:00)



**Γ΄ Κατηγορία:**

## Εκτός έδρας νίκες για Ξυλοφάγου και Αλκή

Με τις αναμετρήσεις της 6ης αγωνιστικής συνεχίστηκε το πρόγραμμα του Πρωταθλήματος Γ' Κατηγορίας.

Εκτός έδρας νίκες για Ξυλοφάγου και Αλκή που οδηγούν την κούρσα με 15 βαθμούς.

**Συνοπτικά τα αποτελέσματα:**

ΑΕΚ Κελλιών – Ανόρθωση Μουτταγιάκας 2-3
Οθέλλος Αθηαίνου – ΑΕΝ 2-0
Ασπίς Πύλας – Εθνικός Λατσιών 1-1
Κέδρος – Αλκή Λάρνακας 1-2
FC Λειβάδια – Ξυλοφάγου FC 0-2
ΠΟ Ορμήδειας – Ομόνοια Ψευδά 0-0
Εθνικός Άσσιας – ΠΟ Αχυρώνας Ονήσιλος 6-2

# Νίκες για Εθνικό και ΠΑΕΕΚ Αγχωτικό «διπλό» για το Παραλίμνι

Με πέντε παιχνίδια συνεχίστηκε η 6η αγωνιστική του πρωταθλήματος Β' Κατηγορίας και μεταξύ άλλων ξεχωρίζει η εντός έδρας του Εθνικούς επί του Χαλκάνορα με 2-0, όπως και η επικράτηση της ΠΑΕΕΚ κόντρα στην ΑΠΕΑ με 3-1. Αγχωτικό «διπλό» πήρε το Παραλίμνι που κέρδισε τον Ακρίτα με 1-0 χάρη σε εύστοχη εκτέλεση πέναλτι του Χαραλάμπους στο 79'. Το παιχνίδι έληξε μετά από 15 λεπτά καθυστερήσεων.

Στις (30/10) η Αναγέννηση Δερύνειας κέρδισε εκτός έδρας τον Ερμή με 2-1, ενώ η Δόξα επικράτησε στην Περιστερώνα του Ηρακλή Γερολάκκου με 4-1. Άγονος ο συμβιβασμός του Διγενή με τον ΑΣΙΛ.

Το πρόγραμμα της αγωνιστικής
Παρασκευή, 30 Οκτωβρίου
Ερμής – Αναγέννηση Δερύνειας 1-2



Δόξα – Ηρακλής Γερολάκκου 4-1
Σάββατο, 31 Οκτωβρίου (14:30)
Σπάρτακος Κιτίου – Αγία Νάπα 0-0
Εθνικός Άχνας – Χαλκάνορας 2-0
ΠΑΕΕΚ – ΑΠΕΑ Ακρωτηρίου 3-1
ΑΕΠ Πολεμιδιών – ΜΕΑΠ 2-0
Ακρίτας Χλώρακας – ΕΝ Παραλιμνίου 0-1
Κυριακή, 1 Νοεμβρίου
Διγενής Μόρφου – ΑΣΙΛ Λύσης 0-0

## Αποτελέσματα 6ης Αγωνιστικής Πρωταθλήματος ΕΠΟΠΛ - Cyview

Παρασκευή 30 Οκτωβρίου 2026:
ΕΘΝΙΚΟΣ Δευτεράς – ΕΝΩΣΗ ΝΕΩΝ Αγίας Βαρβάρας 2 - 1
Σάββατο 31 Οκτωβρίου 2026:
ΛΕΝΑΣ Χανδριών–ΔΕΝΕΙΑ – ΑΡΗΣ Πέρα Ορεινής 0 - 4
Κυριακή 1η Νοεμβρίου 2026:
Ο ΚΟΡΜΑΚΙΤΗΣ – ΔΟΞΑ Παλαιομετόχου 2 - 1
ΑΤΕ/ΠΕΚ Εργατών – ΘΟΙ Καπέδων 2 - 1
ΕΥΑΓΟΡΑΣ ΠΑΛΛΗΚΑΡΙΔΗΣ Αγίων Τριμιθιάς – ΣΤΑΥΡΑΕΤΟΣ Κλήρου 2 - 0
ΠΑΡΘΕΝΩΝΑΣ Προσφύγων Λατσιών – ΑΠΟΠ Παλαιχωρίου 2 – 1



## Σε επ' αόριστον απεργία οι εργαζόμενοι στα υποστηρικτικά προγράμματα του ΥΠΑΝ

Σε επ' αόριστον απεργία κατήλθαν από την περασμένη Δευτέρα, 2 Νοεμβρίου 2026 οι εργαζόμενοι στα Υποστηρικτικά Προγράμματα του υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας.

Όπως αποφασίστηκε σε έκτακτη Γενική Συνέλευση, στο πλαίσιο της απεργίας, οι εργαζόμενοι θα πραγματοποιήσουν μεγάλη κινητοποίηση και πορεία αύριο Πέμπτη με αφετηρία το υπουργείο Οικονομικών και τελικό προορισμό το Προεδρικό Μέγαρο.

Σύμφωνα με κοινή ανακοίνωση των συντεχνιών ΟΕΚΔΥ–ΣΕΚ και ΠΑΣΕΥ–ΠΕΟ οι εργαζόμενοι οδηγήθηκαν σε αυτή την απόφαση, αφού το ΥΠΑΝ εξακολουθεί να μην εφαρμόζει τη νομοθεσία που κατέθεσε η ίδια η Κυβέρνηση και ψηφίστηκε από τη Βουλή στις 21 Απριλίου 2026.

Σημειώνουν ότι ενώ ο νόμος που ρυθμίζει την απασχόληση στα προγράμματα προβλέπει συγκεκριμένους τρόπους στελέχωσης, το Υπουργείο Παιδείας Αθλητισμού και Νεολαίας δεν τους εφαρμόζει σε όλα τα προγράμματα και έχει αφήσει στην ανεργία αρκετούς εργαζόμενους. Παράλληλα, στις θέσεις εργασίας που θα προσλαμβάνονταν εργαζόμενοι Ορισμένου Χρόνου,το υπουργείο απασχολεί διορισμένους με υπερωριακή απασχόληση.

Παρά τις προσπάθειες των Συντεχνιών, η πλευρά της Κυβέρνησης αναβάλλει συνεχώς τη λήψη πολιτικής απόφασης για να διευθετηθεί το θέμα πληρωμής όσων δεν τερματίζεται η απασχόληση τους. Η αναβολή λήψης πολιτικής απόφασης της Κυβέρνησης έχει αφήσει εργαζομένους χωρίς εισόδημα, χωρίς πρόσβαση στο ανεργιακό επίδομα και χωρίς πληρωμή για πέντε μήνες.


## 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**





### Ηρωισμός και Ελευθερία

# Η ΣΕΚ τίμησε την Εθνική επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940

Με αισθήματα Εθνικής υπερηφάνειας, η ΣΕΚ τίμησε, όπως κάθε χρόνο, την Εθνική Επέτειο της 28ης Οκτωβρίου 1940, με την ενεργό συμμετοχή της στις παρελάσεις.

Η θυσία και ο ηρωισμός των Ελλήνων το 1940 αποτελούν διαχρονική πηγή έμπνευσης για όλους τους λαούς που αγωνίζονται για την Ελευθερία και τη Δικαιοσύνη.

Το βροντερό και ηρωικό «ΟΧΙ» των Ελλήνων στις ιταλικές αξιώσεις αποτελεί παράδειγμα που υπενθυμίζει ότι η αποφασιστικότητα και η πίστη στις αξίες της ελευθερίας μπορούν να υπερνικήσουν κάθε μορφή καταπίεσης.




**«Εκείνο το "Όχι" δεν το επανέλαβε η ηχώ, ήταν πολύ βαρύ για να το μεταφέρει».**
**(Κώστας Μόντης)**

Η ΣΕΚ υπογραμμίζει τη σημασία της Εθνικής ενότητας, επισημαίνοντας ότι η ημέρα αυτή αποτελεί για όλους μας όχι μόνο ημέρα μνήμης, αλλά και χρέος να παραμείνουμε πιστοί στις αξίες της Ελευθερίας, της Ισότητας και της Δικαιοσύνης.

Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας στον χαιρετισμό του σημείωσε μεταξύ άλλων πως «είναι πολλά τα μηνύματα από το έπος του 1940, από την αντίσταση των Ελλήνων. Εκείνο στο οποίο θα ήθελα να επικεντρωθώ είναι ότι στα θέματα κυριαρχίας, στα θέματα αξιοπρέπειας δεν υπάρχουν ούτε συμβιβασμοί ούτε εκπτώσεις. Όποιο και αν είναι το κόστος, οι αδελφοί μας στην Ελλάδα απέδειξαν ότι σε αυτά τα θέματα δεν μπορούν να υπάρξουν συμβιβασμοί και εκπτώσεις».

Αναφέρθηκε επίσης στο γεγονός ότι σχεδόν 20




χιλιάδες Κύπριοι βρέθηκαν στο πλευρό της Ελλάδας και των συμμαχικών δυνάμεων.

### Κοινή ανακοίνωση ΟΥΥΚ - ΣΕΚ, ΣΕΒΕΤΤΥΚ - ΠΕΟ, ΠΑΣΥΔΥ και ΠΑΣΥΝΟ

# Καμπανάκι για υποβάθμιση του νοσηλευτικού επαγγέλματος

Μετά τη συνεδρία της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Υγείας, που πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 29 Οκτωβρίου 2026, και τη συζήτηση που διεξήχθη γύρω από τις προτεινόμενες τροποποιήσεις της νομοθεσίας που αφορούν το νοσηλευτικό επάγγελμα και την εργοδότηση νοσηλευτών από τρίτες χώρες, οι συνδικαλιστικές οργανώσεις ΟΥΥΚ-ΣΕΚ, ΣΕΒΕΤΤΥΚ- ΠΕΟ, ΠΑΣΥΔΥ και ΠΑΣΥΝΟ ξεκαθαρίζουν μεταξύ άλλων τα ακόλουθα:

Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας ακούστηκαν αναφορές και ισχυρισμοί, τους οποίους θεωρούμε ατεκμηρίωτους και οι οποίοι δεν συμβάλλουν στην ουσιαστική αντιμετώπιση των πραγματικών προβλημάτων που αντιμετωπίζει ο νοσηλευτικός κλάδος.

Με βάση τα όσα τέθηκαν ενώπιον της Επιτροπής, θεωρούμε ότι δεν υπάρχουν οι προϋποθέσεις για την επίτευξη συναινετικής λύσης ούτε για την προώθηση της συγκεκριμένης πρότασης τροποποίησης της νομοθεσίας στην Ολομέλεια της Βουλής στην παρούσα μορφή της.

Οι συντεχνίες επίσης, εκφράζουν, έντονη δυσαρέσκεια για το γεγονός ότι το Υπουργείο Υγείας, παρότι είχε στη διάθεσή του χρονικό διάστημα δεκαπέντε ημερών, δεν προχώρησε στη σύγκληση συνάντησης με τις συνδικαλιστικές οργανώσεις, τους φορείς που εκπροσωπούν τους νοσηλευτές και τις εργοδοτικές οργανώσεις, ώστε να διεξαχθεί ουσιαστικός διάλογος και να επιτευχθεί μια πραγματικά ολιστική και τεκμηριωμένη λύση.

Ως συνδικαλιστικές οργανώσεις, τονίζουν που εκπροσωπούμε τους νοσηλευτές του ιδιωτικού και του δημόσιου τομέα, ξεκαθαρίζουμε ότι θα



σταθούμε ανάχωμα σε οποιαδήποτε προσπάθεια υποβάθμισης του νοσηλευτικού επαγγέλματος ή οποιαδήποτε ρύθμιση δυνατόν να θέσει σε κίνδυνο την ποιότητα και την ασφάλεια της παρεχόμενης φροντίδας στα νοσηλευτήρια της Κύπρου.

Αναφερόμενοι στη γλωσσική επάρκεια των νοσηλευτών που εργάζονται στο σύστημα υγείας του τόπου επισημαίνουν ότι είναι πρωτίστως ζήτημα ποιότητας της φροντίδας και ασφάλειας των ασθενών.

Αδιαπραγμάτευτη θέση τους, επισημαίνουν, είναι η ύπαρξη και εφαρμογή Συλλογικών Συμβάσεων Εργασίας, οι οποίες θα διασφαλίζουν τα εργασιακά δικαιώματα και ωφελήματα τόσο των υφιστάμενων νοσηλευτών όσο και όσων εργαζομένων θα ενταχθούν μελλοντικά στο επάγγελμα, περιλαμβανομένων τυχόν εργαζομένων που θα έρθουν από το εξωτερικό.

Καταλήγοντας τονίζουν ότι η ύπαρξη ρυθμισμένων όρων απασχόλησης μέσα από Συλλογικές Συμβάσεις Εργασίας θα ενισχύσει την προσπάθεια στελέχωσης και θα ανακόψει τυχόν αποχωρήσεις εργαζομένων από το επάγγελμα.