

**novibet**

ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΑ

ΠΑΙΖΕΙΣ ΕΔΩ



**Άνοιξε η πλατφόρμα για το επίδομα θέρμανσης**

Τι πρέπει να γνωρίζουν οι δικαιούχοι

Σελ. 18-19

**Επιχείρηση ανασύνταξη στην ΑΕΛ Novibet**

«Μαλεζάς και Ανδρεάδης τονίζουν ότι η ΑΕΛ θα αλλάξει άμεσα εικόνα, ζητούν ενότητα και στήριξη, ενώ ήδη γίνονται κινήσεις για μεταγραφική ενίσχυση, με στόχο το restart της ομάδας και την βελτίωση της θέσης στη βαθμολογία»

Σελ. 26-27

**Έργο «ανάσα» στη Θεσσαλία για αγρότες και περιβάλλον**

Το μεγαλύτερο αρδευτικό έργο μετά τον Αχελώο ενώνει Δήμους και ΤΟΕΒ



Σελ. 7

Ψωμί, παιδεία, ελευθερία αναχρονισμός ή αιώνια επιταγή



**Πολυτεχνείο Μια επέτειος που απαιτεί επανεξέταση**

Σελ. 23

**Δ. ΝΑΣΙΚΑΣ «Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου είναι ένας τόπος εργασίας, δημιουργίας και ευημερίας»**

Η επόμενη δημοτική περίοδος είναι η περίοδος όπου οι βάσεις που βάλαμε τώρα μπορούν να μετατραπούν σε απτά αποτελέσματα

Σελ. 10-11

# Πολιτεία

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 16 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025 | ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ | ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 10

Θεσσαλών

## «Αν δεν εμβολιάσετε εσείς, θα το κάνουμε εμείς»

Με επιστολή του στις 6 Οκτωβρίου ο ευρωπαίος επίτροπος Όλιβερ Βαρχέλι κάλεσε την ηγεσία του ΥπΑΑΤ να αναθεωρήσει τη στάση της άρνησης εμβολιασμού κατά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων θέτοντας ζήτημα επιβολής εμβολιαστικού προγράμματος από την Ε.Ε.

**Jonínas: Αυτό είναι το εμβόλιο που στέλνει δωρεάν η Κομισιόν**

Σκεύασμα ιορδανικής προέλευσης με εργαστηριακούς ελέγχους και πρόσθετες δοκιμές ποιότητας στο Εργαστήριο Αναφοράς της Ε.Ε.

Σελ. 3, 4-5

**Η Θεσσαλία στο προσκήνιο του ελληνικού τουρισμού**



Βαθμολογία 9,4 στη συνολική ικανοποίηση επισκεπτών και τρίτη θέση πανελλαδικά σύμφωνα με την έρευνα του ΙΣΕΤΕ

Σελ. 8-9

**Η σιωπηλή έκρηξη της βίας στους νέους**

Σελ. 20-21

ΕΡΤΖΗ ΧΡΥΣΟΧΟΥ

**Όλοι μαζί για τον Δικηγόρο**

Άρωμα Γυναίκας θα κυριαρχήσει στις επόμενες εκλογές ανάδειξης νέου προέδρου στο δικηγορικό Σύλλογο Βόλου

Σελ. 14-15

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΡΑΝΙΑΣ ΣΟΥΛΤΟΥΚΗ

**Δεν μπορούμε να πληρώνουμε για την υγεία των πολιτών από την τσέπη μας Το clawback πρέπει να καταργηθεί**

Ο αγώνας επιβίωσης των διαγνωστικών εργαστηρίων και τον κίνδυνο για την πρόσβαση των πολιτών στην πρόληψη

Σελ. 24-25

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΓΙΩΡΓΟΥ ΠΕΤΡΑΚΟΥ

**Το κουστούμι του πολιτικού δεν με συγκινεί, η φιλοδοξία μου είναι να είμαι χρήσιμος**

Ο ρόλος των επιστημόνων, η κοινωνική ανισότητα και η ανάγκη για διάλογο στην Ελλάδα και την Ευρώπη

Σελ. 16-17



Με επιστολή του στις 6 Οκτωβρίου ο ευρωπαϊός επίτροπος Όλιβερ Βαρχέλι κάλεσε την ηγεσία του ΥπΑΑΤ να αναθεωρήσει τη στάση της άρνησης εμβολιασμού κατά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων θέτοντας ζήτημα επιβολής εμβολιαστικού προγράμματος από την Ε.Ε.



Η επιστολή  
του επιτρόπου  
Όλιβερ Βαρχέλι  
06/10/2025

# «Αν δεν εμβολιάσετε εσείς, θα το κάνουμε εμείς»

Γράφει  
ο Τάσος  
Κουρκούμπας

**Η** ζωνόσος της ευλογιάς των αιγοπροβάτων ανέδειξε με οδυνηρό για τους κτηνοτρόφους τρόπο τις παθογένειες του κρατικού μηχανισμού (υποστελεχωμένες υπηρεσίες, ανεπαρκή οργάνωση των Περιφερειών κ.α.) αλλά και τη διοικητική αβελτηρία διαχείρισης μίας επιζωοτίας που σε καμία φάση της εκδήλωσης της δεν εκτιμήθηκε σωστά. Με τη συζήτηση περί του εμβολίου να εξελίσσεται εδώ και μήνες σε έναν ατέρμονο κύκλο δυσπιστίας για τις κυβερνητικές προθέσεις, η Κομισιόν δείχνει αποφασισμένη να παρέμβει επιβάλλοντας από μόνη της το εμβολιαστικό πρόγραμμα!

Από καιρό η έλλειψη συντονισμού μεταξύ Αθήνας και Βρυξελλών είχε γίνει λίγο-πολύ αντιληπτή. Στις αρχές του Σεπτεμβρίου ήρθε το «άδειασμα». Τις μέρες εκείνες που το υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων μαζί με τους Περιφερειάρχες κήρυξαν «έφοδο δέκα ημερών» για την ανάσχεση της ευλογιάς, η αναφορά του επιτρόπου της Κομισιόν για την Υγεία και την Ευημερία των Ζώων, Όλιβερ Βαρχέλι, ότι τα κράτη-μέλη -επομένως και η Ελλάδα- μπορούν να εφαρμόσουν εμβολιασμό ως πρόσθετο μέτρο αναχαίτισης ζωνόσου, υπογραμμίζοντας ότι η ενωσιακή τράπεζα εμβολίων θα μπορούσε να αποστείλει αμέσως έως και 500.000 δόσεις εμβολίων δωρεάν, έφερε την ηγεσία του ΥπΑΑΤ σε θέση απολογίας απέναντι στους απεγνωσμένους κτηνοτρόφους. Ήταν το τέλος του αφηγήματος περί μη ύπαρξης εμβολίου. Προτάσσοντας την ασφάλεια των εξαγωγών, η κυβέρνηση επιχείρησε να υποβαθμίσει την αναφορά, επικαλούμενη τον χαμηλό δείκτη εμβολιαστικής απολεσματοκότητας και κλείνοντας τα αυτιά της στις φωνές του Συνδέσμου Ελληνικής Κτηνοτροφίας υπέρ του εμβολίου. Το ΥπΑΑΤ άλλωστε εκτιμούσε ότι με την επιστράτευση της πανεπιστημιακής κοινότητας, θα μπορούσε να διαχειριστεί την ασκούμενη πίεση. Όλα αυτά όμως μέχρι τις αρχές του Οκτώβρη, όταν στις 6 του προηγούμενου μήνα έφτασε στο υπουργείο επιστολή του επιτρόπου της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την Υγεία και την Ευζωία των Ζώων, Όλιβερ Βαρχέλι.

Απευθυνόμενος στον Κώστα Τσιάρα ο Μαγυάρος κοιμσάριος απαίτησε την άμεση έναρξη μαζικού εμβολιασμού των ελληνικών αιγοπροβάτων κατά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων. Σύμφωνα με τον κ. Βαρχέλι, η επιδημιολογική κατάσταση στην Ελλάδα ήταν «δυσμενής» και αποδείκνυε την αδυναμία των ελληνικών αρχών στη διαχείριση της νόσου, επικαλούμενος «τον περιορισμένο αριθμό επίσημων κτηνιάτρων που εμπλέκονται στον έλεγχο της ζωνόσου, τα κενά που εντοπίστηκαν στη βιοασφάλεια, την πιθανή υποαναφορά υποψίας νόσου, την καθυστερημένη ανίχνευση της νόσου και την πιθανή παράνομη μετακίνηση ζώων».

Κι αφού υπενθύμιζε στην ηγεσία του ΥπΑΑΤ την αποστολή των εμπειρογνομόνων της Κτηνιατρικής Ομάδας Εκτακτης Ανάγκης της ΕΕ (EU-VET) τον περασμένο Μάιο και την ισχυρή σύσταση για εμβολιασμό (είχατε διαβάσει σχετικά στο φύλλο της «ΠΘ» στις 28 Σεπτεμβρίου) ο κ. Βαρχέλι προειδοποιούσε ότι εάν η ελληνική κυβέρνηση δεν προχωρούσε άμεσα στον εμβολιασμό, η Κομισιόν θα επέκτεινε την ήδη ισχύουσα -μέχρι το τέλος του 2025- απαγόρευση εξαγωγής ζώντων αιγοπροβάτων και στα γαλακτοκομικά προϊόντα, οπότε και



**Προειδοποίηση της Κομισιόν για επέκταση της ήδη ισχύουσας μέχρι το τέλος του 2025 απαγόρευσης εξαγωγής ζώντων αιγοπροβάτων και στα γαλακτοκομικά προϊόντα, οπότε και της φέτας, μέχρις ότου ολοκληρωθεί η διαδικασία εμβολιασμού**

της φέτας, μέχρις ότου ολοκληρωθεί η διαδικασία εμβολιασμού. «Σε περίπτωση που ο εμβολιασμός, φτάνοντας στο απαραίτητο επίπεδο εμβολιαστικής κάλυψης, δεν αναπτυχθεί γρήγορα και η επιδημική κατάσταση δεν βελτιωθεί δραστικά, η Επιτροπή θα χρειαστεί να παρατείνει αυτήν την απαγόρευση, και να επεκτείνει επίσης το πεδίο εφαρμογής της, ώστε να συμπεριλάβει περισσότερα προϊόντα ζωικής προέλευσης που παρουσιάζουν ειδικούς κινδύνους (δηλαδή, ακατέργαστα δέρματα, μη επεξεργασμένο μαλλί και γαλακτοκομικά προϊόντα) προκειμένου να προστατεύσει την υπόλοιπη ΕΕ από πιθανές εισβολές της νόσου» σημείωνε χαρακτηριστικά.

Το νικηφόρο μήνυμα προειδοποίησης όμως, ο κ. Βαρχέλι το κρατούσε για τον επίλογο της επιστολής του προς τον κ. Τσιάρα. «Θα ήθελα επίσης να τονίσω, πως αν η Ελλάδα δεν διαχειριστεί σωστά την κατάσταση, είναι υποχρέωση της Επιτροπής να διασφαλίσει πως όλα τα απαραίτητα μέτρα έχουν ληφθεί, για την προστασία των άλλων κρατών μελών και για την προστασία των οικονομικών συμφερόντων της Ενωσης» σημείωνε και κατέληγε με την παρότρυνση του η Ελλάδα «να αναθεωρήσει την εκπνευσμένη στάση της άρνησης εμβολιασμού κατά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων». Επί της ουσίας έθετε θέμα ευρωπαϊκής απαίτησης για την εφαρμογή εμβολιαστικού προγράμματος ώστε να διασφαλιστεί ότι η ευλογία δεν θα εξελιχθεί σε διασυνοριακή απειλή. Το μήνυμα του Βαρχέλι είναι σαφές: «Αν δεν εμβολιάσετε εσείς, θα το κάνουμε εμείς».

## Η «άγνωστη» πρώτη επιστολή του Βαρχέλι

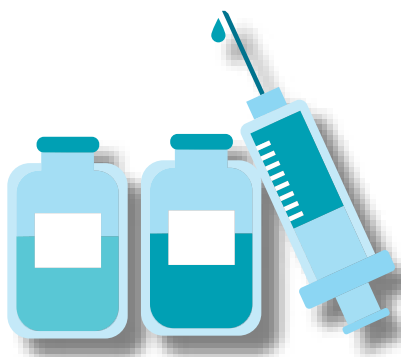
Η επιστολή της 6ης Οκτωβρίου, δεν ήταν η πρώτη του Όλιβερ Βαρχέλι προς τον Κώστα Τσιάρα, καθώς όπως αναφέρεται είχε προηγηθεί επιστολή στις 2 Σεπτεμβρίου με την οποία προειδοποιούσε για τη ραγδαία επιδείνωση της κατάστασης. Στις 23 Σεπτεμβρίου Βαρχέλι και Τσιάρας συναντήθηκαν στις Βρυξέλλες, και μία ημέρα αργότερα ο υπουργός φέρεται να απάντησε γραπτώς. Το περιεχόμενο αυτής της αλληλογραφίας ωστόσο παραμένει άγνωστο, με πολλούς να αποδίδουν την καθυστέρηση της δημοσιοποίησης του στη... ζύγιση

του πολιτικού κόστους και των οικονομικών συνεπειών μιας απόφασης μαζικού εμβολιασμού, υπό τον φόβο ενός -έστω και προσωρινού- πλήρους εμπάργκο στην ελληνική κτηνοτροφία και γαλακτοβιομηχανία.

Και πως να μην υπάρχει ο φόβος της λανθασμένης απόφασης όταν οι συνολικές εξαγωγές ελληνικής φέτας παγκοσμίως σημειώνουν σταθερή αύξηση την τελευταία πενταετία συνεισφέροντας σημαντικά στο ΑΕΠ: σύμφωνα με τα στοιχεία του ΣΕΒΓΑΠ το 2020 οι εξαγωγές της φέτας διαμορφώνονταν σε 422 εκατ. ευρώ, το 2021 σε 466 εκατ. ευρώ και ακολούθως σε 607 εκατ. ευρώ το 2022, 736 εκατ. ευρώ το 2023 και 786 εκατ. ευρώ πέρσι. Παραδοσιακά, η Γερμανία παραμένει ο σημαντικότερος προορισμός για την ελληνική φέτα, με εξαγωγές που άγγιξαν τα 227,3 εκατ. ευρώ το 2024 και «παρότι καταγράφεται οριακή μείωση (-1,6%) σε σχέση με το 2023, η αγορά παραμένει σταθερά ισχυρή. Την ίδια στιγμή, η Ιταλία αναδεικνύεται σε ταχέως αναπτυσσόμενη αγορά, σημειώνοντας εντυπωσιακή αύξηση 18,9%, φτάνοντας τα 103,3 εκατ. ευρώ.

Την τριάδα των κορυφαίων αγορών συμπληρώνει το Ηνωμένο Βασίλειο, με εξαγωγές ύψους 90 εκατ. ευρώ (+4,1%). Αξιοσημείωτη είναι η πορεία και στις Ηνωμένες Πολιτείες, όπου οι εξαγωγές φέτας άγγιξαν τα 61,9 εκατ. ευρώ, σημειώνοντας άνοδο σχεδόν 16% σε σχέση με το προηγούμενο έτος. Την επιστολή της 6ης Οκτωβρίου την γνωρίζουν άπαντες οι εμπλεκόμενοι στην κρίση της ευλογιάς. Για αυτή ενημερώθηκε στο ταξίδι του στις Βρυξέλλες ο Δημήτρης Κουρέτας κι αυτή επικαλείται χωρίς να τη δίνει στη δημοσιότητα. Η απόκρουσή της είναι το μόνο σημείο σύμπτωσης απόψεων είτε των κατά είτε των υπέρ του εμβολιασμού, συνοπολογίζοντας προφανώς τους κινδύνους για την αγορά. Τ γεγονότα όμως πνέουν από μόνα τους, με την κυβέρνηση να καλείται να αποφασίσει εάν θα υιοθετήσει πρόγραμμα εμβολιασμού, με παράλληλη αποζημίωση των κτηνοτρόφων και στήριξη της εξαγωγικής δραστηριότητας, ή αν θα επιδιώξει διαπραγμάτευση για περιορισμένα προγράμματα σε εστίες μόλυνσης. Σε κάθε περίπτωση, οι επόμενοι μήνες θα είναι καθοριστικοί...





Όλιβερ Βαρχέλι, Ευρωπαϊός  
Επίτροπος Υγείας και Καλής  
Μεταχείρισης Ζώω



«Λαμβάνοντας υπόψη τη διαθέσιμη  
εμπειρία και επιστήμη, η ΕΕ  
δημιούργησε και διατηρεί μια τράπεζα  
εμβολίων που διαθέτει επί του  
παρόντος το εμβόλιο Jonivac...  
Οι αποστολές εμβολίων από την  
τράπεζα εμβολίων ΕΠΑ της ΕΕ  
είναι εντελώς δωρεάν...»

# Jonivac: Αυτό είναι το εμβόλιο που στέλνει δωρεάν η Κομισιόν

Σκεύασμα ιορδανικής προέλευσης με εργαστηριακούς ελέγχους και πρόσθετες δοκιμές ποιότητας στο Εργαστήριο Αναφοράς της Ε.Ε.

Γράφει  
ο Τάσος  
Κουρκούμπας

**Τ**ο τελευταίο διάστημα μετά την πίεση που προστέθηκε κι από τη μεταστροφή του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας, Δημήτρη Κουρέτα, υπέρ του εμβολίου, η επίσημη θέση του υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων περί των 500.000 δόσεων του ενωσιακού εμβολίου, είναι ότι πρόκειται για ιορδανικής προέλευσης σκεύασμα, μη εγκεκριμένο και πιστοποιημένο. Θέση που βρίσκεται σε πλήρη αντίθεση με τα όσα αναφέρει στην επιστολή του Οκτωβρίου ο Όλιβερ Βαρχέλι.

Σύμφωνα με την Ε.Ε. η διαμορφωθείσα κατάσταση με τη διασπορά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων καθιστούσε από τις αρχές του Οκτωβρίου τον εμβολιασμό των κοπαδιών «αναγκαίο συμπληρωματικό μέτρο». Δύο εβδομάδες νωρίτερα, στα μέσα του Σεπτεμβρίου ο επίτροπος Υγείας και Καλής Μεταχείρισης των Ζώων, απαντώντας σε σχετική ερώτηση του ευρωβουλευτή του Σάκη Αρναούτογλου, σχετικά με την στήριξη από την ΕΕ των χωρών που η κτηνοτροφία τους πλήττεται από την ευλογιά των αιγοπροβάτων, είχε θέσει το ζήτημα της άμεσης επιστολής 500.000 δόσεων εφόσον η ελληνική κυβέρνηση κατέθετε το ανάλογο αίτημα. Σε μετεγενέστερο χρόνο τόσο το υπουργείο, όσο και η κατόπιν συσταθείσα Εθνική Επιστημονική Επιτροπή Διαχείρισης και Ελέγχου της Ευλογιάς των Αιγοπροβάτων (ΕΕΕΔΕΕ) και ο Ελληνικός Οργανισμός Φαρμά-

Το Jonivac είναι εξασθενημένο εμβόλιο κατά της ευλογιάς των προβάτων (στέλεχος RM-65), χορηγείται υποδορίως σε υγιή ζώα ηλικίας 2–3 μηνών και παρέχει προστασία για τουλάχιστον ένα

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή διαθέτει ήδη απόθεμα 300.000 δόσεων του εμβολίου Jonivac και έχει παραγγείλει επιπλέον 1,7 εκατομμύρια δόσεις

Η ελληνική κυβέρνηση εξακολουθεί να απορρίπτει το εμβολιαστικό πρόγραμμα



**«Έχει διασφαλιστεί  
η ταυτότητα του  
ιού του εμβολίου, η  
αποτελεσματικότητα του  
εμβολίου, η απουσία ξένων  
παραγόντων»**

κων (ΕΟΦ) δηλώναν κατηγορηματικά την απόρριψη ως μη πιστοποιημένου και αδειοδοτημένου κάθε εμβολίου κατά της ζωνόσου. Στην ενημέρωση που έλαβε ωστόσο ο Κώστας Τσιάρας, από τον κ. Βαρχέλι τα δεδομένα ήταν διαφορετικά.

Στην επιστολή της 6ης Οκτωβρίου προς τον υπουργό, ο ευρωπαίος επίτροπος επανέλαβε τα όσα είχε απαντήσει στον ευρωβουλευτή του ΠΑΣΟΚ, αλλά και έδινε λεπτομέρειες για την «ταυτότητα» του εμβολίου που έχει στη διάθεσή της η Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων.

«Προκειμένου να ενισχυθεί η ετοιμότητα έναντι της ευλογιάς των αιγοπροβάτων, εκπονήθηκε ολοκληρωμένη ανασκόπηση των επί του παρόντος διαθέσιμων εμβολίων από την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων (EFSA) το 2014, επιβεβαιώνοντας περαιτέρω τη διαθεσιμότητα και καταλληλότητα του εμβολιασμού υπό ορισμένες συνθήκες. Δοκιμές πεδίου μεγάλης κλίμακας δεν διενεργήθηκαν, καθώς η Επιστημονική Γνώμη της EFSA του 2014 παρέχει στιβαρές επιστημονικές αποδείξεις σε αυτόν τον τομέα» ανέφερε ο κ. Βαρχέλι προσθέτοντας: «Λαμβάνοντας υπόψη τη διαθέσιμη εμπειρία και επιστήμη, η ΕΕ δημιούργησε και διατηρεί μια τράπεζα εμβολίων που διαθέτει επί του παρόντος το εμβόλιο Jonivac (στέλεχος RM65), παραγωγής Jonac (300.000 δόσεις σε φυσικό απόθεμα, παραγγελία επιπλέον 1,7 εκατομμυρίων δόσεων σε εξέλιξη). Μια νέα διαδικασία δημόσιας προμήθειας βρίσκεται επίσης σε εξέλιξη για επιπλέον 4.000.000 δόσεις εμβολίων με βάση το στέλεχος Bakirkoy, ως εναλλακτική επιλογή για το εγγύς μέλλον. Οι αποστολές εμβολίων από την τράπεζα εμβολίων ΕΠΑ της ΕΕ είναι εντελώς δωρεάν και μπορούν να παραδοθούν αποτελεσματικά εντός λίγων εργάσιμων ημερών από το αίτημα».

Όπως σημείωνε ο ευρωπαίος επίτροπος οι υπάρχουσες παρτίδες εμβολίων στην τράπεζα εμβολίων της ΕΕ «υποβλήθηκαν σε πρόσθετες εργαστηριακές δοκιμές ποιότητας στο Εργαστήριο Αναφοράς της ΕΕ (EURL) για τους ιούς Capripox προκειμένου να διασφαλιστεί περαιτέρω η συμμόρφωση με τα πρότυπα όπως η ταυτότητα του ιού του εμβολίου, η αποτελεσματικότητα του εμβολίου, η απουσία ξένων παραγόντων κλπ. Επιπλέον, το EURL έχει διεξαγάγει μελέτες in vivo (σ.σ. σε ζωντανό οργανισμό), κατά τις



Σάκης  
Αρναούτγλου,  
ευρωβουλευτής



**Είχε απευθύνει  
σχετική  
ερώτηση για  
την υποστήριξη  
των χωρών που  
πλήττονται από  
την ευλογιά**

**«Η ευλογία των αιγοπροβάτων και των προβάτων εξακολουθεί να πλήττει την ελληνική κτηνοτροφία, με επαναλαμβανόμενες εστίες και καταστροφικές συνέπειες σε περιοχές όπως η Χαλκιδική. ... Οι οικονομικές απώλειες για τις μονάδες είναι τεράστιες, ενώ η στήριξη από εθνικά ή ευρωπαϊκά μέσα δεν επαρκεί για την κάλυψη των ζημιών ή για την ανασύσταση του ζωικού κεφαλαίου.»**



οποίες τα εμβόλια από την τράπεζα εμβολίων της ΕΕ καθώς και άλλα εμβόλια χορηγήθηκαν σε πρόβατα, για να εξακριβωθεί η αποτελεσματικότητα και οι πιθανές παρενέργειες μετά τον εμβολιασμό. Αντίγραφα των σχετικών εκθέσεων και επιστημονικών στοιχείων έχουν ήδη διαβιβαστεί από τις υπηρεσίες μου στις αρμόδιες κτηνιατρικές αρχές της Ελλάδας, μαζί με ένα πλήρες πακέτο πρόσθετων πληροφοριών από το EURL. Φυσικά, το EURL είναι διαθέσιμο να παράσχει περαιτέρω επιστημονική υποστήριξη αν η Ελλάδα τη χρειαστεί»

Σύμφωνα με το έντυπο οδηγιών του -ιορδανικής προέλευσης- Jonivac, πρόκειται για εξασθενημένο εμβόλιο κατά της ευλογιάς των προβάτων (στέλεχος RM-65), το οποίο χρησιμοποιείται για την πρόληψη της ευλογιάς των προβάτων.

Σε κάθε ζώο χορηγείται δόση 1 ml, υποδορίως (κατά προτίμηση στην περιοχή του αγκώνα) σε ηλικία 2-3 μηνών ενώ ο επανεμβολιασμός γίνεται μία φορά ετησίως. Στις ειδικές προειδοποιήσεις αναφέρεται ότι το εμβόλιο «χορηγείται μόνο σε υγιή ζώα». Μπορεί επίσης να χορηγηθεί «σε εγκύους προβατίνες, οι οποίες θα μεταφέρουν παθητική ανοσία στα αρνιά για τους πρώτους 3 μήνες καθώς και κατά τη γαλουχία και την αναπαραγωγή». Στα χαρακτηριστικά του Jonivac αναφέρονται τα εξής: «Σταθερό εμβόλιο. Παρέχει ικανοποιητική προστασία για τουλάχιστον ένα έτος. Προκαλεί καλή ανοσολογική απόκριση». Το εμβόλιο διατίθεται σε φιαλίδια των 50, 100 και 200 δόσεων. Στις αντενδείξεις σημειώνεται ότι «πολύ σπάνια μπορεί να εμφανιστεί μικρή οξώδης αντίδραση στο σημείο

της ένεσης, η οποία υποχωρεί αργότερα».

Να σημειωθεί ότι η απαίτηση για εμβολιασμό στηρίζεται στο ευρωπαϊκό κανονιστικό πλαίσιο. Συγκεκριμένα:

**Κανονισμός (ΕΕ) 2020/687**, που καθορίζει τα μέτρα πρόληψης και ελέγχου για τις ζωικές νόσους και προβλέπει τη δυνατότητα εφαρμογής εμβολιασμών έκτακτης ανάγκης, όταν υπάρχει σοβαρός κίνδυνος διασποράς.

**Κανονισμός (ΕΕ) 2023/361**, που εξειδικεύει τους όρους και τις διαδικασίες για την έγκριση εμβολιαστικών προγραμμάτων από τα κράτη μέλη και επιτρέπει στην Κομισιόν να επιβάλει μέτρα σε περίπτωση αδράνειας των εθνικών αρχών.

Εντούτοις η κυβέρνηση παραμένει σταθερή στη θέση απόρριψης κάθε εμβολιαστικού προγράμματος και επιχειρεί να εκτονώσει την πίεση φέρνοντας προς ψήφιση στη Βουλή νομοσχέδιο με άμεσα μέτρα στήριξης των κτηνοτρόφων. Τα μέτρα αυτά περιλαμβάνουν: Τη χορήγηση 22 εκατομμυρίων ευρώ σε επιπλέον αποζημιώσεις για τη θανάτωση ζώων, την καθιέρωση ακατάσχετου για τα ποσά των αποζημιώσεων, τη δυνατότητα προκαταβολής της αποζημίωσης στους πληγέντες κτηνοτρόφους, αποζημιώσεις έως 250 ευρώ για τα καθαρόαιμα ζώα και ένα πρόγραμμα ανασύστασης του ζωικού κεφαλαίου σε δεύτερη φάση.



# ΠΑΠΑ ΓΙΑΝΝΟ ΡΟΥΛΟΥ

**EVI** ΚΕΝΤΡΑ  
ΞΕΝΩΝ  
ΓΛΩΣΣΩΝ

# ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ

ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ - ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ

ΠΡΩΙ: 10.00 - 13.00  
ΑΠΟΓΕΥΜΑ: 17.00 - 21.00

# BRING A FRIEND

Τώρα μπορείς  
να φέρεις  
ένα φίλο σου  
να φοιτήσει  
στα κέντρα μας  
και να κερδίσετε  
και οι δυο!

ΤΜΗΜΑΤΑ:  
**ΜΑΘΗΤΩΝ  
ΦΟΙΤΗΤΩΝ  
ΕΝΗΛΙΚΩΝ**

**15**  
ΧΡΟΝΙΑ



Για εγγραφές  
έως 15 Σεπτεμβρίου  
συμμετέχετε σε κλήρωση  
για να κερδίσετε  
το πακέτο βιβλίων  
ολόκληρης τη χρονιάς  
εντελώς ΔΩΡΕΑΝ



ΓΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ / ΕΓΓΡΑΦΕΣ:

**ΝΕΑΠΟΛΗ**

Καραολή Δημητρίου και  
4ου Συντάγματος Πεζικού 2 (γωνία)  
Τ. 2410 62 86 86

**ΝΕΑ ΠΟΛΙΤΕΙΑ**

Θεοφράστου 60  
και Αγορογιάννη (γωνία)  
Τ. 2416 00 85 74



# Έργο «ανάσα» στη Θεσσαλία για αγρότες και περιβάλλον

Το μεγαλύτερο αρδευτικό έργο μετά τον Αχελώο ενώνει Δήμους και ΤΟΕΒ

Γράφει  
η **Βιβή**  
**Ζαχοπούλου**

Ένα μεγάλο έργο που αφορά στον εκσυγχρονισμό αρδευτικών υποδομών υπέβαλε προς έγκριση ο Δήμος Τρικκαίων, με στόχο να αποκατασταθούν τα προβλήματα άρδευσης σε όλο τον νομό. Πρόκειται για το έργο «Εκσυγχρονισμός Αρδευτικών Υποδομών Π.Ε. Τρικαίων (ΔΗΜΟΣ ΤΡΙΚΚΑΙΩΝ - ΔΗΜΟΣ ΦΑΡΚΑΔΟΝΑΣ - ΤΟΕΒ ΚΛΟΚΩΤΟΥ - ΔΗΜΟΣ ΠΥΛΗΣ - ΤΟΕΒ ΦΗΚΗΣ - ΤΟΕΒ ΛΥΓΑΡΙΑΣ - ΤΟΕΒ ΠΑΛΑΙΟΜΟΝΑΣΤΗΡΟΥ - ΤΟΕΒ ΓΟΜΦΩΝ - ΤΟΕΒ ΕΛΕΥΘΕΡΟΧΩΡΙΟΥ ΔΗΜΟΣ ΜΕΤΕΩΡΩΝ - ΤΟΕΒ ΒΑΣΙΛΙΚΗΣ - ΤΟΕΒ ΘΕΟΠΕΤΡΑΣ - ΤΟΕΒ ΠΕΡΙΣΤΕΡΑΣ - ΤΟΕΒ ΣΑΡΑΚΙΝΑΣ) με Υπογειοποίηση Αγωγών και Αναβάθμιση Γεωτρήσεων και Αντλιοστασίων».

«Είναι η πρώτη φορά που ένας νομός ολόκληρος μπαίνει σε ένα τόσο μεγάλο έργο, το δεύτερο μεγαλύτερο από τον Αχελώο», δηλώνει στην «Π.Θ» ο δήμαρχος Τρικκαίων και πρόεδρος της ΠΕΔ Θεσσαλίας κ. Νίκος Σακκάς, σημειώνοντας πως περιλαμβάνει τον εκσυγχρονισμό και την υπογειοποίηση 165 χιλιομέτρων αρδευτικών αγωγών καθώς και την ενεργειακή αναβάθμιση γεωτρήσεων και αντλιοστασίων και στους τέσσερις Δήμους του νομού Τρικαίων.

Όπως είπε ο κ. Σακκάς, πρόκειται για μια επένδυση της τάξης των 65,3 εκατομμυρίων ευρώ, που αναβαθμίζει τις υφιστάμενες υποδομές, μειώνει τις απώλειες και τις δαπάνες ενέργειας. «Ο Δήμος Τρικκαίων μπήκε μπροστά, έχοντας και τη διαχειριστική αλλά και την τεχνική επάρκεια να υλοποιεί μεγάλα έργα, ακολούθησαν τον βηματισμό και οι άλλοι τρεις δήμοι καθώς και όλα τα ΤΟΕΒ του νομού Τρικαίων. Το έργο έχει ως σκοπό να βοηθήσει και να αντικατασταθεί η παλαιότητα των δικτύων, καθώς υπήρχε 70% απώλεια ύδατος, λόγω διαρροών, λόγω φθορών, λόγω παλαιότητας και μαζί με την καινούρια τεχνολογία και τον εκσυγχρονισμό των γεωτρήσεων, ώστε να μειώσουν και το ενεργειακό κόστος και να προστατεύ-

σουν και τους υπόγειους υδροφόρους ορίζοντες του Πηνειού». Ο κ. Σακκάς επισήμανε πως από τον δήμο Τρικκαίων κατατέθηκε εμπειριστατωμένη πρόταση εντός της καταληκτικής ημερομηνίας, εκφράζοντας την βεβαιότητα πως οι διαδικασίες θα προχωρήσουν γρήγορα και σύντομα θα γίνει η δημοπράτηση του έργου, «δίνοντας λύση σε όλους όσοι ποτίζουν τα χωράφια τους».

Αναφορικά με τον ΟΔΥΘ, ο κ. Σακκάς τόνισε ότι το έργο του είναι πολύ σημαντικό ώστε να γίνει σωστή διαχείριση των αποθεμάτων ύδατος στη Θεσσαλία, σημειώνοντας ότι υπάρχει τακτική ενημέρωση για τα ταμειακά αποθέματα νερού στους ταμειευτές της Θεσσαλίας. Θέλουμε και πρέπει να πετύχει ο ΟΔΥΘ, γιατί σε μία Θεσσαλία που το χειμώνα πνιγεται από το νερό και το καλοκαίρι διψάει, αντιλαμβάνεστε ποσο δύσκολα είναι τα πράγματα.

## Το έργο

Το έργο έχει προϋπολογισμό 65.545.900€ και υποβλήθηκε στην παρέμβαση Π3-73-1.1: «Έργα Υποδομών Εγγείων Βελτιώσεων» - Δράση 2: «Έργα ταμείωσης και αρδευτικών δικτύων για νέα έργα υποδομών εγγείων βελτιώσεων» του Στρατηγικού Σχεδίου Κοινής Αγροτικής Πολιτικής της Ελλάδας 2023-2027 (ΣΣ ΚΑΠ 2023-2027), με δικαιούχο το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων.

Το έργο αφορά 4 Δήμους και 10 ΤΟΕΒ, με στόχους:

- τη μείωση των υδατικών απωλειών (με υπογειοποιημένους και στεγανούς αγωγούς)
- την ενεργειακή εξοικονόμηση (με αναβάθμιση αντλιοστασίων με inverter, αντλίες υψηλής απόδοσης και σύγχρονους πίνακες ισχύος - αυτοματισμού)
- τον ψηφιακό μετασχηματισμό της άρδευσης (με εγκατάσταση τηλεμετρίας, αισθητήρων και ψηφιακών διδύμων)
- την ενίσχυση της ανθεκτικότητας στην κλιματική κρίση (με βελτίωση της αξιοποίησης του υδατικού δυναμικού

και μείωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματος)

Με το έργο αυτό, σημείωσε ο Δήμαρχος Τρικκαίων «δίνουμε νέα, ορθολογική πνοή στη διαχείριση υδάτων, σε περίοδο λειψυδρίας, μειώνοντας απώλειες, εισάγοντας ψηφιακές λύσεις. Κυρίως, τόνισε «στηρίζουμε έμπρακτα τους αγρότες, ενώ συνδέουμε τον πρωτογενή τομέα με την τεχνολογία».

Η υποβολή της πρότασης για το τεράστιο αυτό έργο έγινε από τον Δήμο Τρικκαίων για τους άλλους 13 φορείς (Δήμους Μετεώρων, Φαρκαδόνας, Πύλης και τους 10 ΤΟΕΒ), καθώς διαθέτει την τεχνογνωσία και το ανθρώπινο δυναμικό να υλοποιήσει το έργο, καινοτομώντας για άλλη μια φορά.

## Τα οφέλη

Όπως επεσήμανε ο Δήμαρχος Τρικκαίων, αφού προηγήθηκαν συναντήσεις με τους 3 Δημάρχους, και με δεδομένο ότι μετέχουν όλοι στην υποβολή της πρότασης (κάτι που δε συμβαίνει σε άλλες περιοχές), ο νομός Τρικαίων ωφελείται με:

- Μείωση απωλειών νερού
- Βελτίωση της ομοιομορφίας κατανομής αρδευτικών δικτύων
- Ακριβής καταγραφή κατανάλωσης
- Σημαντική εξοικονόμηση ενέργειας
- Ψηφιακό μετασχηματισμό
- Ανθεκτικότητα γεωργίας στην κλιματική κρίση

## Τι θα κατασκευαστεί

Συνολικά θα κατασκευαστούν  
- Νέο υπόγειο δίκτυο 165.000 μ. (σε σύνολο 250.000 μ.)  
- Θα αρδευτούν 60.671 στρέμματα  
- Με 173 νέες γεωτρήσεις  
- Γίνεται διαχείριση πάνω από 25.000.000 κ.μ. νερού  
- ο προϋπολογισμός ανά στρέμμα ανέρχεται σε 1.080 ευρώ.

## ΑΝΑ ΔΗΜΟ

Α. Στον Δήμο Μετεώρων και στους ΤΟΕΒ Βασιλικής, Θεόπετρα, Περιστέρας

και Σαρακίνας το έργο προβλέπει

- Αναβάθμιση 47 γεωτρήσεων και αντλητικών συγκροτημάτων
- Υπογειοποίηση, αντικατάσταση και επέκταση 45.000 μ. δικτύου αγωγών
- Εγκατάσταση τηλεμετρίας, αισθητήρων και ηλεκτρονικών υδροληψιών
- Ορθολογική χρήση υδατικών πόρων
- Β. Στον Δήμο Πύλης και στους ΤΟΕΒ Φήκης, Λυγαριάς, Παλαιομονάστηρου, Γ' ομφων και Ελευθεροχωρίου το έργο προβλέπει
- Αναβάθμιση 68 γεωτρήσεων και αντλητικών συγκροτημάτων
- Υπογειοποίηση, αντικατάσταση και επέκταση δικτύου άρδευσης 88.600 μ.
- Εγκατάσταση σύγχρονων ηλεκτρονικών υδροληψιών
- Ψηφιακή διαχείριση (τηλεμετρικές εφαρμογές)

Γ. Στον Δήμο Τρικκαίων το έργο προβλέπει

- Ενεργειακή αναβάθμιση 21 γεωτρήσεων
- Εγκατάσταση σύγχρονων ηλεκτρονικών υδροληψιών
- Ενσωμάτωση τηλεμετρίας

Δ. Στον Δήμο Φαρκαδόνας και στον ΤΟΕΒ Κλοκωτού το έργο προβλέπει

- Ενεργειακή αναβάθμιση 37 γεωτρήσεων
- Αναβάθμιση και υπογειοποίηση, 30.900 μ. αγωγών
- Εγκατάσταση ηλεκτρονικών υδροληψιών
- Ψηφιακή διαχείριση (τηλεμετρικές εφαρμογές)

Με χαμηλή δαπάνη με πλήρη αναβάθμιση αρδευτικών υποδομών, επιτυγχάνεται πλήρης αναβάθμιση των αρδευτικών υποδομών, με υπογειοποιήσεις, αντλιοστάσια, υδροληψίες, τηλεμετρία, ψηφιακά δίδυμα, με σημαντικά ενεργειακά, υδατικά, περιβαλλοντικά οφέλη.

Η συγκεκριμένη πρόταση καθιστά το έργο πρότυπο εφαρμογής για τη Θεσσαλία και παράδειγμα βέλτιστης πρακτικής για τη χώρα.

Η Θεσσαλία αναδεικνύεται ως κορυφαίος τουριστικός προορισμός, με βαθμολογία 9,4 στη συνολική ικανοποίηση επισκεπτών και τρίτη θέση πανελλαδικά, χάρη στη φιλοξενία, τον πολιτισμό και το φυσικό της περιβάλλον

# Η Θεσσαλία στο προσκήνιο του ελληνικού τουρισμού

Βαθμολογία 9,4 στη συνολική ικανοποίηση επισκεπτών και τρίτη θέση πανελλαδικά σύμφωνα με την έρευνα του Ινστιτούτου του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων



Γράφει  
ο Τάσος  
Κουρκούμπας

**Η** πρόσφατη έρευνα του Ινστιτούτου του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΙΝΣΕΤΕ) αποκαλύπτει σημαντικές τάσεις στον ελληνικό τουρισμό, επιβεβαιώνοντας τη σταθερή υπεροχή της χώρας μας σε επίπεδο ικανοποίησης επισκεπτών. Παρά τη μικρή κάμψη στη διαδικτυακή φήμη, η Ελλάδα εξακολουθεί να ξεπερνά παραδοσιακές δυνάμεις του ευρωπαϊκού τουρισμού, όπως η Ισπανία, η Ιταλία και η Πορτογαλία, κατακτώντας κορυφαίες βαθμολογίες εμπειρίας. Μέσα σε αυτό το ευρύτερο πλαίσιο, η Θεσσαλία ξεχωρίζει όλο και περισσότερο ως αναδυόμενος, πολυδιάστατος προορισμός, με πλούσιο φυσικό περιβάλλον, έντονη πολιτιστική ταυτότητα και ισχυρό αποτύπωμα φιλοξενίας.

Η Θεσσαλία κατέγραψε βαθμολογία 9,4 στη συνολική ικανοποίηση επισκεπτών, κατακτώντας την τρίτη θέση πανελλαδικά, μαζί με τη Δυτική Ελλάδα. Η επίδοση αυτή δεν είναι τυχαία· αντανακλά τη συνεχή βελτίωση των υποδομών, την αναβάθμιση των τουριστικών υπηρεσιών και την αυθεντικότητα της εμπειρίας που προσφέρεται στον ταξιδιώτη.

**Τα Μετέωρα και το Πήλιο αποτελούν πυλώνες της τουριστικής ταυτότητας της Θεσσαλίας, συνδυάζοντας πολιτισμό, φύση, αυθεντικότητα και εναλλακτικές εμπειρίες που προσελκύουν διεθνές κοινό**



Οι επισκέπτες εκφράζουν υψηλά ποσοστά ικανοποίησης από τη φιλοξενία (9,5), την πολιτιστική εμπειρία (9,5) και την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών, ενώ ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στη φυσική ομορφιά της περιοχής, από τον Όλυμπο και τα Μετέωρα έως το Πήλιο και τις ακτές του Αιγαίου.

Η έρευνα υπογραμμίζει ότι οι περιφέρειες με πολυμορφία φυσικών τοπίων και εναλλακτικών εμπειριών συγκεντρώνουν ολοένα και μεγαλύτερο ενδιαφέρον από το διεθνές κοινό. Σε αυτό το πλαίσιο, η Θεσσαλία αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα περιοχής που μπορεί να προσφέρει τουρισμό τεσσάρων

εποχών: ορεινό, παραθαλάσσιο, πολιτιστικό, αγροτουριστικό και θρησκευτικό.

## Παγκόσμιο σημείο αναφοράς τα Μετέωρα

Κορυφαίο αξιοθέατο της Θεσσαλίας, και σημείο-σύμβολο για τον ελληνικό τουρισμό, παραμένουν τα Μετέωρα. Η μοναδικότητα του φυσικού τοπίου, σε συνδυασμό με τη βαθιά θρησκευτική και ιστορική σημασία των μονών, δημιουργεί μια εμπειρία που συγκινεί επισκέπτες από όλο τον κόσμο. Η έρευνα του ΙΝΣΕΤΕ καταγράφει αυξημένες αναφορές των Μετεώρων στα διεθνή μέσα κοινωνικής δικτύωσης, με υψηλούς δείκτες θετικής φήμης, γεγονός που επιβεβαιώνει τη δυναμική της περιοχής στην προβολή του ελληνικού πολιτισμού και πνευματικότητας.

Πέρα από τον θρησκευτικό τουρισμό, τα Μετέωρα αποτελούν και κόμβο εναλλακτικών δραστηριοτήτων, όπως πεζοπορία, αναρρίχηση και φωτογραφικός τουρισμός, προσελκύοντας κοινό υψηλής εισοδηματικής στάθμης και αυξημένης οικολογικής συνείδησης.

## Πήλιο: Βουνό και θάλασσα

Στο ανατολικό τμήμα της Περιφέρειας, το Πήλιο συνεχίζει να αποτελεί εμβληματικό παράδειγμα συνύπαρξης βουνού και θάλασσας. Οι επισκέπτες εκφράζουν ιδιαίτερη ικανοποίηση από τη φυσική αρμονία, την παραδοσιακή αρχιτεκτονική και τη γαστρονομία, στοιχεία που



κατατάσσουν τη Θεσσαλία ανάμεσα στους πιο «ανθρώπινους» προορισμούς της Ελλάδας. Η γαστρονομική εμπειρία, αν και δεν καταγράφει τις υψηλότερες επιδόσεις πανελλαδικά (9,0–9,2), εντούτοις αναδεικνύεται σε σημαντικό στοιχείο διαφοροποίησης. Τοπικά προϊόντα, όπως τα μήλα Ζαγοράς, το τσίπουρο Τυρνάβου και τα τυριά Ελασσόνας, προσδίδουν ξεχωριστή ταυτότητα στη γεύση της περιοχής.

Οι ακτές του Παγασητικού και του Αιγαίου ενισχύουν το προφίλ της Θεσσαλίας ως παραθαλάσσιου προορισμού υψηλής ποιότητας, με παραλίες που διακρίνονται για την καθαρότητα και τη φυσική τους ομορφιά. Παράλληλα, τα νησιά των Σποράδων, και ιδίως η Σκιάθος και η Σκόπελος, λειτουργούν συμπληρωματικά, προσφέροντας εμπειρίες πιο κοσμιοπολίτικου χαρακτήρα.

Υψηλό επίπεδο φιλοξενίας

Η Θεσσαλία ξεχώρισε για το υψηλό επίπεδο φιλοξενίας, το οποίο καταγράφηκε στο 9,5, τιμή που τη φέρνει ισότιμα δίπλα στην Αττική και τη Δυτική Ελλάδα. Η παραδοσιακή ευγένεια, η οικογενειακή λειτουργία πολλών επιχειρήσεων και η προσωπική επαφή με τον επισκέπτη δημιουργούν ένα κλίμα αυθεντικότητας που εκτιμάται ιδιαίτερα από τους ταξιδιώτες.

Παράλληλα, ο πολιτισμός αποτελεί σημαντικό πυλώνα τουριστικής ταυτότητας. Από τον αρχαιολογικό χώρο των Φερών και το Δίον έως τα λαογραφικά μουσεία και τα φεστιβάλ παραδοσιακής μουσικής, η Θεσσαλία αναδεικνύει μια

πλούσια πολιτιστική κληρονομιά που παραμένει ζωντανή. Οι θεματικές μορφές τουρισμού —πολιτιστικός, εκπαιδευτικός, φυσιολατρικός— αποτελούν στρατηγικά πεδία ανάπτυξης, στα οποία η Περιφέρεια επενδύει μεθοδικά τα τελευταία χρόνια.

Χαμηλές επιδόσεις στη βιωσιμότητα

Παρά τις εξαιρετικές επιδόσεις σε φιλοξενία και πολιτισμό, η έρευνα του ΙΝΣΕΤΕ εντοπίζει χαμηλότερες επιδόσεις στη βιωσιμότητα για τη Θεσσαλία (7,3). Το εύρημα αυτό συνδέεται με τη χαμηλή διείσδυση περιβαλλοντικών πιστοποιήσεων σε ξενοδοχειακές μονάδες και με την περιορισμένη υιοθέτηση πράσινων πρακτικών στον ευρύτερο τουριστικό κύκλο. Η έκθεση προτείνει την ενίσχυση δράσεων που σχετίζονται με ενεργειακή αποδοτικότητα, διαχείριση απορριμμάτων και προστασία υδάτινων πόρων, επισημαίνοντας ότι οι νεότερες γενιές ταξιδιωτών επιλέγουν ολοένα και περισσότερο προορισμούς με ισχυρό οικολογικό αποτύπωμα. Η Θεσσαλία, με το πλούσιο φυσικό της κεφάλαιο και τη μεγάλη εξάρτηση από το αγροτικό περιβάλλον, μπορεί να μετατρέψει αυτήν την πρόκληση σε ευκαιρία.

Προοπτικές ανάπτυξης

Η τουριστική ανάπτυξη της Θεσσαλίας δεν περιορίζεται μόνο σε αριθμούς επισκεπτών αλλά αφορά και την ποιοτική αναβάθμιση των υποδομών. Νέα ξενοδοχειακά συγκροτήματα, μικρές οικοτουριστικές μονάδες και αγροτουριστικά



καταλύματα ενισχύουν το τουριστικό προϊόν της περιοχής, ενώ η βελτίωση της συνδεσιμότητας μέσω του αεροδρομίου της Νέας Αγχιάλου και των οδικών αξόνων αυξάνει την προσβασιμότητα.

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας έχει εντάξει σε στρατηγικά σχέδια προώθησης θεματικών διαδρομών, όπως ο Θεσσαλικός Οδοιπορικός Πολιτισμός και οι Δρόμοι του Οίνου, με στόχο την εξάπλωση του τουριστικού ενδιαφέροντος πέρα από την καλοκαιρινή περίοδο.

Σε σύγκριση με άλλες περιφέρειες, η Θεσσαλία επιτυγχάνει να ισορροπήσει ανάμεσα στον μαζικό και τον εναλλακτικό τουρισμό. Δεν διαθέτει την κορεσμένη δυναμική των Κυκλάδων ή της Κρήτης, όμως προσφέρει μια πιο ήρεμη, βιωματική και αυθεντική εμπειρία, που αναζητούν οι ταξιδιώτες της νέας εποχής.

Η σύνδεση με φυσικά τοπία, η ποικιλία δραστηριοτήτων και η προσήλωση στην παράδοση καθιστούν τη Θεσσαλία έναν από τους πιο υποσχόμενους προορισμούς της ηπειρωτικής Ελλάδας.

Η εικόνα των Περιφερειών

Η έρευνα του ΙΝΣΕΤΕ αποδεικνύει ότι ο ελληνικός τουρισμός διατηρεί ισχυρά ποιοτικά χαρακτηριστικά και ευρύ φάσμα επιλογών για τον επισκέπτη. Αναλυτικά, η τουριστική εμπειρία ανά Περιφέρεια:

**Πολιτισμός:** Η Θεσσαλία και η Δυτική Ελλάδα (και οι δύο με 9,5) σημείωσαν την υψηλότερη ικανοποίηση, ακολουθούμενες από τις Κυκλάδες (9,4) και την Πελοπόννησο (9,2), αναδεικνύοντας την ικανότητα της Ελλάδας να διατηρεί

ζωντανές την κληρονομιά και την παράδοση.

**Εμπειρία στη θάλασσα:** Η Πελοπόννησος και η Ήπειρος (9,4) προσέφεραν τις καλύτερες εμπειρίες, ενώ το Βόρειο Αιγαίο (8,2) υστερούσε σε αυτή τη διάσταση της τουριστικής εμπειρίας.

**Γαστρονομία:** Η Δυτική Ελλάδα (9,3), τα Ιόνια Νησιά και η Κρήτη (9,2) βρέθηκαν στην κορυφή της γαστρονομικής ικανοποίησης. Η Δυτική Μακεδονία ξεχώρισε με 9,6, αν και με περιορισμένο όγκο αξιολογήσεων.

**Φιλοξενία:** Η Δυτική Ελλάδα, η Θεσσαλία και η Αττική (όλες 9,5) επιβεβαίωσαν τη δύναμη της Ελλάδας στην εξυπηρέτηση, ενώ τα Ιόνια Νησιά (9,6) πέτυχαν την υψηλότερη βαθμολογία. Το Βόρειο Αιγαίο (8,5) βελτιώθηκε ελαφρώς, αλλά παρέμεινε κάτω από τον μέσο όρο.

**Σχέση Ποιότητας-Τιμής:** Η Δυτική Μακεδονία (10,0), η Δυτική Ελλάδα (9,3) και η Στερεά Ελλάδα (9,3) νγήθηκαν, ενώ στη Ανατολική Μακεδονία και Θράκη (8,2) υπάρχουν περιθώρια βελτίωσης.

**Βιωσιμότητα:** Η Δυτική Μακεδονία (10,0) και η Δυτική Ελλάδα (9,3) ξεχώρισαν στη θετική στάση απέναντι στα βιώσιμα ταξίδια, με την Ήπειρο (9,1) να ακολουθεί. Αντίθετα, η Θεσσαλία (7,3), η Κρήτη (7,7) και η Στερεά Ελλάδα (7,9) δείχνουν περιορισμένη πρόοδο.

**Υγιεινή:** Η Δυτική Ελλάδα (9,3), το Βόρειο Αιγαίο (8,7) και η Κεντρική Μακεδονία (8,7) σημείωσαν τις υψηλότερες επιδόσεις. Τα Ιόνια Νησιά (7,1) και η Στερεά Ελλάδα (7,3) υποαπέδωσαν πιθανόν λόγω εποχικής πίεσης.

Η χαμηλή επίδοση στη βιωσιμότητα (7,3) αποτελεί πρόκληση για την Περιφέρεια, αλλά και ευκαιρία για μετάβαση σε πιο πράσινο, οικολογικό μοντέλο τουρισμού που θα ενισχύσει τη διεθνή της εικόνα



ΜΙΛΑΕΙ ΣΤΗΝ «Π.Θ.»

# ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΝΑΣΙΚΑΣ

## «Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου πέραν από έναν απλό τόπο κατοικίας είναι και θέλουμε να είναι ένας τόπος εργασίας, δημιουργίας και ευημερίας»

Δήμαρχος Ρήγα Φεραίου - Γραμματέας ΠΕΔ Θεσσαλίας  
Πρόεδρος Δικτύου Ελληνικών Πόλεων (ΔΕΠΑΝ)

Συνέντευξη  
στην Έννη  
Λεβέντη

**Σ**ε μια περίοδο έντονων προκλήσεων αλλά και νέων προοπτικών για την τοπική αυτοδιοίκηση, ο Δήμος Ρήγα Φεραίου συνεχίζει να χαράζει σταθερά αναπτυξιακή πορεία, με επίκεντρο τον πρωτογενή τομέα, την περιβαλλοντική ευαισθησία και την κοινωνική συνοχή. Ο Δήμαρχος Ρήγα Φεραίου, κ. Δημήτρης Νασίκας, μιλά σε μια εκτενή συνέντευξη για τη σημερινή εικόνα της αγροτικής και κτηνοτροφικής παραγωγής, τις αναπτυξιακές πρωτοβουλίες που έχουν αλλάξει την καθημερινότητα των πολιτών, αλλά και για το όραμά του για έναν Δήμο σύγχρονο, βιώσιμο και συμμετοχικό.

Αναφέρεται στα έργα υποδομής, στα προγράμματα περιβαλλοντικής προστασίας, στην αξιοποίηση νέων τεχνολογιών, καθώς και στις πολιτικές στήριξης των νέων, των οικογενειών και των παραγωγών.

Με αφορμή, επίσης, την εορταστική περίοδο που πλησιάζει, παρουσιάζει το σχέδιο του Δήμου για τα φετινά Χριστούγεννα, που υπόσχονται να μεταμορφώσουν το Βελεστίνο σε έναν λαμπερό, φιλόξενο και χαρούμενο προορισμό.

**Κύριε Νασίκα, πώς αξιολογείτε σήμερα την κατάσταση του πρωτογενούς τομέα στον Δήμο σας — ειδικά την αγροτική και κτηνοτροφική παραγωγή — και ποιες είναι οι προτεραιότητές σας για τους επόμενους 12 μήνες;**

Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου είναι ένας δήμος με καθαρά αγροτικό και κτηνοτροφικό χαρακτήρα, άρα ο πρωτογενής τομέας είναι η «καρδιά» και ο πυλώνας της τοπικής μας οικονομίας. Η εικόνα σήμερα είναι μικτή έχοντας από τη μια δυναμικούς παραγωγούς και κτηνοτρόφους, με καλλιέργειες και κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις με προοπτική, από την άλλη όμως έχουμε τη δυσχερή κατάσταση στην οποία έχουν περιέλθει από τα θέματα ευλογίας σε κτηνοτροφικές μονάδες και από τις πλημυρές DANIEL και ELIAS και γενικότερα από τις ακραίες καιρικές καταστάσεις.

Για τους επόμενους 12 μήνες βάζουμε τέσσερις προτεραιότητες

- να στηριχθούν οι κτηνοτρόφοι και οι αγρότες μας αξιοποιώντας κάθε χρηματοδοτικό εργαλείο
- να προχωρήσουν γρηγορότερα όλα τα έργα αποκατάστασης και συγκεκριμένα υποδομές και πρόσβαση σε καλλιέργειες και κτηνοτροφικές μονάδες,
- να συνδέσουμε την παραγωγή με περιβαλλοντικές πρακτικές ώστε τα προϊόντα μας να είναι ποιοτικά ανα-

βαθμισμένα • να στηρίξουμε περισσότερο τους νεότερους παραγωγούς και κτηνοτρόφους της περιοχής μας, γιατί χωρίς αυτούς ο πρωτογενής τομέας δεν έχει συνέχεια.

**Ποιες ήταν οι βασικές αναπτυξιακές πρωτοβουλίες που υλοποιήσατε ή ξεκινήσατε κατά τη θητεία σας μέχρι σήμερα, και ποιες θεωρείτε ότι έφεραν ουσιαστική αλλαγή στη ζωή των κατοίκων;**

Κατά τη διάρκεια των έντεκα ετών της θητείας μου ως Δήμαρχος Ρήγα Φεραίου, προχωρήσαμε σε μια σειρά από αναπτυξιακές πρωτοβουλίες που άλλαξαν ουσιαστικά την εικόνα της περιοχής και την καθημερινότητα των κατοίκων του Δήμου.

Πρώτα απ' όλα, δώσαμε έμφαση στα έργα υποδομών, με εκτεταμένα δίκτυα ύδρευσης και αποχέτευσης, ασφαλοστρώσεις και βελτιώσεις του οδικού δικτύου, αναβαθμίσεις σχολικών μονάδων και κοινοχρήστων χώρων, καθώς και έργα αγροτικής οδοποιίας που στηρίζουν την τοπική παραγωγή.

Παράλληλα, επενδύουμε στην ενεργειακή και περιβαλλοντική αναβάθμιση του Δήμου και είμαστε στο τελευταίο στάδιο εγκατάστασης φωτισμού LED για εξοικονόμηση ενέργειας. Επίσης ολοκληρώσαμε αναπλάσεις που ενίσχυαν την ποιότητα ζωής και την ασφάλεια των πολιτών.

Στρατηγικής σημασίας υπήρξε και η προώθηση της πολιτιστικής και τουριστικής ταυτότητας του Δήμου Ρήγα Φεραίου, με ανάδειξη της ιστορικής κληρονομιάς του Ρήγα Βελεστινλή, καθώς και με τη δημιουργία δράσεων, εκδηλώσεων και έργων που αναδεικνύουν το Βελεστίνο και τις κοινότητές μας ως προορισμούς πολιτισμού, ιστορίας και φυσικής ομορφιάς.

Τέλος, δώσαμε προτεραιότητα σε δράσεις κοινωνικής συνοχής, ενίσχυσης της τοπικής επιχειρηματικότητας και συμμετοχής των πολιτών, δημιουργώντας έναν Δήμο πιο ανθρώπινο, σύγχρονο και λειτουργικό.

Οι παρεμβάσεις αυτές, σε συνδυασμό με τη συνεχή αξιοποίηση εθνικών και ευρωπαϊκών πόρων, έχουν φέρει ουσιαστική βελτίωση στο βιοτικό επίπεδο των κατοίκων, συμβάλλοντας στη σταθερή αναπτυξιακή πορεία του Δήμου Ρήγα Φεραίου.

**Ο Δήμος δραστηριοποιείται σε περιβαλλοντικά και αγροτικά θέματα, για παράδειγμα, πρόσφατα διοργανώσατε ημερίδα για τη διαχείριση των κενών συσκευασιών φυτοφαρμάκων, Υποστηρίζετε πρόγραμμα προστασίας της άγριας ζωής της Κάρλας, Πώς βλέπετε τη σύνδεση μεταξύ αγροτικής παραγωγής, περιβάλλοντος και τοπικής ανάπτυξης;**

Υπάρχει απόλυτη σύνδεση και σχέση μεταξύ αγροτι-

κής παραγωγής, περιβάλλοντος και τοπικής ανάπτυξης. Γι' αυτό και εμείς ως Δημοτική Αρχή διοργανώνουμε συνεχώς δράσεις ενημέρωσης για θέματα της τοπικής μας οικονομίας και δώσαμε ιδιαίτερη έμφαση στη σωστή διαχείριση των κενών συσκευασιών φυτοφαρμάκων, γιατί αυτό είναι ένα από τα πιο συγκεκριμένα περιβαλλοντικά αποτυπώματα του αγρότη. Συγκεκριμένα ο Δήμος Ρήγα Φεραίου επειδή ηγείται σε ζητήματα περιβάλλοντος και υγείας, διοργάνωσε με μεγάλη επιτυχία μία ημερίδα με θέμα την ορθολογική και ολοκληρωμένη διαχείριση των κενών και ρυπασμένων συσκευασιών φυτοφαρμάκων, αναδεικνύοντας και δίνοντας λύση σε ένα από τα πιο σοβαρά ζητήματα που αφορούν τόσο την αγροτική παραγωγή, όσο και την προστασία του περιβάλλοντος και της δημόσιας υγείας. Προτείναμε την εφαρμογή ενός ολοκληρωμένου, σύγχρονου και απόλυτα ασφαλούς συστήματος επεξεργασίας των κενών συσκευασιών φυτοφαρμάκων.

Σχετικά με τα προγράμματα προστασίας της άγριας ζωής της λίμνης Κάρλας, είμαστε σε απόλυτη συνεργασία με τον ΟΦΥΠΕΚΑ, δηλαδή τον πρώην Φορέα Διαχείρισης της Κάρλας.

**Αναφορικά με το νερό, από ποια σημεία αντλεί ύδρευση ο Δήμος Ρήγα Φεραίου και ποια είναι η κατάσταση των υποδομών ύδρευσης και δικτύου σήμερα;**

Η ύδρευση του Δήμου οργανώνεται και λειτουργεί μέσα από τη ΔΕΥΑ Ρήγα Φεραίου, η οποία έχει αναλάβει να διαχειριστεί το σύνολο των γεωτρήσεων, δεξαμενών και το δίκτυο διανομής που καλύπτει την πόλη του Βελεστίνου και τις Κοινότητες του Δήμου Ρήγα Φεραίου. Σημαντικό έργο είναι η εγκατάσταση ενός ολοκληρωμένου συστήματος τηλεμετρίας και αυτοματισμών, ώστε κάθε αντλιοστάσιο και κάθε δεξαμενή να είναι «ορατή» στο κέντρο ελέγχου και να παρεμβαίνουμε πριν γίνει μεγάλη διαρροή ή βλάβη. Αυτό είναι μεγάλη αναβάθμιση για ένα περιφερειακό δήμο και έχουμε οδηγηθεί πλέον σε έξυπνη διαχείριση νερού. Παράλληλα, έχουν ολοκληρωθεί έργα αντικατάστασης παλαιών τμημάτων δικτύου, και είναι σε εξέλιξη έργα αποχέτευσης σε οικισμούς.

**Με δεδομένο το έντονο αγροτικό-ημιαγροτικό χαρακτήρα της περιοχής, ποιες είναι οι δυσκολίες που συναντάτε σε θέματα υποδομών (οδικό δίκτυο, άρδευση, ψηφιακή σύνδεση) και πώς τις αντιμετωπίζετε;**

Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου, με τον έντονα αγροτικό του χαρακτήρα και τη μεγάλη διασπορά οικισμών, αντιμετωπίζει διαχρονικά προκλήσεις σε βασικές υποδομές που συνδέονται άμεσα με την καθημερινότητα των κατοίκων και την παραγωγική δραστηριότητα.

Στο οδικό δίκτυο, η κύρια δυσκολία εντοπίζεται στη συντήρηση και αναβάθμιση του εκτεταμένου αγροτικού οδικού δικτύου, που εξυπηρετεί την πρόσβαση σε καλλιέργειες και κτηνοτροφικές μονάδες. Οι καιρικές συνθήκες, η συνεχής χρήση από βαριά μηχανήματα και η έλλειψη παλαιότερα επαρκούς χρηματοδότησης επιβάρυναν το δίκτυο.

Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια ο Δήμος προχωρά σε συστηματικές παρεμβάσεις βελτίωσης μέσα από προγράμματα του Υπουργείου Εσωτερικών, την Περιφέρεια Θεσσαλίας και ίδιους πόρους. Παράλληλα, γίνεται χαρτογράφηση και προτεραιοποίηση τμημάτων υψηλής παραγωγικής σημασίας, ώστε οι παρεμβάσεις να έχουν το μεγαλύτερο δυνατό όφελος για τους αγρότες.

Στον τομέα της άρδευσης, η βασική πρόκληση είναι η γήρανση των υποδομών και η απώλεια υδάτων από τα υφιστάμενα δίκτυα. Ο Δήμος εκπονεί μελέτες εκσυγχρονισμού αρδευτικών δικτύων και διεκδικεί εντάξεις σε χρηματοδοτικά προγράμματα, με στόχο τη μείωση του κόστους άρδευσης, την εξοικονόμηση νερού και την ενεργειακή αυτονομία μέσω φωτοβολταϊκών συστημάτων.

Σε ό,τι αφορά την ψηφιακή σύνδεση, αν και τα τελευταία χρόνια σημειώνεται πρόοδος, υπάρχουν ακόμη οικισμοί με ανεπαρκή ευρυζωνική κάλυψη. Ο Δήμος διευρύνει την επέκταση των οπτικών ινών και την ανάπτυξη σημείων δωρεάν πρόσβασης σε ιντερνέτ (Free Wi-Fi) σε κοινόχρηστους χώρους. Παράλληλα, προωθεί ψηφιακές υπηρεσίες προς τους πολίτες και τους αγρότες.

Συνολικά, ο Δήμος Ρήγα Φεραίου αντιμετωπίζει τις δυσκολίες με σχέδιο, αξιοποίηση πόρων και συνεργασίες με κρατικούς, περιφερειακούς και ιδιωτικούς φορείς, επιδιώκοντας να έχουμε έναν Δήμο που υποστηρίζει τον αγροτικό κόσμο, σύγχρονο, λειτουργικό και προβάσιμο και οπωσδήποτε βιώσιμο.

**Θα μπορούσατε να μας μιλήσετε για το νέο δημοτικό ραδιόφωνο στο Δήμο; -ποιος είναι ο στόχος του, ποιο κοινό στοχεύει και πώς μπορεί να ενδυναμώσει τη συμμετοχή των πολιτών;**

Το διαδικτυακό δημοτικό ραδιόφωνο «radiovestinoonair» το οποίο θα εγκαινιάσουμε σε λίγες ημέρες, έχει σχεδιαστεί να είναι εργαλείο επικοινωνίας και συμμετοχής και όχι απλά μία ακόμη «μουσική συχνότητα». Χαίρομαι ιδιαίτερα για τη συμμετοχή νέων ανθρώπων σε αυτό το εγχείρημα οι οποίοι ετοίμασαν ένα πρόγραμμα χωρίς προκαταλήψεις, αποκλεισμούς και σκοπιμότητες, επιδιώκοντας να αναπτύξουν μια αμφίδρομη σχέση με τους ακροατές μας. Στόχος μας είναι να μεταφέρονται στον δημότη μέσω εκπομπών θέματα για τον αθλητισμό, την υγεία, τον πολιτισμό, την εξέλιξη των έργων του Δήμου μας, τις πολιτιστικές μας δράσεις που οργανώνουμε και παράλληλα να δίνει βήμα σε συλλόγους, σχολεία και νέους ανθρώπους.

**Πώς αξιολογείτε σήμερα το ανθρώπινο δυναμικό και ειδικότερα τη νεολαία στον Δήμο σας; Σκέφτεστε κάποιο σχέδιο ώστε να παραμείνει ο κόσμος ή ακόμα και να επιστρέψει στην περιοχή;**

Το ανθρώπινο δυναμικό του Δήμου Ρήγα Φεραίου χαρακτηρίζεται από εργατικότητα, δημιουργικότητα και ισχυρούς δεσμούς με τον τόπο. Παράλληλα, παρατηρείται διαχρονικά ένα φαινόμενο δημογραφικής γήρανσης και «διαρροής» νέων ανθρώπων προς τα μεγάλα αστικά κέντρα ή το εξωτερικό, κυρίως λόγω περιορισμένων ευκαιριών απασχόλησης και επαγγελματικής εξέλιξης. Ωστόσο, η νέα γενιά του Δήμου μας διαθέτει αξιόλογο μορφωτικό επίπεδο και δεξιότητες που μπορούν να αξιοποιηθούν στην τοπική ανάπτυξη, ιδιαίτερα στους τομείς του αγροδιατροφικού τομέα, του πολιτισμού, του τουρισμού και της ψηφιακής οικονομίας.

Για την αντιστροφή της τάσης φυγής και την ενίσχυση της παραμονής ή και της επιστροφής των νέων, ο Δήμος μας σχεδιάζει μια πολυεπίπεδη στρατηγική, που περιλαμβάνει:

Δημιουργία κινήτρων για νέες επιχειρηματικές πρωτοβουλίες, με έμφαση στις τοπικές πρώτες ύλες, την αγροδιατροφή και την καινοτομία.

Ανάδειξη του πολιτιστικού και φυσικού κεφαλαίου της περιοχής ώστε να ενισχυθεί ο τουρισμός και να δημιουργηθούν νέες θέσεις εργασίας.

Προγράμματα κατάρτισης και συνεργασίας με εκπαιδευτικά και ερευνητικά ιδρύματα, για να συνδεθεί η γνώση με την τοπική παραγωγή.

Στόχος μας είναι ο Δήμος Ρήγα Φεραίου να εξελιχθεί σε έναν ελκυστικό τόπο ζωής, δημιουργίας και επιστροφής, όπου το ανθρώπινο δυναμικό θα αποτελεί τον βασικό μοχλό ανάπτυξης.

**Πώς βλέπετε τον ρόλο του Δήμου στην ενίσχυση της επιχειρηματικότητας και του συνεταιριστικού πνεύματος μεταξύ των παραγωγών υπάρχουν συγκεκριμένα χρηματοδοτικά εργαλεία;**

Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου βλέπει την ενίσχυση της επιχειρηματικότητας και του συνεταιριστικού πνεύματος ως βασικό άξονα της τοπικής ανάπτυξης. Στόχος μας είναι να δημιουργήσουμε ένα ευνοϊκό περιβάλλον για τους παραγωγούς, τους επαγγελματίες και τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις, αξιοποιώντας τη δυναμική της περιοχής, την αγροδιατροφική της ταυτότητα και το πολιτιστικό της απόθεμα.

Πρωθούμε δράσεις που ενθαρρύνουν τη συνεργασία και τη συλλογικότητα, όπως η δημιουργία τοπικών συνεργειών και ομάδων παραγωγών, η στήριξη αγροτικών συνεταιρισμών και κοινοτικών

**Όταν είμαστε ενωμένοι, περνάμε από τη διαχείριση κρίσης στη σταθερή ανάπτυξη**

**Προτεραιότητά μας είναι να στηρίξουμε την παραγωγή, να δώσουμε πραγματικές ευκαιρίες στους νέους και να ενισχύσουμε την κοινωνική συνοχή**

**Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου πέραν από έναν απλό τόπο κατοικίας είναι και θέλουμε να είναι ένας τόπος εργασίας, δημιουργίας και ευημερίας**

## «Η επόμενη δημοτική περίοδος είναι η περίοδος όπου οι βάσεις που βάλαμε τώρα μπορούν να μετατραπούν σε απτά αποτελέσματα για την καθημερινότητα των πολιτών»

συνεταιριστικών επιχειρήσεων (ΚΟΙΝΣΕΠ), καθώς και η διασύνδεση των τοπικών προϊόντων με τον τουρισμό και την πολιτιστική ταυτότητα του τόπου.

Παράλληλα, ο Δήμος λειτουργεί ως συνδετικός κρίκος με τα διαθέσιμα χρηματοδοτικά εργαλεία, τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Η Δημοτική Αρχή επιδιώκει να ενδυναμώσει τους τοπικούς παραγωγούς και καλλιεργεί ένα νέο πνεύμα συνεργασίας και εξωστρέφειας που θα στηρίξει την τοπική οικονομία και θα αναδείξει τη μοναδική ταυτότητα του Δήμου Ρήγα Φεραίου.

**Ένα θέμα που απασχολεί πολλούς είναι οι τοπικές πολιτικές κοινωνικής στήριξης. Πώς σχολιάζετε την πρωτοβουλία άλλου Δήμου της Μαγνησίας να δίνει επίδομα για τη γέννηση παιδιού στους κατοίκους; Θεωρείτε ότι κάτι ανάλογο μπορεί να εφαρμοστεί και στον Δήμο Ρήγα Φεραίου;**

Ναι, είναι μια ιδέα που αξίζει να τη δούμε σοβαρά. Εμείς είμαστε Δήμος που θέλει να κρατήσει και να αυξήσει τον πληθυσμό του. Ένα δημοτικό επίδομα γέννησης, ακόμη και μικρό, είναι σήμα ότι ο Δήμος στηρίζει την οικογένεια. Η εφαρμογή του, βέβαια, πρέπει να γίνει με κανόνες και σύμφωνα με τις δυνατότητες του προϋπολογισμού μας, να μπαίνουν κριτήρια (μόνιμη κατοικία, πρώτη ή δεύτερη γέννα κ.λπ.) και να μην αδικεί άλλες κοινωνικές ανάγκες. Άρα ναι, μπορώ να το στηρίξω ως κατεύθυνση, αρκεί να το κοστολογήσουμε και να το αποφασίσει το Δημοτικό Συμβούλιο και δε σας κρύβω ότι ένας αρχικός σχεδιασμός έχει ήδη πραγματοποιηθεί.

Χαρακτηριστικό είναι ότι κεντρικό σημείο των ανακοινώσεων του Υπουργού Εσωτερικών στο ετήσιο συνέδριο της ΚΕΔΕ στην Αλεξανδρούπολη είναι το επίδομα γέννησης έως 3.000 ευρώ το οποίο μπορούν πλέον να θεσπίσουν οι Δήμοι που θέλουν να στηρίξουν τις γεννήσεις στην περιοχή τους.

**Διαπιστώνετε ανισότητες εντός της δημοτικής ενότητας;**

Τα τελευταία χρόνια στον Δήμο Ρήγα Φεραίου έχουν συντελεστεί σημαντικές αλλαγές που βελτίωσαν αισθητά το βιοτικό επίπεδο και την ποιότητα ζωής των κατοίκων. Η βελτίωση του οδικού δικτύου, η ενίσχυση των σχολικών υποδομών και των παιδικών σταθμών, οι παρεμβάσεις σε κοινόχρηστους χώρους, αλλά και οι δράσεις για καθαριότητα και ανακύκλωση, έχουν αναβαθμίσει την εικόνα των οικισμών και έχουν ενισχύσει το αίσθημα ασφάλειας και ευημερίας των πολιτών. Παράλληλα, η πρωώθηση πολιτιστικών και αθλητικών δραστηριοτήτων, σε συνδυασμό με την αξιοποίηση της ιστορίας και της φυσικής ομορφιάς της περιοχής, ενισχύει την κοινωνική συνοχή και την εξωστρέφεια του Δήμου. Όσον αφορά τις δημοτικές ενότητες, παρότι υπάρχουν διαφορετικά χαρακτηριστικά και ανάγκες ανά περιοχή, δεν διαπιστώνεται ουσιαστική ανισότητα. Ο Δήμος εφαρμόζει ενιαία πολιτική ισόρροπης ανάπτυξης, φροντίζοντας κάθε ενότητα — αστική ή αγροτική — να απολαμβάνει ίσες ευκαιρίες βελτίωσης των υποδομών, της πρόσβασης σε υπηρεσίες και της συμμετοχής στα κοινά. Η ισότιμη μεταχείριση και η συμμετοχή των τοπικών κοινοτήτων στη λήψη αποφάσεων αποτελούν βασική προτεραιότητα της δημοτικής διοίκησης.

Συνολικά, ο Δήμος Ρήγα Φεραίου παρουσιάζει θετική πορεία, με αισθητή αναβάθμιση της ποιότητας ζωής, αυξημένη συμμετοχή των πολιτών και ισόρροπη ανάπτυξη σε όλη του την έκταση — στοιχεία που ενισχύουν την προοπτική ενός Δήμου σύγχρονου, ανθρώπινου και βιώσιμου.

**Αναφορικά με την επόμενη δημοτική περίοδο, θα είστε εκ νέου υποψήφιος Δήμαρχος; Ποιο είναι το πολιτικό-ηθικό-αναπτυξιακό σας κίνητρο για να διεκδικήσετε (ή όχι) ξανά το αξίωμα;**

Η απόφαση για μια νέα υποψηφιότητα δεν είναι προσωπική φιλοδοξία, αλλά ευθύνη απέναντι στους ανθρώπους του Δήμου Ρήγα

Φεραίου. Αν επιλέξω να διεκδικήσω ξανά το αξίωμα του Δημάρχου, θα το κάνω γιατί πιστεύω ότι έχουμε ακόμη έργο να ολοκληρώσουμε. Η επόμενη δημοτική περίοδος είναι κρίσιμη: είναι η περίοδος όπου οι βάσεις που βάλαμε τώρα μπορούν να μετατραπούν σε απτά αποτελέσματα για την καθημερινότητα των πολιτών, την ανάπτυξη του τόπου και τη συλλογική μας αυτοπεποίθηση. Το ηθικό μου κίνητρο παραμένει το ίδιο με την πρώτη ημέρα — η διάθεση προσφοράς, η πίστη ότι η τοπική αυτοδιοίκηση μπορεί να λειτουργήσει με διαφάνεια, συνέπεια και ουσιαστικό όραμα. Πολιτικά, με ενδιαφέρει μια δημοτική διοίκηση που δεν αναπαράγει τα λάθη του παρελθόντος, αλλά δημιουργεί νέες προοπτικές για όλους. Και αναπτυξιακά, με εμπνέει η ιδέα ενός Δήμου που αξιοποιεί τη δυναμική του — την ιστορία, τη γεωγραφική του θέση, τους ανθρώπους του — ώστε να γίνει πρότυπο συμμετοχικής και βιώσιμης ανάπτυξης.

Εν ολίγοις, με ενδιαφέρει να συνεχίσουμε να αλλάζουμε τον Δήμο Ρήγα Φεραίου προς το καλύτερο, με σχέδιο, εντιμότητα και πίστη στις δυνάμεις μας.

**Πώς σχεδιάζετε τα Χριστούγεννα; Η περιοχή πέρασε πολλά. Ετοιμάζετε μια γιορτινή ατμόσφαιρα για Δημότες και επισκέπτες;**

Φέτος ο Δήμος μας μεταμορφώνεται σε ένα λαμπερό, μαγικό προορισμό. Στις 6 Δεκεμβρίου ανάβουμε όλοι μαζί το νέο χριστουγεννιάτικο δέντρο και ανοίγουμε τις πύλες του «Βασιλείου των Χριστουγέννων» που θα γεμίζει χαμόγελα, μουσική και εκπλήξεις στην πόλη μας μέχρι τις 7 Ιανουαρίου. Στις 12,13 και 14 Δεκεμβρίου μικροί και μεγάλοι ταξιδεύουμε δωρεάν με το τρενάκι των Χριστουγέννων στους δρόμους της πόλης του Βελεστίου ενώ στις 23 Δεκεμβρίου ζούμε τη μαγεία της Μεγάλης Χριστουγεννιάτικης Παρέλασης, ένα φαντασμαγορικό θέαμα φωτός, χαράς και εορταστικής ενέργειας. Σε όλες τις κοινότητες θα έχουμε δράσεις, μουσικές, εδέσματα, ξωτικά και μαγεία που θα πλημμυρίσουν το Δήμο μας. Ένα ολόκληρο χριστουγεννιάτικο παραμύθι ζωντανεύει στο Δήμο Ρήγα Φεραίου και σας καλούμε όλους να γίνετε μέρος του.

**Τέλος, τι μήνυμα θέλετε να στείλετε στους δημότες σας για το μέλλον της περιοχής -σε αγροτικούς παραγωγούς, νέους, οικογένειες-υπό το πρίσμα της τοπικής ανάπτυξης και της κοινωνικής συνοχής;**

Γνωρίζουμε τις δυσκολίες της καθημερινότητας, την καθολική ζημιά που έχουν υποστεί οι κτηνοτρόφοι μας, τις ανάγκες των υποδομών, τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής που δοκιμάζουν την τοπική μας οικονομία και την καθημερινότητά μας. Παρ' όλα αυτά, ως δημοτική αρχή είμαστε αποφασισμένοι να τις αντιμετωπίσουμε μαζί. Προτεραιότητά μας είναι να στηρίξουμε την παραγωγή, να διασφαλίσουμε σύγχρονες και ανθεκτικές υποδομές, να δώσουμε πραγματικές ευκαιρίες στους νέους και να ενισχύσουμε την κοινωνική συνοχή, ώστε καμία τοπική κοινότητα και καμία οικογένεια να μη μένει πίσω. Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου πέραν από έναν απλό τόπο κατοικίας είναι και θέλουμε να είναι ένας τόπος εργασίας, δημιουργίας και ευημερίας. Με συνεργασία, διάλογο και ενεργή συμμετοχή, μπορούμε να τον αναδείξουμε. Το μήνυμά μου είναι σαφές, ο Δήμος μας μας έχει μέλλον γιατί έχει ανθρώπους που παράγουν. Στους ασχολούμενους με τον πρωτογενή τομέα μεταφέρω το ότι θα συνεχίσουμε να επενδύουμε σε υποδομές και να αξιοποιούμε όλα τα χρηματοδοτικά εργαλεία. Απευθυνόμενος στους νέους τονίζω ότι ο Δήμος αλλάζει, ψηφιοποιείται, βελτιώνει τις υπηρεσίες του, αποκτά υποδομές που επιτρέπουν να ζήσουν και να επενδύσουν επιχειρηματικά, ακόμη και με νέες μορφές απασχόλησης. Στις ευπαθείς ομάδες του Δήμου μας αποδεικνύουμε καθημερινά τη στήριξή μας μέσα από τις ιδιαίτερα δραστήριες κοινωνικές δομές του Δήμου και δεσμεύομαι ότι στο μέτρο που το επιτρέπουν τα οικονομικά μας, θα συνεχίσουμε τις κοινωνικές πολιτικές που στηρίζουν την καθημερινότητά τους και παραμονή τους στον τόπο μας. Και σε όλους μαζί θυμίζω κάτι που αποδείξαμε στις πλημμύρες και στις δύσκολες περιόδους που περάσαμε ως Δήμος όταν είμαστε ενωμένοι, περνάμε από τη «διαχείριση κρίσης» στη «σταθερή ανάπτυξη». Αυτός είναι ο στόχος μου ως δήμαρχος και σε αυτό τους καλώ να συμπορευτούμε.





**FORMedia Radio 99,8**

**ENNI TIME IS A GOOD TIME**

**12:00**

**12:00 – 14:00 | «ENNI TIME IS A GOOD TIME»** με την Έννη Λεβέντη & τον Κώστα Ανέστη **LIVE**

Η αγαπημένη εκπομπή της Μαγνησίας τώρα στο FORMedia Radio 99,8! Η Έννη Λεβέντη, με τη χαρακτηριστική της αμεσότητα και τον τρόπο που ξέρει να συνδέεται με το κοινό, επιστρέφει δυναμικά στο ραδιόφωνο παρέα με τον Κώστα Ανέστη. Δύο ώρες γεμάτες ενημέρωση, ελεύθερη συζήτηση και χαμόγελο – γιατί η επικαιρότητα δεν χρειάζεται να είναι βαριά για να είναι ουσιαστική. Με φρέσκο αέρα, εναλλακτική ματιά στα γεγονότα, αλλά και παρεμβάσεις που προκαλούν διάλογο, η εκπομπή «ENNI TIME IS A GOOD TIME» έρχεται για να δώσει ρυθμό στα μεσημέρια μας και να μας κάνει να απολαμβάνουμε ακόμα περισσότερο τον απογευματινό χρόνο. Εδώ, η ενημέρωση γίνεται πιο ζωντανή, οι συζητήσεις πιο ουσιαστικές και η παρέα πιο απολαυστική!



**FORMedia Radio 99,8**

**Τελευταίο θρανίο!**

**18:00**

**18:00 – 20:00 | «ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΘΡΑΝΙΟ»** με τον Βασίλη Μηνά **LIVE**

Τελευταίο θρανίο ή μπροστά; Καθημερινά ο Βασίλης Μηνάς επιλέγει για εσάς εμμο-νικά από το τελευταίο θρανίο μουσικάρες, τα καλύτερα τραγούδια όλων των εποχών. Βρίσκει πως έχει μια ιδιαίτερη γοητεία το «τελευταίο θρανίο» και ίσως γι' αυτό περισσότερο να το αποζητούσε. Για άλλους μπορεί να αποτελούσε μειονε-κτική θέση, αλλά στη δική του φαντασία ήταν σίγουρα προνομιακή!

«Η μετάβαση πρέπει να γίνει με σχέδιο, διαφάνεια και κοινωνική ευαισθησία. Η παροχή υπηρεσιών των ΕΛΤΑ δεν πρέπει να σταματήσει, αλλά να μεταλλαχθεί, υιοθετώντας ευέλικτα μοντέλα»

# ΕΛΤΑ: Η αναγκαστική αναδιάρθρωση και η αντίδραση των Δήμων

Άρθρο  
του **Βαγγέλη  
Γιαννούλα**  
Μέλος ΚΠΕ  
ΠΑΣΟΚ



Η πρόσφατη ανακοίνωση για το κλείσιμο ή την αναστολή λειτουργίας ενός μεγάλου αριθμού καταστημάτων των Ελληνικών Ταχυδρομείων (ΕΛΤΑ) έχει προκαλέσει ένα κύμα έντονων αντιδράσεων. Η διοίκηση, από τη μία, κάνει λόγο για ένα αναγκαίο σχέδιο εξυγίανσης προκειμένου να διασφαλιστεί η βιωσιμότητα του ιστορικού Οργανισμού. Από την άλλη, οι τοπικές κοινωνίες, οι εργαζόμενοι και η αντιπολίτευση, αμφισβητούν τις μεθόδους, την επικοινωνία και τον αντίκτυπο της απόφασης, ιδίως στις ευαίσθητες περιοχές της χώρας.

Ας δούμε λοιπόν τα θέματα με τη σειρά  
1. Η Αναμόρφωση των Υπηρεσιών: Όχι Διακοπή, αλλά Μεταλλαγή

Η κεντρική θέση της διοίκησης είναι πως η παροχή ταχυδρομικών υπηρεσιών δεν θα διακοπεί, αλλά θα αλλάξει μορφή και θα εκσυγχρονιστεί. Η συρρίκνωση του φυσικού δικτύου καταστημάτων αποτελεί μέρος ενός ευρύτερου μετασχηματισμού:

Θα υπάρχουν Εναλλακτικοί Τρόποι Εξυπηρέτησης καθώς πολλές περιπτώσεις, η εξυπηρέτηση θα μετατοπιστεί σε συμβεβλημένους πράκτορες, όπως μικρά καταστήματα ή συνεργαζόμενες επιχειρήσεις. Αυτό το μοντέλο, που εφαρμόζεται και σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες, στοχεύει να φέρει τις υπηρεσίες

πιο κοντά στον πολίτη, χωρίς το βαρύ λειτουργικό κόστος ενός πλήρους υποκαταστήματος.

Συνεργασία με την Τοπική Αυτοδιοίκηση: Προτείνεται η στέγαση των ΕΛΤΑ σε χώρους των Δήμων χωρίς την καταβολή ενοικίου. Μέσω αυτής της συνεργασίας, διατηρείται η παρουσία του φορέα στην τοπική κοινότητα με σημαντικά μειωμένο κόστος.

Ενίσχυση του Δικτύου Διανομής: Υπηρεσίες όπως η διανομή συντάξεων ΟΓΑ ή η εξυπηρέτηση κατ' οίκον μέσω των ταχυδρομίων θα ενισχυθούν, καλύπτοντας τις ανάγκες των πολιτών σε απομακρυσμένες περιοχές, ιδιαίτερα για τις ευάλωτες ομάδες.

2. Κοινωνικά Κριτήρια: Η Υποχρέωση της Καθολικής Υπηρεσίας

Παρόλο που ο εκσυγχρονισμός είναι απαραίτητος, υπάρχουν ειδικές περιπτώσεις όπου τα ΕΛΤΑ, ως φορέας παροχής Καθολικής Υπηρεσίας, οφείλουν να παραμείνουν ανοικτά για κοινωνικούς λόγους.

Σε περιοχές με ιδιαίτερα κοινωνικά και γεωγραφικά κριτήρια (όπως ακριτικά νησιά, δυσπρόσιτες ορεινές κοινότητες ή σημεία με μεγάλο αριθμό ηλικιωμένων), το ταχυδρομικό κατάστημα δεν είναι απλώς ένα σημείο συναλλαγής, αλλά

σημείο επαφής με το κράτος και αποτελεί κοινωνικό στήριγμα. Για αυτές τις περιπτώσεις, η απόφαση για το κλείσιμο πρέπει να επανεξεταστεί, με τη λειτουργία των καταστημάτων να συνεχιστεί στα πλαίσια της δίκαιης κοινωνικής πολιτικής.

3. Λάθη Διαχείρισης και Επικοινωνίας που Προκαλούν το Κοινό Αίσθημα Η αναγκαιότητα της μεταρρύθμισης επισκιάστηκε από σοβαρά ζητήματα διοικητικής διαχείρισης και επικοινωνίας που προκάλεσαν την οργή της κοινής γνώμης και των εργαζομένων:

**Λάθος Επικοινωνία:** Η αρχική ανακοίνωση για το κλείσιμο μεγάλου αριθμού καταστημάτων (ακόμη και αν ορισμένα τέθηκαν σε αναστολή ή άλλαξε το πλάνο) δημιούργησε ένα κλίμα αβεβαιότητας και αρνητικής δημοσιότητας, χωρίς παράλληλη και ουσιαστική ενημέρωση και διαβούλευση για τους εναλλακτικούς τρόπους εξυπηρέτησης.

**Αμφιλεγόμενες Δαπάνες:** Ενώ ο Οργανισμός βρισκόταν σε κρίση και συζητούσε «λουκέτα», αποκαλύφθηκαν δαπάνες που έρχονται σε αντίθεση με το πνεύμα της εξυγίανσης:

Η μελέτη για την αναδιοργάνωση

φέρεται να κόστισε 5.000.000€.

Ορισμένα διοικητικά στελέχη προέβησαν σε αύξηση των μισθών τους.

Την ίδια περίοδο που ανακοινωνόταν το κλείσιμο, φέρεται να έγινε παραγγελία επίπλων αξίας 250.000€ για τα κεντρικά γραφεία.

Τέτοιες ενέργειες, ανεξάρτητα από την νομιμότητά τους, υπονομεύουν την εμπιστοσύνη των πολιτών και των εργαζομένων στην σοβαρότητα του σχεδίου εξυγίανσης.

## Συμπέρασμα: Εκσυγχρονισμός με Κοινωνικό Πρόσημο

Ο κόσμος αλλάζει και τα ΕΛΤΑ, όπως κάθε δημόσιος οργανισμός, πρέπει να εκσυγχρονιστούν. Δεν είναι δυνατόν να συνεχίσουν να είναι ζημιογόνα εις βάρος του Έλληνα φορολογούμενου.

Ωστόσο, η μετάβαση πρέπει να γίνει με σχέδιο, διαφάνεια και κοινωνική ευαισθησία. Η παροχή υπηρεσιών των ΕΛΤΑ δεν πρέπει να σταματήσει, αλλά να μεταλλαχθεί, υιοθετώντας ευέλικτα μοντέλα. Πάνω απ' όλα, η Πολιτεία οφείλει να διασφαλίσει ότι σε ορισμένες περιπτώσεις με ιδιαίτερα κοινωνικά και γεωγραφικά κριτήρια, τα καταστήματα θα παραμείνουν, αναγνωρίζοντας τον αναντικατάστατο ρόλο τους στην εθνική και κοινωνική συνοχή.



«Σε περιοχές με ιδιαίτερα κοινωνικά και γεωγραφικά κριτήρια, το ταχυδρομικό κατάστημα δεν είναι απλώς ένα σημείο συναλλαγής, αλλά σημείο επαφής με το κράτος και αποτελεί κοινωνικό στήριγμα»

Άρωμα Γυναίκας θα κυριαρχήσει στις επόμενες εκλογές ανάδειξης νέου προέδρου στο δικηγορικό Σύλλογο Βόλου

Έρτζη Χρυσοχού  
στην «ΠΘ»

Όλοι μαζί, ώστε τα “θέλω”  
μας να έχουν φωνή, η φωνή  
να γίνεται πράξη και η πράξη  
να οδηγεί στο επιθυμητό αποτέλεσμα

Όλοι μαζί για  
τον Δικηγόρο

Συνέντευξη  
στην Έννη  
Λεβέντη

**Σ**τις 31 Οκτωβρίου ανακοινώθηκαν επίσημα οι υποψηφιότητες για τις εκλογές του Δικηγορικού Συλλόγου Βόλου. Άρωμα γυναίκας κυριαρχεί, δίνοντας μια καινούρια προοπτική στη διοίκηση του Συλλόγου, που μετά από μια πορεία 143 ετών, θα έχει για πρώτη φορά γυναίκα πρόεδρο! Οι δύο γνωστές δικηγόροι έχουν ανακοινώσει δημόσια την πρόθεσή τους να διεκδικήσουν την προεδρία του Συλλόγου: η Μαρία Χρυσοβελώνη και η Αργυρώ (Έρτζη) Χρυσοχού. Δικαίωμα ψήφου έχουν 557 μέλη του Συλλόγου, τα οποία θα κληθούν να αναδείξουν τον νέο πρόεδρο και το διοικητικό συμβούλιο για την επόμενη θητεία. Η απόφαση των μελών σημάνει την αρχή μιας νέας εποχής για τον Δικηγορικό Σύλλογο Βόλου, με έντονη τη γυναικεία παρουσία

**Κυρία Χρυσοχού, ποιο ήταν το προσωπικό σας κίνητρο να διεκδικήσετε την προεδρία του Δικηγορικού Συλλόγου Βόλου; Τι σας ώθησε να κάνετε αυτό το βήμα;**

Η λέξη “προσωπικό” δεν απιχεί φυσικά το κίνητρό μου. Υποδηλώνει, όπως εγώ την αντιλαμβάνομαι, κακώς εννοούμενη φιλοδοξία. Η επιλογή μου δεν ενέχει καμία απολύτως προσωπική φιλοδοξία. Αντιθέτως η επιθυμία μου για προσφορά στον συνάδελφο, η αφοσίωσή μου στο λειτούργημα του Δικηγόρου, η διάθεσή μου να εργαστώ για την προαγωγή των συνθηκών της δουλειάς μας μέσω του Συλλόγου μας και η πολύ πρόσφατη εμπειρία μου από την θητεία μου ως μέλος του απερχόμενου ΔΣ του Συλλόγου. Στην απόφαση αυτή οδηγήθηκα επίσης ύστερα



από την παρακίνηση πολλών συναδέλφων, με τους οποίους συνεργαζόμαστε ως μέλη του ΔΣ και από άλλους συναδέλφους που μοιραζόμαστε τους ίδιους προβληματισμούς και ανησυχίες.

**Ο συνδυασμός σας τιτλοφορείται «Όλοι μαζί για τον Δικηγόρο». Τι σημαίνει στην πράξη αυτό το μήνυμα;**

Το όνομα του συνδυασμού μας είναι και το αποτύπωμά μας. Για την επίτευξη ενός σκοπού απαραίτητη προϋπόθεση είναι εκτός από την εργατικότητα και την μεθοδικότητα, η συνεργασία. Σκοπός μας λοιπόν είναι όλοι μαζί να συνεργαστούμε, ώστε να διεκδικήσουμε και να πετύχουμε την βελτίωση των καθημερινών συνθηκών εργασίας μας. Η δυνατή κοινή φωνή, η παρεμβατικότητα και η συναδελφική αλληλεγγύη αποτελούν πυξίδα μας μαζί με την ενότητα, τη σύνθεση απόψεων, χωρίς προσωπικές εξαρτήσεις και δεσμεύσεις.

**Ποιοι είναι οι τρεις βασικοί στόχοι που θέτετε ως υποψήφια πρόεδρος για την επόμενη ημέρα του Συλλόγου;**

- Συστηματική στοχευμένη δουλειά για την άμεση πρακτική επίλυση κάθε μικρού ή μεγαλύτερου καθημερινού προβλήματος.
- Εξωστρέφεια και επιδραστικότητα του συλλόγου.
- Άμεση βελτίωση των συνθηκών εργασίας μας με εφαρμόσιμες και απτές λύσεις.

**Το ψηφοδέλιό σας συνδυάζει έμπειρους και νεότερους δικηγόρους. Πώς επιτυγχάνεται η ισορροπία μεταξύ εμπειρίας και φρεσκάδας, και πώς αυτή η σύνθεση μπορεί να κάνει τη διαφορά;**

Τα πρόσωπα του συνδυασμού, έχουν αποδεδειγμένα την δυναμική και ικανότητα, χωρίς διάκριση, να δουλέψουν προσφέροντας σε όλους τους συναδέλφους. Οι μεγαλύτεροι αξιοποιούν την εμπειρία τους και οι νεότεροι εισφέρουν την φρεσκάδα τους, χωρίς κανείς να υστερεί σε προσόντα και διάθεση για προσφορά, που είναι έτοιμοι να αξιοποιήσουν.

Στο συνδυασμό σας συμμετέχουν και πρόσωπα που έχουν διατελέσει ήδη μέλη του Δ.Σ. Πώς βλέπετε τη συνέχεια και τη διαδοχή στη διοίκηση του Συλλόγου;

Η πολυσυλλεκτικότητα του συνδυασμού “προδίδει” και την οπτική του. Σύνθεση, συνεργασία και αλληλοϋποστήριξη παλαιότερων και νεότερων, ώστε να υπάρχει η επιθυμητή πάντα ισορροπία.

**Ο απερχόμενος πρόεδρος Χρήστος Στρατηγόπουλος αφήνει πίσω του ένα συγκεκριμένο έργο και εκκρεμότητες. Ποια είναι, κατά τη γνώμη σας, τα θέματα που πρέπει να συνεχιστούν άμεσα και πού χρειάζεται αλλαγή πορείας;**

Είναι κοινός τόπος ότι ο Δικηγορικός Σύλλογος αποτελεί έναν εκ των κορυφαίων επιστημονικών Συλλόγων της χώρας. Κάθε πρόεδρος οφείλει να διοικεί εργαζόμενος συστηματικά και μεθοδικά, αλλά και συνεργαζόμενος με τα μέλη του συμβουλίου και με το σώμα με στόχο την προαγωγή του δικηγορικού λειτουργήματος, την βελτίωση των συνθηκών εργασίας και την προάσπιση των συμφερόντων των συναδέλφων. Οφείλει να έχει τα αντανακλαστικά εκείνα που του επιτρέπουν να αφουγκράζεται τη φωνή του σώματος, με το οποίο θα πρέπει να έχει σχέση αλληλεπίδρασης. Κάθε δε ενέργειά του οφείλει να γίνεται με πλήρη συναίσθηση της ιστορικής και θεσμικής συνέχειας, των αρχών και αξιών του Δικηγορικού Συλλόγου Βόλου. Η διοίκηση ούτε είναι ούτε πρέπει να είναι αυτοτελής, υπό την έννοια ότι κάθε θητεία πρέπει και οφείλει να αποτελεί τον επόμενο δυνατό



κρίκο της πραγματικά γερής αλυσίδας όλων των προηγούμενων θηπειών. Με απόλυτο σεβασμό συνεπώς στο δύσκολο έργο κάθε Προέδρου και στην προσπάθειά του να το φέρει εις πέρας με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, θα δουλέψω μαζί με όλους τους συναδέλφους για τον Σύλλογο που όλοι μας θέλουμε χωρίς διακρίσεις.

**Μιλάτε συχνά για «έναν Σύλλογο σύγχρονο και δυναμικό». Πώς μεταφράζεται αυτό σε συγκεκριμένες δράσεις; Μπορείτε να μας δώσετε κάποια παραδείγματα εκσυγχρονισμού που έχετε στο πλάνο σας;**

Η συνεχής επιμόρφωση αποτελεί το όπλο για την επιτυχία κάθε επαγγελματία και την άμυνα για αγχωτικές καθημερινές στιγμές. Σύγχρονος και δυναμικός σύλλογος υπάρχει μόνο μέσω της πολυεπίπεδης ενδυνάμωσης των μελών του, που επιτυγχάνεται με την σταθερή επιβοήθηση, την παροχή ψηφιακών διευκολύνσεων και σύγχρονων μέσων έρευνας και την διαρκή στήριξη. Όλα αυτά σε συνδυασμό με την δραστική παρέμβαση του Συλλόγου στα καθημερινά προβλήματα των συναδέλφων που πολλές φορές χρονίζουν και μας ταλαιπωρούν.

**Η επαγγελματική καθημερινότητα των δικηγόρων είναι πιο δύσκολη από ποτέ φόροι, καθυστερήσεις, τεχνολογικές αλλαγές. Ποιες είναι οι προτεραιότητές σας για την πρακτική στήριξη των συναδέλφων σας;**

Πράγματι η καθημερινότητα των δικηγόρων έχει γίνει πιο δύσκολη από ποτέ. Για την πρακτική στήριξη των συναδέλφων θα εργαστώ στην κατεύθυνση της αξιοποίησης των ψηφιακών εργαλείων και μέσων που μπορούν να μας παρασχεθούν από την τεχνολογία. Θα αναπτυχθεί η συνεχής ενημέρωση και επιμόρφωση των μελών μας. Θα παρακολουθήσουμε στενά τις εξελίξεις και θα ενισχύσουμε την ουσιαστική αρωγή με όλα τα διαθέσιμα και εφικτά μέσα. Θα ενισχυθεί η πρακτική διευκόλυνση του έργου του δικηγόρου. Με άλλα λόγια εξασφάλιση της απρόσκοπτης εργασίας σε καθημερινό επίπεδο και ισχυρή παρουσία σε θεσμικό επίπεδο.

**Πώς σκοπεύετε να σταθείτε δίπλα στους νέους δικηγόρους, που βιώνουν συχνά επαγγελματική ανασφάλεια και περιορισμένες ευκαιρίες;**

Η συζήτηση για τις συνθήκες εργασίας των νέων δικηγόρων δεν είναι κάτι καινούργιο. Η προσπάθεια στήριξης των νέων συναδέλφων έχει αποτελέσει αντικείμενο, τα τελευταία χρόνια, πρωτοβουλιών συλλόγων και ομάδων νέων επαγγελματιών. Ωστόσο, οι θεσμικές αλλά και πρακτικές παρεμβάσεις παραμένουν αναγκαίες. Το ζητούμενο είναι πώς μπορεί να βοηθηθούν οι νεότεροι συνάδελφοι, ώστε να προχωρήσουν στο αύριο, με σιγουριά και ασφάλεια. Οι νέοι συνάδελφοι έχουν την φρεσκάδα, αλλά και την όρεξη για δουλειά και για εμπάθνηση στην επιστημονική μελέτη. Ομως ένας σύγχρονος δικηγορικός σύλλογος μπορεί και πρέπει να λάβει μέτρα, ώστε να τους προσφέρει συστηματοποιημένη διαρκή επιμόρφωση και βοήθεια σε πρακτικά ζητήματα της καθημερινής δικηγορίας. Έτσι θα καταστήσει ευχερέστερη την αντιμετώπιση, πρακτικών κυρίως, προβλημάτων για τους ασκούμενους και νέους συναδέλφους, ώστε να νιώθουν οι νέοι ασφάλεια στο επάγγελμα.

**Η εκπροσώπηση των γυναικών στη διοίκηση των Δικηγορικών Συλλόγων παραμένει περιορισμένη σε πανελλαδικό επίπεδο. Πόσο σημαντικό**

**θεωρείτε το γεγονός ότι διεκδικείτε την προεδρία ως γυναίκα και ποιο μήνυμα θέλετε να στείλετε;**

Κάθε άνθρωπος, ανεξαρτήτως φύλου, που στην συγκεκριμένη χρονική στιγμή της ζωής του έχει τη δυνατότητα ή του δίνεται η δυνατότητα και μπορεί να υπηρετήσει και να ασχοληθεί ενεργά με τα κοινά θεωρώ ότι οφείλει ως πολίτης και ως επαγγελματίας να το πράξει. Δεν πρέπει να στεκόμαστε στο φύλλο, αλλά στο πρόσωπο, στην δυναμική και τις ικανότητες.

**Υπάρχει η άποψη ότι η Δικηγορία χρειάζεται περισσότερη εξωστρέφεια και αλληλεπίδραση με την κοινωνία. Πώς μπορεί ο Δικηγορικός Σύλλογος Βόλου να γίνει «παρών στην κοινωνία», όπως αναφέρατε στην ανακοίνωσή σας;**

Με το να γίνει κοινό κτήμα στην ευρύτερη κοινωνία ότι οι δικηγόροι αποτελούμε αναπόσπαστο μέρος της. Δεν υπάρχουν «οι δικηγόροι από τη μία» και «η κοινωνία από την άλλη». Οι δικηγόροι είμαστε μερικό σύνολο της κοινωνίας, ζούμε μέσα σε αυτήν, συμμετέχουμε στα προβλήματά της και μοιραζόμαστε τους ίδιους προβληματισμούς. Πέρα από τα ειδικά ζητήματα που απασχολούν τον κλάδο μας, οφείλουμε να δείξουμε έμπρακτα ότι τα θέματα που αφορούν στην κοινωνία μας αφορούν όλους. Είναι υποχρέωσή μας να καταστεί σαφές στη συνείδηση όλων ότι η Δικηγορία δεν είναι αποκομμένη, αλλά παρούσα και ενεργή μέσα στον κοινωνικό ιστό. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσα από μια σειρά πρωτοβουλιών, δράσεων και ουσιαστικής συμμετοχής στα ζητήματα που αφορούν στην πόλη, στην κοινωνία των πολιτών και κατ'επέκταση σε εμάς τους ίδιους. «Παρών στην κοινωνία» σημαίνει και «παρών στον συνάδελφο». Και αντίστροφα — όταν είμαστε παρόντες για τον συνάδελφό μας, είμαστε πραγματικά παρόντες και για την κοινωνία.

**Οι ισορροπίες μέσα σε έναν πολυσυλλεκτικό συνδυασμό είναι πάντα μια πρόκληση. Πώς διασφαλίζεται η ενότητα και η συνεργασία όλων των μελών μετά τις εκλογές;**

Η λέξη σεβασμός και η εφαρμογή της σε κάθε πτυχή αλληλεπίδρασης αποτελεί το κλειδί της ενότητας και της συνεργασίας.

**Με ποιον τρόπο θεωρείτε ότι μπορεί ο Σύλλογος να ενισχύσει τον επιστημονικό και τεχνολογικό ρόλο του δικηγόρου στη σύγχρονη εποχή της ψηφιοποίησης;**

Με το να είναι όχι μόνον παρών, αλλά πρωτοπόρος και ηγέτης των εξελίξεων σε επιστημονικό και τεχνολογικό επίπεδο. Η διαρκής ενημέρωση και η επιμόρφωση επί θεμάτων της επικαιρότητας, νομικού προβληματισμού, τεχνολογικών εξελίξεων και η διατύπωση θέσης επί θεμάτων που άπτονται του επιστημονικού μας πεδίου αποτελούν μονόδρομο σε αυτό.

**Τι σημαίνει για εσάς προσωπικά να ηγηθείτε ενός Συλλόγου με τόσο μεγάλη ιστορία και θεσμικό βάρος, όπως ο Δικηγορικός Σύλλογος Βόλου;**

Ύψιστη τιμή και ευθύνη, που με οπλίζει με ακόμη μεγαλύτερη αποφασιστικότητα και επιμονή για ευδοκίμη θητεία.

**Κλείνοντας, αν μπορούσατε να συνοψίσετε το όραμά σας σε μία πρόταση, ποια θα ήταν αυτή;**

Όλοι μαζί, ώστε τα «θέλω» μας να έχουν φωνή, η φωνή να γίνεται πράξη και η πράξη να οδηγεί στο επιθυμητό αποτέλεσμα.

**Υποψήφιοι Σύμβουλοι για το Διοικητικό Συμβούλιο του Δικηγορικού Συλλόγου Βόλου**

|                             |                             |                         |                                 |                         |
|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| <br>Αντωνίου Γίωντζη        | <br>Αποστολίδου Εύη         | <br>Αργυρίου Πίνα       | <br>Εμμανουηλίδης Τριανταφύλλης | <br>Οικαρίδης Αγγελός   |
| <br>Καλλούρης Εμμανουήλ     | <br>Καρακοστά Κατερίνα      | <br>Κλεφτάκη Χρύσα      | <br>Κοκκαλίδης Εμμανουήλ        | <br>Κούτουρης Τάσος     |
| <br>Έρτζη Χρυσόχου          |                             |                         |                                 |                         |
| <br>Μαυρούλακης Βασίλειος   |                             |                         |                                 |                         |
| <br>Παναγιωτόπουλος Ηράκλης | <br>Παναγιωτόπουλος Στέλιος | <br>Πετράκη Αδαμαντία   | <br>Τσακαλιόφου Ελένη           | <br>Τσακαλιόφου Θόδωρος |
| <br>Τσακαλιόφου Αθανάσιος   | <br>Τσακαλιόφου Ελένη       | <br>Τσακαλιόφου Στέλιος | <br>Τσακαλιόφου Θόδωρος         | <br>Τσακαλιόφου Θόδωρος |

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ  
ΣΤΗΝ «ΠΟΛΙΤΕΙΑ  
ΘΕΣΣΑΛΩΝ»

«Οι κοινωνικές ανισότητες είναι το πιο σημαντικό γιατί διαβρώνουν και την οικονομία και τη δημοκρατία»

# Γιώργος Πετράκος

## «Το κουστούμι του πολιτικού δεν με συγκινεί, η φιλοδοξία μου είναι να είμαι χρήσιμος»

Ο ρόλος των επιστημόνων, η κοινωνική ανισότητα και η ανάγκη για διάλογο στην Ελλάδα και την Ευρώπη»

Συνέντευξη στην Έννη Λεβέντη

**Σ**ύμφωνα με την ανακοίνωση των ονομάτων για το επιστημονικό συμβούλιο του Ινστιτούτου του Αλέξη Τσίπρα, ξεχωρίσαμε πρόσωπα από τη Θεσσαλία. Ανάμεσα στα ονόματα διακρίναμε τον κ. Γιώργο Πετράκο, καθηγητή Οικονομικής Χωροταξίας και πρώην πρύτανη του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Ο κ. Πετράκος, σε συνέντευξή του στην «Πολιτεία Θεσσαλών», σχολίασε την αποδοχή της πρόσκλησης του Αλέξη Τσίπρα να συμμετέχει ενεργά στο Ινστιτούτο.

Ο Γιώργος Πετράκος είναι Οικονομολόγος, Καθηγητής Οικονομικής Χωροταξίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας και Διευθυντής του Εργαστηρίου Αναπτυξιακής Πολιτικής. Έχει διατελέσει Πρύτανης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και Γενικός Γραμματέας Επενδύσεων και Ανάπτυξης στο Υπουργείο Οικονομίας και Ανάπτυξης. Σπούδασε στην ΑΣΟΕΕ και ολοκλήρωσε μεταπτυχιακές και διδακτορικές σπουδές στο Arizona State University. Έχει πλούσιο επιστημονικό έργο σε διεθνή περιοδικά, συμμετέχει ενεργά σε ευρωπαϊκά και διεθνή ερευνητικά δίκτυα και έχει διδάξει σε ελληνικά και ξένα πανεπιστήμια, μεταξύ των οποίων το London School of Economics.

Κ. Πετράκο, είστε ένας άνθρωπος με πολύ μεγάλη εμπειρία. Γνωρίζετε πάρα πολύ τα οικονομικά, γνωρίζετε πολύ τα ευρωπαϊκά θέματα, αλλά και τα θέματα που αφορούν την περιφέρεια γενικότερα. Πόσο σημαντική θεωρείτε αυτή την πρόταση από τον Αλέξη Τσίπρα και τη δική σας θέση στο Ινστιτούτο;

Είναι μια πρόκληση. Να μπορέσουμε ο καθένας με ό,τι αποσκευές διαθέτει και ό,τι

εμπειρίες διαθέτει και γνώσεις, αλλά και όλοι μαζί, να μπορέσουμε να διαμορφώσουμε με επιστημονικό τρόπο λύσεις σε προβλήματα τα οποία ταλανίζουν τη χώρα μας εδώ και μεγάλο διάστημα, θα έλεγα και την Ευρώπη. Αλλά ας ξεκινήσουμε από τη χώρα μας. Άρα είναι μια πρόκληση για μένα. Χαίρομαι που θα μπορέσω να συμβάλλω. Είναι κάτι χρήσιμο. Μένει βέβαια να δούμε στην πράξη πώς θα λειτουργήσει όλο αυτό.

Θεωρείτε ότι η στιγμή που συγκροτείται το Ινστιτούτο είναι σημαντική; Σημαίνει και κάτι σε ό,τι αφορά το πολιτικό σκηνικό;

Είναι σημαντική, αλλά δεν θέλω να το συνδέσω με τις πολιτικές διαδικασίες που ούτως ή άλλως όλοι τις παρακολουθούμε, όμως είναι σημαντική γιατί ένας φορέας, όπως σε αυτή την περίπτωση το Ινστιτούτο του Αλέξη Τσίπρα, παίρνει την πρωτοβουλία να καλέσει ανθρώπους οι οποίοι έχουν ένα προοδευτικό πρόσημο στην αντίληψή τους για το πώς πρέπει να είναι η κοινωνία και η οικονομία. Με βάση αυτό έχουν κινηθεί όλα αυτά τα χρόνια και θέλουν να συμβάλλουν έτσι ώστε να βελτιωθεί με ορατό όμως τρόπο και με συγκεκριμένες προτάσεις η καθημερινότητα των ανθρώπων.

Εσείς κύριε Πετράκο, σε ποιον τομέα θα κληθείτε να συμβάλλετε;

Υπάρχουν γενικοί τομείς, υπάρχει ένας γενικός τομέας που είναι η οικονομία και η ανάπτυξη, οπότε εγώ θα είμαι σε αυτό το τομέα. Πιάνει πολλά πράγματα βέβαια, αλλά δεν είναι ο μόνος. Υπάρχουν κι άλλοι τομείς που έχουν να κάνουν από τον πολιτισμό μέχρι τις τεχνολογίες και άλλα ζητήματα. Εκεί είναι άλλοι συνάδελφοι.

Ξέρετε όμως ότι το οικονομικό είναι το κομμάτι για το οποίο πασχίζει και αγωνίζεται η χώρα. Άρα θα μπορέσει πιστεύετε το Ινστιτούτο να δώσει λύση σε θέματα που δεν έχουν καταφέρει η κυβέρνηση ή οι προηγούμενες;

Το οικονομικό κινεί τα πάντα, αλλά εξαρτάται και από πολλούς παράγοντες. Σημαντικό ρόλο παίζει η τεχνολογία και ο τρόπος ενσωμάτωσής της στο παραγωγικό σύστημα, με θετικές αλλά και αρνητικές επιπτώσεις, καθώς δημιουργεί ευκαιρίες αλλά ταυτόχρονα καταστρέφει επαγγέλματα και καριέρες. Ιδίως η εποχή της τεχνικής νοημοσύνης θα περιθωριοποιήσει ανθρώπους με χαμηλότερη κατάρτιση ή γνώση τεχνολογίας. Το βασικότερο πρόβλημα παραμένει η οικονομία: το εισόδημα των ανθρώπων, οι τιμές και η ποιότητα ζωής που εξαρτάται από υποδομές, υπηρεσίες και πόλεις. Όλα αυτά συνθέτουν ένα πρόγραμμα ανάπτυξης που περιλαμβάνει όλες αυτές τις πτυχές, στο οποίο θα συμβάλλουμε όσο μπορούμε.

Συμφωνούμε ότι κάτι πρέπει να αλλάξει, καθώς πολλά έχουν παγιωθεί και τα θεωρούμε κανονικότητα, όπως η ακρίβεια. Παρατηρούμε όμως κινητικότητα στο πολιτικό σκηνικό, με τον Αλέξη Τσίπρα να ξεκινά νέα συζήτηση μετά την απομάκρυνσή του από τον ΣΥΡΙΖΑ, επιχειρώντας επιστροφή με νέο ρόλο και άλλες διεκδικήσεις. Μπορεί κανείς να υποθέσει ότι το Ινστιτούτο και οι 41 προσωπικότητες της επιστήμης συνιστούν προθάλαμο ενός νέου κομματικού σχηματισμού ή φορέα που θα διεκδικήσει την ψήφο του ελληνικού λαού;

Κοιτάξτε, να σας πω καταρχήν για το πρώτο σκέλος της ερώτησής σας. Η ακρίβεια οφείλεται στο ότι οι σημαντικότερες αγορές της χώρας είναι οργανωμένες σε ολιγοπωλιακή μορφή. Υπάρχουν τέσσερις τράπεζες που καλύπτουν το 97% της αγοράς, πέντε μάρκετ που καλύπτουν το 95% της αγοράς και αντίστοιχα στις τηλεπικοινωνίες, ενέργεια και ακτοπλοΐα. Οι περισσότερες αγορές δεν είναι ανταγωνιστικές, λειτουργούν μεγάλα ολιγοπώλια που δεν ανταγωνίζονται μεταξύ τους και διαφαίνεται συμφωνία τιμών. Υπάρχουν ερωτήματα σχετικά με τα κέρδη και τη λειτουργία των



συστημικών τραπεζών που χρειάζονται διερεύνηση. Στην Αμερική τα ολιγοπώλια ελέγχονται αυστηρά από τις εποπτικές αρχές, ενώ εδώ λείπει ένα σοβαρό θεσμικό όπλο που θα παρακολουθεί και θα ελέγχει τις μεγάλες επιχειρήσεις. Το δεύτερο σκέλος της ερώτησης είναι πιο πολιτικό και δεν αισθάνομαι πολύ αρμόδιος να απαντήσω, αλλά είναι λογικό ένας πολιτικός σαν τον Αλέξη Τσίπρα, με εμπειρία και γνώση, να θέλει να ξαναπροσπαθήσει και να είναι ενεργός, έχοντας ηγετικά χαρακτηριστικά που χρειάζονται.

Γιατί κάποιος να μην θεωρήσει ότι εσείς και οι συνάδελφοί σας, όσοι εντάσσαστε πλέον σε αυτή την προσπάθεια, δεν συνιστάτε και μια «βιτρίνα» ενός πολιτικού φορέα ή κόμματος;

Εμένα μου άρεσε η ανακοίνωση όταν την είδα, δηλαδή μου ταίριαζε. Δεν αισθάνομαι ότι είμαι σε κάποιο πολιτικό γραφείο. Να σας το πω ευθέως, αυτό θα το δούμε όταν θα έρθει η ώρα της εθνικής κάλπης και ο Αλέξης Τσίπρας θα διεκδικήσει με ένα ισχυρό ποσοστό την κυβέρνηση της χώρας.

Και αν σας προταθεί να είστε σε μια τέτοια θέση, θα σας ενδιέφερε μια τέτοια δοκιμασία;

Δεν μου έχει προταθεί τίποτα και δεν είναι αυτό το πλαίσιο της συνεργασίας. Το πλαίσιο της συνεργασίας είναι ότι εγώ καλούμαι να συμβάλλω στο σχεδιασμό ενός άλλου προγράμματος πολιτικής για τη χώρα. Το ποιοι θα το υλοποιήσουν

## «Δεν χρειάζεται να γίνουμε εμείς πολιτικοί, ο κύριος ρόλος των επιστημόνων είναι να συμβουλευούν τους πολιτικούς πώς θα κάνουν τη δουλειά τους σωστά»



“Όλα αυτά πρέπει να συζητηθούν, ο επιστημονικός διάλογος είναι πολύ πλούσιος για αυτά τα ζητήματα

είναι μια μεγάλη κουβέντα. Είναι ωραίο να το σχεδιάσουμε, αλλά το να το υλοποιήσουμε έχει τις δυσκολίες του γιατί το κράτος χρειάζεται δομική μεταρρύθμιση, αποκέντρωση, απογραφειοκρατικοποίηση, διαφάνεια και άλλα. Όταν έρθει η ώρα, θα πρέπει να βρεθούν οι άνθρωποι που θα το υλοποιήσουν. Είμαι υπέρ της λογικής της επόμενης γενιάς: νεότεροι άνθρωποι με όρεξη και ενέργεια θα πρέπει να αναλάβουν το τιμόνι της χώρας. Δεν έχω φιλοδοξία να γίνω υπουργός: η φιλοδοξία μου είναι να είμαι χρήσιμος και την ικανοποιώ συμμετέχοντας. Όλο μου το επιστημονικό έργο διαπνέεται από αυτή την ικανοποίηση.

**Μπορεί το Ινστιτούτο να αλληλεπιδράσει δίνοντας νέες ευκαιρίες στους νέους που, όπως λέτε, έχουν το μέλλον της χώρας;**

Έχω διατελέσει Γενικός Γραμματέας για Επενδύσεις και Ανάπτυξη σε πολύ δύσκολη περίοδο, χωρίς πολιτική ιδιότητα. Η Ελλάδα έμπαινε σε κρίση, ήρθε η Τρόικα, το κράτος δεν δούλευε και έμαθα πώς λειτουργεί η οικονομία και το κράτος. Όλα αυτά συνθέτουν ένα πλαίσιο για να κατανοήσουμε το περιβάλλον μας και να αποφασίσουμε τι πρέπει να αλλάξουμε. Στόχος είναι να αλλάξουμε είκοσι σημαντικά πράγματα που θα κάνουν διαφορά στη ζωή των ανθρώπων, με ρεαλιστικό και εφαρμόσιμο πρόγραμμα.

**Ακριβώς, γιατί και σε εσάς ταιριάζει**

**η πράξη. Είστε οικονομολόγος. Θα πρέπει να μεταφραστεί αυτό σε πράξη.**

Ναι και είναι άλλο η δημοσιονομική πραγματικότητα που ζούμε. Όλα αυτά λοιπόν θα πρέπει να συνεξεταστούν. Και αυτό και μόνο, εμένα επειδή πάντα μου άρεσαν οι προκλήσεις αυτού του τύπου όπως και το πανεπιστήμιο για μένα ήταν μια μεγάλη πρόκληση. Χαίρομαι που είμαι σε αυτή τη συζήτηση και θα συμβάλλω.

**Ήταν αυτή η δύσκολη εμπειρία τόσο οδυνηρή που σας κρατάει μακριά από το πολιτικό κουστούμι, ως τεχνοκράτη που αντιλαμβάνεται τη σκληρότητα των αριθμών αλλά και τις ανάγκες της κοινωνίας;**

Ήταν μια οδυνηρή αλλά και χρήσιμη εμπειρία, σε ένα αποσταθεροποιημένο περιβάλλον με καθημερινές διαδηλώσεις. Καταφέραμε σημαντικά πράγματα, όπως την ψηφιοποίηση της αξιολόγησης επενδύσεων και του ΕΣΠΑ. Δεν μετάνιωσα και η εμπειρία μου ήταν πολύτιμη. Το πολιτικό κουστούμι δεν με συγκινεί λόγω της καθημερινής δημοσιότητας και της συνεχούς επικοινωνίας με δημοσιογράφους.

**Επομένως, κύριε Πετράκο, ποιο ήταν αυτό που πραγματικά σας συγκίνησε και αποτελεί και πρόκληση στην κυριολεξία για να συμμετέχετε στο Ινστιτούτο.**

Να αλλάξουμε την χώρα. Θεωρώ ότι έχουμε πέσει πολύ χαμηλά πια. Σε όλους τους τομείς. Και στους θεσμούς, και στον

τρόπο που λειτουργεί η οικονομία, και στον τρόπο που λειτουργεί το κράτος. Πολλοί θεσμοί έχουν απονομιμοποιηθεί στον κόσμο. Δεν τους σέβονται πλέον και αυτό, ξέρετε, είναι ένα πρόβλημα για τη δημοκρατία την ίδια. Βλέπετε τι γίνεται σε όλη την Ευρώπη. Έτσι, απονομιμοποιούνται οι θεσμοί παντού. Η δυσaréσκεια είναι αυτό το οποίο κυριαρχεί και κάθε μέρα πεθαίνει και μια βεβαιότητα! Δεν θέλω να είμαι εγώ πρώτη γραμμή. Το έκανα όταν ήμουν νέος, φοιτητής. Εγώ θέλω να είμαι χρήσιμος.

**Μπορεί η επιτροπή επιστημόνων να θεωρηθεί μορφή ελιτισμού και ποιον χώρο έχει ο ελιτισμός μέσα στη δημοκρατία;**

Όταν ήμουν μικρότερος θεωρούσα ότι ο ρόλος της επιστήμης έπρεπε να είναι καθοριστικός στην πολιτική, αλλιώς δεν κάναμε τίποτα. Αλλά η δημοκρατία δίνει στο λαό το δικαίωμα να επιλέγει ανθρώπους που ταιριάζουν καλύτερα κι ας μην είναι επιστήμονες. Ο κύριος ρόλος των επιστημόνων είναι να συμβουλευούν τους πολιτικούς πώς θα κάνουν τη δουλειά τους σωστά και των πολιτικών να ακούνε, χωρίς να χρειάζεται οι επιστήμονες να γίνουν πολιτικοί. Στο πανεπιστήμιο ο ρόλος μας είναι σημαντικός και ολοκληρώσαμε ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα με το London School of Economics και 12 άλλα πανεπιστήμια για τις ανισότητες, που βασανίζουν όλη την Ευρώπη. Το 21% του πληθυσμού της ΕΕ και το 27% στην Ελλάδα είναι κάτω από το όριο φτώχειας και οι ανισότητες χειροτερεύουν τα τελευταία 40 χρόνια. Το μοντέλο που ζούμε έχει φτάσει στα όρια του, κάτι πρέπει να αλλάξει και στην Ευρώπη που έχει ξεφύγει σε επικίνδυνο μονοπάτι. Ξεχάσαμε τη συνοχή και την αλληλεγγύη, έχει μείνει μόνο η ανταγωνιστικότητα και αναδυόμενος милитарισμός, όλα αυτά πρέπει να συζητηθούν και συζητούνται από τους επιστήμονες.

**Πώς μπορεί η βιώσιμη ανάπτυξη να υπάρξει όταν μεγάλο μέρος του πληθυσμού στον κόσμο ζει κάτω από τα όρια της φτώχειας;**

Κοιτάξτε, καταρχήν δεν έχουμε ανάπτυξη. Αυτό το οποίο είναι εντυπωσιακό, κανονικά έπρεπε να πω εξωφρενικό. Μία χώρα η οποία έχασε το 25% του ΑΕΠ μέσα σε τρία χρόνια και έκτοτε βοιοδέρνει με μισό τις εκατό, ένα τις εκατό, ενάμιση, δύο και πανηγυρίζουμε γιατί η Ευρώπη είναι στο ενάμιση και εμείς είμαστε στο δύο.

Κανονικά έπρεπε να πηγαίνουμε με 4 και 5% το χρόνο μετά από μια τέτοια πτώση. Ο λόγος που δεν πηγαίνουμε είναι επειδή δεν γίνονται επενδύσεις. Αλλά να σας πω γιατί δεν γίνονται επενδύσεις. Γιατί όλη η μικρή επιχειρηματικότητα, δηλαδή, τώρα κοιτάζα τα στοιχεία, εκατόν, τόσες χιλιάδες, 55.000 βιομηχανικές επιχειρήσεις μικρομεσαίες, δηλαδή από ένα έως εννιά άτομα, σχεδόν είναι αποκλεισμένες από την τραπεζική χρηματοδότηση. Άρα, δηλαδή, αν δεν βάλεις το σπίτι σου υποθήκη, δεν μπορείς να δανειστείς. Το οποίο δεν είναι ο ρόλος του τραπεζικού συστήματος αυτό.

Το τραπεζικό σύστημα πρέπει να αξιολογεί, όχι τον πελάτη αλλά τι λεφτά έχει στην τράπεζα, το επενδυτικό σχέδιο, τη δουλειά του. Να αξιολογήσει το επενδυτικό σχέδιο και να δει αν είναι κερδοφόρο, αν θα πάρει τα λεφτά της πίσω. Εγώ δεν έχω την αίσθηση ότι λειτουργεί έτσι.

**Την υπογραφή σε ό,τι αφορά το LNG και το άνοιγμα αυτού του δρόμου, εσείς πώς το αξιολογείτε;**

Άλλος παραλογισμός. Το LNG αυτή τη στιγμή έχει κόστος από 30% έως 50% πιο ακριβώς από ότι το αέριο προμηθευόμαστε από οπουδήποτε στην Ευρώπη ή στην Ασία. Είτε το πάρουμε από τους Ρώσους, είτε το πάρουμε από το Αζερμπαϊτζάν.

Είναι πολύ φθηνότερο. Πρώτον. Δεύτερον, δημιουργεί μια εξάρτηση η οποία είναι γεωπολιτικής φύσης και η οποία είναι εξω-ευρωπαϊκή.

Δηλαδή, δεν γίνεται από τη μια μεριά ο Τραμπ να μας κουνάει το δάχτυλο και να μας βάζει δασμούς και από την άλλη να δημιουργούμε εξαρτήσεις από την Αμερική, οι οποίες είναι τέτοιου είδους, τέτοιου βαθμού καταναγκασμού. Το αέριο και η ενέργεια είναι η κινητήριος δύναμη της οικονομίας. Αν είναι ακριβά αυτά, την πατήσαμε.

Οπότε δεν έχουν λογική αυτά που γίνονται. Δηλαδή είναι ενταγμένα σε μια γεωπολιτική σκακιέρα η οποία δεν έχει καμία σχέση με τις ανάγκες ούτε της Ευρώπης ούτε της Ελλάδας.

**Γνωρίζετε τον Αλέξη Τσίπρα και ήταν εύκολο να απαντήσετε θετικά στο προσκλητήριο του; Πιστεύετε ότι είναι ο ίδιος πολιτικός όπως παλιά;**

Κανένας μας δεν είναι ίδιος. Ούτε εγώ είμαι ίδιος με αυτό που ήμουν πριν από δέκα χρόνια.

**Υπάρχει μια μεγάλη κριτική για την επιστροφή του Αλέξη Τσίπρα, αν δικαιούται ο Αλέξης Τσίπρας στην παρούσα φάση να επανέλθει;**

Δικαιούνται αυτοί που κατέστρεψαν τη χώρα να μιλάνε και δεν δικαιούται αυτός που προσπάθησε να τη σώσει; Δεν οδήγησε τη χώρα στα μνημόνια ούτε δημιούργησε την κρίση χρέους. Τώρα να τον αξιολογήσουμε για το αν οι πολιτικές του για τη διάσωση ήταν σωστές ή λανθασμένες είναι άλλη συζήτηση. Τον έχω συναντήσει και είναι πολύ συμπαθής, ακούει, έκανε ερωτήσεις και προσπάθει να καταλάβει.

**Αν λοιπόν διαμορφώνετε μαζί μια ατζέντα και με τους υπόλοιπους που έχουν επιλεγεί για το Ινστιτούτο, ποια θα ήταν τα τρία πρώτα θέματα με τα οποία θα έπρεπε να ασχοληθεί το Ινστιτούτο;**

Οι κοινωνικές ανισότητες είναι το πιο σημαντικό γιατί διαβρώνουν την οικονομία και τη δημοκρατία. Ο κόσμος νιώθει ότι το σύστημα δεν είναι για αυτόν και δεν βλέπει διέξοδο. Πρέπει να αποκαταστήσουμε την εμπιστοσύνη του κόσμου στη δημοκρατία και στο πολιτικό σύστημα. Η φτώχεια και τα χαμηλά εισοδήματα κρατούν την οικονομία πίσω, μειώνουν τη ζήτηση και απαξιώνουν δεξιότητες. Η αντιμετώπιση της ανισότητας είναι απαραίτητη.



ΣΕ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΤΟΥ ΣΤΗΝ «Π. Θ.»  
ΜΕ ΤΟΝ ΔΙΚΗΓΟΡΟ ΝΙΚΟΛΑ  
ΠΑΝΤΕΛΟΔΗΜΟ

Ο Ν.5193/2025 διπλασίασε τα εισοδηματικά και περιουσιακά όρια για υποχρεωτική αποδοχή ρύθμισης από τους πιστωτές, ενώ επεκτάθηκαν οι δυνατότητες ρύθμισης δανείων, συμπεριλαμβανομένων αυτών με εγγύηση Ελληνικού Δημοσίου

# ΝΙΚΟΛΑΣ ΠΑΝΤΕΛΟΔΗΜΟΣ

## Εξωδικαστικός μηχανισμός ρύθμισης οφειλών

### Ένα εργαλείο προστασίας για πολίτες και επιχειρήσεις

Συνέντευξη  
στην Έννη  
Λεβέντη

# Η

οικονομική αβεβαιότητα και οι αυξανόμενες οφειλές έχουν καταστεί μια καθημερινή πρόκληση για πολλούς πολίτες και επιχειρήσεις στην Ελλάδα. Στο πλαίσιο αυτό, ο Εξωδικαστικός Μηχανισμός Ρύθμισης Οφειλών έχει αναδειχθεί σε ένα κρίσιμο εργαλείο, προσφέροντας τη δυνατότητα ρύθμισης των οφειλών χωρίς την προσφυγή στα δικαστήρια και με προστασία από κατασχέσεις ή πλειστηριασμούς. Ο Δικηγόρος Νικόλας Παντελοδήμος εξηγεί πώς λειτουργεί η διαδικασία, ποιες αλλαγές έχουν επέλθει με τη νομοθεσία του 2025, ποιοι μπορούν να ωφεληθούν και ποια είναι τα σημαντικότερα πλεονεκτήματα αλλά και οι παγίδες που πρέπει να γνωρίζει ο οφειλέτης. Στο άρθρο παρουσιάζονται τα βασικά στάδια ένταξης στον μηχανισμό, από την υποβολή της αίτησης στην ηλεκτρονική πλατφόρμα, τη συγκέντρωση των οικονομικών και περιουσιακών στοιχείων, έως τη διαπραγμάτευση και την τελική έγκριση της πρότασης ρύθμισης. Επιπλέον, γίνεται αναφορά στις επιλογές ρύθμισης που παρέχει ο μηχανισμός, όπως επιμήκυνση δόσεων, διαγραφή τόκων και προσαυξήσεων ή «κούρεμα» οφειλής, καθώς και στις υποχρεώσεις των πιστωτών και τη διαδικασία διαμεσολάβησης για τυχόν διαφωνίες. Η ανάλυση του Νικόλα Παντελοδήμου φωτίζει επίσης τα πιο συνηθισμένα λάθη των οφειλετών, τα

“Μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας, οι οφειλέτες υποβάλλουν αίτηση, συγκεντρώνουν στοιχεία, λαμβάνουν πρόταση ρύθμισης

σημεία προσοχής για την αποφυγή παγίδων και την ανάγκη νομικής υποστήριξης, ενώ τα στοιχεία χρήσης του μηχανισμού δείχνουν τη σημαντική συμβολή του στην προστασία ευάλωτων νοικοκυριών και τη διευκόλυνση της μεσαίας τάξης. Το άρθρο αποτυπώνει την ουσιαστική λειτουργία του Εξωδικαστικού Μηχανισμού, προσφέροντας στους αναγνώστες μια πλήρη εικόνα για τα δικαιώματα, τις υποχρεώσεις και τα οφέλη των οφειλετών, ενισχύοντας την ενημέρωση και την προσβασιμότητα σε αυτό το κρίσιμο εργαλείο οικονομικής διευθέτησης.

Κύριε Παντελοδήμο, ποια είναι η βασική αποστολή του Εξωδικαστικού Μηχανισμού Ρύθμισης Οφει-

λών και πώς εξυπηρετεί τον απλό οφειλέτη;

Ο Εξωδικαστικός Μηχανισμός Ρύθμισης Οφειλών, που συστάθηκε με το Ν.4738/2020, αποτελεί μια ηλεκτρονική διαδικασία, η οποία δεν απαιτεί προσφυγή στα δικαστήρια και στοχεύει στην ολιστική, ενιαία και συνεκτική αντιμετώπιση της υπερχρέωσης των φυσικών και νομικών προσώπων. Αποτελεί ταυτόχρονα ένα σημαντικό εργαλείο για την έξοδο από την οικονομική αβεβαιότητα και τον φόβο κατάσχεσης κινητής και ακίνητης περιουσίας, δίνοντας στον οφειλέτη τη δυνατότητα να αντιμετωπίσει συνολικά όλες τις υποχρεώσεις του με δομημένο τρόπο. Μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας του μηχανισμού μπορούν να ρυθμιστούν οφειλές προς χρηματοδοτικούς φορείς όπως τράπεζες και διαχειριστές δανείων, προς το Δημόσιο (ΑΑΔΕ), προς φορείς κοινωνικής ασφάλισης (ΕΦΚΑ/ΚΕΑΟ) και οφειλές υπέρ τρίτων που εισπράττονται από τη φορολογική διοίκηση. Αυτό γίνεται δυνατό χάρη στην ενοποίηση βάσεων δεδομένων των τραπεζών, των funds, του ΕΦΚΑ, της ΑΑΔΕ και των προσωπικών στοιχείων του δανειολήπτη, ώστε να υπάρχει πλήρης εικόνα των οικονομικών στοιχείων και των υποχρεώσεων του. Υπό προϋποθέσεις, αίτηση στην πλατφόρμα μπορούν να υποβάλλουν φυσικά και νομικά πρόσωπα, ενδεικτικά ατομικές επιχειρήσεις, αγρότες, ελεύθεροι επαγγελματίες, μισθωτοί, δημόσιοι υπάλληλοι, προσωπικές ή κεφαλαιουχικές εταιρείες.

Ποιες είναι οι πιο πρόσφατες νομοθετικές αλλαγές που έχουν επέλθει στον μηχανισμό και ποιες είναι οι πιο σημαντικές;

Με τον πρόσφατο ν.5193/2025, επήλθαν σημαντικές αλλαγές στον εξωδικαστικό μηχανισμό. Από τις 30.04.2025 τέθηκαν σε ισχύ οι βελτιώσεις στην πλατφόρμα, με στόχο μεταξύ άλλων την επέκταση της ρύθμισης δανείων με εγγύηση Ελληνικού Δημοσίου μέσω της διαδικασίας εξυγίανσης.

Το νομικό και τεχνικό πλαίσιο του Ν.4738/2020 έχει υποστεί βελτιωτικές νομοθετικές τροποποιήσεις, μετατρέποντας τον μηχανισμό σε ένα ισχυρό εργαλείο για την τακτοποίηση των υποχρεώσεων προς θεσμικούς πιστωτές. Οι πιο σημαντικές αλλαγές περιλαμβάνουν τον διπλασιασμό των εισοδηματικών και περιουσιακών ορίων για τον χαρακτηρισμό ενός οφειλέτη ως επιλέξιμου για υποχρεωτική αποδοχή από τους πιστωτές, με όριο μη εξυπηρετούμενων τραπεζικών οφειλών τα 300.000 ευρώ. Αναλυτικά, τα εισοδηματικά όρια διπλασιάζονται ως εξής: άγαμος από 7.000 σε 14.000 ευρώ, νοικοκυριό δύο μελών από 10.500 σε 21.000 ευρώ, νοικοκυριό τριών μελών ή μονογονεϊκή οικογένεια με ένα ανήλικο μέλος από 14.000 σε 28.000 ευρώ, νοικοκυριό τεσσάρων μελών ή μονογονεϊκή με δύο ανήλικα από 17.500 σε 35.000 ευρώ και νοικοκυριό πέντε μελών και πάνω ή μονογονεϊκή με τρία ή περισσότερα ανήλικα από 21.000 σε 42.000 ευρώ. Αντίστοιχα, τα όρια περιουσίας διπλασιάζονται: άγαμος από 120.000 σε 240.000 ευρώ, νοικοκυριό δύο μελών από 135.000 σε 270.000 ευρώ, νοικοκυριό τριών μελών ή μονογονεϊκή με ένα ανήλικο από 150.000 σε 300.000 ευρώ, νοικοκυριό τεσσάρων μελών ή μονογονεϊκή με δύο ανήλικα από 165.000 σε 330.000 ευρώ, και νοικοκυριό πέντε μελών και πάνω ή μονογονεϊκή με τρία ή περισσότερα ανήλικα από 180.000 σε 360.000 ευρώ. Τα όρια καταθέσεων έχουν παρόμοια αύξηση και ισχύουν ανάλογα με το μέγεθος του νοικοκυριού. Οι αυξήσεις αυτές αφορούν την υποχρεωτική αποδοχή του μηχανισμού από τους πιστωτές. Για την προστασία της πρώτης κατοικίας ισχύουν τα προηγούμενα όρια. Άλλες σημαντικές αλλαγές περιλαμβάνουν την υποχρέωση των πιστωτών να καταθέτουν γραπτή πρόταση ρύθμισης τουλάχιστον τρεις μήνες πριν από πλειστηριασμό, την απαλλαγή οφειλετών που δεν ανοίγει πτωχευτική διαδικασία αλλά καταχωρίζεται στο Μητρώο Φερεγγυότητας, την επέκταση προθεσμιών για ευάλωτους οφειλέτες

## Ο Εξωδικαστικός Μηχανισμός επιτρέπει στους πολίτες και τις επιχειρήσεις να ρυθμίσουν τις οφειλές τους χωρίς δικαστικές διαδικασίες, προσφέροντας προστασία από κατασχέσεις και πλειστηριασμούς, ιδιαίτερα για την πρώτη κατοικία και ευάλωτα νοικοκυριά

ώστε να ενταχθούν στο ενδιάμεσο πρόγραμμα, και τη δυνατότητα ρύθμισης δανείων με εγγύηση Ελληνικού Δημοσίου μέσω διαδικασίας εξυγίανσης. Επιπλέον, δημιουργείται μόνιμος μηχανισμός αποζημίωσης ζημιωθέντων της «ΑΣΠΙΣ ΠΡΟΝΟΙΑ», επιλύοντας ζητήματα αποζημιώσεων σε δικαιούχους απαιτήσεων από ασφάλειες ζωής.

### Ποια είναι η διαδικασία για έναν οφειλέτη –φυσικό ή νομικό πρόσωπο να υποβάλει αίτηση και ποια τα βασικά στάδια;

Η διαδικασία ξεκινά με είσοδο στην πλατφόρμα με κωδικούς Taxisnet και δημιουργία αίτησης. Ακολουθεί η άρση τραπεζικού και φορολογικού απορρήτου όλων των εμπλεκόμενων, άντληση δεδομένων και συμπλήρωση ελλειπόν στοιχείων. Ο αιτών περιμένει 15 ημέρες για άντληση στοιχείων από όλους τους φορείς. Σε περίπτωση σφάλματος, υποβάλλεται αίτημα διόρθωσης. Όταν όλα τα στοιχεία είναι σωστά, συμπληρώνονται τα απαιτούμενα και επισυνάπτονται δικαιολογητικά, όπως πιστοποιητικό φερεγγυότητας και αντίγραφο ποινικού μητρώου. Από την οριστικοποίηση της αίτησης αναστέλλονται τα μέτρα αναγκαστικής εκτέλεσης, εκτός πλειστηριασμών εντός τριών μηνών. Ακολουθεί έλεγχος ύπαρξης περιουσιακών στοιχείων από τους πιστωτές και παραγωγή αυτοματοποιημένης πρότασης ρύθμισης οφειλών βάσει αλγορίθμου πλατφόρμας. Η πρόταση επισκοπείται από πιστωτές και πραγματοποιείται ηλεκτρονική ψηφοφορία. Η πλειοψηφία των ιδιωτών πιστωτών επιβάλλει την απόφαση σε όλους, ενώ το Δημόσιο ψηφίζει πάντοτε θετικά. Ο οφειλέτης αξιολογεί τη συμφωνία και μπορεί να ζητήσει διαπραγμάτευση παρουσία πιστοποιημένου διαμεσολαβητή. Σε 10 ημέρες από λήψη της πρότασης, μπορεί να καταθέσει αίτηση για υπαγωγή σε διαμεσολάβηση, η οποία πρέπει να ολοκληρωθεί σε 30 ημέρες. Η σύμβαση αναδιάρθρωσης υπογράφεται εντός δύο μηνών και δεσμεύει όλους τους πιστωτές. Αν δεν υπάρξει συμφωνία, η διαδικασία περατώνεται άκαρπα, με δυνατότητα νέας αίτησης μετά από 12 μήνες.

### Ποιες επιλογές ρύθμισης υπάρχουν μέσω του μηχανισμού και ποιοι είναι οι πιο συνηθισμένοι όροι;

Η πλατφόρμα προσφέρει διακανονισμό σε έως και 420 δόσεις, δυνατότητα «κουρέματος» οφειλών έως 80% για όσους δεν διαθέτουν περιουσία, διαγραφή τόκων και προσαυξήσεων, και μακροχρόνιο πλάνο αποπληρωμής για Δημόσιο έως 240 δόσεις. Στόχος είναι η απλοποίηση της διαδικασίας και η αποφυγή δικαστικής οδού, με αυτοματοποιημένη σειρά ενεργειών πιο γρήγορη και λιγότερο δαπανηρή. Βασικός στόχος των νέων ρυθμίσεων είναι η διεύρυνση της βάσης δικαιούχων, με έμφαση όχι μόνο στα ευάλωτα νοικοκυριά αλλά και στη μεσαία τάξη. Οι οικονομικές προϋποθέσεις για υποχρεωτική πρόταση ρύθμισης από όλους τους πιστωτές ισχύουν για οφειλές έως 300.000 ευρώ και κα-



θυστέρηση τουλάχιστον 90 ημερών. Η πλατφόρμα καλύπτει φυσικά και νομικά πρόσωπα με οφειλές άνω των 10.000 ευρώ προς Δημόσιο, ασφαλιστικά ταμεία, τράπεζες, διαχειριστές δανείων και οφειλές υπέρ τρίτων. Μεταξύ των πλεονεκτημάτων είναι η αναστολή μέτρων αναγκαστικής εκτέλεσης, η υποχρεωτική αποδοχή προτάσεων αναδιάρθρωσης από πιστωτές για ευάλωτους, και η δυνατότητα διαγραφής οφειλής, τόκων και προστίμων σε περιπτώσεις οικονομικής αδυναμίας.

### Υπάρχουν περιορισμοί ή παγίδες που πρέπει να γνωρίζει ο οφειλέτης πριν ενταχθεί στον Εξωδικαστικό Μηχανισμό;

Ναι, υπάρχουν σημαντικά σημεία προσοχής. Ο οφειλέτης πρέπει να γνωρίζει ότι η διαδικασία απαιτεί πλήρη διαφάνεια σε σχέση με την περιουσία, τα εισοδήματα και τις τρέχουσες υποχρεώσεις του. Όλες οι πληροφορίες ελέγχονται από πιστωτές και Δημόσιο, και τυχόν απόκρυψη στοιχείων μπορεί να ακυρώσει τη διαδικασία ή να οδηγήσει σε ποινικές ευθύνες. Επιπλέον, η συμμετοχή στον μηχανισμό δεν προστατεύει από όλα τα είδη οφειλών. Πρέπει να ελέγξει κανείς ποιες οφειλές μπορούν να ενταχθούν. Οι οφειλές από φόρους, εισφορές ή πρόστιμα εντάσσονται, αλλά εξαιρούνται εν γένει οφειλές σε τρίτους με ρητή συμφωνία ή δάνεια με εγγύηση τρίτων. Άλλο θέμα είναι οι πλειστηριασμοί. Ενώ η αίτηση στην πλατφόρμα αναστέλλει μέτρα αναγκαστικής εκτέλεσης, υπάρχουν περιπτώσεις όπου οι πλειστηριασμοί μπορεί να συνεχιστούν, ιδίως αν αφορούν περιουσία εκτός των ορίων προστασίας πρώτης κατοικίας ή αν η αίτηση υποβλήθηκε καθυστερημένα. Η ψήφος των πιστωτών επίσης μπορεί να προκαλέσει καθυστερήσεις. Αν η πλειοψηφία ιδιωτών πιστωτών δεν αποδεχτεί την πρόταση ρύθμισης, η διαδικασία μπορεί να μην ολοκληρωθεί. Σε αυτή την περίπτωση, ο οφειλέτης πρέπει να περιμένει 12 μήνες για νέα αίτηση, κάτι που μπορεί να αφήσει εκτεθειμένη την περιουσία και

να δημιουργήσει ψυχολογική πίεση.

### Ποιο είναι το κόστος συμμετοχής και ποια η οικονομική επιβάρυνση για τον οφειλέτη;

Η συμμετοχή στον μηχανισμό έχει σχετικά χαμηλό κόστος σε σχέση με τις παραδοσιακές δικαστικές διαδικασίες, αλλά δεν είναι μηδενική. Υπάρχει αμοιβή πιστοποιημένου διαμεσολαβητή, η οποία κυμαίνεται ανάλογα με την πολυπλοκότητα της υπόθεσης και τον αριθμό των πιστωτών. Το κόστος συνήθως καλύπτει τα στάδια προετοιμασίας, ελέγχου των στοιχείων και διαπραγμάτευσης, αλλά μπορεί να αυξηθεί αν χρειαστούν επιπλέον επαφές ή συμπληρωματικά δικαιολογητικά.

Επιπλέον, αν η διαδικασία αποτύχει ή ακυρωθεί λόγω απόκρυψης στοιχείων ή μη αποδοχής των όρων από την πλειοψηφία των πιστωτών, ο οφειλέτης μπορεί να επιβαρυνθεί με δικαστικά έξοδα ή τόκους καθυστέρησης που συνεχίζουν να τρέχουν. Για αυτό είναι σημαντικό να προγραμματίζεται η αίτηση με πλήρη τεκμηρίωση και ακριβή στοιχεία.

### Ποια είναι τα οφέλη από τη συμμετοχή στον Εξωδικαστικό Μηχανισμό σε σχέση με άλλες διαδικασίες όπως πτώχευση ή ατομική διαπραγμάτευση;

Το βασικό όφελος είναι η προστασία από κατασχέσεις και η σταδιακή αποπληρωμή των οφειλών με προγραμματισμένο τρόπο, χωρίς να χρειάζεται να κινηθεί δικαστικά. Επιπλέον, η διαδικασία είναι ταχύτερη και πιο φιλική για τον οφειλέτη σε σχέση με την πτώχευση, η οποία απαιτεί δικαστική απόφαση, δημοσιότητα και ενδεχομένως μεγαλύτερη κοινωνική και επαγγελματική επίπτωση. Η αυτοματοποίηση της πλατφόρμας παρέχει διαφάνεια και αντικειμενικότητα, μειώνοντας τις πιθανότητες αθέμιτων απαιτήσεων ή παρανοήσεων από τους πιστωτές. Η πρόταση ρύθμισης είναι προκαθορισμένη από αλγόριθμο βάσει οικονομικών δεδομένων, με αποτέλεσμα να υπάρχει δίκαιη κατανομή των ποσών και διαγραφή

επιπλέον χρεών όπου δικαιολογείται. Μακροπρόθεσμα, η ενσωμάτωση στον μηχανισμό μπορεί να προστατεύσει το credit score του οφειλέτη και να διευκολύνει την πρόσβαση σε μελλοντική χρηματοδότηση, ενώ η ατομική διαπραγμάτευση χωρίς πλατφόρμα συχνά οδηγεί σε άνιση διαπραγμάτευση και περιορισμένη προστασία.

### Υπάρχουν ειδικές προβλέψεις για ευάλωτους οφειλέτες;

Ναι, ο μηχανισμός περιλαμβάνει ειδικές κατηγορίες προστασίας για ευάλωτους οφειλέτες, όπως μονογονεϊκές οικογένειες, άτομα με σοβαρά προβλήματα υγείας, χαμηλό εισόδημα ή περιορισμένη περιουσία. Για αυτούς, η πλατφόρμα προβλέπει αυξημένη πιθανότητα αποδοχής πρότασης ρύθμισης από πιστωτές, μακρύτερη περίοδο αποπληρωμής και μεγαλύτερο ποσοστό διαγραφής οφειλών και τόκων. Επιπλέον, ο Εξωδικαστικός Μηχανισμός συνεργάζεται με φορείς κοινωνικής προστασίας, ώστε οι δικαιούχοι να ενημερώνονται για επιδόματα και άλλες μορφές στήριξης, συνδυάζοντας την οικονομική ρύθμιση με κοινωνική προστασία.

### Ποιο είναι το μέλλον του μηχανισμού και ποιοι στόχοι τίθενται για τα επόμενα χρόνια;

Οι στόχοι περιλαμβάνουν περαιτέρω αυτοματοποίηση της διαδικασίας, διεύρυνση της συμμετοχής, καλύτερη ανάλυση δεδομένων για ακριβέστερες προτάσεις ρύθμισης και διασύνδεση με άλλα εργαλεία κοινωνικής και οικονομικής στήριξης. Η πρόβλεψη είναι ότι στο μέλλον θα μπορεί να διαχειρίζεται ακόμα μεγαλύτερο πλήθος υποθέσεων, με ταχύτερη, πιο ασφαλή και δίκαιη διαδικασία, ελαχιστοποιώντας τη γραφειοκρατία και τα δικαστικά έξοδα. Με αυτόν τον τρόπο, ο Εξωδικαστικός Μηχανισμός διαμορφώνεται ως το κύριο εργαλείο για τη ρύθμιση οφειλών στην Ελλάδα, αντικαθιστώντας σταδιακά πολύπλοκες και αργές διαδικασίες, και παρέχοντας στους πολίτες και τις επιχειρήσεις ένα ασφαλές πλαίσιο για την οικονομική τους σταθεροποίηση.



Από την Ξάνθη στην υπόλοιπη Ελλάδα, περιστατικά όπως ο ξυλοδαρμός ενός 15χρονου αποκαλύπτουν την ανησυχητική αύξηση της βίας στους εφήβους και την υποβόσκουσα διάσταση του ρατσισμού

Γράφει  
η Έννη  
Λεβέντη

Την 27η Οκτωβρίου, η πρεμία μιας καθημερινής σχολικής ημέρας στην Ξάνθη διακόπηκε από ένα περιστατικό που φέρνει στο φως μια ανησυχητική πραγματικότητα για τη νεολαία της χώρας. Ένας 15χρονος μαθητής έπεσε θύμα προμελετημένης επίθεσης από ομάδα συνομηλίκων του. Σύμφωνα με τη μαρτυρία της μητέρας του, ο νεαρός δέχθηκε τηλεφωνικές κλήσεις από συμμαθήτριες του, που του ζήτησαν να εμφανιστεί σε συγκεκριμένο σημείο στο κέντρο της πόλης. Εκεί, συνάντησε έναν συνομήλικό του, που φάνηκε φιλικός, για να εμφανιστεί ξαφνικά ένα αυτοκίνητο και να ξεκινήσει ένας άγριος ξυλοδαρμός. Το παιδί δέχθηκε συνεχόμενες γροθιές στο πρόσωπο, έπεσε στο έδαφος και συνέχισαν να τον κλωτσούν στο κεφάλι. Η επέμβαση ενός γείτονα που απείλησε να καλέσει την αστυνομία αποδείχθηκε σωτήρια. Το περιστατικό καταδεικνύει όχι μόνο τη βία που υφίστανται οι έφηβοι από τους συνομηλίκους τους αλλά και τον τρόπο με τον οποίο η κοινωνική και σχολική πίεση μπορεί να ενισχύσει επιθετικές συμπεριφορές. Σύμφωνα με τη μητέρα του 15χρονου, η επίθεση δεν περιορίστηκε σε σωματική βία. Τις πρώτες ώρες στο νοσοκομείο, ο γιος της δέχθηκε ειρωνικά μηνύματα από τα ίδια παιδιά που είχαν εμπλακεί στην επίθεση, με φράσεις όπως «Έφαγες ξύλο, αγόρι μου;». Η μητέρα υποστηρίζει ότι η αιτία πίσω από την επίθεση ήταν ζήλια και προσωπικές διαφορές, με θολές διαστάσεις που υπογραμμίζουν τη σύνθετη φύση των εφηβικών συγκρούσεων. Το περιστατικό καταγράφηκε ως τυπικό παράδειγμα του πώς η κοινωνική πίεση, οι προσωπικές διαφορές και ο ανταγωνισμός μπορούν να μετατραπούν σε βία, ειδικά όταν συνυπάρχουν με τον παράγοντα του ρατσισμού ή της προκατάληψης.

Η Ελληνική κοινωνία τα τελευταία χρόνια έχει δει μια αύξηση των περιστατικών βίας μεταξύ ανηλίκων. Τα σχολεία, οι δρόμοι και οι πλατείες δεν είναι πλέον ασφαλείς μόνο από φυσικούς κινδύνους αλλά και από τη βία που εκδηλώνεται μεταξύ των νέων. Ειδικό στην παιδική και εφηβική ψυχολογία εξηγούν ότι η έλλειψη επικοινωνίας, η επιρροή των κοινωνικών δικτύων και η τάση για επιβολή μέσα στην ομάδα αποτελούν βασικούς παράγοντες που οδηγούν σε τέτοια περιστατικά.

Η βία δεν είναι πάντοτε τυφλή· συχνά έχει στοχευμένο χαρακτήρα, όπως στην περίπτωση του 15χρονου στην Ξάνθη, όπου η συνωμοσία και η προμελετημένη δράση έδειξαν μια οργανωμένη διάσταση. Πέρα από την προφανή σωματική βλάβη, η ψυχολογική επίπτωση στα θύματα είναι σημαντική. Οι νέοι που πέφτουν θύματα επιθέσεων συχνά βιώνουν φόβο, ανασφάλεια και κοινωνική απομόνωση. Η διαρκής υποβάθμιση της αυτοεκτίμησης μπορεί να οδηγήσει σε απομόνωση, άγχος, ακόμη και κατάθλιψη. Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί συχνά μένουν αβοήθητοι μπροστά σε αυτά τα φαινόμενα, χωρίς να διαθέτουν τα απαραίτητα εργαλεία



“ Σε ορισμένες περιπτώσεις, όπως αυτή που περιγράφεται, η εθνοτική ή θρησκευτική ταυτότητα μπορεί να λειτουργεί ως παράγοντας έντασης, ενώ η πρόληψη απαιτεί συνεργασία οικογένειας, σχολείου και κοινωνίας για την προώθηση ανεκτικότητας και σεβασμού στη διαφορετικότητα



“ Το άρθρο υπογραμμίζει ότι η αντιμετώπιση της βίας στους νέους δεν αφορά μόνο τα θύματα αλλά απαιτεί ενεργή συμμετοχή της οικογένειας, του σχολείου, των κοινωνικών υπηρεσιών και των αρχών, ώστε να δημιουργηθεί ένα ασφαλές περιβάλλον όπου η βία και η προκατάληψη δεν θα έχουν χώρο

για να τα αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά. Το μήνυμα που φέρνει η οικογένεια του 15χρονου είναι σαφές: η έγκαιρη παρέμβαση μπορεί να αποτρέψει την τραγωδία. Ένα άλλο ανησυχητικό στοιχείο που αναδεικνύεται μέσα από τέτοια περιστατικά είναι η υποβόσκουσα διάσταση του ρατσισμού ή της πολιτισμικής προκατάληψης. Στην περίπτωση της Ξάνθης, η μητέρα του παιδιού αναφέρει ότι ένας από τους δράστες ήταν νεαρός μουσουλμάνος και ότι οι συγκρούσεις ενδέχεται να είχαν θολές εθνοκοινωνικές διαστάσεις. Χωρίς να υπεραπλουστεύουμε ή να στιγματίζουμε, η πραγματικότητα είναι ότι η εθνοτική ή θρησκευτική ταυτότητα συχνά προστίθεται σε παράγοντες όπως η ζήλια, η κοινωνική πίεση ή η επιθυμία επιβολής, δημιουργώντας ένα εκρηκτικό μείγμα για τους νέους.

Οι κοινωνικοί επιστήμονες επισημαίνουν ότι η πρόληψη τέτοιων φαινομένων δεν αφορά μόνο την προστασία των θυμάτων αλλά και τη διαμόρφωση μιας κουλτούρας ανεκτικότητας και αλληλεγγύης στα σχολεία και στις γειτονιές. Στην Ελλάδα, η επίσημη στατιστική εικόνα της βίας μεταξύ ανηλίκων είναι συχνά υποεκτιμημένη. Πολλά περιστατικά δεν καταγγέλλονται, είτε λόγω φόβου είτε λόγω κοινωνικής πίεσης. Τα θύματα συχνά ντρέπονται ή φοβούνται αντίποινα, ενώ οι γονείς δεν γνωρίζουν πάντοτε την πραγματική έκταση των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους. Μελέτες δείχνουν ότι οι συγκρούσεις στους εφήβους μπορεί να ξεκινούν από αστεία ή υποτιμητικά σχόλια στα social media και να κλιμακώνονται σε σωματική βία, σε ένα περιβάλλον όπου η επιβεβαίωση της δύναμης και της υπεροχής θεωρείται κοινωνικά αποδεκτή ή ακόμα και απαραίτητη. Η εκπαιδευτική κοινότητα καλείται να παίξει καθοριστικό ρόλο στην πρόληψη και αντιμετώπιση της βίας. Οι καθηγητές και οι διευθυντές σχολείων πρέπει να εντοπίζουν έγκαιρα σημάδια επιθετικής συμπεριφοράς, ενώ τα προγράμματα κοινωνικής αγωγής μπορούν να διδάξουν στους μαθητές δεξι-

ότητες επίλυσης συγκρούσεων χωρίς βία. Επιπλέον, η συνεργασία με ειδικούς ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς μπορεί να προσφέρει στα παιδιά ένα ασφαλές περιβάλλον για να εκφράσουν τους φόβους και τις ανησυχίες τους. Η κοινωνία στο σύνολό της πρέπει να αναγνωρίσει ότι η βία δεν είναι απλώς μια «φάση» της εφηβείας αλλά ένα πρόβλημα που μπορεί να αφήσει μόνιμα τραύματα σε θύματα και θύτες. Το περιστατικό της Ξάνθης αναδεικνύει επίσης την ανάγκη για νομική και κοινωνική ευαισθητοποίηση.

Η μητέρα του 15χρονου κατέθεσε μήνυση, ελπίζοντας ότι οι δράστες θα βρεθούν και θα λογοδοτήσουν. Το νομικό πλαίσιο για τα περιστατικά βίας μεταξύ ανηλίκων υπάρχει, αλλά η εφαρμογή του απαιτεί συνεργασία μεταξύ οικογένειας, σχολείου και αρχών. Κάθε καθυστέρηση ή αδράνεια μπορεί να ενισχύσει την αίσθηση ατιμωρησίας και να οδηγήσει σε επανάληψη τέτοιων περιστατικών. Η κοινωνική διάσταση του ζητήματος δεν περιορίζεται μόνο στην επιμέρους βία αλλά επεκτείνεται στην αντιμετώπιση της διαφορετικότητας. Ο σεβασμός στη διαφορετικότητα, η κατανόηση των πολιτισμικών διαφορών και η προώθηση της ανεκτικότητας αποτελούν κεντρικούς άξονες για την πρόληψη συγκρούσεων που περιλαμβάνουν στοιχεία ρατσισμού ή θρησκευτικής προκατάληψης. Η εκπαίδευση των νέων σε αξίες όπως η συνεργασία, η αλληλεγγύη και ο διάλογος μπορεί να περιορίσει τις εντάσεις και να αποτρέψει μελλοντικές επιθέσεις. Η έρευνα για τη βία στην εφηβεία δείχνει ότι υπάρχουν πολλαπλοί παράγοντες που την ενισχύουν: η οικογενειακή ανασφάλεια, η κοινωνική πίεση, η επιρροή των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, η ανάγκη επιβεβαίωσης μέσα στην ομάδα και η έλλειψη υποστηρικτικού περιβάλλοντος. Όταν αυτά τα στοιχεία συνδυάζονται με πολιτισμικές ή θρησκευτικές εντάσεις, η πιθανότητα σοβαρής σύγκρουσης αυξάνεται σημαντικά. Για το λόγο αυτό, η αντιμετώπιση του προβλήματος απαιτεί πολυεπίπεδη προσέγγιση, που περιλαμβάνει

κοινωνική, εκπαιδευτική και νομική δράση. Η Ελλάδα, όπως και άλλες χώρες της Ευρώπης, βρίσκεται αντιμέτωπη με μια γενικότερη κοινωνική τάση: την αύξηση της επιθετικότητας μεταξύ των νέων. Περιστατικά όπως αυτό στην Ξάνθη δεν είναι μεμονωμένα. Άλλα περιστατικά βίας σε σχολεία, πλατείες ή γειτονιές καταγράφονται καθημερινά, αποκαλύπτοντας μια ανησυχητική διάσταση της σύγχρονης νεολαίας.

Η κοινωνία πρέπει να αναλάβει την ευθύνη για την πρόληψη και την αντιμετώπισή τους, διότι η σιωπή ή η αδιαφορία ενθαρρύνει την επανάληψη της βίας και θέτει σε κίνδυνο τη σωματική και ψυχική υγεία των νέων. Στην καρδιά της πρόληψης βρίσκεται η οικογένεια. Οι γονείς καλούνται να παρατηρούν τις αλλαγές στη συμπεριφορά των παιδιών τους, να ενισχύουν την επικοινωνία και να ενθαρρύνουν την έκφραση συναισθημάτων χωρίς φόβο ή ντροπή. Ταυτόχρονα, η εκπαίδευση πρέπει να αναπτύσσει δεξιότητες κοινωνικής επίλυσης συγκρούσεων, προάγοντας την κατανόηση και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών. Οι δράσεις αυτές μπορούν να δημιουργήσουν ένα περιβάλλον όπου η διαφορετικότητα γίνεται πηγή εμπλουτισμού και όχι αφορμή βίας. Η προληπτική αντιμετώπιση δεν περιορίζεται στη φυσική ασφάλεια αλλά επεκτείνεται στη διαχείριση των ψηφιακών χώρων. Τα social media συχνά αποτελούν πεδίο εκδήλωσης βίας μέσω εκφοβισμού, ειρωνείας και διάδοσης ψευδών πληροφοριών.

Οι νέοι, που περνούν μεγάλο μέρος της ημέρας τους στο διαδίκτυο, συχνά βιώνουν επιθετικές συμπεριφορές που μπορεί να επηρεάσουν την καθημερινότητά τους και την ψυχολογική τους ισορροπία. Η εκπαίδευση σε δεξιότητες ψηφιακής ευγένειας και η ενίσχυση της επίγνωσης των συνεπειών της βίας online αποτελούν κρίσιμες παραμέτρους για την πρόληψη της συνολικής επιθετικής συμπεριφοράς. Το περιστατικό της Ξάνθης, πέρα από την τοπική του διάσταση, αποτελεί καθρέφτη της ελληνικής κοινωνίας σε σχέση με τη βία μεταξύ νέων. Η ανάγκη για ενίσχυση της ενημέρωσης, της πρόληψης και της κοινωνικής ευαισθητοποίησης είναι πλέον επείγουσα. Η συνεργασία σχολείου, οικογένειας, κοινωνικών υπηρεσιών και νομικών φορέων μπορεί να περιορίσει την έκταση των περιστατικών και να διασφαλίσει ένα ασφαλές περιβάλλον για όλα τα παιδιά, ανεξαρτήτως καταγωγής ή θρησκείας. Η ιστορία του 15χρονου από την Ξάνθη δεν πρέπει να ληφθεί μόνο ως μεμονωμένο περιστατικό αλλά ως κλήση αφύπνισης για ολόκληρη την κοινωνία. Η βία μεταξύ νέων, σε συνδυασμό με στοιχεία ρατσισμού ή προκατάληψης, είναι μια πραγματικότητα που απαιτεί ενεργή αντιμετώπιση, συνεχείς δράσεις πρόληψης και κυρίως μια κουλτούρα όπου η διαφορετικότητα δεν φοβίζει αλλά εμπλουτίζει. Το μήνυμα προς την κοινωνία είναι σαφές: μόνο μέσα από την προληπτική και συλλογική δράση μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον όπου οι νέοι θα μεγαλώνουν με ασφάλεια, σεβασμό και αλληλεγγύη, μακριά από τη βία που απειλεί να διαβρώσει τις σχέσεις τους και το μέλλον τους.



**FORMedia.gr**  
NEA ΜΟΡΦΗ  
ΣΤΗΝ  
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



# Η Εξέγερση του Πολυτεχνείου το Νοέμβριο του 1973 ήταν η κορυφαία αντιδικτατορική εκδήλωση και ουσιαστικά προανήγγειλε την πτώση της Χούντας των Συνταγματαρχών



# Η Εξέγερση του Πολυτεχνείου

Η Εξέγερση του Πολυτεχνείου το Νοέμβριο του 1973 ήταν η κορυφαία αντιδικτατορική εκδήλωση και ουσιαστικά προανήγγειλε την πτώση της Χούντας των Συνταγματαρχών, η οποία από τις 21 Απριλίου 1967 είχε επιβάλει καθεστώς στυγνής δικτατορίας στη χώρα. Η αντίστροφη μέτρηση ξεκίνησε στις 14 Φεβρουαρίου 1973, όταν ξεσηκώθηκαν οι φοιτητές της Αθήνας και συγκεντρώθηκαν στο Πολυτεχνείο. Ζητούσαν την κατάργηση του Ν.1347, ο οποίος προέβλεπε την υποχρεωτική στράτευση όσων ανέπτυσαν συνδικαλιστική δράση κατά τη διάρκεια των σπουδών τους. Η αστυνομία, παραβιάζοντας το πανεπιστημιακό άσυλο, εισήλθε στο χώρο του ιδρύματος, συνέλαβε 11 φοιτητές και τους παρέπεμψε σε δίκη με την κατηγορία της «περιύβρισης αρχής». Οι 8 καταδικάστηκαν σε διάφορες ποινές, ενώ περίπου 100 άλλοι αναγκάστηκαν να διακόψουν τις σπουδές τους και να ντυθούν στο χακί.

## Κατάληψη στο κτίριο της Νομικής

Επτά ημέρες μετά τα πρώτα γεγονότα του Πολυτεχνείου, στις 21 Φεβρουαρίου οι φοιτητές κατέλαβαν το κτίριο της Νομικής σχολής στην Αθήνα, προβάλλοντας τα συνθήματα «Δημοκρατία», «Κάτω η Χούντα» και «Ζήτω η Ελευθερία». Η αστυνομία επενέβη και πάλι για να καταστείλει την εξέγερση, αλλά η βίαιη εκδίωξη των φοιτητών από το κτίριο της Νομικής ενίσχυσε ακόμη περισσότερο την αγωνιστικότητά τους.

Η εξέγερση που ξεκίνησε στις 14 Νοεμβρίου του 1973 επρόκειτο να αποτελέσει την κορύφωση των αντιδικτατορικών εκδηλώσεων. Το πρωί εκείνης της ημέρας οι φοιτητές συγκεντρώθηκαν στο προαύλιο του Πολυτεχνείου και αποφάσισαν την κήρυξη αποχής από τα μαθήματα, με αίτημα να γίνουν εκλογές για τους φοιτητικούς συλλόγους τον Δεκέμβριο του ίδιου έτους και όχι στα τέλη του επόμενου χρόνου, όπως είχε ανακοινώσει το καθεστώς.

Ακολούθησαν συνελεύσεις φοιτητών στην Ιατρική και στη Νομική σχολή. Μάλιστα, οι φοιτητές της Νομικής εξέδωσαν ψήφισμα, με το οποίο ζητούσαν την ανάκληση των αποφάσεων της Χούντας για τη διεξαγωγή των φοιτητικών εκλογών, εκδημοκρατισμό των πανεπιστημιακών ιδρυμάτων, αύξηση των δαπανών για την παιδεία στο 20% του προϋπολογισμού και ανάκληση του Ν.1347 για την αναγκαστική στράτευση των φοιτητών. Όσο περνούσε η μέρα άρχισαν να μαζεύονται ολόένα και περισσότεροι φοιτητές στο Πολυτεχνείο, αλλά και άλλοι που πληροφορήθηκαν το νέο. Η αστυνομία απο-

«Η μνήμη ζωντανεύει, ο αγώνας συνεχίζεται!»

«Ελευθερία τώρα, όπως τότε!»

«Αντίσταση χθες, δράση σήμερα!»

«Δεν ξεχνάμε. Δεν»

«Η ιστορία μας ενώνει, η φωνή μας δυναμώνει!»

δείχθηκε ανίκανη να εμποδίσει την προσέλευση του κόσμου. Το απόγευμα πάρθηκε η απόφαση για κατάληψη του Πολυτεχνείου. Οι πόρτες έκλεισαν και από τότε άρχισε η οργάνωση της εξέγερσης. Το πρώτο βήμα ήταν η εκλογή Συντονιστικής Επιτροπής, στην οποία μετείχαν 22 φοιτητές και 2 εργάτες, με σκοπό να καθοδηγήσει τον αγώνα. Επιπλέον, δημιουργήθηκαν επιτροπές σε όλες τις σχολές για να οργανώσουν την κατάληψη και την επικοινωνία με την ελληνική κοινωνία.

## Ο ραδιοφωνικός σταθμός

Για το σκοπό αυτό άρχισε να λειτουργεί ένας ραδιοφωνικός σταθμός, αρχικά στο κτίριο του Χημικού και αργότερα στο κτίριο των Μηχανολόγων, με εκφωνητές τη Μαρία Δαμανάκη και τον Δημήτρη Παπαχρήστου. Επιπλέον, στο Πολυτεχνείο εγκαταστάθηκαν πολύγραφοι, που δούλευαν μέρα - νύχτα, για να πληροφορούν τους φοιτητές και τον υπόλοιπο κόσμο για τις αποφάσεις της Συντονιστικής Επιτροπής και των φοιτητικών συνελεύσεων. Συγκροτήθηκαν συνεργεία φοιτητών, που έγραφαν συνθήματα σε πλακάτ, σε τοίχους, στα τρόλεϊ, στα λεωφορεία και στα ταξί, για να τα γνωρίσουν όλοι οι Αθηναίοι. Στο Πολυτεχνείο οργανώθηκε εστιατόριο και νοσοκομείο, ενώ ομάδες φοιτητών ανέλαβαν την περιφρούρηση του χώρου, ξεχωρίζοντας τους ενθουσιώδεις και δημοκράτες Αθηναίους από τους προβοκάτορες.

Η πρώτη αντίδραση του δικτατορικού καθεστώτος ήταν να στείλει μυστικούς πράκτορες να ανακατευθούν στο πλήθος που συνέρρεε στο Πολυτεχνείο και να ακροβολήσει σκοπευτές στα γύρω κτίρια. Στις 16 Νοεμβρίου μεγάλες αστυνομικές δυνάμεις επιτέθηκαν εναντίον του πλήθους που ήταν συγκεντρωμένο έξω από το Πολυτεχνείο, με γκλομπς, δακρυγόνα και σφαίρες ντουμ-ντουμ. Οι περισσότεροι διαλύθηκαν. Όσοι έμειναν έστησαν οδοφράγματα ανατρέποντας τρόλεϊ και συγκεντρώνοντας υλικά από νεοανεγειρόμενες οικοδομές, και άναψαν φωτιές για να εξουδετερώσουν τα δακρυγόνα. Αργότερα, η αστυνομία έκανε χρήση όπλων, χωρίς όμως να πετύχει το στόχο της, την καταστολή της εξέγερσης.

## Τα άρματα μάχης

Ο δικτάτορας Παπαδόπουλος, όταν διαπίστωσε ότι η αστυνομία αδυνατούσε να εισέλθει στο Πολυτεχνείο, αποφάσισε να χρησιμοποιήσει το στρατό. Κοντά στο σταθμό Λαρίσης συγκεντρώθηκαν τρεις μοίρες ΛΟΚ

και μία μοίρα αλεξιπωτιστών από τη Θεσσαλονίκη. Τρία άρματα μάχης κατέβηκαν από του Γουδή προς το Πολυτεχνείο. Τα δύο στάθμευσαν στις οδούς Τσιτσο και Στουρνάρα, αποκλείοντας τις πλαϊνές πύλες του ιδρύματος και το άλλο έλαβε θέση απέναντι από την κεντρική πύλη. Η Συντονιστική Επιτροπή των φοιτητών ζήτησε διαπραγματεύσεις, αλλά το αίτημά τους απορρίφθηκε. Στις 3 τα ημερώματα της 17ης Νοεμβρίου το άρμα που βρισκόταν απέναντι από την κεντρική πύλη έλαβε εντολή να εισβάλλει. Έπεσε πάνω στην πύλη και την έριξε, παρασέρνοντας στο διάβα του μία κοπέλα που ήταν σκαρφαλωμένη στον περίβολο κρατώντας την ελληνική σημαία. Οι μοίρες των ΛΟΚ, μαζί με ομάδες -μυστικών και μη- αστυνομικών, εισέβαλαν στο Πολυτεχνείο και κυνήγησαν τους φοιτητές, οι οποίοι πηδώντας από τα κάγκελα προσπάθησαν να διαφύγουν στους γύρω δρόμους. Τους κυνηγούσαν αστυνομικοί, πεζοναύτες, ΕΣΑτζήδες. Αρκετοί σώθηκαν βρίσκοντας άσυλο στις γύρω πολυκατοικίες, πολλοί συνελήφθησαν και μεταφέρθηκαν στη Γενική Ασφάλεια και στην ΕΣΑ. Σύμφωνα με την επίσημη ανακοίνωση της Αστυνομίας, στις 17 Νοεμβρίου συνελήφθησαν 840 άτομα. Όμως, μετά τη Μεταπολίτευση, αξιωματικοί της Αστυνομίας, ανακρινόμενοι, ανέφεραν ότι οι συλληφθέντες ξεπέρασαν τα 2400 άτομα. Οι νεκροί επισήμως ανήλθαν σε 34 άτομα. Στην ανάκριση που διενεργήθηκε το φθινόπωρο του 1975 εναντίον των πρωταίων της καταστολής εντοπίστηκαν 21 περιπτώσεις θανάσιμου τραυματισμού. Ωστόσο, τα θύματα πρέπει να ήταν πολύ περισσότερα, διότι πολλοί βαριά τραυματισμένοι, προκειμένου να διαφύγουν τη σύλληψη, αρνήθηκαν να διακομιστούν σε νοσοκομείο.

Ο δικτάτορας Γεώργιος Παπαδόπουλος κήρυξε στρατιωτικό νόμο, αλλά στις 25 Νοεμβρίου ανατράπηκε με πραξικόπημα. Πρόεδρος ορίστηκε ο αντιστράτηγος Φαίδων Γκιζίκης και πρωθυπουργός της νέας κυβέρνησης ο Αδαμάντιος Ανδρουτσόπουλος. Όμως ο ισχυρός άνδρας του νέου καθεστώτος ήταν ο διοικητής της Στρατιωτικής Αστυνομίας, ταξίαρχος Δημήτριος Ιωαννίδης, που επέβαλλε ένα καθεστώς σκληρότερο από εκείνο του Παπαδόπουλου.

Η δικτατορία κατέρρευσε στις 23 Ιουλίου του 1974, αφού είχε ήδη προηγηθεί η τουρκική εισβολή στην Κύπρο. Ο Γκιζίκης και ο αντιστράτηγος Ντάβος, διοικητής του Γ' Σώματος Στρατού, κάλεσαν τον Κωνσταντίνο Καραμανλή να επιστρέψει στην Ελλάδα για να επαναφέρει τη δημοκρατική διακυβέρνηση.

«Ίσως σήμερα το ψωμί να είναι πρόσβαση σε αξιοπρεπή εργασία και κοινωνική δικαιοσύνη, η παιδεία να είναι η ικανότητα να κρίνουμε, να αμφισβητούμε και να δημιουργούμε, και η ελευθερία να είναι η δυνατότητα να ζούμε χωρίς φόβο και με ουσιαστικές επιλογές για τη ζωή μας»

Γράφει η Έννη Λεβέντη

# Ψωμί, παιδεία, ελευθερία αναχρονισμός ή αιώνια επαταγή;



**Κ**

άθε χρόνο, καθώς πλησιάζει η 17η Νοεμβρίου, η χώρα καλείται να θυμηθεί και να τιμήσει τους νεκρούς και τους αγώνες του Πολυτεχνείου. Ένα σύμβολο αντίστασης, ένα κατώφλι που διέκρινε την προ κρίσης και την μετά κρίσης εποχή στην ιστορία μας. Είναι το σημείο εκείνο όπου η αξιοπρέπεια

γίνεται συλλογική υπόθεση, όπου η αδικία και η καταπίεση βρίσκουν την πρώτη οργανωμένη απάντηση από μια νέα γενιά που δεν φοβάται να υπερασπιστεί το δικαίωμά της στη ζωή, στην ελευθερία, στην εκπαίδευση. Κι όμως, το εμβληματικό σύνθημα «Ψωμί, Παιδεία, Ελευθερία» μοιάζει σήμερα, σχεδόν μισό αιώνα μετά, με αναχρονιστικό. Ή μήπως όχι;

Ο προβληματισμός αυτός δεν είναι μια πρόκληση στη μνήμη, αλλά μια αναζήτηση της ουσίας του μηνύματος. «Ψωμί» η βασική τροφή για τη ζωή σήμερα ίσως δεν περιορίζεται στο φαγητό αλλά στην κοινωνική ασφάλεια, στη δυνατότητα πρόσβασης σε αξιοπρεπή εργασία, στη στέγη, στη ζωή με αξιοπρέπεια. «Παιδεία» η γνώση και η κριτική σκέψη μοιάζει να έχει γίνει πολυτέλεια σε μια κοινωνία όπου οι μαθητές συχνά διδάσκονται περισσότερα για την επιβίωση στο σύστημα παρά για την κατανόηση του κόσμου. Και «Ελευθερία» η δυνατότητα επιλογής και δράσης μοιάζει πιο σύνθετη από ποτέ, όταν η ελευθερία γίνεται αντικείμενο πολιτικών, οικονομικών και τεχνολογικών περιορισμών.

Η επέτειος του Πολυτεχνείου δεν είναι απλά μια ημερομηνία στο ημερολόγιο. Είναι μια πρόσκληση να κοιτάξουμε τον εαυτό μας και τον κόσμο μας κατάματα. Να αναρωτηθούμε αν έχουμε πραγματικά τιμήσει τη θυσία εκείνων που στάθηκαν απέναντι σε έναν ολοκληρωτισμό, ή αν έχουμε απλώς αναπαράγει τον μύθο, χωρίς να εμβαθύνουμε στις πραγματικές συνθήκες που κάνουν την αξιοπρέπεια συλλογικό καθήκον.

Σήμερα, η κοινωνία μοιάζει διχασμένη ανάμεσα σε δύο κόσμους: εκείνον που εξακολουθεί να πιστεύει σε αξίες που ξεπερνούν το προσωπικό συμφέρον και εκείνον που αντιμετωπίζει τη ζωή ως σειρά επιλογών επιβίωσης. Τα κινήματα των νεότερων γενεών για κοινωνική δικαιοσύνη, για το περιβάλλον, για τα ανθρώπινα δικαιώματα, αν και εκφράζονται διαφορετικά από το Πολυτεχνείο, είναι ουσιαστικά η νέα μορφή της ίδιας πάλης: η διαρκής διεκδίκηση ενός κόσμου όπου οι αξίες της αξιοπρέπειας, της γνώσης και της ελευθερίας δεν είναι πολυτέλειες αλλά δικαιώματα.

**Πολυτεχνείο.  
Μια επέτειος  
που απαιτεί  
επανεξέταση  
της μνήμης μας  
Το κατώφλι της  
ανθρώπινης  
αξιοπρέπειας**

Όμως, υπάρχει μια ειρωνεία που δεν μπορούμε να αγνοήσουμε. Το σύνθημα «Ψωμί, Παιδεία, Ελευθερία», που τότε φάνταζε επαναστατικό, σήμερα μοιάζει τόσο απλό και ταυτόχρονα τόσο δυσπρόσιτο. Η αγορά, η τεχνολογία, η παγκοσμιοποίηση, η οικονομική ανισότητα όλα έχουν αλλάξει τον χάρτη των αναγκών μας.

Η ελευθερία συχνά περιορίζεται από την οικονομική πίεση. Η παιδεία συχνά υπονομεύεται από την υπερβολική εξειδίκευση ή την εμπορευματοποίηση της γνώσης. Το ψωμί συχνά δεν είναι ζήτημα ύπαρξης αλλά αξιοπρέπειας: μπορεί να έχεις φαγητό, αλλά όχι συνθήκες που να σε κάνουν να αισθάνεσαι ισοτίμος πολίτης.

Είναι αυτή η αναντιστοιχία που καθιστά τη συζήτηση επίκαιρη και αναγκαία. Ο αναχρονισμός δεν είναι μόνο θέμα χρόνου, αλλά και θέμα κοινωνικής αλήθειας. Το Πολυτεχνείο δεν πρέπει να μένει ένα μνημείο του παρελθόντος, αλλά να λειτουργεί ως καθρέφτης του παρόντος και οδηγός για το μέλλον. Η επαναδιατύπωση του συνθήματος δεν είναι απομυθοποίηση, αλλά αναζήτηση νέων νοημάτων μέσα σε έναν κόσμο που έχει αλλάξει ριζικά.

Το ερώτημα που προκύπτει είναι αν οι σημερινοί πολίτες έχουν την ίδια ετοιμότητα για θυσία και για αγώνα. Ζούμε σε μια εποχή που η τεχνολογία μας δίνει δύναμη και πληροφορία, αλλά συχνά μας αποξενώνει από την ουσία των κοινωνικών αγώνων. Η επετειακή τελετουργία, οι καταθέσεις στεφάνων και οι πορείες, χωρίς βαθύτερη συνειδητοποίηση, κινδυνεύουν να γίνουν τελετουργίες χωρίς νόημα, εικόνες χωρίς περιεχόμενο. Από την άλλη, η μνήμη του Πολυτεχνείου μας υπενθυμίζει ότι η κοινωνία πρέπει να έχει το θάρρος να κοιτάζει την αλήθεια της κατάματα. Οι νέες γενιές, αν και δεν βιώνουν την ίδια καταπίεση, αντιμετωπίζουν άλλες μορφές περιορισμού: κοινωνική ανισότητα, ανεργία, πληθώρα ψευδών πληροφοριών, οικολογική κρίση. Το κατώφλι της αξιοπρέπειας συνεχίζει να υπάρχει, απλώς έχει μετατοπιστεί. Και η

αναγνώρισή του απαιτεί ενεργή συμμετοχή, όχι απλή θύμηση.

Μπορούμε να πούμε ότι το Πολυτεχνείο μάς καλεί να επαναπροσδιορίσουμε τις έννοιες του «ψωμιού», της «παιδείας» και της «ελευθερίας». Ίσως σήμερα το ψωμί να είναι πρόσβαση σε αξιοπρεπή εργασία και κοινωνική δικαιοσύνη, η παιδεία να είναι η ικανότητα να κρίνουμε, να αμφισβητούμε και να δημιουργούμε, και η ελευθερία να είναι η δυνατότητα να ζούμε χωρίς φόβο και με ουσιαστικές επιλογές για τη ζωή μας.

Η αξία της επέτειου δεν έγκειται μόνο στην ιστορική αναδρομή αλλά και στην ικανότητά μας να επαναδιαπραγματευόμαστε τα νοήματα των λέξεων που συνδέονται με την αξιοπρέπεια. Η δημοκρατία δεν είναι δεδομένη, η ελευθερία δεν είναι μόνιμη, και η παιδεία δεν είναι απλά ένα σχολικό εγχειρίδιο. Είναι συλλογικές προσπάθειες, καθημερινές μάχες, και συνεχής επαγρύπνηση. Στο τέλος, η μνήμη του Πολυτεχνείου μάς καλεί να αναρωτηθούμε: τι σημαίνει να ζεις με αξιοπρέπεια σήμερα; Και τι είναι αυτό που είμαστε διατεθειμένοι να υπερασπιστούμε; Ίσως η απάντηση να μην βρίσκεται στα μεγάλα λόγια, αλλά στις μικρές πράξεις καθημερινής αντοχής, στην υπεράσπιση της αλήθειας, στην αλληλεγγύη και στην ενεργή συμμετοχή. Η ιστορία μας θυμίζει ότι το κατώφλι της ανθρώπινης αξιοπρέπειας δεν είναι μόνο ιστορικό σημείο, αλλά διαρκής πρόκληση.

Η επέτειος του Πολυτεχνείου, λοιπόν, δεν είναι απλώς μια ιορπητή μνήμη. Είναι μια πρόσκληση για αναστοχασμό και επαναπροσδιορισμό των αξιών μας. Μας ζητά να δούμε πέρα από την τελετουργία και να αναγνωρίσουμε ότι η αξιοπρέπεια, η γνώση και η ελευθερία δεν είναι αυτονόητα, αλλά αποτελούν διαρκή υπόθεση όλων μας. Και ίσως, παρά την αίσθηση αναχρονισμού που νιώθουμε μπροστά στο σύνθημα «Ψωμί, Παιδεία, Ελευθερία», ακριβώς η ριζική αλήθεια αυτού του συνθήματος να παραμένει αναλλοίωτη: η ανθρώπινη αξιοπρέπεια δεν διαπραγματεύεται.

Αν υπάρχει κάτι που μπορεί να μας διδάξει η επέτειος, αυτό είναι η ανάγκη να μην αφήνουμε τις λέξεις να σαπίζουν στις προθήκες της ιστορίας. Να τις ζωντανεύουμε με τις πράξεις μας, να τις προσαρμόζουμε στις νέες συνθήκες χωρίς να χάνουν το νόημά τους, και να θυμόμαστε ότι η κοινωνία προχωρά μόνο όταν οι πολίτες της αποφασίζουν να υπερασπιστούν το ψωμί, την παιδεία και την ελευθερία με όρους που ανταποκρίνονται στις δικές τους εποχές.

Το Πολυτεχνείο, έτσι, παραμένει πάντα επίκαιρο. Ακόμη και αν το σύνθημά του φαίνεται αναχρονιστικό, η ουσία του η αναζήτηση της αξιοπρέπειας, της γνώσης και της ελευθερίας παραμένει αιώνια. Και η μνήμη του δεν είναι μουσειακή, αλλά ενεργή: απαιτεί δράση, προβληματισμό και αμφισβήτηση. Μόνο έτσι η χώρα μας μπορεί να συνεχίσει να περπατάει πάνω στο κατώφλι της ανθρώπινης αξιοπρέπειας χωρίς να το προσπερνά αδιάφορα.

Η διάλυση των μικρών διαγνωστικών μονάδων θα έχει τραγικές συνέπειες για την κοινωνία, θα οδηγήσει σε συγκέντρωση των εξετάσεων σε λίγα μεγάλα κέντρα, αυξάνοντας τις αναμονές και απομακρύνοντας τον πολίτη από την πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση

Συνέντευξη της Ράνιας Σουλτούκη στην «Π.Θ»

# Δεν μπορούμε να πληρώνουμε για την υγεία των πολιτών από την τσέπη μας το clawback πρέπει να καταργηθεί

Ο αγώνας επιβίωσης των διαγνωστικών εργαστηρίων και τον κίνδυνο για την πρόσβαση των πολιτών στην πρόληψη

Συνέντευξη στην Έννη Λεβέντη



**Η** ελληνική πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας βρίσκεται για ακόμη μία φορά

στο επίκεντρο έντονων συζητήσεων και αντιδράσεων. Τα διαγνωστικά εργαστήρια και οι εργαστηριακοί γιατροί, που αποτελούν τον βασικό κρίκο στην πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση ασθενειών, εκπέμπουν σήμα κινδύνου. Το οικονομικό βάρος που έχουν επωμιστεί λόγω του λεγόμενου clawback του μηχανισμού αυτόματης επιστροφής χρημάτων στον ΕΟΠΥΥ απειλεί πλέον άμεσα τη βιωσιμότητα εκατοντάδων μικρών και μεσαίων δομών σε όλη τη χώρα.

Πίσω από τους αριθμούς και τις λογιστικές εξισώσεις κρύβονται πραγματικοί άνθρωποι: γιατροί που παλεύουν να κρατήσουν ανοικτά τα εργαστήριά τους, εργαζόμενοι που κινδυνεύουν να χάσουν τη δουλειά τους, και ασθενείς που ενδέχεται να χάσουν την πρόσβαση στις βασικές εξετάσεις πρόληψης.

Μέσα σε αυτό το σκηνικό ασφυξίας, η πρόεδρος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Εργαστηριακών Γιατρών (ΠΟΕΔΗΓΕ), Ράνια Σουλτούκη, δίνει στην Πολιτεία Θεσσαλών μια εκ βαθέων συνέντευξη. Μιλά με νηφαλιότητα αλλά και αγανάκτηση για ένα σύστημα που, όπως λέει, «μετατρέπει τον γιατρό σε χρηματοδότη της δημόσιας υγείας», εξηγεί τι σημαίνει πραγματικά clawback και ποιο είναι το μέλλον ενός κλάδου που ζητά απλώς να επιβιώσει.

Η συζήτηση που ακολουθεί αποτυπώνει τον παλμό μιας ολόκληρης επαγγελματικής κοινότητας που δεν διεκδικεί προνόμια, αλλά το αυτονόητο: δικαιοσύνη, διαφάνεια και βιωσιμότητα.

Κυρία Σουλτούκη, ας ξεκινήσουμε από τα βασικά. Τι είναι το clawback και γιατί έχει προκαλέσει τόσο μεγάλη αναστάτωση στον χώρο της διαγνωστικής ιατρικής;

Το clawback είναι ένας μηχανισμός αυτόματης επιστροφής χρημάτων από

τους παρόχους υγείας προς τον ΕΟΠΥΥ. Θεσπίστηκε το 2013, σε μια εποχή δημοσιονομικής πίεσης, με στόχο να περιορίσει τη δημόσια δαπάνη για την υγεία. Όμως δέκα και πλέον χρόνια μετά, έχει μετατραπεί σε ένα άδικο και παράλογο εργαλείο οικονομικής εξόντωσης.

Ουσιαστικά, αν οι πολίτες πραγματοποιήσουν περισσότερες εξετάσεις απ' όσες προβλέπει ο ετήσιος προϋπολογισμός, το κράτος δεν καλύπτει τη διαφορά — τη χρεώνει στους παρόχους! Αν, για παράδειγμα, ο ΕΟΠΥΥ διαθέτει 400 εκατομμύρια ευρώ για διαγνωστικές εξετάσεις και οι πραγματικές ανάγκες των ασθενών φτάσουν τα 600 εκατομμύρια, τα 200 εκατομμύρια τα "πληρώνουμε" εμείς. Δηλαδή οι γιατροί καλούμαστε να επιστρέψουμε στον ΕΟΠΥΥ το ποσό που υπερβαίνει τον προϋπολογισμό, χωρίς καμία ευθύνη ή δυνατότητα ελέγχου της υπέρβασης.

Κανείς άλλος κλάδος δεν ζει κάτι τέτοιο: φανταστείτε ένας φαρμακοποιός να πλήρωνε μέρος της συνταγής που εκτελεί ή ένας εργολάβος να επέστρεφε χρήματα στο κράτος επειδή το έργο στο οποίο συμμετέχει κόστισε παραπάνω.

**Δηλαδή, οι γιατροί καλύπτουν με δικά τους χρήματα τη διαφορά ανάμεσα στον προϋπολογισμό και τις πραγματικές ανάγκες των πολιτών;**

Ακριβώς αυτό. Ουσιαστικά, πληρώνουμε για να προσφέρουμε υπηρεσίες υγείας. Είναι μια τεράστια στρέβλωση. Οι γιατροί έχουν μετατραπεί σε "χρηματοδότες" του ΕΟΠΥΥ. Όταν εκτελούμε εξετάσεις σε ασφαλισμένους, στο τέλος του έτους μας επιβάλλεται ένα ποσό προς επιστροφή που συχνά ξεπερνά το 40% ή 50% του κύκλου εργασιών μας. Δηλαδή, για κάθε 100 ευρώ που κόβει το εργαστήριο, τελικά του απομένουν 40 ή και λιγότερα. Δεν υπάρχει καμία επιχείρηση που να μπορεί να σταθεί έτσι.

Το αποτέλεσμα είναι ότι πολλά μικρά εργαστήρια, ειδικά στην περιφέρεια, οδηγούνται στο κλείσιμο. Και μαζί τους χάνονται θέσεις εργασίας, μειώνεται η πρόσβαση των πολιτών σε υπηρεσίες, αυξάνονται οι ανισότητες στην υγεία.

**Πόσο έχει επιβαρύνει ο μηχανισμός αυτός τα εργαστήρια τα τελευταία χρόνια;**

Η επιβάρυνση είναι τεράστια και αυξανόμενη. Από το 2013 έως σήμε-

ρα, το κράτος έχει “επιστρέψει” στους παρόχους μόλις ένα μικρό ποσοστό αυτών των παράλογων παρακρατήσεων. Το 2024, το συνολικό clawback για τις διαγνωστικές εξετάσεις ξεπέρασε τα 200 εκατομμύρια ευρώ. Κάθε χρόνο, το ποσό αυτό αυξάνεται, γιατί οι ανάγκες των πολιτών αυξάνονται, ο πληθυσμός γηράσκει και η πρόληψη προωθείται πράγματα απολύτως θετικά. Όμως, αντί να αυξάνεται ο προϋπολογισμός του ΕΟΠΥΥ, επιλέγεται να μετακυλίεται το κόστος στους γιατρούς.

Πολλοί συνάδελφοι πλέον δεν μπορούν να πληρώσουν προμηθευτές, ρεύμα, ενοίκια. Υπάρχουν εργαστήρια που λειτουργούν με μηδενικό κέρδος και μόνο από ευσυνειδησία παραμένουν ανοικτά. Αυτό όμως δεν μπορεί να συνεχιστεί.

**Το Υπουργείο Υγείας τι απαντά σε αυτό το πρόβλημα; Υπάρχει πρόθεση για αλλαγή;**

Το Υπουργείο αναγνωρίζει το πρόβλημα αλλά περιορίζεται σε δηλώσεις κατανόησης. Δεν έχουμε δει ουσιαστικές κινήσεις. Έχουν γίνει ατελείωτες συναντήσεις, εξαγγελίες, επιτροπές, αλλά στο τέλος της ημέρας τίποτα δεν αλλάζει. Το clawback παραμένει ως

**«Ο γιατρός πληρώνει για να λειτουργεί το σύστημα»**

**«Η πρωτοβάθμια φροντίδα θα πάψει να είναι πραγματικά προσβάσιμη και τότε το κόστος για το σύστημα θα είναι πολύ μεγαλύτερο**

έχει, με μικρές “εκπτώσεις” που δεν αλλάζουν την ουσία.

Εμείς δεν ζητάμε προνόμια — ζητάμε δικαιοσύνη. Ζητάμε να πληρώναστε για τις υπηρεσίες που πραγματικά παρέχουμε. Θέλουμε έναν προϋπολογισμό που να αντικατοπτρίζει τις πραγματικές ανάγκες του πληθυσμού. Δεν γίνεται να έχεις ίδιο προϋπολογισμό εδώ και δέκα χρόνια, όταν στο μεταξύ έχουν αυξηθεί οι ασφαλισμένοι, οι ανάγκες πρόληψης και τα ιατρικά πρωτόκολλα.

**Τι προτείνετε ως λύση; Υπάρχει εναλλακτικό μοντέλο χρηματοδότησης;**

Βεβαίως υπάρχει. Πρώτα απ’ όλα, πρέπει να αυξηθεί ο προϋπολογισμός του ΕΟΠΥΥ για τις διαγνωστικές εξετάσεις, ώστε να ανταποκρίνεται στις πραγματικές ανάγκες των πολιτών. Δεν μπορεί το κράτος να υπολογίζει με νούμερα δεκαετίας 2010, όταν το σύστημα υγείας σήμερα εξυπηρετεί πολλαπλάσιους ανθρώπους.

Δεύτερον, χρειάζεται σωστός έλεγχος της συνταγογράφησης. Εμείς οι ίδιοι ζητάμε να μπει “κόφτης” στις αχρείαστες εξετάσεις, αλλά με επισημονικά κριτήρια, όχι με οριζόντιες περικοπές. Θέλουμε αξιολόγηση,

θέλουμε ηλεκτρονική διασύνδεση, θέλουμε διαφάνεια.

Τρίτον, πρέπει να εφαρμοστούν κίνητρα ποιότητας και πιστοποίησης. Τα εργαστήρια που τηρούν πρότυπα ISO, που επενδύουν σε νέο εξοπλισμό και προσωπικό, πρέπει να ανταμείβονται, όχι να τιμωρούνται.

**Οι κινητοποιήσεις που προαναγγείλατε έχουν προκαλέσει ανησυχία στους πολίτες. Πώς απαντάτε σε όσους φοβούνται ότι θα μείνουν χωρίς πρόσβαση σε εξετάσεις;**

Κατανοούμε πλήρως την ανησυχία των πολιτών. Οι κινητοποιήσεις μας δεν στρέφονται εναντίον τους — γίνονται για αυτούς. Αν δεν αντιδράσουμε τώρα, σε λίγο καιρό δεν θα υπάρχουν εργαστήρια να κάνουν εξετάσεις, ειδικά στην περιφέρεια. Ήδη βλέπουμε κλειστά μικροβιολογικά σε χωριά και επαρχιακές πόλεις. Οι άνθρωποι αναγκάζονται να ταξιδεύουν δεκάδες χιλιόμετρα για μια απλή γενική αίματος. Αυτό δεν είναι δημόσια υγεία.

Η κινητοποίηση είναι ένα κραυγή αγωνίας, όχι απεργία πολυτελείας. Θέλουμε ένα βιώσιμο πλαίσιο λειτουργίας για να μπορούμε να συνεχίσουμε να προσφέρουμε.

**Πώς βιώνει ο μέσος εργαστηριακός γιατρός αυτή την πραγματικότητα;**

Είναι μια καθημερινή μάχη. Ο εργαστηριακός γιατρός δεν είναι επιχειρηματίας με την έννοια του κέρδους — είναι επιστήμονας, είναι λειτουργός. Έχει επενδύσει σε εξοπλισμό, προσωπικό, ενοίκια, αναλώσιμα, όλα σε συνθήκες μεγάλης ακρίβειας. Και στο τέλος του χρόνου μαθαίνει ότι θα του παρακρατηθεί το 50% των εσόδων του.

Δεν ξέρει αν θα μπορέσει να πληρώσει το προσωπικό του ή αν θα πρέπει να κλείσει. Αυτή η αβεβαιότητα σκοτώνει κάθε επαγγελματική προοπτική. Νέοι γιατροί εγκαταλείπουν τη χώρα ή δεν ανοίγουν καν εργαστήριο, γιατί βλέπουν ότι δεν υπάρχει βιωσιμότητα. Αν συνεχίσουμε έτσι, σε λίγα χρόνια δεν θα υπάρχουν διαγνωστικά κέντρα εκτός μεγάλων πόλεων.

**Υπάρχει ενότητα στον κλάδο γύρω από αυτή την προσπάθεια;**

Απόλυτη. Για πρώτη φορά μετά από χρόνια, μικροί και μεγάλοι πάροχοι, μικροβιολόγοι, ακτινολόγοι, βιοπαθολόγοι, λειτουργούμε ενωμένοι. Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Εργαστηριακών Γιατρών εκπροσωπεί όλους και έχει λάβει ομόφωνες αποφάσεις. Αυτό δείχνει πόσο βαθιά και υπαρκτή είναι η κρίση. Δεν πρόκειται για μια κλαδική διεκδίκηση· είναι ζήτημα επιβίωσης.

**Ποια είναι τα επόμενα βήματά σας;**

Ξεκινήσαμε με προειδοποιητικές κινητοποιήσεις και αναστολή εκτέλεσης παραπεμπτικών του ΕΟΠΥΥ. Αν δεν υπάρξει ανταπόκριση, θα κλιμακώσουμε. Δεν θέλουμε τη σύγκρουση, αλλά δεν έχουμε άλλη επιλογή. Είμαστε πάντα διαθέσιμοι για διάλογο, όμως όχι για κοροϊδία. Θέλουμε συγκεκριμένα χρονοδιαγράμματα και δεσμεύσεις. Στο μεταξύ, ενημερώνουμε τους πολίτες, τους εξηγούμε ότι το πρόβλημα δεν είναι δικό μας, αλλά του συστήματος. Καλούμε και τους άλλους ιατρικούς φορείς να σταθούν δίπλα μας, γιατί το clawback δεν αφορά μόνο τα εργαστήρια· είναι σύμπτωμα μιας βαθιάς παθολογίας του συστήματος υγείας. Αν είχατε απέναντί σας τον Υπουργό Υγείας, τι θα του λέγατε με μία φράση;

Θα του έλεγα: «Μην μας ζητάτε να πληρώνουμε για την υγεία των πολιτών. Δώστε μας τη δυνατότητα να προσφέρουμε χωρίς να χρεοκοπούμε.» Το κράτος έχει υποχρέωση να καλύπτει τις ανάγκες των ασφαλισμένων του. Εμείς έχουμε την υποχρέωση να παρέχουμε ποιοτική φροντίδα. Δεν γίνεται να συγχέονται οι ρόλοι.

**Τι μήνυμα στέλνετε στους πολίτες που σας στηρίζουν;**

Θέλω να τους ευχαριστήσω μέσα από την καρδιά μου. Ο κόσμος έχει καταλάβει ότι ο αγώνας μας είναι και δικός του. Μας σταματούν στον δρόμο, μας στέλνουν μηνύματα συμπράξεως. Το καταλαβαίνουν γιατί το ζουν: όταν ένα εργαστήριο κλείνει, το πληρώνουν οι ίδιοι. Θέλω να τους διαβεβαιώσω ότι δεν θα εγκαταλείψουμε. Θα αγωνιστούμε με ενότητα, υπευθυνότητα και αξιοπρέπεια, μέχρι να βρεθεί δίκαιη λύση. Η υγεία δεν είναι νούμερα· είναι άνθρωποι, οικογένειες, κοινωνία. Και δεν θα επιτρέψουμε να χαθεί αυτό το δικαίωμα.



«Μαλεζάς και Ανδρεάδης τονίζουν ότι η ΑΕΛ θα αλλάξει άμεσα εικόνα, ζητούν ενότητα και στήριξη, ενώ ήδη γίνονται κινήσεις για μεταγραφική ενίσχυση, με στόχο το restart της ομάδας και την βελτίωση της θέσης στη βαθμολογία»



# Επιχείρηση ανασύνταξη στην ΑΕΛ Novibet

Γράφει  
ο **Χρήστος**  
**Ευθυμίου**

Το πρωτάθλημα της Super League έχει διακοπή λόγω των αγώνων που έχει η Εθνική μας για τα προκριματικά του παγκοσμίου κυπέλλου που θα γίνει το ερχόμενο καλοκαίρι. Με την ολοκλήρωση της 10ης αγωνιστικής μπορούμε να βγάλουμε ασφαλή συμπεράσματα για τις ομάδες και αυτό που μπορούμε να πούμε με σιγουριά είναι ότι μέχρι σήμερα έχουμε ένα πρωτάθλημα των ανατροπών, των εκπλήξεων και των απογοητεύσεων. Ομάδες που κανείς δεν περίμενε βρίσκονται ψηλά στην βαθμολογία, ενώ ομάδες με χρόνια στην κατηγορία, με καλό ρόστερ και οργάνωση βρίσκονται στις τελευταίες θέσεις.

Η ΑΕΛ Novibet που ανέβηκε φέτος στη μεγάλη κατηγορία μετά από τέσσερα χρόνια βρίσκεται λίγο πάνω από την ζώνη του υποβιβασμού στην δωδέκατη θέση με 7 πόντους έχοντας από κάτω τους ΟΦΗ και Πανσερραϊκό.

Σε αυτό το τρίμηνο οι “βυσσινί” είχαν σκαμπανεβάσματα στην απόδοσή τους, παιχνίδια που έδειξαν καλή εικόνα και άλλα όχι, η βαθμολογική συγκομιδή δεν ήταν η αναμενόμενη και γι’ αυτό έγινε και η αλλαγή στην τεχνική ηγεσία με την φυγή Πετράκη και την έλευση Μαλεζά.

Στην ΑΕΛ Novibet προσπαθούν να εκμεταλλευτούν την διακοπή και να προετοιμαστούν αγωνιστικά και κυρίως ψυχολογικά ενόψει της συνέχειας του πρωταθλήματος σε περίπου δέκα ημέρες.

Στα μέσα της εβδομάδας ο αθλητικός διευθυντής Γιώργος Ανδρεάδης και ο τεχνικός ηγέτης της λαρισινής ομάδας Στέλιος Μαλεζάς έδωσαν μια συνέντευξη τύπου εφ’ όλης της ύλης και απάντησαν σε όλες τις ερωτήσεις των δημοσιογράφων που αφορούν το ποδοσφαιρικό τμήμα και το ποια είναι η επόμενη μέρα.

Και οι δύο εξέφρασαν την βεβαιότητά τους ότι η εικόνα της ΑΕΛ θα αλλάξει άμεσα, αρχής γενομένης από τον αγώνα με τον ΟΦΗ.

**Μαλεζάς: Θ’ αλλάξει η εικόνα μας- Ενωμένοι θα τα καταφέρουμε**

Ο τεχνικός ηγέτης των “βυσσινί” μίλησε για την δύσκολη θέση που βρίσκεται η ομάδα και το πως θα καταφέρει να αλλάξει την κατάσταση.

“Είμαστε σε μία δύσκολη κατάσταση και πρέπει να βρούμε τον τρόπο να αντιστρέψουμε τα πράγματα. Δεν μπορώ να ρίξω ευθύνες όταν κάποιος μου προσφέρει τα πάντα. Η διοίκηση είναι δίπλα μας και ότι έχουμε ζητήσει το έχει κάνει. Έχουμε ένα καταπληκτικό αθλητικό κέντρο και η δουλειά μας γίνεται κάτω από τις καλύτερες συνθήκες. Έχουμε στεναχωρήσει και απογοητεύσει τους φιλάθλους μας γιατί δεν είναι η ομάδα εκεί που πρέπει. Η δουλειά που

έγινε μέχρι σήμερα δεν έφερε τα επιθυμητά αποτελέσματα και καλούμαστε αυτό να το αλλάξουμε σύντομα, από το επόμενο κιόλας παιχνίδι με τον ΟΦΗ”, ενώ για την επόμενη μέρα ξεκαθάρισε: “είμαι ένα μήνα στην ΑΕΛ και έγινε η αξιολόγηση του ρόστερ. Από εδώ και πέρα δεν έχουμε καμία δικαιολογία για το τι θα κάνουμε. Αν δεν πίστευα ότι μπορώ ν’αλλάξω την εικόνα δεν θα ερχόμουν. Είπα την πρώτη μέρα ότι η ομάδα ανήκει στο big 6. Αυτό δεν το είπα για να ακουστεί ωραία. Το πιστεύω. Αυτή την στιγμή έχουμε 30 ποδοσφαιριστές. Είναι το νούμερο μεγάλο και δεν μπορείς να δουλέψεις όπως πρέπει. Δεν είναι εύκολο να γίνει δουλειά. Έχουμε μπροστά μας δύο εβδομάδες να έρθουμε στο 100% όσων πραγμάτων θέλουμε να βάλουμε στο παιχνίδι μας και να δείξου-

με με τον ΟΦΗ διαφορετικό πρόσωπο. Να ξέρετε κάτι. Μέχρι το παιχνίδι με τον Ατρόμητο που είναι πριν τις γιορτές όλοι μας αξιολογούμαστε.

Η επιθετική μας λειτουργία δεν έχει βελτιωθεί και γι’ αυτό υπάρχουν θέματα στην αμυντική μας λειτουργία. Είμαι αισιόδοξος ότι η εικόνα μας θα αλλάξει προς το καλύτερο και αυτό θα βγει στον αγωνιστικό χώρο στο επόμενο παιχνίδι μας”.

Επίσης ο προπονητής ζήτησε την στήριξη όλων σε αυτή την δύσκολη καμπή που βρίσκεται η ομάδα και εμφανίστηκε αισιόδοξος για την συνέχεια. “Τον επόμενο μήνα θα ζητάμε κάτι διαφορετικό και όχι το να παραμείνει η ΑΕΛ στην κατηγορία. Έγινε η αξιολόγηση του ποδοσφαιρικού τμήματος, βρήκαμε τις αιτίες για την εικόνα που παρουσιάζου-





με στο γήπεδο και είμαστε ικανοί να φέρουμε την ομάδα εκεί που της αξίζει. ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΕΝΩΜΕΝΟΙ για να προχωρήσουμε και να βγούμε από τον δύσκολο δρόμο που είμαστε τη δεδομένη χρονική περίοδο. Δεν πρέπει με τίποτα να επιτρέψουμε να υπάρχει εσωστρέφεια και να δώσουμε την ευκαιρία στους αντιπάλους μας να χαίρονται με αυτές τις καταστάσεις”.

**Ανδρεάδης: Γίνονται κινήσεις για την μεταγραφική ενίσχυση**

Από την πλευρά του ο αθλητικός διευθυντής Γιώργος Ανδρεάδης, ανέλαβε την ευθύνη στο βαθμό που του αναλογεί για τον μεταγραφικό σχεδιασμό το καλοκαίρι, τόνισε πως μόνο με δουλειά θα αντιστραφεί το κλίμα, ξεκαθάρισε πως θα είναι αυστηροί σε πειθαρχικά παραπτώματα, ενώ αποκάλυψε πως έχουν γίνει ήδη κινήσεις για την μεταγραφική ενίσχυση της λαρισινής ομάδας. “Ξέρουμε που έχουμε έρθει και ότι η ομάδα δεν βρίσκεται στη θέση που πρέπει να είναι. Σκύβουμε το κεφάλι, χωρίς λόγια και με πολύ δουλειά καθημερινά είμαστε εδώ για να αλλάξουμε το κλίμα. Ο σχεδιασμός για τις μεταγραφές το καλοκαίρι έγινε σε συνεργασία με τον προηγούμενο προπονητή. Με τα αποτελέσματα που έχουμε δεν είμαι ικανοποιημένος σε αυτή τη στιγμή. Κανένας δεν είναι. Αναλαμβάνω την ευθύνη ξεκάθαρα. Ωστόσο πιστεύω πως μόνο με δουλειά μπορεί να βελτιωθεί η εικόνα μας και να έρθουν τα αποτελέσματα που επιθυμούμε. Οι παίκτες έδειξαν πως είναι καλοί. Οι ξένοι που ήρθαν είναι καλοί. Τους βλέπαμε, κάναμε την αξιολόγηση και η τελευταία λέξη ήταν του προπονητή. Στις μεταγραφές το καλοκαίρι ότι είπαμε έγινε. Στους 20 παίκτες υπάρχει ένα ποσοστό που δεν βγαίνει για πολλούς και διαφόρους λόγους. Αυτό γίνεται παντού όχι μόνο στην ομάδα μας. Την προηγούμενη εβδομάδα απο-

λογήθηκαν δύο ποδοσφαιριστές για το πειθαρχικό παράπτωμα που έγινε στον αγώνα με τον Λεβαδειακό και τις επόμενες ημέρες θα ανακοινωθεί ποια είναι η τιμωρία με βάση τον εσωτερικό κανονισμό της ομάδας. Εδώ θέλω να ξεκαθαρίσω πως τέτοια περιστατικά την πρώτη φορά υπάρχει τιμωρία. Αν επαναληφθεί τότε ο παίκτης δεν θα είναι εδώ. Έχει ξεκινήσει ο μεταγραφικός σχεδιασμός για τον Ιανουάριο. Γίνονται κινήσεις και το σίγουρο είναι ότι θα πάρουμε παίκτες. Αυτά όμως δεν είναι να βγαίνουν προς τα έξω για το πόσες μεταγραφές θα γίνουν και σε ποιες θέσεις. Ο λόγος είναι ένας. Τώρα δεν αλλάζει κάτι. Αυτό το ρόστερ έχουμε μέχρι τα Χριστούγεννα και με αυτούς τους παίκτες θα δουλέψουμε για να πάρουμε τους βαθμούς που χρειαζόμαστε, προκειμένου να βελτιώσουμε την θέση μας στην βαθμολογία. **Τα είπαν διοίκηση και παίκτες και έδωσαν υπόσχεση για restart** Η αλήθεια είναι πως η ΑΕΛ Novibet δεν έχει κάνει και το καλύτερο ξεκίνημα στο πρωτάθλημα, καθώς μετά από 10 αγωνιστικές στην Super League βρίσκεται μόλις στην 12η θέση έχοντας συγκεντρώσει 7 βαθμούς. Μια συγκομιδή που μόνο καλή δεν την λες, όπως καλή δεν λες και την εικόνα που έχει δείξει η ομάδα σε πολλά παιχνίδια και ειδικά αυτό κόντρα στον Παναθηναϊκό στο Αγρίνιο όταν και γνώρισε βαριά ήττα με 3-0. Σε αυτή την έως τζώρα εικόνα στάθηκαν ο Αχιλλέας και ο Γιάννης Νταβέλης που βρέθηκαν στο προπονητικό κέντρο στα Δένδρα και μίλησαν με τους ποδοσφαιριστές. Διοίκηση και παίκτες τα είπαν σε εξαιρετικό κλίμα και όλοι μαζί έδωσαν υπόσχεση πως θα υπάρξει το restart της ομάδας, που τόσο θέλει και ο κόσμος που με την σειρά του έχει στηρίξει την ομάδα τόσο εντός, όσο και εκτός έδρας.

# novibet



**ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ  
ΔΥΝΑΤΑ**

**ΜΕ ΔΥΝΑΤΗ**

**ΠΡΟΣΦΟΡΑ\* ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ!**

**ΧΩΡΙΣ**

**ΚΑΤΑΘΕΣΗ**

\*ΙΣΧΥΟΥΝ ΟΡΟΙ & ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ



21+ | ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΕΕΕΠ | ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΘΙΣΜΟΥ & ΑΠΩΛΕΙΑΣ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ |  
ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ ΚΕΘΕΑ: 210 9237777 | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ

# Το Arena επιστρέφει στην ΑΕΛ με την υπογραφή σου!



novibet

## Το Γήπεδο της ΑΕΛ Είναι Υπόθεση Όλων Μας

Μεγαλώσαμε στις ίδιες κερκίδες. Πανηγυρίσαμε, πικραθήκαμε, αλλά ποτέ δεν πάψαμε να ονειρευόμαστε. Το 2008, χιλιάδες από εμάς υπογράψαμε και αγωνιστήκαμε για ένα όνειρο: το «Νέο Γήπεδο ΑΕΛ».

Σήμερα, 17 χρόνια μετά, αυτό το όνειρο παραμένει ανεκπλήρωτο, αφού το γήπεδο αυτό που έγινε με τις υπογραφές μας δεν είναι της ΑΕΛ. Η ομάδα μας, η ΑΕΛ, υποχρεώθηκε σε εξορία στο Αλκαζάρ, πληρώνοντας πανάκριβα για να χρησιμοποιεί το γήπεδο που φτιάχτηκε στο όνομά της. **ΦΤΑΝΕΙ ΠΙΑ!**

Εμείς, οι πολίτες της Λάρισας και οι φίλοι της ΑΕΛ σε όλη την Ελλάδα, απαιτούμε σεβασμό, διαφάνεια και δικαιοσύνη. Διεκδικούμε το αυτονόητο.

### ΑΠΑΙΤΟΥΜΕ ΤΩΡΑ:

- **ΑΠΟΛΥΤΗ ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ:** Να δοθούν στο φως όλες οι συμβάσεις και τα οικονομικά στοιχεία. Να μάθουμε την αλήθεια.
- **Η ΑΕΛ ΣΠΙΤΙ ΤΗΣ:** Διαχείριση του Γηπέδου από την Ερασιτεχνική ΑΕΛ! Επιστροφή της ομάδας στη φυσική της έδρα, με όρους δίκαιους και βιώσιμους.
- **ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ ΓΙΑ ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ:** Να αποδοθεί η οφειλή της σύμβασης στο μητρικό, ερασιτεχνικό σωματείο.
- **ΘΕΣΜΙΚΗ ΛΥΣΗ:** Άμεση παρέμβαση από Υπουργείο, ΓΤΑ, Περιφέρεια και Δήμο με συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα. Τέλος στην αδιαφορία!

Το γήπεδο ανήκει στην Πόλη, στην ΑΕΛ και στην Ιστορία της. Υπογράφουμε για να διορθώσουμε μια ιστορική αδικία και για να παραδώσουμε στα παιδιά μας ένα σπίτι για το οποίο θα είναι περήφανα.

### Η ΥΠΟΓΡΑΦΗ ΣΟΥ ΕΙΝΑΙ Η ΦΩΝΗ ΣΟΥ. ΔΩΣΕ ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΟΝ ΑΓΩΝΑ ΜΑΣ.

Σημ.: Τα στοιχεία συλλέγονται από το Σωματείο ΑΕΛ και την ΠΑΕ ΑΕΛ Novibet αποκλειστικά για τον σκοπό της παρούσας πρωτοβουλίας. Ο υπογράφων συναινεί στη χρήση των δεδομένων για τον σκοπό αυτό.

Η υπογραφή θεωρείται έγκυρη μετά από τη συμπλήρωση των ανωτέρω στοιχείων.

ΣΥΜΦΩΝΩ

# Οι Έλληνες δεν γυμνάζονται

Σε ποσοστό 77%, σύμφωνα με το Ευρωβαρόμετρο – Δεύτεροι χειρότεροι, μετά τους Πορτογάλους

«Κολλημένη» στην καρέκλα παραμένει η πλειονότητα των Ελλήνων. Σχεδόν οκτώ στους δέκα δεν γυμνάζονται, ούτε αθλούνται, ενώ το 53% δηλώνει ότι ούτε καν έχει κάποια μέτρια σωματική δραστηριότητα, όπως είναι το να κάνει ποδήλατο, να είναι σε ομάδα χορού ή να ασχολείται με την κηπουρική. Και σχεδόν δύο στους δέκα Έλληνες περνούν τουλάχιστον 8,5 ώρες ημερησίως καθιστοί. Η πανδημία της COVID-19 δεν φαίνεται να είχε ιδιαίτερο αντίκτυπο στην αύξηση της σωματικής δραστηριότητας των Ελλήνων και γενικά των Ευρωπαίων πολιτών, με το 35% όσων γυμνάζονται να αναφέρουν ότι μείωσαν τη σωματική τους δραστηριότητα και το 14% ότι τη σταμάτησαν. Αυτά είναι ορισμένα από τα συμπεράσματα πρόσφατης έρευνας του Ευρωβαρόμετρου για τη συχνότητα άσκησης ή συμμετοχής σε αθλήματα των πολιτών στην Ε.Ε., οι υπεύθυνοι της οποίας τονίζουν ότι «παρά την όλο και πιο έντονη σημασία που δίνεται πλέον στην προαγωγή της σωματικής δραστηριότητας στα κράτη-μέλη της Ε.Ε., τα ποσοστά της απουσίας άσκησης και της καθιστικής ζωής μεταξύ των Ευρωπαίων αλλά και των Ελλήνων πολιτών παραμένουν ανησυχητικά υψηλά». Στην έρευνα συμμετείχαν από τη χώρα μας 1.014 άτομα ηλικίας 15 ετών και άνω, τα οποία κλήθηκαν να απαντήσουν με τη μέθοδο των συνεντεύξεων την περασμένη άνοιξη.

## Το «ντέρμπι» του Νότου

Ειδικότερα, στην ερώτηση «πόσο συχνά γυμνάζεστε ή κάνετε κάποιο άθλημα», το 68% των Ελλήνων δήλωσε ποτέ και το 9% σπάνια. Τακτικά γυμνάζεται το 4% των Ελλήνων (6%) και όχι τόσο τακτικά το 19%. Ποτέ ή σπάνια γυμνάζονται το 45% και το 17% των πολιτών των χωρών της Ε.Ε. Χειρότερη επίδοση από τους Έλληνες έχουν μόνο οι Πορτογάλοι που δηλώνουν σε ποσοστό 73% ότι δεν αθλούνται ποτέ. Αντίθετα, το 71% των Φινλανδών, το 63% των κατοίκων του Λουξεμβούργου και το 60% των Ολλανδών ασκούνται τακτικά.

## Αποκαρδιωτικά τα συμπεράσματα πρόσφατης έρευνας σχετικά με τη συχνότητα άσκησης ή συμμετοχής των Ευρωπαίων πολιτών σε αθλήματα

Τη δεύτερη χειρότερη επίδοση στην Ευρώπη έχουν οι Έλληνες (πάλι μετά τους Πορτογάλους) και όσον αφορά τη μέτρια σωματική δραστηριότητα (ποδήλατο, χορός, κηπουρική κ.ά.), με το 53% να δηλώνει ότι δεν έχει ποτέ τέτοιου είδους δραστηριότητες και το 16% σπάνια (31% και 19% είναι τα αντίστοιχα ποσοστά στην Ε.Ε.). Σε ό,τι αφορά το περπάτημα, τουλάχιστον δέκα λεπτά συνεχές περπάτημα τέσσερις ή και περισσότερες φορές την τελευταία εβδομάδα πριν από την έρευνα είχε το 54% των Ελλήνων (έναντι 61% που είναι ο μέσος όρος των κατοίκων χωρών-μελών της Ε.Ε.). Τρεις στους δέκα περπάτησαν δέκα λεπτά συνεχόμενα μία έως τρεις φορές την τελευταία εβδομάδα πριν από τη διενέργεια της έρευνας, ενώ το 16% δεν χρειάστηκε ή δεν



ένιωσε την ανάγκη να το κάνει. Το 18% των Ελλήνων περνάει την ημέρα του περισσότερες από 8,5 ώρες σε μια καρέκλα, το 37% κάθεται 5,5 έως 8,5 ώρες, το 39% από 2,5 ώρες έως 5,5 ώρες, και μόλις το 5%, που είναι και το μικρότερο ποσοστό στην Ε.Ε., χρονικό διάστημα μικρότερο από 2,5 ώρες. Όπως και οι υπόλοιποι πολίτες της Ε.Ε., οι μισοί πολίτες στη χώρα μας που γυμνάζονται ή κάνουν κάποια σωματική άσκηση επιλέγουν το πάρκο ή κάποιον άλλον εξωτερικό χώρο (51% και 47% στην Ε.Ε.). Το 44% ανέφερε επίσης ότι χρησιμοποιεί τη διαδρομή μεταξύ σπιτιού και δουλειάς, σχολής ή και εμπορικών καταστημάτων για να ασκηθεί –πιθανότατα με ποδήλατο ή περπάτημα (24% στην Ε.Ε.)–, το 40% γυμνάζεται στο σπίτι (37% στην Ε.Ε.) και το 25% σε γυμναστήριο (13% στην Ε.Ε.). Η βελτίωση της φυσικής κατάστασης, η βελτίωση της υγείας και η χαλάρωση είναι οι τρεις κυριότεροι λόγοι για τους οποίους οι πολίτες επιλέγουν να γυμναστούν. Αντίθετα, όσοι δεν αθλούνται επικαλούνται κυρίως έλλειψη χρόνου, απουσία κινήτρων και αναπηρία ή ασθένεια.

## Πρόφαση η COVID-19

Σε αντίθεση με τη γενική εντύπωση ότι οι Έλληνες το έριξαν στη γυμναστική εν μέσω

πανδημίας, το αποτύπωμα της COVID-19 σε ό,τι αφορά την άθληση και τη σωματική δραστηριότητα των πολιτών δεν είναι σημαντικό. Συγκριτικά με την προηγούμενη έρευνα του Ευρωβαρόμετρου για τη σωματική δραστηριότητα που διενεργήθηκε το 2017 φαίνεται ότι το ποσοστό όσων γυμνάζονται πλέον τακτικά και όσων επιδίδονται σε κάποια σωματική δραστηριότητα τακτικά αυξήθηκε μόλις κατά 2%. Όσον αφορά αυτούς που ήδη είχαν κάποια σωματική δραστηριότητα (συμπεριλαμβανομένων και όσων αθλούνται) και πριν από την πανδημία, το 35% δήλωσε ότι παρά την COVID-19 συνεχίζει με την ίδια συχνότητα, το 35% ότι τη μείωσε, το 14% ότι τη διέκοψε και το 13% ότι αύξησε τη συχνότητα. Το 8% των συμμετεχόντων δήλωσε ότι σκοπεύει να αυξήσει τη συχνότητα της σωματικής δραστηριότητας μετά την πανδημία.

## Συστηματική άσκηση

Δέκα χιλιάδες βήματα την ημέρα είναι η «συνταγή» για τη διατήρηση ή και τη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων των ΗΠΑ και άλλους διεθνείς οργανισμούς. Όπως αναφέρουν σε πρόσφατο άρθρο τους οι καθηγητές του ΕΚΠΑ

Γρηγόρης Μπογδάνης (Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού), Λίνα Πάσχου (Ενδοκρινολογίας), Χαρίλαος Τσολάκης (Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού), Παναγιώτης Χαλβατσιώτης (Παθολογίας-Σακχαρώδους Διαβήτη), Ευανθία Κασσή (Βιοχημείας-Ενδοκρινολογίας) και Θεοδώρα Ψαλτοπούλου (Θεραπευτικής-Επιδημιολογίας-Προληπτικής Ιατρικής), η φυσική δραστηριότητα αποτελεί ένα σημαντικό παράγοντα υγείας και στα οφέλη της περιλαμβάνονται από τον ελαττωμένο κίνδυνο καρδιαγγειακής νόσου και ορισμένων τύπων καρκίνου, όπως μαστού, προστάτη και παχέος εντέρου, έως την πρόληψη της παχυσαρκίας, τον μειωμένο κίνδυνο κατάθλιψης, τα χαμηλότερα επίπεδα άγχους και την καλύτερη ποιότητα ύπνου. Μόνο σε ό,τι αφορά την πρόληψη του καρκίνου, τα διαθέσιμα επιδημιολογικά δεδομένα από τις ΗΠΑ υποδεικνύουν ότι η συχνή σωματική δραστηριότητα και οι σωστές διατροφικές συνήθειες μπορούν να αποτρέψουν το 40% όλων των κακοηθειών. Οι καθηγητές, πάντως, τονίζουν ότι η άσκηση πρέπει να είναι τακτική, συστηματική και όχι περιστασιακή, ώστε να εξασφαλίστούν οι μοναδικές ευεργετικές επιδράσεις που έχει σχεδόν σε όλους τους ιστούς του ανθρώπινου σώματος και να διασφαλιστεί η φυσιολογική λειτουργία του οργανισμού.

**«Η γνώση ξένων γλωσσών είναι, τελικά, μια πράξη ελευθερίας. Είναι η απόφαση να μην περιορίζεσαι στα όρια που σου επιβάλλει η μητρική σου γλώσσα, αλλά να αναζητάς διαρκώς νέους τρόπους να επικοινωνείς, να κατανοείς και να εξελίσσεσαι»**

Γράφει η **Εύη Παπαγιαννοπούλου**

Στον σημερινό κόσμο, όπου οι αποστάσεις έχουν σχεδόν εκμηδενιστεί και οι ευκαιρίες μετακινούνται από ήπειρο σε ήπειρο μέσα σε λίγα δευτερόλεπτα, η γνώση ξένων γλωσσών δεν είναι απλώς ένα επιπλέον προσόν· είναι απαραίτητο εφόδιο ζωής. Η γλώσσα αποτελεί τη γέφυρα ανάμεσα στους ανθρώπους, τον πολιτισμό και την κατανόηση. Μαθαίνοντας μια ξένη γλώσσα, δεν αποκτάς μόνο τη δυνατότητα να επικοινωνείς, αλλά και να βλέπεις τον κόσμο μέσα από διαφορετικά μάτια. Κάθε λέξη, κάθε ιδίωμα, κάθε έκφραση κουβαλά μαζί της έναν τρόπο σκέψης, έναν ρυθμό, μια κουλτούρα. Έτσι, η εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας γίνεται τελικά μια διαδικασία εσωτερικής καλλιέργειας και προσωπικής διεύρυνσης.

Η επικοινωνία είναι η βάση κάθε ανθρώπινης σχέσης. Όσο περισσότερο μπορούμε να εκφράζουμε τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις ιδέες μας, τόσο περισσότερο πλησιάζουμε ο ένας τον άλλο. Η γνώση μιας ξένης γλώσσας ανοίγει δρόμους συνεννόησης, επιτρέπει την επαφή

με διαφορετικούς πολιτισμούς και μας βοηθά να ξεπερνάμε τα στενά όρια του δικού μας περιβάλλοντος. Μας κάνει πιο ανεκτικούς, πιο δεκτικούς και πιο συνειδητοποιημένους πολίτες του κόσμου. Σήμερα, που οι διεθνείς συνεργασίες, τα ταξίδια και οι σπουδές στο εξωτερικό είναι πιο προσβάσιμα από ποτέ, το να γνωρίζεις ξένες γλώσσες σημαίνει πως έχεις πραγματική ελευθερία. Δεν εξαρτάσαι από μεταφράσεις, δεν μένεις θεατής, αλλά γίνεσαι ενεργός συμμετέχων σε έναν παγκόσμιο διάλογο.

Παράλληλα, η εκμάθηση ξένων γλωσσών προσφέρει σημαντικά επαγγελματικά οφέλη. Στην αγορά εργασίας, η πολυγλωσσία θεωρείται πλέον ισχυρό ανταγωνιστικό πλεονέκτημα. Οι επιχειρήσεις αναζητούν ανθρώπους με επικοινωνιακές δεξιότητες, ευελιξία και πολιτισμική ευαισθησία — στοιχεία που καλλιεργούνται μέσα από τη μελέτη και τη χρήση ξένων γλωσσών. Η αγγλική γλώσσα παραμένει η πιο διαδεδομένη, όμως η γνώση μιας δεύτερης ή τρίτης γλώσσας, όπως των γαλλικών, των γερμανικών, των ισπανικών ή ακόμη και των κινεζικών, μπορεί να ανοίξει πόρτες σε νέες αγορές και επαγγελματικούς τομείς. Πέρα όμως από το πρακτικό όφελος, υπάρχει και το προσωπικό συναίσθημα ολοκλήρωσης: η αυτοπεποίθηση που αποκτά κανείς όταν μπορεί να εκφραστεί με άνεση σε άλλη γλώσσα, όταν μπορεί να συνομιλήσει χωρίς φόβο, όταν κατανοεί και γίνεται κατανοητός.

Η εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας μοιάζει με ταξίδι. Στην αρχή όλα είναι άγνωστα: οι ήχοι, οι λέξεις, η προφορά. Σιγά σιγά, όμως, καθώς εξοικειώνεσαι με τη μουσικότητα και τη δομή της, αρχίζεις να κατανοείς όχι μόνο τι λέγεται, αλλά και γιατί λέγεται έτσι. Μαθαίνεις να «ακούς» πίσω από τις λέξεις,

**“Ένα βιβλίο δεν θα αλλάξει τον κόσμο απαραίτητα, αλλά μπορεί να γεμίσει ερωτηματικά τα παιδιά για να αλλάξουν κάποτε τον κόσμο.”**

να αντιλαμβάνεσαι τα συναισθήματα και τις αποχρώσεις. Και τότε, η ξένη γλώσσα παύει να είναι ξένη· γίνεται ένα κομμάτι του εαυτού σου. Η στιγμή που παραγγέλνεις έναν καφέ σε ένα μικρό καφέ της Ρώμης στα ιταλικά, που τραγουδάς στα ισπανικά και καταλαβαίνεις κάθε στίχο ή που χαμογελάς γιατί μπορείς να ακολουθήσεις μια συζήτηση στα γαλλικά, είναι στιγμές που σε γεμίζουν περηφάνια. Είναι αποδείξεις ότι έχεις αποκτήσει κάτι που κανείς δεν μπορεί να σου αφαιρέσει: τη γνώση.

Η τεχνολογία έχει κάνει την εκμάθηση ξένων γλωσσών πιο προσιτή από ποτέ. Από online μαθήματα και εφαρμογές εξάσκησης μέχρι ψηφιακές τάξεις και εικονικές συνομιλίες με ανθρώπους από κάθε γωνιά της γης, οι δυνατότητες είναι ατελείωτες. Ωστόσο, τίποτα δεν μπορεί να αντικαταστήσει τον ρόλο του δασκάλου, της προσωπικής καθοδήγησης και της σωστής παιδαγωγικής προσέγγισης. Ένα καλό φροντιστήριο δεν προσφέρει απλώς μαθήματα· προσφέρει εμπειρία, μεθοδολογία και κίνητρο. Δημιουργεί ένα περιβάλλον όπου η γλώσσα «ζωντανεύει», όπου οι μαθητές νιώθουν ότι μπορούν να κάνουν λάθος, να προσπαθήσουν ξανά, να προοδεύσουν.

Η γνώση ξένων γλωσσών είναι, τελικά, μια πράξη ελευθερίας. Είναι η απόφαση να μην περιορίζεσαι στα όρια που σου επιβάλλει η μητρική σου γλώσσα, αλλά να αναζητάς διαρκώς νέους τρόπους να επικοινωνείς, να κατανοείς και να εξελίσσεσαι. Είναι ένα δώρο που χαρίζεις στον εαυτό σου — ένα εισιτήριο χωρίς ημερομηνία λήξης, που μπορεί να σε ταξιδεύει σε όλη σου τη ζωή. Και το πιο όμορφο είναι πως κάθε νέα γλώσσα που μαθαίνεις δεν σε απομακρύνει από τον εαυτό σου, αλλά σε φέρνει πιο κοντά στο να κατανοήσεις ποιος πραγματικά είσαι και τι μπορείς να γίνεις.

Στον σημερινό διαρκώς μεταβαλλόμενο κόσμο, οι ξένες γλώσσες δεν είναι πολυτέλεια, είναι αναγκαιότητα· δεν είναι υποχρέωση, αλλά ευκαιρία· δεν είναι στόχος, αλλά διαρκές ταξίδι. Και όπως κάθε ταξίδι που αξίζει, ξεκινά με ένα πρώτο βήμα – την απόφαση να τολμήσεις.

Εύη Παπαγιαννοπούλου

**Το εισιτήριό σου για τον κόσμο**

Ξένες γλώσσες, ανοικτοί ορίζοντες: το διαβατήριο για μια ζωή χωρίς σύνορα

# Οριακή η βελτίωση της διατροφής

Παγκοσμίως τα τελευταία 30 χρόνια σύμφωνα με διεθνή έρευνα



**Ε**λάχιστα πιο υγιεινή είναι η διατροφή των ανθρώπων σήμερα σε παγκόσμιο επίπεδο, σε σχέση με αυτήν που ήταν πριν 30 χρόνια, δείχνει μια νέα μελέτη. Η έρευνα, που αξιολόγησε τις διατροφικές συνήθειες ενηλίκων και παιδιών σε 185 χώρες σε βάθος σχεδόν τριών δεκαετιών (από το 1990 μέχρι το 2018), βαθμολόγησε από το 0 (πολλά κατεργασμένα κρέατα, ζάχαρη, αλάτι κ.α.) έως το 100 (πολλά φρούτα, λαχανικά, δημητριακά ολικής άλεσης κ.α.) πόσο πιστά οι άνθρωποι τηρούν τη συνιστώμενη υγιεινή διατροφή. Ο μέσος όρος των 185 χωρών είναι το 40,3, μια οριακή βελτίωση μόλις 1,5 μονάδων μέσα σε αυτά τα 30 χρόνια. Το γεγονός αυτό, σύμφωνα με τους επιστήμονες, δείχνει πόσο μεγάλη είναι η πρόκληση να ενθαρρυνθεί και να εφαρμοστεί στην πράξη η υγιεινή διατροφή σε διεθνή κλίμακα. Η υγιεινή διατροφή κερδίζει διαχρονικά έδαφος σε πολύ διαφορετικές χώρες όπως οι ΗΠΑ, η Κίνα, το Ιράν και το Βιετνάμ, αλλά πολύ λιγότερο σε άλλες όπως η Ιαπωνία, η Νιγηρία και η Τανζανία. Μόνο δέκα χώρες, που αντιπροσωπεύουν λιγότερο από 1% του παγκόσμιου πληθυσμού, πή-

ραν πάνω από 50 βαθμούς. Το υψηλότερο «σκορ» έχουν το Βιετνάμ, το Ιράν, η Ινδονησία και η Ινδία, ενώ το χαμηλότερο η Βραζιλία, το Μεξικό, οι ΗΠΑ (που πάντως εμφανίζουν αργή βελτίωση) και η Αίγυπτος. Σε περιφερειακό επίπεδο, η βαθμολογία κυμαίνεται από 30,3 στη Λατινική Αμερική και Καραϊβική (κάνουν τη χειρότερη διατροφή κατά μέσο όρο) μέχρι 45,7 στη Νότια Ασία. Σε παγκόσμιο επίπεδο, οι γυναίκες είναι πιθανότερο να τρώνε πιο υγιεινά σε σχέση με τους άνδρες και οι νεότεροι ενήλικες σε σχέση με τους ηλικιωμένους. Επίσης όσο μεγαλύτερο είναι το μορφωτικό επίπεδο των ανθρώπων και των γονιών τους, τόσο πιθανότερο είναι ακολουθούν πιο υγιεινή διατροφή. Οι ερευνητές, με επικεφαλής τη δρ Βικτόρια Μίλερ του καναδικού ΜακΜάστερ και τον καθηγητή Τζιν Μάγιερ της Σχολής Επιστήμης της Διατροφής του αμερικανικού Πανεπιστημίου Ταφτς, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό «Nature Food», επεσήμαναν ότι η κακή διατροφή αποτελεί βασική αιτία διαφόρων ασθενειών και ευθύνεται για έναν στις τέσσερις (26%) θανάτους που θα μπορούσαν

## Μικρή πρόοδος στη μείωση της σπατάλης των τροφίμων

Παρά τη δέσμευση των κρατών για περιορισμό κατά 50% έως το 2030



**Κ**άθε χρόνο ο κόσμος πετά περίπου 931 εκατομμύρια τόνους τροφίμων, με τα περισσότερα να καταλήγουν σε χωματερές όπου αποσυντίθενται παράγοντας σχεδόν το ένα δέκατο των αερίων που προκαλούν το φαινόμενο του θερμοκηπίου, σύμφωνα με τον ΟΗΕ. Η σπατάλη τροφίμων αποτελεί μεγάλη πρόκληση για τις χώρες που προσπαθούν να αντιμετωπίσουν την κλιματική αλλαγή στη διάσκεψη του ΟΗΕ για το Κλίμα (COP27). Οι χώρες σε όλο τον κόσμο δεσμεύθηκαν το 2015 να μειώσουν κατά το ήμισυ τη σπατάλη τροφίμων ως το 2030, αλλά πολύ λίγες βρίσκονται στον σωστό

δρόμο για να το πετύχουν, σύμφωνα με αξιωματούχους από τον ΟΗΕ, οργανισμούς και μέλη κυβερνήσεων. «Μένουν οκτώ χρόνια και δεν βρισκόμαστε κοντά στην επίτευξη του στόχου αυτού», σχολίασε η Ρόζα Ρολ, επικεφαλής της υπηρεσίας για τη σπατάλη και την απώλεια τροφίμων στην Οργάνωση Τροφίμων και Γεωργίας του ΟΗΕ (FAO). Μεταξύ των πέντε χωρών με τη μεγαλύτερη κατά κεφαλή σπατάλη τροφίμων τουλάχιστον τρεις --οι ΗΠΑ, η Αυστραλία και η Νέα Ζηλανδία-- έχουν αυξήσει τη σπατάλη από το 2015, σύμφωνα με ανεξάρτητες εκτιμήσεις, τις οποίες δεν διαψεύδουν οι

κυβερνήσεις τους. Για τις άλλες δύο χώρες, τον Καναδά και την Ιρλανδία, δεν υπάρχουν διαθέσιμα αξιόπιστα στοιχεία. Το πρόβλημα όμως δεν περιορίζεται στις πιο πλούσιες χώρες. Έρευνα του ΟΗΕ πέρυσι κατέληξε στο συμπέρασμα ότι υπάρχει «αμελητέα» σύνδεση μεταξύ της σπατάλης τροφίμων των νοικοκυριών και του ΑΕΠ μιας χώρας, κάτι που σημαίνει ότι οι περισσότερες χώρες «έχουν περιθώριο βελτίωσης». Υπηρεσίες του ΟΗΕ και μη κυβερνητικές οργανώσεις που συμμετέχουν στην COP27 θα ζητήσουν αύριο από τις κυβερνήσεις να ανανεώσουν τις δεσμεύσεις τους και να δώσουν εκθέσεις προόδου κατά την επόμενη διάσκεψη στο Ντουμπάι του χρόνου, επεσήμανε η Ρολ.

### ΗΠΑ

Ο μέσος Αμερικάνος πετά περισσότερες από 700 θερμίδες ημερησίως -- περίπου το ένα τρίτο της ημερήσιας πρόσληψης θερμίδων --, σύμφωνα με έρευνα του 2020 από επιστήμονες στην Ελβετία και την Ινδία. Το ποσοστό των τροφίμων που σπαταλήθηκαν στις ΗΠΑ αυξήθηκε κατά 12% από το 2010 ως το 2016 και έκτοτε έχει σταθεροποιηθεί, σύμφωνα με τη ReFED, μια οργάνωση που προωθεί τη μείωση της σπατάλης των τροφίμων και συνεργάζεται με την αμερικανική κυβέρνηση.

### Μέρος του προβλήματος είναι η έλλειψη κατευθυντήριων γραμμών.

Το υπουργείο Γεωργίας των ΗΠΑ, η Υπηρεσία Προστασίας Περιβάλλοντος και η Υπηρεσία Τροφίμων και Φαρμάκων συμφώνησαν το 2018 να αντιμετωπίσουν από κοινού τη σπατάλη τροφίμων στις ΗΠΑ. Αλλά έχουν αφιερώσει περιορισμένους πόρους στην προσπάθεια. Πέρα από το ομοσπονδιακό επίπεδο, μόλις πέντε πολιτείες έχουν υιοθετήσει νομοθεσία για να κρατήσουν τα τρόφιμα μακριά από τις χωματερές: η Καλιφόρνια, το Κονέκτικατ, η Μασαχουσέτη, το Ρόουντ Άιλαντ και το Βερμόντ. Οι υπόλοιπες χώρες που βρίσκονται μεταξύ των πέντε τη μεγαλύτερη σπατάλη τροφίμων επίσης έχουν σημειώσει αργές προόδους. Στη Νέα Ζηλανδία το ποσοστό των τροφίμων που καταλήγουν στο καλάθι των απορριμμάτων αυξήθηκε σε 13,4% το 2022 από 8,6% το 2021, σύμφωνα με έρευνα της εταιρείας Kantar. Εκπρόσωποι από τον Καναδά, την Αυστραλία και την Ιρλανδία επίσης τόνισαν ότι οι χώρες είναι δεσμευμένες στη μείωση της σπατάλης των τροφίμων, αλλά δεν αναφέρθηκαν στις προόδους που έχουν ήδη γίνει. Μία χώρα πηγαίνει καλά: η Βρετανία όπου η σπατάλη τροφίμων μειώθηκε κατά 27% από το 2007 ως το 2018.

# Οι ελληνίδες αποφεύγουν τον... γάμο

Ποιες είναι οι αλλαγές συμπεριφοράς σύμφωνα με μελέτη του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας



**Α**πό το 1980 και έπειτα παρατηρούνται αλλαγές συμπεριφοράς όσον αφορά τον γάμο στην Ελλάδα. Ειδικότερα, οι γυναίκες αρχίζουν να τον αναβάλλουν, ενώ όλο και περισσότερες δεν παντρεύονται. Οι εξελίξεις αυτές επηρεάζουν και τη γονιμότητά τους, στον βαθμό που η απόκτηση του πρώτου παιδιού παραμένει στενά συνδεδεμένη με τη σύναψη του πρώτου γάμου στη χώρα μας. Πρόκειται για στοιχεία που αναφέρονται στο πλαίσιο του Ερευνητικού Προγράμματος «Δημογραφικά Προτάγματα στην Έρευνα και Πρακτική στην Ελλάδα» που χρηματοδοτείται από το Ελληνικό Ίδρυμα Έρευνας και Καινοτομίας (ΕΛ.ΙΔ.Ε.Κ.) στο πλαίσιο της Δράσης «1η Προκήρυξη ερευνητικών έργων ΕΛ.ΙΔ.Ε.Κ. για την ενίσχυση των μελών ΔΕΠ και Ερευνητών/τριών και την προμήθεια ερευνητικού εξοπλισμού μεγάλης αξίας». Συγγραφέας της έρευνας είναι ο Γιώργος Κοντογιάννης, δρ Δημογραφίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, μεταδιδακτορικός ερευνητής, Ερευνητικό Πρόγραμμα (ΕΛΙΔΕΚ) «Δημογραφικά Προτάγματα στην Έρευνα και Πρακτική».

Πιο αναλυτικά, σύμφωνα με τα στοιχεία της έρευνας, από το 1980 οι γυναίκες αρχίζουν να παντρεύονται λιγότερο (οι συνθετικοί δείκτες που παρουσιάζονται παρακάτω θα επιτρέψουν τη λεπτομερέστερη ανάλυση της γαμπλιότητας), ενώ οι πρώτοι γάμοι σε κανένα έτος από το 1980 και έπειτα δεν ξεπερνούν τους 76 χιλ. του 1979. Κατά τη δεκαετία του 1980 οι πρώτοι γάμοι είναι λιγότεροι από 56.000 ανά έτος, στη δεκαετία του 1990 δεν ξεπερνούν τους 53.000 και από το 2016 και έπειτα δεν υπερβαίνουν τους 40.000, ενώ το 2020 (την πρώτη χρονιά της πανδημίας του COVID-19) είναι λιγότεροι από 26 χιλ. Όσον αφορά το σύνολο των γάμων το 1979 έχουμε 79 χιλ., τη δεκαετία του 1980 δεν ξεπερνούν τους 71 χιλ. ανά έτος, τη δεκαετία του 1990 τους 63 χιλ., την επόμενη δεκαετία τους 59 χιλ., ενώ από το 2012 και μετά είναι λιγότεροι από 50 χιλ.. Το 2020 καταγράφονται μόλις 30 χιλ. και το 2021 (μη δίσεκτο έτος, δεύτερο έτος της πανδημίας) 39 χιλ.. Οι πολιτικοί γάμοι, σύμφωνα με τα ίδια στοιχεία, αποτελούν έως τα μέσα της

δεκαετίας του 2000 μόλις το 1/4 των ετησίως τελεσθέντων γάμων. Η τάση των ζευγαριών να επιλέγουν τον πολιτικό γάμο εντείνεται στη συνέχεια, με αποτέλεσμα να αποτελούν πλέον το 45-50% του συνόλου την περίοδο 2011-2019. Το 2020 φαίνεται ότι η πανδημία, σύμφωνα με την έρευνα, επηρέασε έντονα την επιλογή των ατόμων (το 60% περίπου των γάμων ήταν πολιτικοί), καθώς οι περιορισμοί που επέβαλλε η πολιτεία και αφορούσαν στον αριθμό των καλεσμένων, στις αποστάσεις μεταξύ τους κ.ά., αλλά και ο φόβος μετάδοσης του ιού, ώθησαν πολύ περισσότερα ζευγάρια από ό,τι συνήθως σε ένα τύπο γάμου που τελείται ενώπιον λιγότερων καλεσμένων. Τέλος, ενώ τα πρώτα έτη μετά τη θέσπισή του περιορισμένος αριθμός ατόμων επιλέγει το Σύμφωνο Συμβίωσης, από το 2014 και έπειτα ο αριθμός των Συμφώνων αυξάνεται ταχύτατα (μόλις 593 Σύμφωνα το 2013, 1.590 το 2014, 4.909 το 2017, 9.021 το 2020 και 11.429 το 2021). Φαίνεται επομένως ότι ενώ η πανδημία αποθάρρυνε πολλά ζευγάρια από το να παντρευτούν το 2020 και το 2021, εντούτοις

δεν αποτέλεσε ανασταλτικό παράγοντα για τη σύναψη Συμφώνου Συμβίωσης. Σχετικά με τη μέση ηλικία στον πρώτο γάμο είναι ενδεικτικό ότι μειώνεται σταθερά από τα μέσα της δεκαετίας του 1950 έως και τα τέλη αυτής του 1970 (25,4 έτη το 1956, αλλά 23,4 έτη την πενταετία 1978-1982). Από τις αρχές της δεκαετίας του 1980 όμως, η μέση ηλικία αυξάνεται αδιάκοπα (για 4 σχεδόν δεκαετίες), με αποτέλεσμα τη διετία 2019-2020 οι γυναίκες να παντρεύονται για πρώτη φορά στη χώρα μας στα 30,5 τους έτη, κάτι που επηρεάζει τον αριθμό των απογόνων που θα αποκτήσουν, καθώς οι πιθανότητες σύλληψης και τεκνοποίησης μειώνονται ταχύτατα μετά τα 35 τους έτη (υπενθυμίζεται ότι ο γάμος και η απόκτηση απογόνων είναι ακόμη έντονα συνδεδεμένοι στη χώρα μας).

Όπως προκύπτει από τα ίδια στοιχεία της παραπάνω έρευνας, η σύγκριση της πορείας της γαμπλιότητας στη χώρα μας με αυτή των άλλων ευρωπαϊκών χωρών παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Ειδικότερα, στη Βόρεια και Δυτική Ευρώπη στις επτά πρώτες δεκαετίες του 20ου αιώνα παρατηρείται μια σημαντική μείωση του ποσοστού των άγαμων γυναικών (ιδιαίτερα στην περίοδο 1945-1965), αλλά οι τάσεις ανατρέπονται από τα μέσα της δεκαετίας του 1960 και η γαμπλιότητα υποχωρεί προοδευτικά, η μέση ηλικία στον γάμο ανέρχεται με ταχείς ρυθμούς, οι όλο και λιγότεροι γάμοι γίνονται όλο και πιο εύθραυστοι και οι εκτός γάμου γεννήσεις αυξάνονται ταχύτατα. Σε δηλώσεις του στο Αθηναϊκό - Μακεδονικό Πρακτορείο Ειδήσεων ο κ. Κοντογιάννης τονίζει:

«Οι νοοτροπίες, αντιλήψεις και συμπερι-

φορές αναφορικά με τον γάμο αλλάζουν από το 1980 και έπειτα στην Ελλάδα. Έκτοτε οι γυναίκες αρχίζουν να αναβάλλουν τον γάμο, ενώ όλο και περισσότερες δεν παντρεύονται. Οι αλλαγές αυτές ξεκίνησαν αρκετά νωρίτερα στη Βόρεια και Δυτική Ευρώπη. Εντούτοις, αν και με καθυστέρηση, με μερικές ιδιαιτερότητες φτάνουν σταδιακά και στη χώρα μας. Κατά τη διάρκεια του 21ου αιώνα, ο γάμος δεν είναι πλέον «καθολικός», δηλαδή δεν αφορά στη συντριπτική πλειονότητα των γυναικών (αξίζει να σημειώσουμε ότι τουλάχιστον 90 στις 100 γυναίκες από αυτές που γεννήθηκαν κατά τις δεκαετίες του 1940 και του 1950 τέλεσαν έναν πρώτο γάμο έως τα 50 τους έτη, αλλά φαίνεται ότι το πολύ 75 στις 100 γυναίκες θα συνάψουν έναν πρώτο γάμο μεταξύ αυτών που γεννιούνται από το 1980 και έπειτα). Παράλληλα, όλο και περισσότερα ζευγάρια λύνουν το γαμήλιο δεσμό τους, ενώ όλο και περισσότερα εξ αυτών επιλέγουν τον πολιτικό γάμο και το σύμφωνο συμβίωσης αντί για το θρησκευτικό γάμο. Επομένως, σταδιακά αυξάνεται τόσο η εκτός γάμου συγκατοίκηση (είτε με τη μορφή του Συμφώνου Συμβίωσης είτε εκτός κάθε επισημοποιημένου δεσμού), όσο και η εκτός γάμου τεκνοποίηση, που παραμένουν σε πολύ χαμηλά επίπεδα στην Ελλάδα καθ' όλη τη διάρκεια του 20ου αιώνα. Ως εκ τούτου, οι οικογενειακές δομές διαφοροποιούνται όλο και περισσότερο από αυτές του παρελθόντος στη χώρα μας και η μικρή σε μέγεθος πυρηνική οικογένεια που προκύπτει από το γάμο συνεχίζει να επικρατεί, ενώ παράλληλα αναδύονται νέα οικογενειακά πρότυπα, απαιτώντας νέες προσεγγίσεις στη διαμόρφωση των δημογραφικών και κοινωνικών πολιτικών».

Τα ΚΔΗΦ αποτελούν ζωτικής σημασίας δομές κοινωνικής φροντίδας που προσφέρουν ημερήσια υποστήριξη, εκπαίδευση και θεραπείες σε άτομα με αναπηρία, ενισχύοντας την αυτονομία τους και αποφορτίζοντας τις οικογένειές τους

# ΚΔΗΦ

## Κέντρα Δημέρευσης & Ημερήσιας Φροντίδας

Γράφει  
η Έννη  
Λεβέντη

**Τ**α Κέντρα Δημέρευσης και Ημερήσιας Φροντίδας, γνωστά ως ΚΔΗΦ, αποτελούν έναν από τους πιο ουσιαστικούς θεσμούς κοινωνικής φροντίδας για άτομα με αναπηρία στη χώρα μας. Δημιουργήθηκαν για να προσφέρουν ολοκληρωμένες υπηρεσίες ημερήσιας υποστήριξης, εκπαίδευσης και κοινωνικής ενδυνάμωσης σε ανθρώπους που χρειάζονται συνεχή φροντίδα, αλλά και για να στηρίζουν τις οικογένειές τους. Λειτουργούν συνήθως πέντε ημέρες την εβδομάδα, σε ωράριο παρόμοιο με εκείνο των σχολείων ή των εργασιακών χώρων, παρέχοντας φροντίδα, απασχόληση, θεραπείες και ψυχοκοινωνική στήριξη. Τα ΚΔΗΦ απευθύνονται σε άτομα με νοητική αναπηρία, αυτισμό, κινητικές δυσκολίες, σύνδρομα, πολλαπλές αναπηρίες ή άλλες ειδικές ανάγκες, ηλικίας από 18 ετών και άνω. Δεν είναι μονάδες διαμονής ή ιδρύματα, αλλά ανοιχτές δομές που φιλοξενούν τους ωφελούμενους για ώρες της ημέρας, προσφέροντάς τους ασφάλεια, φροντίδα και κοινωνική ζωή. Ο ρόλος των ΚΔΗΦ είναι διττός: αφενός να ενισχύσουν την αυτονομία και τις δεξιότητες των ατόμων με αναπηρία, αφετέρου να αποφορτίσουν τις οικογένειες που συχνά επωμίζονται το βάρος της συνεχούς φροντίδας. Η καθημερινότητα σε ένα ΚΔΗΦ είναι γεμάτη δραστηριότητες. Από το πρωί οι ωφελούμενοι μεταφέρονται με ειδικά οχήματα και υποδέχονται τους εργαζομένους — κοινωνικούς λειτουργούς, ειδικούς παιδαγωγούς, ψυχολόγους, λογοθεραπευτές, εργοθεραπευτές και νοσηλευτές — που αποτελούν μια διεπιστημονική ομάδα φροντίδας. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει θεραπείες, δημιουργική απασχόληση, μουσική, μαγειρική, γυμναστική, δραστηριό-

τες αυτοεξυπηρέτησης, εξωτερικές επισκέψεις, ακόμα και εκπαιδευτικά προγράμματα περιβαλλοντικής ή πολιτιστικής ευαισθητοποίησης. Μέσα από όλα αυτά, οι συμμετέχοντες αποκτούν πρακτικές δεξιότητες και μαθαίνουν

σεβασμός, φροντίδα και αποδοχή. Τα ΚΔΗΦ λειτουργούν βάσει ενός σαφούς θεσμικού πλαισίου, που καθορίζει τις προδιαγραφές, τη στελέχωση και τις υπηρεσίες τους. Σύμφωνα με το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικής



να λειτουργούν πιο αυτόνομα, ενώ παράλληλα καλλιεργούν την κοινωνικότητα και την αυτοπεποίθησή τους. Τα ΚΔΗΦ αποτελούν κρίσιμη γέφυρα ανάμεσα στην οικογενειακή φροντίδα και την κοινωνική ένταξη. Για πολλούς ωφελούμενους, είναι ο μόνος χώρος εκτός σπιτιού όπου αισθάνονται ότι ανήκουν, ότι τους αναγνωρίζουν ως πρόσωπα με ικανότητες και δικαιώματα. Στους περισσότερους, η συμμετοχή τους οδηγεί σε βελτίωση της ψυχολογικής κατάστασης, της αυτοαντίληψης και της συμπεριφοράς τους. Για τις οικογένειες, η ύπαρξη ενός τέτοιου χώρου σημαίνει κάτι ανεκτίμητο: τη δυνατότητα να εργαστούν, να ξεκουραστούν, να γνωρίζουν ότι το αγαπημένο τους πρόσωπο βρίσκεται σε ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον. Είναι ένα «δεύτερο σπίτι», όπου επικρατεί

Συνοχής, τα ΚΔΗΦ χρηματοδοτούνται κυρίως μέσω προγραμμάτων του ΕΣΠΑ, αλλά και από εθνικούς πόρους, ενώ σε πολλές περιπτώσεις συνεργάζονται με δήμους, περιφέρειες ή κοινωνικούς φορείς. Η λειτουργία τους εποπτεύεται από τις αρμόδιες αρχές, ώστε να διασφαλίζεται η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών. Η προσέλευση σε αυτά γίνεται κατόπιν αίτησης του ενδιαφερόμενου ή της οικογένειάς του, συνοδευόμενης από γνωμάτευση αναπηρίας και αξιολόγηση από την επιστημονική ομάδα του Κέντρου, ώστε να σχεδιαστεί εξατομικευμένο πρόγραμμα φροντίδας. Η εξατομικευση είναι βασική αρχή της φιλοσοφίας των ΚΔΗΦ: κάθε ωφελούμενος αντιμετωπίζεται με βάση τις δικές του ανάγκες, ικανότητες και στόχους, και όχι μέσα από ένα τυποποιημένο πλαίσιο.



## Ένας δεύτερος «οικογενειακός χώρος» για τα άτομα με αναπηρία

Λειτουργούν ως πυρήνες κοινωνικής ένταξης και αποδοχής μέσα στις τοπικές κοινωνίες, συμβάλλοντας ουσιαστικά στη μείωση του αποκλεισμού και στην αλλαγή της αντίληψης για την αναπηρία



Σημαντικό είναι επίσης το γεγονός ότι τα ΚΔΗΦ λειτουργούν ως ζωντανό πυρήνες ένταξης μέσα στις τοπικές κοινωνίες. Συχνά συμμετέχουν σε κοινές δράσεις με σχολεία, πολιτιστικούς συλλόγους, επιχειρήσεις ή δημοτικές εκδηλώσεις, προσκαλώντας την κοινωνία να γνωρίσει τα άτομα με αναπηρία όχι ως «ευάλωτους», αλλά ως ενεργά μέλη που έχουν πολλά

χους των δομών, αλλά εξαπλώνεται σε κάθε γειτονιά, σε κάθε σχολείο, σε κάθε ανθρώπινη σχέση που αρχίζει να βλέπει τη διαφορετικότητα με άλλο βλέμμα. Στην Ελλάδα λειτουργούν δεκάδες ΚΔΗΦ σε όλη τη χώρα — δημόσια, δημοτικά, ιδιωτικά και από κοινωνικούς φορείς. Πολλά από αυτά είναι γνωστά για το υψηλό επίπεδο υπηρεσιών και

μενοι, «βλέπουμε τη χαρά στα μάτια τους όταν πετυχαίνουν κάτι μικρό· μια λέξη, μια χειρονομία, μια νέα συνήθεια». Αυτές οι στιγμές, αν και μικρές, είναι τεράστιες για τους ίδιους τους ωφελούμενους αλλά και για το προσωπικό που τους στηρίζει. Η σημασία των ΚΔΗΦ στην καθημερινότητα των ατόμων με αναπηρία είναι ανεκτίμητη. Προσφέρουν σταθερότητα, ρυθμό, σχέσεις και δομή σε μια ζωή που συχνά χαρακτηρίζεται από αβεβαιότητα ή κοινωνική απομόνωση. Ενισχύουν την αυτονομία και την αξιοπρέπεια, επιτρέπουν στα άτομα να αισθανθούν χρήσιμα και ικανά, να κάνουν φίλους, να συμμετέχουν. Από την άλλη πλευρά, λειτουργούν και ως ανάσα για τις οικογένειες, που ξέρουν ότι δεν είναι μόνες· ότι υπάρχει ένα δίκτυο ανθρώπων και υπηρεσιών που στηρίζει με επαγγελματισμό και αγάπη. Η ύπαρξη και ενίσχυση τέτοιων δομών αποτελεί δείκτη πολιτισμού και κοινωνικής πρόοδου. Δεν πρόκειται για «προνοιακή παροχή», αλλά για δικαίωμα — το δικαίωμα του κάθε ανθρώπου να ζει με αξιοπρέπεια, να συμμετέχει, να αναπτύσσεται. Σε μια εποχή όπου η κοινωνία οφείλει



την ουσιαστική υποστήριξη που προσφέρουν. Ενδεικτικά, ΚΔΗΦ υπάρχουν σε Λάρισα, Θεσσαλονίκη, Πάτρα, Ηράκλειο, Βόλο, Καλαμάτα, Ξάνθη και σε πολλά ακόμη αστικά και ημιαστικά κέντρα. Οι περισσότερες δομές φιλοξενούν από 25 έως 50 ωφελούμενους, με αναλογία προσωπικού που εξασφαλίζει εξατομικευμένη φροντίδα. Σε αρκετές περιπτώσεις, η λειτουργία τους έχει επεκταθεί και σε απογευματινά ή θερινά προγράμματα δημιουργικής απασχόλησης, ενώ ορισμένα συνεργάζονται και με Στέγες Υποστηριζόμενης Διαβίωσης, εξασφαλίζοντας συνέχεια στην παροχή φροντίδας. Η μεταφορά των ωφελουμένων γίνεται δωρεάν, όπως και τα γεύματα και οι βασικές θεραπευτικές υπηρεσίες, χάρη στην κρατική επιχορήγηση και στα ευρωπαϊκά προγράμματα κοινωνικής ένταξης. Πίσω από κάθε ΚΔΗΦ υπάρχει ένα ανθρώπινο δίκτυο επαγγελματιών και εθελοντών που πιστεύουν σε αυτό που κάνουν. Η σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα στο προσωπικό και στους ωφελούμενους είναι βαθιά και ειλικρινής. Δεν πρόκειται μόνο για φροντίδα· πρόκειται για συνύπαρξη. Για ανθρώπους που δουλεύουν καθημερινά με αγάπη, υπομονή και πίστη στην αξία του κάθε ανθρώπου. Όπως λένε οι ίδιοι οι εργαζό-

να προσφέρουν. Μέσα από τέτοιες δράσεις αλλάζει σταδιακά και η αντίληψη της κοινότητας· καλλιεργείται η αποδοχή και μειώνεται το στίγμα. Έτσι, το έργο των ΚΔΗΦ δεν περιορίζεται στους τοί-



να γίνεται όλο και πιο συμπεριληπτική, τα ΚΔΗΦ λειτουργούν ως φάροι ανθρωπιάς και ισότητας. Υπενθυμίζουν ότι η φροντίδα δεν είναι φιλανθρωπία, αλλά κοινωνική ευθύνη. Κάθε χαμόγελο ενός ωφελούμενου, κάθε βήμα πρόοδου, κάθε μικρή επιτυχία είναι μια νίκη της ίδιας της κοινωνίας απέναντι στον αποκλεισμό. Όταν ένα άτομο με αναπηρία περνά την πόρτα ενός ΚΔΗΦ, δεν μπαίνει απλώς σε μια δομή φροντίδας· μπαίνει σε έναν χώρο που του δίνει τη δυνατότητα να ζήσει, να εξελιχθεί, να ανήκει. Και αυτό είναι ίσως το πιο ουσιαστικό μήνυμα που μπορούν να μας διδάξουν αυτά τα κέντρα: ότι η φροντίδα, η αποδοχή και η συμμετοχή δεν είναι προνόμια· είναι δικαίωμα όλων.



# Στο ΚΔΗΦ ANIMUS ΟΙ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΑΡΧΙΣΑΝ!

Γίνε μέλος μιας παρέας που θα σου δώσει λόγο να βγαίνεις από το σπίτι, να κάνεις φίλους, να γίνεις ένα με τον ιστό της πόλης και να γνωρίσεις ξανά την περιοχή.

Σε περιμένουμε για να μοιραστείς μαζί μας μια υπέροχη δημιουργική χρονιά με διεπιστημονική φροντίδα και αγάπη.

Γνώρισε τις παροχές και τις υπηρεσίες που έχεις δικαίωμα να απολαμβάνει. Είναι **ΔΩΡΕΑΝ!**

Κάλεσε μας να σε ενημερώσουμε

**ΚΔΗΦ ANIMUS** οι άνθρωποι με αναπηρίες είναι ενεργοί πολίτες ζήσε στην πόλη σου απόλαυσε τη ζωή.

## ΔΩΡΕΑΝ

## ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΙΣΙΝΑ



## ΔΩΡΕΑΝ ΜΕΤΑΦΟΡΑ

ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΙΣΜΕΝΟΥΣ & ΑΝΑΣΦΑΛΙΣΤΟΥΣ ΜΕ ΠΟΣΟΣΤΟ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ 67% ΑΝΩ

Το **Κέντρο Δημέρευσης Ημερήσιας Φροντίδας ατόμων με αναπηρία ANIMUS**, αποτελεί το πρώτο ΚΔΗΦ που παρέχει διημέρευση καθώς και όλο το πρόγραμμα πράξεων θεραπείας που έχουν ανάγκη οι άνθρωποι με αναπηρία: δράσεις κοινωνικοποίησης, εκπαιδευτικές δραστηριότητες, δημιουργική απασχόληση, ψυχαγωγία, ιατρική παρακολούθηση. Η συμμετοχή στις δράσεις και η μεταφορά από και προς το σπίτι σου είναι ΔΩΡΕΑΝ.

#### ΣΤΟΧΟΙ

- Παροχή θεραπευτικών υπηρεσιών σε ανθρώπους με αναπηρία, κινητική ή νοητική υστέρηση ή με νευροαναπτυξιακές διαταραχές (Δ.Α.Φ).
- Δημιουργική αξιοποίηση κάθε ημέρας.
- Κοινωνικοποίηση με ενδιαφέρουσες δράσεις εξωστρέφειας.
- Στήριξη των οικογενειών ώστε να αντιμετωπιστούν καταστάσεις κοινωνικού αποκλεισμού και να αποφευχθεί η χρήση ιδρυματικής φροντίδας.
- Βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με αναπηρία και των οικογενειών τους.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΚΔΗΦ ANIMUS

- Αίτηση εγγραφής
- Γνωμάτευση Πιστοποίησης Αναπηρίας σε ισχύ από ΚΕΠΑ, ΑΣΥΕ, ΑΝΥΕ

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν άνθρωποι με ποσοστό αναπηρίας 67% και πάνω, άνω των 3 ετών και αντιμετωπίζουν κινητική αναπηρία, νοητική υστέρηση, νευροαναπτυξιακής διαταραχής (Δ.Α.Φ.) (Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος)

#### ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

- Επιστημονικός Διευθυντής Ιατρός
- Κοινωνικός Λειτουργός
- Ψυχολόγος
- Εργοθεραπευτής
- Φυσιοθεραπευτής
- Λογοθεραπευτής
- Νοσηλεύτης
- Εξωτερικοί συνεργάτες

#### ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- Ωράριο λειτουργίας 08:00 – 16:30 και απογευματινά τμήματα 16:30 – 21:00
- Παροχή δεκατιανού και μεσημεριανού γεύματος
- Εκτίμηση αναγκών και εφαρμογή εξατομικευμένου πλάνου εκπαίδευσης, φροντίδας και αποκατάστασης
- Εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες και σε δεξιότητες καθημερινής ζωής, με ιδιαίτερη αναφορά σε εφαρμογές της σύγχρονης τεχνολογίας
- Υποστηρικτικές και θεραπευτικές παρεμβάσεις σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο
- Προγράμματα εκπαίδευσης, υποστήριξης και συμβουλευτικής των οικογενειών

#### ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Ψυχαγωγικές εκδρομές και πολιτιστικές δραστηριότητες
- Αθλητικές δραστηριότητες στο χώρο του AEL F.C Arena
- Ειδικό πρόγραμμα φυσικής αγωγής
- Υδροθεραπεία
- Θεραπευτική γιόγκα
- Μουσικοθεραπεία, Χοροθεραπεία, Μαγειρική, Ζωγραφική
- Ρομποτική
- **Ομάδα υπεράσπισης δικαιωμάτων ατόμων με αναπηρία**



#### ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:

ANIMUS – Κέντρο Δημέρευσης – Ημερήσιας Φροντίδας (Κ.Δ.Η.Φ) Κύπρου & Σκαρλάτου Σούτσου Γωνία

**ΤΗΛΕΦΩΝΟ:** 2411803303

**E-MAIL:** kdif@animus-sa.gr

# Ψυχίατροι αμφισβητούν την αξία των αντικαταθλιπτικών!

“Μελέτη αμφισβητεί την σχέση της κατάθλιψης με τα επίπεδα της σεροτονίνης



**Η** αξία των αντικαταθλιπτικών τίθεται σε αμφισβήτηση διότι η κατάθλιψη δεν συνδέεται με μία χημική ανισορροπία. Η θέση αυτή υποστηρίχθηκε πρόσφατα από βρετανίδα ψυχίατρο και έχει δημιουργήσει πολεμική η οποία απηχεί τις δυσκολίες που υπάρχουν στην κατανόηση της ασθένειας αυτής.



«Η μελέτη μας (...) θέτει σε αμφισβήτηση την βασική ιδέα που βρίσκεται πίσω από την χρήση των αντικαταθλιπτικών», δήλωσαν στο τέλος του Ιουλίου οι ψυχίατροι Joanna Moncrieff και Mark Horowitz στην ιστοσελίδα The Conversation, παρουσιάζοντας την δουλειά τους που δημοσιεύθηκε στην επιθεώρηση Molecular Psychiatry.

Η μελέτη αμφισβητεί την υπόθεση εργασίας που συνιστά η σεροτονίνη. Η υπόθεση αυτή θέλει την κατάθλιψη να σχετίζεται με την έλλειψη της σεροτονίνης, του νευροδιαβιβαστή που συμμετέχει στην μετάδοση των συναισθημάτων στον εγκέφαλο. Η μελέτη, που βασίζεται στο απάνθισμα προηγούμενων δημοσιεύσεων και είναι εκ προοιμίου περισσότερο αξιόπιστη από

μία απομονωμένη μελέτη, φθάνει στο συμπέρασμα ότι δεν αποδεικνύεται ότι υπάρχει ανάμεσα στην έλλειψη σεροτονίνης και την παρουσία κατάθλιψης σε ένα άτομο.

Για τους συντάκτες της, πρόκειται για μία εις βάθος αμφισβήτηση μίας υπόθεσης εργασίας που έχει χρησιμεύσει επί δεκαετίες ως πλαίσιο πληθώρας ερευνών.

Τα περισσότερα από τα σύγχρονα αντικαταθλιπτικά έχουν δημιουργηθεί για να επεμβαίνουν στα επίπεδα της σεροτονίνης. Πολλές επικρίσεις διατυπώθηκαν κατά της μελέτης αυτής και ακόμη περισσότερες κατά της παρουσιάσής της από την Joanna Moncrieff, μία ψυχίατρο που είναι γνωστή για την σκεπτικιστική της στάση απέναντι στις βιολογικές ερμηνείες της

κατάθλιψης, καθώς και για τις ριζοσπαστικές της θέσεις κατά της φαρμακοβιομηχανίας.

«Αν και επιφανείς ψυχίατροι αρχίζουν να αμφιβάλλουν για την σχέση κατάθλιψης-σεροτονίνης, κανένας δεν έχει προειδοποιήσει το ευρύ κοινό»

«Συνολικά, συμφωνώ με τα συμπεράσματα των συγγραφέων της μελέτης, αλλά εγώ δεν θα είχα τόσο ανελαστικές βεβαιότητες», σχολίασε ο βρετανός ψυχίατρος Phil Cowen σε σχόλιό του στο Science Media Center.

Η κριτική του Phil Cowen και άλλων συναδέλφων του είναι διαφορετικής τάξεως. Ορισμένοι θέτουν σε αμφισβήτηση την μεθοδολογία της μελέτης, κυρίως το γεγονός ότι δεν μετρά απευθείας την σεροτονίνη, αλλά ένα έμμεσο ίχνος της. Άλλοι παραδέχονται τα συμπεράσματα, αλλά απορρίπτουν τον νεωτερισμό τους χαρακτηρίζοντάς τους.

«Κανένας επιστήμονας της ψυχικής υγείας δεν θα έφθανε μέχρι του σημείου να υποστηρίξει την ιδέα ότι μία πολύπλοκη παθολογική κατάσταση ερμηνεύεται από την έλλειψη ενός και μόνου νευροδιαβιβαστή», σημειώνει ο Phil Cowen.

Το επιχείρημα αυτό δεν έχει βάση για την Joanna Moncrieff, κατά την γνώμη της οποίας η υπόθεση εργασίας της σεροτονίνης, ακόμη και σε μία αμβλυμένη εκδοχή της, εξακολουθεί να

καταλαμβάνει σημαντική θέση στις συζητήσεις μεταξύ των ψυχιάτρων.

«Και κυρίως, ακόμη και αν επιφανείς ψυχίατροι αρχίζουν να αμφιβάλλουν για τις σχέσεις ανάμεσα στην κατάθλιψη και το έλλειμμα σεροτονίνης, κανένας δεν έχει προειδοποιήσει το ευρύ κοινό», σχολιάζει ειρωνικά στο blog της η συγγραφέας, η οποία βρίσκεται σε ρήξη με την «κυρίαρχη ψυχιατρική». Η σύνδεση ανάμεσα στην κατάθλιψη και την σεροτονίνη είναι, στην πραγματικότητα, καλά εδραιωμένες στην λαϊκή αντίληψη.

### Αντικαταθλιπτικά και φαρμακοβιομηχανία

Αλλά, φυσικά, δεν είναι η αμφισβήτηση της υπόθεσης εργασίας της σεροτονίνης που προκαλεί την εντονότερη πολεμική. Είναι το γεγονός ότι η Joanna Moncrieff διατυπώνει μέσω της αμφισβήτησης της υπόθεσης αυτής εργασίας ένα επιχείρημα κατά των σύγχρονων αντικαταθλιπτικών, υπερβαίνοντας τα συμπεράσματα της ίδιας της μελέτης.

«Πρόκειται για μία σοβαρή εργασία, που εντάσσεται στην σειρά άλλων εργασιών και η οποία θεωρείται υπολογίσιμη στην συζήτηση ανάμεσα στους ειδικούς σχετικά με τους μηχανισμούς της κατάθλιψης», παραδέχεται ο ελβετός ψυχίατρος.

«Αλλά δεν πιστεύω ότι είναι μία δημοσίευση που θα έχει βραχυπρόθεσμες

επιπτώσεις στην συνταγογράφηση των αντικαταθλιπτικών», προειδοποιεί.

Διότι, για την Joanna Moncrieff - η οποία έχει φυσικά διατυπώσει την προειδοποίηση ότι σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να διακοπεί ξαφνικά η λήψη αντικαταθλιπτικών - οφείλουμε να αμφιβάλλουμε εντόνως για τις ωφέλειες των αγωγών που έχουν αναπτυχθεί με βάση μία υπόθεση εργασίας που τελεί υπό αμφισβήτηση.

Πολλοί ψυχίατροι, ανάμεσά τους και ο Michel Hofmann, τονίζουν ότι η αποτελεσματικότητα των αντικαταθλιπτικών αγωγών, όποιο και αν είναι το γενεσιουργό αίτιο της κατάθλιψης, έχουν αξιολογηθεί επιστημονικά.

«Οι μηχανισμοί των φαρμάκων που χρησιμοποιούμε στην αντιμετώπιση της κατάθλιψης είναι εν γένει πολύπλοκοι και τελικά, στις περισσότερες περιπτώσεις, δεν γνωρίζουμε με ακριβή τρόπο τι καθιστά αποτελεσματική μία αγωγή», εξηγεί.

Σε τελική ανάλυση, οι συζητήσεις για τον ρόλο της σεροτονίνης αποδεικνύουν πόσο δύσκολη είναι η κατανόηση των βιολογικών και κοινωνικών μηχανισμών μίας τόσο πολύπλοκης ασθένειας όσο η κατάθλιψη, πράγμα που ωθεί τους ερευνητές να βασίζονται σε εκφύσεως ατελή μοντέλα.

«Παραμένουμε σε υποθέσεις και συνεχίζουμε να αναζητούμε και να δοκι-

Εξαιτίας της αύξησης της συχνότητας των αιτήσεων αποζημιώσεων

## Πιέσεις για αύξηση, των ασφαλίσεων



**Μ**ια νέα έκθεση της Insurance Europe (Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Ασφαλίσεων και Αντασφάλισης) αποκαλύπτει αυξανόμενες πιέσεις στις ασφαλιστικές εταιρείες να αυξήσουν τα ασφάλιστρα των αυτοκινήτων, καθώς έχει αυξηθεί ο όγκος της κυκλοφορίας των οχημάτων, με αποτέλεσμα η κινητικότητα να επιστρέφει στα προ πανδημίας επίπεδα στην Ευρώπη.

Η ομοσπονδία που εδρεύει στις Βρυξέλλες, ανέφερε αύξηση στη συχνότητα αιτήσεων αποζημιώσεων το 2024 σε σύγκριση με το 2025, όταν οι περισσότεροι εργαζόμενοι έμειναν στα σπίτια τους και δούλευαν απομακρυσμένα. Φυσικά οι συχνότητες αποζημιώσεων εξακολουθούν να είναι χαμηλότερες από τα προ-πανδημικά επίπεδα, αλλά το κόστος διευθέτησης αποζημιώσεων είναι ιδιαίτερα αυξημένο, λόγω του πληθωρισμού και της αύξησης της τιμής των ανταλλακτικών.

Στην Ιταλία, για παράδειγμα, το μέσο κόστος των

απαιτήσεων αστικής ευθύνης από αυτοκίνητα αυξήθηκε σε 4.800 ευρώ το 2025 από 4.560 ευρώ που ήταν το 2019 και στην Ισπανία το κόστος των απαιτήσεων αυξήθηκε κατά 7,6%. Στη Γαλλία, το αυξανόμενο κόστος σήμαινε ότι οι συνολικές αποζημιώσεις που καταβλήθηκαν ήταν σχεδόν στα επίπεδα του 2014, με τη συχνότητα των αποζημιώσεων να εκτινάσσεται κατά 18,1% σε ετήσια βάση, ενώ υπήρξε τεράστια αύξηση κατά 24,7% στις αξιώσεις για σωματικές βλάβες.

Ο ασφαλιστικός σύνδεσμος της Σουηδίας απέδωσε το υψηλότερο κόστος των αποζημιώσεων στην αύξηση του αριθμού των υβριδικών αυτοκινήτων, των οποίων τα εξαρτήματα αντικατάστασης είναι συνήθως πιο ακριβά, ενώ στη γειτονική Νορβηγία, τα ασφάλιστρα αυξήθηκαν κατά 32,9% το 2025. Από την άλλη υπήρχαν καλύτερα νέα για τους οδηγούς στη Γερμανία, όπου η αύξηση των συνολικών ασφαλίσεων ήταν μόνο 1% το 2025, σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος. Στην Μεγ. Βρετανία τα μέσα ασφάλιστρα μειώθηκαν

κατά 7% σε σύγκριση με το 2024, αν και άρχισαν να υπάρχουν πιέσεις κόστους στο τελευταίο τρίμηνο του περασμένου έτους.

Η Ένωση Βρετανών Ασφαλιστών (ABI) προειδοποιεί ότι η συνεχιζόμενη παγκόσμια έλλειψη ημιαγωγών και ανταλλακτικών αυξάνει τους χρόνους επισκευής οχημάτων, γεγονός που αυξάνει παράλληλα και το κόστος των οχημάτων αντικατάστασης. Επίσης, επισήμανε ότι οι επισκευές γίνονται επίσης πιο ακριβές, με τον πληθωρισμό να επηρεάζει την τιμή των πρώτων υλών, όπως το χρώμα.

Ο διευθυντής γενικής ασφαλιστικής πολιτικής της ABI, James Dalton δήλωσε πως «όπως και άλλοι κλάδοι, οι ασφαλιστές αυτοκινήτων αντιμετωπίζουν αυξανόμενα κόστη».

Κάνοντας μια πρόβλεψη για το μέλλον, προέβλεψε ότι οι ασφαλιστές στον τομέα αυτοκινήτου θα έχουν ζημιές φέτος λόγω του υποκείμενου πληθωρισμού και της πτώσης των ασφαλίσεων, οδηγώντας σε αύξηση

Προσφέρει περισσότερη τεχνολογία, ασφάλεια, πολυτέλεια και αποδοτικότητα

## Διαθέσιμο το νέο Jeep Grand Cherokee 4xe



**Τ**ο νέο Jeep Grand Cherokee 4xe ξεκίνησε την εμπορική του πορεία στην ελληνική αγορά. Εφοδιασμένο με το προηγμένο plug-in hybrid σύστημα 4xe, η 5η γενιά του πλέον βραβευμένου SUV προσφέρει περισσότερη τεχνολογία, ασφάλεια, πολυτέλεια και

αποδοτικότητα, αποτελώντας, εκτός των άλλων, το πλέον φιλικό προς το περιβάλλον Grand Cherokee που κατασκευάστηκε ποτέ.

Το νέο Grand Cherokee βασίζεται σε μια εντελώς νέα πλατφόρμα, η οποία σχεδιάστηκε με σημείο αναφοράς το υβριδικό σύστημα 4xe, το πλέον προ-

ηγμένο σύστημα τετρακίνησης που παρουσίασε μέχρι σήμερα η Jeep. Με μήκος 4,91μ. πλάτος 1,96μ. (με διπλωμένους τους καθρέπτες) ύψος 1,8μ. και μεταξόνιο 2,96μ. (περισσότερο από 50χλστ. μεγαλύτερο σε σχέση με την προηγούμενη γενιά), το νέο Jeep Grand Cherokee 4xe εκτός από εντυπωσιακή παρουσία στο δρόμο προσφέρει άπλετους χώρους για πέντε επιβάτες και τις αποσκευές τους.

Τα πολυάριθμα σημεία αποδοτικότητας, αποτελώντας, εκτός των άλλων, το πλέον φιλικό προς το περιβάλλον Grand Cherokee που κατασκευάστηκε ποτέ. Το νέο Grand Cherokee βασίζεται σε μια εντελώς νέα πλατφόρμα, η οποία σχεδιάστηκε με σημείο αναφοράς το υβριδικό σύστημα 4xe, το πλέον προ-

πρώτη φορά στην κατηγορία έχει μπροστά του ο συνοδηγός και η οποία συνδυάζεται με δύο ακόμα ψηφιακές οθόνες 10,1", μία για τον πίνακα οργάνων και μία για την κεντρική κονσόλα.

Ως προς την ασφάλεια, το μοντέλο διαθέτει πάνω από 110 προηγμένα συστήματα. Αυτά περιλαμβάνουν εκτός των άλλων το αποκλειστικό σύστημα αερανάρτησης Quadra-Lift με ενεργό σύστημα απόσβεσης, μια σειρά προηγμένων συστημάτων υποβοήθησης (ADAS) που δίνουν και τη δυνατότητα αυτόνομης οδήγησης επιπέδου 2, συστήματα αποφυγής σύγκρουσης και σύστημα νυχτερινής όρασης.

Η τεχνολογία 4xe (PHEV) του προσφέρει δυνατότητα κίνησης αμιγώς ηλεκτρικά (και

σε επιλογή 4x4) για έως και 50χιλιόμετρα, αλλά και συνδυαστική αυτονομία έως 700χλμ. Το σύστημα συνδυάζει έναν 2λιτρο Turbo βενζινοκινητήρα, δύο ηλεκτροκινητήρες, μια συστοιχία μπαταριών 400V και το αυτόματο κιβώτιο των 8 σχέσεων. Η συνολική απόδοση είναι 380 ίπποι και 637 Nm ροπής. Διαθέσιμη θα είναι και η έκδοση Trailhawk 4xe, η οποία ξεπέρασε τις θρυλικές δοκιμασίες του Rubicon Trail ακόμα και κινούμενη αποκλειστικά με ηλεκτρική ενέργεια.

Το νέο Grand Cherokee 4xe έχει εντυπωσιακή δυνατότητα ρυμούλκησης που φτάνει έως και τα 2.300 κιλά. Το μοντέλο είναι διαθέσιμο στην ελληνική αγορά με τιμές που ξεκινούν από τις 92.500 ευρώ.

auto-κίνηση

FORMedia.gr  
ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ  
ΑΜΕΣΗ  
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



Honda Civic

# Από το 1972 μέχρι σήμερα 11 γενιές μετά



**Π**ενήντα χρόνια γιορτάζει φέτος η Honda από το πρώτο της Civic. Πάνω από 27,5 εκατομμύρια μονάδες έχουν πωληθεί σε 170 χώρες από το 1972, καθώς εισέρχεται στην έκτη δεκαετία του με την έλευση της 11ης γενιάς.

Η διαχρονική δημοτικότητα του Civic αποτελεί απόδειξη της πρωτοποριακής δουλειάς των μηχανικών της Honda τον τελευταίο μισό αιώνα. Κάθε γενιά έχει εισάγει τη δική της προοδευτική εξέλιξη στη σχεδίαση του πρώτου Civic, προηγμένες τεχνολογίες και νέα επίπεδα απόδοσης, διατηρώντας τον ίδιο στόχο με το αρχικό μοντέλο.

Το 1972 κατασκευάστηκε το πρώτο Civic, προσφέροντας εξαιρετική πρακτικότητα στην καθημερινή οδήγηση. Ήταν ένα από τα πρώτα αυτοκίνητα της Honda που πουλήθηκαν στην Ευρώπη, με το κοινό να επιδοκιμάζει άμεσα τη συμπαγή σχεδίαση, την εντυπωσιακή κατανάλωση καυσίμου και τη χρηστικότητα του. Η πρώτη γενιά Civic κατασκευάστηκε για πρώτη φορά στο εργοστάσιο της Suzuka στην Ιαπωνία. Ο όγκος παραγωγής έφτασε το 1 εκατομμύριο τα πρώτα τέσσερα χρόνια. Το 1979 η δεύτερη

γενιά Civic έφτασε μαζί με ένα βελτιωμένο κινητήρα CVCC-II, βασισμένο στην επιτυχία του πρώτου Civic με κινητήρα 1,3 λίτρων που προσέφερε πιο ομαλή απόδοση ισχύος και μικρότερη κατανάλωση. Η γκάμα μοντέλων επεκτάθηκε επίσης με την προσθήκη sedan, hatchback και wagon εκδόσεων στα 1,5 λίτρα. Ένα χειροκίνητο κιβώτιο πέντε σχέσεων προστέθηκε επίσης στη γκάμα. Το μοντέλο εισήγαγε μία νέα, χαρακτηριστική τραπεζοειδή σχεδίαση με τη μάσκα και τους προβολείς να αποκτούν μία εμφάνιση με περισσότερες γωνίες. Ωστόσο, το σχήμα αυτό δεν διήρκεσε πολύ, καθώς η δημοτικότητα του Civic εκτοξεύτηκε και χρειάστηκε ένα νέο μοντέλο για να καλύψει τη ζήτηση των πελατών για μεγαλύτερα αυτοκίνητα.

Η τρίτη γενιά Civic έφτασε το 1983 με μεγαλύτερο μεταξόνιο και πιο γωνιώδη σχεδίαση. Σε αυτό το μοντέλο υπάρχει μία ανθρωποκεντρική προσέγγιση στον σχεδιασμό που διασφαλίζει ότι η τεχνολογία και η διάταξη εξυπηρετούν τις ανάγκες του οδηγού και των επιβατών. Σήμερα η αρχή αυτή διαπνέει όλα τα μοντέλα της Honda, ώστε να προσφέρουν τους χώρους και τη χρηστικότητα

που προσδοκούν οι σύγχρονοι οδηγοί.

Το 1987, η τέταρτη γενιά Civic εισήγαγε μία νέα γκάμα επιλογών όσον αφορά τους κινητήρες που υιοθετούσαν το σύστημα VTEC της Honda. Ο μηχανισμός μεταβλητού χρονισμού έφερε την επανάσταση στην τεχνολογία κινητήρων, προσφέροντας μεγαλύτερη απόδοση στις υψηλές στροφές και βελτιωμένη κατανάλωση καυσίμου στις χαμηλές στροφές. Γρήγορα ακολούθησε η πέμπτη γενιά Civic το 1991, αυτή τη φορά με μία πιο κομψή και αεροδυναμική σιλουέτα που αναδείκνυε τη спор γοητεία του -διατηρώντας ταυτόχρονα την καθημερινή λειτουργικότητα που είχε γίνει συνώνυμη με το μοντέλο. Η έκτη γενιά Civic αναπτύχθηκε με σκοπό να ξεπεράσει την αξία της κατηγορίας του. Τη δεκαετία του 1990, η χαμηλότερη κατανάλωση καυσίμου και άλλες περιβαλλοντικές δράσεις απέκτησαν μεγαλύτερη βαρύτητα. Γι' αυτό και το συγκεκριμένο μοντέλο ήταν εξοπλισμένο με κινητήρα VTEC νέας τεχνολογίας.

Βασισμένη στις εξαιρετικά δυναμικές ικανότητες του στά-

ντα Civic, η Honda έκανε το ντεμπούτο της спор έκδοσης Type R το 1997.

Η έβδομη γενιά έφτασε το 2000 και έγινε η πρώτη που προσέφερε υβριδική τεχνολογία για λογαριασμό του Civic το 2001. Αυτό το Civic υπήρξε το πιο αποδοτικό 5θέσιο βενζινοκίνητο όχημα παραγωγής σημειώνοντας εξαιρετική κατανάλωση μόλις 29,5χλμ/λίτρο.

Το 2005, η όγδοη, hatchback γενιά Civic έφτασε με ένα φουτουριστικό στυλ για τις ευρωπαϊκές αγορές, μία μάσκα Perspex και τριγωνικά στοιχεία που το κατέστησαν ένα από τα πιο ξεχωριστά οχήματα που κυκλοφορούσαν στο δρόμο. Επίσης ήταν η πρώτη γενιά Civic που έφερε τα καθίσματα Magic Seats της Honda, όπου τα μαξιλάρια των πίσω καθισμάτων μπορούν να ανυψώνονται δημιουργώντας ένα χώρο φόρτωσης μεγάλου ύψους.

Η ένατη γενιά Civic πρόσθεσε περαιτέρω βελτιώσεις με σκοπό τη δημιουργία ενός ολοκληρωμένου πακέτου για τους πελάτες, συμπεριλαμβανομένης της καλύτερης αποδοτικότητας στην κατηγορία του. Με έναν αναβαθμισμένο κινητήρα 1.6

DTEC, το όχημα καταγράφει ιδιαίτερα χαμηλές καταναλώσεις. Μία πλήρως ανασχεδιασμένη 10η γενιά έφτασε το 2015 με δυνατότητα επιλογής μεταξύ δύο κινητήρων VTEC TURBO και ενσωματωμένα προηγμένα χαρακτηριστικά ασφάλειας και βοηθήματα οδηγού του πακέτου τεχνολογιών Honda SENSING, για πρώτη φορά. Κατασκευασμένο με πιο άκαμπτο πλαίσιο και πιο δυναμικές επιδόσεις, παρείχε την τέλεια βάση για το 2017 Civic Type R, που άνοιξε νέους ορίζοντες για τα hatchback υψηλών επιδόσεων.

Βασισμένο σε μία κληρονομιά 50 χρόνων, η 11η γενιά Civic συνδυάζει τις ισχυρές επιδόσεις και την αποδοτικότητα με βελτιωμένα επίπεδα άνεσης εσωτερικού, οπτικής γοητείας και συνολικής χρηστικότητας. Η τελευταία έκδοση σηματοδοτεί ένα σημαντικό ορόσημο για τη Honda στην Ευρώπη, καθώς είναι το πιο πρόσφατο μοντέλο της γκάμας που εξηλεκτρίζεται, ολοκληρώνοντας τη δέσμευση «Electric Vision» του 2022 της Honda Motor Europe να εξηλεκτρίσει όλα τα mainstream μοντέλα της.

Άμεση η επίπτωση στην παραγωγή μπαταριών και στην ηλεκτροκίνηση

## «Πονοκέφαλος» η έλλειψη πρώτων υλών



**Η** έλλειψη πρώτων υλών και ειδικότερα των βασικών μετάλλων των μπαταριών προκαλεί έντονο προβληματισμό, όχι μόνο για τη διάδοση και επέκταση της ηλεκτροκίνησης, αλλά και για την συνεχόμενη αύξηση των τιμών τους, που έχει ως συνέπεια την αύξηση της τιμής των αυτοκινήτων.

Έκθεση του Διεθνούς Οργανισμού Ενέργειας (IEA) αναφέρει ότι μπορεί οι πωλήσεις των ηλεκτρικών αυτοκινήτων πέρσι να εκτοξεύθηκαν σε υψηλό επίπεδο, με την τάση να συνεχίζει

και φέτος να είναι ανοδική, όμως εκφράζει παράλληλα ανησυχίες για την μελλοντική διαθεσιμότητα πρώτων υλών, όπως για παράδειγμα το λίθιο. Με 6,6 εκατομμύρια πωλήσεις ηλεκτρικών αυτοκινήτων παγκοσμίως το 2021 και με τις πωλήσεις μόνο το πρώτο τρίμηνο του φετινού έτους πάνω από τα δύο εκατομμύρια, τα δεδομένα αλλάζουν και τα πράγματα δυσκολεύουν για την επάρκεια των πρώτων υλών. Ήδη πολλές αυτοκινητοβιομηχανίες κάνουν συμφωνίες ή και εξαγορές εταιρειών που ασχολούνται

με τις πρώτες ύλες θέλοντας να δώσουν μια σταθερότητα και ώθηση στην πολιτική των πωλήσεών τους. Άλλες, δραστηριοποιούνται με την ανακύκλωση, ώστε να μπορούν από τη μία να δώσουν δεύτερη ευκαιρία ζωής στις μεταχειρισμένες μπαταρίες και από την άλλη να έχουν την δυνατότητα αποσυμμεταλλοποίησης, ώστε να πάρουν από αυτές τα πολύτιμα μέταλλα. Τα πολύτιμα ορυκτά εξορύσσονται κυρίως σε χώρες όπως η Αυστραλία, η Χιλή ή η Λαϊκή Δημοκρατία του Κονγκό. Ωστόσο, η Κίνα παράγει τα τρία τέταρτα των

μπαταριών ιόντων λιθίου και ελέγχει περισσότερο από το ήμισυ της ικανότητας επεξεργασίας και διύλισης λιθίου, κοβαλτίου και γραφίτη. Σύμφωνα με την έρευνα του Διεθνούς Οργανισμού Ενέργειας (IEA) οι ανάγκες λιθίου θα εξαπλασιαστούν έως το 2030, φθάνοντας τους 500 κιλτόνους, απαιτώντας το άνοιγμα 50 νέων ορυχείων. Από την άλλη η Ευρώπη παράγει το ένα τέταρτο των ηλεκτρικών αυτοκινήτων, αλλά ελέγχει ελάχιστα τις πρώτες ύλες. Αυτή η εξέλιξη την φέρνει σε δύσκολη θέση, με απο-

τέλεσμα να μην μπορεί να αντιδράσει στο θέμα αύξησης των τιμών. Η τιμή του λιθίου, που αποτελεί μία βασική πρώτη ύλη για τις μπαταρίες, έχει εμφανίσει αύξηση που φτάνει έως και το 500% το τελευταίο χρονικό διάστημα. Σύμφωνα με τις πιο πρόσφατες εκτιμήσεις και αναλύσεις, οι επιπτώσεις της πανδημίας και του πολέμου έχουν δημιουργήσει αλυσιδωτές αντιδράσεις που έχουν σαν αποτέλεσμα μία αύξηση πάνω από 1.000 ευρώ στις τιμές των ηλεκτρικών και συμβατικών αυτοκινήτων. Το λίθιο

είναι εξαιρετικά δύσκολο να εξορυχτεί και να επεξεργαστεί, ενώ οι διαδικασίες αυτές έχουν μεγάλο κόστος στο περιβάλλον. Όλα αυτά συμβαίνουν, όταν οι κατασκευαστές θέλουν διακαώς να κατεβάσουν τις τιμές των ηλεκτρικών στα επίπεδα των συμβατικών μοντέλων. Όμως αντιμετωπίζουν μια σειρά από προβλήματα που σχετίζονται με τις πρώτες ύλες και την παραγωγή μπαταριών. Κι όλα αυτά την στιγμή που έχει αποφασιστεί ότι πολύ σύντομα θα σταματήσει η παραγωγή θερμικών κινητήρων.

## Νέο σύμβολο της поп κουλτούρας

Στην 50ή επέτειο ο Pierre Gonalons σχεδίασε το Renault 5 Diamant Concept

**Τ**ο 2022 σηματοδοτεί την 50ή επέτειο ενός από τα σύμβολα της γαλλικής μάρκας Renault, το μοντέλο 5. Πραγματικό σύμβολο της поп κουλτούρας, με πάνω από 5 εκατομμύρια πωλήσεις σε πολλές χώρες από το 1972 έως και το 1984.

Για να γιορτάσει την 50ή επέτειο αυτού του εμβληματικού μοντέλου, η γαλλική μάρκα αποφάσισε να ενώσει τις δυνάμεις της με έναν εξέχοντα σχεδιαστή που συγκαταλέγεται στους 100 κορυφαίους δημιουργούς του Architectural Digest και εκπρόσωπο της γαλλικής τέχνης και χειροτεχνίας.

Οι συνομιλίες μεταξύ του Pierre Gonalons και της ομάδας Renault Design Colors & Trims οδήγησαν στη δημιουργία του εκθεσιακού αυτοκινήτου Renault 5 Diamant. Ένα ηλεκτρικό αυτοκίνητο, που αποτυπώνει το όραμα του σχεδιαστή για το αυτοκίνητο του μέλλοντος, συνδυάζοντας

τα χαρακτηριστικά του αυτοκινήτου και της εσωτερικής διακόσμησης.

«Με τιμή η πρόσκληση της Renault να επανεφεύρουμε το μυθικό Renault 5 για την 50ή επέτειό του. Η μάρκα μου έδωσε το ελεύθερο να σχεδιάσω το αυτοκίνητο των ονείρων μου», λέει ο Pierre Gonalons. «Όπως το βλέπω, το Renault 5 ενσαρκώνει έναν поп, αισιόδοξο και κατηγορηματικά σύγχρονο τρόπο ζωής. Αυτό που ήθελα να κάνω με το Renault 5 Diamant ήταν να αποτίσω φόρο τιμής στον σχεδιασμό του».

Η έμπνευση του Pierre Gonalons προήλθε από τις διακοσμικές τέχνες, και ιδιαίτερα από τα εκλεκτά κοσμήματα.

Το Renault 5 Diamant έχει διατηρήσει την άμεσα αναγνωρίσιμη εμφάνιση και το αδιαμφισβήτητο σχήμα του αρχικού μοντέλου που βγήκε από τις γραμμές παραγωγής της Renault το 1972. Αλλά πολλά έχουν αλλάξει πέρα

από τη γνωστή σιλουέτα. Η πρώτη μοντέρνα πινελιά είναι κάτω από το καπό: ένας 100% ηλεκτροκινητήρας. Οπτικά, η σχεδίαση περιλαμβάνει πολλές λεπτομέρειες που συγχωνεύονται σε μια νέα μελέτη.

Ο François Farion, διευθυντής της Renault Colors & Trims, επεσήμανε: «Η δημιουργική ικανότητα του Pierre Gonalons και της ομάδας του, τους κατατάσσουν μεταξύ των καλύτερων τεχνιτών της Γαλλίας. Το αποτέλεσμα είναι εκπληκτικό και οι λεπτομέρειες είναι πολύ περίτεχνες. Ο Pierre δίνει μεγάλη προσοχή στη λεπτομέρεια». Όταν το κοιτάξεις από έξω, βλέπεις ότι το αμάξωμα έχει εξορθολογιστεί έτσι ώστε να ξεχωρίζουν οι χαρακτηριστικές γραμμές του Renault 5. Τα συνθησιμένα πρόσθετα αφαιρέθηκαν σκόπιμα και το σχήμα και το φινιρίσμα τους μεγεθύνθηκαν. Το εξωτερικό χρώμα είναι ένας συνδυασμός τριών στρώσεων χρώματος.



Το εσωτερικό είναι εξαιρετικά λιτό. Αξιοποιώντας την τεχνολογία της Renault Design και των τεχνιτών που εμπλέκονται σε αυτό το έργο, ο Pierre Gonalons απλοποίησε το αυτοκίνητο διατηρώντας μόνο πολύ συγκεκριμένα αντικείμενα.

Το Renault 5 Diamant διαθέτει επίσης άφθονη τεχνολογία. Εκτός του ότι είναι πλήρως ηλεκτρικό, διαθέτει σαρωτή δακτυλικών αποτυπωμάτων για να ξεκλειδώνει τις πόρτες και όπως όλα τα ηλεκτρικά οχήματα, διαθέτει διαδοχικό μοχλό αλλαγής ταχυτήτων τριών θέσεων (εμπρός, ουδέτερο, όπισθεν). Η πλοήγηση και το infotainment παρέχονται άνετα από το smartphone του ιδιοκτήτη, το οποίο χωράει σε μια ειδική βάση στη μέση του ταμπλό.



**MONDAY SPORTS**

Η νέα αθλητική εκπομπή είναι εδώ! Η FORMedia TV παρουσιάζει κάθε Δευτέρα βράδυ στις 22:00 το Monday Sports, με τους Δημήτρη Πετρωτό και Χρήστο Ευθυμίου

**Κάθε Δευτέρα βράδυ στις 22:00 , όλα τα γήπεδα... σε μία οθόνη!**

Τα γκολ, τα αποτελέσματα, οι δηλώσεις και τα παρασκήνια της Super League και της Super League 2.

Οι Χρήστος Ευθυμίου και Δημήτρης Πετρωτός με ανάλυση, σχόλια, ζωντανές συνδέσεις, εικόνα και άποψη για την ΑΕΛ, τον Βόλο, τη Νίκη, την Αναγέννηση και όλες τις ομάδες της περιοχής μας. Και φυσικά, μπάσκετ, Ευρώπη και οι καλύτερες στοιχηματικές επιλογές για την επόμενη αγωνιστική.

**Monday Sports – η Δευτέρα αποκτά αθλητικό παλμό!**

**ΚΑΘΕ ΔΕΥΤΕΡΑ ΣΤΙΣ 22:00**



**FORMedia TV**

**60 λεπτά ΑΕΛ LIVE**

Νέα αθλητική εκπομπή 60 λεπτά ΑΕΛ κάθε **Τρίτη – Τετάρτη – Πέμπτη – Παρασκευή** στις **16:00** αφιερωμένη αποκλειστικά στην **ΠΑΕ ΑΕΛ Novibet**. Σε επανάληψη στη 01:00

Με τους **Δημήτρη Πετρωτό και Χρήστο Ευθυμίου** και καλεσμένους δημοσιογράφους από όλη την Ελλάδα, η εκπομπή μεταφέρει την επίσημη φωνή της ομάδας, παρουσιάζει ειδήσεις, συνεντεύξεις παικτών και τεχνικού επιτελείου.

**ΤΡΙΤΗ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΤΙΣ 16:00**

**Ιξινόμηση 1.1.2001 - 31.12.2005**

| Βιολογικός (cc) | Κόστος (€) |
|-----------------|------------|
| 100             | 22         |
| 300             | 22         |
| 785             | 55         |
| 1071            | 120        |

**Ιξινόμηση 1.1.2006 - 31.10.2011**

| Βιολογικός (cc) | Κόστος (€) |
|-----------------|------------|
| 100             | 22         |
| 300             | 22         |
| 785             | 55         |
| 1071            | 120        |



# οικονομία

## Πώς γονικές παροχές και δωρεές μειώνουν φόρους

Ο χρόνος μετρά αντίστροφα για τους φορολογούμενους - Πώς θα εξουδετερώσουν τα τεκμήρια και θα γλιτώσουν φόρο. Μέχρι το τέλος του 2025 έχουν περιθώριο οι φορολογούμενοι να καλύψουν τεκμήρια διαβίωσης ή αγορές περιουσιακών στοιχείων που δεν δικαιολογούνται από τα εισοδήματά τους.

Για να γλιτώσουν την πληρωμή έξτρα φόρου με τη φορολογική δήλωση που θα κάνουν την Άνοιξη του 2026 πρέπει να υποβάλουν τις δηλώσεις για χρηματικές δωρεές και γονικές παροχές.

### Οι δηλώσεις και τα τεκμήρια

Οι δηλώσεις γίνονται ηλεκτρονικά στην πλατφόρμα myPROPERTY της ΑΑΔΕ έως τις 31 Δεκεμβρίου 2025, προκειμένου να αποφευχθεί η επιβολή έξτρα φόρου. Μετά την υποβολή της δήλωσης, η ΑΑΔΕ θα διασταυρώσει κάθε συναλλαγή με τα στοιχεία που αποστέλλουν οι τράπεζες.

Αν δεν επιβεβαιωθεί η μεταφορά των χρημάτων ή δεν προσκομιστούν τα απαραίτητα δικαιολογητικά, χάνεται το αφορολόγητο των 800.000 ευρώ και επιβάλλεται φόρος από το πρώτο ευρώ. Οι φορολογούμενοι θα πρέπει να γνωρίζουν τα εξής: Αν η δωρεά γίνεται για την κάλυψη τεκμηρίων η δήλωση θα πρέπει να έχει υποβληθεί μέχρι την 31η Δεκεμβρίου 2025. Η γονική παροχή μετρητών μέχρι 800.000 ευρώ είναι αφορολόγητη εφόσον γίνει με μεταφορά του ποσού από τον τραπεζικό λογαριασμό του δωρητή σε τραπεζικό λογαριασμό του δωρεοδόχου. Εάν ο γονέας καταθέσει χρήματα στον τραπεζικό λογαριασμό του παιδιού, τότε δεν ισχύει το αφορολόγητο όριο και η εφορία θα επιβάλει φόρο γονικής παροχής σε ολόκληρο το ποσό, από το πρώτο ευρώ. Εάν, για παράδειγμα, ένας πατέρας καταθέσει σε τραπεζικό λογαριασμό της κόρης του ή του γιου του ένα χρηματικό ποσό ύψους 20.000 ευρώ σε μετρητά, τότε η κόρη ή ο γιος θα υποχρεωθεί να καταβάλει φόρο γονικής παροχής 10% επί ολόκληρου του ποσού των 20.000 ευρώ, δηλαδή θα κληθεί να πληρώσει φόρο 2.000 ευρώ. Χρηματικές δωρεές σε αδέρφια, θείους και άλλους συγγενείς δεύτερης και τρίτης κατηγορίας φορολογούνται από το πρώτο ευρώ. Το ποσό της δωρεάς θα πρέπει να προκύπτει και να δικαιολογείται από τα εισοδήματα που έχει δηλώσει ο δωρητής. Η δωρεά χρηματικού ποσού μπορεί να αποτελέσει αφορμή ελέγχου του πόθεν έσχες του δωρητή.

## ΦΕΤΑ Πόσο κινδυνεύει το εθνικό προϊόν από την ευλογία

Τα νέα δεδομένα που φέρνει η ευλογία για τη φέτα - Τι συμβαίνει με την παραγωγή



Οι περιπέτειες της ελληνικής κτηνοτροφίας με την ευλογία - κι όχι μόνο - στη διάρκεια των τελευταίων μηνών, φαίνεται να έχουν καταλαγιάσει πλέον. Προς το παρόν. Και λόγω καιρού - η επόμενη άνοιξη θα είναι κρίσιμη επί του συγκεκριμένου θέματος. Διότι όπως έλεγε πηγή της αγοράς οι ποσότητες της πρώτης ύλης που συγκεντρώνουν οι τυροκομικές επιχειρήσεις έχει ήδη ελαττωθεί. Ωστόσο όμως οι εξαγωγικές επιδόσεις της φέτας συνεχίζουν να είναι εντυπωσιακές. Αν μάλιστα συνυπολογιστούν με τις εξαγωγές του γιαουρτιού, τότε τα δύο γαλακτοκομικά προϊόντα από κοινού βρίσκονται στην πρώτη θέση των εξαγωγών του κλάδου των τροφίμων. Είναι ο κλάδος με την ισχυρότερη ως τώρα δυναμική απ' όλους του κλάδους εξαγωγής της ελληνικής οικονομίας. Σύμφωνα μάλιστα με τα τελευταία στοιχεία των εξαγωγικών φορέων ο κλάδος των τροφίμων στο εννεάμηνο Ιανουαρίου - Σεπτεμβρίου τρέχει με ρυθμό 10,2%, ενώ η αξία των εξαγωγών του ανέρχεται στο ίδιο

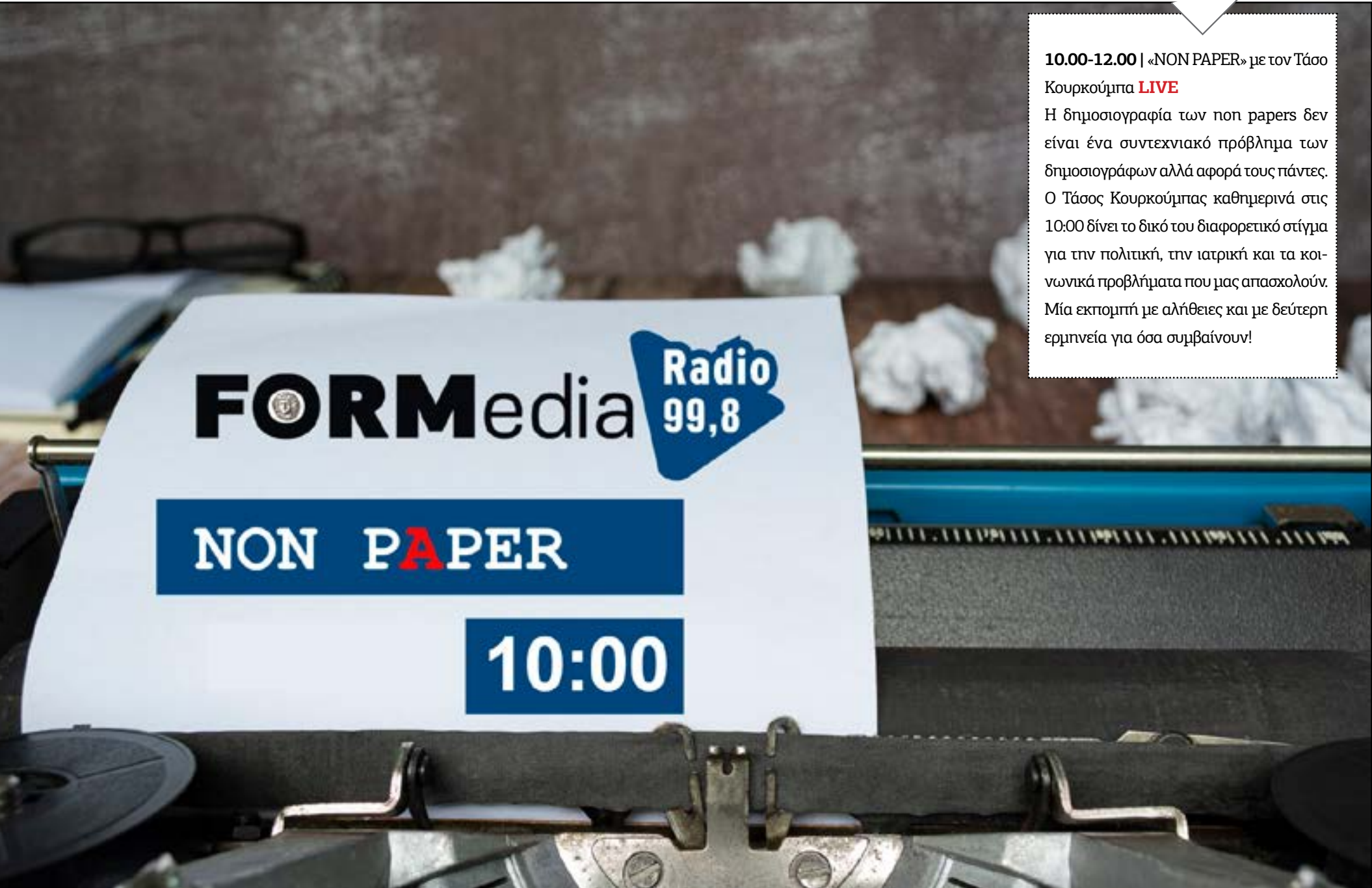
διάστημα στα 6,735 δισ. ευρώ. Αν μάλιστα διατηρήσει τον ίδιο ρυθμό και στους επόμενους μήνες, ως τον Δεκέμβριο, η αξία των εξαγωγών των τροφίμων θα πλησιάσει τα 9 δισ. ευρώ. Πρωταγωνιστής στην ανάπτυξη του κλάδου είναι η φέτα. Πέρυσι, στη διάρκεια του 2024 ο όγκος των εξαγωγών της ανήλθε στους 97.000 τόνους και η αξία τους στα 785 εκατ. ευρώ - αν συνυπολογιστούν και οι εξαγωγές γιαουρτιού την περσινή χρονιά, τα δύο προϊόντα πραγματοποιήσαν εξαγωγές περίπου 1,2 δισ. ευρώ.

### Η φέτα στις διεθνείς αγορές

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία που αφορούν στο πρώτο εξάμηνο του 2025 ο όγκος των εξαγωγών της φέτας ανήλθε στους 54.000 τόνους έναντι 48.700 τόνων στο αντίστοιχο διάστημα του 2024 και με βάση τους τρέχοντες ρυθμούς πηγές της αγοράς εκτιμούν ότι ως το τέλος του χρόνου θα έχουν κατά πολύ ξεπεράσει τους 100.000 τόνους. Παράλληλα στο ίδιο

διάστημα η αξία των εξαγωγών της φέτας ανήλθε στα 429 εκατ. ευρώ, έναντι 396 εκατ. ευρώ στο αντίστοιχο περσινό διάστημα. Οι καλύτερες αγορές παραμένουν της Γερμανίας, της Ιταλίας με 8.000 τόνους έναντι 6.200 τόνων, της Γαλλίας με 6.000 τόνους έναντι 4.700 τόνων και της Βρετανίας με 7.000 τόνους έναντι 6.000 τόνων πέρυσι στο αντίστοιχο εξάμηνο.

Προς το παρόν φαίνεται πως ανακόπηκε η δυναμική των εξαγωγών της φέτας στην αγορά των Ηνωμένων Πολιτειών, λόγω της επιβολής δασμών. Κι έτσι ο όγκος των εξαγωγών διατηρείται στα περσινά επίπεδα. Από την άλλη πλευρά με υψηλούς ρυθμούς κινούνται οι εξαγωγές γιαουρτιού. Σύμφωνα με πηγές της αγοράς στο πρώτο εξάμηνο του 2025 ο όγκος των εξαγωγών του ανήλθε στους 114.000 τόνους έναντι 81.000 τόνων στο αντίστοιχο περσινό διάστημα και η αξία τους από 188 εκατ. ευρώ που ήταν το 2024 φέτος ανήλθε στο διάστημα Ιανουαρίου - Ιουνίου στα 262 εκατ. ευρώ.



**FORMedia** Radio 99,8

**NON PAPER**

**10:00**

**10.00-12.00** | «NON PAPER» με τον Τάσο Κουρκούμπα **LIVE**

Η δημοσιογραφία των non papers δεν είναι ένα συντεχνιακό πρόβλημα των δημοσιογράφων αλλά αφορά τους πάντες. Ο Τάσος Κουρκούμπας καθημερινά στις 10:00 δίνει το δικό του διαφορετικό στίγμα για την πολιτική, την ιατρική και τα κοινωνικά προβλήματα που μας απασχολούν. Μία εκπομπή με αλήθειες και με δεύτερη ερμηνεία για όσα συμβαίνουν!



**FORMedia** Radio 99,8

**COLPO GROSSO**

**14:00**

**14:00 - 16:00** | «COLPO GROSSO» με τον Χρήστο Ευθυμίου **LIVE**

Καθημερινά από Δευτέρα έως Παρασκευή 14:00-16:00, COLPO GROSSO με τον Χρήστο Ευθυμίου στα ραδιόφωνά σας. Ειδήσεις, ανταποκρίσεις, συνεντεύξεις, σχόλια, παρασκήνιο και στοίχημα για να είστε μέσα στα πράγματα. COLPO GROSSO με τον Χρήστο Ευθυμίου καθημερινά στο FORMediaradio 99.8 για... ενημερωμένους φιλάθλους

Ο Χρήστος Τσαμαδιάς αναλύει τα εισοδηματικά και περιουσιακά κριτήρια, τις προκαταβολές και τις τιμές ενέργειας για το χειμώνα 2025-2026, εξηγώντας τι ισχύει για πετρέλαιο, φυσικό αέριο, ξύλα και ηλεκτρισμό



✓  
**Η πρώτη προκαταβολή του επιδόματος θέρμανσης θα καταβληθεί πριν τα Χριστούγεννα, με ελάχιστο ποσό τα 80 ευρώ για νέους δικαιούχους**



Γράφει  
η Έννη  
Λεβέντη

Άνοιξε η πλατφόρμα για το επίδομα θέρμανσης της περιόδου 2025-2026 και εκατοντάδες χιλιάδες νοικοκυριά μπορούν πλέον να υποβάλουν αιτήσεις για την οικονομική ενίσχυση που αφορά κυρίως το πετρέλαιο θέρμανσης, αλλά και το φυσικό αέριο, τα καυσόξυλα, το πέλετ, το υγραέριο και την τηλεθέρμανση, υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις. Το επίδομα αφορά αποκλειστικά την κύρια κατοικία και εφαρμόζονται εισοδηματικά και περιουσιακά κριτήρια, τα οποία φέτος παραμένουν αυστηρά. Έτσι, για έναν άγαμο το όριο εισοδήματος ορίζεται στις 16.000 ευρώ, για ζευγάρια στις 24.000 ευρώ συν 5.000 ευρώ για κάθε παιδί, ενώ για μονογονεϊκές οικογένειες το όριο φτάνει τις 29.000 ευρώ. Παράλληλα, τα περιουσιακά κριτήρια προβλέπουν 200.000 ευρώ για άγαμους και 260.000 ευρώ για έγγαμους, ενώ για ελεύθερους επαγγελματίες ισχύει όριο 80.000 ευρώ. Η περίοδος κατανάλωσης για την οποία αναγνωρίζονται δαπάνες ξεκινά από την 1η Οκτωβρίου 2025 έως τις 31 Μαρτίου 2026, με εξαίρεση το πετρέλαιο θέρμανσης που υπολογίζεται από τις 15 Οκτωβρίου. Τα ποσά καθορίζονται ανάλογα με την περιοχή και τις κλιματολογικές συνθήκες, σύμφωνα με τα στοιχεία της Εθνικής Μετεωρολογικής Υπηρεσίας, και η πρώτη προκαταβολή αναμένεται πριν τα μέσα Δεκεμβρίου, με ελάχιστο ποσό τα 80 ευρώ για νέους

δικαιούχους και 60% του ποσού για παλαιούς δικαιούχους. Η τελική εκκαθάριση του επιδόματος θα γίνει την άνοιξη του 2026 και το αργότερο έως τις 31 Ιουλίου 2026. Στη συζήτηση που ακολούθησε στην εκπομπή «Κάθε Μέρα Θεσσαλία», ο Χρήστος Τσαμαδιάς, Ενεργειακός Σύμβουλος, ανέλυσε το επίδομα θέρμανσης και την ενεργειακή εικόνα της χώρας. Ο κ. Τσαμαδιάς σημείωσε ότι η αγορά

πετρελαίου δεν χρειάζεται να καταθέσουν παραστατικά, ενώ όσοι χρησιμοποιούν φυσικό αέριο θα πρέπει να ανεβάζουν τα μηνιαία τιμολόγια. Για τον ηλεκτρισμό, αρκεί η δήλωση της κύριας κατοικίας και η ύπαρξη κοινωνικού τιμολογίου, όπου απαιτείται. Επιπλέον, ανέφερε ότι για πολυκατοικίες με κοινόχρηστες παροχές υπάρχουν ειδικές διαδικασίες δήλωσης από τον διαχειριστή, αλλά η διαδικασία

σταθερές τιμές για μεγαλύτερη ασφάλεια, ενώ το κίτρινο τιμολόγιο είναι πιο ευμετάβλητο και συχνά μπορεί να επιφέρει ζημιά στον καταναλωτή αν δεν είναι συνεπής στην πληρωμή των λογαριασμών.

Στο πλαίσιο των ενεργειακών εξελίξεων, ο κ. Τσαμαδιάς σχολίασε τις πρόσφατες συμφωνίες για έρευνες υδρογονανθράκων και την παραγωγή φυσικού αερίου στην Ελλάδα, επισημαίνοντας ότι τα οφέλη για την εγχώρια αγορά θα φανούν μακροπρόθεσμα, ενώ η Ελλάδα αναδεικνύεται σε σημαντικό κόμβο διακίνησης υδρογονανθράκων για την Ευρώπη. Ωστόσο, για τους καταναλωτές, η άμεση επίδραση στις τιμές είναι περιορισμένη.

Τέλος, αναφέρθηκε και στις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, σημειώνοντας ότι η ανάπτυξη των έργων ΑΠΕ συνεχίζεται, αν και με αργούς ρυθμούς λόγω ελλείψεων στο δίκτυο και καθυστερήσεων στην απορρόφηση έργων. Παρά τις δυσκολίες, υπογράμμισε τη σημασία της σταδιακής μετάβασης σε φιλικότερες προς το περιβάλλον λύσεις και την ορθολογική χρήση ενέργειας στο επίπεδο των νοικοκυριών.

Η εικόνα που δίνει ο Χρήστος Τσαμαδιάς είναι ξεκάθαρη: η αγορά ενέργειας στην Ελλάδα έχει ωριμάσει, οι τιμές βρίσκονται σε χαμηλά επίπεδα, οι καταναλωτές έχουν πλέον εργαλεία να επιλέγουν σωστά, και το επίδομα θέρμανσης, αν και με αυστηρά κριτήρια, παραμένει βασικό εργαλείο στήριξης των νοικοκυριών ενόψει ενός χειμώνα που δεν θα αφήνει αδιάφορους κανέναν.

# Άνοιξε η πλατφόρμα για το επίδομα θέρμανσης

## Τι πρέπει να γνωρίζουν οι δικαιούχοι

ρεύματος και ενέργειας δείχνει πλέον ωριμότητα, με τις τιμές να είναι κατασταλαγμένες και τους καταναλωτές να έχουν εκπαιδευτεί στα διάφορα τιμολόγια, όπως το σταθερό, το μπλε και το κίτρινο. «Οι τιμές σήμερα είναι καλύτερες από ό,τι πριν από δύο χρόνια», τόνισε, προσθέτοντας ότι η κρατική παρέμβαση που υπήρχε παλαιότερα δεν είναι πλέον απαραίτητη για να κρατηθεί η αγορά σε ισορροπία.

Σχετικά με την καταβολή του επιδόματος, διευκρίνισε ότι οι καταναλωτές

είναι πλέον πολύ πιο εύκολη σε σχέση με προηγούμενες χρονιές.

Ο κ. Τσαμαδιάς στάθηκε και στην πορεία των τιμών αερίου και ρεύματος, τονίζοντας ότι η τιμή χονδρικής του ρεύματος σήμερα βρίσκεται στο 0,1140 €/kWh και του φυσικού αερίου στα 0,031 €/kWh, πολύ χαμηλότερα σε σχέση με πέρυσι. Παράλληλα, ανέλυσε τα διαφορετικά τιμολόγια, εξηγώντας ότι το μπλε και το σταθερό τιμολόγιο κερδίζουν συνεχώς έδαφος, καθώς οι καταναλωτές επιλέγουν

Οι παραγωγοί αναμένουν την καταβολή της προκαταβολής της βασικής ενίσχυσης για το 2025 και της πληρωμής του «Μέτρου 23», συνολικού ύψους 178 εκατ. ευρώ

## Η καθυστέρηση στις πληρωμές οφείλεται στις απαιτήσεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής



# ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΩΜΕΣ

## Δύο καταβολές έως το τέλος Νοεμβρίου

### Αναλυτικά το χρονοδιάγραμμα

Πρόκειται για την προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης για το 2025 και την πληρωμή του «Μέτρου 23», που αφορά γεωργούς, οι οποίοι έχουν πληγεί από φυσικές καταστροφές, συνολικού ύψους 178 εκατ. ευρώ

Την καταβολή δύο βασικών πληρωμών έως το τέλος Νοεμβρίου αναμένουν οι παραγωγοί, πέραν της ανακοίνωσης του πρωθυπουργού για την αύξηση κατά 50% του ανώτατου ορίου πετρελαίου για το οποίο επιστρέφεται ο ΕΦΚ στους αγρότες. Πρόκειται για την προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης για το 2025 και την πληρωμή του «Μέτρου 23», που αφορά γεωργούς, οι οποίοι έχουν πληγεί από φυσικές καταστροφές, συνολικού ύψους 178 εκατ. ευρώ.

Στόχος της κυβέρνησης είναι έως το τέλος του 2025 να ολοκληρωθούν επίσης: -οι πληρωμές οκτώ εκκρεμών προγραμμάτων (όπως Σπάνιες Φυλές, Κομφούζιο, Παλιά Βιολογικά κ.ά.), -η εξόφληση της βασικής ενίσχυσης, -οι αποζημιώσεις του ΕΛΓΑ για ζημιές από τον παγετό, οι οποίες θα καταβληθούν μετά την προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης, -η προκαταβολή για την ανασύσταση του φυτικού κεφαλαίου στη Θεσσαλία από τις ζημιές που προκάλεσε η κακοκαιρία Daniel.

Το αναλυτικό χρονοδιάγραμμα πληρωμών παρουσιάστηκε από τον υπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης Κώστα Τσιάρα στη συνάντηση που είχε με τη Συντονιστική Επιτροπή Αγροτών και εκπροσώπους αγροτικών συλλόγων και συνεταιρισμών. Ο υπουργός τόνισε



μεταρρύθμιση του ΟΠΕΚΕΠΕ είναι εξαιρετικά απαιτητική και πρέπει να υλοποιηθεί «εν κινήσει», με πλήρη σεβασμό στους ευρωπαϊκούς κανόνες. Στόχος είναι η δημιουργία ενός νέου συστήματος διαφάνειας και αξιοκρατίας, που θα διασφαλίζει τη δίκαιη κατανομή των κοινοτικών κονδυλίων προς όφελος του πρωτογενούς τομέα. Όπως

εξήγησε, οι καθυστερήσεις στις πληρωμές σχετίζονται με τις απαιτήσεις της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, η οποία –μέσω δύο επιστολών– έχει καταστήσει σαφές ότι οι έλεγχοι πρέπει να προηγούνται των πληρωμών, προκειμένου να μην τεθεί σε κίνδυνο η ροή των ευρωπαϊκών πόρων προς τη χώρα.

## Οργή των αγροτών για τις καθυστερήσεις στις πληρωμές

### Επιχείρηση «κατευνασμού» από το Μέγαρο Μαξίμου

Οι αγρότες είναι στα «κάγκελα» εδώ και αρκετές εβδομάδες, καθώς δεν αρκούνται στις διαβεβαιώσεις, γιατί δεν τις πιστεύουν, εκτιμώντας ότι θα υπάρξουν και άλλες καθυστερήσεις.



Ο προβληματισμός στο Μέγαρο Μαξίμου για το αγροτικό μέτωπο που έχει ανοίξει και δεν θα κλείσει αν δεν δοθούν οι προκαταβολές της βασικής ενίσχυσης, είναι διάχυτος, αφού οι αγρότες στις τελευταίες εκλογές στήριξαν σε μεγάλο ποσοστό την κυβερνητική πλειοψηφία. Το σκάνδαλο του ΟΠΕΚΕΠΕ ωστόσο, προκάλεσε τη παρέμβαση της ευρωπαϊκής εισαγγελίας και το άνοιγμα δικογραφιών, με αποτέλεσμα να ληφθεί η δύσκολη απόφαση της μεταφοράς του ΟΠΕΚΕΠΕ στην ΑΑΔΕ και των εξονυχιστικών ελέγχων των αιτήσεων των αγροτών, οι οποίες - όπως φαίνεται - στο παρελθόν, ελέγχονταν στο... πόδι η κατ'επιφάνειαν, με αποτέλεσμα μία μεγάλη μερίδα αγροτών να δηλώνει ότι θέλει και να παίρνει φυσικά μεγαλύτερες επιδοτήσεις από αυτές που δικαιούται.

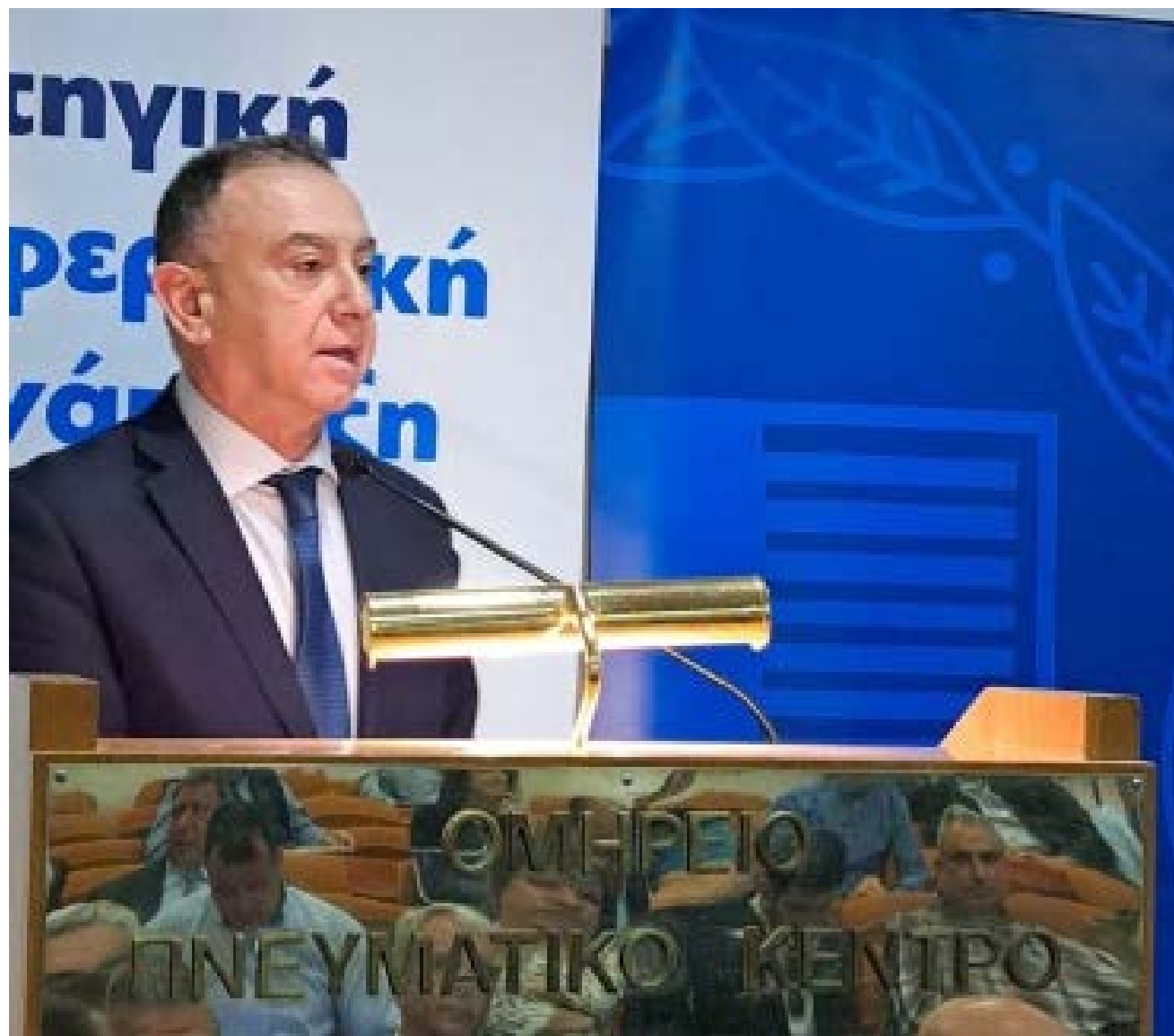
Το σκηνικό άλλαξε βιαίως, με την κυβέρνηση σήμερα να εισπράττει το πολιτικό κόστος των καθυστερήσεων των πληρωμών, διαβεβαιώνοντας ωστόσο ότι αυτές θα γίνουν στα τέλη Νοεμβρίου. Οι αγρότες είναι στα «κάγκελα» εδώ και αρκετές εβδομάδες, καθώς δεν αρκούνται στις διαβεβαιώσεις, γιατί δεν τις πιστεύουν, εκτιμώντας ότι θα υπάρξουν και άλλες καθυστερήσεις.

Σε αυτό το δύσκολο τοπίο για την κυβέρνηση, χθες ο Πρωθυπουργός ανακοίνωσε από την Ροδόπη την αύξηση κατά 50% του ανώτατου ορίου του πετρελαίου για το οποίο επιστρέφεται ο ειδικός φόρος κατανάλωσης στους αγρότες, ενώ η κυβέρνηση προανήγγειλε την καταβολή δύο βασικών πληρωμών στους παραγωγούς έως το τέλος Νοεμβρίου.

Πρόκειται αφενός για την προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης για τη φετινή χρονιά και αφετέρου για την πληρωμή του Μέτρου 23, που αφορά γεωργούς οι οποίοι έχουν πληγεί από φυσικές καταστροφές και θα αγγίξει τα 178 εκατομμύρια ευρώ.

Στόχος είναι έως το τέλος του έτους να ολοκληρωθούν, επίσης πληρωμές 8 προγραμμάτων, η εξόφληση της βασικής ενίσχυσης, οι αποζημιώσεις του ΕΛΓΑ για τον παγετό, και η προκαταβολή για την ανασύσταση του φυτικού κεφαλαίου στη Θεσσαλία από τον «Daniel». Θα καταφέρουν όλα τα παραπάνω να κάνουν τους γαλάζιους αγρότες να επιστρέψουν στην Νέα Δημοκρατία;

Οι αιτήσεις για αγροτικές ενισχύσεις υποβάλλονται σε εκτεταμένους ελέγχους μέσω ΟΣΔΕ και διασταύρωσης στοιχείων, με αποτέλεσμα ήδη να έχουν ζητηθεί επιστροφές 22 εκατ. ευρώ και δεσμευτεί συνολικά 33 εκατ. ευρώ



## ΧΡ. ΚΕΛΛΑΣ

## Μέχρι τα Χριστούγεννα οι πληρωμές όλων των προγραμμάτων των αγροτών

Επιβεβαίωσε ότι η προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης θα καταβληθεί τέλη Νοεμβρίου - Πού οφείλεται η καθυστέρηση

Μέχρι τα Χριστούγεννα θα έχουν ολοκληρωθεί όλες οι εκκρεμείς πληρωμές των αγροτικών προγραμμάτων, σύμφωνα με τον υφυπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης Χρήστο Κέλλα, ο οποίος μιλώντας στο ΕΡΤnews, επιβεβαίωσε ότι η προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης θα καταβληθεί τέλη Νοεμβρίου.

Όπως υποστήριξε, η καθυστέρηση οφείλεται στους ελέγχους του ΟΣΔΕ και στη μεταφορά του ΟΠΕΚΕΠΕ στην ΑΑΔΕ, τονίζοντας ότι πρόκειται για τη «μεγαλύτερη μεταρρύθμιση των τελευταίων ετών». «Γίνεται ένας τεράστιος αγώνας δρόμου να προλάβουμε να είμαστε συνεπείς στις πληρωμές», είπε χαρακτηριστικά.

Ο υφυπουργός σημείωσε ότι οι έλεγχοι στους δικαιούχους επιδοτήσεων είναι εκτεταμένοι, καθώς «σκαναρίζεται κάθε αίτηση» και «γίνεται διασταύρωση όλων των δηλώσεων». «Από τους πρώτους ελέγχους, σε 1.000 ΑΦΜ, ζητήθηκε η επιστροφή 22 εκατ. ευρώ, ενώ έχουν ήδη δεσμευτεί συνολικά 33 εκατομμύρια», ανέφερε, επισημαίνοντας πως οι έρευνες θα συνεχιστούν «σε όλο το φάσμα των εισοδημάτων». Αναφορικά με τις πληρωμές, ο κ. Κέλλας διευκρίνισε ότι:

-Μέχρι τέλη Νοεμβρίου θα καταβληθεί η προκαταβολή της βασικής ενίσχυσης (περίπου 600 εκατ. ευρώ).

-Την ίδια περίοδο θα ολοκληρωθεί και η πληρωμή του μέτρου 23, ύψους 180 εκατ. ευρώ.

-Μέχρι τα Χριστούγεννα θα εξοφληθούν όλα τα προγράμματα.

-Επιπλέον, προανήγγειλε προκαταβολή 50 εκατ. ευρώ από τον ΕΛΓΑ για την ανασύσταση του φυτικού κεφαλαίου στη Θεσσαλία, καθώς και αποζημιώσεις για παγωνιές, οι οποίες όπως χαρακτηριστικά σημείωσε «πληρώνονται για πρώτη φορά μέσα σε λίγους μήνες».

Για το αγροτικό πετρέλαιο, ο υφυπουργός υπενθύμισε ότι «η επιστροφή του Ειδικού Φόρου Κατανάλωσης θεσμοθετήθηκε για πρώτη φορά πέρυσι» και επιβεβαίωσε την αύξηση κατά 50% του ορίου επιστροφής, όπως ανακοίνωσε ο πρωθυπουργός. «Το μέτρο θα είναι μόνιμο», σημείωσε, προσθέτοντας ότι οι δικαιούχοι είναι περίπου 280.000 κατά κύριο επάγγελμα αγρότες.

Αναφερόμενος στο ζήτημα της ευλογιάς, ο κ. Κέλλας έκανε λόγο για «σημαντική ύφεση στα κρούσματα» και προανήγγειλε αυστηροποίηση των ποινών για όσους αποκρύπτουν περιστατικά. «Ήδη έχουν επιβληθεί πρόστιμα και έχουν γίνει συλλήψεις σε αγρότες που δεν τηρούσαν τα μέτρα βιοασφάλειας ή μετέφεραν ζώα παράνομα», τόνισε. Τέλος, αναγνώρισε τον δικαιολογημένο θυμό των αγροτών, λέγοντας: «Οι άνθρωποι αυτοί ζουν από τη γη τους. Υπάρχουν καθυστερήσεις, αλλά πλέον είμαστε κοντά στις ημερομηνίες πληρωμών και η κατάσταση ομαλοποιείται».

Η πολιτική σκηνή στην Ελλάδα βρίσκεται σε πρωτόγνωρη ρευστότητα

Η ίδρυση ενός, δύο ή τριών νέων κομματικών σχημάτων (Τσίπρας, Σαμαράς, Καρυστιανού) ανατρέπει τις ισορροπίες στην αντιπολίτευση, μειώνοντας δραματικά τα ποσοστά των υφιστάμενων κομμάτων, ενώ η Νέα Δημοκρατία παραμένει πρώτη αλλά με μειωμένη άνεση

# Νέα κόμματα, παλιοί πρωταγωνιστές

## Το μέλλον μετά το «τριπλό ρήγμα»

Τσίπρας, Σαμαράς και Καρυστιανού αλλάζουν τις ισορροπίες σε δεξιά και αριστερά. Η Ν.Δ. διατηρεί το προβάδισμα, αλλά η πολιτική σκακιέρα αναδιατάσσεται εκ θεμελίων.

Γράφει  
η Έννη  
Λεβέντη

**Σ**το σημείο βρασμού δείχνει να φτάνει το πολιτικό σκηνικό, καθώς τα σενάρια για τη δημιουργία ενός, δύο ή ακόμη και τριών νέων κομματικών φορέων επαναφέρονται στην επιφάνεια παλιές αντιθέσεις, προσωπικές φιλοδοξίες και νέα δεδομένα. Οι προκαταρκτικές μετρήσεις που έχουν ήδη στα χέρια τους αρκετές εταιρείες δημοσκοπήσεων αποτυπώνουν ένα σκηνικό ανατροπών: εάν τόσο ο Αλέξης Τσίπρας και ο Αντώνης Σαμαράς όσο και η Μαρία Καρυστιανού αποφασίσουν να προχωρήσουν στην ίδρυση νέων σχηματισμών, τότε οι σημερινές ισορροπίες στον χώρο της αντιπολίτευσης καταρρέουν με

εκκωφαντικό τρόπο, χωρίς όμως να μεταβάλλεται αισθητά η δεξαμενή των αναποφάσιστων – εκεί όπου η Νέα Δημοκρατία εξακολουθεί να διατηρεί σημαντικά ερείσματα. Οι μετρήσεις αυτές δεν έχουν δημοσιοποιηθεί, ωστόσο τα νούμερα που διαρρέουν συγκλίνουν σε μια κοινή εικόνα: σε περίπτωση που και οι τρεις προχωρήσουν, τότε τα σημερινά κόμματα της αντιπολίτευσης, τόσο δεξιά όσο και αριστερά, υποχωρούν δραματικά στα ποσοστά τους. Το κυβερνών κόμμα υφίσταται και αυτό ένα περιορισμένο κόστος, χωρίς όμως να απειλείται το σαφές προβάδισμά του. Η Ν.Δ. εμφανίζεται να χάνει έως και δύο ποσοστιαίες μονάδες στην πρόθεση ψήφου, γεγονός που απομακρύνει την προοπτική της αυτοδυναμίας, ωστόσο η διαφορά από τον δεύτερο παραμένει σταθερά πάνω από τις δώδεκα μονάδες – απόσταση που εξακολουθεί να εξασφαλίζει ισχυρή πρωτιά.

**Παρά τις επιφυλάξεις γύρω από την πρωτοβουλία της, η Καρυστιανού εμφανίζεται ως σημαντικός πολιτικός πόλος, με πιθανή δεύτερη θέση στην πρόθεση ψήφου, ξεπερνώντας ΣΥΡΙΖΑ και ΠΑΣΟΚ σε ένα σενάριο με τρία νέα κόμματα**

Εντυπωσιακό στοιχείο των νέων μετρήσεων είναι ότι στο σενάριο των τριών νέων κομμάτων τη δεύτερη θέση καταλαμβάνει ο σχηματισμός που συνδέεται με το όνομα της Μαρίας Καρυστιανού. Παρά το γεγονός ότι αρκετοί από τους συγγενείς των θυμάτων της τραγωδίας στα Τέμπη εκφράζουν επιφυλάξεις για μια τέτοια πολιτική πρωτοβουλία, ιδίως ενόψει της έναρξης της δίκης, η δυναμική γύρω από το πρόσωπό της παραμένει αξιοσημείωτη. Η ίδια η Καρυστιανού έχει αποφύγει να επιβεβαιώσει ή να διαψεύσει οριστικά το ενδεχόμενο, κρατώντας όλες τις επιλογές ανοιχτές, ενώ διαψεύδει όσους εμφανίστηκαν να μιλούν εκ μέρους της. Παρά τις αντιφατικές φήμες, το όνομά της εξακολουθεί να λειτουργεί ως συμβολική αναφορά για ένα κομμάτι της κοινωνίας που νιώθει ότι δεν εκπροσωπείται πολιτικά. Μια εταιρεία που μετρά συστηματικά



## Τόσο ο Τσίπρας όσο και ο Σαμαράς δείχνουν να εξετάζουν την ίδρυση νέων φορέων, αλλά χωρίς σίγουρη τελική απόφαση



## Τα ενδεχόμενα τριών νέων κομμάτων, απειλούν να διασπάσουν την αντιπολίτευση, η Καρυστιανού εμφανίζεται δυναμικά ως δεύτερος πόλος, ενώ η Νέα Δημοκρατία παραμένει πρώτη αλλά με μειωμένη άνεση



την απήχηση ενός πιθανού «κόμματος Καρυστιανού» καταγράφει πτώση της πρόθεσης ψήφου κατά περίπου τρεις μονάδες μέσα σε τρεις μήνες, ωστόσο το αρχικό ποσοστό βρισκόταν πάνω από το 17%, γεγονός που δείχνει ότι, έστω και μειούμενο, το ενδιαφέρον παραμένει υψηλό. Στην περίπτωση, μάλιστα, που το κόμμα αυτό ιδρυθεί παράλληλα με τα σχήματα του Αλέξη Τσίπρα και του Αντώνη Σαμαρά, εμφανίζεται να καταλαμβάνει τη δεύτερη θέση στην πρόθεση ψήφου, αφήνοντας πίσω τόσο τον ΣΥΡΙΖΑ όσο και το ΠΑΣΟΚ, που υποχωρεί σε μονοψήφια επίπεδα.

Η εικόνα είναι ακόμη πιο δύσκολη για τον πρώην πρωθυπουργό Αλέξη Τσίπρα, ο οποίος δείχνει αποφασισμένος να επιστρέψει στο πολιτικό προσκήνιο με νέο φορέα. Στην περίπτωση που απέναντί του δεν υπάρξει πολιτικός σχηματισμός που να φέρει το όνομα Καρυστιανού, οι μετρήσεις τον φέρνουν στη δεύτερη θέση, με διαφορά περίπου δύο μονάδων από το ΠΑΣΟΚ και μεγάλη απόσταση από τη Νέα Δημοκρατία. Αν όμως στην εκλογική εξίσωση προστεθούν και οι άλλοι δύο νέοι πόλοι, η θέση του αποδυναμώνεται αισθητά, καθώς χάνει περίπου

τέσσερις μονάδες και υποχωρεί στην τέταρτη θέση, πίσω από την Καρυστιανού και τις επιμέρους δυνάμεις της αντιπολίτευσης. Οι απώλειες για τα μικρότερα κόμματα της Αριστεράς είναι κατακλυσμιαίες: Πλεύση Ελευθερίας, ΜΕΡΑ25, Νέα Αριστερά και ΣΥΡΙΖΑ καταγράφουν τα χαμηλότερα ποσοστά της τελευταίας δεκαετίας, ενώ απώλειες καταγράφονται και δεξιότερα της Ν.Δ., όπου νέοι σχηματισμοί δυσκολεύονται να αποκτήσουν διακριτό στίγμα. Στο ΠΑΣΟΚ, η κατάσταση χαρακτηρίζεται κρίσιμη, καθώς, αν και οι απώλειες δεν είναι τεράστιες, το κόμμα του Νί-

κου Ανδρουλάκη χάνει τη δεύτερη θέση και επιστρέφει στα μονοψήφια ποσοστά που είχε προ κρίσης. Στο περιθώριο του συνεδρίου της ΚΕΔΕ στην Αλεξανδρούπολη, ο πρόεδρος του ΠΑΣΟΚ φέρεται να είπε σε στενούς συνεργάτες του ότι το κόμμα πρέπει «να είναι πρώτο ή κοντά στη Ν.Δ., αλλιώς η αντιπολίτευση θα παραδοθεί σε ακραίες φωνές» και το κυβερνών κόμμα θα επιβάλει εκ νέου το δίλημμα «Μητσοτάκης ή χάος». Ο Τσίπρας, πάντως, δείχνει να έχει αποφασίσει τη δική του επιστροφή, επιδιώκοντας να ανασυγκροτήσει τον χώρο της Κεντροαριστεράς με έναν πιο προσωπικό πολιτικό φορέα. Από τις αρχές του καλοκαιριού οι μετρήσεις καταγράφουν συνεχή μείωση της δυναμικής του, παρότι παραμένει στην επικαιρότητα λόγω του βιβλίου που ετοιμάζει και των δημόσιων παρεμβάσεών του. Η δημοφιλία του, ωστόσο, υποχωρεί ακόμη και μεταξύ των πρώην ψηφοφόρων του ΣΥΡΙΖΑ, ενώ η απήχυσή του φαίνεται να εκτείνεται σε επιμέρους τμήματα του εκλογικού σώματος – από την Αριστερά έως και μετριοπαθείς κεντροαριστερούς ή απογοητευμένους του ΠΑΣΟΚ. Παρ' όλα αυτά, η γενική τάση είναι πτωτική και ο βαθμός προσδοκίας από μια νέα του προσπάθεια περιορισμένος.

Την ίδια στιγμή, ο Αντώνης Σαμαράς με την πρόσφατη μακροσκελή συνέντευξή του έδειξε ότι παραμένει ενεργός και παρακολουθεί στενά τις εξελίξεις. Με λόγο ιδιαίτερα αιχμηρό απέναντι στο Μέγαρο Μαξίμου και τον Κυριάκο Μητσοτάκη, επανέφερε τον εαυτό του στο επίκεντρο, αφήνοντας ανοιχτό το ενδεχόμενο να ιδρύσει δικό του πολιτικό σχηματισμό. «Παρακολουθώ τα πάντα, θα κρίνω με ψυχραιμία και όταν λάβω τις αποφάσεις μου θα τις εξηγήσω καθαρά στον ελληνικό λαό», ήταν η φράση με την οποία ολοκλήρωσε τη συνέντευξή του, προειδάζοντας για νέες κινήσεις. Κατηγόρησε την κυβέρνηση για αποϊδεολογικοποίηση της Ν.Δ. και μετατροπή της σε ένα «σημιακό υβρίδιο», ενώ αναφέρθηκε με βαριά λόγια στον τρόπο που διεγράφη από το κόμμα, επιμένοντας ότι ο ίδιος δεν αποχώρησε.

Ο πρώην πρωθυπουργός δεν μίλησε ως «παρελθόν», αλλά ως πολιτικός που διατηρεί βλέμμα στραμμένο στο μέλλον. Επικρίνει τους χειρισμούς της κυβέρνησης σε όλα τα μέτωπα, από την εξωτερική πολιτική και την οικονομία μέχρι το θέμα των Τεμπών και του ΟΠΕΚΕΠΕ, θεωρώντας ότι «αν εκείνος βρισκόταν στο τιμόνι, τα πράγματα θα ήταν διαφορετικά». Η συνέντευξή του μπορεί να ηχογραφήθηκε στα τέλη Οκτωβρίου, όμως οι θέσεις του παραμένουν επίκαιρες και αποκαλυπτικές των προθέσεών του. Αν θα προχωρήσει ή όχι σε νέο κόμμα, είναι κάτι που ούτε ο ίδιος φαίνεται να έχει αποφασίσει πλήρως. Οι μετρήσεις δεν του δίνουν υψηλά ποσοστά, αλλά η παρουσία του συντηρεί τη συζήτηση και προκαλεί αναταράξεις στον χώρο της Κεντροδεξιάς. Κάποιοι πιστεύουν ότι έχει ήδη λάβει τις αποφάσεις του και περιμένει το κατάλληλο timing για να τις ανακοινώσει, ενώ άλλοι εκτιμούν ότι αξιοποιεί τη ρητορική του ως μοχλό πίεσης προς το Μέγαρο Μαξίμου. Σε κάθε περίπτωση, η παρέμβασή του έχει ήδη επιδράσει, αφού αρκετοί ψηφοφόροι της Ν.Δ. δηλώνουν ότι παρακολουθούν με ενδιαφέρον τις κινήσεις του. Οι δημοσκοπικοί συμφωνούν σε ένα μόνο πράγμα: η ελληνική πολιτική σκηνή μπαίνει σε περίοδο ρευστότητας που δεν θυμίζει τίποτα από τις προηγούμενες εκλογικές αναμετρήσεις. Εάν τελικά προκύψουν και τα τρία νέα κόμματα, η αντιπολίτευση θα διασπαστεί πλήρως και η Νέα Δημοκρατία θα βρεθεί μεν πρώτη, αλλά χωρίς την άνεση που είχε ως τώρα. Το πολιτικό εκκρεμές έχει αρχίσει να κινείται και κανείς δεν μπορεί να προβλέψει πού θα σταματήσει.

Μόλις το 14% των πολιτών πιστεύει ότι γίνεται σοβαρή και με προτάσεις αντιπολίτευση, ενώ το 56% θεωρεί ότι γίνεται μόνο για εντυπώσεις ένδειξη ευρύτερης απογοήτευσης από τα κόμματα της αντιπολίτευσης.

Παρότι η ΝΔ διατηρεί την πρωτιά πανελλαδικά, η δημοσκοπήση δείχνει πτώση της εκλογικής της δύναμης σε 4 από τις 13 περιφέρειες, με τον χάρτη να «πρασινίζει» σε Κρήτη, Πελοπόννησο, Δυτική Ελλάδα και Ήπειρο – ένδειξη δυσaráσκειας της περιφέρειας, ιδιαίτερα αγροτικών περιοχών, προς την κυβέρνηση

# ΔΗΜΟΣΚΟΠΗΣΗ INTERVIEW

## Σταθερά πρώτη με 29,2% η ΝΔ

### «Καταλληλότερος για πρωθυπουργός» ο Μητσοτάκης

**Π**ρώτη με διαφορά άνω των 14 μονάδων από το ΠΑΣΟΚ (15%) παραμένει η Νέα Δημοκρατία (29,2%) στην εκτίμηση ψήφου στη δημοσκοπήση της Interview για το political.gr, ενώ ο Κυριάκος Μητσοτάκης είναι μακράν ο «καταλληλότερος για πρωθυπουργός».

Στη δημοσκοπήση που διενεργήθηκε, στο διάστημα από τις 6/11 έως τις 10/11, η ΝΔ διατηρεί τις δυνάμεις της αλλά και τη διαφορά της από το ΠΑΣΟΚ, σε σχέση με την προηγούμενη δημοσκοπήση της ίδιας εταιρείας, ενώ ο Κυριάκος Μητσοτάκης παραμένει με διαφορά καταλληλότερος για πρωθυπουργός.

Στην εκτίμηση εκλογικού αποτελέσματος, η ΝΔ εξασφαλίζει ποσοστό 29,2%, το ΠΑΣΟΚ 15%, η Ελληνική Λύση 8,1%, το ΚΚΕ 7,9%, η Φωνή Λογικής 6%, η Πλεύση Ελευθερίας 5,7%, το ΜέΡΑ25 5,3%, το Κίνημα Δημοκρατίας 5%, ο ΣΥΡΙΖΑ 3,7%, η Νίκη 1,6%, η Νέα Αριστερά 1,4% και άλλο το 11,1%.

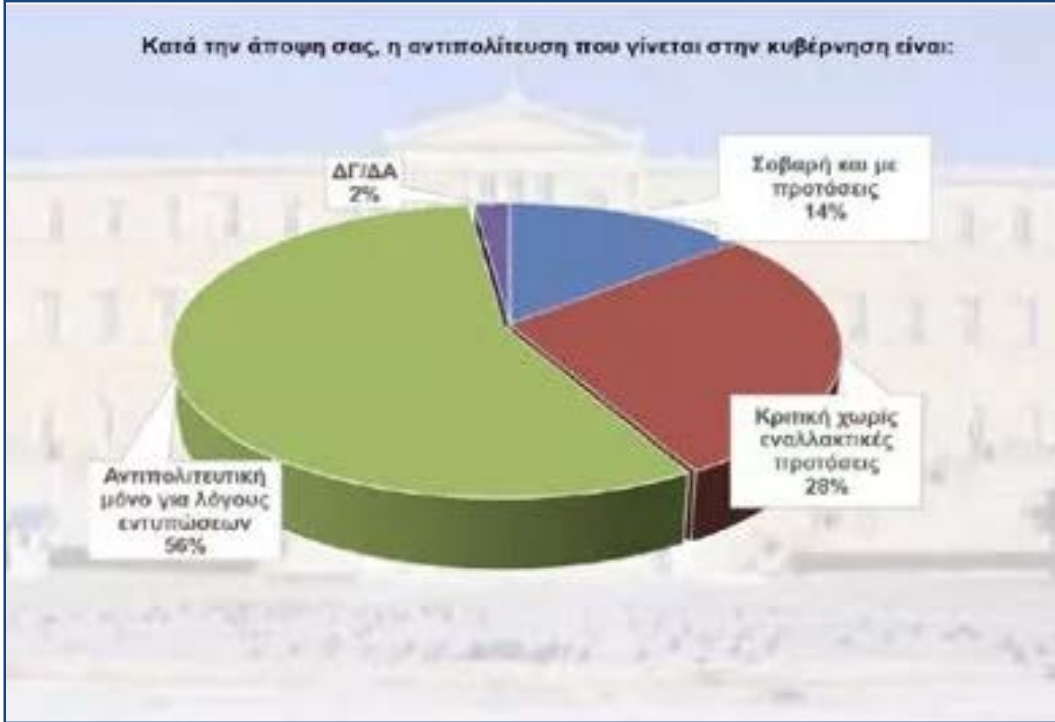
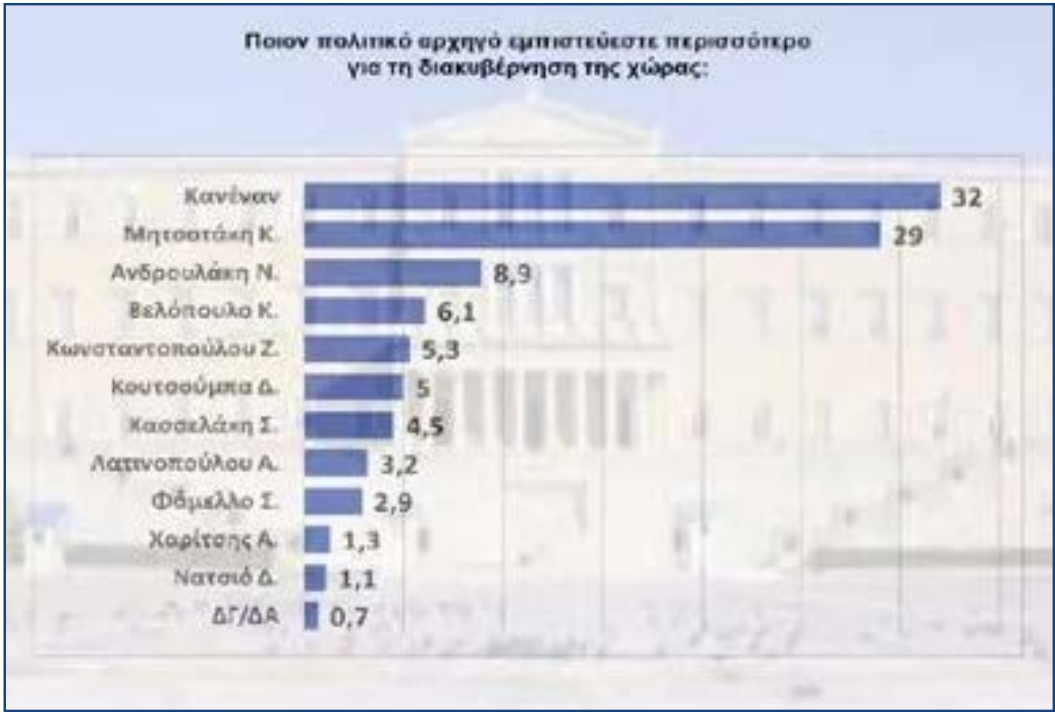


Στην πρόθεση ψήφου, το 24% απαντά ότι θα ψήφιζε τη ΝΔ, το 12% το ΠΑΣΟΚ, το 6,7% την Ελληνική Λύση, το 6,5% το ΚΚΕ, το 5,2% τη Φωνή Λογικής, το 4,6% την Πλεύση Ελευθερίας, το 4% το ΜέΡΑ25, το Κίνημα Δημοκρατίας το 4%, τον ΣΥΡΙΖΑ το 3%, τη Νίκη το 1,3%, τη Νέα Αριστερά το 1,1%, το 8% άλλο, ενώ σημαντικό και συγκεκριμένα 19,6% είναι το ποσοστό των πολιτών που δηλώνουν ότι δεν έχουν αποφασίσει.



Πείτε  
την  
άποψή  
σας

Στείλτε μας  
e-mail



Καταλληλότερος ο Μητσοτάκης

Σταθερή πρωτιά στην ερώτηση «ποιον πολιτικό εμπιστεύεστε πιο πολύ για τη διακυβέρνηση της χώρας;» διατηρεί ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης, με ποσοστό 29%. Στην πρώτη θέση παραμένει ο «Κανένας» με ποσοστό 32%, και ακολουθούν ο Νίκος Ανδρουλάκης με 8,9%, ο Κυριάκος Βελόπουλος με 6,1%, η Ζωή Κωνσταντοπούλου με 5,3%, ο Δημήτρης Κουτσούμπα με 5%, ο Στέφανος Κασσελάκης με 4,5%, η Αφροδίτη Λατινοπούλου με 3,2%, ο Σωκράτης Φάμελλος με 2,9%, ο Αλέξης Χαρίτοης με 1,3%, ο Δημήτρης Νατσιός με 1,1% και 0,7% απαντούν ΔΞ/ΔΑ.

Μόλις το 14% βλέπει σοβαρή αντιπολίτευση. Όπως δείχνει η επόμενη ερώτηση, ωστόσο, μόλις το 14% εκ των ερωτηθέντων θεωρεί ότι γίνεται σοβαρή αντιπολίτευση και με προτάσεις προς την κυβέρνηση. Αντιθέτως, το 56% θεωρεί ότι γίνεται αντιπολίτευση μόνο για λόγους εντυπώσεων, το 28% εκτιμά ότι γίνεται αντιπολίτευση χωρίς εναλλακτικές προτάσεις και το 2% απαντά ΔΞ/ΔΑ.

Η «Ιθάκη» και το rebranding

Η ίδια δημοσκόπηση αποκαλύπτει ότι μόλις δύο στους δέκα πολίτες θα αγόραζαν το βιβλίο «Ιθάκη» του Αλέξη Τσίπρα, με το οποίο ο πρώην πρωθυπουργός επιχειρεί να «ξανασυστηθεί» στους ψηφοφόρους. Ενώ το ποσοστό ανεβαίνει σε 3 στους 10, όταν ζητείται από τους ερωτώμενους να αξιολογήσουν την επιστροφή του κ. Αλέξη Τσίπρα στην ενεργό πολιτική σκηνή, μέσα από το λεγόμενο «rebranding» της δημόσιας εικόνας του.

«Καμπανάκι» για ΝΔ από την περιφέρεια

Τη δυσaréσκεια μέρους της ελληνικής περιφέρειας και κυρίως αγροτικών περιοχών προς την κυβέρνηση αποκαλύπτει η δημοσκόπηση, συνιστώντας ένα ηχηρό προειδοποιητικό καμπανάκι για τη ΝΔ που φαίνεται να χάνει 4 από τις 13 περιφέρειες. Στη διοικητική κατανομή της ψήφου καταγράφει μείωση της εκλογικής της δύναμης, με αποτέλεσμα ο χάρτης να βάφεται πράσινος στην Κρήτη (κυρίως λόγω ΟΠΕΚΕΠΕ), την Πελοπόννησο, τη Δυτική Ελλάδα και την Ήπειρο.



Κατανομή πρόθεσης ψήφου ανά διοικητική Περιφέρεια



«Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι οι βιολογικές και νευρολογικές ρίζες της πολιτικής συμπεριφοράς είναι βαθύτερες από ό,τι νομίζαμε», λένε οι ερευνητές

**Χ**άρη σε μια παραλλαγή της μαγνητικής τομογραφίας που παρακολουθεί τα μοτίβα εγκεφαλικής λειτουργίας, αμερικανοί ερευνητές υποστηρίζουν ότι μπόρεσαν να προβλέψουν τις πολιτικές πεποιθήσεις συντηρητικών και φιλελεύθερων εθελοντών. Η μελέτη, η μεγαλύτερη του είδους μέχρι σήμερα, δείχνει ότι η μέθοδος της τομογραφίας ίσως είναι εξίσου ακριβής στην πρόβλεψη της πολιτικής ιδεολογίας με τον ισχυρότερο προγνωστικό δείκτη που χρησιμοποιείται στις έρευνες πολιτικής επιστήμης, την πολιτική τοποθέτηση των γονέων κάθε ψηφοφόρου. «Μπορούμε άραγε να κατανοήσουμε την πολιτική συμπεριφορά εξετάζοντας μόνο τον εγκέφαλο;

Η απάντηση είναι ένα αρκετά πικρό ‘ναι’» δηλώνει ο Σκάιλερ Κράνμερ του Πολιτειακού Πανεπιστημίου του Οχάιο, μέλος της ομάδας που υπογράφει τη μελέτη στην επιθεώρηση PNAS Nexus. «Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι οι βιολογικές και νευρολογικές ρίζες της πολιτικής συμπεριφοράς είναι βαθύτερες από ό,τι νομίζαμε» λέει. Η μελέτη είναι η μεγαλύτερη μέχρι σήμερα που εξετάζει την πολιτική ιδεολογία μέσω του λειτουργικού μαγνητικού συντονισμού (fMRI), ένα είδος μαγνητικής τομογραφίας που χρησιμοποιείται ευρέως για τη μελέτη του εγκεφάλου. Είναι επίσης μια από τις πρώτες έρευνες που αναζητά υπογραφές της πολιτικής τοποθέτησης σε όλο τον εγκέφαλο, αντί σε συγκεκριμένες περιοχές. Οι ερευνητές ανέλυσαν δεδομένα για 174 υγιείς εθελοντές που κλήθηκαν να ολοκληρώσουν οκτώ τεστ την ώρα που υποβάλλονταν σε fMRI. Στο τεστ ενσυναίσθησης, οι εξεταζόμενοι κλήθηκαν να κοιτάζουν φωτογραφίες προσώπων με χαρούμενες, θλιμμένες, φοβισμένες ή ουδέτερες εκφράσεις. Ένα άλλο τεστ αφορούσε την επεισοδική μνήμη, ενώ σε ένα τρίτο οι εξεταζόμενοι κέρδιζαν ή έχαναν χρήματα ανάλογα με το πόσο γρήγορα πατούσαν ένα κουμπί. Σε ένα άλλο τεστ, οι εθελοντές κλήθηκαν να μην σκέφτονται τίποτε συγκεκριμένο. Τα αποτελέσματα εξετάστηκαν

# Τομογραφίες εγκεφάλου «προβλέπουν την πολιτική τοποθέτηση»

**Η μελέτη εξετάζει την πολιτική ιδεολογία μέσω του λειτουργικού μαγνητικού συντονισμού (fMRI), ένα είδος μαγνητικής τομογραφίας που χρησιμοποιείται ευρέως για τη μελέτη του εγκεφάλου**

σε υπερυπολογιστή με τη βοήθεια τεχνικών τεχνητής νοημοσύνης, οπότε διαπιστώθηκε στατιστική συσχέτιση ανάμεσα στα αποτελέσματα της τομογραφίας και την πολιτική ιδεολογία. «Κανένα από τα οκτώ τεστ δεν ήταν σχεδιασμένο να προκαλεί πολιτικές αντιδράσεις» επισημαίνει η Σέο Γιουνγκ Γιανγκ, μέλος της ομάδας στο Οχάιο. «Διαπιστώσαμε όμως ότι τα αποτελέσματα και των οκτώ τεστ σχετιζόταν με το εάν οι εθελοντές δήλωναν φιλελεύθεροι ή συντηρητικοί». Η πολιτική τοποθέτηση μπορούσε να προβλεφθεί ακόμα και στο τεστ όπου οι εθελοντές κλήθηκαν να μην σκέφτονται τίποτε συγκεκριμένο, κάτι που δείχνει ότι «ακόμα και χωρίς ερεθίσματα, η λειτουργική συνδεσιμότητα [του εγκεφάλου] μπορεί να μας βοηθήσει να προβλέψουμε τον πολιτικό προσα-

νατολισμό» λένε οι ερευνητές. Όμως, παρόλο που η μελέτη αναγνωρίζει σχέση ανάμεσα στην πολιτική ιδεολογία και τον εγκέφαλο, δεν εξηγεί πού μπορεί να οφείλεται αυτή η σχέση, διευκρινίζει ο Κράνμερ. «Αυτό που δεν γνωρίζουμε είναι το εάν η εγκεφαλική υπογραφή βρίσκεται εκεί λόγω της ιδεολογίας που επιλέγουν οι άνθρωποι ή αν η ιδεολογία προκαλείται από την υπογραφή που εντοπίσαμε» εξηγεί. «Θα μπορούσε να είναι ένας συνδυασμός αυτών των δύο, όμως η μελέτη μας δεν διαθέτει τα δεδομένα για να απαντήσει σε αυτό το ερώτημα». Η απάντηση ίσως έρθει με περαιτέρω έρευνες, εφόσον πρώτα επιβεβαιωθούν τα ευρήματα της μελέτης από άλλες ερευνητικές ομάδες.

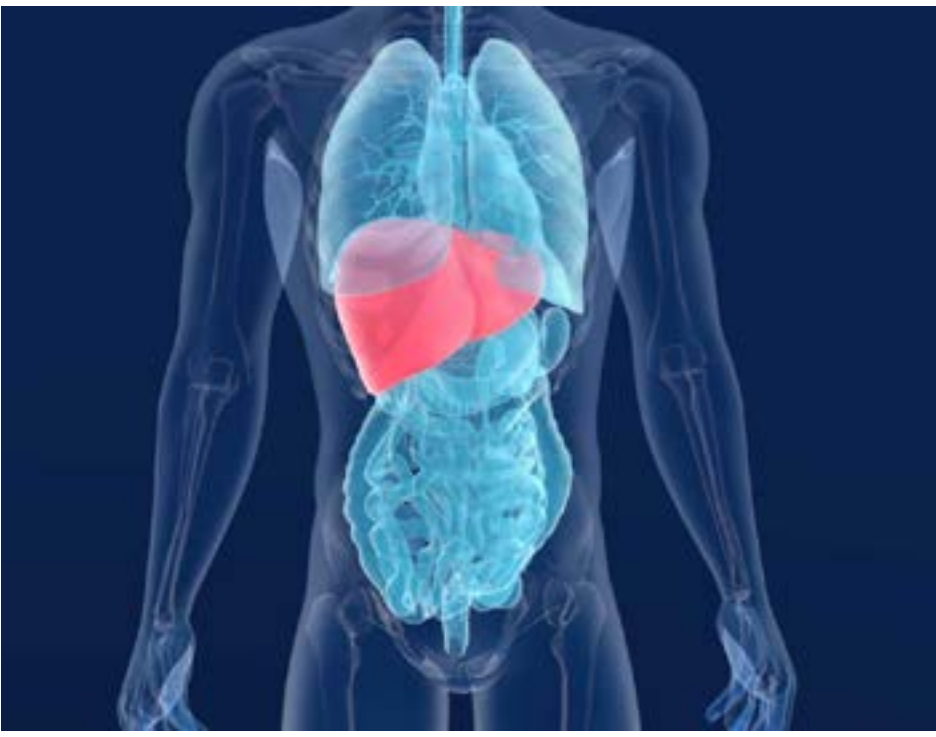
ΠΗΓΗ: in.gr

## Το ανθρώπινο ήπαρ έχει πάντα ηλικία έως τριών ετών

Ακόμη και στους ηλικιωμένους

Μια διεθνής διεπιστημονική ομάδα ανακάλυψε ότι ένα ζωτικό ανθρώπινο όργανο, το ήπαρ, παραμένει νεανικό καθ' όλη τη ζωή και κατά μέσο όρο έχει πάντα βιολογική ηλικία έως τριών ετών, είτε πρόκειται για νέο άνθρωπο είτε για ηλικιωμένο. Το ήπαρ καθαρίζει τις τοξίνες από το σώμα και επειδή συνεχώς αντιμετωπίζει τοξικές ουσίες, είναι πιθανό ότι συχνά υφίσταται βλάβες. Για να ξεπεράσει αυτό το πρόβλημα, το ήπαρ έχει τη μοναδική ικανότητα ανάμεσα στα όργανα να αναγεννά τον εαυτό του. Η φύση αυτής της ανανέωσης παρέμενε έως τώρα μια μάλλον μυστηριώδης διαδικασία στους ανθρώπους. Οι μελέτες σε ζώα παρείχαν αντικρουόμενα ευρήματα, καθώς μερικές συνέκλιναν στο ότι τα ηπατικά κύτταρα είναι μακρόβια, ενώ άλλες ότι συνεχώς πεθαίνουν και γεννιούνται νέα στη θέση τους. Οι ερευνητές (βιολόγοι, φυσικοί, μαθηματικοί, γιατροί), με επικεφαλής τον δρα Όλαφ Μπέργκμαν του Κέντρου Αναγεννητικών Θεραπειών του Τεχνικού Πανεπιστημίου της Δρέσδης, οι οποίοι έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό κυτταρικής βιολογίας “Cell Systems”, ανέλυσαν τα ήπατα πολλών ατόμων που είχαν πεθάνει σε ηλικία 20 έως 84 ετών. Διαπίστωσαν, προς έκπληξη τους, ότι

τα ηπατικά κύτταρα όλων των αποθανόντων είχαν λίγο-πολύ την ίδια ηλικία. “Είτε κάποιος είναι 20 είτε 84 ετών, το ήπαρ του έχει παραμείνει κατά μέσο όρο σε ηλικία κάτω των τριών ετών”, δήλωσε ο Μπέργκμαν. Επιβεβαιώνεται έτσι η συνεχής αντικατάσταση των ανθρώπινων ηπατικών κυττάρων και το γεγονός ότι αυτή η διαδικασία συνεχίζεται ως τα γεράματα. Από την άλλη, όμως, η μέση ηλικία των ηπατικών κυττάρων δεν ξεπερνά τα τρία έτη, αλλά υπάρχουν ορισμένα κύτταρα του ήπατος που δεν είναι τόσο νεαρά, καθώς μπορούν να ζήσουν έως δέκα χρόνια προτού ανανεωθούν. Αυτά τα πιο μακρόβια κύτταρα έχουν περισσότερο DNA από τα τυπικά ηπατικά κύτταρα. “Τα τυπικά κύτταρα του ήπατος ανανεώνονται με ρυθμό περίπου μία φορά τον χρόνο, ενώ τα πλουσιότερα σε DNA κύτταρα μπορούν να παραμείνουν στο ήπαρ έως μία δεκαετία. Το ποσοστό αυτό αυξάνεται με την ηλικία και μπορεί να αποτελεί έναν προστατευτικό μηχανισμό έναντι της συσσώρευσης επιβλαβών μεταλλάξεων. Πρέπει να εξακριβώσουμε αν υπάρχουν παρόμοιοι μηχανισμοί στη χρόνια ηπατική νόσο, που σε μερικές περιπτώσεις μπορεί να εξελιχθεί σε καρκίνο”, ανέφερε ο Μπέργκμαν.



Οι διατροφικές συνήθειες του ανθρώπου θα διασφαλίσουν και την ευστάθεια του αγροδιατροφικού συστήματος



# Αγροδιατροφή: Τι κοινό έχει η υγιεινή διατροφή με τα φυτικά καλλυντικά

**Η** ανθρώπινη διατροφή παγκοσμίως εξαρτάται από έναν μικρό αριθμό πρώτων υλών. Το διατροφικό αυτό μονοπώλιο συνδέεται με μείωση της βιοποικιλότητας των φυτών και των ζώων που χρησιμοποιούνται στον αγροτικό τομέα. Η διάσωση και η διατήρηση της γεωργικής βιοποικιλότητας φαίνεται να είναι το πρώτο και πιο σημαντικό βήμα διασφάλισης της μελλοντικής ευστάθειας του αγροδιατροφικού συστήματος.

Τα παραπάνω διαπιστώνει η τελευταία έκθεση τάσεων 2021-2022 του One Stop Liaison Office. Παράλληλα, οι εναλλακτικές πρώτες ύλες στη διατροφή αποτελούν μία από τις ανιχνευμένες τάσεις που εντόπισε η πλατφόρμα Horizon Scanning της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας.

Ειδικότερα, σύμφωνα με την έκθεση, η ενσωμάτωση λιγότερο γνωστών και ελάχιστα χρησιμοποιούμενων πρώτων υλών στις διατροφικές συνήθειες του ανθρώπου δεν αναμένεται μόνο να βελτιώσει την πρόσληψη θρεπτικών συστατικών, αλλά και να διασφαλίσει την ευστάθεια του αγροδιατροφικού συστήματος, μέσω του

εμπλουτισμού του, για παράδειγμα, με εναλλακτικές πηγές πρωτεΐνης. Η σταδιακή έγκριση ολοένα και περισσότερων εναλλακτικών πρώτων υλών από τους κατά περίπτωση αρμόδιους οργανισμούς ασφάλειας τροφίμων, μάλιστα, φαίνεται να ενθαρρύνεται και από την τρέχουσα επισιτιστική ανασφάλεια που εντάθηκε εν μέσω της πανδημίας και του πολέμου.

Άλλες τάσεις που εντοπίστηκαν στην πλατφόρμα Horizon Scanning αναφέρονται στη φιλοπεριβαλλοντική διατροφή, στην ηθική κατανάλωση υγιεινών τροφών, στη χρήση των νέων τεχνολογιών στην αλυσίδα παραγωγής στη γεωργία και κτηνοτροφία, αλλά και στην εξατομικευμένη διατροφή.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προξενεί το γεγονός πως αντίστοιχες είναι και οι τάσεις που διαγνώστηκαν για τον κλάδο των «καλλυντικών με χρήση τοπικών προϊόντων» στο Εργαστήριο Επιχειρηματικής Ανακάλυψης, που διενεργήθηκε τον Φεβρουάριο του 2022 από την Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας όπου διαπιστώθηκε η στροφή των καταναλωτικών τάσεων σε φυτικά και φυσικά προϊόντα, υψηλή προτίμηση σε ποιο-

τικά καλλυντικά προϊόντα που κρύβουν «story», ηθική παρασκευή και πιστοποίηση πρώτων υλών, αυξημένη ευαισθητοποίηση σε περιβαλλοντικά θέματα και δη προστασίας των υδάτινων πόρων, πιστοποίηση «clean label» κλπ.

Άλλη παρόμοια τάση με την αγροδιατροφή είναι η εξατομικευμένη παρασκευή προϊόντων κοσμετολογίας, αφού το οικοσύστημα παρατηρεί προτίμηση σε «indie brands» καλλυντικά και ιδιαίτερα εάν αυτά παρασκευάζονται από ελληνικά βότανα. Η κατανόηση της καταναλωτικής συμπεριφοράς στους δύο άρρηκτα συνδεδεμένους κλάδους, καθορίζει την κάλυψη των αναγκών για τρόφιμα και καλλυντικά προϊόντα που προάγουν την ευζωία και είναι συμβατά με τις ηθικές αξίες, που εσωκλείουν την προστασία του περιβάλλοντος και ενσωματώνουν την καινοτομία στο τελικό τους προϊόν. Η ανάπτυξη της δυναμικής των κλάδων θα προέλθει από τις συνεργασίες, τη χρήση των νέων τεχνολογιών και την προσεκτική αξιοποίηση της ανεκμετάλλευτης μέχρι σήμερα βιοποικιλότητας, όπου και πρέπει να στραφούν οι δράσεις ενίσχυσης του πρωτογενή τομέα και της επιχειρηματικότητας.

ΟΜΟΡΦΙΑ ΜΕ ΣΕΒΑΣΜΟ  
ΣΕ ΔΕΡΜΑ, ΖΩΑ ΚΑΙ ΠΛΑΝΗΤΗ

## 10 Λόγοι να Επιλέξεις Vegan Καλλυντικά

Αναρωτιέσαι γιατί να επιλέξεις vegan καλλυντικά; Δεν είναι απλώς μια τάση. Είναι συνειδητή επιλογή που κάνει καλό στο δέρμα σου, στο περιβάλλον και φυσικά, στα ζώα.

Εμείς στη Happy Organic πιστεύουμε βαθιά στη βιώσιμη, καθαρή ομορφιά, που σέβεται κάθε ζωή.

Και γι' αυτό σε εμάς θα βρεις μόνο 100% vegan, cruelty-free προϊόντα, από τα καλύτερα clean beauty brands.

Δες παρακάτω 10 λόγους για τους οποίους το να στραφείς σε vegan καλλυντικά είναι από τις πιο έξυπνες και ηθικές επιλογές που μπορείς να κάνεις:

1. Σέβεσαι απόλυτα τα ζώα

Vegan καλλυντικά = 0 ζωικά συστατικά, 0 δοκιμές σε ζώα.

Όχι απλώς cruelty-free, αλλά και χωρίς συστατικά όπως κερί μέλισσας, μέλι, λανολίνη, κολλαγόνο ζωικής προέλευσης.

2. Καθαρότερες, πιο διαφανείς συνθέσεις

Τα περισσότερα vegan brands επενδύουν στη διαφάνεια και αποφεύγουν τα «ύποπτα» ή βλαβερά συστατικά.

Στο happyorganic.gr δεν θα βρεις ποτέ καλλυντικά γεμάτα fillers ή τοξικά συντηρητικά.

3. Ιδανικά για ευαίσθητο δέρμα

Χωρίς βαριά ζωικά παράγωγα ή επιβαρυντικά συστατικά, τα vegan skincare προϊόντα είναι συχνά καλύτερα αν έχεις ευαίσθησις ή αντιδραστικό δέρμα.

4. Φιλικότερα προς το περιβάλλον

Η παραγωγή vegan καλλυντικών έχει συνήθως μικρότερο περιβαλλοντικό αποτύπωμα, με λιγότερη χρήση νερού και λιγότερη ρύπανση.

5. Υπέροχα φυτικά ενεργά συστατικά

Βιταμίνες, φυτικά έλαια, εκχυλίσματα βοτάνων — οι vegan συνθέσεις είναι πλούσιες σε δραστικά συστατικά από τη φύση, με εξαιρετικά αποτελέσματα.

6. Δεν ακολουθούν «άδεια» trends

Τα Vegan brands έχουν πάντα συνειδητή ηθική. Δεν θα δεις προϊόντα «μόνο για τη μόδα», αλλά προσεγμένα, ουσιαστικά καλλυντικά.

7. Υποστηρίζεις ethical brands

Επιλέγοντας vegan προϊόντα στηρίζεις εταιρείες με αξίες — σαν τα brands που φέρνουμε στο happyorganic.gr:

Όλα μας τα brands είναι 100% vegan & cruelty-free.

8. Δεν «βαραίνουν» το δέρμα

Χωρίς ζωικά λίπη ή παράγωγα, οι vegan συνθέσεις είναι ανάλαφρες και ευχάριστες στο δέρμα — ιδανικές και για ζεστά κλίματα όπως στην Ελλάδα.

9. Κατάλληλα για όλους

Όλοι οι τύποι δέρματος μπορούν να επωφεληθούν από ένα καλό vegan skincare προϊόν — από λιπαρές επιδερμίδες έως ξηρές ή ευαίσθητες.

10. Γιατί καθαρή ομορφιά σημαίνει ουσία, όχι μόδα.

Στο happyorganic.gr πιστεύουμε ότι η καθαρή ομορφιά δεν είναι απλά μια τάση, αλλά στάση ζωής.

Αν ψάχνεις ουσία, χωρίς να πηγαίνεις με το «κύμα» του κάθε νέου trend, σε εμάς θα βρεις μόνο προϊόντα που επιλέγουμε γιατί έχουν πραγματική αξία — και φυσικά, αποτέλεσμα!

Από τα γραφικά χωριά μέχρι τα παραδοσιακά ταβερνάκια, το βουνό των Κενταύρων προσφέρει μοναδικές γαστρονομικές εμπειρίες που συνδυάζουν φυσική ομορφιά, χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα και αυθεντικές τοπικές γεύσεις

# ΠΗΛΙΟ

## Χειμερινός παράδεισος για γευσιγνωσίες και παραδοσιακές γεύσεις

**Το Πήλιο μεταμορφώνεται το χειμώνα σε μαγευτικό προορισμό, με χιόνι στις πλαγιές, πυκνά δάση και γραφικά χωριά που προσφέρουν ζεστή και κουκουλιάρικη ατμόσφαιρα**

**Τ**ο Πήλιο, το μαγευτικό βουνό των Κενταύρων, κάθε χειμώνα μεταμορφώνεται σε έναν προορισμό που συνδυάζει τη φυσική ομορφιά με την αυθεντική γαστρονομία και την παραδοσιακή αρχιτεκτονική, προσφέροντας στους επισκέπτες μια εμπειρία που αγγίζει όλες τις αισθήσεις. Καθώς το χιόνι σκεπάζει τις πλαγιές και τα πυκνά δάση, τα χωριά του βουνού ντύνονται με χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα, όπου ο καπνός από τα τζάκια αναδύει μυρωδιές σπιτικών γλυκών και ζεστών φαγητών, καλωσορίζοντας τον ταξιδιώτη σε έναν κόσμο που μοιάζει να έχει σταματήσει στο χρόνο. Οι στενοί λιθόστρωτοι δρόμοι της Πορταριάς, της Μακρυνίτσας και της Τσαγκαράδας ξετυλίγουν μπροστά σου αρχοντικά που μαρτυρούν την πλούσια ιστορία της περιοχής, μικρά καφενεία και ταβερνάκια όπου οι ντόπιοι συνεχίζουν με μεράκι τις παραδοσιακές συνταγές που περνούν από γενιά σε γενιά. Κάθε πιάτο εδώ είναι μια ιστορία: από τα ζουμερά γιουβετσάκια και τις χειροποίητες πίτες μέχρι τα μαγειρευτά με ντόπια κρέατα, βιολογικά λαχανικά και φρέσκα βότανα, ενώ η συνοδεία με πηλιορείτικο τσίπουρο ή τοπικό κρασί απογειώνει την εμπειρία, κάνοντας το φαγητό στο Πήλιο κάτι παραπάνω από γεύμα – μια ολοκληρωμένη γευστική περιπέτεια. Το χειμερινό τοπίο του βουνού προσφέρει επίσης ατελείωτες δυνατότητες για δραστηριότητες που συμπληρώνουν την γαστρονομική εμπειρία, όπως πεζοπορία μέσα στα χιονισμένα μονοπάτια, βόλτες σε κρυφές πλατείες και επισκέψεις σε μικρά εργαστήρια τοπικών προϊόντων όπου οι ταξιδιώτες μπορούν να παρακολουθήσουν τη διαδικασία παραγωγής τυριών, μαρμελάδων

και παραδοσιακών γλυκών. Στα χωριά, η χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα εντείνεται από τα αναμμένα τζάκια και τα ζεστά καφενεία, όπου οι επισκέπτες μπορούν να απολαύσουν σπιτικά γλυκά όπως καρυδόπιτα και μελομακάρονα ή να δοκιμάσουν ντόπια τυριά και αλλαντικά συνοδεία κρασιού, ενώ οι φιλόξενοι ιδιοκτήτες δεν σταματούν να μοιράζονται ιστορίες για την παράδοση, τα τοπικά προϊόντα και τις συνταγές που έχουν κληρονομηθεί από τους προγόνους τους. Το Πήλιο δεν είναι μόνο προορισμός για γεύσεις· είναι ένας χειμερινός παράδεισος όπου ο επισκέπτης μπορεί να συνδυάσει την πεζοπορία στα χιονισμένα δάση με στάσεις για γευσιγνωσία, να περπατήσει στα στενά δρομάκια και να σταθεί στα μικρά ξύλινα τραπέζια των ταβερνών, να παρατηρήσει την αρχιτεκτονική των πηλιορείτικων σπιτιών και να ζήσει την αυθεντική χειμερινή ατμόσφαιρα που μόνο το βουνό των Κενταύρων μπορεί να προσφέρει. Από τα παραδοσιακά ταβερνάκια που σερβίρουν ντόπια μαγειρευτά και φρέσκα σαλάτα μέχρι τα μικρά ζαχαροπλαστεία που φιλοξενούν γλυκά με καρύδια, μέλι και μπαχαρικά, η γαστρονομική εμπειρία στο Πήλιο είναι συνδεδεμένη με την τοπική κουλτούρα και την αυθεντικότητα της περιοχής, ενώ οι χειμερινές εκδηλώσεις, όπως μικρές γιορτές στα χωριά ή ζωντανή μουσική σε ταβέρνες, ενισχύουν το αίσθημα ζεστασιάς και φιλοξενίας. Η εμπειρία συμπληρώνεται από τα τοπικά προϊόντα που μπορούν να αγοραστούν από μικρά εργαστήρια και παντοπωλεία των χωριών, όπως χειροποίητα τυριά, μαρμελάδες, μέλι, λικέρ και βότανα, επιτρέποντας στον επισκέπτη να πάρει μαζί του ένα κομμάτι της πηλιορείτικης κουλτούρας και γεύσης. Κάθε επίσκεψη στο Πήλιο τον χειμώνα γίνεται έτσι ένα ολοκληρωμένο ταξίδι, όπου η φύση, η παράδοση, η γαστρονομία και η χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα



συνδυάζονται αρμονικά, προσφέροντας μια εμπειρία που ικανοποιεί τον ουρανίσκο, τον νου και την ψυχή, και καθιστώντας το βουνό των Κενταύρων κορυφαίο προορισμό για όσους αναζητούν χειμερινές αποδράσεις με γεύση, ζεστασιά και αυθεντικότητα. Να σημειωθεί ότι για μια ολόκληρη εβδομάδα, από την περασμένη Δευτέρα, πρωί και απόγευμα, πραγματοποιούνταν αιμοδοσία, ενημερωτικές δράσεις για τη δωρεά οργάνων και μυελού των οστών, επιδείξεις-εκπαίδευση στην παροχή Πρώτων Βοηθειών, ειδικός χώρος ενημέρωσης από το «Χαμόγελο του Παιδιού», υπήρχαν σημεία συλλογής τροφίμων, παιχνιδιών και ειδών πρώτης ανάγκης, ενώ νότες «γιορτής» στην εκδήλωση έδωσαν τόσο η συναυλία που διοργανώθηκε το βράδυ της Πέμπτης, όσο και τα «μαγειρέματα» από σπουδαστές ΙΕΚ. Συμμετείχαν οι φορείς: Ελληνική Ομοσπονδία για τον Διαβήτη, Σύλλογος Καρκινοπαθών, Ελληνική Εταιρία Νόσου Αλτσχάϊμερ και Συναφών Διαταραχών, Σύλλογος Θαλασσαιμίας και Δρεπανοκυτταρικής Αναιμίας, Σύλλογος Νεφροπαθών, Σύλλογος Γονέων Κηδεμόνων και Φίλων με Αυτισμό, Πανθεσσαλική Ένωση Ατόμων με Σκλήρυνση κατά Πλάκας, Κέντρο Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Θεσσαλίας «Ο Αριστεύς», OKANA, Make-A-Wish Ελλάδας, ΦΣΛ, κ.α. Συνδιοργανωτές ήταν ο Φαρμακευτικός Σύλλογος Λάρισας, τον Πανελλήνιο Φαρμακευτικό Σύλλογο και την Περιφέρεια Θεσσαλίας, υπό την αιγίδα της Μητρόπολης Λαρίσης και Τυρνάβου και την υποστήριξη του Δήμου Λαρισαίων.

Οι επισκέπτες μπορούν να συνδυάσουν πεζοπορία, εξερεύνηση χωριών, επισκέψεις σε εργαστήρια τοπικών προϊόντων και μικρές χειμερινές εκδηλώσεις, δημιουργώντας μια ολοκληρωμένη ταξιδιωτική εμπειρία που ενώνει φύση, πολιτισμό και γεύση





**Από σκι και snowboard μέχρι πεζοπορία, ιππασία και εξερεύνηση ιστορικών μνημείων στην ευρύτερη περιοχή**

# 7 χειμερινοί προορισμοί στη Θεσσαλία

Χειμερινές αποδράσεις στα γραφικά, χιονισμένα χωριά και στις γεμάτες ζωντάνια πόλεις της Θεσσαλίας

Ο χειμώνας ανεβάζει τη κουκουλιάρικη διάθεση μας στα ύψη και μας δίνει αφορμή να ταξιδέψουμε σε γραφικά χωριά απολαμβάνοντας τις χιονισμένες βουνοκορφές, τις βόλτες στα σοκάκια πλάι σε αρχοντικά και σε ζεστά καφέ, τις κατεβασίες στα χιονοδρομικά κέντρα με φόντο τα χιονισμένα ελατοδάση. Για όσους πάλι δεν αναζητούν την ηρεμία των ορεινών αποδράσεων πάντα υπάρχει η εναλλακτική για εξορμήσεις στις γεμάτες ζωντάνια πόλεις.

Επιπλέον, οι γιορτές των Χριστουγέννων και οι Απόκριες αποτελούν πάντα μια εξαιρετική αφορμή για εκδρομή. 6 χειμερινοί προορισμοί στη Θεσσαλία υπόσχονται να ικανοποιήσουν κάθε διάθεση και γούστο.

**Περτούλι, ένας αγαπημένος χειμερινός προορισμός στη Θεσσαλία**

Ένας από τους χειμερινούς προορισμούς στη Θεσσαλία, που δεν θα μπορούσαν να λείπουν από τη λίστα μας είναι το όμορφο Περτούλι. Κρυμμένο ανάμεσα στις ελατοσκέπαστες πλαγιές του Κόζιακα, σε υψόμετρο 1150 μ. συγκεντρώνει πλήθος επισκεπτών, ιδιαίτερα τώρα το χειμώνα χάρη, κυρίως, στο δημοφιλές χιονοδρομικό του κέντρο.

Εδώ οι ρυθμοί κυλούν ήρεμα και το μαγευτικό ορεινό τοπίο βάζει τα δυνατά του να μας χαρίσει υπέροχες εικόνες. Ιδιαίτερα τον χειμώνα, όταν η περιοχή ντύνεται στα λευκά, το σκηνικό μοιάζει σχεδόν παραμυθένιο. Σε μικρή απόσταση από το Περτούλι, στα Περτουλιώτικα Λιβάδια, βρίσκεται το χιονοδρομικό κέντρο, που συγκεντρώνει πλήθος επισκεπτών για να διασκεδάσουν κάνοντας σκι και snowboard ή απλά για να απολαύσουν ένα ζεστό ρόφημα σε κάποιο από τα σαλέ του. Με ομαλές κλίσεις, που κάνουν το χιονοδρομικό κατάλληλο για όλους, ακόμα και για εμάς που δεν είμαστε τόσο εξοικειωμένοι με το σπορ, με βραδιές νυχτερινού σκι, που διοργανώνονται κατά διαστήματα και με εναλλακτικές δραστηριότητες που προσφέρουν τα δύο κέντρα δραστηριοτήτων της περιοχής, όπως ιππασία, τοξοβολία, βόλτα με ATVS και με πολλές επιλογές για υπέροχο φαγητό, το Περτούλι αποτελεί μια εξαιρετική επιλογή για χειμερινή εξόρμηση.

Για εκείνους που αγαπούν την πεζοπορία, από το χιονοδρομικό κέντρο τα σηματοδοτημένα μονοπάτια οδηγούν στο καταφύγιο του Κόζιακα με την εντυπωσιακή θέα ενώ από εδώ διέρχεται



και το Ευρωπαϊκό μονοπάτι E4. Πληροφορίες για τις διαδρομές προς το καταφύγιο καθώς και περισσότερες πληροφορίες για τη διαμονή στο καταφύγιο και τις δραστηριότητες σε αυτό θα Μια εκδρομή στο Περτούλι αποτελεί μια πρώτης τάξεως ευκαιρία να εξερευνήσετε την ευρύτερη περιοχή και να ανακαλύψετε σημεία μοναδικής φυσικής ομορφιάς και μνημεία με πλούσια ιστορία. Οδηγήστε λίγα χιλιόμετρα μέχρι ο δρόμος να σας βγάλει στο γειτονικό Νεραϊδοχώρι ή πάρτε την αντίθετη κατεύθυνση προς την Ελάτη, έναν ακόμα δημοφιλή χειμερινό προορισμό στη Θεσσαλία.

Κάντε μια βόλτα προς την Πύλη για να επισκεφτείτε τον ναό της Πόρτα-Παναγιάς του 13ου αιώνα αλλά και το τοξωτό πέτρινο γεφύρι του Αγίου Βησσαρίωνα, που από τις αρχές του 16ου αιώνα μέχρι και τη δεκαετία του '30, αποτελούσε το πέρασμα από τη Θεσσαλία προς την Ήπειρο. Επισκεφτείτε τη μονή Δουσίκου ή αλλιώς μονή Αγίου Βησσαρίωνα και βάλτε οπωσδήποτε στο πρόγραμμά σας μια βόλτα στους καταρράκτες της Παλαιοκαρυάς.

**Πορταριά, ζεστή ατμόσφαιρα στο βουνό των Κενταύρων**

Το Πήλιο ανήκει σε εκείνους τους προορισμούς, στους οποίους η κάθε εποχή απλώνει πάνω τους τη δική της γοητεία κάνοντας το βουνό των Κενταύρων αγαπημένο προορισμό, καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου. Τώρα τον χειμώνα, το πηλιορείτικο σκηνικό ανεβάζει τη κουκουλιάρικη διάθεση μας στα ύψη και μας υποδέχεται πλάι σε αναμμένα τζάκια, που αναδύουν από τις καμινάδες τις ξεχωριστές χειμωνιάτικες μυρωδιές και σε γραφικά ταβερνάκια, που ασταμάτητα σερβίρουν τις πεντανόστιμες ντόπιες συνταγές.

Η αρχοντική Πορταριά, μόλις 12 χιλιόμετρα από την πόλη του Βόλου περιμένει τους ταξιδιώτες, που κάθε χειμώνα βολτάρουν στα λιθόστρωτα καλντερίμια της ανάμεσα στα πηλιορείτικα αρχοντικά, τα ζεστά καφέ και τις φιλόξενες ταβερνούλες της. Επισκεφτείτε το Ιστορικό και Λαογραφικό Μουσείο Πορταριάς στεγασμένο στο αρχοντικό Ζούλια και προμηθευτείτε τα εξαιρετικής ποιότητας τοπικά προϊόντα, που θα βρείτε στον Γυναικείο Αγροτουριστικό Συνεταιρισμό Πορταριάς αλλά και στα μαγαζάκια του χωριού.

## Βόλος, ένας αγαπημένος προορισμός για κάθε εποχή

Αρχαιολογικοί χώροι σε απόσταση αναπνοής από την πόλη, μνημεία και κτήρια-τοπίσσημα, μουσεία, που αναδεικνύουν την τόσο πλούσια ιστορία της πόλης και της ευρύτερης περιοχής, γραφικές συνοικίες, ανέμελες βόλτες στην παραλιακή οδό Αργοναυτών και στους πεζόδρομους, τσιπουράκι και μεζέδες και το βράδυ διασκέδαση στα αγαπημένα στέκια της πόλης, ο Βόλος συγκεντρώνει όλα όσα θέλει ένας ταξιδιώτης για να περάσει όμορφες στιγμές.

Κάντε τη βόλτα σας στη γραφική συνοικία των Παλαιών, εδώ που σκηνές της ιστορίας της πόλης ξεπηδούν από κάθε γωνιά. Τμήματα του Ιουστινιανείου τείχους του 6ου αιώνα, η καπναποθήκη Παπάντου, χτισμένη το 1920 (σήμερα στεγάζει το Μουσείο Πόλης), οι παλαιοί αλευρόμυλοι Λούλη, κτήριο

του 1918, συνυπάρχουν με τα τσιπουράδικα, τα ρεμπετάδικα και τα μπαράκια δημιουργώντας μια άκρως γοητευτική ατμόσφαιρα στον επισκέπτη. Η καρδιά της πόλης χτυπάει, φυσικά και στους πεζόδρομους και εδώ θα βρείτε πολλές επιλογές για καφέ και φαγητό, με την περιοχή γύρω από το ναό του Αγίου Νικολάου, με τις πιάτσες της Κονταράτου και της Κουμουνδούρου αλλά και την οδό Ερμού να δίνουν τον ρυθμό. Το βράδυ η διάθεση ανεβαίνει στα ατμοσφαιρικά μπαράκια με την ενημερωμένη κάβα, τα κλασσικά ποτά και τα cocktails. All day restaurant bars, μουσικές σκηνές και κλαμπάκια συμπληρώνουν τις άφθονες επιλογές. Φυσικά, Βόλος και τσίπουρο αποτελούν μια πολύ δυνατή ομάδα, αφού εδώ θα νιώσετε την αυθεντική μυσταγωγία του τσίπουρου.



Η Θεσσαλία, με τα χιονισμένα χωριά του Περτουλιού και της Ελάτης, τα λιθόστρωτα καλντερίμια της Πορταριάς, τα ζωντανά Τρίκαλα με τον Μύλο των Ξωτικών, τη λίμνη Πλαστήρα με τα γραφικά χωριά και τα μουσεία της, τον Τύρναβο με τα αποκριάτικα έθιμα και την αμπελουργική παράδοση, και τη Ραψάνη με τα Π.Ο.Π κρασιά

# Τρίκαλα, ο πιο δημοφιλής χριστουγεννιάτικος προορισμός



Με τον ποταμό Ληθαίο να διαρρέει την πόλη, δίνοντας της ένα ξεχωριστό χρώμα, με πλούσια ιστορία αποτυπωμένη σε κάθε γωνιά της πόλης, με τους πεζόδρομους γεμάτους κόσμο που βολτάρει, με πολλές επιλογές για εξαιρετικό φαγητό και για διασκέδαση και σε απόσταση αναπνοής από πανέμορφα μέρη, τα φιλόξενα Τρίκαλα αναδεικνύονται κάθε χρόνο σε αγαπημένο χειμερινό προορισμό στη Θεσσαλία.

Επισκεφτείτε το βυζαντινό κάστρο, χτισμένο τον 6ο αιώνα στη θέση της ακρόπολης της αρχαίας Τρίκκης, στον περίβολο του οποίου βρίσκεται και ο πύργος του ρολογιού. Κατηφορίστε προς τη γραφική συνοικία Βαρούσι με τα παλιά αρχοντικά, καθίστε για φαγητό στα παλιά Μανάβικα, εδώ που χτυπάει η καρδιά της τοπικής γαστρονομίας. Επισκεφτείτε τον ορατό από την οδό Σαράφη αρχαιολογικό χώρο της αρχαίας Τρίκκης, περάστε μια βόλτα από τα Οθωμανικά μνημεία, περιηγηθείτε στο Μουσείο Τσιτσάνη. Τα Τρίκαλα αποτελούν ιδανικό χριστουγεννιάτικο προορισμό με χιλιάδες κόσμο να τα επιλέγει για τις γιορτές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς. Πόλος έλξης είναι φυσικά, ο Μύλος των Ξωτικών, το μεγαλύτερο και πιο εντυπωσιακό θεματικό χριστουγεννιάτικο πάρκο της χώρας μας, όπου κάθε χρόνο εδώ το σκηνικό στήνεται γύρω από μια διαφορετική ιστορία, πάντα πρωτότυπη και εμπνευσμένη, που ξετυλίγεται στον ατμοσφαιρικό χώρο του Μύλου Ματσόπουλου, ένα από τα σημαντικότερα σωζόμενα βιομηχανικά κτήρια του τέλους του 19ου αιώνα. Μουσικές εκδηλώσεις,

θεατρικά δρώμενα, συναυλίες, παιδικές παραστάσεις, χορευτικά, εκπαιδευτικές καλλιτεχνικές δράσεις και ατέλειωτη διασκέδαση στο Fun Park του Μύλου υπόσχονται ατέλειωτες ώρες διασκέδασης για μικρούς και μεγάλους. Παράλληλα, ένα πλούσιο πρόγραμμα εκδηλώσεων στο κέντρο της πόλης, καθ' όλη τη διάρκεια των εορτών, κάνουν τα Τρίκαλα έναν ιδανικό χειμερινό προορισμό για οικογενειακές διακοπές και όχι μόνο.

## Λίμνη Πλαστήρα, ένας προορισμός και για τον χειμώνα

Μικρά γραφικά χωριουδάκια, όπου λες και ο χρόνος έχει σταματήσει, ενδιφέροντα μουσεία, μοναστήρια ή μικρά ξεχωριστά, παραδοσιακοί νερόμυλοι, εναλλακτικές δραστηριότητες για μικρούς και μεγάλους, ταβέρνες με εξαιρετικές τοπικές συνταγές και ένα απίστευτης ομορφιάς φυσικό τοπίο είναι τα συστατικά που κάνουν τη λίμνη Πλαστήρα κορυφαία επιλογή και για τις χειμερινές μας αποδράσεις. Πεζοπορήστε στις διαμορφωμένες διαδρομές του Εκπαιδευτικού Δάσους Μπελοκομίτη, επισκεφτείτε το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης και Έρευνας αλλά και τον Βοτανικό Κήπο στο Νεοχώρι, οδηγήστε μέχρι το φράγμα και στη συνέχεια κατευθυνθείτε μέχρι το Παρατηρητήριο για να απολαύσετε την καθηνωτική θέα. Περιηγηθείτε στο Κέντρο Ιστορικών Μελετών «Νικόλαος Πλαστήρας» στο Μορφοβούνι, τη γενέτειρα του Νικολάου Πλαστήρα, όπου θα γνωρίσετε πτυχές της ζωής και του έργου

του. Στην Καστανιά θα επισκεφτείτε το ιδιαίτερο Μουσείο Υποδηματοποιίας. Στο χωριό Μεσενικόλας σας περιμένει ένα ταξίδι οινογενούς, με αφετηρία το Μουσείο Οίνου και Αμπέλου, όπου τα εκθέματα μας ξεναγούν στη μακραίωνη αμπελουργική και οινική παράδοση του χωριού, στο οποίο παράγεται το ΠΟΠ κόκκινο ξηρό κρασί Μαύρο Μεσενικόλα. Στις παρυφές των Αγράφων, 4 χιλιόμετρα από το χωριό Μοσχάτο, βρίσκεται η Ιερά Μονή Κορώνης, χτισμένη τον 16ο αιώνα ενώ βορειοδυτικά του χωριού Καρίτσα, σκαρφαλωμένη σε υψόμετρο 1400 μ., βρίσκεται η λαξευμένη στους αγραφιότικους βράχους Ιερά Μονή της Παναγίας Πελεκπητής. Λίγο πιο μακριά από το χωριό Καταφύγι θα συναντήσετε την Ιερά Μονή Πέτρας Καταφυγίου, ένα από τα σημαντικότερα θρησκευτικά μνημεία της περιοχής, χτισμένη πιθανότατα στα μέσα του 16ου αιώνα στην οποία θα θαυμάσετε ένα από τα παλαιότερα σωζόμενα τέμπλα σε ολόκληρη τη Θεσσαλία (αρχές 17ου αιώνα). Αν έρθετε στη λίμνη Πλαστήρα την περίοδο των εορτών, περάστε από το Νεοχώρι, όπου κάθε χρόνο, την παραμονή των Φώτων αναβιώνουν τα Ρογκατσάρια, έθιμο με ρίζες στην αρχαιότητα. Οι Ρογκατσάραιοι φορώντας προβιές και κουδούνες, γυρνάνε στο χωριό σε μπουλούκια, περνώντας από σπίτι σε σπίτι, συνοδευόμενοι από παραδοσιακή ορχήστρα και χορεύοντας τον Ρογκατσιάρικο. Την επόμενη μέρα, ανήμερα των Θεοφανίων, πραγματοποιείται στο χωριό γλέντι με άφθονο φαγητό και κρασί.

## Τύρναβος, χειμερινή εξόρμηση

Χειμώνας, φυσικά, σημαίνει και Απόκριες και αναβίωση εθίμων, που οι ρίζες τους φτάνουν μέχρι την αρχαιότητα και τις διονυσιακές τελετές. Απόκριες στη Θεσσαλία σημαίνει γλέντι και χορός, είναι τα γαϊτανάκια που στήνονται και τα έθιμα, που αναβιώνουν με μεράκι και όρεξη, σχεδόν σε κάθε μεγάλο ή μικρό χωριό.

Στις Απόκριες ο Τύρναβος πρωταγωνιστεί, συγκεντρώνοντας πλήθος επισκεπτών από όλη την Ελλάδα με τις εκδηλώσεις να ξεκινούν με την έναρξη του Τριωδίου. Μπουλούκια μεταμφιεσμένων, παραδοσιακό γλέντι, ο όρκος του Τυρναβίτικου καρναβαλιού, που δίνεται κάθε χρόνο από τον Αρχικαρναβαλιστή, οι μπαρμπαριές, σατιρικά δρώμενα με αποκορύφωμα τη μεγάλη παρέλαση το βράδυ της Κυριακής των Αποκριών, που καταλήγει στο κάψιμο του καρναβαλιού. Την Καθαρά Δευτέρα διαδραματίζεται το Μπουρανί, δρώμενο συνδεδεμένο με τις φαλλικές τελετουργίες που τελούνταν στις Διονυσιακές τελετές. Το πρωί οι μπουρανίτες ανεβαίνουν στο ξωκλήσι του Προφήτη Ηλία, πλέκουν το γαϊτανάκι και κερνάνε το παραδοσιακό μπουρανί, την τοπική σούπα που έχει σαν πρώτη ύλη τα άγρια χόρτα της περιοχής και φυσικά, τσίπουρο και κρασί. Ο Τύρναβος, που απέχει μόλις 16 χιλιόμετρα από την πόλη της Λάρισας έχει ένα δικό του ξεχωριστό χρώμα, που οφείλεται στο πάντρεμα του παρελθόντος με το σήμερα. Με αφετηρία τη μεγάλη πλατεία αφήστε τον εαυτό σας να χαθεί στα γύρω δρομάκια, όπου θα συναντήσετε και μερικές από τις παλαιότερες εκκλησίες της Θεσσαλίας, όπως ο ναός του Αγίου Αντωνίου, θεμελιωμένος στις αρχές του 17ου αιώνα, με το ξυλόγλυπτο τέμπλο του (1603) ή ο ναός της Παναγίας Φανερωμένης, με το ψηλό καμπαναριό του, χτισμένους στα τέλη του 17ου αιώνα και ανακαινισμένους το 1872.

Περιηγηθείτε στο Μουσείο Αμπέλου, Οίνου, Οίκου Ανθρώπου, στεγασμένο στο Αρχοντικό Καράσσου για να γνωρίσετε την αγροτική παράδοση της πόλης, την ιστορία της αμπελουργίας στην περιοχή αλλά και την παράδοση της υφαντικής τέχνης, η οποία οδήγησε και στην μεγάλη ακμή της πόλης κατά τον 18ο αιώνα. Ο Τύρναβος έχει μακρά αμπελουργική παράδοση και αυτό θα το καταλάβετε αμέσως μόλις γευτείτε το μυρωδάτο τυρναβίτικο τσίπουρο και το κρασί. Μάλιστα, ο Τύρναβος αποτελεί σήμερα τη μεγαλύτερη αμπελουργική ζώνη σε όλη τη Θεσσαλία, ενώ εδώ παράγονται οι οίνοι ΠΓΕ Τύρναβος και το ΠΓΕ Τσίπουρο Τυρναβίου. Ερχόμενοι εδώ έχετε μια πρώτη τάξεως ευκαιρία να επισκεφτείτε τα οινοποιεία της περιοχής, για να γνωρίσετε από κοντά την αμπελουργική παράδοση του τόπου. Με τα εκλεκτά προϊόντα, όπως η ΠΟΠ Φέτα Τυρναβίου, η ΠΟΠ Φέτα Τσαντίλας Τυρναβίου, η ΠΟΠ Μανούρι Τυρναβίου, με το ιδιαίτερα φημισμένο τσίπουρο και το κρασί, με το πεντανόστιμο φαγητό που θα απολαύσει στο έπακρο ο ουρανίσκος σας, και με τη φιλόξενη διάθεση των κατοίκων, ο Τύρναβος θα σας αφήσει τις καλύτερες εντυπώσεις.

## Ραψάνη, γαϊτανάκι, γλέντι και χορός την Καθαρά Δευτέρα

Χτισμένη στις παρυφές του Κάτω Ολύμπου, σε υψόμετρο 600 μέτρων και 40 περίπου χιλιόμετρα μακριά από τη Λάρισα, η Ραψάνη υπήρξε βυζαντινός οικισμός ιδρυμένος ίσως τον 10ο αιώνα. Με συνεχή ακμή, ήδη από τον 16ο αιώνα, η Ραψάνη γνωρίζει μεγάλη οικονομική άνθηση χάρη στην σιροτροφία, τη μεταουργία, τη νηματουργία, την επεξεργασία βαμβακιού και την υφαντουργία, άνθηση που κορυφώνεται στα τέλη του 18ου αιώνα. Περάστε από το ναό του Αγίου Ιωάννη του Προδρόμου, μια από τις παλαιότερες σωζόμενες εκκλησίες της Θεσσαλίας, διακοσμημένη με τοιχογραφίες του 1544-6. Ανηφορίστε το καλντερίμι της Ιτιάς, στην άνω συνοικία, για να επισκεφτείτε το ναό του Αγίου Αθανασίου, ένα πανέμορφο ψευδοκρήνη, θεμελιωμένος το 1831, στην αυλή της οποίας, κάτω από τη φτελιά, ο Έλληνας λογοτέχνης Καραγάτσης πέρανε ατέλειωτες ώρες διαβάζοντας και γράφοντας. Πεζοπορήστε μέχρι την απέναντι πλαγιά προς το ναό των Αγίων Θεοδώρων, άλλοτε βυζαντινή μονή, από την οποία σήμερα στέκεται μόνο το καθολικό του 1778.



# Όλα παίζουν!

08:00



**08:00 – 10:00** | «ΟΛΑ ΠΑΙΖΟΥΝ» με τη Σμάρω Γεωργίου **LIVE**

Η καλή μέρα από το πρωί φαίνεται! Κάθε πρωί λέμε την πρώτη μας καλημέρα με τη ραδιοφωνική παραγωγή Σμάρω Γεωργίου για τρίτη χρονιά καθημερινά στις 08:00 σε μια δίωρη εκπομπή μας υπόσχεται ότι όλα παίζουν! Όλες οι επιτυχίες παίζουν εδώ! Μόνο Επιτυχίες!!!



# Εδώ Θεσσαλία, απόγευμα!

16:00



**16:00 -18:00** | «Εδώ Θεσσαλία, απόγευμα» με τη Δημοσιογράφο Βιβή Ζαχοπούλου **LIVE**

Δύο ώρες γεμάτες ενημέρωση, ανάλυση και παλμό της επικαιρότητας, με focus στη Θεσσαλία. Ειδήσεις, συνεντεύξεις, σχόλια και όλα όσα αφορούν την καθημερινότητα της περιοχής μας, μέσα από μια έγκυρη και άμεση ματιά.

Από τα γόνιμα πεδία της Θεσσαλίας μέχρι το πιάτο των καταναλωτών, οι παραγωγοί ελαιολάδου συνδυάζουν παράδοση, ποιότητα και καινοτομία για να φέρουν στο τραπέζι μας ένα από τα πιο περιζήτητα προϊόντα της ελληνικής γης

Η έμφαση στην ποιότητα και την αυθεντικότητα του θεσσαλικού ελαιολάδου, όπου οι παραγωγοί συνδυάζουν παραδοσιακές καλλιεργητικές πρακτικές με σύγχρονες τεχνικές και, σε πολλές περιπτώσεις, βιολογικές μεθόδους, ώστε να δημιουργήσουν ένα προϊόν υψηλής αξίας που ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις των καταναλωτών



Η Θεσσαλία, γνωστή για τους απέραντους κάμπους της και τη γονιμότητα του εδάφους της, έχει εδώ και δεκαετίες συνδεθεί με την αγροτική παραγωγή. Μεταξύ των προϊόντων που ξεχωρίζουν, το ελαιόλαδο κατέχει μια ιδιαίτερη θέση, όχι μόνο ως βασικό συστατικό της ελληνικής κουζίνας αλλά και ως προϊόν υψηλής αξίας, που συνδυάζει παράδοση, ποιότητα και εξαγωγικές προοπτικές. Στους λόφους και τους κάμπους της Θεσσαλίας, μικροί και μεσαίοι παραγωγοί επενδύουν χρόνο, γνώση και μεράκι για να καλλιεργήσουν ελιές ποικιλίας Καλαμών, αλλά και άλλες τοπικές ποικιλίες, που προσδίδουν στο λάδι μοναδικό άρωμα, γεύση και υφή. Οι παραγωγοί της περιοχής γνωρίζουν καλά πως η επιτυχία δεν έρχεται μόνο από την ποσότητα, αλλά κυρίως από την ποιότητα. Η φροντίδα της κάθε ελιάς, η σωστή συγκομιδή και η άμεση επεξεργασία του καρπού στα τοπικά ελαιοτριβεία εξασφαλίζουν προϊόν που ανταποκρίνεται στις πιο απαιτητικές γεύσεις και πρότυπα. Παράλληλα, πολλοί παραγωγοί στρέφονται σε βιολογικές πρακτικές, μειώνοντας τη χρήση χημικών και ενισχύοντας την αειφορία, δίνοντας έτσι προσιτή αξία στο τελικό προϊόν και ανταποκρινόμενοι στις σύγχρονες απαιτήσεις των καταναλωτών. Η σύνδεση με συνεταιρισμούς, ενώσεις παραγωγών και τοπικά δίκτυα εμπορίου έχει επιτρέψει στους Θεσσαλούς παραγωγούς να διευρύνουν τις αγορές τους, φέρνοντας το λάδι τους όχι μόνο στα ελληνικά νοικοκυριά, αλλά και σε διεθνείς αγορές που αναζητούν προϊόντα αυθεντικά και υψηλής ποιότητας. Οι συνεργασίες αυτές ενισχύουν τη διαπραγματευτική τους δύναμη και παρέχουν τη δυνατότητα για καλύτερη προβολή του προϊόντος σε εκθέσεις τροφίμων και γαστρονομίας. Ωστόσο, η παραγωγή ελαιολάδου στη Θεσσαλία δεν είναι χωρίς προκλήσεις. Οι παραγωγοί καλούνται να αντιμετωπίσουν τις συνέπειες της κλιματικής αλλαγής, όπως οι έντονες ξηρασίες ή οι ξαφνικές βροχοπτώσεις, που επηρεάζουν την ποιότητα και την ποσότητα του καρπού. Παράλληλα, η ανάγκη για συνεχείς επενδύσεις σε τεχνολογία και εκσυγχρονισμό των ελαιοτριβείων και των διαδικασιών συσκευασίας αποτελεί πρόκληση για μικρούς παραγωγούς με περιορισμένους πόρους. Παρ' όλα αυτά,

**Η σημασία της εξωστρέφειας και της καινοτομίας, καθώς οι παραγωγοί συνεργάζονται με συνεταιρισμούς, συμμετέχουν σε δίκτυα εμπορίου και εκθέσεις, καταφέρνοντας να προωθήσουν το προϊόν τους τόσο στην εγχώρια αγορά όσο και διεθνώς, παρά τις προκλήσεις όπως η κλιματική αλλαγή και οι οικονομικοί περιορισμοί**



η αγάπη για τη γη και η γνώση που μεταφέρεται από γενιά σε γενιά κρατά ζωντανή την παραγωγή και την ποιότητα του θεσσαλικού ελαιολάδου. Το αποτέλεσμα αυτής της επίμονης προσπάθειας είναι ένα προϊόν που ξεχωρίζει για την αυθεντικότητά του, τη γεύση και το άρωμά του. Κάθε μπουκάλι ελαιολάδου αφηγείται την ιστορία της γης της Θεσσαλίας, των ανθρώπων που τη δουλεύουν και των παραδόσεων που διατηρούνται ζωντανές. Οι καταναλωτές στην Ελλάδα και το εξωτερικό αναγνωρίζουν πλέον την αξία του και το αναζητούν ενεργά, ενώ οι εξαγωγές συνεχίζουν να αυξάνονται, φέρνοντας τον «χρυσό» καρπό των θεσσαλικών ελαιών σε όλο τον κόσμο. Η Θεσσαλία αποδεικνύει πως η παράδοση και η καινοτομία μπορούν να συνυπάρχουν, δημιουργώντας ένα ισχυρό πλεονέκτημα για τους παραγωγούς της. Μέσα από τη σωστή φροντίδα, τη γνώση, την αγάπη για τη γη και τη σύνδεση με τις αγορές, το ελαιόλαδο της περιοχής όχι μόνο παραμένει ανταγωνιστικό, αλλά κατακτά συνεχώς νέες κορυφές ποιότητας και αναγνώρισης, αποτελώντας παράδειγμα για το πώς η ελληνική αγροτική παραγωγή μπορεί να συνδυάσει παράδοση και εξωστρέφεια με επιτυχία.



**Η Ελλάδα παραμένει αιχμάλωτη στις ράγες της αδράνειας και των λανθασμένων επιλογών**



**Η μη υλοποίηση ενός σύγχρονου σιδηροδρομικού δικτύου δεν είναι απλώς τεχνικό ή οικονομικό ζήτημα, αλλά αποτέλεσμα δεκαετιών πολιτικών, κοινωνικών και θεσμικών επιλογών**

**Γιατί χρεοκοπεί ο ελληνικός σιδηρόδρομος σχεδόν κάθε γενιά;**

Του Αχιλλέα Χεκίμογλου



# Φυλλομετρώντας

Ίσως περισσότερο δοκίμιο/έρευνα παρά καθαρό  
**Περί «Γιατί δεν έχουμε τον σιδηρόδρομο που θέλουμε;»**

Το βιβλίο *Αιχμάλωτοι στις ράγες - Γιατί δεν έχουμε τον σιδηρόδρομο που θέλουμε* του Αχιλλέα Χεκίμογλου, που κυκλοφόρησε το 2025 από τις Εκδόσεις Παπαδόπουλος, αποτελεί μια ενδελεχή, τεκμηριωμένη έρευνα για τα αίτια που η Ελλάδα δεν κατάφερε να αποκτήσει ένα σύγχρονο, αποτελεσματικό και ασφαλές σιδηροδρομικό δίκτυο, παρά την ιστορική παράδοση και τη γεωγραφική της θέση που θα μπορούσαν να το υποστηρίξουν. Η αφήγηση ξεκινά με ένα ουσιαστικό ερώτημα: «Γιατί χρεοκοπεί ο ελληνικός σιδηρόδρομος σχεδόν κάθε γενιά;» Από αυτό το σημείο, ο συγγραφέας στήνει ένα ταξίδι μέσα στον χρόνο, αντλώντας πληροφορίες από αρχεία, συνεντεύξεις, ιστορικά ντοκουμέντα και με αφετηρία τη φρικτή τραγωδία στο Τέμπη, που φέρνει στην επιφάνεια τα κενά, τις αστοχίες και τις αναστολές του συστήματος. Η ανάλυση καλύπτει κρίσιμες περιόδους της ελληνικής ιστορίας: από τη δημιουργία των Σιδηροδρόμων του Ελληνικού Κράτους (ΣΕΚ) και την ανάπτυξη των πρώτων γραμμών, μέχρι τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, τον ελληνικό εμφύλιο και τη μεταπολεμική ανοικοδόμηση. Ο συγγραφέας δείχνει πώς κάθε φάση χαρακτηρίζεται από σημαντικά βήματα προόδου που, όμως, συχνά ανακόπτονται από πολιτικές παρεμβάσεις, λανθασμένες προτεραιότητες ή οικονομικές κρίσεις. Στη συνέχεια, το βιβλίο εστιάζει στις σύγχρονες προσπάθειες εκσυγχρονισμού και τις αποτυχημένες

επενδύσεις. Μέσα από παραδείγματα έργων που ξεκίνησαν αλλά δεν ολοκληρώθηκαν, όπως και μέσα από τις καθυστερήσεις σε βασικά έργα υποδομής, αναδεικνύεται η δυσκολία εφαρμογής ενός συνεκτικού σχεδίου. Ο συγγραφέας αναλύει πώς η έλλειψη θεσμικής συνέπειας, οι πολιτικές σκοπιμότητες και η διαπλοκή συμφερόντων διαμόρφωσαν έναν φαύλο κύκλο που υπονόμει τη βιωσιμότητα του σιδηροδρόμου στη χώρα. Το βιβλίο δεν περιορίζεται σε τεχνικές ή οικονομικές αναλύσεις. Δείχνει πως η κατάσταση αυτή επηρεάζει άμεσα την καθημερινότητα των πολιτών, από την ασφάλεια των μετακινήσεων και την αξιοπιστία των δρομολογίων, μέχρι την οικονομική ανάπτυξη και τη συνδεσιμότητα της χώρας. Μέσα από αυτή τη διεξοδική ανάλυση, γίνεται σαφές ότι η αδυναμία υλοποίησης ενός σύγχρονου σιδηροδρομικού δικτύου δεν είναι απλώς τεχνικό ή οικονομικό ζήτημα. Αντίθετα, αποτελεί συνέπεια δεκαετιών πολιτικών, κοινωνικών και θεσμικών επιλογών, που καθόρισαν το παρόν και θα καθορίσουν και το μέλλον της χώρας. Το έργο του Αχιλλέα Χεκίμογλου προσφέρει στον αναγνώστη όχι μόνο μια σφαιρική εικόνα των ιστορικών και σύγχρονων προβλημάτων του ελληνικού σιδηροδρόμου, αλλά και μια αφορμή για προβληματισμό: γιατί η Ελλάδα παραμένει «αιχμάλωτη» στις ράγες της αδράνειας και των λανθασμένων επιλογών, και τι θα χρειαστεί για να αλλάξει αυτή η κατάσταση.



Ο Αχιλλέας Χεκίμογλου γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη το 1979. Από τα πρώτα του βήματα ασχολήθηκε με τη δημοσιογραφία, εργάστηκε ως ραδιοφωνικός παραγωγός στο μουσικό ραδιόφωνο «88μiso» και υπήρξε πολιτιστικός συντάκτης σε εφημερίδες και περιοδικά, όπως η City Press και το περιοδικό Επιλογές της εφημερίδας Μακεδονία. Το 2007 μετακόμισε στην Αθήνα, όπου εργάστηκε ως ελεύθερος ρεπόρτερ για τις εφημερίδες Το Βήμα και Το Βήμα της Κυριακής, καλύπτοντας κυρίως θέματα υποδομών, μεταφορών και τεχνολογίας, και αποκτώντας εξειδίκευση σε ζητήματα συγκοινωνιών και δημόσιων έργων. Αργότερα εντάχθηκε στη Vodafone Ελλάδα, όπου ανέλαβε ρόλους συνδυάζοντας επικοινωνία, τεχνολογία και δημόσιες υποθέσεις, ενώ παράλληλα συνέχισε τη συγγραφική του δραστηριότητα. Οι ερευνητικές του προτιμήσεις επικεντρώνονται στην ιστορία των υποδομών, της πολεοδομίας, των συγκοινωνιών, της ενέργειας και της τεχνολογίας στην Ελλάδα, και τα βιβλία του συνδυάζουν δημοσιογραφικό ρεπορτάζ με ενδελεχή ιστορική έρευνα,

## Η δεσμοφύλακας

Νίκος Δαββέτας

Η αφήγηση ξεκινά όταν η μητέρα του αφηγητή, σε ηλικία προχωρημένη και αφού η πάθησή της (αλτσχάιμερ) έχει προχωρήσει, δεν μπορεί πλέον να αναγνωρίζει ούτε ποιος είναι ο γιος της ούτε που βρίσκεται. Παρ' όλα αυτά, αναφέρεται επανειλημμένα και με ζωντάνια και πολλές φορές με οικειότητα στα μικρά ονόματα σε πολλές κρατούμενες που είχε γνωρίσει στη διάρκεια της εργασίας της ως δεσμοφύλακας. Με αυτόν τον «παρामορφωτικό φακό» της ασθένειας και της μνήμης, ο αφηγητής ανασύρει τη δική του παιδική ηλικία: τις διάφορες επισκέψεις «στη δουλειά της μαμάς», τη ζωή μέσα σε έναν κόσμο που είχε διακριτό ρόλο εξουσίας τη φυλακή —αλλά που, όπως αποκαλύπτεται, δεν ήταν απλώς καταπιεστικός αλλά και περιείχε στιγμές φροντίδας, ανθρώπινης επαφής και μυστικών. Μέσα από αυτές τις διασταυρώσεις αναδύονται ερωτήματα: Τι σημαίνει η δουλειά μιας «δεσμοφύλακας» για τη ζωή της γυναίκας, για τη σχέση της με την κοινωνία, για τη σχέση με το παιδί της; Πώς η εξουσία μεταλλάσσεται σε φροντίδα ή σε βαρύ φορτίο; Πώς η μνήμη και η απώλεια της διαμορφώνει τον εαυτό και την οικογένεια; Η μητέρα, ενώ χάνει τον έλεγχο επάνω στο σώμα και τη μνήμη της, κρατάει ζωντανές τις εικόνες και τις φωνές των κρατουμένων της, και η ενόητα αυτή αναγκάζει τον αφηγητή να επαναπροσδιορίσει τον ρόλο της: από «δεσμοφύλακα»



## Σάκης Σερέφας

### Πέτα το στη θάλασσα

Το 1963 στην προκυμαία της Θεσσαλονίκη μια μητέρα κρατά στην αγκαλιά της το βρέφος της· σε λίγα λεπτά το παιδί βυθίζεται στη θάλασσα. Μέσα σε δύο ημέρες η πράξη αυτή γίνεται πρώτο θέμα στα πρωτοσέλιδα: η γυναίκα χαρακτηρίζεται «η σκύλα», «η φόνισσα», «η παιδοκτόνος». Ωστόσο, κάτω από αυτό το συγκλονιστικό γεγονός αποκαλύπτεται ένα σκοτεινό δίκτυο: ένα βρεφοκομείο που το ίδιο πρωί αρνήθηκε να δεχτεί το βρέφος, ενώ ταυτόχρονα το ίδρυμα φέρεται να διοχέτευε παράνομα βρέφη προς υιοθεσία στην Αμερική. Καθώς η υπόθεση εξελίσσεται, γίνονται ορατές οι «γρανάζια» της εξουσίας και της κοινωνίας εκείνης της εποχής:

πολιτικά σκάνδαλα, μεσίτες παιδιών, δημοσιογράφοι και αστυνομία που φαίνεται να συγκάλυπταν. Η αφήγηση δεν εστιάζει απλώς στο έγκλημα αλλά ανασυνθέτει την ατμόσφαιρα μιας πόλης και μιας εποχής· τα μπετά του ξενοδοχείου «Μακεδονία Παλάς», ο Λευκός Πύργος, οι δρόμοι της Θεσσαλονίκης, ο ψυχρός πόλεμος και οι υπόγειες διαδρομές της κοινωνικής ζωής γίνονται κομμάτια ενός μεγάλου παζλ. Στο τέλος το βιβλίο λειτουργεί ως κάλεσμα: ποιος ήταν αυτή η γυναίκα, γιατί κατέληξε σε αυτή την πράξη; Πώς μια κοινωνία αφήνει χώρο σε τέτοιες πράξεις και μετά επιχειρεί να τις καλύψει; Πώς η μητέρα – θύμα και θύτης μαζί – γίνεται σύμβολο μιας εποχής;

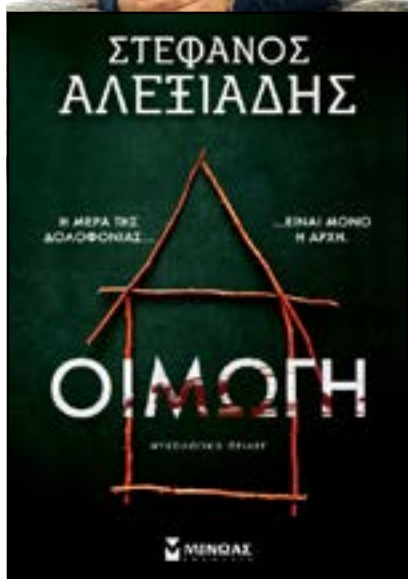


### ΠΡΟΤΑΣΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

## Οιμωγή: Η μέρα της δολοφονίας... Είναι μόνο η αρχή

Στέφανος Αλεξιάδης  
Εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ

Το βιβλίο ανοίγει με μία δολοφονία ένα παιδί εξαχρονο χάνεται κάτω από μυστηριώδεις συνθήκες, και η μητέρα του κατηγορείται. Η αφήγηση εξελίσσεται ως ψυχολογικό θρίλερ: η μητέρα βρίσκεται υπό το μικροσκόπιο της κοινωνίας και της αστυνομίας, το παρελθόν της έρχεται στο φως, ενώ η αστυνομία που αναλαμβάνει την υπόθεση έχει και η ίδια προσωπικά «φαντάσματα» υποχρεώσεις και μυστικά που τη φέρνουν σε σύγκρουση με τους δικούς της δαίμονες. Στο πλαίσιο αυτό αναδύονται ζητήματα όπως η ενδοοικογενειακή βία, η αποδοχή του «διαφορετικού» (η μητέρα βρίσκεται στο φάσμα του αυτισμού) και η κοινωνική κρίση εμπιστοσύνης. Το βιβλίο λειτουργεί ως εξερεύνηση όχι μόνο του εγκλήματος αλλά και των «ρωγμών» στην ανθρώπινη ψυχή η σιωπή μετά την κραυγή, το παρελθόν που δεν αφήνει το παρόν να πουχάσει. Η φράση από το οπισθόφυλλο «Η μέρα της δολοφονίας είναι μόνο η αρχή» λειτουργεί ως υπόσχεση ότι τα γεγονότα που ακολουθούν θα ξεδιπλώσουν πολύ περισσότερα από απλώς ένα έγκλημα: θα θέσουν σε κρίση τις σχέσεις, τις ευθύνες, τις θύψεις, την ηθική.



## ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΖΑΜΙΩΤΗΣ

### Θα πέσει η νύχτα

Το μυθιστόρημα «Θα πέσει η νύχτα» ακολουθεί την πορεία μιας οικογένειας μέσα στο χρόνο, με επίκεντρο τα μέλη της και τις σχέσεις τους, αλλά και τον τρόπο που οι προσωπικές επιλογές και τα μυστικά επηρεάζουν τις ζωές τους. Η αφήγηση κινείται ανάμεσα στο παρόν και το παρελθόν, αποκαλύπτοντας σταδιακά γεγονότα που καθορίζουν την πορεία των χαρακτήρων. Οι ήρωες του έργου αντιμετωπίζουν εσωτερικές συγκρούσεις και ηθικά διλήμματα, προσπαθώντας να ισορροπήσουν ανάμεσα στο καλό και το κακό, την αλήθεια και το ψέμα, την προσωπική επιβίωση και την ευθύνη προς τους άλλους. Η ιστορία δείχνει πώς το παρελθόν αφήνει ανεξίτηλο αποτύπωμα στο παρόν, ενώ η μνήμη και οι αναμνήσεις των χαρακτήρων καθορίζουν τις αποφάσεις και τις σχέσεις τους. Το τοπίο παίζει σημαντικό ρόλο: η Αθήνα, ο θεσσαλικός κάμπος και τα δάση της Χαλκιδικής δεν είναι απλώς φόντο, αλλά καθρεφτίζουν τις ψυχικές καταστάσεις των ηρώων, ενισχύοντας την ατμόσφαιρα του μυθιστορήματος. Η αφήγηση συνδυάζει στοιχεία οικογενειακής σάγκας, ψυχολογικού μυθιστορήματος και κοινωνικού προβληματισμού, δημιουργώντας ένα πολυεπίπεδο έργο που απαιτεί τη συμμετοχή του αναγνώστη και την εμβάθυνση στους χαρακτήρες, στοχαστικό και συνάμα αισιόδοξο τόνο.



# Οι 10 ελληνικές πρεμιέρες που ξεχώρισαν φέτος στο 66ο Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης

Γράφει η Έυη Γκουλιάρα

Πήγα, είδα, μύρισα την ατμόσφαιρα, κάθισα στις αίθουσες και προσπάθησα να παρακολουθήσω όσο περισσότερες ελληνικές πρεμιέρες μπορούσα. Από τις δεκάδες ταινίες που προβλήθηκαν, ξεχώρισα δέκα που με άγγιξαν με τον δικό τους τρόπο και που αξίζει πραγματικά να τις αναζητήσετε. Το *Beachcomber* του Αριστοτέλη Μαραγκού είναι ένα ποιητικό δράμα για την εμμονή και την κληρονομιά, με έναν ήρωα που χτίζει μια βάρκα από σίδερα προσπαθώντας να κρατήσει ζωντανή τη μνήμη του πατέρα του και μαζί τη δική του αξιοπρέπεια. Στο *Bearcave* των Χρυσιάνα Παπαδάκη και Στέργιου Ντινόπουλου δύο φίλες στο τέλος της εφηβείας τους αναζητούν την τελευταία τους περιπέτεια σε ένα ελληνικό ορεινό χωριό και η ιστορία τους γεμίζει τη σκηνή με συγκίνηση και τρυφερότητα. Στο *Gorgonà* της Εύης Καλογηροπούλου δύο γυναίκες εξεγείρονται ενάντια σε ένα δυστοπικό, πατριαρχικό καθεστώς και η ταινία μένει στην μνήμη με τις οπτικά

μαγευτικές της εικόνες και την πολιτική της τόλμη. Το *Regan* του Πάνου Κατσιμπερή με μια νεαρή ζωγράφο που γεννά ένα παραμορφωμένο παιδί σε βάζει μέσα σε μια ψυχολογική και υπαρξιακή περιπέτεια που σε στοιχειώνει. Στο *Zealotis* του Στέλιου Ρεπάνη ο Ιωσήφ και η Βίκυ επιστρέφουν στο πατρικό σπίτι για να καθαρίσουν, αλλά μια αναπάντεχη συνάντηση φέρνει στην επιφάνεια ανείπωτα συναισθήματα και εντάσεις, μια ταινία ήσυχη, αργή, αλλά γεμάτη ανθρώπινη αλήθεια. Το *Cries* του Πέτρου Σεβαστικόγλου είναι μια ταινία για τρεις γυναίκες που παλεύουν με την καταπίεση και τη βαρεμάρα της καθημερινότητας, με τη φύση να γίνεται σύμμαχος της λύτρωσής τους. Στο *Life in a Beat* της Amerissa Basta η ζωή κυλάει με τον δικό της ρυθμό και η ταινία βρίσκει την ισορροπία ανάμεσα στο χιούμορ και την προσωπική αναζήτηση των χαρακτήρων. Ο Harry Lagoussis στο *Novak* συνδυάζει το υπαρξιακό με στοιχεια

επιστημονικής φαντασίας, δημιουργώντας μια ταινία που σε κάνει να αναρωτιέσαι για την ταυτότητα και τον τρόπο που συνδεόμαστε με τον κόσμο γύρω μας. Το *Smaragda – I Got Thick Skin and I Can't Jump* του Emiliios Avraam παρουσιάζει μια ηρωίδα που επιβιώνει με πείσμα και αυτοσαρκασμό, με μια αλήθεια που συγκινεί και χαμογελάει. Τέλος, το *Female* του Κωνσταντίνου Μενελάου ανοίγει μια συζήτηση για τη γυναικεία ταυτότητα και τη ρευστότητα του φύλου, προσφέροντας ένα αισθητικό και προκλητικό κινηματογραφικό δοκίμιο. Το ελληνικό σινεμά φέτος δεν φοβήθηκε να μιλήσει, να πειραματιστεί και να δείξει φωνές που ψάχνουν, αμφισβητούν, αγαπούν και αγωνίζονται. Φεύγοντας από τη Θεσσαλονίκη, ένιωσα πως αυτές οι ταινίες δεν είναι απλώς προβολές, αλλά μια μικρή γιορτή της δημιουργικότητας, της τόλμης και της ψυχής του νέου ελληνικού κινηματογράφου.

## Beachcomber του Αριστοτέλη Μαραγκού



Το *Beachcomber* του Αριστοτέλη Μαραγκού είναι μια ταινία που σε αιχμαλωτίζει από την πρώτη σκηνή. Πρόκειται για ένα ποιητικό δράμα, γεμάτο ατμόσφαιρα και συναισθηματική ένταση, που εξερευνά την ανάγκη του ανθρώπου να ξαναχτίσει το όνειρο μέσα από τα συντρίμια της ζωής του. Ο ήρωας, ένας νεαρός άνδρας με βαριά κληρονομιά από τον πατέρα του, αποφασίζει να κατασκευάσει μια βάρκα από σίδερα — όχι μόνο ως φυσικό αντικείμενο, αλλά και ως σύμβολο της προσωπικής και οικογενειακής του αναζήτησης. Κάθε σφυριά, κάθε κομμάτι μετάλλου που τοποθετεί, φέρνει μαζί του μνήμες, τύψεις

και την επιθυμία να διατηρήσει ζωντανή την τιμή και τη μνήμη του πατέρα του. Η ταινία καταφέρνει να ισορροπήσει αρμονικά τον ρεαλισμό με τον συμβολισμό. Οι καθημερινές, σιωπηλές στιγμές της ζωής του ήρωα —το περπάτημα στην παραλία, οι ήχοι του ανέμου και της θάλασσας, η μοναχική εργασία πάνω στη βάρκα— συνδυάζονται με τις εσωτερικές συγκρούσεις και τα όνειρα που τον κατακλύζουν. Η κάμερα του Μαραγκού αιχμαλωτίζει τη φυσική ομορφιά αλλά και την τραχύτητα του περιβάλλοντος, δημιουργώντας ένα σκηνικό όπου το ψυχολογικό και το φυσικό τοπίο γίνονται ένα.

Το *Beachcomber* δεν είναι απλώς μια ιστορία για ένα σχέδιο ή ένα αντικείμενο—είναι μια παραβολή για την κληρονομιά, την απώλεια, και τον τρόπο που η ανθρώπινη ψυχή προσπαθεί να επισυλώσει τις πληγές της μέσα από τη δημιουργία. Κάθε πλάνο, κάθε λεπτομέρεια, κάθε σιωπή της ταινίας λειτουργεί σαν καθρέφτης της ανθρώπινης επιμονής και της αέναης προσπάθειας να βρούμε νόημα και συνέπεια στην ασταθή ζωή μας. Στο τέλος, η βάρκα δεν είναι μόνο ένα έργο χειροτεχνίας—είναι η ίδια η ζωή του ήρωα, ένας μάρτυρας της δύναμης του ανθρώπου να ξαναγεννιέται μέσα από τις στάχτες των ονείρων του.

## Zealotis του Στέλιου Ρεπάνη

Το *Zealotis* του Στέλιου Ρεπάνη είναι μια ταινία που αιχμαλωτίζει αμέσως με την απλότητά της και την ένταση που κρύβεται πίσω από κάθε λεπτομέρεια. Τρεις ηθοποιοί, ένα παλιό σπίτι και ένα παρελθόν που δεν λέει να φύγει συνθέτουν τον πυρήνα αυτής της ήσυχης αλλά βαθιά συγκινητικής ιστορίας. Η ταινία δεν βασίζεται σε φανταστικές ανατροπές ή δραματικούς υπερτονισμούς—χτίζεται πάνω στο βλέμμα, στις σιωπές, στις ανάσες και στα κενά ανάμεσα στις λέξεις, εκεί που οι αληθινές σχέσεις αποκαλύπτονται αργά αλλά αδιάφυστα. Ο Ρεπάνης δημιουργεί ένα σκηνικό όπου η ένταση αναπτύσσεται μέσα από την καθημερινότητα και τις μικρές χειρο-



νομίες. Ένα βλέμμα, μια κίνηση χεριού, μια παύση στη συνομιλία μπορεί να αποκαλύψει περισσότερα από μια ολόκληρη συζήτηση. Οι τρεις χαρακτήρες, εγκλωβισμένοι σε μια στιγμή επανένω-

σης και αναμέτρησης με το παρελθόν τους, έρχονται αντιμέτωποι με μνήμες, τύψεις και ανεπίλυτες συγκρούσεις, δημιουργώντας ένα ψυχολογικό παιχνίδι γεμάτο ένταση και βάθος.

## Bearcave



Η πιο τρυφερή και υπόγεια ιστορία φιλίας που είδα φέτος. Δύο κορίτσια στο τέλος της εφηβείας τους αναζητούν τη δική τους «Αρκουδότρυπα», έναν τόπο μύθου και λύτρωσης. Συγκρατημένη συγκίνηση, φυσικό φως και ένα βλέμμα γεμάτο ανθρωπιά, των Χρυσιάνα Παπαδάκη & Στέργιου Ντινόπουλου.

## Gorgonà



Κάθε χρόνο υπάρχει μια ταινία που διχάζει, προκαλεί, μα τελικά δικαιώνεται. Φέτος, αυτή είναι η *Gorgonà*. Ένα κινηματογραφικό όνειρο μέσα σε δυστοπία, με δύο γυναίκες που αρνούνται να υποταχθούν. Οπτικά μαγευτική, ιδεολογικά αιχμηρή, ένα σινεμά που ζητά να το νιώσεις, όχι απλώς να το δεις. Της Εύης Καλογηροπούλου.

## Regan



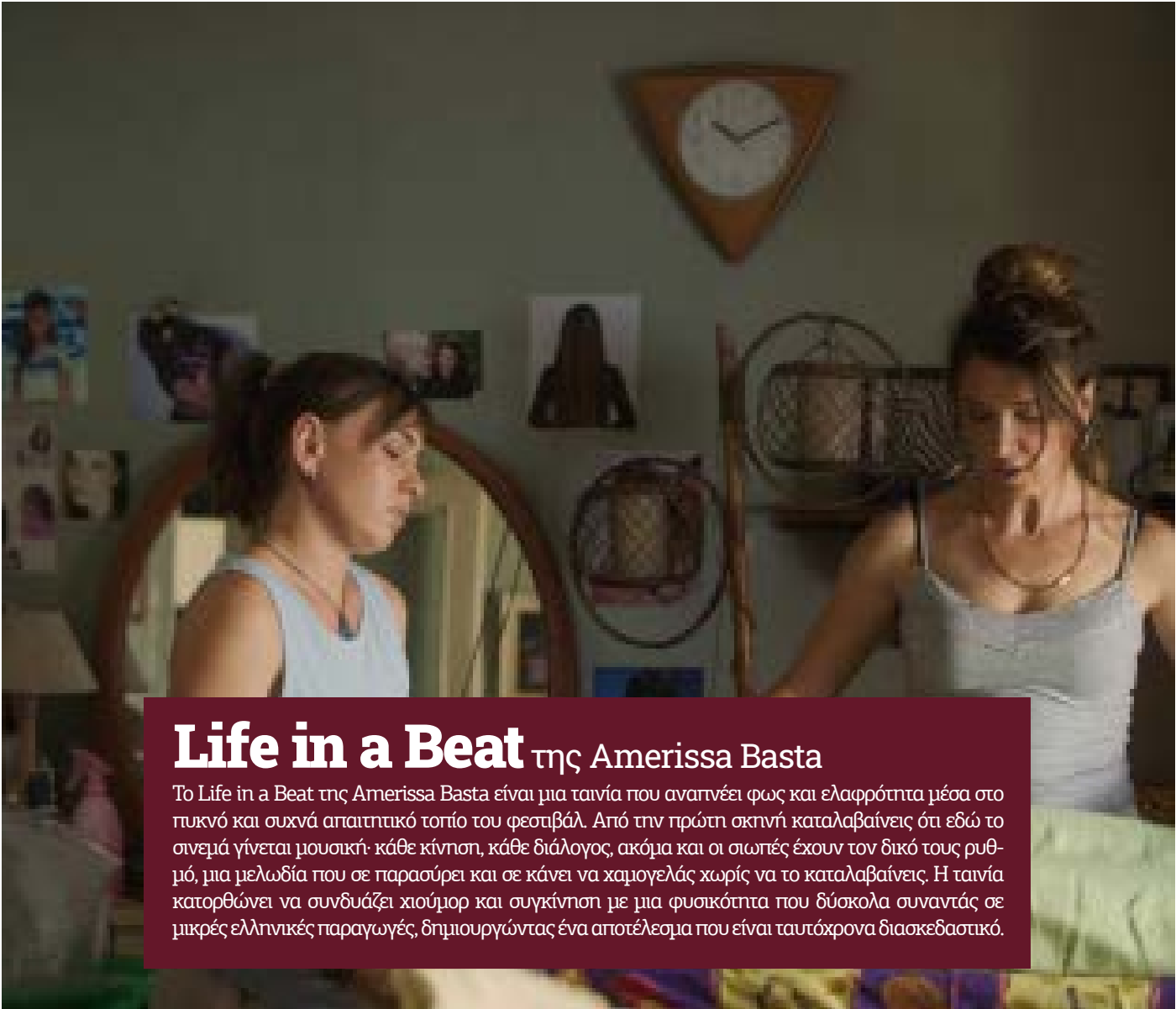
Του Πάνου Κατσιμπερή. Ένα σκοτεινό, σχεδόν θρησκευτικό ψυχοδράμα. Μια ζωγράφος γεννά ένα παραμορφωμένο παιδί και βλέπει τον κόσμο να διαλύεται. Ο Κατσιμπερής φτιάχνει μια εσωτερική κόλαση με ήχους, χρώματα και σιωπές που σε στοιχειώνουν.

Η νέα γενιά δημιουργών συναντά το σινεμά της ψυχής, της αντίστασης και της γυναικείας φωνής

## Cries

Το Cries του Πέτρου Σεβαστικόγλου είναι μια ταινία που σε τραβάει μέσα της χωρίς να φωνάζει. Πρόκειται για ένα αληθινό μανιφέστο ελευθερίας, μια ιστορία τριών γυναικών που παλεύουν να απελευθερωθούν από τους περιορισμούς της κανονικότητας, από τα «πρέπει» που η κοινωνία τους έχει επιβάλει. Οι κραυγές του τίτλου δεν είναι εκκωφαντικές· είναι ψίθυροι, βλέμματα που σταματούν το χρόνο, αναστεναγμοί που κρύβουν πόνο και επιθυμία. Κάθε σκηνή αποπνέει ένταση και ευαισθησία, χωρίς ποτέ να

γίνεται μελόδραμα, γιατί η δύναμη της ταινίας βρίσκεται στις λεπτομέρειες, στην αλήθεια που κρύβεται πίσω από τις καθημερινές κινήσεις των ηρωίδων. Η φύση, με τα δάση, τα ποτάμια και τους ανοιχτούς ορίζοντες, γίνεται το καταφύγιο και η λύτρωση των γυναικών. Εκεί βρίσκουν χώρο να αναπνεύσουν, να φωνάξουν, να αισθανθούν και πάλι ζωντανές. Η κάμερα ακολουθεί τις σιλουέτες τους, τα βήματα, τα παιχνίδια με το φως και τη σκιά, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα που μοιάζει ταυτόχρονα τρυφερή και σκληρή.



## Life in a Beat της Amerissa Basta

Το Life in a Beat της Amerissa Basta είναι μια ταινία που αναπνέει φως και ελαφρότητα μέσα στο πυκνό και συχνά απαιτητικό τοπίο του φεστιβάλ. Από την πρώτη σκηνή καταλαβαίνεις ότι εδώ το σινεμά γίνεται μουσική· κάθε κίνηση, κάθε διάλογος, ακόμα και οι σιωπές έχουν τον δικό τους ρυθμό, μια μελωδία που σε παρασύρει και σε κάνει να χαμογελάς χωρίς να το καταλαβαίνεις. Η ταινία κατορθώνει να συνδυάζει χιούμορ και συγκίνηση με μια φυσικότητα που δύσκολα συναντάς σε μικρές ελληνικές παραγωγές, δημιουργώντας ένα αποτέλεσμα που είναι ταυτόχρονα διασκεδαστικό.



Η ματιά της Amerissa Basta είναι γυναικεία, ζεστή και παρατηρητική. Δεν παίρνει τον εαυτό της υπερβολικά σοβαρά, αλλά ταυτόχρονα δεν φοβάται να μιλήσει για μικρές αλήθειες της καθημερινότητας, για συναισθήματα που όλοι έχουμε κρύψει μέσα μας. Οι χαρακτήρες της ταινίας ζουν, λαχανιάζουν, γελούν και αποτυγχάνουν, όπως ακριβώς συμβαίνει και στη ζωή, με ένα τρόπο που νιώθεις οικείο και ταυτόχρονα ελπιδοφόρο. Το Life in a Beat είναι μια ανάσα ανάμεσα στις πιο βαριές και δραματικές στιγμές του φεστιβάλ, μια μικρή γιορτή του ρυθμού και της ζωής. Η ταινία θυμίζει ότι το σινεμά δεν χρειάζεται πάντα να σοκάρει ή να συγκλονίζει· μερικές φορές αρκεί να χτυπάει στο σωστό beat, να χαμογελά και να σε αφήνει με μια αίσθηση ζωντάνιας που μένει μαζί σου πολύ μετά το τέλος των τίτλων.

## Novak



Κοφτερό, ελεγειακό και απρόβλεπτο. Ο Λαγούσης συνδυάζει το υπαρξιακό με το sci-fi, το ρεαλιστικό με το μεταφυσικό. Το αποτέλεσμα; Μια ταινία που θυμίζει τον άνθρωπο μπροστά στον καθρέφτη: βλέπει τον εαυτό του, μα δεν τον αναγνωρίζει.



## Female του Κ. Μενελάου

Κλείνω με την πιο τολμηρή δημιουργία του φεστιβάλ. Ο Μενελάου υπογράφει ένα αισθητικό δοκίμιο πάνω στη γυναικεία ταυτότητα και τη ρευστότητα του φύλου. Πρωτοποριακό, άβολο, αλλά αναγκαίο. Μια ταινία που ανοίγει συζητήσεις και μάτια

# Απαρραπήρητα...

Οι νέες συμπράξεις που εγκρίνονται αυθημερόν, εν μία νυκτί, δεν δείχνουν ευελιξία αλλά έλλειψη διαφάνειας. Οι διαδικασίες-εξπρές μπορεί να διευκολύνουν αποφάσεις, όμως υπονομεύουν την εμπιστοσύνη. Σε μια δημοκρατία, η ταχύτητα δεν μπορεί να αντικαθιστά τη λογοδοσία

## Franchise

Η απόφαση για το κλείσιμο 204 καταστημάτων των ΕΛΤΑ όχι μόνο πρόσθεσε πίεση στην κυβέρνηση αλλά ανοίγει και το ντουλάπι με τους σκελετούς, καθώς άνοιξε τη συζήτηση και για τον τρόπο που επιλέχθηκαν οι ιδιώτες που ανέλαβαν τα ΕΛΤΑ Courier, μετά τη μερική ιδιωτικοποίηση της υπηρεσίας. Συνδικαλιστές ζητούν να δοθούν στη δημοσιότητα τα ονόματα των ιδιοκτητών των franchise, αφήνοντας να υπονοηθεί ότι υπήρξε εμπλοκή συγγενικών προσώπων πολιτικών ή πρώην στελεχών των ΕΛΤΑ. Απολύτως νόμιμα βεβαίως... Κάτι σαν τα ΚΔΗΦ δηλαδή...

## Βελονάκι

Κέντημα και πλέξιμο θα περιλαμβάνει το νέο μάθημα χειροτεχνίας στα δημοτικά σχολεία, με το υπουργείο Παιδείας να εγκρίνει κονδύλι 4 εκατ. ευρώ για τη δημιουργία ειδικών γωνιών-εργαστηρίων χειροτεχνίας σε κάθε σχολική μονάδα. Αναμένεται αποχώρηση μαθητών από τα ιδιωτικά σχολεία που ασχολούνται με την ΑΙ τεχνολογία.

## Αυτοκίνητα

Στην παραγγελία 8 αυτοκινήτων 1.100-1.400 κυβικών και 5 οχημάτων SUV 1.400 κυβικών και άνω προχώρησε η Περιφέρεια Θεσσαλίας, συνολικού κόστος 390.000 ευρώ. Ως τότε ο Κουρέτας θα κινείται με το ΙΧ του;

## Ασπρίνες

Αναμνήσεις από τα παιδικά του χρόνια μοιράστηκε κατά τον και-ρετισμό του στο 11ο Πανθεσσαλικό Φαρμακευτικό Συνέδριο που διοργανώθηκε στα Τρίκαλα, μοιράστηκε ο δήμαρχος Τρικκαίων, Νίκος Σακκάς. Γιος φαρμακοποιού ο δήμαρχος έμαθε από μικρός ότι τα προβλήματα δεν λύνονται με ασπρίνες.

## Μαρτυρίες

Μετά τους εργαζόμενους της e-trikala, με καταθέσεις αιρετών συνεχίστηκε η έρευνα της του γραφείου της Ενιαίας Αρχής Διαφάνειας στη Λάρισα για την υπόθεση με το σακ βουαγιαζ με τα -υποτιθέμενα- 40.000 ευρώ που φέρεται να ξέχασε δήμαρχος στο Gisemi κατά τη γενική συνέλευση του ΦοΔΣΑ Θεσσαλίας. Να σημειωθεί ότι στο πλαίσιο της έρευνας έχει κατασχεθεί το υλικό από τις κάμερες ασφαλείας του χώρου.

## Μεταγραφές

Η συμμετοχή είναι το μεγάλο στοίχημα ενόψει των εσωκομμα-τικών εκλογών στις τοπικές οργανώσεις της Νέας Δημοκρατίας στη Θεσσαλία. Μέχρι την Παρασκευή, όταν και έκλεισαν οι λίστες των μελών τα στελέχη των ΔΕΕΠ είχαν επιδοθεί σε αγώνα δρόμου για το κάλεσμα συμμετοχής σε παλιούς αλλά απογοητευμένους ψηφοφόρους αλλά και σε «μεταγραφές». Οι περισσότερες στα Τρίκαλα με μαζικές εγγραφές ακόμη και από τους χώρους του ΠΑΣΟΚ και του ΣΥΡΙΖΑ.

## Αποχώρηση

Τη θυμάστε την Κατερίνα Παπανάτσιου, πρώην βουλευτή Μα-γνησίας με τον ΣΥΡΙΖΑ και υφυπουργό Οικονομικών; Στον Βόλο λένε ότι είναι θέμα ημερών να δηλώσει την αποχώρησή της από τον ΣΥΡΙΖΑ με προορισμό τη Νέα Αριστερά. Ίσως από 'κει είναι πιο σίγουρος ο δρόμος για την... Ιθάκη.

Από τη συντακτική ομάδα  
του Δημοσιογραφικού  
Οργανισμού 21admedia



## Ε, όχι κι έτσι...

Σύμφωνα με τους ψυχολόγους πίσω από τον... αυτοθαυμασμό κρύβεται συνήθως η ανασφάλεια. Κι εμείς χαρήκαμε, και σε μας άρεσε ο Ιπποκρά-τειος Βοτανικός Κήπος στο πάρκου Αλκαζάρ. Αλλά όχι και τόσο που να το θεωρούμε «έργο πανελλήνιας, αλλά και διεθνούς εμβέλειας, που τοποθετεί τη Λάρισα στην καρδιά του παγκόσμιου τουρισμού», όπως το βλέπουν στον Δήμο.

## Στην έξοδο

Τις μέρες αντίστροφα μετρούν πρώην και νυν σύντροφοι στις νομαρχιακές επιτροπές του ΣΥΡΙΖΑ στη Θεσσαλία για το βιβλίο του Αλέξη Τσίπρα. Σ' αυτή της Μαγνησίας, σ' αναμμένα κάρβουνα κάθεται η Βανέσα Κατσαρ-δή η οποία έχει ήδη δηλώσει την πρό-θεσή της να αποχωρήσει από τη θέση της συντονίστριας και να παραμείνει απλό μέλος μέχρι να αποφασίσει αν θα περάσει την πόρτα της εξόδου μία και καλή...

## Αλλόνησος

Με μία μέρα καθυστέρηση βρέθηκε στην Αλλόνησο για τα εγκαίνια του ανακαινισμένου και αναβαθμισμένου Περιφερειακού Ιατρείου ο Άδωνις Γεωργιάδης. Ο υπουργός Υγείας είχε προγραμματίσει να επισκεφθεί το νησί την Τρίτη παίρνοντας -και για συμβολικούς λόγους- το υδροπλάνο από τον Βόλο αλλά λόγω δυσμενών καιρικών ταξίδεψε μία μέρα μετά με σκάφος του Λιμενικού.

## Πες αλεύρι

Στο στόχαστρο της «Ομάδας Αλήθειας» βρέθηκε ο Λαρισαίος πολιτευτής του ΠΑΣΟΚ και φίλος του Νίκου Ανδρουλάκη, Θωμάς Παπαλιάγκας. «Ξέρετε πολλούς να ζυμώνουν ψωμί» αναρωτήθη-κε ως καλεσμένος σε αθηναϊκό τηλεοπτικό σταθμό στο ερώτημα, στην επισήμανση ότι το αλεύρι είναι στη λίστα των βασικών αγα-θών που η τιμή τους μειώθηκε με παρέμβαση του υπουργείου Ανάπτυξης. «Τελικά είναι το αλεύ-ρι για το ΠΑΣΟΚ βασικό αγαθό ή όχι;» αναρωτήθηκε με τη σειρά

της η «Ομάδα Αλήθειας» προβάλο-ντας το βίντεο του Παπαλιάγκα, ο οποίος «σήκωσε το γάντι» ανταπα-ντώντας «η Ομάδα Αλήθειας δεν άκουσε τίποτα για τον ΟΠΕΚΕΠΕ;».

## «Καρδούλες»

Περίεργα πράγματα στη Νέα Δημοκρατία της Λάρισας. Με το... γάντι «σφάζει» τον Θανάση Μαμάκο για την αύξηση των δημοτικών τελών ο πολιτικός αναλυτής και υποψήφιος βουλευτής της ΝΔ το 2023 στην Νίκος Καρδούλας. «Η δημοτική αρχή δεν ανέφερε ποτέ στην προεκλογική της καμπάνια το 2023 το πρόβλημα του τέλους ταφής αποβλήτων και αυτό δείχνει ότι ή το αγνοούσε και το ανακάλυψε στη συνέχεια ή το ήξερε και έδρασε σκόπιμα» αναφέρει μεταξύ πολλών άλλων «καρφιών» σε μακροσκελή ανάρτησή του.

## Στοίχημα

Εκδήλωση με θέμα «Η ευλογία των αιγοπροβάτων: τι κάνουμε;» διορ-γανώνει την ερχόμενη Κυριακή στο «Μουσείο Τσιτσάνη» η Λέσχη Προ-βληματισμού Τρικάλων. Σύμφωνα με τους διοργανωτές, ομιλητες θα είναι ο υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας, ο Πε-ριφερειάρχης Θεσσαλίας, Δημήτρης Κουρέτας, ο καθηγητής Υγιεινής των Ζώων, Γεώργιος Χριστοδουλόπουλος, ο πρόεδρος της Διεπαγγελματικής Οργάνωσης Φέτας, Μιχάλης Σαράντης και η κτηνοτρόφος-οικονομολόγος Ιωάννα Καρρά. Κοινώς, τρεις δηλωμέ-νοι «εμβολιαστές», ένας αντιεμβολια-στής» κι ένας «αναποφάσιστος». Πόσο πιθανόν είναι κάποιος να απουσιάζει;