

novibet

ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΑ

ΠΑΙΖΕΙΣ ΕΔΩ

9 772944 903006

**LARISSA
SANTA
CITY** 2025

 **ΑΝΘΩΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΗ
ΜΟΥΝΙCΙΠΑΛΙΤΗΤΑ ΤΗΣ ΛΑΡΙΣΣΑΣ**



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Συνεχής πτώση κρατικών
ενισχύσεων έως το 2029
Μειώνονται οι πόροι,
αναζητούνται νέες λύσεις

ΠΛΗΓΕΝΤΕΣ

**για τους
κτηνοτρόφους**

ΣΕΛ. 06-07

Δ. ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ

Ο επικεφαλής της «Συμπάραταξης Λαρισαίων» αμφισβητεί τη βάση της αύξησης των δημοτικών τελών και ζητά πολιτική λογοδοσία από τη δημοτική αρχή Μαμάκου



Μια ζωή αφιερωμένη στον Αγώνα

ΣΕΛ. 14-15

Πολιτεία

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΚΥΡΙΑΚΗ 28 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025 | ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ | ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 16

Θεσσαλών

ΚΥΡΙΑΚΗ 28 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025 | ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ | ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 16

Αντίστροφη μέτρηση για τον Τσιάρα

Στο δρόμο για τον τελικό κυβερνητικό ανασχηματισμό πριν την εθνική κάλπη, δυσοίωνα το μέλλον του υπουργού Αγροτικής Ανάπτυξης που έχει αναγορευτεί σε persona non grata για αγρότες και κτηνοτρόφους

2025

Η αύξηση των
καταγγελιών, η θεσμική
ανταπόκριση και
η κοινωνική εγρήγορση

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ (ΙΤΥΥΔΕΚ)

Αγνωστο πως θα
αξιοποιηθεί ο χώρος
στο Αλκαζάρ μετά
την κατεδάφιση
του κλειστού
γυμναστηρίου

ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Από την απομόνωση του
σπιτιού στη δημιουργία,
και τη συμμετοχή
στη ζωή

ΓΡΙΠΗ Α ΣΕ ΕΞΑΡΣΗ
**Παιδιά και
ευπαθείς ομάδες
στο επίκεντρο
της προσοχής**

ΣΕΛ. 16-17

ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 28
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025

Αγίας Δόμνης μάρτυρος, Αγίων
Θεοφίλου διακόνου και Μυγδονίου

Δόμνα Θεόφιλος, Θεοφίλη, θεοφιλία,
Θεοφιλίτσα, Φιλιώ, Φιλίτσα,
Φίλια *Μυγδόνης, Μυγδόνης,
Μυγδονία, Μιγδονία

1832

Ο Τζον Καλχούν γίνεται ο πρώτος
αντιπρόεδρος των Η.Π.Α.
που παραιτείται από τη θέση του

1908

Ισχυρός σεισμός στη Μεσσήνη της Ιταλί-
ας αφήνει πάνω από 75.000 νεκρούς

1962

Διαψεύδονται φήμες περί διάλυσης της
Βουλής από τον βασιλιά Παύλο, οι οποί-
ες κυκλοφόρησαν με αφορμή επαφές
στελεχών της Ένωσης Κέντρου με τα
ανάκτορα. Διευκρινίζεται, ωστόσο, ότι
σύμφωνα με το Σύνταγμα της Ελλάδας,
ο βασιλιάς μπορεί να διατάξει διάλυση
της Βουλής, εφόσον διαπιστωθεί «έκδη-
λος δυσαρμονία».

1996

Το Φ/Γ «Δύστος» βυθίζεται ανοικτά της
Κύμης (Ανατολικά της Εύβοιας)

2014

Καίγεται από πυρκαγιά το πλοίο
Norman Atlantic υπό αδιευκρίνιστη αιτία
στην Αδριατική θάλασσα.



ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ
Αχιλλέας Αθ. Νταβέλης

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
Πάνος Πληκαδίτης

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ
Τάσος Κουρκούμπας

ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΟΣ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ «21Admedia»,
Ελ. Βενιζέλου 109, 41221 Λάρισα,
τηλ. 2411800900,

Συνδρομές / Διαφημίσεις
sales@21admedia.gr



Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική ή
μερική, η διασκευή ή απόδοση περιεχομένου της έκδοσης
με οποιονδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό ή άλλο,
χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη.

2η σελίδα



FORMedia.gr
ΑΜΕΣΗ
ΕΓΚΥΡΗ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ



FORMedia



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
www.formediaradio.gr

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 δώρη εκπομπή μας υπόσχεται ότι όλα παίζουν! Όλες οι επιτυχίες παίζουν εδώ! Μόνο Επιτυχίες!!!

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!

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!

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

Καθημερινά από Δευτέρα έως Παρασκευή 12:00-14:00, 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

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

Σερβίρεται ο απογευματινός καφές... μαζί με την ενημέρωση! 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. Καθημερινά στις 16:00 -18:00 Συντονιστείτε στο formedia radio 99.8 και μείνετε ενημερωμένοι, κάθε απόγευμα, για όσα συμβαίνουν εδώ, στη Θεσσαλία!

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

Τελευταίο θρανίο ή μπροστά; Καθημερινά ο Βασίλης Μηνάς επιλέγει για εσάς εμμονικά από το τελευταίο θρανίο μουσικές, 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 μειονεκτική θέση, αλλά στη δική του φαντασία ήταν σίγουρα προνομιακή!

20:00 – 08:00 | |Για να μη χάνεις τίποτα!

Οι καλύτερες στιγμές της ημέρας ξαναπαίζουν το βράδυ στο ForMedia Radio 99.8 σε επανάληψη του Προγράμματος

Η συνεχής πτώση των κρατικών ενισχύσεων έως το 2029 και η ανάγκη για νέες πηγές εσόδων αναγκάζουν την Περιφέρεια Θεσσαλίας να προχωρήσει σε οργανωμένο σχέδιο αξιοποίησης της ακίνητης περιουσίας, ώστε να στηρίξει κρίσιμες λειτουργίες και επενδύσεις εν μέσω δημοσιονομικής στενότητας

Σε οργανωμένο σχέδιο
διαχείρισης και αξιοποίησης
της ακίνητης περιουσίας της
προχωρά η Περιφέρεια



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Προϋπολογισμός με «ψαλίδι»

Συνεχής πτώση κρατικών ενισχύσεων έως το 2029 - Μειώνονται οι πόροι, αναζητούνται νέες λύσεις

Μ

έντονο το αποτύπωμα της συρρίκνωσης των διαθέσιμων πόρων εγκρίθηκε από το Περιφερειακό Συμβούλιο Θεσσαλίας ο προϋπολογισμός της Περιφέρειας για το 2026, καθώς και ο Πολυετής Δημοσιονομικός Προγραμματισμός της περιόδου 2026-2029. Πρόκειται για έναν προϋπολογισμό μειωμένο κατά 55 εκατ. ευρώ σε σχέση με το 2025, συνεχίζοντας μια πτωτική πορεία που είχε ήδη ξεκινήσει, αφού και ο περσινός προϋπολογισμός ήταν μειωμένος κατά 102 εκατ. ευρώ σε σύγκριση με το 2024.

Γράφει ο **Τάσος Κουρκούμπας**

Η συνολική εικόνα που αποτυπώνεται είναι σαφής: η Περιφέρεια Θεσσαλίας καλείται να λειτουργήσει, να σχεδιάσει και να υλοποιήσει πολιτικές με ολοένα και λιγότερους κρατικούς πόρους, σε μια περίοδο κατά την οποία οι ανάγκες –ιδίως μετά τις φυσικές καταστροφές των τελευταίων ετών– παραμένουν αυξημένες. Ο προϋπολογισμός για το 2026 ισοσκελίζεται στο ποσό των 235.624.000 ευρώ. Τα συνολικά έσοδα εκτιμώνται στα 207.885.850 ευρώ, ενώ το ταμειακό υπόλοιπο ανέρχεται σε 27.738.150 ευρώ. Το σύνολο των εξόδων φτάνει επίσης τα 235.624.000 ευρώ, αποτυπώνοντας την προσπάθεια της Περιφέρειας να διατηρήσει



δημοσιονομική ισορροπία, παρά τη μείωση των χρηματοδοτικών ροών.

Ωστόσο, πίσω από τους αριθμούς κρύβεται μια πιο ανησυχητική πραγματικότητα. Όπως επισημάνθηκε κατά τη συνεδρίαση, η μείωση δεν είναι συγκυριακή αλλά διαρθρωτική. Σύμφωνα με τον πολυετή σχεδιασμό, οι κρατικές ενισχύσεις προς την Περιφέρεια Θεσσαλίας αναμένεται να μειώνονται κάθε χρόνο έως το 2029, πέφτοντας από τα 244 εκατ. ευρώ που ήταν το 2025 στα 149 εκατ. ευρώ το 2029. Πρόκειται για απώλεια σχεδόν 100 εκατ. ευρώ σε βάθος τετραετίας.

Βασική πηγή εσόδων της Περιφέρειας παραμένουν οι Κεντρικοί Αυτοτελείς Πόροι (ΚΑΠ), οι οποίοι για το 2026 ανέρχονται σε 57.151.000 ευρώ. Από αυτούς, 26.064.000 ευρώ κατευθύνονται στη μισθοδοσία του μόνιμου προσωπικού και των εργαζομένων με σχέση Ιδιωτικού Δικαίου Αορίστου Χρόνου, ενώ 7.452.000 ευρώ προβλέπονται για λειτουργικές και λοιπές γενικές δαπάνες.

Σημαντικά κονδύλια αφορούν επίσης κοινωνικές και κρίσιμες λειτουργίες, όπως η μεταφορά μαθητών, για την οποία προβλέπονται 16.135.000 ευρώ, αλλά και το πρόγραμμα δακοκτονίας, με προϋπολογισμό 1.420.000 ευρώ. Για την κάλυψη επενδυτικών δαπανών μέσω Κ.Α.Π. διατίθενται μόλις 6.080.000 ευρώ, ποσό που θεωρείται περιορισμένο σε σχέση με τις ανάγκες μιας μεγάλης και γεωγραφικά εκτεταμένης Περιφέρειας.

Ο ρόλος του ΠΔΕ και του ΕΣΠΑ

Σημαντικό μέρος των εσόδων προέρχεται από επιχορηγήσεις μέσω του εθνικού και του συγχρηματοδοτούμενου σκέλους του Προγράμματος Δημοσίων Επενδύσεων, οι οποίες για το 2026 προϋπολογίζονται σε 129.007.500 ευρώ. Τα κονδύλια αυτά αποτελούν κρίσιμο εργαλείο για την υλοποίηση έργων υποδομής, αναπτυξιακών παρεμβάσεων και δράσεων αποκατάστασης.

Παράλληλα, για λόγους λογιστικής απει-

κόνισης της αποπληρωμής δανείων από το πρόγραμμα «Αντώνης Τρίτσης», έχει εγγραφεί ισόποσο ποσό 567.500 ευρώ τόσο στα έσοδα όσο και στα έξοδα. Τα ίδια έσοδα της Περιφέρειας ανέρχονται σε 6.577.400 ευρώ, ενώ τα λοιπά έσοδα φτάνουν τα 15.149.950 ευρώ.

Ακίνητη περιουσία: μια νέα στρατηγική

Μέσα σε αυτό το ασφυκτικό δημοσιονομικό περιβάλλον, η Περιφέρεια Θεσσαλίας επιχειρεί να ανοίξει έναν νέο δρόμο, αποφασίζοντας για πρώτη φορά να προχωρήσει σε οργανωμένο σχέδιο διαχείρισης και αξιοποίησης της ακίνητης περιουσίας της. Συνολικά 51 ακίνητα –κτίρια, αγροτεμάχια και οικόπεδα– μπαίνουν στο μικροσκόπιο, με στόχο την καλύτερη αξιοποίησή τους.

Όπως παρουσίασε ο περιφερειάρχης Δημήτρης Κουρέτας, θα συσταθεί ειδική Επιτροπή, η οποία μέσα σε διάστημα 12 μηνών θα καταθέσει πολυετές σχέδιο αξιοποίησης και διαχείρισης. Στην καταγραφή θα συμπεριληφθούν ακόμη και ακίνητα που σήμερα δεν εμφανίζονται στο Ε9 της Περιφέρειας, στοιχείο που υποδηλώνει ότι υπάρχει περιθώριο εντοπισμού «κρυμμένων» περιουσιακών στοιχείων.

Η επόμενη μέρα για τη Θεσσαλία

Η έγκριση του προϋπολογισμού του 2026 σηματοδοτεί μια δύσκολη αλλά κρίσιμη περίοδο για την Περιφέρεια Θεσσαλίας. Με μειούμενους κρατικούς πόρους και αυξημένες ανάγκες, η διοίκηση καλείται να κινηθεί με αυστηρή ιεράρχηση προτεραιοτήτων, αξιοποίηση κάθε διαθέσιμου χρηματοδοτικού εργαλείου και αναζήτηση εναλλακτικών πηγών εσόδων.

Το στοίχημα είναι αν η Περιφέρεια θα καταφέρει, μέσα σε συνθήκες δημοσιονομικής στενότητας, να διατηρήσει την κοινωνική συνοχή, να στηρίξει την ανάπτυξη και να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις των πολιτών της Θεσσαλίας τα επόμενα χρόνια.

Η περιφερειακή αρχή Κουρέτα δεν υπέβαλε καν αίτημα χρηματοδότησης του έργου στο Υπουργείο Υποδομών

Μετά από μία παράταση για την ολοκλήρωση της μελέτης, η περιφερειακή αρχή Κουρέτα έδωσε και νέα έως τις 31 Δεκεμβρίου του 2026 χωρίς καμία σοβαρή εξήγηση



ΠΑΡΑΜΕΓΔΟΒΙΟΣ ΔΡΟΜΟΣ

Η κοροϊδία «πάει σύννεφο»

Η «Λαϊκή Συσπείρωση» Θεσσαλίας, έχει καταγγείλει κατ' επανάληψη την τεράστια καθυστέρηση και κοροϊδία της προηγούμενης περιφερειακής αρχής του Κώστα Αγοραστού, όπως και της σημερινής του Δημήτρη Κουρέτα, για την μη ολοκλήρωση της μελέτης και κατ' επέκταση της μη κατασκευής του Παραμεγδόβιου δρόμου και της τοποθέτησης της γέφυρας στον Μέγδοβα ποταμό που θα συνέδεε την Καρδίτσα με το Καρπενήσι και το Αγρίνιο.

Γράφει ο **Τάσος Τσιαπλές***

Στις 9 Σεπτεμβρίου 2025, σε ερώτηση της «Λαϊκής Συσπείρωσης» Θεσσαλίας, ο αντιπεριφερειάρχης Καρδίτσας Κώστας Τέλιος, είχε απαντήσει ότι η μελέτη του Παραμεγδόβιου δρόμου θα ολοκληρώνονταν πολύ σύντομα,

ενώ έπρεπε να είχε παραδοθεί στις 31/7/25 και ότι επειδή δεν υπήρχαν χρήματα για το έργο, θα τα ζητούσαν από το υπουργείο Υποδομών, ο δε περιφερειάρχης κ. Κουρέτας, είχε συμπληρώσει ότι εντός ολίγων ημερών θα παρουσίαζε τα έργα που θα ζητούσε τη χρηματοδότησή τους από το Υπουργείο Υποδομών. Στη συνεδρίαση του περιφερειακού συμβουλίου Θεσσαλίας (10.12.2025), η Λαϊκή Συσπείρωση Θεσσαλίας έθεσε για πολλοστή φορά προς την περιφερειακή αρχή το ερώτημα γιατί δεν προχωρά ο Παραμεγδόβιος δρόμος και η γέφυρα επί του Μέγδοβα ποταμού.

Ο κ. Κουρέτας και ο κ. Τέλιος, απάντησαν ότι ούτε τη μελέτη του δρόμου παρέλαβαν ακόμα αφού δεν ολοκληρώθηκε, ούτε υπέβαλαν αίτημα στο Υπουργείο Υποδομών για τη χρηματοδότησή του έργου, ούτε θεωρούν ότι έχει νόημα να τοποθετήσουν την γέφυρα που έχει εγκεκριμένη μελέτη από το 2015 και να

χαλικοστρώσουν τα 7,7 χλμ. του δρόμου που είναι εντός της Π.Ε. Καρδίτσας, αφού δεν θα γίνει ο δρόμος ακόμα.

Με δημοσίευση της 22ας Δεκεμβρίου 2025, η περιφερειακή αρχή του κ. Κουρέτα, αποδεικνύει ότι η κοροϊδία της για τον Παραμεγδόβιο δρόμο «πάει σύννεφο», όπως έκανε και η προηγούμενη. Συγκεκριμένα ανακοίνωσε ότι έδωσε μια ακόμα παράταση, ενός χρόνου, έως στις 31 Δεκεμβρίου 2026, για την ολοκλήρωση της μελέτης.

Πρόκειται για μια μελέτη που υπογράφηκε από την περιφερειακή αρχή Αγοραστού τον Οκτώβριο του 2021 και έπρεπε βάση της σύμβασης να παραδοθεί τον Δεκέμβριο του 2022, αλλά αυτό δεν είχε γίνει και ο τότε περιφερειάρχης είχε δώσει παράταση μέχρι τον Οκτώβριο του 2023, χωρίς και τότε να παραδοθεί.

Η νέα περιφερειακή αρχή Κουρέτα, όχι

μόνο δεν υποχρέωσε την ιδιωτική μελετητική εταιρεία να την παραδώσει έγκαιρα, αλλά της έδωσε και νέα παράταση μέχρι στις 31 Ιουλίου 2025 και τώρα ανακοίνωσε χωρίς καμιά ντροπή νέα παράταση έως στις 31 Δεκεμβρίου 2026 (!) χωρίς καμία σοβαρή εξήγηση γιατί τόσα χρόνια δεν έχει ολοκληρωθεί η μελέτη του Παραμεγδόβιου δρόμου.

Αυτές είναι οι ταχύτητες της Περιφέρειας Θεσσαλίας και γενικότερα του αστικού κράτους, όταν πρόκειται για έργα αναγκαία για το λαό, σε αντίθεση με τις ταχύτατες διαδικασίες και χρόνους όταν πρόκειται για έργα που σχεδιάζει και υλοποιεί προς όφελος του μεγάλου κεφαλαίου (π.χ. Ε65). Άλλωστε ο Παραμεγδόβιος δρόμος ξεκίνησε μόλις το 1880!

*** Ο Τάσος Τσιαπλές είναι περιφερειακός σύμβουλος και επικεφαλής της Λαϊκής Συσπείρωσης Θεσσαλίας**

Ένα έργο από την εποχή του... Τρικούπη

Ο Παραμεγδόβιος δρόμος δεν αποτελεί ένα ακόμη ημιτελές ή λησμονημένο τεχνικό έργο. Αντίθετα, συμβολίζει με τον πιο χαρακτηριστικό τρόπο το πώς η γεωγραφική απομόνωση συνεχίζει να λειτουργεί ως τροχοπέδη για την πρόοδο ολόκληρων περιοχών της χώρας, την ίδια στιγμή που η δημόσια συζήτηση περιστρέφεται γύρω από την ανάγκη ισόρροπης περιφερειακής ανάπτυξης.

Πρόκειται για ένα έργο με βαθιές ιστορικές ρίζες, καθώς η αρχική του σύλληψη ανήκει στον Χαρίλαο Τρικούπη. Ο δρόμος

σχεδιάστηκε ώστε να συνδέσει την Καρδίτσα με το Αγρίνιο, ακολουθώντας τη μοναδικής ομορφιάς διαδρομή κατά μήκος του ποταμού Μέγδοβα. Ωστόσο, παρά το γεγονός ότι απομένουν μόλις 19 χιλιόμετρα οδοποιίας και η κατασκευή μίας γέφυρας, το έργο παραμένει ανολοκλήρωτο για δεκαετίες.

Αναλυτικότερα, απαιτείται η ασφαλτόστρωση 8 χιλιομέτρων στην πλευρά της Καρδίτσας, από το χωριό Νεράιδα έως το σημείο της προβλεπόμενης γέφυρας στα όρια των Νομών Καρδίτσας και Ευρυτανίας, καθώς και η βελτίωση των 11 χιλιομέτρων

στην πλευρά της Ευρυτανίας, από τη γέφυρα έως το χωριό Μαυρομμάτα. Παράλληλα, η γέφυρα του Μέγδοβα διαθέτει πλήρεις και ώριμες μελέτες ήδη από το 2015.

Η ολοκλήρωση αυτού του μικρού, αλλά κρίσιμου τμήματος μπορεί να μετατρέψει έναν «ξεχασμένο» δρόμο σε ισχυρό αναπτυξιακό άξονα για τη Δυτική Θεσσαλία και τη Στερεά Ελλάδα. Δεν αφορά μόνο τις τοπικές κοινωνίες των δύο νομών, αλλά ενισχύει τη διαπεριφερειακή σύνδεση, δίνει ώθηση στον τουρισμό και δημιουργεί νέες προοπτικές για τους ορεινούς οικισμούς. Την ώρα που

σε εθνικό επίπεδο υλοποιούνται σημαντικές υποδομές, όπως ο Ε65, είναι αναγκαίο να δοθεί έμφαση και σε έργα τοπικής, αλλά στρατηγικής σημασίας. Οι μελέτες στην πλευρά της Καρδίτσας βρίσκονται σε εξέλιξη, όμως στην Ευρυτανία δεν έχει ακόμη ξεκινήσει η αντίστοιχη διαδικασία.

Το έργο δεν μπορεί να παραμείνει στάσιμο. Απαιτείται πολιτική βούληση, συντονισμένη δράση των φορέων και επαρκής χρηματοδότηση. Η ανάπτυξη δεν μπορεί να αφήνει περιοχές στο περιθώριο. Ο Παραμεγδόβιος δρόμος πρέπει επιτέλους να ολοκληρωθεί.

Γράφει ο **Τάσος Τσιαπλές**

Στο δρόμο για τον τελικό κυβερνητικό ανασχηματισμό πριν την εθνική κάλπη, δυσοίωνο το μέλλον του υπουργού Αγροτικής Ανάπτυξης που έχει αναγορευτεί σε persona non grata για αγρότες και κτηνοτρόφους



Αντίστροφη μέτρηση για τον Τσιάρα

Ποια δεδομένα φέρνει η νέα χρονιά για τους έτερους Θεσσαλούς κυβερνητικούς, Δημήτρη Παπαστεργίου και Χρήστο Κέλλα

Με το σκάνδαλο του ΟΠΕΚΕΠΕ και τις αγροτικές κινητοποιήσεις να πιέζουν την κυβέρνηση, επιτείνουν τα σενάρια αλλαγής προσώπων και χαρτοφυλακίων στο υπουργικό συμβούλιο, με τον επικείμενο ανασχηματισμό να τοποθετείται χρονικά στο πρώτο δίμηνο του νέου έτους. Η αξιολόγηση υπουργών και υφυπουργών έχει ξεκινήσει προ καιρού στο Μαξίμου με το μέλλον των παρόντων της Θεσσαλικής υπουργικής εκπροσώπησης να προδιαγράφεται δυσοίωνο. Στον προθάλαμο μιας χρονιάς με έντονες πολιτικές ανακατατάξεις και σε μία περίοδο με βαρύ κοινωνικό κλίμα, η εικόνα των υπουργών της κυβέρνησης παρουσιάζει ενδιαφέρουσες διαφοροποιήσεις. Με την κυβέρνηση να περνάει στο τρίτο έτος της δεύτερης θητείας της παραμένοντας σε σταθερά φθοράς, η ανάγνωση του συνδυασμού αποτελεσματικότητας αλλά και επικοινωνιακού αποτυπώματος των υπουργών συνιστά πλέον τον μοναδικό δείκτη μέτρησης, όσο η απόσταση από την εθνική κάλπη μειώνεται.

Γράφει ο **Τάσος Κουρκούμπας**

Στην έξοδο από το ΥπΑΑΤ

Σε μια περίοδο όπου η κυβέρνηση συνολικά δέχεται αυξημένη κριτική, ο Κώστας Τσιάρας ως υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, πρωταγωνιστεί αρνητικά στη δημόσια συζήτηση. Για τον Καρδίτσιωτη πολιτικό ο χρόνος για την παράδοση της υπουργικής του καρέκλας κυλάει αντίστροφα και χωρίς επιστροφή. Χρεώνεται πολλά επικοινωνιακά λάθη και κάκιους χειρισμούς στη διαχείριση της τρέχουσας αγροτικής κρίσης, με τους αγρότες να έχουν τοποθετήσει το πρόσωπό του στο κάδρο των ευθυνών. Στο ενδοκυβερνητικό περιβάλλον η κύρια αποδιδόμενη στον ίδιο κατηγορία είναι αυτή της υποτίμησης της κατάστασης, κι όταν -όπως λένε οι ίδιοι οι αγροτοσυνδυαστές- είχε όλο το προηγούμενο διάστημα ενημέρωση για την ένταση των κινητοποιήσεων. Τα μπλόκα μάλιστα ήρθαν να προστεθούν στην ήδη επιβαρυνόμενη για τον κ. Τσιάρα ατμόσφαιρα της αδυναμίας να ελεγχθεί η διασπορά της ευλογιάς των αιγοπροβάτων. Με τη ζωνόσο να διασπείρεται

από τον Αύγουστο του 2024 προκαλώντας τεράστιες απώλειες στο ζωικό κεφάλαιο της χώρας αλλά και αναδεικνύοντας τις παθογένειες του κρατικού μηχανισμού, το ΥπΑΑΤ βρέθηκε στο στόχαστρο σφοδρής κριτικής για επίδειξη εγκληματικά αργών αντανάκλαστικών κι ο ίδιος πολιτικά εκτεθειμένος από τις τοποθετήσεις του Ούγγρου επιτρόπου Όλιβερ Βαρχέλι. Παράλληλα, το προφίλ του Κώστα Τσιάρα επλήγη στις προ μηνός εσωκομματικές εκλογές για την ανάδειξη των κομματικών επιτροπών της Νέας Δημοκρατίας. Ως πολιτικός με ισχυρή αναφορά στην περιφέρεια της Καρδίτσας, η ακύρωση της τοπικής κάλπης λόγω έλλειψης ενδιαφέροντος και υποψηφιότητων, επιβάρυνε την εικόνα του. Λίγο-πολύ όλα τα παραπάνω αποτυπώθηκαν και στη δημοσκόπηση της MRB για τη δημοτικότητα των υπουργών, με τον Κώστα Τσιάρα να κατακρηνίζεται και να καταγράφει θεαματική πτώση. Συγκεκριμένα το 45,6% τον αξιολόγησε αρνητικά, ενώ 22,2% δήλωσε ότι... μόλις που ξέρει το όνομά του, ποσοστό ιδιαίτερα υποτιμητικό για έναν πολιτικό με μακρά υπουργική θητεία. Ακόμη χειρότερο για τον ίδιο, το γεγονός ότι παγιώνεται στους ουραγούς της σχετικής λίστας, παραμένοντας, όπως και στην αντίστοιχη μέτρηση του Ιουνίου, στην 21η θέση σε σύνολο 23 υπουργών.

Ο «άγνωστος» υπουργός

Σε περιβάλλον αβεβαιότητας κινείται ο έτερος Θεσσαλός υπουργός, Δημήτρης Παπαστεργίου. Δυόμισι χρόνια μετά τη διαδοχή του Κυριάκου Πιερρακάκη ως εξωκοινοβουλευτικός στην ηγεσία του υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης, ο πρώην δήμαρχος Τρικκαίων εμφανίζεται να «σχοινοβατεί» επικίνδυνα στις κρίσεις του Μαξίμου. Άλλωστε το συσταθέν το 2019 υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης μπορεί να έχει κερδίσει τις εντυπώσεις στη μάχη με το τέρας της γραφειοκρατίας επιφέροντας θετικές αλλαγές στην καθημερινότητα πολιτών και επιχειρήσεων, δεν μπορεί όμως οι πολίτες να μην τοποθετούνται θετικά για τον επικεφαλής του. Αν και θέμα απομάκρυνσής του από την ηγεσία του υπουργείου δεν διαφαίνεται στον ορίζοντα, ουσιαστικά η νέα χρονιά θα αποτελέσει το μεταίχμιο της πολιτικής διαδρομής του κ. Παπαστεργίου. Η μία κατεύθυνση οδηγεί στην κάθοδό του στην επόμενη εθνική κάλπη

ως υποψήφιος βουλευτής των Τρικάλων. Μία επιλογή ωστόσο που αναμένεται να επιφέρει αναταράξεις στο εσωτερικό μέτωπο της Νέας Δημοκρατίας επιφέροντας ανατροπή συσχετισμών σε τοπικό επίπεδο, όπου «κυριαρχεί» ο γραμματέας της Πολιτικής Επιτροπής του κόμματος, Κώστας Σκρέκας. Η άλλη κατεύθυνση είναι η επιστροφή του στην αυτοδιοίκηση, όχι όμως στον δημαρχιακό θώκο των Τρικάλων. Η εκλογή του Δημήτρη Κουρέτα στην Περιφέρεια Θεσσαλίας μπορεί για τις τότε συνθήκες των αυτοδιοικητικών καλπών του '23 να θεωρήθηκε για πολλούς στο εσωτερικό της ΝΔ ως επιβεβλημένη, οι κινήσεις ωστόσο του νυν Περιφερειάρχη αποτελούν πλέον «πληγή που πρέπει να κλείσει». Αν και οι εκλογές της αυτοδιοίκησης έπονται αυτές των εθνικών, ο Δημήτρης Παπαστεργίου φαντάζει στην Πειραιώς ως η ιδανική απάντηση για την επανάκτηση της Περιφέρειας Θεσσαλίας.

Λύτρωση και όχι τιμωρία

Στον ίδιο παράλληλο με τον Κώστα Τσιάρα, επισφαλής κρίνεται για τη νέα χρονιά και η θέση του υφυπουργού του ΥπΑΑΤ, Χρήστου Κέλλα. Ο Λαρισαίος πολιτικός, έχοντας ανατρέψει τους συσχετισμούς δυο φορές στην τοπική ΝΔ -ο αριθμός και η θέση εκλογής των «Κελλικών» στις εκλογές της τοπικής ΝΔ αποτέλεσε εκκωφαντική επίδειξη δύναμης- ωστόσο οι συνεχείς κρίσεις στον πρωτογενή τομέα, έχουν προκαλέσει στον ίδιο σημαντική φθορά στην κεντρική του αξιολόγηση. Πέρα από την πολιτική διαχείριση των καταστάσεων από το υπουργείο, στον κ. Κέλλα καταλογίζεται επικοινωνιακή αδυναμία, με πολλές τηλεοπτικές του παρουσίες να κρίνονται τουλάχιστον ανεπαρκείς. Πολλώ δε όταν αγροτοκτηνοτροφικοί σύλλογοι με ανακοινώσεις του συχνά-πυκνά τον εκθέτουν παρουσιάζοντάς τον ως «αδιάβαστο» επί των θεμάτων αρμοδιότητάς του. Από το περιβάλλον του Χρήστου Κέλλα πάντως, τυχόν αντικατάστασή του στο ΥπΑΑΤ φαντάζει περισσότερο ως επιθυμία και του ίδιου, στη λογική του «λάθος υπουργείο τη λάθος στιγμή». Συμπτωματικά ή μη, το τελευταίο διάστημα στα τοπικά παρασκήνια συζητείται και το σενάριο μεταπήδησης του από τα κοινοβουλευτικά έδρανα, στο βήμα της Περιφέρειας Θεσσαλίας. Ο χρόνος θα δείξει...

Οι δόσεις που λήγουν ή έληξαν μεταφέρονται μετά το τέλος του αρχικού προγράμματος ρύθμισης, με αυτόματη επιμήκυνση της διάρκειάς του για ίσο αριθμό μηνών



ΠΛΗΓΕΝΤΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΥΛΟΓΙΑ «Ανάσα» για τους κτηνοτρόφους

Παράταση και αναστολή είσπραξης βεβαιωμένων οφειλών προς την ΑΑΔΕ και του ΟΤΑ έως το τέλος του 2026

Γράφει
ο Τάσος
Κουρκούμπας

Σημαντική οικονομική ανάσα για εκατοντάδες κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις που δοκιμάστηκαν σκληρά από την ευλογία των προβάτων φέρνει η νέα Κοινή Υπουργική Απόφαση (ΚΥΑ), η οποία ήδη δημοσιεύθηκε σε ΦΕΚ. Η ρύθμιση προβλέπει την παράταση καταβολής και την αναστολή είσπραξης βεβαιωμένων οφειλών προς την ΑΑΔΕ, τους Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης (ΟΤΑ) και τα νομικά τους πρόσωπα, για τους κτηνοτρόφους στους οποίους επιβλήθηκε το δραστικό μέτρο της καθολικής θανάτωσης των ζώων.

Η απόφαση συνυπογράφεται από τα υπουργεία Οικονομίας και Οικονομικών, Εσωτερικών, Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, καθώς και από τον διοικητή της ΑΑΔΕ, και έρχεται να καλύψει ένα σοβαρό κενό στήριξης για παραγωγούς που βρέθηκαν ξαφνικά χωρίς ζωικό κεφάλαιο και χωρίς άμεση δυνατότητα εισοδήματος.

Δικαιούχοι είναι οι κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις στις οποίες επιβλήθηκε, στο πλαίσιο ελέγχου και εκρίζωσης της νόσου, το μέτρο της καθολικής θανάτωσης ζώων λόγω ευλογιάς προβάτων.



Για την εφαρμογή της ρύθμισης, το υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων αποστέλλει ηλεκτρονικά στη Γενική Διεύθυνση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης (ΓΔΗΛΕΔ) της ΑΑΔΕ, καθώς και στους οικείους δήμους και τα νομικά τους πρόσωπα, αναλυτικούς πίνακες με τα στοιχεία των εκμεταλλεύσεων που επλήγησαν.

Σε περιπτώσεις όπου μια εκμετάλλευση δικαιούται την ένταξη αλλά τα στοιχεία της δεν έχουν διαβιβαστεί εγκαίρως, δίνεται η δυνατότητα στον κτηνοτρόφο να υποβάλει αίτημα απευθείας στην αρμόδια υπηρεσία της ΑΑΔΕ. Για τον σκοπό αυτό απαιτείται η προσκόμιση της απόφασης λήψης μέτρων σε μολυσμένη εκμετάλλευση και του πρακτικού θανάτωσης και καταστροφής των ζώων.

Παράταση καταβολής οφειλών προς την ΑΑΔΕ

Η ΚΥΑ προβλέπει γενναία παράταση στις προθεσμίες καταβολής βεβαιωμένων οφειλών. Συγκεκριμένα:

Για εκμεταλλεύσεις στις οποίες το μέτρο είχε επιβληθεί έως και τις 17 Οκτωβρίου 2025, οι οφειλές που έληξαν ή έληξαν από την ημερομηνία αυτή έως και τις 31 Δεκεμβρίου 2026, παρατείνονται έως την 31η Δεκεμβρίου 2026.

Για μέτρα που επιβλήθηκαν από τις 18 Οκτωβρίου 2025 και μετά, η παράταση ισχύει

πλήρης αναστολή είσπραξης ληξιπρόθεσμων οφειλών προς την ΑΑΔΕ έως το τέλος του 2026, χωρίς υπολογισμό τόκων ή προσαυξήσεων, με επιστροφή ποσών που εισπράχθηκαν μέσω αναγκαστικών μέτρων. Αυτό παρέχει στους κτηνοτρόφους άμεση ανακούφιση και χρόνο για οικονομική ανασυγκρότηση μετά την απώλεια ζώων και εισοδήματος



όσους είχαν ήδη ληξιπρόθεσμες οφειλές στις 17 Οκτωβρίου 2025, η αναστολή ισχύει από την ημερομηνία αυτή έως τις 31 Δεκεμβρίου 2026. Για μεταγενέστερες περιπτώσεις, η αναστολή ξεκινά από την ημερομηνία επιβολής του μέτρου. Κατά το διάστημα της αναστολής δεν υπολογίζονται τόκοι ή προσαυξήσεις, ενώ ποσά που εισπράχθηκαν μέσω αναγκαστικών μέτρων επιστρέφονται στον δικαιούχο. Εξαίρεση αποτελούν ποσά που καταβλήθηκαν ή συμψηφίστηκαν μέσω αποδεικτικού ενημερότητας, τα οποία δεν επιστρέφονται. Αντίστοιχες προβλέψεις για ΟΤΑ και νομικά πρόσωπα Ανάλογες διευκολύνσεις προβλέπονται και για τις οφειλές προς Δήμους και νομικά πρόσωπα αυτών, από τέλη, δικαιώματα και εισφορές. Η πληρωμή ληξιπρόθεσμων οφειλών αναστέλλεται έως το τέλος του 2026, ενώ «παγώνουν» και οι δόσεις ρυθμίσεων, με επιμήκυνση των προγραμμάτων καταβολής. Και εδώ προβλέπεται επιστροφή προσαυξήσεων και τόκων που επιβλήθηκαν στο επίμαχο διάστημα, μετά από αίτηση του ενδιαφερόμενου. Η νέα ρύθμιση έρχεται σε μια περίοδο κατά την οποία πολλοί κτηνοτρόφοι παλεύουν να επανεκκινήσουν τις εκμεταλλεύσεις τους, αντιμετωπίζοντας ταυτόχρονα απώλεια εισοδήματος, αυξημένο κόστος παραγωγής και καθυστερήσεις στις αποζημιώσεις. Το «πάγωμα» των οφειλών έως το τέλος του 2026 δίνει τον απαραίτητο χρόνο για οικονομική ανασυγκρότηση και θεωρείται από τον κλάδο ένα κρίσιμο βήμα για τη διατήρηση της κτηνοτροφικής δραστηριότητας σε περιοχές που

για οφειλές που έληγαν ή έληξαν από την ημερομηνία επιβολής του μέτρου έως το τέλος του 2026. Ιδιαίτερη σημασία έχει και η πρόβλεψη για τις υφιστάμενες ρυθμίσεις τμηματικής καταβολής. Οι δόσεις που λήγουν ή έληξαν στο ίδιο διάστημα «παγώνουν» και μεταφέρονται

μετά το τέλος του αρχικού προγράμματος ρύθμισης, με αυτόματη επιμήκυνση της διάρκειάς του για ίσο αριθμό μηνών. Παράλληλα, τυχόν προσαυξήσεις, τόκοι ή επιβαρύνσεις εκπρόθεσμης καταβολής που επιβλήθηκαν στο διάστημα αυτό επιστρέφονται, κατόπιν αίτησης του φορολογούμενου,

ενώ ρυθμίσεις που χάθηκαν λόγω αδυναμίας πληρωμής αναβιώνουν επίσης με σχετική αίτηση. **«Πάγωμα» οφειλών** Πέρα από την παράταση, η απόφαση προβλέπει και πλήρη αναστολή είσπραξης ληξιπρόθεσμων οφειλών προς την ΑΑΔΕ. Για

Τα χριστουγεννιάτικα πάρκα και οι εκδηλώσεις σε πόλεις όπως Τρίκαλα, Δράμα, Καστοριά, Γιαννιτσά, Πάτρα, Ιωάννινα, Βόλο, Θεσσαλονίκη και Λάρισα προσφέρουν μαγικές εμπειρίες για παιδιά και ενήλικες, συνδυάζοντας παραμυθένια σκηνικά, θεατρικές παραστάσεις, μουσική και δραστηριότητες

Τρίγωνα Καλαντα σε κάθε γειτονιά, ήρθαν τα Χριστούγεννα και είναι όλα γιορτινά

Οι πύλες άνοιξαν, η μαγεία είναι διάχυτη και οι παραμυθορώρες των εορτών περιμένουν τους επισκέπτες των Χριστουγέννων

Γράφει η Έννη Λεβέντη

Ήρθαν τα Χριστούγεννα! Η πιο σπουδαία γιορτή χαράς για τα παιδιά. Ήδη έχουν ανοίξει τις πύλες τους τα χριστουγεννιάτικα πάρκα στην Ελλάδα. Μαγικοί χώροι που περιμένουν τους μικρούς φίλους να ζήσουν μαγικές στιγμές και τους μεγάλους για να ξαναγίνουν παιδιά. Τα τελευταία χρόνια είναι πολλά τα χριστουγεννιάτικα πάρκα σε πολλές πόλεις της χώρας που δίνουν την ευκαιρία σε ντόπιους, αλλά κι επισκέπτες να ζήσουν τη μαγεία των εορτών. Άλλωστε τα περισσότερα από αυτά, γίνονται αφορμή για να ταξιδέψει η ελληνική οικογένεια σε όποια περιοχή φιλοξενεί ένα θεματικό πάρκο για να ζήσουν αυτή την εμπειρία της μαγεΐας των Χριστουγέννων.

Μύλος των Ξωτικών – Τρίκαλα Θεσσαλίας
Από τα πιο δημοφιλή πάρκα της χώρας. Άνοιξε για πρώτη φορά την μαγική πύλη του στις 9 Δεκεμβρίου του 2011 στον Μύλο Ματσόπουλου. Τα παλιά φουγάρα πήραν μπροστά και από τότε δουλεύουν αταμάτητα, με τη φήμη του μύλου των ξωτικών στα Τρίκαλα, να περνάει και τα σύνορα της χώρας. Κάθε χρόνο κάτι καινούριο συμβαίνει στον Μύλο των Ξωτικών. Μια ιστορία εμπνευσμένη αναβιώνει και προσκαλεί μικρούς και μεγάλους να ζήσουν μαζί μια νέα περιπέτεια. Έτσι, φέτος, γύρω από το μεγαλύτερο δέντρο της Ευρώπης, τα απίθανα σιντριβάνια και το παραμυθένιο δενδρόσπιτο θα περάσουν τα φετινά Χριστούγεννα όλοι οι ήρωες του Πήτερ Παν και θα πετάξουν παρέα μες την μικρή Τινκερμπελ.
Ανακαλύψτε τη μαγεία των Χριστουγέννων και χαλαρώστε στα μαγικά σημεία του φανταστικού κόσμου της: Χώρας του Ποτέ.
•Το σπίτι του Άν Βασίλη: Εκεί όπου τα όνειρα των παιδιών γίνονται πραγματικότητα
•Το δεντρόσπιτο της Τινκερμπελ: Η καρδιά της νεραϊδόσκονης στον Μύλο των Ξωτικών
•Η κουζίνα της κυρά Βασίλενας: Ανακαλύψτε το μέρος που ζυμώνονται τα μυστικά των γιορτών
•Ταχυδρομείο των Ξωτικών: Η μαγική διαδρομή των χριστουγεννιάτικων ευχών
•Ζωγραφική προσώπου: Οι ζωγράφοι των ξωτικών μεταμορφώνουν μικρούς και μεγάλους!
•Ο Τροχός των Πειρατών της Βιολάντα: Ένας λαμπερός τροχός γεμάτος γλυκές εκπλήξεις και χαρές
•Εργαστήρι Μανιταριών: Ταξίδι στη φύση και τα υπέροχα μυστικά του Βορρά
•Ημέρες Παραμυθιού: Μια μαγική εμπειρία γεμάτη

ιστορίες, ήρωες και φαντασία

Ονειρούπολη – Δράμα
Επίσης, ένα από τα πιο γνωστά πάρκα της Ελλάδας. Η Ονειρούπολη της Δράμας χαρίζει χαμόγελα, γλυκές αναμνήσεις και παραμυθένια ατμόσφαιρα στους επισκέπτες από το 2004. Το ονειρικό πάρκο της Δράμας, περιμένει μικρούς και μεγάλους να τους μυήσει στη μαγεία των Χριστουγέννων. Κάθε χρόνο, ο δημοτικός κήπος και η κεντρική πλατεία της Δράμας, μεταμορφώνονται σε παραμυθένια σκηνικά και όλοι οι επισκέπτες σε πρωταγωνιστές, στο απόλυτο χριστουγεννιάτικο παραμύθι: την Ονειρούπολη! Νεράιδες, ξωτικά, τάρανδοι, καλικάντζαροι, χιονάνθρωποι, αλλά και ο ίδιος ο Άγιος Βασίλης, ζουν σ' ένα μέρος που... μυρίζει Χριστούγεννα. Η ατμόσφαιρα της μαγικής γιορτής, τρυπώνει μέσα στα ξύλινα σπιτάκια και βγαίνει από τις καμινάδες και ανεβαίνει στα πιο ψηλά δέντρα και ακόμα πιο ψηλά και φωτίζει τις λιμνούλες και χορεύει στους δρόμους, παρασύροντας στον ρυθμό των ημερών, όποιον βρίσκεται εκεί. Η είσοδος στην Ονειρούπολη είναι ελεύθερη και η συμμετοχή στις δράσεις είναι δωρεάν, ενώ η προετοιμασία είναι αποτέλεσμα εθελοντικής προσφοράς.

Χριστούγεννα στην Καστοριά
Τα τελευταία χρόνια κάθε Χριστούγεννα στην Καστοριά, λειτουργεί το θεματικό διαδραστικό πάρκο που αποτελεί έναν επιπλέον λόγο για να επισκεφτείτε μία από τις ωραιότερες πόλεις της Ελλάδας. Κάθε φορά οι εκδηλώσεις είναι εντυπωσιακές και οι μικροί και μεγάλοι επισκέπτες έχουν τη δυνατότητα να πρωταγωνιστήσουν στις χριστουγεννιάτικες περιπέτειες του παρκου των Χριστουγέννων της Καστορίας.
Μην ξεχάσετε να επισκεφθείτε το σπίτι της νεράιδας και του Άν Βασίλη και να ξέρετε ότι με την επίσκεψη, συνδράμειτε πάντα για έναν καλό σκοπό.

Βόλτα στα Γιαννιτσά με την παραμυθούπολη να γιορτάζει 13 χρόνια της μαγείας των Χριστουγέννων
Η Παραμυθούπολη στα Γιαννιτσά συμπληρώνει 13 χρόνια λειτουργίας και έχει γίνει γνωστή με τους επισκέπτες από διάφορα σημεία της χώρας, να καταφτάνουν στα ομορφιά Γιαννιτσά, συνδυάζοντας γιορτινές διακοπές ξεγνοιασιά και διασκέδαση. Στο χριστουγεννιάτικο πάρκο της πόλης θα έχετε την ευκαιρία να ανακαλύψετε: Το χωριό του Άγιου Βασίλη με τα ξωτικά, όπου τα παιδιά μπορούν να ζήσουν την





Η ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΚΑΙ Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Κάθε χριστουγεννιάτικο πάρκο προσφέρει μοναδικές εμπειρίες, όπως το σπίτι του Άη Βασίλη, τα δεντρόσπατα των ξωτικών, εργαστήρια, παγοδρόμια, συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις και θεματικά παιχνίδια, που συνδυάζουν ψυχαγωγία, φαντασία και εκπαιδευτικές δραστηριότητες για όλες τις ηλικίες

περιπέτεια μαζεύοντας τις σφραγίδες των Χριστουγέννων, να γράψουν την επιστολή τους στον Άγιο και να συμμετάσχουν σε διάφορες δραστηριότητες. Το Παγοδρόμιο, το Λούνα Παρκ, την χριστουγεννιάτικη αγορά με μοναδικά δώρα και χειροποίητες δημιουργίες, αλλά και μοναδικές εκπλήξεις στην κεντρική εξέδρα της Παραμυθούπολης. Επίσης, θα απολαύσετε συναυλίες, χορευτικές ομάδες, ανιματέρ και πολλά άλλα. Κάθε μέρα θα είναι διαφορετική και γεμάτη εκπλήξεις!

Η Πάτρα δεν είναι μόνο προορισμός για τις απόκριες. Εδώ έχουν το δέντρο τους τα ξωτικά

Αυθεντικά, ονειρικά, νοσταλγικά, είναι τα Χριστούγεννα στην Πάτρα. Ένα παιδικό όνειρο χτίστηκε γύρω από τις ρίζες του υπεραιώνobiου δέντρου Ban Yan: Το Δέντρο των Ξωτικών στην Πάτρα! Χιλιάδες λαμπιόνια, πολύχρωμα χριστουγεννιάτικα δέντρα, ξωτικά, τάρανδοι, πόνυ, ο Άι Βασίλης, ονειρεμένα λούνα πάρκ, ήρωες αγαπημένων παραμυθιών και μια μαγική Χριστουγεννιάτικη Αγορά με ονειρικά ξύλινα σπιτάκια συνθέτουν ένα μοναδικό εορταστικό σκηνικό, που έρχεται για να κάνει κάθε χρόνο τα Χριστούγεννα στην πόλη μαγικά! Το «Δέντρο των Ξωτικών» ξεκίνησε τη λειτουργία του το 2022 και αποτελεί το μεγαλύτερο και πιο φαντασμαγορικό Χριστουγεννιάτικο Πάρκο της Νοτιοδυτικής Ελλάδας. Βρίσκεται στον πανέμορφο κήπο ενός ιστορικού χώρου της πόλης, που λειτούργησε για πρώτη φορά το 1846, συνδέοντας το εμπορικό του όνομα με το βιομηχανικό παρελθόν της Πάτρας. Στον κήπο δεσπόζει το υπεραιώνobiο δέντρο Ban Yan, προστατευόμενο μνημείο της UNESCO, που μαγεύει μικρούς και μεγάλους και αποτελεί πλέον το έμβλημα του πάρκου. Οι πύλες έχουν ήδη ανοίξει και για το επόμενο διάστημα, περιμένουν τους επισκέπτες πολλές εκπλήξεις δράσεις κι εκδηλώσεις.

Χριστούγεννα με παιδιά στα Ιωάννινα

Ένας ακόμη προορισμός που εντυπωσιάζει μικρούς και μεγάλους, είναι τα Ιωάννινα. Η πόλη γεμίζει λαμπιόνια και στήνεται κάθε χρόνο τουλάχιστον ένα χριστουγεννιάτικο πάρκο αλλά δεν είναι αυτός ο βασικός λόγος να κάνεις αυτή την επιλογή. Οι οικογενειακές διακοπές Χριστουγέννων στην Ελλάδα, μπορούν να έχουν επίκεντρο την πόλη των Ιωαννίνων για πολλούς ακόμη λόγους. Για τα πολλά αξιοθέατα που είναι ιδανικά και για παιδιά, όπως το νησάκι και η βόλτα με το караβάκι. Για το πολύ καλό και οικονομικό φαγητό και τις δεκάδες επιλογές με τα kids friendly μαγαζιά. Και φυσικά για τα καταπληκτικά γλυκά. Σε κάθε δρόμο θα συναντήσεις ζαχαροπλαστεία αλλά και γλυκοπωλεία με παραδοσιακές γεύσεις αλλά και πιο σύγχρονες. Επιπλέον, τα Ιωάννινα μπορούν να αποτελέσουν την βάση σου για να κάνεις εκδρομές τριγύρω.

Επίσκεψη στη Ζαχαροχώρα του Βόλου

Ο Βόλος τα Χριστούγεννα λένε ότι σε μαγεύει με τον εντυπωσιακό στολισμό, τον γαλάζιο ουρανό και τη μαγεία του Πηλίου. Κάθε χρόνο στην πόλη διοργανώνεται ένας γιορτινός κύκλος με events με τίτλο «Ο Βόλος μας Μαγεύει». Εκείνη την περίοδο πραγματοποιούνται μαγικά δρώμενα, στολισμοί και εκπλήξεις για μικρούς και για μεγάλους.

Η έναρξη φέτος έγινε στις 2 Δεκεμβρίου, με την τελετή φωταγώγησης της πόλης του Βόλου και οι εκδηλώσεις θα κορυφωθούν με τη Βραδιά των Φαναριών στις 06 Ιανουαρίου. Στην Πλατεία Ρήγα Φεραίου υπάρχει το Χριστουγεννιάτικο χωριό του

Αϊ-Βασίλη, ενώ στην Πλατεία Πανεπιστημίου σε περιμένει το χριστουγεννιάτικο πάρκο «Ζαχαροχώρα». Το ίδιο όμορφο και γραφικά στολισμένα και τα παραδοσιακά χωριά του Πηλίου, όπως Μακρινίτσα, Πορταριά, Μηλιές, Τσαγκαράδα και Ζαγορά.

Άλλος ένας γιορτινός προορισμός είναι τα Λουτρά Πόζαρ

Η Παραμυθοχώρα είναι ένα νέο, μεγάλο χριστουγεννιάτικο χωριό που δημιουργήθηκε στα Λουτρά Πόζαρ. Λειτουργεί από την 1η Δεκεμβρίου και προσφέρει μια χριστουγεννιάτικη εμπειρία με φώτα, μουσική, βόλτες, παιχνίδια και ειδικές εκδηλώσεις. Οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν ένα ολοκληρωμένο θεματικό πάρκο, το οποίο θα περιλαμβάνει:

•Μεγάλο Λούνα Παρκ

•Χριστουγεννιάτικη Αγορά με δεκάδες ξύλινα σπιτάκια για φαγητό, ροφήματα, γλυκά, δώρα και χειροτεχνίες

•Πλήθος δραστηριοτήτων και θεματικών σημείων για όλη την οικογένεια

•Μια σειρά από εντυπωσιακά Special Events, με μουσική, γιορτινή ατμόσφαιρα και πολλές εκπλήξεις

Τα Λουτρά Πόζαρ, ένα από τα πιο δημοφιλή ιαματικά θέρετρα της Ελλάδας, αποτελούν έναν προορισμό που συνδυάζει χαλάρωση, αναζωογόνηση και περιπέτεια. Η περιοχή αποτελεί έναν αληθινό παράδεισο για φυσιολάτρες και λάτρεις της περιπέτειας. Οι επισκέπτες μπορούν να εξερευνήσουν εντυπωσιακά φαράγγια, να διασχίσουν ποτάμια, να ανακαλύψουν καταρράκτες και να απολαύσουν δραστηριότητες όπως πεζοπορία, ποδηλασία και αναρρίχηση.

Μαγικός και ο αστερόκοσμος στη Θεσσαλονίκη

Εάν θέλετε να ζήσετε τα πιο λαμπερά Χριστούγεννα και η Θεσσαλονίκη είναι μέσα στην ταξιδιωτική σας λίστα, τότε μην το σκέφτεστε! Τα Χριστούγεννα στην συμπρωτεύουσα είναι λαμπερά και γεμάτα επιλογές για μικρούς και μεγάλους. Στη στολισμένη Πλατεία Αριστοτέλους περιμένει το καρουζέλ και πολλές δραστηριότητες και εκδηλώσεις για όλη την οικογένεια. Το χριστουγεννιάτικο έλατο έχει στολιστεί με χιλιάδες λαμπιόνια και έχει ανάψει τα φώτα του από τις 3 Δεκεμβρίου. Επίσης, στην προβλήτα 1 του Λιμανιού φιλοξενείται μια εντυπωσιακή χριστουγεννιάτικη αγορά. Επισκεφθείτε το δημοφιλή «Αστερόκοσμο», ο οποίος λαμβάνει χώρα κάθε χρόνο στον χώρο της ΔΕΘ και απολαύστε δραστηριότητες όπως εργαστήρι ξωτικών, face painting, παραστάσεις, καθώς και το σπίτι του Αϊ-Βασίλη. Η συμπρωτεύουσα είναι ιδανική για βραδιές κινηματογράφου και παραστάσεων. Απολαύστε οικογενειακά ταινίες και παραστάσεις σε κάθε γωνιά της πόλης:

•Μολυβένιος Στρατιώτης – Θέατρο Αριστοτέλειον: 22,23,29,30 Νοεμβρίου & 7,14 Δεκεμβρίου 2025

•Ο Καρυσθαύστης (παιδική παράσταση) – Metropolitan Urban Theater: 13 Δεκεμβρίου 2025 – 4 Ιανουαρίου 2026

•Τα Χριστούγεννα του Ίκαρου Ποντίκαρου (μιούζικαλ) – Θέατρο Αθήναιον: 6 – 28 Δεκεμβρίου 2025

•Ο Άγιος Βασίλης και οι Αδέξιοι Βοηθοί του – Artbox Fargani Theater: 6,13,27 Δεκεμβρίου 2025

•Peter Pan On Ice – Sports Arena: 26 Δεκεμβρίου 2025

THE CHRISTMAS FACTORY IS READY

Ήδη οι χριστουγεννιάτικες μηχανές έχουν ανάψει, τα ξωτικά είναι σε μεγάλη φούρια, φροντίζοντας και

για την τελευταία λεπτομέρεια, ενώ τα μπισκότα ψήνονται και μοσχοβολάει όλη η Τεχνόπολη. Φέτος, όλοι κοιτάμε ψηλά και παρακολουθούμε μαγνητισμένοι τον Άι Βασίλη να προσγειώνεται στην καρδιά της Αθήνας, στην Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων για να σημάνει την έναρξη της Χριστουγεννιάτικης περιόδου! Οι Chóres υπό την καλλιτεχνική διεύθυνση της Μαρίνας Σάττι με τις αιθέριες φωνές τους τραγουδούν χριστουγεννιάτικα κάλαντα από όλη την Ελλάδα. Βέβαια μπορείς να κάνεις και μια πολύ καλή πράξη, όπως κάθε χρόνο, το Make a Wish (Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδος) είναι στο Christmas factory. Μην ξεχάσετε να αγοράσετε τα σκουφάκια σας από τα ταμεία της εισόδου και να ενισχύσετε τον σπουδαίο σκοπό του! Το The Christmas Factory είναι συνώνυμο με το φως, τη χαρά, τη γιορτή, το παιχνίδι, τα γέλια, τις γαργαλιστικές μυρωδιές. Είναι το μαγικό αντίδοτο που τα διώχνει όλα! Τα εκατοντάδες σκανταλιάρικα ξωτικά του φροντίζουν για αυτό, υπό την καθοδήγηση του Άη Βασίλη και της κυρά-Βασίλισσας!

Χριστούγεννα στη Λάρισα

Ένα εντυπωσιακό χριστουγεννιάτικο σκηνικό έχει σπηθεί στις πλατείες, Κεντρική και Ταχυδρομείου, αλλά και στους κεντρικούς δρόμους και πεζοδρόμους της Λάρισας. Η πόλη της Λάρισας έχει ντυθεί στα γιορτινά της, γίνεται η πόλη του Άη Βασίλη, Larissa Santa City, γεμίζει με χρώματα, φως, πρωτοτυπεί και προκαλεί όλες και όλους να ζήσουν μια μοναδική χριστουγεννιάτικη εμπειρία! Οι πλατείες έχουν φωταγωγηθεί με εκατοντάδες χιλιάδες λαμπάκια, το ίδιο και οι πεζόδρομοι σε όλο το εμπορικό κέντρο. Η Λάρισα γίνεται πόλη φωτεινή, πόλη Χριστουγεννιάτικη, πόλη γιορτινή και στέλνει μήνυμα χαράς σε όλους.

Ο Δήμος Ρήγα Φεραίου φοράει τα γιορτινά του

Από τις 6 Δεκεμβρίου έως τις 6 Ιανουαρίου ο Δήμος θέλει να προσφέρει στους δημότες ώρες ξεγνοιασιάς, χαράς και αγάπης, αφήνοντας πίσω τα προβλήματα της καθημερινότητας. Με τη συμμετοχή Συλλόγων, φορέων και της Μουσικής Σχολής του Δήμου, οι γιορτές επεκτείνονται σε κάθε περιοχή του Δήμου, με στόχο να προσφέρουν στιγμές χαράς σε μικρούς και μεγάλους. Κεντρικός άξονας των φετινών εκδηλώσεων είναι οι φωταγωγήσεις των χριστουγεννιάτικων δέντρων, που συνοδεύονται από κάλαντα, χριστουγεννιάτικα τραγούδια, παραδοσιακά κεράσματα, παιχνίδια, face painting, bazaar πολιτιστικών συλλόγων και φωτογραφίες με τον Άγιο Βασίλη, τον «βασιλιά» και τη «βασιλίτσα» των Χριστουγέννων. Σε κάθε χωριό προβλέπονται επιπλέον εκπλήξεις, με στόχο την ενεργή συμμετοχή της τοπικής κοινωνίας. Το χριστουγεννιάτικο τρενάκι, αποτελεί βασικό πόλο έλξης για τα παιδιά. Στο πρόγραμμα ξεχωρίζει και η μεγάλη χριστουγεννιάτικη παρέλαση της 23ης Δεκεμβρίου στις 19:00 στο Βελεστίνο, όπου θα συμμετάσχουν όλα τα σχολεία και οι σύλλογοι των δημοτικών διαμερισμάτων, μετατρέποντας το κέντρο της πόλης σε μια μεγάλη γιορτή.

Η Ελλάδα φοράει τα γιορτινά της και είναι μια καλή ευκαιρία να δώσουμε ραντεβού με τη χαρά και την αγάπη. Κάθε σημείο της χώρας έχει στολιστεί και μικροί μεγάλοι ακολουθούν το πνεύμα των ημερών. Φως και χαμόγελα και ζαχαρένια διάθεση είναι η μαγική συνταγή για καλά Χριστούγεννα.

«Ήξερε ή δεν ήξερε ο Δήμαρχος ποια ήταν η πραγματική οικονομική εικόνα; Αν ήξερε, τότε παραπλάνησε συνειδητά. Αν δεν ήξερε, τότε υπάρχει σοβαρό ζήτημα επάρκειας»

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ

Αύξηση τελών με «κατασκευασμένο έλλειμμα»;

Ο επικεφαλής της «Συμπαράταξης Λαρισαίων» αμφισβητεί τη βάση της αύξησης των δημοτικών τελών και ζητά πολιτική λογοδοσία από τη δημοτική αρχή Μαμάκου

Το ζήτημα των δημοτικών τελών επανέρχεται με ένταση στο προσκήνιο της συζήτησης στη Λάρισα, αυτή τη φορά όχι μόνο ως ένα οικονομικό θέμα, αλλά ως πυρήνας μιας ευρύτερης πολιτικής αντιπαράθεσης για τη διαφάνεια, τη συνέπεια λόγων και έργων και, τελικά, για την ίδια τη σχέση εμπιστοσύνης ανάμεσα στη δημοτική αρχή και τους πολίτες.

Γράφει η Βιβή Ζαχοπούλου

Ο επικεφαλής της δημοτικής παράταξης μείζονος αντιπολίτευσης «Συμπαράταξη Λαρισαίων», Δημήτρης Δεληγιάννης μιλώντας

στην «ΠΘ», άσκησε σφοδρή κριτική στη δημοτική αρχή Μαμάκου, υποστηρίζοντας ότι η αύξηση των δημοτικών τελών δεν στηρίχθηκε σε πραγματικά οικονομικά δεδομένα, αλλά σε μια «κατασκευασμένη εικόνα οικονομικής ασφυξίας», η οποία, όπως είπε, κατέρρευσε έναν χρόνο μετά, μέσα από τα ίδια τα στοιχεία του ισολογισμού.

**Από την «καμένη γη»
στο «οικονομικό θαύμα»**

Σύμφωνα με τον κ. Δεληγιάννη, η συζήτηση στο Δημοτικό Συμβούλιο για τον ισολογισμό του 2024 αποκάλυψε μια θεμελιώδη αντίφαση: η ίδια χρονιά που, κατά τη δημοτική αρχή, είχε παρουσιαστεί ως χρονιά «καταστροφής», «οριακής επιβίωσης» και «τεράστιου ελλείμματος», εμφανίστηκε εκ των υστέρων ως χρονιά σχετικής οικονομικής σταθερότητας, με περιορισμένη απόκλιση εσόδων – εξόδων

και θετικό ταμειακό αποτύπωμα.

«Άλλο να μιλάς για έλλειμμα 20 εκατομμυρίων και άλλο για απόκλιση τριών», σημείωσε χαρακτηριστικά, υπογραμμίζοντας ότι οι δύο αυτές εικόνες δεν μπορούν να συνυπάρξουν χωρίς να εγείρονται σοβαρά πολιτικά ερωτήματα.

Κατά τον επικεφαλής της «Συμπαράταξης Λαρισαίων», η επίκληση ενός ελλείμματος της τάξης των 20 εκατομμυρίων ευρώ, το οποίο, όπως είπε, «δεν αποτυπώνεται πουθενά με σαφήνεια στον προϋπολογισμό», λειτούργησε ως βασικό επιχειρήμα για να δικαιολογηθεί η αύξηση των ανταποδοτικών τελών κατά 35%. Μια απόφαση που, όπως υποστήριξε, ελήφθη βιαστικά και χωρίς να εξαντληθούν οι δυνατότητες εναλλακτικής διαχείρισης.

«Τα δημοτικά τέλη δεν είναι απλώς μια τεχνική οικονομική απόφαση, αλλά βαθιά πολιτική επιλογή, η οποία επηρεάζει άμεσα

“

Η αύξηση των τελών δεν αφορά μόνο οικονομικά θέματα, αλλά επηρεάζει άμεσα την καθημερινότητα των νοικοκυριών και την εμπιστοσύνη των πολιτών προς τη δημοτική αρχή, ιδιαίτερα σε ένα κλίμα γενικευμένης κόπωσης και κοινωνικής πίεσης



Ο επικεφαλής της «Συμπαράταξης Λαρισαίων», Δημήτρης Δεληγιάννης, καταγγέλλει ότι η αύξηση των δημοτικών τελών βασίστηκε σε «κατασκευασμένη εικόνα οικονομικής ασφυξίας», ενώ τα οικονομικά στοιχεία του 2024 δείχνουν σχετική σταθερότητα, γεγονός που εγείρει σοβαρά πολιτικά ερωτήματα



την καθημερινότητα των νοικοκυριών και τη βιωσιμότητα της τοπικής οικονομίας», τόνισε χαρακτηριστικά στην «ΠΘ» ο κ. Δεληγιάννης. Όπως υποστήριξε, η δημοτική αρχή είχε στη διάθεσή της τα οικονομικά στοιχεία πολύ νωρίτερα απ' όσο παραδέχεται. «Στα τέλη του 2024 υπήρχε εικόνα για το πώς κλείνει η χρονιά. Δεν μπορείς, την ίδια στιγμή που έχεις τα στοιχεία στα λογιστήρια, να λες ότι καταστρεφόμαστε και ότι δεν υπάρχει άλλος δρόμος από την αύξηση των τελών», ανέφερε.

Ιδιαίτερα αιχμηρός ήταν ο κ. Δεληγιάννης αναφορικά με τη στιγμή της απόφασης, σημειώνοντας ότι η επιλογή να ληφθεί στα τέλη Δεκεμβρίου, και συγκεκριμένα στη συνεδρίαση του δημοτικού συμβουλίου στις 29 του μηνός, «κυριολεκτικά στο παρά πέντε της αλλαγής του έτους», στέρησε από τον Δήμο τη δυνατότητα να επανεξετάσει εγκαίρως το ύψος των τελών και, ενδεχομένως, να τα μειώσει ή έστω να τα διατηρήσει σταθερά.

Ένα ακόμη κρίσιμο σημείο της αντιπαράθεσης αφορά τη χρηματοδότηση των δήμων για το τέλος ταφής απορριμμάτων. Ο κ. Δεληγιάννης απέρριψε τους ισχυρισμούς της δημοτικής αρχής και κυβερνητικών στελεχών ότι η έκτακτη επιχορήγηση των 105 εκατομμυρίων ευρώ δεν σχετίζεται με τα ανταποδοτικά τέλη.

Επικαλέστηκε επίσης ανακοινώσεις της ΚΕΔΕ και δηλώσεις του υπουργού Εσωτερικών, σύμφωνα με τις οποίες η συγκεκριμένη επιχορήγηση δόθηκε ακριβώς για να καλύψει τη μεγάλη οικονομική επιβάρυνση των δήμων από το τέλος ταφής. «Όταν η ίδια η απόφαση αναφέρει ρητά ότι για την κατανομή των χρημάτων λαμβάνεται υπόψη το κόστος του τέλους ταφής, πώς μπορείς να λες ότι δεν υπάρχει σύνδεση;», ανέφερε χαρακτηριστικά, προσθέτοντας πως «η απόκρυψη ή υποβάθμιση αυτής της σύνδεσης συντηρεί μια τεχνητή εικόνα οικονομικής στενότητας, η οποία χρησιμοποιείται για να νομιμοποιήσει επιλογές

που επιβαρύνουν τους δημότες».

Ιδιαίτερα σκληρός ήταν ο κ. Δεληγιάννης ως προς τον τρόπο με τον οποίο –όπως είπε– χρησιμοποιήθηκαν βαριές εκφράσεις στο Δημοτικό Συμβούλιο, όπως ότι οι προσφυγές της αντιπολίτευσης «θα τινάξουν τον Δήμο στον αέρα». Τέτοιου είδους ρητορική, σύμφωνα με τον ίδιο, δεν συνάδει με τον θεσμικό ρόλο του δημάρχου και αλλοιώνει τον δημόσιο διάλογο.

«Ήξερε ή δεν ήξερε ο Δήμαρχος ποια ήταν η πραγματική οικονομική εικόνα; Αν ήξερε, τότε παραπλάνησε συνειδητά. Αν δεν ήξερε, τότε υπάρχει σοβαρό ζήτημα επάρκειας», ανέφερε.

Η κοινωνία «δεν αντέχει άλλο»

Πέρα από τα νούμερα, ο επικεφαλής της «Συμπαράταξης Λαρισαίων» συνέδεσε το ζήτημα των δημοτικών τελών με ένα ευρύτερο κοινωνικό κλίμα πίεσης και κόπωσης. Αναφέρθηκε στις κινητοποιήσεις των αγροτών, στις αντιδράσεις μετά την τραγωδία των Τεμπών και στη γενικευμένη αίσθηση ότι μεγάλα τμήματα της κοινωνίας ασφυκτούν.

«Όταν μια κινητοποίηση αφορά πραγματικά τον πολίτη, όταν αισθάνεται ότι εκφράζει και τη δική του αγωνία, τότε βρίσκει ανταπόκριση», σημείωσε, υπογραμμίζοντας ότι οι τοπικές αρχές οφείλουν να αφουγκράζονται αυτή την κοινωνική πραγματικότητα αντί να την αγνοούν.

Παρότι αναγνώρισε ότι η σχεδόν μηδενική τελική απόκλιση του 2024 συνιστά, τεχνικά, μια επιτυχία της δημοτικής αρχής, ο κ. Δεληγιάννης ξεκαθάρισε ότι αυτό δεν αναιρεί την πολιτική ευθύνη για τις επιλογές που προηγήθηκαν. «Η επιτυχία στα νούμερα δεν σβήνει το γεγονός ότι οι πολίτες επιβαρύνθηκαν αδικαιολόγητα», υποστήριξε.

Το κρίσιμο ερώτημα, όπως το θέτει η «Συμπαράταξη Λαρισαίων», παραμένει ανοικτό: θα υπάρξει άμεση αναθεώρηση των δημο-

“

Το κρίσιμο ζήτημα παραμένει αν θα υπάρξει άμεση μείωση ή αναθεώρηση των δημοτικών τελών, καθώς και η ανάγκη για διαφάνεια και σαφείς εξηγήσεις σχετικά με τη διαδικασία λήψης των αποφάσεων

τικών τελών ή η μείωσή τους θα μετατεθεί στο απροσδιόριστο μέλλον; Και, κυρίως, θα δοθούν καθαρές απαντήσεις για το πώς και γιατί λήφθηκαν οι αποφάσεις που ελήφθησαν;

Αναφορικά με τη διαφοροποίηση δύο δημοτικών συμβούλων της Συμπαράταξης, οι οποίοι υπερψήφισαν τον ισολογισμό του 2024, ο κ. Δεληγιάννης τόνισε πως έχει κατανοήσει πλήρως τη στάση του κ. Αδαμόπουλου ενώ για τον κ. Διαμάντο σημείωσε πως στη Δημοτική Επιτροπή είχε καταψηφίσει τον ισολογισμό. «Αυτό που σίγουρα όμως απασχολεί τους πολίτες είναι αν τελικά θα μειωθούν ή όχι τα δημοτικά τέλη», κατέληξε ο κ. Δεληγιάννης.



Από τον Κατακερματισμό της γης στη συλλογική αγροτική στρατηγική

Οι συνεταιρισμοί απέτυχαν κυρίως λόγω κακοδιαχείρισης και πολιτικών παρεμβάσεων, όχι επειδή το μοντέλο δεν λειτουργεί



Παγκόσμια ημέρα βουνού

Η προστασία τους είναι προτεραιότητας ζωτικής σημασίας

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Η

γκόσμια Ημέρα Βουνού (International Mountain Day) γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 11 Δεκεμβρίου από το 2003. Η παγκόσμια ημέρα βουνού, είναι μια αφορμή, για να ευαισθητοποιήσει όλους μας σχετικά με τη σημασία των βουνών ως πηγές νερού, τροφής, ενέργειας, αλλά και ως ένα πολύτιμο οικοσυστήμα που οφείλουμε να σεβόμαστε και να προστατεύουμε από την κλιματική αλλαγή και την αποδάσωση, προωθώντας την βιώσιμη ανάπτυξη.

Τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει ουσιαστικές προσπάθειες με δεκάδες τοπικές ομάδες και συλλογικότητες που ασχολούνται με τα ενεργειακά ζητήματα και με αρκετές και αξιοσημείωτες νίκες στους αγώνες προστασίας των βουνών. Η Παγκόσμια Ημέρα Βουνού δίνει το έναυσμα για να γίνουν συντονισμένες

συζητήσεις και δράσεις πανελλαδικά και ακόμα και επαφές με αντίστοιχες ομάδες σε άλλες χώρες. Κάτι τέτοιο θα επιτρέψει να γίνει μια ανταλλαγή εμπειριών, με στόχο να δυναμώσουν οι δράσεις ανάδειξης των πολλαπλών ωφελειών του βουνού και η ουσιαστική σχεδίαση μέτρων προστασίας τους.

Τα Ηνωμένα Έθνη καθιέρωσαν τη μέρα το 2003 με σκοπό την Ανάδειξη του ζωτικού ρόλου των βουνών για τον άνθρωπο και το περιβάλλον. Αξίζει να γνωρίζουμε ότι τα βουνά καλύπτουν το 27% της επιφάνειας της Γης και αποτελούν πηγή για το 40-45% του γλυκού νερού παγκοσμίως.

Τα βουνά καλύπτουν το 1/5 της ξηράς και παρέχουν ζωή στο 1/10 του παγκοσμίου πληθυσμού, ενώ η δασική αποψίλωση συμβάλλει στην οικολογική υποβάθμιση και την απώλεια της βιοποικιλότητας.

Η Ελλάδα καλύπτεται σε ποσοστό 80% από ορεινό ή ημιορεινό έδαφος, γεγονός που την καθιστά ως μία από τις ορεινότερες χώρες στην Ευρώπη.

Τα βουνά στη χώρα μας με τις ψηλότερες βουνοκορφές είναι:

- Όλυμπος 2.918 μ.
- Σμόλικας 2.637 μ.
- Βαρδούσια (Κόρακας) 2.495 μ.
- Παρνασσός 2.457 μ.
- Ψηλορείτης 2.456 μ.

Η Παγκόσμια Ημέρα Βουνού, στις 11



Δεκεμβρίου, δεν είναι μια ακόμη επέτειος, αλλά μπορεί να είναι ουσιαστική αφορμή για δράση ενάντια στη λεηλασία της φύσης και της ζωής. Συλλογικότητες σε όλη τη χώρα πραγματοποιήσαν δράσεις, συγκεντρώσεις, εκδηλώσεις, πορείες και πεζοπορίες.

Για την Παγκόσμια Ημέρα Βουνού, τα

μηνύματα στη Θεσσαλία εστιάζουν στην προστασία του φυσικού περιβάλλοντος, την προώθηση του βιώσιμου τουρισμού στον Όλυμπο και την ανάδειξη της περιοχής της Ελασσόνας, τονίζοντας τον σεβασμό στη φύση και την προβολή αθλημάτων όπως το ορειβατικό σκι, καθώς και τη συνεχή δράση για την

ΠΑΟΛΟ ΚΟΞΕΛΙΟ

«Από την κορυφή του βουνού είναι καλύτερα να δούμε πόσο ασήμαντο είναι ό, τι είναι παρακάτω. Οι νίκες μας και οι θλίψεις μας δεν είναι πλέον τόσο σημαντικές. Αυτό που έχουμε κερδίσει ή χάσαμε βρίσκεται παρακάτω. Από το ύψος του βουνού, βλέπετε πόσο απέραντος είναι ο κόσμος και πόσο ευρείς είναι οι ορίζοντες»



FORMedia.gr
ΠΟΛΙΤΙΚΗ
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



προστασία του βουνού.

Οι λάτρεις του βουνού δεν περιμένουν αυτή την ημέρα για να απολαύσουν μία βόλτα στη φύση, αλλά είναι και ένας καλός λόγος όσοι ακόμη δεν έχετε παρακινηθεί να γνωρίσετε από κοντά τις βουνίσιες ομορφιές της Ελλάδας, να γίνει η μέρα Βουνού, μία καλή ευκαιρία να γνωρίσουν τα βουνά της χώρας. Η επαφή με το βουνό είναι μια υπέροχη εμπειρία για όλους. Η ηρεμία και η ομορφιά του βουνού, συντελούν στη συναισθηματική αποφόρτιση και ενισχύουν τη θετική διάθεση. Η φύση είναι ένα δώρο-γιατρικό, που μας έχει δοθεί απλόχερα, μας βοηθά να ξεφεύγουμε από την κουραστική καθημερινότητα και είναι σημαντικό να μάθουμε και στα παιδιά μας τον σεβασμό στο περιβάλλον και πώς να συμβάλλουμε στη διατήρησή της ισορροπίας με τη φύση.

Η χώρα μας έχει πανέμορφα βουνά, φιλικά για εξορμήσεις με όλων των

βαθμών τη δυσκολία και με αρκετά από αυτά με ασφαλή πρόσβαση για όλες τις ηλικίες.

Μία επίσκεψη στα όρη της χώρας μας, η οποία απαρτίζεται από 413 βουνά με υψόμετρο πάνω από 1000 μ. Με τις κορυφές τους να απλώνονται, από την Κρήτη έως τη βόρεια Ελλάδα, δίνει μια πλειάδα επιλογών για εξερεύνηση και ανάπτυξη της περιβαλλοντικής συνείδησης, με το αποτέλεσμα να εγγυάται μία μοναδική αίσθηση ευεξίας.

Η παγκόσμια μέρα βουνών, είναι μία ευκαιρία να αντιληφθούμε τον ζωτικό ρόλο που παίζει το βουνό στη ζωή μας και να θυμηθούμε την ευθύνη που έχουμε για τη διατήρησή του ως μια ζωντανή και υγιή οντότητα. Η ημέρα αυτή, λοιπόν, είναι μία ευκαιρία να αντιληφθούμε τον ζωτικό ρόλο που παίζει το βουνό στη ζωή μας και να θυμηθούμε την ευθύνη που έχουμε για τη διατήρησή του ως μια ζωντανή και

υγιή οντότητα. Στο πλαίσιο δράσεων για την ενίσχυση του φυσιολατρικού αισθήματος και της εκτίμησης των δώρων του βουνού, πραγματοποιήθηκαν πολλές και διαφορετικές διοργανώσεις στα βουνά της χώρας. Μάλιστα μεγάλη επιτυχία είχε και η εκδήλωση την Κυριακή 14 Δεκεμβρίου στο Ομόλιο, η 4η συνάντηση βουνού με την πραγματοποίηση περιπάτου στις παρυφές του Κισσάβου. Μια πρωτοβουλία που έδωσε τη δυνατότητα μιας πολυεπίπεδης εμπειρίας σύνδεσης με τη φύση, την ιστορία του τόπου και της γαστρονομικής κουλτούρας. Η δράση διοργανώθηκε από τον Δήμο Αγίας, τον Δασικό Συνεταιρισμό Ομολίου, τον Μορφωτικό Σύλλογο Ομολίου, το τμήμα Συνοδοί βουνού ΣΑΕΚ Δήμητρα και το Δίκτυο Πολιτισμού – Περιβάλλοντος – Βιώσιμης Ανάπτυξης Δέλτα Πηνειού – Τεμπών, υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Θεσσαλίας.

Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία

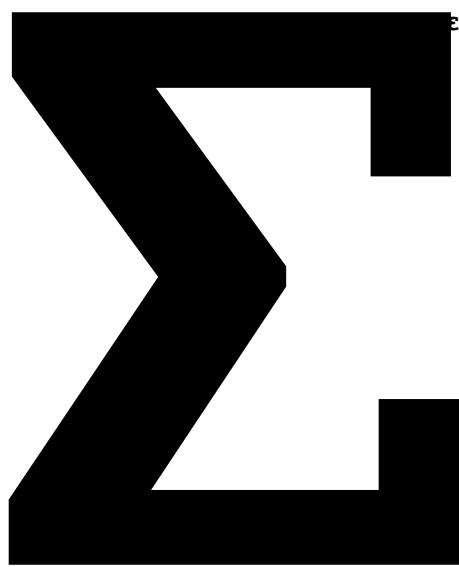
να επιλέξουν ανάμεσα σε δύο ιδιαίτερες διαδρομές:

1. «Στα Βήματα του Μεγάλου Αλεξάνδρου στον Κισσάβο» Πεζοπορία στον Κισσάβο, ακολουθώντας το μονοπάτι που, σύμφωνα με την παράδοση, διέσχισε ο Μέγας Αλέξανδρος. Μια εμπειρία που συνδύασε τη φυσική άσκηση με την ιστορική αναδρομή.

2. «Ανακαλύψτε τον Κισσάβο! – Περίπατος Μαρίνου Αντύπα» Ένας περίπατος γνωριμίας με την ιστορία, τη φύση και τον πολιτισμό, που ανέδειξε τη δύναμη του λόγου και της μουσικής μέσα σε ένα τοπίο απaráμιλλης ομορφιάς. Η παρουσία των ανθρώπων κρατάει ζωντανό το δεσμό με το βουνό και καλλιεργεί το σεβασμό στη φύση και στα δώρα της. Οι συμμετέχοντες πεζοπόροι, ορειβάτες και φίλοι του βουνού, έδωσαν το παρόν, κάνοντας τη μέρα ξεχωριστή, επιβεβαιώνοντας την πολύτιμη σχέση του ανθρώπου με το βουνό.

Συγκίνηση για την απώλεια του Λαρισαίου αγωνιστή της Εθνικής Αντίστασης που «έφυγε» από τη ζωή σε ηλικία 100 ετών

Γράφει
η Βιβή
Ζαχοπούλου



Ηλικία 100 ετών, ο αντιστασιακός και αγωνιστής της Εθνικής Αντίστασης Θανάσης (Αθανάσιος) Ριζάκης άφησε την τελευταία του πνοή στις 22 Δεκεμβρίου 2025, προκαλώντας βαθιά συγκίνηση στη Λάρισα και στην ευρύτερη κοινωνία που τον γνώριζε και τον τιμούσε ως ζωντανό μάρτυρα μιας από τις πιο κρίσιμες περιόδους της ελληνικής ιστορίας.

Ο Θανάσης Ριζάκης γεννήθηκε τον Μάρτιο του 1926 στη Σωτηρίτσα Αγιάς. Από νεαρή ηλικία, η αίσθηση της δικαιοσύνης, της ελευθερίας και της ανθρωπιάς τον ώθησαν να δραστηριοποιηθεί ενεργά κατά της γερμανικής κατοχής.

Από τα 15 του χρόνια άρχισε να συμμετέχει στην αντιστασιακή δράση αρχικά μοιράζοντας αντιφασιστικές προκηρύξεις και εν συνεχεία εντάχθηκε στην ΕΠΟΝ (Ενιαία Πανελλαδική Οργάνωση Νέων) το 1943 όταν ακόμα ήταν πολύ νέος.

Η περιπέτεια του πολέμου τον βρήκε ενταγμένο στον ΕΛΑΣ (Ελληνικός Λαϊκός Απελευθερωτικός Στρατός), όπου υπηρέτησε με σθένος. Τραυματίστηκε σοβαρά βοηθώντας σε εκκαθαριστικές επιχειρήσεις, χάνοντας μέρος των δακτύλων του στο αριστερό χέρι, όταν προσπάθησε να εξουδετερώσει νάρκες που είχε τοποθετήσει ο ίδιος ο εχθρός.

Στις 23 Οκτωβρίου 1944, ο 18χρονος Ριζάκης βρέθηκε ανάμεσα στους ΕΛΑΣίτες που παρέλασαν στην απελευθερωμένη Λάρισα, με την πόλη να υποδέχεται με συγκίνηση τους απελευθερωτές της. Αυτή η στιγμή ήταν σταθμός όχι μόνο για την πόλη αλλά και για τον ίδιο, καθώς ο νεαρός τότε που είχε βιώσει τις φρικαλεότητες της κατοχής, είδε ξαφνικά να ανοίγουν οι ορίζοντες για μια ελεύθερη Ελλάδα.

Ωστόσο, η ελευθερία που όλοι πίστεψαν ότι ήρθε γρήγορα μετατράπηκε σύντομα σε νέα δοκιμασία. Η πολιτική και κοινωνική πίεση που ασκήθηκε στους αγωνιστές της Αντίστασης μετά τον πόλεμο, οδήγησε πολλούς όπως ο Ριζάκης να βιώσουν νέες καταδίκες, ακόμα και εξορία ή φυλάκιση, λόγω του πολιτικού τους αγώνα ενάντια σε εκείνους που συνεργάστηκαν με τους κατακτητές.

Μετά τη λήξη του πολέμου, και παρά τις αντιξοότητες, ο Θανάσης Ριζάκης συνέχισε να μεταλαμπαδεύει τις ιδέες του για κοινωνική δικαιοσύνη, ελευθερία και δημοκρατία. Ήταν ιδρυτικό μέλος της «Ένωσης Αναπήρων

Θανάσης Ριζάκης

Μια ζωή αφιερωμένη στον Αγώνα



“

Από νεαρή ηλικία εντάχθηκε στην ΕΠΙΟΝ και στον ΕΛΑΣ, συμμετέχοντας ενεργά σε μάχες και επιχειρήσεις κατά της γερμανικής κατοχής, τραυματίστηκε σοβαρά και υπηρέτησε με αφοσίωση την ελευθερία της Ελλάδας

“

Ως ιδρυτικό μέλος και πρόεδρος της «Ένωσης Αναπήρων και Θυμάτων Πολέμου Εθνικής Αντίστασης», συνέβαλε στη διατήρηση της ιστορικής μνήμης, στη φροντίδα των συναγωνιστών του και στην κοινωνική ευαισθησία

“

Η ζωή και η δράση του θεωρούνται παράδειγμα αντοχής, αξιοπρέπειας και αγωνιστικότητας, ενώ οι τιμές από φορείς όπως η «Συμπαράταξη Λαρισαίων» και ο Δήμος Αγιάς αναδεικνύουν τον ρόλο του ως ζωντανή ιστορία και σύμβολο αντίστασης για τις νεότερες γενιές



και Θυμάτων Πολέμου Εθνικής Αντίστασης» στη Λάρισα, έναν σύλλογο που σκοπό είχε και έχει να τιμά τους αγώνες των αντιστασιακών και να διασφαλίζει τα δικαιώματα όσων επιβίωσαν από το καταστροφικό πέρασμα της Κατοχής.

Στη συνέχεια υπηρέτησε σε διάφορες θέσεις μέσα στην Ένωση. Μέλος του Δ.Σ., αντιπρόεδρος και τελικά πρόεδρος από το 2010 μέχρι τα τελευταία χρόνια της ζωής του, συνεχίζοντας να παλεύει για την αναγνώριση και τη φροντίδα των συναγωνιστών του και των οικογενειών τους.

Η προσφορά του δεν περιορίστηκε μόνο στην ανάδειξη της ιστορικής μνήμης. Συχνά αναλάμβανε πρωτοβουλίες κοινωνικής ευαισθησίας, μιλώντας για τις δυσκολίες που αντιμετώπιζαν οι αντιστασιακοί στην Ελλάδα μετά τον πόλεμο και ζητώντας από τις εκάστοτε κυβερνήσεις να πράξουν περισσότερα για την κοινωνική στήριξη των τελευταίων. Καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του, ο Θανάσης Ριζάκης υπήρξε μια «ζωντανή ιστορία», ένας άνθρωπος που δεν δίσταζε να μιλά για όσα είδε και βίωσε. Με κάθε ευκαιρία κατέθετε στεφάνια στα μνημεία των πεσόντων, τιμούσε τους νεκρούς συμπολεμιστές του και μιλούσε με πάθος για τη σημασία του αντιφασισμού και της ειρήνης.

Η παρουσία του σε επίσημες εκδηλώσεις, όπως η Ημέρα Πανελληνίας Εορτής της Εθνικής Αντίστασης, ήταν μια ζωντανή υπενθύμιση ότι πίσω από τις εορτές και τις ιστορικές ημερομηνίες υπάρχουν πραγματικοί άνθρωποι που έδωσαν τα πάντα για την ελευθερία της πατρίδας.

Ο Θανάσης Ριζάκης αφήνει πίσω του όχι μόνο την οικογένειά του, σύζυγο, παιδιά, εγγόνια και ανίψια, αλλά και μια βαθιά πολιτιστική και ιστορική κληρονομιά. Ο αποχαιρετισμός του πραγματοποιήθηκε στις 24 Δεκεμβρίου 2025 στο Αποτεφρωτήριο Υπερίων στην Αλεξάνδρεια Ημαθίας, σε μια συγκινητική στιγμή που ένωσε φίλους, συγγενείς και συμπολίτες στη μνήμη ενός ανθρώπου που υπηρέτησε με αφοσίωση την ελευθερία και την πατρίδα.

Ο ρόλος του στη διατήρηση της μνήμης των αγώνων της Αντίστασης, και ειδικά της ιστορίας των απλών ανθρώπων που έγιναν ήρωες, θα μείνει ανεξίτηλος. Με τη ζωή και τη δράση του, ο Θανάσης Ριζάκης αποτέλεσε παράδειγμα αντοχής, αξιοπρέπειας και αγωνιστικότητας, ένα φωτεινό σύμβολο για τις νεότερες γενιές που καλούνται να θυμούνται και να τιμούν την Ιστορία όχι απλά ως κάτι περασμένο, αλλά ως ζωντανό κομμάτι της ταυτότητάς μας.

Το «αντίο» της Συμπαράταξης

Ανακοίνωση για την εκδημία του Θανάση Ριζάκη εξέδωσε η «Συμπαράταξη Λαρισαίων», κάνοντας λόγο για έναν άνθρωπο που ενσάρκωσε με τη ζωή του τις αξίες της Ελευθερίας, της Δημοκρατίας και της κοινωνικής δικαιοσύνης.

«Γεννημένος το 1926 στη Σωτηρίτσα Αγιάς, εντάχθηκε από νεαρή ηλικία στην Αντίσταση. Μέλος της ΕΠΙΟΝ και μαχητής του ΕΛΑΣ, πήρε μέρος σε μάχες και επιχειρήσεις σε Πήλιο, Κάρλα και Βελεστίνο, ενώ τραυματίστηκε σοβαρά κατά τη διάρκεια της αντιστασιακής δράσης. Στα 18 του χρόνια συμμετείχε στην παρέλαση της απελευθερωμένης Λάρισας, βιώνοντας τη χαρά ενός λαού που έβγαине από τη σκλαβιά.

Μετά την Απελευθέρωση γνώρισε τη δίωξη και την καταδίκη, όπως χιλιάδες αγωνιστές της Εθνικής Αντίστασης», αναφέρει στην ανακοίνωσή της η Συμπαράταξη, σημειώνοντας πως τον Νοέμβριο του 2022, ως ελάχιστο φόρο τιμής, κατά την Ημέρα του Πανελλαδικού Εορτασμού της Εθνικής Αντίστασης, τιμήθηκε για την προσφορά του από τον Δήμο Λαρισαίων και τον τότε Δήμαρχο Απόστολο Καλογιάννη.

«Ο Θανάσης Ριζάκης φεύγει ως ζωντανό κομμάτι της Ιστορίας, εκπροσωπώντας μια γενιά που δεν συμβιβάστηκε, δεν σιώπησε και δεν λύγισε. Η μνήμη και η προσφορά του θα μας συνοδεύουν. Ειλικρινή συλλυπητήρια στους οικείους του», καταλήγει η ανακοίνωση της Συμπαράταξης Λαρισαίων.

«Τιμή και δόξα...»

Με ανάρτησή του ο Αντώνης Γκουντάρας «αποχαιρέτησε» τον Θανάση Ριζάκη: «Ο τελευταίος εκπρόσωπος της ζωσας ιστορίας της Λάρισας, με καταγωγή από τη Σωτηρίτσα του Δήμου Αγιάς, έκλεισε τα μάτια και πέρασε στην ιστορία. Ο Θανάσης Ριζάκης, ένα εμβληματικό σύμβολο της αντίστασης έφυγε σε ηλικία 100 ετών, αφήνοντας πίσω του την τελευταία ανάμνηση της γενναιότητας. Ένας άνθρωπος που έζησε με αξίες και πέθανε με αξιοπρέπεια, ένας ζωντανός θρύλος μιας Ελλάδας οραματικής και ελεύθερης. Τιμή και δόξα στον αγωνιστή. Τον αντιστασιακό. Τον αδάμαστο. Τον Έλληνα. Σ' αυτόν που έγραψε την ιστορία με έναν τρόπο που θαυμάσαμε και μας συγκίνησε. Που μας έδειξε δρόμους. Που μας μεγάλωσε και μας ενέπνευσε. Αντίο...», ανέφερε ο δήμαρχος Αγιάς.



FORMedia.gr
ΝΕΑ ΜΟΡΦΗ
ΣΤΗΝ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



Το στέλεχος H3N2-K προκαλεί αυξημένη νοσηρότητα και απαιτεί ιδιαίτερη προσοχή

Εμβολιασμός, βασικοί κανόνες υγιεινής και σωστός ύπνος, τα βασικά όπλα για την προστασία όλων



ΓΡΙΠΗ Α ΣΕ ΕΞΑΡΣΗ

Παιδιά και ευπαθείς ομάδες στο επίκεντρο της προσοχής

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Η γρίπη Α επιστρέφει δυναμικά αυτήν την περίοδο, με τους παιδιατρικούς θάλαμους των νοσοκομείων να καταγράφουν αυξημένη νοσηρότητα, ενώ οι ειδικοί προειδοποιούν για τη σοβαρότητα του νέου στελέχους H3N2-K, που χαρακτηρίζεται από έντονη κλινική εικόνα και υψηλή μεταδοτικότητα. Ιδιαίτερα ευπαθείς ομάδες, όπως βρέφη κάτω των έξι μηνών, έγκυες, ανοσοκατεσταλμένοι και ασθενείς με χρόνια νοσήματα, χρειάζονται αυξημένη προσοχή και προστασία.

Η παιδιάτρος του Νοσοκομείου Παίδων «Αγλαΐα Κυριακού», Αρετή Μανιώτη, σε συνέντευξή της στο EPTnews, επισήμανε ότι «η φετινή έξαρση είναι έντονη και αφορά κυρίως το στέλεχος H3N2-K, το

οποίο προκαλεί υψηλή μεταδοτικότητα και έντονα συμπτώματα». Σύμφωνα με την ίδια, η επιδημιολογική εικόνα των τελευταίων ημερών έχει ανησυχήσει τους παιδιατρικούς θαλάμους, καθώς καταγράφεται αυξημένος αριθμός εισαγωγών σε μικρά παιδιά, με πυρετό, βήχα και καταρροή, αλλά και σε ορισμένες περιπτώσεις επιπλοκές που απαιτούν προσεκτική παρακολούθηση. Αυξημένη προσοχή στις ευπαθείς ομάδες Η Δρ. Μανιώτη εξηγεί ότι οι ομάδες που βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο περιλαμβάνουν τα βρέφη κάτω των έξι μηνών, καθώς δεν μπορούν να εμβολιαστούν άμεσα, τις έγκυες, οι οποίες έχουν τροποποιημένο ανοσοποιητικό σύστημα, τους ανοσοκατεσταλμένους και άτομα με χρόνια νοσήματα όπως άσθμα και παχυσαρκία. Παράλληλα, τονίζει ότι καταγράφονται και άλλες λοιμώξεις του αναπνευστικού, όπως Covid-19, αλλά και γαστρεντερίτιδες, γεγονός που καθιστά ακόμη πιο σημαντική την τήρηση βασικών κανόνων υγιεινής και την παρακολούθηση της υγείας των παιδιών και των ευπαθών ομάδων. Η ειδικός υπογραμμίζει ότι «η έγκαιρη αναγνώριση των συμπτωμάτων, η αποφυγή κοινωνικών συναθροίσεων όταν υπάρχει ασθένεια και η σωστή φαρμακευτική αγωγή υπό ιατρική επίβλεψη

αποτελούν κρίσιμα στοιχεία για την αποφυγή επιπλοκών». Παράλληλα, η παιδιάτρος επισημαίνει ότι η υπερβολική αποστείρωση και προστασία δεν είναι πάντοτε ωφέλιμη, καθώς το ανοσοποιητικό χρειάζεται ερεθίσματα για να αναπτυχθεί σωστά. Σύμφωνα με μελέτες, η υπερπροστασία μπορεί να σχετίζεται με αυξημένα ποσοστά αλλεργιών και αυτοάνοσων νοσημάτων στα παιδιά.

Το αντιγριπικό εμβόλιο και η διασταυρούμενη ανοσία
Σημαντική παράμετρος στην προστασία από τη γρίπη Α είναι ο εμβολιασμός. Η Δρ. Μανιώτη αναφέρει ότι το αντιγριπικό εμβόλιο ανανεώνεται κάθε χρόνο από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας με βάση τα στελέχη που αναμένονται να κυκλοφορήσουν. Η διαδικασία αυτή εξασφαλίζει ότι οι πολίτες αποκτούν προστασία ακόμη και απέναντι σε στελέχη που έχουν υποστεί μικρές μεταλλάξεις, μέσω της λεγόμενης διασταυρούμενης ανοσίας. Η λειτουργία του εμβολίου είναι απλή αλλά ουσιαστική: ενεργοποιεί το ανοσοποιητικό σύστημα ώστε να παράγει αντισώματα εντός 10-15 ημερών, τα οποία μπορούν να αναγνωρίσουν κοινά πρωτεϊνικά στοιχεία και σε μεταλλαγμέ-

να στελέχη. Ακόμη και σε περίπτωση νόσησης, τα συμπτώματα είναι συνήθως ηπιότερα και ο κίνδυνος σοβαρών επιπλοκών μειώνεται σημαντικά. Η παιδιάτρος υπενθυμίζει ότι το εμβόλιο πρέπει να επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο, καθώς τα αντισώματα εξασθενούν μέσα σε διάστημα 6-12 μηνών. Επιπλέον, για τα βρέφη κάτω των έξι μηνών, που δεν μπορούν να εμβολιαστούν, κρίνεται απαραίτητο να εμβολιάζεται όλο το οικογενειακό περιβάλλον, δημιουργώντας ένα «cocooning» προστασίας γύρω από το μωρό. Με αυτόν τον τρόπο μειώνεται σημαντικά ο κίνδυνος να προσβληθεί το βρέφος από τη γρίπη, ακόμη και αν κυκλοφορούν στελέχη υψηλής μεταδοτικότητας.

Βασικοί κανόνες πρόληψης: Υγιεινή και αερισμός
Εκτός από τον εμβολιασμό, η τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής παραμένει καθοριστική. Το πλύσιμο των χεριών, η κάλυψη στόματος και μύτης με τον αγκώνα κατά το φτέρνισμα ή τον βήχα, η αποφυγή κοινών σκευών και ο τακτικός αερισμός των χώρων μειώνουν σημαντικά τη διασπορά του ιού. Παράλληλα, η αποχή από κοινωνικές συγκεντρώσεις όταν υπάρχουν

Η καταγεγραμμένη εμφάνιση σημαντικού πλεονάσματος στις ανταποδοτικές υπηρεσίες καθαριότητας και ηλεκτροφωτισμού του Δήμου Λαρισαίων, σε συνδυασμό με την έκτακτη κρατική επιχορήγηση για το τέλος ταφής, αποδεικνύει ότι οι οικονομικές συνθήκες που οδήγησαν στην αύξηση των δημοτικών τελών το 2025 έχουν πλέον ουσιαστικά μεταβληθεί και δημιουργούν σαφή θεσμική, οικονομική και πολιτική υποχρέωση για γενναία μείωσή τους το 2026



συμπτώματα αποτελεί μία πράξη υπευθυνότητας που προστατεύει τόσο το ίδιο το άτομο όσο και τους γύρω του. Η ειδικός τονίζει ότι η υπερβολική αποστείρωση μπορεί να είναι επιζήμια, καθώς το ανοσοποιητικό χρειάζεται φυσικά ερεθίσματα για να εκπαιδευτεί. Παιδιά που προστατεύονται υπερβολικά συχνά εμφανίζουν αργότερα αυξημένα ποσοστά αλλεργιών και αυτοάνοσων νοσημάτων. Η ισορροπία, επομένως, είναι το κλειδί για τη διατήρηση της υγείας των παιδιών και των οικογενειών τους.

Διατροφή και τρόπος ζωής

Η διατροφή παίζει επίσης σημαντικό ρόλο στην ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού. Η Δρ. Μανιώτη επισημαίνει ότι δεν χρειάζεται να δαιμονοποιούμε ορισμένα τρόφιμα, αρκεί να υπάρχει ισορροπία: «Πρώτα τρώμε το φαγητό μας και μετά το γλυκό. Αν απαγορεύσουμε κάτι πλήρως, το κάνουμε πιο ελκυστικό». Η ζάχαρη, όπως και η έλλειψη ύπνου, μπορεί να προκαλέσει υπερκινητικότητα και κόπωση, αλλά μικρές αποκλίσεις μπορούν να εξισορροπηθούν τις επόμενες ημέρες. Ο ύπνος, σύμφωνα με την ειδικό, αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες προστασίας του οργανισμού. Τα παιδιά σχολικής ηλικίας χρειάζονται 10–12 ώρες ύπνου, ενώ οι έφηβοι τουλάχιστον 8 ώρες. Κατά τον ύπνο εκκρίνεται αυξητική ορμόνη, ενισχύεται το ανοσοποιητικό σύστημα και παράγονται αντισώματα και κύτταρα που αντιμετωπίζουν φλεγμονές. Επιπλέον, ο σωστός ύπνος μειώνει το στρες, που σε αντίθετη περίπτωση αυξάνει την κορτιζόλη και καταστέλλει τη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος.

Συμπτώματα και αντιμετώπιση

Η γρίπη Α παρουσιάζει συνήθως υψηλό πυρετό, βήχα, καταρροή, πονοκέφαλο, μυαλγίες και γενική αδιαθεσία. Η διάρκεια των συμπτωμάτων είναι συνήθως 5–7 ημέρες, αλλά σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να παραταθεί. Η άμεση επικοινωνία με τον παιδίατρο ή τον γενικό γιατρό είναι



απαραίτητη, ειδικά για τα βρέφη και τις ευπαθείς ομάδες, ώστε να αποφευχθούν σοβαρές επιπλοκές όπως πνευμονία, αφυδάτωση ή επιδείνωση χρόνιων νοσημάτων. Η φαρμακευτική αγωγή περιλαμβάνει κατά περίπτωση αντιπυρετικά, ενυδάτωση και ανάπαυση. Η χρήση αντιβιοτι-

κών δεν ενδείκνυται, εκτός αν υπάρχει βακτηριακή επιπλοκή. Σημαντικό ρόλο παίζει και η παρακολούθηση των συμπτωμάτων στο σπίτι: η συχνή μέτρηση θερμοκρασίας, η παρακολούθηση της αναπνοής και της ενυδάτωσης είναι κρίσιμη για την έγκαιρη παρέμβαση.

Η σημασία της ενημέρωσης και της πρόληψης

Η φετινή έξαρση της γρίπης Α αναδεικνύει για ακόμη μία φορά τη σημασία της ενημέρωσης και της πρόληψης. Η συνεργασία οικογένειας, σχολείου και υγειονομικών υπηρεσιών είναι καθοριστική για τη διαχείριση της νόσου, καθώς η έγκαιρη αναγνώριση των συμπτωμάτων και η τήρηση των βασικών μέτρων προστασίας μειώνουν τον κίνδυνο διασποράς και επιπλοκών. Η ειδικός υπογραμμίζει ότι η πρόληψη είναι η καλύτερη αντιμετώπιση. Ο εμβολιασμός, η σωστή υγιεινή, η ισορροπημένη διατροφή, ο επαρκής ύπνος και η μείωση του στρες είναι τα βασικά εργαλεία που έχει κάθε οικογένεια για να προστατευτεί από τη γρίπη και τις λοιμώξεις του αναπνευστικού. Η φετινή έξαρση της γρίπης Α με το στέλεχος H3N2-K καταδεικνύει την ανάγκη για εγρήγορση και υπευθυνότητα. Τα βρέφη, οι έγκυες, οι ανοσοκατεσταλμένοι και τα άτομα με χρόνια νοσήματα πρέπει να βρίσκονται σε προτεραιότητα προστασίας, ενώ ο εμβολιασμός και η τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής αποτελούν αναντικατάστατα εργαλεία. Η συνεργασία οικογένειας και υγειονομικού προσωπικού, σε συνδυασμό με σωστές συνθήκες διατροφής και ύπνου, μπορεί να μειώσει σημαντικά τη διασπορά της νόσου και να περιορίσει τις επιπλοκές. Το μήνυμα είναι σαφές: πρόληψη, ενημέρωση και υπευθυνότητα σώζουν ζωές και προστατεύουν τις ευπαθείς ομάδες. Στον πυρήνα της φετινής στρατηγικής βρίσκεται η έγκαιρη δράση, η οποία, σε συνδυασμό με τον εμβολιασμό και τις καθημερινές συνήθειες υγιεινής, μπορεί να περιορίσει την ένταση της έξαρσης και να προσφέρει ασφάλεια σε όλους, από τα μικρά παιδιά μέχρι τους ηλικιωμένους. Η γρίπη δεν πρέπει να υποτιμάται, αλλά ούτε και να προκαλεί πανικό: η γνώση, η σωστή πρόληψη και η υπεύνη συμπεριφορά αποτελούν τα ισχυρότερα όπλα μας απέναντι στον ιό.

✓

FORMedia.gr
ΝΕΑ ΜΟΡΦΗ
ΣΤΗΝ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

.....

Οι οικογένειες παιδιών και ενηλίκων με αυτισμό και αναπηρία ζουν έναν διαρκή αγώνα· τα ΚΔΗΦ αναδεικνύονται σε χώρο ανακούφισης, εξέλιξης και αξιοπρέπειας



ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Όταν η καθημερινότητα ζητά λύσεις και η απάντηση βρίσκεται στην ένταξη

Από την απομόνωση του σπιτιού στη δημιουργία, την κοινωνικοποίηση και την ουσιαστική συμμετοχή στη ζωή

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Η

αναπηρία δεν είναι απλώς διαγνώσεις. Δεν χωρούν σε έναν ιατρικό φάκελο ούτε εξαντλούνται σε έναν επιστημονικό όρο. Είναι μια καθημερινότητα με ιδιαιτερότητες, προκλήσεις, αγωνίες, αλλά και δυνατότητες που συχνά μένουν ανεκμετάλλευτες. Είναι ένας τρόπος ζωής που διαμορφώνει σχέσεις, επιλογές, ρυθμούς και όρια. Για χιλιάδες οικογένειες στην Ελλάδα, η ζωή οργανώνεται γύρω από το παιδί ή τον ενήλικα με αναπηρία, με το σπίτι να μετατρέπεται συχνά σε έναν κλειστό, περιορισμένο κόσμο. Έναν κόσμο ασφαλή, αλλά ταυτόχρονα απομονωμένο, όπου η φροντίδα γίνεται καθήκον πλήρους απασχόλησης και η καθημερινότητα μοιάζει να επα-

ναλαμβάνεται χωρίς ορατή διέξοδο.

Η κοινωνική απομόνωση, η έλλειψη επαρκών δομών, η εξάντληση των φροντιστών και το διαρκές αίσθημα αβεβαιότητας για το μέλλον δημιουργούν ένα ασφυκτικό πλαίσιο. Οι οικογένειες καλούνται να λειτουργήσουν ως γονείς, θεραπευτές, εκπαιδευτικοί και υποστηρικτές, συχνά χωρίς ουσιαστική βοήθεια. Η αγωνία για το «τι θα γίνει αύριο», για το ποιος θα σταθεί δίπλα στο παιδί ή τον ενήλικα με αναπηρία όταν οι ίδιοι δεν θα μπορούν πια, παραμένει βαριά και ανομολόγητη. Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η καθημερινότητα δεν είναι απλώς απαιτητική· είναι ψυχοφθόρα.

Σε αυτό το πλαίσιο, η ανάγκη για λύσεις δεν είναι θεωρητική, ούτε αφορά γενικές πολιτικές εξαγγελίες. Είναι απολύτως πρακτική και επείγουσα. Και μία από τις πιο ουσιαστικές, δοκιμασμένες και ανθρώπινες απαντήσεις που υπάρχουν σήμερα είναι τα Κέντρα Διημέρευσης και Ημερήσιες Φροντίδας, τα γνωστά ΚΔΗΦ. Δομές που δεν έρχονται να «φυλάξουν» ανθρώπους, ούτε να καλύψουν απλώς ώρες. Δομές που λειτουργούν ως ζωντανό οργανισμό, σχεδιασμένοι για να ενεργοποιούν, να εντάσσουν, να καλλιεργούν δεξιότητες και να δίνουν ρόλο, φωνή και καθημερινό νόημα σε άτομα με αυτισμό και αναπηρία.

Για τα άτομα αυτά, η παραμονή στο σπίτι, όσο προστατευτική κι αν φαίνεται, συχνά λειτουργεί περιοριστικά. Η απουσία κοινωνικών ερεθισμάτων, η έλλειψη δομημένης ρουτίνας και η μονοτονία της καθημερινότητας μπορεί να εντείνουν συμπεριφορές άγχους, απομόνωσης ή παθητικότητας. Το σπίτι μετατρέπεται άθελά του σε έναν μικρόκοσμο χωρίς εξέλιξη, όπου οι δυνατότητες περιορίζονται από τους ίδιους τους τοίχους. Αντίθετα, η καθημερινή μετακίνηση σε έναν χώρο όπου υπάρχουν άνθρωποι, πρόγραμμα, δραστηριότητες και σχέσεις λειτουργεί ως καταλύτης εξέλιξης. Το «βγαίνω από το σπίτι» αποκτά τεράστια σημασία, όχι μόνο πρακτική αλλά και βαθιά συμβολική. Είναι το πρώτο βήμα προς τη συμμετοχή στη ζωή και στην κοινωνία.

Στα ΚΔΗΦ, η ημέρα δεν κυλά τυχαία. Υπάρχει δομή, αλλά όχι καταπίεση. Υπάρχει πρόγραμμα, αλλά με ευελιξία και σεβασμό στις ανάγκες, τις αντοχές και τις ιδιαιτερότητες του κάθε ατόμου. Οι δραστηριότητες δεν επιβάλλονται, αλλά προτείνονται, προσαρμόζονται και εξελίσσονται. Δημιουργικά εργαστήρια, εικαστικά, μουσική, θεατρικό παιχνίδι, μαγειρική, χειροτεχνία, κίνηση, εκπαιδευτικές παρεμβάσεις και ενίσχυση κοινωνικών δεξιοτήτων συνθέτουν ένα περιβάλλον που ενθαρρύνει την έκφραση και την αυτονομία. Για πολλά άτομα με αυτισμό

ή νοητική αναπηρία, αυτή η καθημερινή ενασχόληση δεν είναι απλώς απασχόληση· είναι τρόπος επικοινωνίας με τον κόσμο.

Η κοινωνικοποίηση αποτελεί ίσως το πιο καθοριστικό στοιχείο αυτής της διαδικασίας. Η συναναστροφή με συνομηλίκους, η συμμετοχή σε ομάδα, η δημιουργία σχέσεων και η αίσθηση του «ανήκω» αλλάζουν ριζικά την ψυχολογία των ωφελομένων. Μέσα από απλές, καθημερινές αλληλεπιδράσεις χτίζονται δεξιότητες ζωής: η αναμονή, η συνεργασία, η αποδοχή κανόνων, η έκφραση συναισθημάτων, η κατανόηση του άλλου. Για ανθρώπους που έχουν βιώσει τον αποκλεισμό ή τη σιωπή, αυτές οι στιγμές είναι ανεκτίμητες και καθοριστικές.

Παράλληλα, η δουλειά που γίνεται μέσα στα ΚΔΗΦ είναι μοναδική και εξαιρετικά απαιτητική. Δεν πρόκειται για μια τυπική επαγγελματική δραστηριότητα. Οι εργαζόμενοι – παιδαγωγοί, κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχολόγοι, εργοθεραπευτές, φροντιστές – καλούνται καθημερινά να συνδυάσουν επιστημονική γνώση, υπομονή, ενσυναίσθηση και δημιουργικότητα. Κάθε ωφελούμενος είναι μια ξεχωριστή περίπτωση, με διαφορετικές ανάγκες, ρυθμούς, αντιδράσεις και δυνατότητες. Η σχέση που αναπτύσσεται δεν είναι απρόσωπη· είναι βαθιά ανθρώπινη και συχνά μεταμορφωτική, τόσο για τους ωφελομένους όσο και για τους ίδιους τους

Δημιουργικές δραστηριότητες, ανθρώπινες σχέσεις και καθημερινή ρουτίνα δίνουν νόημα, αυτοπεποίθηση και διέξοδο όχι μόνο στους ωφελούμενους αλλά και στους φροντιστές τους

επαγγελματίες.

Ιδιαίτερη σημασία έχει και ο ρόλος των ΚΔΗΦ στην ανακούφιση των οικογενειών. Οι γονείς και οι φροντιστές ανθρώπων με αυτισμό ή αναπηρία ζουν επί χρόνια σε συνθήκες σωματικής και ψυχικής κόπωσης. Η συνεχής εγρήγορση, η έλλειψη προσωπικού χρόνου, η κοινωνική απομόνωση και η αγωνία για το μέλλον δημιουργούν ένα βάρος που δύσκολα γίνεται αντιληπτό από όσους δεν το βιώνουν καθημερινά. Η ύπαρξη ενός ασφαλούς, ποιοτικού χώρου ημερήσιας φροντίδας προσφέρει πραγματική ανάσα. Δίνει τη δυνατότητα στους γονείς να εργαστούν, να ξεκουραστούν, να φροντίσουν τον εαυτό τους, γνωρίζοντας ότι το παιδί ή ο ενήλικας τους βρίσκεται σε ένα περιβάλλον φροντίδας, αποδοχής και σεβασμού.

Σε κοινωνικό επίπεδο, τα ΚΔΗΦ λειτουργούν ως γέφυρα ένταξης. Δεν απομονώνουν την αναπηρία, αλλά τη φέρνουν στο προσκήνιο με αξιοπρέπεια. Μέσα από εξωστρεφείς δράσεις, συμμετοχή σε εκδηλώσεις, συνεργασίες με την τοπική κοινωνία και καθημερινή παρουσία στον δημόσιο χώρο, συμβάλλουν στη σταδιακή αλλαγή νοοτροπίας. Ο αυτισμός και η αναπηρία παύουν να είναι κάτι «κρυφό» ή «φοβιστικό» και γίνονται μέρος της κοινής κοινωνικής εμπειρίας.

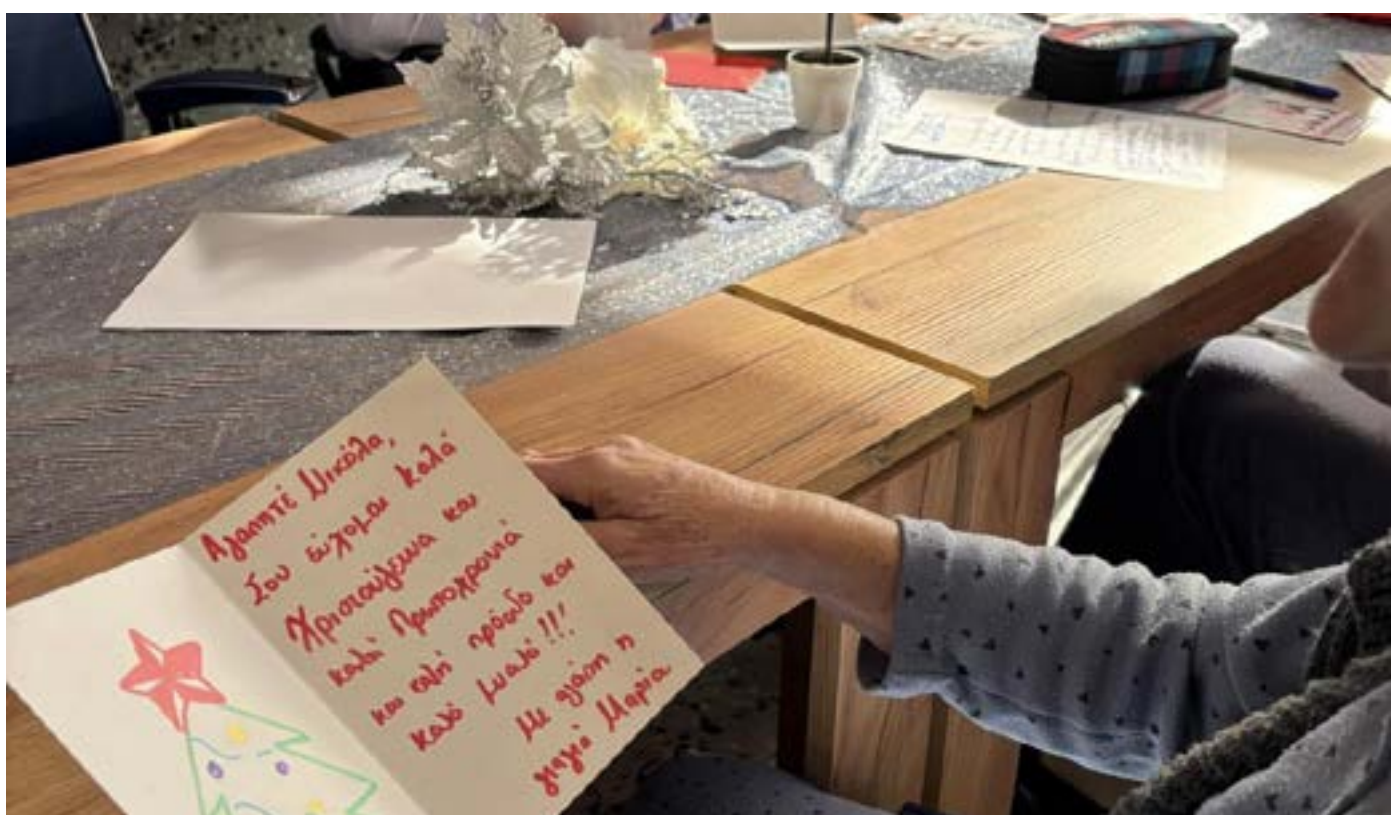
Η δημιουργικότητα που καλλιεργείται στα ΚΔΗΦ δεν έχει μόνο θεραπευτικό χαρακτήρα. Είναι μέσο αυτοέκφρασης, ενδυνάμωσης και αυτοεκτίμησης. Ένα έργο ζωγραφικής, μια θεατρική σκηνή, μια μουσική δραστηριότητα ή μια απλή καθημερινή επιτυχία μπορούν να αλλάξουν ριζικά τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο βλέπει τον εαυτό του. Η αίσθηση ότι «μπορώ», ότι «συμμετέχω», ότι «με υπολογίζουν» είναι θεμελιώδης για την ψυχική υγεία και τη συνολική ποιότητα ζωής.

Σε μια εποχή που η κοινωνία μιλά όλο και περισσότερο για συμπερίληψη και ισότητα, τα ΚΔΗΦ αποτελούν έμπρακτη εφαρμογή αυτών των εννοιών. Δεν αρκούνται σε θεωρητικές διακηρύξεις, αλλά προσφέρουν καθημερινές, απτές λύσεις. Λύσεις που βασίζονται στη σχέση, στη συνέπεια, στη φροντίδα και στη βαθιά πίστη ότι κάθε άνθρωπος έχει δικαίωμα στη συμμετοχή και την αξιοπρέπεια. Για τους ωφελούμενους, είναι ένας χώρος ζωής. Για τις οικογένειες, μια σταθερά. Για τους επαγγελματίες, ένα πεδίο ουσιαστικής προσφοράς και κοινωνικής ευθύνης.

Η αναπηρία δεν εξαφανίζεται, ούτε «θεραπεύονται» με μαγικό τρόπο. Αυτό που μπορεί να αλλάξει, όμως, είναι ο τρόπος που τα αντιμετωπίζουμε ως κοινωνία. Από την απομόνωση στη συμμετοχή. Από την αδράνεια στη δημιουργία. Από το στίπι ως μοναδικό καταφύγιο, σε μια καθημερινότητα με ρόλους, σχέσεις και προοπτική. Από τη σιωπή στη φωνή.

Τα ΚΔΗΦ αποδεικνύουν καθημερινά ότι η λύση υπάρχει. Και βρίσκεται εκεί όπου η κοινωνία επιλέγει να επενδύσει στον άνθρωπο, στη διαφορετικότητα και στη δύναμη της συνύπαρξης.

Και όμως, παρά τη σημασία τους, τα ΚΔΗΦ εξακολουθούν να μην είναι όσο γνωστά θα έπρεπε. Πολλές οικογένειες πληροφορούνται την ύπαρξή τους αργά, συχνά όταν η κόπωση έχει ήδη φτάσει στα όριά της. Άλλες διστάζουν, φοβούμενες το άγνωστο ή έχοντας βιώσει στο παρελθόν απογοητεύσεις από ανεπαρκείς δομές. Κι όμως, η εμπειρία δείχνει ότι όταν η λειτουργία είναι σωστά οργανωμένη, με επιστημονικό υπό-



βαθρο και ανθρώπινη προσέγγιση, η αλλαγή είναι ορατή και ουσιαστική.

Η καθημερινότητα ενός ατόμου με αυτισμό ή αναπηρία δεν αλλάζει από τη μια μέρα στην άλλη. Αλλάζει σταδιακά, μέσα από μικρά, σταθερά βήματα. Μέσα από τη ρουτίνα που προσφέρει ασφάλεια, μέσα από τη σχέση που χτίζει εμπιστοσύνη, μέσα από τη δημιουργία που δίνει νόημα. Τα ΚΔΗΦ δεν υπόσχονται θαύματα· προσφέρουν κάτι πολύ πιο ρεαλιστικό και πολύτιμο: συνέπεια, σταθερότητα και προοπτική.

Ταυτόχρονα, η ύπαρξη και η ενίσχυση τέτοιων δομών αποτελεί δείκτη πολιτισμού για μια κοινωνία. Ο τρόπος με τον οποίο φροντίζονται τα πιο ευάλωτα μέλη της αποτυπώνει τις πραγματικές της αξίες. Η αναπηρία δεν είναι ατομικό ζήτημα, ούτε αποκλειστικά οικογενειακή υπόθεση. Είναι κοινωνική ευθύνη. Και όσο περισσότερο

επενδύουμε σε δομές που ενισχύουν την ένταξη, τόσο πιο συμπεριληπτικό γίνεται το συλλογικό μας μέλλον.

Για τους ίδιους τους ωφελούμενους, τα ΚΔΗΦ δεν είναι απλώς ένας χώρος ημερήσιας παραμονής. Είναι ο χώρος όπου αποκτούν ταυτότητα πέρα από τη διάγνωση. Εκεί όπου δεν ορίζονται από τις δυσκολίες τους, αλλά από τις δυνατότητές τους. Εκεί όπου η μέρα αποκτά αρχή, μέση και τέλος, όπου υπάρχει στόχος, συμμετοχή και αίσθηση επιτυχίας. Για πολλούς, είναι το μοναδικό πλαίσιο στο οποίο μπορούν να νιώσουν ισότητα μέλη μιας ομάδας. Για τις οικογένειες, η ύπαρξη ενός ΚΔΗΦ σημαίνει κάτι βαθύτερο από πρακτική βοήθεια. Σημαίνει εμπιστοσύνη. Σημαίνει ότι δεν είναι μόνοι. Ότι υπάρχει ένας χώρος όπου το παιδί ή ο ενήλικας τους γίνεται αποδεκτός χωρίς όρους, χωρίς ταμπέλες,

χωρίς προσδοκίες που δεν του αναλογούν. Σημαίνει ελπίδα για ένα μέλλον λιγότερο φοβιστικό και περισσότερο δομημένο. Τελικά, ο αυτισμός και η αναπηρία δεν ζητούν λύπηση. Ζητούν κατανόηση, οργάνωση και ουσιαστικές επιλογές. Τα ΚΔΗΦ αποτελούν μία από αυτές τις επιλογές. Μια επιλογή που αποδεικνύει ότι η κοινωνία μπορεί να λειτουργήσει με όρους ένταξης και όχι αποκλεισμού. Ότι μπορεί να δώσει χώρο στη διαφορετικότητα χωρίς να τη φοβάται.

Και όσο περισσότερα βήματα γίνονται προς αυτή την κατεύθυνση, τόσο πιο κοντά ερχόμαστε σε μια κοινωνία που δεν αφήνει κανέναν πίσω. Μια κοινωνία όπου η φροντίδα δεν είναι εξαίρεση, αλλά αυτονόητο δικαίωμα. Μια κοινωνία που αναγνωρίζει ότι η λύση δεν βρίσκεται στην απομόνωση, αλλά στη συνύπαρξη.



FORMedia.gr
ΝΕΑ ΜΟΡΦΗ
ΣΤΗΝ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ





άρθρο

Έννη Λεβέντη

FORMedia Radio 998
Ennitime is a good time

Νέο έτος, νέα αρχή
Ο Χρόνος είναι μαζί σου

Πώς να ξεκινήσεις το 2026 με θετική ενέργεια, αυτοπεποίθηση και καθαρό μυαλό για να πετύχεις τους στόχους σου

Κάθε νέο έτος φέρνει μαζί του την υπόσχεση μιας νέας αρχής. Είναι η στιγμή που αφήνουμε πίσω ό,τι μας βαραίνει, τιμούμε τις επιτυχίες μας και κοιτάμε μπροστά με φρέσκια προοπτική. Το 2026 δεν είναι απλώς ένας αριθμός στο ημερολόγιο· είναι μια ευκαιρία να ξανασχεδιάσουμε τη ζωή μας, να θέσουμε νέους στόχους και να ζήσουμε με μεγαλύτερη συνείδηση και επίγνωση. Η πρώτη συμβουλή για μια δυνατή νέα αρχή είναι να κάνεις μια ειλικρινή ανασκόπηση της προηγούμενης χρονιάς. Τι πέτυxes; Τι σε σταμάτησε; Τι σε έκανε να νιώσεις χαρά ή λύπη; Αντιμετωπίζοντας αυτά τα ερωτήματα με ειλικρίνεια, μπορείς να αναγνωρίσεις μοτίβα και συνήθειες που αξίζει να συνεχιστούν ή να αλλάξουν. Αυτή η διαδικασία δεν είναι αυτοκριτική, αλλά μια πράξη αυτοσεβασμού και μάθησης. Το επόμενο βήμα είναι να θέσεις ξεκάθαρους, ρεαλιστικούς στόχους. Η διαφορά ανάμεσα σε ένα όνειρο και έναν στόχο είναι η δράση. Αν θέλεις να αλλάξεις καριέρα, να βελτιώσεις τη φυσική σου κατάσταση ή να ενισχύσεις τις σχέσεις σου, ξεκίνα με μικρά, καθημερινά βήματα. Η συνέπεια είναι ο μεγαλύτερος σύμμαχος της επιτυχίας. Κάθε μικρή νίκη ενισχύει την αυτοπεποίθηση και δημιουργεί δυναμική για μεγαλύτερα επιτεύγματα. Παράλληλα, το νέο έτος είναι η ευκαιρία να επενδύσεις στον εαυτό σου. Η φροντίδα της ψυχικής και σωματικής σου υγείας πρέπει να είναι προτεραιότητα. Αφιέρωσε χρόνο για άσκηση, διαλογισμό, ανάγνωση ή απλά για στιγμές ηρεμίας που σου επιτρέπουν να επαναφορτίσεις την ενέργειά σου. Όταν νιώθεις δυνατός και ισορροπημένος, οι αποφάσεις σου γίνονται πιο σαφείς και οι στόχοι πιο εφικτοί. Μην ξεχνάς τη σημασία της ευγνωμοσύνης. Κάθε μέρα, προσπάθησε να αναγνωρίζεις ό,τι έχεις και ό,τι καταφέρνεις, όσο μικρό κι αν φαίνεται. Η θετική σκέψη δεν είναι μαγεία· είναι μια πρακτική που αλλάζει τη στάση σου απέναντι στη ζωή και σε προετοιμάζει να αντιμετωπίσεις τις προκλήσεις με μεγαλύτερη ψυχραιμία και αισιοδοξία. Αγκάλιασε την αλλαγή και την αβεβαιότητα. Το νέο έτος μπορεί να φέρει ανατροπές, αλλά κάθε εμπειρία, θετική ή αρνητική, είναι μια ευκαιρία για μάθηση. Αντί να φοβάσαι το άγνωστο, δες το ως πεδίο ανάπτυξης και αυτοβελτίωσης. Το 2026 είναι μπροστά σου, γεμάτο πιθανότητες. Κάθε πρωί που ξυπνάς, έχεις την ευκαιρία να ξεκινήσεις από την αρχή, να χτίσεις τις βάσεις για μια ζωή που σε γεμίζει και σε εμπνέει. Κράτα τη δύναμη της θέλησης, τη χαρά της ανακάλυψης και τη σταθερότητα της πίστης στον εαυτό σου. Η νέα αρχή δεν είναι απλώς ένα νούμερο στο ημερολόγιο· είναι μια επιλογή να ζήσεις τη ζωή σου με συνειδητότητα, θάρρος και αγάπη για τον εαυτό σου.

Τα Χριστούγεννα λειτουργούν για πολλούς ανθρώπους ως μεγεθυντικός φακός των δυσκολιών τους και όχι ως περίοδος ανακούφισης. Η κοινωνική πίεση για χαρά, κατανάλωση και οικογενειακή πληρότητα συχνά εντείνει τη μοναξιά, το άγχος και τη συναισθηματική κόπωση, καθιστώντας τις γιορτές μια απαιτητική ψυχολογική δοκιμασία



Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΝΕΑΣ ΧΡΟΝΙΑΣ

Ανακαλύπτοντας τι κρύβεται πίσω από τη μετάβαση στο νέο έτος

Πώς η αλλαγή του ημερολογίου επηρεάζει τη διάθεση, την αυτοαντίληψη και την προσδοκία για το μέλλον



Κάθε φορά που αλλάζει ο χρόνος, η αλλαγή αυτή συνοδεύεται από έντονα συναισθήματα και ψυχολογικές μεταβολές. Το πέρασμα από το παλιό στο νέο έτος φέρνει μαζί του ένα περίεργο μείγμα αισιοδοξίας, ανασφάλειας, προσδοκιών αλλά και φόβου για το άγνωστο. Η ψυχολογία της νέας χρονιάς είναι ένας καθρέφτης της εσωτερικής μας κατάστασης, των ελπίδων και των αναγκών μας, καθώς και των τρόπων που αντιλαμβανόμαστε τη ζωή και τον χρόνο.

Γράφει η Έννη Λεβέντη

Η αρχή ενός νέου έτους λειτουργεί σαν ψυχολογικό “restart”. Είναι η στιγμή που νιώθουμε πως έχουμε την ευκαιρία να αφήσουμε πίσω αποτυχίες, λάθη και δυσκολίες. Αυτή η αίσθηση της “καθαρής σελίδας” ενισχύει την ελπίδα και την αυτοπεποίθηση, καθώς νιώθουμε ότι μπορούμε να επαναπροσδιορίσουμε τους στόχους μας και να διαμορφώσουμε τη ζωή μας σύμφωνα με τις επιθυμίες μας. Παράλληλα, το νέο έτος πυροδοτεί εσωτερικές συγκρίσεις με το παρελθόν. Αναλογιζόμαστε τι καταφέραμε και τι δεν καταφέραμε, τι αλλάξαμε και τι παραμένει σταθερό. Αυτή η διαδικασία μπορεί να προκαλέσει ανάμεικτα συναισθήματα, από χαρά και ικανοποίηση έως άγχος και ενοχές. Η ψυχολογική επίδραση του νέου έτους δεν περιορίζεται μόνο στις προσωπικές

επιδόσεις. Η κοινωνική διάσταση είναι εξίσου σημαντική. Οι ευχές, οι στόχοι που μοιραζόμαστε με φίλους και οικογένεια, η πίεση να ξεκινήσουμε “σωστά” ή να κάνουμε μεγάλες αλλαγές, ενισχύουν το συναίσθημα της προσδοκίας αλλά και το άγχος. Είναι σύννηθες να νιώθουμε ότι το νέο έτος φέρει μαζί του υποχρεώσεις για αλλαγές που μπορεί να μην είμαστε έτοιμοι να υλοποιήσουμε. Στην ψυχολογία του νέου έτους συχνά κυριαρχεί η έννοια της “νεότητας του χρόνου”. Κάθε 1η Ιανουαρίου δημιουργείται η ψευδαίσθηση ότι όλα μπορούν να γίνουν από την αρχή, και ότι ο χρόνος που έρχεται είναι ατελείωτος. Αυτή η αίσθηση ενισχύει τη δημιουργικότητα, την πρωτοβουλία και την αποφασιστικότητα, αλλά μπορεί να οδηγήσει και σε υπερβολικές προσδοκίες, εάν δεν συνοδεύεται από ρεαλιστικό προγραμματισμό. Μέσα σε αυτό το ψυχολογικό πλαίσιο, πολλοί άνθρωποι αναλαμβάνουν νέες συνήθειες, θέτουν στόχους για τη σωματική τους υγεία, τις σχέσεις ή την καριέρα τους. Η επιτυχία αυτών των στόχων συνδέεται με τη διαχείριση της συναισθηματικής μας κατάστασης: η αυτοσυμπόνια, η αναγνώριση μικρών επιτευγμάτων και η ρεαλιστική προσέγγιση των προκλήσεων είναι βασικά στοιχεία για να διατηρήσουμε τη θετική ψυχολογία καθ’ όλη τη διάρκεια της χρονιάς. Το νέο έτος μας καλεί επίσης να αντιμε-

τωπίσουμε την αβεβαιότητα με θάρρος. Ακόμα και αν το μέλλον παραμένει αόρατο, μπορούμε να διαχειριστούμε τα συναισθήματα αμφιβολίας και άγχους, να προσαρμοστούμε στις αλλαγές και να βρούμε νόημα στις καθημερινές στιγμές. Η ψυχολογική προετοιμασία, η θέσπιση ρεαλιστικών στόχων και η ενίσχυση της αυτογνωσίας είναι τα εργαλεία που μας επιτρέπουν να κάνουμε το νέο έτος όχι απλώς μια αλλαγή ημερολογίου, αλλά μια πραγματική ευκαιρία για προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη. Το 2026 μπορεί να είναι η χρονιά που θα φέρει νέες ευκαιρίες, μαθήματα και προκλήσεις. Αν προσεγγίσουμε την αλλαγή του χρόνου με αυτογνωσία, θετική ενέργεια και ευελιξία, θα μπορέσουμε να ζήσουμε κάθε στιγμή πιο πλήρως και να αξιοποιήσουμε το νέο έτος ως μια αληθινή νέα αρχή. Το 2026 μπορεί να είναι η χρονιά που θα φέρει νέες ευκαιρίες, μαθήματα και προκλήσεις. Αν προσεγγίσουμε την αλλαγή του χρόνου με αυτογνωσία, θετική ενέργεια και ευελιξία, θα μπορέσουμε να ζήσουμε κάθε στιγμή πιο πλήρως και να αξιοποιήσουμε το νέο έτος ως μια αληθινή νέα αρχή. Με μικρά καθημερινά βήματα, με αυτοσυμπόνια και εστίαση στους προσωπικούς μας στόχους, μπορούμε να δημιουργήσουμε συνθήκες ευημερίας και ψυχικής ισορροπίας, κάνοντας το 2026 ένα έτος ουσιαστικής ανάπτυξης και εσωτερικής ενδυνάμωσης.

Οι επιστήμονες ανησυχούν για τους κινδύνους που ελωχεύουν εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής. Στο μικροσκόπιο των επιστημόνων, οι κίνδυνοι για εγκύους και βρέφη από την κλιματική αλλαγή

Η κλιματική αλλαγή απειλεί εγκύους και βρέφη

Τι έδειξε το διήμερο workshop του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας



Η κλιματική αλλαγή αποτελεί σοβαρή απειλή για τη δημόσια υγεία, με τις έγκυες γυναίκες και τα νεογνά να είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στις υψηλές θερμοκρασίες. Με το θέμα αυτό, πραγματοποιήθηκε διήμερο workshop στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού έργου HIGH Horizons, για την παρακολούθηση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην υγεία μπτέρας και βρέφους και τα συμπεράσματα προκαλούν ερωτηματικά και ανησυχία.

Γράφει η Έννη Λεβέντη

Στη διάρκεια του εργαστηρίου, παρουσιάστηκε μια σειρά από αίτια που δημιουργούν εχθρικό περιβάλλον για τα βρέφη και τις εγκύους. Παρά την τεκμηρίωση των επιπτώσεων, κρίσιμα ερωτήματα παραμένουν αναπάντητα, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για διεπιστημονική συνεργασία. Η έκθεση σε υψηλές θερμοκρασίες κατά την εγκυμοσύνη συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο επιπλοκών, όπως πρόωρος τοκετός και θνησιγένεια. Στο workshop παρουσιάστηκαν ερευνητικά δεδομένα και καλές πρακτικές, ενώ συζητήθηκε η ανάγκη ενίσχυσης της πρόληψης και της ενημέρωσης. Η αντιμετώπιση των επιπτώσεων απαιτεί συντονισμένες δράσεις, διεπιστημονική προσέγγιση και συνεργασία φορέων.

Η κλιματική αλλαγή αναδεικνύεται σε μία από τις σοβαρότερες απειλές για τη δημόσια υγεία παγκοσμίως, με επιπτώσεις που πλήττουν δυσανάλογα τις πιο ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού. Οι έγκυες γυναίκες και τα νεογνά, βρίσκονται στην πρώτη γραμμή κινδύνου, καθώς η αυξανόμενη έκθεση σε ακραίες θερμοκρασίες συνδέεται με



σοβαρές επιπλοκές. Μπορεί τα ευρήματα να είναι αρκετά ώστε να αποδεικνύουν τις επιπτώσεις των αλλαγών εξαιτίας της κρίσης στο περιβάλλον, είναι πολλά τα αναπάντητα, κρίσιμα ερωτήματα, υπογραμμίζοντας την ανάγκη για διεπιστημονική συνεργασία και αξιοποίηση της επιστημονικής γνώσης, με σκοπό τον σχεδιασμό αποτελεσματικότερων λύσεων αντιμετώπισης των κρίσεων που προκαλεί η κλιματική αλλαγή. Συγκεκριμένα τονίστηκε η ανάγκη να βρεθούν αποτελεσματικές πολιτικές προστασίας της υγείας της μπτέρας και του βρέφους σε ένα συνεχόμενο μεταβαλλόμενο κλιματικό περιβάλλον.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση χρηματοδότησε έξι ερευνητικά προγράμματα στο πλαίσιο του Climate-Health Cluster, μεταξύ των οποίων και το HIGH Horizons, στο πλαίσιο του οποίου διοργανώθηκαν το workshop και στη συνέχεια η ετήσια συνάντηση των εταίρων του προγράμματος στην Αθήνα. Η δράση υλοποιήθηκε από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, στο πλαίσιο του ευ-

ρωπαϊκού έργου HIGH Horizons, υπό την αιγίδα του υπουργείου Υγείας και σε συνεργασία με τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ). Στο workshop συμμετείχαν εκπρόσωποι της επιστημονικής κοινότητας, καθώς και φορέων δημόσιας υγείας και διεθνών οργανισμών. Στο workshop συμμετείχαν εκπρόσωποι της επιστημονικής κοινότητας, καθώς και φορέων δημόσιας υγείας και διεθνών οργανισμών.

Σύμφωνα με το ΑΠΕ-ΜΠΕ η Καθηγήτρια Υγιεινής και Επιδημιολογίας Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Βαρβάρα Μουχτούρη, στο πλαίσιο του έργου HIGH Horizons, το Εργαστήριο Υγιεινής και Επιδημιολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας διεξάγει προοπτική μελέτη γεννήσεων, με στόχο την κατανόηση των βιολογικών μηχανισμών μέσω των οποίων η έκθεση σε υψηλές θερμοκρασίες επηρεάζει την υγεία των εγκύων, των νεογνών και των βρεφών.

«Η έκθεση σε υψηλές θερμοκρασίες κατά την εγκυμοσύνη συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο

πρόωρου τοκετού, θνησιγένειας, νεογνών μικρών για την ηλικία κύησης, σακχαρώδη διαβήτη κύησης, πρόωρης ρήξης εμβρυϊκών υμένων, καθώς και υπερτασικών και καρδιαγγειακών επιπλοκών κατά την κύηση».

Η κλιματική αλλαγή συνιστά μία από τις σημαντικότερες προκλήσεις για τη δημόσια υγεία, με δυσανάλογες επιπτώσεις σε ευάλωτες ομάδες πληθυσμού. Η συλλογή δεδομένων και η ανάλυσή τους μπορούν να υποστηρίξουν μέτρα προστασίας για τους πολίτες. Στο workshop πραγματοποιήθηκαν, επίσης, παρουσιάσεις από εκπροσώπους του υπουργείου Υγείας, του υπουργείου Εργασίας, του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών, της Εθνικής Μετεωρολογικής Υπηρεσίας (ΕΜΥ), καθώς και άλλων επιστημονικών και θεσμικών φορέων. Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στον καθοριστικό ρόλο των επιστημονικών φορέων της γυναικολογίας, της νεογνολογίας και της παιδιατρικής στην αντιμετώπιση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην υγεία της μπτέρας και του παιδιού.

Ο πρόεδρος της Ελληνικής Νεογνολογικής Εταιρείας, καθηγητής Παιδιατρικής-Νεογνολογίας του ΑΠΘ, Γεώργιος Μπτσιάκος, τόνισε ότι το πρόγραμμα HIGH Horizons αναδεικνύει τη σημασία της πρόληψης και της προστασίας των πλέον ευάλωτων πληθυσμών, της εγκύου γυναίκας και του νεογνού, απέναντι στις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Η επιστημονική γνώση οφείλει να υπηρετεί τη δημόσια υγεία και την κοινωνική ευθύνη. Οι συμμετέχοντες συμφώνησαν ότι η αντιμετώπιση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην υγεία της μπτέρας και του παιδιού απαιτεί συντονισμένες δράσεις, διεπιστημονική προσέγγιση και στενή συνεργασία μεταξύ επιστημονικών και θεσμικών φορέων. Το workshop ολοκληρώθηκε με την επισήμανση της ανάγκης συνέχισης της έρευνας και της αξιοποίησης των αποτελεσμάτων προς όφελος της υγείας των πολιτών.

Οι αριθμοί των καταγγελιών, οι θεσμικές παρεμβάσεις, οι αλλαγές στο νομικό πλαίσιο και οι κοινωνικές αντοχές που δοκιμάστηκαν μέσα στη χρονιά που φεύγει αποτυπώνουν με σαφήνεια ένα φαινόμενο που για δεκαετίες παρέμενε στη σκιά, αναδεικνύοντας το πραγματικό εύρος της ενδοοικογενειακής βίας και τα όρια της κοινωνίας και των μηχανισμών προστασίας απέναντι σε μια καθημερινή, συχνά σιωπηλή κρίση

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη



2025 είναι μια χρονιά που σημαδεύτηκε από μια ιδιαίτερα έντονη κοινωνική καταγραφή της ενδοοικογενειακής βίας στην Ελλάδα. Αυτό που παλαιότερα κατά πολλούς θεωρούνταν «σιωπηρό» ή «αόρατο» κοινωνικό φαινόμενο, μετατράπηκε μέσα στο τρέχον έτος σε ένα ζήτημα με αριθμούς, μετρήσεις, επίσημες αναφορές και καθημερινή παρουσία στους θεσμικούς δείκτες και τα μέσα ενημέρωσης. Αυτό δεν σημαίνει κατ' ανάγκη ότι τα περιστατικά βίας αυξήθηκαν αναλογικά με την καταγραφή, αλλά ότι η δημοσιοποίηση, η καταγραφή και η αντιμετώπιση έγιναν περισσότερο συστηματικά, αναγκάζοντας το φαινόμενο να βγει στη δημόσια σφαίρα.

Στην Ελλάδα, σύμφωνα με επίσημες ανακοινώσεις της Ελληνικής Αστυνομίας (ΕΛ.ΑΣ.), μέχρι τα τέλη Οκτωβρίου 2025 έχουν καταγραφεί πάνω από 17.000 καταγγελίες ενδοοικογενειακής βίας για το έτος, σε σύγκριση με προηγούμενες χρονιές όπου οι καταγραφές ήταν λιγότερο πλήρεις.

Ακόμη πιο πρόσφατες αναφορές από την ΕΛ.ΑΣ. στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών δείχνουν ότι πάνω από 19.000 υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας έχουν διαχειριστεί οι αρχές εντός του 2025, με μέσο όρο 47 συλλήψεων καθημερινά.

Αυτό το νούμερο είναι ενδεικτικό όχι μόνο της έκτασης των καταγεγραμμένων υποθέσεων, αλλά και της προσπάθειας των αρχών να εντοπίζουν και να αντιμετωπίζουν τα αιτήματα για βοήθεια.

Η εικόνα του 2025 σε αριθμούς

Οι αριθμοί μόνο από την ΕΛ.ΑΣ. δίνουν μια πρώτη αίσθηση της τάσης που επικράτησε μέσα στη χρονιά: Πάνω από 19.000 περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας διαχειρίστηκαν οι αρχές μέσα στο 2025. Κατά μέσο όρο 47 συλλήψεις την ημέρα σημειώθηκαν σε υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας. Η αύξηση των καταγγελιών στο πρώτο εννιάμηνο ξεπερνά τις 17.000 αναφορές, σύμφωνα με την ειδική μονάδα καταγραφής περιστατικών.

Οι καταγεγραμμένες ενέργειες αστυνομίας περιλαμβάνουν μεταφορές θυμάτων σε νοσοκομεία ή υπηρεσίες, καθώς και τη διασφάλιση προσωρινών κατοικιών και παροχής βοήθειας σε δεκάδες περιπτώσεις, επιβεβαιώνοντας ότι οι αρχές ανταποκρίνονται σε πολύπλευρες ανάγκες.

Αν συγκρίνει κανείς αυτά τα στοιχεία με τα προηγούμενα χρόνια, γίνεται σαφές ότι το πρόβλημα είναι ιδιαίτερα εκτεταμένο. Το 2024, για παράδειγμα, 22.080 περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας είχαν καταγραφεί πανελλαδικά, με περίπου 60 καταγγελίες ημερησίως, αριθμός που θεωρήθηκε

2025

Η χρονιά που η ενδοοικογενειακή βία έπαψε να είναι «αόρατη»

Πώς η αύξηση των καταγγελιών, η θεσμική ανταπόκριση και η κοινωνική εγρήγορση διαμορφώνουν την εικόνα ενός κοινωνικού φαινομένου που πλέον μετράται

ήδη υψηλός και αντισυμβατικός.

Από την καταγραφή στην ορατότητα

Αυτό που διαφοροποιεί το 2025 από τις προηγούμενες χρονιές δεν είναι απαραίτητα η αύξηση των περιστατικών σε απόλυτο όρο αν και τα στοιχεία δείχνουν αυξημένες καταγραφές αλλά η βελτίωση του μηχανισμού καταγραφής και της κοινωνικής ευαισθητοποίησης. Η ύπαρξη ειδικών γραφείων καταγραφής περιστατικών ενδοοικογενειακής βίας, η εκπαίδευση δεκάδων αστυνομικών στον χειρισμό τέτοιων υποθέσεων, και η ευρύτερη καμπάνια ενημέρωσης έχουν συμβάλει στο να φτάνουν περισσότερες περιπτώσεις στις αρμόδιες αρχές και στους θεσμούς.

Παράλληλα, έχουν εγκατασταθεί δεκάδες νέες δομές υποστήριξης και έχουν βελτιωθεί οι διαδικασίες ανταπόκρισης της αστυνομίας και των υπηρεσιών κοινωνικής πρόνοιας. Αυτή η θεσμική ανταπόκριση έχει ως αποτέλεσμα μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα της πραγματικότητας μια εικόνα που πριν από λίγα χρόνια δεν υπήρχε σε αυτό το βαθμό.

Κοινωνικοί δείκτες

και άλλες εκφάνσεις

Η ενδοοικογενειακή βία αφορά διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, φύλα και κοινωνικά στρώματα. Από τις καταγραφές προκύπτει ότι:

Τα θύματα περιλαμβάνουν γυναίκες, παιδιά και ηλικιωμένους με τις γυναίκες να αποτελούν το μεγαλύτερο ποσοστό των θυμάτων. Οργανώσεις που ασχολούνται με την κακοποίηση των παιδιών έχουν επίσης αναφέρει σημαντική αύξηση στις καταγγελίες, με έως και 65% περισσότερες αναφορές για κακοποίηση παιδιών σε σύγκριση με προηγούμενες περιόδους.

Αυτή η αυξημένη καταγραφή των περιστατικών κακοποίησης παιδιών συνδέεται με τη γενικότερη ενδοοικογενειακή βία αλλά προσθέτει μια πλέον αντισυμβατική διάσταση στο φαινόμενο, καθώς η προστασία παιδιών αποτελεί ένα από τα πιο ευαίσθητα και κρίσιμα πεδία κοινωνικής πολιτικής.

Θεσμικές παρεμβάσεις και νομικό πλαίσιο

Κατά τη διάρκεια του 2025, έχει ενισχυθεί και το νομικό πλαίσιο που σχετίζεται με την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής

βίας. Τον Ιανουάριο του ίδιου έτους, η Βουλή των Ελλήνων ενέκρινε αλλαγές στη νομοθεσία που στοχεύουν στη βελτίωση της προστασίας των θυμάτων και στην αντιμετώπιση νέων μορφών βίας, συμπεριλαμβανομένων των ψηφιακών μορφών βίας και της έμφυλης βίας γενικότερα. Οι αλλαγές αυτές περιλαμβάνουν αυστηρότερα μέτρα προστασίας, επέκταση των περιπτώσεων που θεωρούνται ενδοοικογενειακή βία και ενίσχυση των μηχανισμών υποστήριξης των θυμάτων. Η επικαιροποίηση του νομοθετικού πλαισίου αποτελεί μια προσπάθεια προσαρμογής των θεσμών στις ανάγκες που έχουν αναδειχθεί από τη συστηματική καταγραφή περιστατικών.

Η καθημερινότητα πίσω από τους αριθμούς

Πέρα από τους αριθμούς, στο δεύτερο μισό του 2025 καταγράφηκαν και μεμονωμένες επισημάνσεις περιστατικών που απεικονίζουν την ένταση και το ανθρώπινο κόστος του φαινομένου. Δημοσιογραφικές αναφορές περιλαμβάνουν ιστορίες όπως αυτή μιας 40χρονης γυναίκας που υπέστη επανειλημμένη βία από τον σύζυγό της, με αποτέλεσμα σοβαρές σω-

“
Η χρονιά
σημαδεύτηκε από
ιστορικά υψηλό
αριθμό καταγγελιών
και συστηματική
καταγραφή από
την ΕΛ.ΑΣ. και
τους θεσμούς. Το
φαινόμενο έπαψε
να αντιμετωπίζεται
ως μεμονωμένο
ή «αόρατο»
περιστατικό και
αποτυπώθηκε με
επίσημα δεδομένα,
αποκαλύπτοντας
το πραγματικό του
εύρος στην ελληνική
κοινωνία

“
Το 2025 κατέγραψε
ενισχυμένη
προσφυγή θυμάτων
στις αρχές, ως
αποτέλεσμα
θεσμικών
παρεμβάσεων,
 ενημέρωσης
και κοινωνικής
ευαισθητοποίησης.
Η δημόσια
συζήτηση
μετατοπίστηκε
από τη σιωπή στην
αναγνώριση του
προβλήματος ως
συλλογικού και όχι
ιδιωτικού

“
Η ανάγκη για
ολοκληρωμένες
κοινωνικές
πολιτικές, επαρκείς
δομές υποστήριξης,
ταχύτερη δικαστική
προστασία
και πρόληψη
παραμένει

ματικές βλάβες και επώδυνες συνέπειες για την υγεία της. Τέτοιες περιπτώσεις θυμάτων και προσωπικών ιστοριών δείχνουν ότι πίσω από κάθε καταγγελία υπάρχει μια σύνθετη κοινωνική πραγματικότητα με ψυχολογικές, σωματικές και οικονομικές επιπτώσεις που επηρεάζουν όχι μόνο τα θύματα αλλά και το ευρύτερο περιβάλλον τους.

Αναδυόμενα ζητήματα και προκλήσεις

Παρά την πρόοδο στη δημοσιοποίηση και καταγραφή, η ενδοοικογενειακή βία παραμένει εν πολλοίς υποδηλωμένη. Οι ειδικοί επισημαίνουν ότι ένα σημαντικό ποσοστό ανθρώπων που βιώνουν κακοποίηση δεν καταφεύγει στις αρχές ούτε καταθέτει επίσημες καταγγελίες, είτε από φόβο, είτε λόγω κοινωνικού στίγματος, είτε λόγω έλλειψης εμπιστοσύνης στους θεσμούς.

Επιπλέον, η οικονομική αβεβαιότητα και οι κοινωνικές ανισότητες μπορούν να λειτουργούν ως επιβαρυντικοί παράγοντες για το φαινόμενο, με τις δυσκολίες επιβίωσης να εντείνουν την πίεση σε κάποιες οικογένειες. Οι κοινωνιολογικές μελέτες που δημοσιεύονται άτυπα υπογραμμίζουν ότι η πραγματική έκταση της ενδοοικογενειακής βίας μπορεί να είναι πολύ μεγαλύτερη από ό,τι αντανακλούν τα επίσημα δεδομένα, καθώς πολλοί δεν καταγγέλλονται ποτέ στις αρχές.

Κοινωνική αντίδραση και ευαισθητοποίηση

Το 2025 χαρακτηρίστηκε από μια ενισχυμένη κοινωνική αντίδραση. Μέσα από δημόσιες καμπάνιες ευαισθητοποίησης, σχολεία, ΜΚΟ και οργανώσεις για τα ανθρώπινα δικαιώματα προσπάθησαν να αναδείξουν τις συνέπειες της ενδοοικογενειακής βίας και να ενθαρρύνουν τόσο τα θύματα όσο και τα γύρω τους να αναζητήσουν βοήθεια.

Η αύξηση των καταγγελιών σε εθνικό επίπεδο μπορεί να ερμηνευθεί εν μέρει και ως αποτέλεσμα αυτής της ευαισθητοποίησης — με τα θύματα να νιώθουν περισσότερο ενθαρρυσμένα να μιλήσουν και να απευθυνθούν στις αρχές, αντί να παραμένουν σε καθεστώς σιωπής. Το 2025 είναι μια χρονιά ορόσημο στην αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας στην Ελλάδα. Τα επίσημα στοιχεία δείχνουν μια πολύ υψηλή αριθμητική παρουσία καταγγελιών και μια ενισχυμένη θεσμική ανταπόκριση, η οποία οδήγησε το φαινόμενο από την κοινωνική «αόρατοτητα» στην δημοσιογραφική και θεσμική καταγραφή.

Όμως, παρά τα στοιχεία και τις προσπάθειες, η πλήρης εικόνα του προβλήματος παραμένει πολυσύνθετη, με κοινωνικές, πολιτισμικές και οικονομικές παραμέτρους που απαιτούν πολύπλευρη προσέγγιση. Η πρόκληση για το μέλλον είναι να διατηρηθεί αυτή η ορατότητα, να ενισχυθούν περαιτέρω οι μηχανισμοί προστασίας και να συνεχιστεί η υποστήριξη προς τα θύματα, ώστε το

επόμενο έτος να σηματοδοτήσει όχι μόνο καταγραφή αλλά και ουσιαστική μείωση του φαινομένου.

Η διάσταση των παιδιών και το αποτύπωμα στο μέλλον

Ένα από τα πιο ανησυχητικά στοιχεία που ανέδειξε το 2025 είναι η σταθερή παρουσία παιδιών στο περιβάλλον της ενδοοικογενειακής βίας, είτε ως άμεσα θύματα είτε ως μάρτυρες. Η διεθνής και ελληνική βιβλιογραφία είναι σαφής: η έκθεση ανηλίκων στη βία εντός της οικογένειας συνδέεται με μακροπρόθεσμες ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις, μαθησια-

κές δυσκο-
ε ς ,

καν συχνότερα να διαχειριστούν υποθέσεις όπου η προστασία των παιδιών αποτέλεσε πρωταρχικό ζητούμενο. Η εμπλοκή σχολείων, κοινωνικών λειτουργών και δομών παιδικής προστασίας δείχνει ότι η ενδοοικογενειακή βία δεν αφορά μόνο το «εδώ και τώρα», αλλά διαμορφώνει συνθήκες για το κοινωνικό μέλλον της χώρας.

Η ενδοοικογενειακή βία ως δείκτης κοινωνικής ανισότητας

Κατά τη διάρκεια του 2025, η δημόσια συζήτηση άρχισε να προσεγγίζει πιο συστηματικά την ενδοοικογενειακή βία ως δείκτη κοινωνικών πιέσεων και ανισοτήτων. Παρά το γεγονός ότι το φαινόμενο διαπερνά όλα τα κοινωνικά στρώματα, η πρόσβαση σε μηχανισμούς προστασίας και στήριξης δεν είναι πάντα ισότιμη. Η οικονομική εξάρτηση, η εργασιακή επισφάλεια και η έλλειψη κοινωνικού δικτύου παραμένουν κρίσιμοι παράγοντες που δυσχεραίνουν τη φυγή από ένα βίαιο περιβάλλον. Το 2025 κατέδειξε ότι η αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας δεν μπορεί να είναι μόνο αστυνομική ή ποινική. Απαιτεί συντονισμό κοινωνικών πολιτικών, στεγαστικής υποστήριξης, ψυχοκοινωνικής φροντίδας και επανένταξης. Εκεί εντοπίζεται και ένα από τα μεγάλα ελλείμματα που εξακολουθούν να υφίστανται, παρά τη βελτίωση στην καταγραφή και τη θεσμική κινητοποίηση.

Ο ρόλος των θεσμών και τα όρια της παρέμβασης

Η ενισχυμένη παρουσία της Πολιτείας το 2025, μέσω νομοθετικών παρεμβάσεων, ειδικών μονάδων και δομών υποστήριξης, σηματοδότησε ένα βήμα προς τα εμπρός. Ωστόσο, η ίδια η χρονιά ανέδειξε και τα όρια των θεσμών. Οι καθυστερήσεις στη δικαστική εκδίκαση υποθέσεων, η άνιση γεωγραφική κατανομή δομών φιλοξενίας και η υποστελέχωση κοινωνικών υπηρεσιών εξακολουθούν να αποτελούν σοβαρά εμπόδια. Η εμπειρία του 2025 δείχνει ότι η ορατότητα από μόνη της δεν αρκεί. Η καταγραφή, όσο αναγκαία κι αν είναι, πρέπει να συνοδεύεται από σταθερές πολιτικές πρόληψης, εκπαίδευση επαγγελματιών πρώτης γραμμής και μακροπρόθεσμη στρατηγική.

Μια χρονιά-καθρέφτης για την κοινωνία

Το 2025 δεν έλυσε το πρόβλημα της ενδοοικογενειακής βίας. Λειτουργήσε, όμως, ως καθρέφτης. Ανέδειξε το εύρος του φαινομένου, κατέγραψε με σαφήνεια τις πληγές, και υποχρέωσε την κοινωνία να κοιτάξει μια πραγματικότητα που για χρόνια βρισκόταν στο περιθώριο ή πίσω από κλειστές πόρτες. Η χρονιά που φεύγει αφήνει πίσω της μια σκληρή αλλά αναγκαία παρακαταθήκη: την αποδοχή ότι η ενδοοικογενειακή βία δεν είναι μεμονωμένο περιστατικό, ούτε ιδιωτική υπόθεση. Είναι ένα διαρκές κοινωνικό ζήτημα, που πλέον έχει όνομα, αριθμούς και δημόσιο λόγο. Και αυτή η μετάβαση από τη σιωπή στην καταγραφή είναι ίσως το πιο καθοριστικό αποτύπωμα του 2025.



α υ-
ξημέ-
κ ί ν δ υ-
α ν α πα ρ α-
βίαιων συμπεριφορών και προβλήμα-
τα ψυχικής υγείας στην ενήλικη ζωή.
Το 2025 ανέδειξε με μεγαλύτερη ένταση
αυτή τη διάσταση, καθώς οι κοινωνικές
υπηρεσίες και οι εισαγγελικές αρχές κλήθη-

ν ο
ν ο
γ ω γ ή ς



Καλά
Χριστούγεννα!



novibet

Έντονες αντιδράσεις για το νέο πολυνομοσχέδιο. Μισθολόγιο, βαθμολόγιο και καριέρα στρατιωτικών στο επίκεντρο

«Χάρτης μετάβασης» των ενόπλων δυνάμεων, εκσυγχρονισμός ή πρόκληση για τα στελέχη;



Οι ενοπλές δυνάμεις περνάνε το κατώφλι της νέας εποχής με αντιδράσεις

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Η νέα χρονιά φέρνει μεγάλες αλλαγές στο σύστημα των Ενόπλων δυνάμεων. Το 2026 από τα πρώτα θέματα που θα συζητηθούν στη Βουλή, είναι το πολυνομοσχέδιο του υπουργείου Εθνικής Άμυνας. Πρόκειται για μια σειρά σημαντικών αλλαγών και θα είναι από τις πιο καθοριστικές μεταρρυθμίσεις των τελευταίων δεκαετιών στις Ένοπλες Δυνάμεις. Το πολυνομοσχέδιο του υπουργείου Εθνικής Άμυνας φιλοδοξεί να επανακαθορίσει τη δομή, τη λειτουργία και το ανθρώπινο δυναμικό του στρατεύματος. Την ίδια στιγμή, αυτές οι αλλαγές προκαλούν έντονο προβληματισμό και αντιδράσεις καθώς και σειρά προτάσεων για κινητοποιήσεις από εν ενεργεία και απόστρατους στρατιωτικούς με θέματα που αφορούν κυρίως για ζητήματα μισθολογικά, βαθμολογικά και υπηρεσιακής εξέλιξης.

Ο «Χάρτης Μετάβασης» στο νέο μοντέλο Ενόπλων Δυνάμεων, ο λεγόμενος «Χάρτης Μετάβασης των Ενόπλων Δυνάμεων στη Νέα Εποχή», με τον οποίο το Πεντάγωνο επιδιώκει να προσαρμόσει το στράτευμα στις σύγχρονες γεωπολιτικές προκλήσεις και στα διδάγματα από πολεμικά μέτωπα όπως η Ουκρανία και η Μέση Ανατολή, προκαλεί την αντίδραση του σώματος των στρατιωτικών. Το υπουργείο εκτιμά ότι η υφιστάμενη δομή δεν ανταποκρίνεται στις ανάγκες του 21ου αιώνα και προωθεί ένα πιο ευέλικτο και τεχνολογικά αναβαθμισμένο μοντέλο. Η νέα θεσμική αρχιτεκτονική συνδέεται άμεσα με το 12ετές εξοπλιστικό πρόγραμμα, την ενίσχυση της εγχώριας αμυντικής βιομηχανίας και τη λειτουργία του Ελληνικού Κέντρου Αμυντικής Καινοτομίας, με στόχο ένα επιχειρησιακά αξιόμαχο και κοινωνικάστηριγμένο στράτευμα. Σύμφωνα με τις πρώτες εκτιμήσεις φαίνεται ότι στα θέματα που θα απασχολήσουν τις αλλαγές που θα φέρει το πολυνομοσχέδιο που θα συζητηθεί στις αρχές του 2026, περιλαμβάνει νέο Μισθολόγιο, νέο Βαθμολόγιο, νέο σύστημα σταδιοδρομίας, αναμόρφωση της στρατιωτικής εκπαίδευσης, αλλαγές στις αναβολές και ανασχεδιασμό της εφεδρίας.

Ποιο αντιδρούν στις νέες προτάσεις και γιατί;

Η Βουλή των Ελλήνων αναμένεται να συζητήσει το πολυνομοσχέδιο του υπουργείου Εθνικής Άμυνας, τον «Χάρτη Μετάβασης των Ενόπλων Δυνάμεων στη Νέα Εποχή».

Το νομοσχέδιο εισάγει διαρθρωτικές αλλαγές στη μορφή και λειτουργία των Ενόπλων Δυνάμεων, περιλαμβάνοντας

νέο μισθολόγιο, βαθμολόγιο και σύστημα σταδιοδρομίας. Έντονες αντιδράσεις έχουν προκληθεί, κυρίως για τη διαχείριση του ανθρώπινου δυναμικού και το νέο βαθμολόγιο, με προγραμματισμένες συγκεντρώσεις διαμαρτυρίας.

Το νομοσχέδιο στοχεύει στον εκσυγχρονισμό των Ενόπλων Δυνάμεων, την ανάπτυξη αμυντικής τεχνολογίας και την ενσωμάτωση ψηφιακών εφαρμογών. Επίσης, προβλέπονται αλλαγές στο περιεχόμενο της στρατιωτικής θητείας και η δημιουργία δεξαμενής 150.000 ενεργών εφέδρων.

Ο βασικός λόγος για τον οποίο αντιδρούν τα στελέχη των Ενόπλων Δυνάμεων είναι η έλλειψη της μεταβατικότητας, αφού το νομοσχέδιο ισχύει αναδρομικά, με αποτέλεσμα να πλήττονται σχεδόν στην πλειονότητά τους οι εν ενεργεία ανώτεροι αξιωματικοί. Όπως υποστηρίζουν συνδικαλιστικοί εκπρόσωποί τους, πολλαπλασιάζεται ο χρόνος παραμονής σε κάθε βαθμό για την προαγωγή σε επόμενο, με αποτέλεσμα στελέχη που μέχρι πρόσφατα προάγονταν μέχρι τον βαθμό του αντισυνταγματάρχη ή ακόμη και του συνταγματάρχη (ΑΣΣΥ) ή του υπολοχαγού (ΕΜΘ), θα παραμένουν ανθυποασπιστές, χάνοντας έτσι μέχρι και 6 βαθμούς. Για το υπουργείο Εθνικής Άμυνας, πάντως, στρατηγικός στόχος του πολυνομοσχεδίου συνιστά παράλληλα η δημιουργία ενός διακριτού και σύγχρονου «Μονοπατιού Καριέρας» για τα στελέχη των Ενόπλων Δυνάμεων, μέσω της εισαγωγής ανώτατου ορίου οργανικών θέσεων ανά βαθμό, κλάδο και κατηγορία προέλευσης, όπως και μέσω ενός νέου συστήματος προαγωγών, όπου οι προαγωγές θα περνούν μέσα από τις διαθέσιμες οργανικές σχέσεις. Από πλευράς των στρατιωτικών, αρκετές από τις ενώσεις αποστράτων και εν ενεργεία στρατιωτικών επισημαίνουν ότι αυτό το σχέδιο θα προκαλέσει «υποβάθμιση του ΣΑΓΕ», δηλαδή του Συμβουλίου Αρχηγών Γενικών Επιτελείων, υποστηρίζοντας πως πολλά από τα ζητήματα των Ενόπλων Δυνάμεων θα τα εισηγείται και θα τα προτείνει πλέον στον Αρχηγό ΓΕΕΘΑ αντί του υπουργού. Στοιχεία εκσυγχρονισμού και αναβάθμισης επιχειρούνται να εισαχθούν από μέρους του Πενταγώνου και στο πεδίο της στρατιωτικής εκπαίδευσης, καθώς συστήνεται η Διοίκηση Ακαδημαϊκής Εκπαίδευσης, στην οποία θα υπάγεται το σύνολο των Στρατιωτικών Σχολών (ΑΣΕΙ, ΣΣΑΣ, ΑΣΜΥ) με ζητούμενο τον οριζόντιο συντονισμό των ακαδημαϊκών, ερευνητικών, οικονομικών θεμάτων. Ταυτόχρονα, σε πλήρη αναδιαμόρφωση βρίσκεται το πρόγραμμα σπουδών των ΑΣΕΙ με νέες κατευθύνσεις ειδίκευσης, 5ετείς

κύκλους σπουδών και πτυχία με προσδιορισμένο επιστημονικό αντικείμενο, ενώ ανωτατοποιούνται για πρώτη φορά οι Σχολές Υπαξιωματικών. Στην περίπτωση αυτή, οι συνδικαλιστικοί φορείς των στρατιωτικών κάνουν λόγο για υποβάθμισή τους στην πράξη αν όχι «σιωπηρή κατάργησή» τους, καθώς σε περίπτωση που εφαρμοστούν απόψεις οι ρυθμίσεις του νομοσχεδίου, δεν είναι βέβαιο ότι θα υπάρχει ζήτηση στο επόμενο διάστημα από τους αποφοίτους της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, εστιάζοντας επίσης και στη μη αποκρυστάλλωση των επαγγελματικών δικαιωμάτων για τους μελλοντικούς τους αποφοίτους.

Σύμφωνα με το υπουργείο Εθνικής Άμυνας, το νέο μισθολόγιο εισάγει αυξήσεις που κυμαίνονται από 13% έως 24% για το σύνολο των στελεχών, με αναδρομική ισχύ από την 1η Οκτωβρίου 2025. Παράλληλα προβλέπεται αύξηση στο επίδομα θέσης ευθύνης και θεσμοθετείται για πρώτη φορά επίδομα διοίκησης ύψους 150 έως 400 ευρώ.

Από την πλευρά τους, οι συνδικαλιστικές ενώσεις των στρατιωτικών κάνουν λόγο για περιπτώσεις μειώσεων, επικαλούμενες τα εκκαθαριστικά μισθοδοσίας που έλαβαν πιλοτικά. Ιδιαίτερη ανησυχία προκαλεί η έννοια της «προσωπικής διαφοράς», καθώς εκφράζονται φόβοι ότι μπορεί να επηρεαστούν και άλλες παροχές, όπως το εφάπαξ.

Ιδιαίτερα έντονη είναι η δυσανεξία των υπαξιωματικών, οι οποίοι κάνουν λόγο για πλήγμα στο ηθικό και στο κύρος τους. Το πάγωμα των προαγωγών, όπως τονίζουν, ανατρέπει τον προσωπικό και οικογενειακό προγραμματισμό χιλιάδων στελεχών. Αντίστοιχες ενστάσεις εκφράζονται και για τους επαγγελματίες οπλίτες και τους εθελοντές μακράς διάρκειας, για τους οποίους περιορίζονται οι δυνατότητες βαθμολογικής εξέλιξης. Για τους λόγους ανησυχίας και αντίδρασης στο νέο πολυνομοσχέδιο, εν ενεργεία και απόστρατοι αξιωματικοί ζητούν την απόσυρση του νομοσχεδίου ή την εφαρμογή του για τους νέους που θα εισαχθούν στο μέλλον στις στρατιωτικές σχολές, ώστε να γνωρίζουν εξ αρχής το νέο πλαίσιο.

Οι αντιδράσεις αναμένεται να κλιμακωθούν, με συγκέντρωση διαμαρτυρίας να έχει ήδη προγραμματιστεί για τις 8 Ιανουαρίου 2026 μπροστά στη Βουλή. Το πολυνομοσχέδιο, που φιλοδοξεί να σηματοδοτήσει μια νέα εποχή για τις Ένοπλες Δυνάμεις, φαίνεται ότι θα αποτελέσει ένα από τα πιο αμφιλεγόμενα νομοθετήματα της νέας χρονιάς.



Τι κρύβεται πίσω από τις «περίεργες» κλήσεις και τα «παραπλανητικά» SMS του ρεξωτερικού

Τι Συμβαίνει αν Σηκώσετε το Τηλέφωνο η Καλέσετε Πίσω τον Άγνωστο Αριθμό

Η Μέθοδος «One-Ring» – Η Απάτη Wangiri και η Άμυνα του Πολίτη στις «Ψηφιακές Παγίδες Εξαπάτησης»

Γράφει
ο Καθηγητής
Οικονομίας
& Νέων
Τεχνολογιών
**Μάριος
Παπαευσταθίου**

REPORTAZ
ΑΜΕΣΗ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ
ΘΕΣΣΑΛΙΑ
FORMedia.gr



Τα δεδομένα έχουν γίνει ο νέος χρυσός. Στον ψηφιακό κόσμο που ζούμε, δεν είναι πλέον τα σύνορα, τα όπλα ή οι στρατοί που καθορίζουν τις απειλές, αλλά τα κλικ, τα email και οι αναπάντητες κλήσεις. Οι κυβερνοεγκληματίες οργανωμένοι, τεχνολογικά εξοπλισμένοι και συχνά συνδεδεμένοι με διεθνή κυκλώματα γνωρίζουν καλά την αξία της πληροφορίας.

Ο νέος εχθρός δεν κρατάει όπλο. Κρατάει πληκτρολόγιο. Και ο πόλεμος που διεξάγεται δεν έχει σύνορα. Είναι ο αόρατος πόλεμος του 21ου αιώνα.

Οι επιτήδριοι καλούν διάφορες ώρες της ημέρας και δεν σταματούν με τίποτα. Μάλιστα σχεδόν κάθε φορά καλούν από διαφορετικό αριθμό. Σε κάποιες περιπτώσεις ακούγεται κάτι σαν τηλεφωνητής. Το πιο ύποπτο όμως είναι να σας πάρουν τηλέφωνο και να το κλείσουν αμέσως.

Το τελευταίο διάστημα, ολοένα και περισσότεροι πολίτες δέχονται ενοχλητικές κλήσεις και ηχογραφημένα μηνύματα που ισχυρίζονται ότι υπάρχει «πρόβλημα με λογαριασμό, από το εξωτερικό, σε διαφορετικές ώρες της ημέρας και κάθε φορά από διαφορετικό αριθμό. Οι κλήσεις φαίνεται να προέρχονται από χώρες όπως το Ηνωμένο Βασίλειο (+44), η Τυνησία (+216), η Σερβία (+381), η Πολωνία (+48) και πολλές ακόμη.

Όμως η ένδειξη χώρας δεν λέει πάντα την αλήθεια. Ο απατεώνας μπορεί να βρίσκεται οπουδήποτε στον κόσμο. Τα κυκλώματα ρυθμίζουν υπολογιστές και αυτοματοποιημένα συστήματα ώστε να καλούν χιλιάδες αριθμούς καθημερινά, «σπέρνοντας» παγίδες μαζικά.

Το πιο ύποπτο σημάδι; Σας καλούν και το κλείνουν αμέσως.

Πρόκειται για έναν από τους πιο διαδεδομένους τύπους τηλεφωνικής απάτης παγκοσμίως. Η μέθοδος Wangiri ιαπωνικός όρος που σημαίνει «ένα κουδούνισμα και κλείσιμο» βασίζεται στην ανθρώπινη περιέργεια.

Οι επιτήδριοι αφήνουν το τηλέφωνό σας να χτυπήσει μία φορά και κλείνουν. Αν καλέσετε πίσω, συνδέεστε με αριθμό υψηλής χρέωσης, με υπέρογκα τέλη ανά λεπτό. Όσο περισσότερο παραμένετε στη γραμμή, τόσο περισσότερα χρήματα χάνονται, ενώ οι απατεώνες εισπράττουν προμήθεια.

Δεν πρόκειται πάντα για απάτη άμεσης χρέωσης.



Ορισμένες εταιρείες χρησιμοποιούν διεθνείς αριθμούς για να παρακάμπτουν κανονισμούς και φίλτρα. Ακόμη και μία απλή απάντηση μπορεί να ανοίξει τον ασκό του Αϊόλου: ο αριθμός σας ενδέχεται να καταγραφεί και να πωληθεί σε λίστες τηλεμάρκετινγκ, με αποτέλεσμα καταιγισμό ανεπιθύμητων κλήσεων.

Σε πιο εξελιγμένες περιπτώσεις, μια τηλεφωνική απάτη μπορεί να οδηγήσει σε εγκατάσταση κακόβουλου λογισμικού. Μέσω συνδέσμων ή «οδηγιών» που σας ζητούν να ακολουθήσετε, οι δράστες αποκτούν πρόσβαση σε προσωπικά δεδομένα, κωδικούς και τραπεζικές πληροφορίες.

Δεν είναι τυχαίο ότι συχνά πίσω από τέτοιες επιθέσεις κρύβεται διαρροή δεδομένων: ο αριθμός σας μπορεί να έχει υποκλαπεί από παραβίαση βάσεων δεδομένων ιστοσελίδων ή λιστών αλληλογραφίας που χρησιμοποιήσατε στο παρελθόν.

Πώς να προστατευτείτε σύμφωνα με τον Καθηγητή Οικονομίας & Νέων Τεχνολογιών κ.Μάριο Παπαευσταθίου

Μην απαντάτε και μην καλείτε πίσω άγνωστους διεθνείς αριθμούς. Αν πρόκειται για νόμιμη κλήση, θα αφήσουν μήνυμα.

Μπλοκάρετε ύποπτους αριθμούς μέσω των ρυθμίσεων του τηλεφώνου ή ειδικών εφαρμογών.

Εγκαταστήστε λογισμικό ασφαλείας σε όλες τις συσκευές (antivirus, antispam, antispyware).

Μην ανοίγετε ποτέ ύποπτα email και μην πατάτε συνδέσμους μέσα σε αυτά.

Ελέγχετε πάντα τη διεύθυνση ιστοσελίδας: το ασφαλές «https» είναι απαραίτητο. Επικοινωνήστε με τον πάροκό σας, καθώς σε πολλές περιπτώσεις μπορεί να μπλοκάρει διεθνείς κλήσεις. Αναφέρετε την απάτη στις αρμόδιες αρχές. Στον αόρατο πόλεμο του κυβερνοχώρου, δεν χρειάζεται πανικός χρειάζεται επίγνωση. Οι απειλές εξελίσσονται, αλλά το ίδιο μπορεί να κάνει και η άμυνά μας. Με ενημέρωση, προσοχή και ψηφιακή παιδεία, ο πολίτης μπορεί να μετατραπεί από εύκολο στόχο σε ανυπέρβλητο εμπόδιο. Οι δεξιότητες επικοινωνίας & αυτοδιαχείρισης σε συνδυασμό με την σκέψη σχεδιασμού & καινοτομίας & την συνεργατική εργασία μπορούν να βοηθήσουν τους πολίτες όχι μόνο να είναι αποτελεσματικοί χρήστες της τεχνολογίας, αλλά και να γίνουν ενεργοί δημιουργοί και κατανοπτές φωνές στον ψηφιακό κόσμο, γιατί σήμερα η ψηφιακή μας ασφάλεια ξεκινά από την οθόνη και το τηλέφωνό μας.

Η καθημερινή μας περιήγηση στο διαδίκτυο κρύβει περισσότερους κινδύνους απ' ό,τι φανταζόμαστε από phishing και κακόβουλο λογισμικό μέχρι παραπλανητικά banners που κρύβουν υποκλοπή δεδομένων.



Τι κρύβεται πίσω από τα περίεργα pop-up και τα παραπλανητικά email

Η καθημερινή χρήση του διαδικτύου, είτε για εργασία είτε για προσωπική ψυχαγωγία, έχει γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας. Ωστόσο, πίσω από τα «αθώα» pop-up παράθυρα, τα email που φαίνονται επείγοντα και τα διαφημιστικά banners, κρύβονται συχνά κίνδυνοι που μπορούν να επηρεάσουν σοβαρά την ασφάλεια των προσωπικών μας δεδομένων.

Οι ειδικοί προειδοποιούν ότι το phishing, το κακόβουλο λογισμικό και οι παραπλανητικές διαφημίσεις αποτελούν πλέον καθημερινά φαινόμενα για κάθε χρήστη του διαδικτύου. Τα «ψευδή» μηνύματα προσπαθούν να σας πείσουν να δώσετε προσωπικά στοιχεία, να κάνετε κλικ σε links ή να κατεβάσετε αρχεία, ενώ οι «κρυφές απειλές» βρίσκονται μέσα σε καλοστημένα banners που φαίνονται νόμιμα αλλά κρύβουν κακόβουλο λογισμικό. Τις τελευταίες εβδομάδες, πολλοί χρήστες έχουν αναφέρει μια ανησυχητική αύξηση στα παραπλανητικά emails που μοιάζουν να προέρχονται από τράπεζες, υπηρεσίες πληρωμών ή ακόμη και κυβερνητικές πλατφόρμες.

Τα email αυτά συνήθως συνοδεύονται από προειδοποιήσεις όπως «Άμεση ενέργεια απαιτείται» ή «Ο λογαριασμός σας έχει αποκλειστεί», με στόχο να προκαλέσουν πανικό και να υποκινήσουν τον χρήστη να ακολουθήσει τις οδηγίες τους. Η τεχνική του phishing δεν είναι κάτι νέο, αλλά η πολυπλοκότητα των μεθόδων έχει αυξηθεί σημαντικά. Σήμερα, τα emails που περιέχουν παραπλανητικά links μπορούν να μοιάζουν απολύτως νόμιμα, με λογότυπα εταιρειών, αυθεντικά χρώματα και φαινομενικά έγκυρες υπογραφές.

Το αποτέλεσμα είναι ότι πολλοί χρήστες πέφτουν στην παγίδα, αποκαλύπτοντας προσωπικούς κωδικούς, στοιχεία τραπεζικών λογαριασμών ή ακόμη

και αρχεία που περιέχουν ευαίσθητες πληροφορίες. Τα pop-up παράθυρα που εμφανίζονται ξαφνικά κατά την περιήγηση σε ιστοσελίδες είναι άλλη μια σημαντική πηγή κινδύνου. Συχνά προσποιούνται ότι είναι συστήματα ασφαλείας του υπολογιστή σας, ζητώντας να εγκαταστήσετε «επείγοντα» προγράμματα ή να κάνετε έλεγχο του συστήματος. Στην πραγματικότητα, πρόκειται για κακόβουλο λογισμικό που μπορεί να εγκαταστήσει ιούς, spyware ή ransomware, θέτοντας σε κίνδυνο τα δεδομένα σας και ακόμη και την πρόσβαση σε σημαντικά αρχεία. Οι διαφημιστικές πλατφόρμες δεν είναι πάντοτε αθώες. Υπάρχουν banners που υπόσχονται δωρεάν δώρα, κερδισμένα δώρα ή μοναδικές προσφορές, αλλά στην πραγματικότητα οδηγούν σε ιστότοπους που συλλέγουν προσωπικά δεδομένα ή εγκαθιστούν κακόβουλο λογισμικό. Αυτά τα «παραπλανητικά banners» είναι συχνά δύσκολο να εντοπιστούν, γιατί μιμούνται σχεδιαστικά τα πραγματικά διαφημιστικά της ιστοσελίδας που επισκέπτεστε. Η προστασία από αυτές τις απειλές απαιτεί συνδυασμό προσοχής και τεχνολογικών εργαλείων. Κατ' αρχάς, είναι απαραίτητο να ελέγχετε προσεκτικά κάθε email πριν κάνετε κλικ σε συνδέσμους ή κατεβάσετε αρχεία. Οι διευθύνσεις των αποστολέων μπορεί να φαίνονται νόμιμες, αλλά ακόμη και μικρές αποκλίσεις στα ονόματα ή στο domain μπορεί να είναι σημάδι phishing. Επιπλέον, η χρήση ισχυρών και μοναδικών κωδικών πρόσβασης για κάθε υπηρεσία μειώνει τον κίνδυνο πρόσβασης σε πολλαπλούς λογαριασμούς σε περίπτωση παραβίασης. Είναι εξίσου σημαντικό να έχετε εγκατεστημένο και ενημερωμένο antivirus ή anti-malware πρόγραμμα στον υπολογιστή ή τη συσκευή σας. Πολλά από τα κακόβουλα pop-up και τα banners μπορούν να μπλοκαριστούν προτού ακόμη φτάσουν στην

θόνη σας. Παράλληλα, οι ρυθμίσεις του browser για μπλοκάρισμα pop-up παραθύρων και η αποφυγή κλικ σε ύποπτες διαφημίσεις μειώνουν σημαντικά την πιθανότητα μόλυνσης. Οι χρήστες κινητών συσκευών δεν πρέπει να αισθάνονται ασφαλείς από αυτές τις απειλές. Τα phishing μηνύματα και τα παραπλανητικά links εμφανίζονται με τον ίδιο τρόπο στα smartphones, συχνά μέσω εφαρμογών messaging ή SMS. Ακόμη και αν το email ή το μήνυμα φαίνεται να προέρχεται από υπηρεσία που χρησιμοποιείτε καθημερινά, η επιβεβαίωση μέσω του επίσημου ιστότοπου ή της εφαρμογής πριν την ενέργεια είναι απαραίτητη. Η εκπαίδευση του κοινού αποτελεί κρίσιμο παράγοντα στην πρόληψη αυτών των απειλών. Οι χρήστες που γνωρίζουν τις τεχνικές των επιτήδειων και καταλαβαίνουν πώς να αναγνωρίζουν ψευδείς ειδοποιήσεις, παραπλανητικά links ή ύποπτες επισυνάψεις, είναι πολύ λιγότερο πιθανό να πέσουν θύματα. Οι καμπάνιες ενημέρωσης από εταιρείες τεχνολογίας, τράπεζες και δημόσιους οργανισμούς μπορούν να βοηθήσουν σημαντικά στη μείωση των περιστατικών phishing και malware. Συνοψίζοντας, πίσω από κάθε περίεργο pop-up και παραπλανητικό email μπορεί να κρύβεται ένας κίνδυνος που απειλεί την ασφάλεια των προσωπικών σας δεδομένων. Προσοχή, ενημέρωση και η χρήση των κατάλληλων εργαλείων ασφαλείας είναι οι πιο αποτελεσματικοί τρόποι για να προστατευθείτε και να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο χωρίς δυσάρεστες εκπλήξεις. Η καθημερινή περιήγηση μπορεί να παραμένει ασφαλής, αρκεί να γνωρίζουμε τα σημάδια των κρυφών απειλών και να μην πέφτουμε θύματα των ψευδών ειδοποιήσεων, των παραπλανητικών links και των παραπλανητικών banners που συναντάμε συνεχώς στο διαδίκτυο.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΩΝ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΙΣΑΙΩΝ

- 28.12
Photo Booth – Κεντρική Πλατεία & Κέντρο Πόλης
Συναυλία Φιλαρμονικής – Κεντρική Πλατεία
- 29.12
Χριστουγεννιάτικες Μελωδίες – Στοά Δημάρχου
Αστεριάδου
Να τα πούμε; (Μικτή Χορωδία ΔΩΛ) – ΔΩΛ
- 30.12
Κάλαντα – Α΄ Αρχαίο Θέατρο
Εορταστική Συναυλία “Ανέλιξη” – Φρίξου & Δευκαλίωνος
Εορταστική Παρέλαση – Κέντρο Πόλης
- 31.12
Κάλαντα Φιλαρμονικής – Κέντρο Πόλης
Συναυλία Δώρου Δημοσθένους & Αλλαγή Χρόνου –
Κεντρική Πλατεία

Πωλητήρια στην Πορταριά

Παρά τις αυξημένες αφίξεις, κύμα πωλήσεων σε 21 ξενοδοχεία και τουριστικά καταλύματα της περιοχής



Ισχυρή παραμένει η συνολική εικόνα του ελληνικού τουρισμού το 2025, με τις αφίξεις και τα έσοδα να κινούνται ανοδικά, ωστόσο πίσω από τα θετικά μεγέθη διαμορφώνεται ένα πιο σύνθετο τοπίο, το οποίο αποτυπώνεται και στη σημαντική αύξηση των ξενοδοχειακών μονάδων που βγαίνουν προς πώληση σε θερινούς αλλά και χειμερινούς προορισμούς.

Σύμφωνα με τα προσωρινά στοιχεία της Τράπεζας της Ελλάδος, οι τουριστικές εισπράξεις στο εννεάμηνο Ιανουαρίου – Σεπτεμβρίου 2025 ξεπέρασαν τα 20,1 δισ. ευρώ, καταγράφοντας άνοδο περίπου 9% σε σύγκριση με την αντίστοιχη περίοδο του 2024. Παράλληλα, οι αφίξεις ξένων επισκεπτών έως τον Αύγουστο ανήλθαν σε περίπου 24,9 εκατομμύρια, αυξημένες κατά 4,1%. Ωστόσο, η ποιοτική ανάλυση των στοιχείων δείχνει μια διαφορετική τάση. Η μέση δαπάνη ανά ταξίδι μειώθηκε κατά 7,8% τον Σεπτέμβριο, ενώ η μέση διάρκεια παραμονής περιορίστηκε στις 4,9 ημέρες τον Ιούλιο, γεγονός που υποδηλώνει περισσότερα αλλά συντομότερα και «φθηνότερα» ταξίδια.

Έκρηξη πωλητηρίων

Ήδη από την αρχή της θερινής περιόδου, η αγορά κατέγραψε αξιοσημείωτη αύξηση της προσφοράς ξενοδοχείων και τουριστικών καταλυμάτων προς πώληση. Τον Μάιο του 2025, μέσα σε μόλις 30 ημέρες, αναρτήθηκαν 323 νέες αγγελίες, έναντι 286 το 2024 και 204 το 2023. Η εικόνα αυτή θεωρείται ασυνήθιστη, καθώς παραδοσιακά οι ιδιοκτήτες αποφεύγουν να διαθέτουν προς πώληση μονάδες σε περιόδους υψηλής ζήτησης. Στελέχη της αγοράς σημειώνουν ότι ο πραγματικός αριθμός των προς πώληση μονάδων είναι ακόμη μεγαλύτερος, καθώς πολλές συμφωνίες δεν εμφανίζονται δημοσίως σε πλατφόρμες

αγγελιών. Αντίστοιχη εικόνα καταγράφεται και στους χειμερινούς προορισμούς. Η σεζόν ξεκίνησε με πληρότητες που άγγιξαν το 100% στο τρίμηνο της 28ης Οκτωβρίου και με υψηλές προκρατήσεις για Χριστούγεννα και Πρωτοχρονιά. Παρά ταύτα, η προσφορά μονάδων προς πώληση αυξάνεται εντυπωσιακά.



Φέτος έχουν αναρτηθεί 128 αγγελίες ξενοδοχείων και τουριστικών καταλυμάτων σε δημοφιλείς χειμερινούς προορισμούς, έναντι 80 την αντίστοιχη περίοδο του 2024, καταγράφοντας αύξηση 56%. Το 2023, οι αγγελίες την ίδια περίοδο ήταν συνολικά 80. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η περιοχή της Πορταριάς. Όπως προκύπτει από τον σχετικό πίνακα, φέτος καταγράφονται 21 ξενοδοχεία και τουριστικά καταλύματα προς πώληση στην Πορταριά, το Κατπχώρι και την Άλλη Μεριά, με ζητούμενες τιμές που σε ορισμένες περιπτώσεις φθάνουν έως και τα 3,5 εκατ. ευρώ. Ο αριθμός αυτός είναι αυξημένος σε

σχέση με το 2024 και το 2023, επιβεβαιώνοντας την τάση ενίσχυσης της προσφοράς ακόμη και σε περιοχές με σταθερή ζήτηση. Ανάλογη εικόνα εμφανίζεται και σε άλλους προορισμούς: 31 αγγελίες στην Αράχωβα, 16 στα Καλάβρυτα, 14 στο Καρπενήσι, 23 στην Αρκαδία, 64 στην Ήπειρο (εκ των οποίων 15 στα Ιωάννινα), καθώς

κές υποδομές και η ανάγκη αναβάθμισης της προβολής των ορεινών προορισμών επιβαρύνουν τη βιωσιμότητα πολλών μονάδων.

Η μεγάλη πρόκληση

Η καθιέρωση της Θεσσαλίας ως προορισμού τεσσάρων εποχών παραμένει

και αυξημένος αριθμός μονάδων σε Βέροια, Νάουσα, Φλώρινα και Γρεβενά.

Πατί πωλούνται οι μονάδες

Η απόφαση πώλησης, όπως επισημαίνουν παράγοντες της αγοράς, δεν σχετίζεται με έναν μόνο λόγο. Ο συνδυασμός οικονομικών εκκρεμοτήτων, δανειακών υποχρεώσεων, διαδοχικών κρίσεων, αυξημένου ενεργειακού κόστους και πληθωρισμού έχει συμπίσει τα περιθώρια κέρδους, ιδιαίτερα για μικρές και μεσαίες οικογενειακές επιχειρήσεις. Παράλληλα, η έντονη εποχικότητα, η περιορισμένη προβολιμότητα, οι ελλείψεις σε υποστηρικτι-

στρατηγικός στόχος, ωστόσο ο χειμερινός τουρισμός εξακολουθεί να αντιμετωπίζει σοβαρές προκλήσεις. Η έλλειψη συνεκτικής τουριστικής πολιτικής, οι ακριβότερες υπηρεσίες σε σχέση με ανταγωνιστικές χώρες και οι υποδομές που υπολείπονται των διεθνών προδιαγραφών περιορίζουν την εξωστρέφεια του προϊόντος. Η αναβάθμιση των υποδομών, η βελτίωση της προσβασιμότητας και η στοχευμένη προβολή στις διεθνείς αγορές αποτελούν, σύμφωνα με τους ειδικούς, προϋποθέσεις ώστε η αυξημένη προσφορά μονάδων προς πώληση να μην εξελιχθεί σε δομικό πρόβλημα για τον ελληνικό τουρισμό.

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.

Όνομα	Επώνυμο
Email (προαιρετικό)	Κινητό Τηλέφωνο

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

ΣΥΜΦΩΝΩ

Στο δρόμο για τον τελικό κυβερνητικό ανασχηματισμό πριν την εθνική κάλπη, δυσοίωνο το μέλλον του υπουργού Αγροτικής Ανάπτυξης που έχει αναγορευτεί σε persona non grata για αγρότες και κτηνοτρόφους



Η φαρμακευτική αντιμετώπιση της παχυσαρκίας

Σύγχρονες επιλογές φαρμάκων για την απώλεια βάρους και την υποστήριξη της υγείας

Προϋποθέσεις χρήσης και περιορισμοί των ενέσιμων φαρμάκων για την παχυσαρκία

Η παχυσαρκία αποτελεί μια από τις πιο σοβαρές προκλήσεις για τη δημόσια υγεία, επηρεάζοντας εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως και συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων, σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2, υπέρτασης, ορισμένων μορφών καρκίνου και άλλων χρόνιων παθήσεων. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), πάνω από 650 εκατομμύρια ενήλικες παγκοσμίως θεωρούνται παχύσαρκοι, ενώ στην Ελλάδα περίπου το 35% των ενηλίκων αντιμετωπίζει πρόβλημα υπερβολικού βάρους ή παχυσαρκίας.

Γράφει η Έννη Λεβέντη

Η αντιμετώπιση της παχυσαρκίας απαιτεί πολυδιάστατη προσέγγιση, η οποία συνδυάζει αλλαγές στον τρόπο ζωής, διατροφική εκπαίδευση, σωματική δραστηριότητα και, για συγκεκριμένες ομάδες ασθενών, φαρμακευτική παρέμβαση. Η φαρμακευτική αντιμετώπιση της παχυσαρκίας έχει εξελιχθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια, με την έγκριση νέων φαρμάκων που προορίζονται για την υποστήριξη της απώλειας βάρους. Τα τελευταία ενέσιμα σκευάσματα, όπως η σεμαγλουτίδη (semaglutide) και η λιραγλουτίδη (liraglutide), έχουν δείξει εντυπωσιακά αποτελέσματα σε κλινικές μελέτες, προσφέροντας μέσο όρο απώλειας βάρους 10-15% μέσα σε 12 μήνες, όταν χρησιμοποιούνται σε συνδυασμό με υγιεινή διατροφή και τακτική άσκηση. Αυτά τα φάρμακα ανήκουν στην κατηγορία των αγωνιστών GLP-1, δρουν στον εγκέφαλο μειώνοντας την όρεξη και επιβραδύνοντας την κένωση του στομάχου, με αποτέλεσμα να αυξάνεται το αίσθημα κορεσμού και να περιορίζεται η κατανάλωση θερμίδων.

Προϋποθέσεις χορήγησης και περιορισμοί των ενέσιμων φαρμάκων

Η χορήγηση ενέσιμων φαρμάκων για την παχυσαρκία δεν ενδείκνυται για όλους τους ασθενείς. Οι κατευθυντήριες οδηγίες ορίζουν ότι τα φάρμακα αυτά μπορούν να χορηγηθούν σε άτομα με δείκτη μάζας σώματος (BMI) $\geq 30 \text{ kg/m}^2$ ή σε άτομα με BMI $\geq 27 \text{ kg/m}^2$ όταν συνυπάρχουν σοβαρές συννοσηρότητες,



όπως σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2, υπέρταση ή υπερλιπιδαιμία. Πριν τη συνταγογράφηση, ο θεράπων ιατρός αξιολογεί το ιατρικό ιστορικό, συμπεριλαμβανομένων καρδιαγγειακών ή γαστρεντερικών παθήσεων, αλλεργιών, ψυχολογικής κατάστασης και πιθανών φαρμακευτικών αλληλεπιδράσεων. Τα φάρμακα χορηγούνται υποδόρια, συνήθως καθημερινά ή

εβδομαδιαία ανάλογα με το σκεύασμα, και απαιτείται σταδιακή αύξηση της δόσης για την ελαχιστοποίηση των παρενεργειών. Οι συχνότερες ανεπιθύμητες ενέργειες περιλαμβάνουν ναυτία, έμετο, διάρροια και ήπιο κοιλιακό πόνο, ενώ σπανιότερα μπορεί να εμφανιστούν χοληστερινικές διαταραχές ή αλλαγές στην αρτηριακή πίεση. Η παρακολούθηση της θεραπείας περιλαμβάνει τακτική αξιολόγηση του βάρους, της γλυκόζης αίματος και της αρτηριακής πίεσης, καθώς και υποστήριξη για τη διατροφική συμμόρφωση και την άσκηση. Η φαρμακευτική παρέμβαση δεν αντικαθιστά τον υγιεινό τρόπο ζωής, αλλά λειτουργεί συμπληρωματικά, ενισχύοντας την προσπάθεια των ασθενών να διατηρήσουν σταθερό βάρος και να μειώσουν τον κίνδυνο εμφάνισης σοβαρών συννοσηροτήτων. Επιπλέον, η επιτυχία της θεραπείας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την επιλογή κατάλληλων ασθενών, τη συμμόρφωση στη θεραπεία και τη συνεχή παρακολούθηση από εξειδικευμένο ιατρικό προσωπικό. Σημαντικό είναι να σημειωθεί ότι η μακροχρόνια αποτελεσματικότητα των ενέσιμων φαρμάκων για την παχυσαρκία έχει τεκμηριωθεί σε διεθνείς κλινικές μελέτες, ενώ η ταυτόχρονη εφαρμογή αλλαγών στη διατροφή, ενίσχυση της σωματικής δραστηριότητας και ψυχολογική υποστήριξη αυξάνει σημαντικά τα ποσοστά επιτυχίας. Η εξατομίκευση της θεραπείας, με βάση το ιατρικό ιστορικό, τις προτιμήσεις και τους στόχους κάθε ασθενούς, αποτελεί κρίσιμο παράγοντα για τη διατήρηση των αποτελεσμάτων. Η σύγχρονη φαρμακευτική προσέγγιση της παχυσαρκίας προσφέρει ουσιαστική βοήθεια σε άτομα που δεν μπορούν να πετύχουν επαρκή απώλεια βάρους με παραδοσιακές μεθόδους, ενώ ταυτόχρονα μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης σοβαρών νοσημάτων και βελτιώνει την ποιότητα ζωής. Η σωστή ενημέρωση, η αξιολόγηση των προϋποθέσεων χορήγησης και η συμμόρφωση στη θεραπεία, μαζί με διατροφική και σωματική υποστήριξη, αποτελούν τα βασικά στοιχεία για την επιτυχή χρήση των ενέσιμων φαρμάκων στην καθημερινή κλινική πράξη. Η φαρμακευτική θεραπεία της παχυσαρκίας, ειδικά με τα σύγχρονα ενέσιμα σκευάσματα, δεν αποτελεί πανάκεια, αλλά ένα σημαντικό εργαλείο στο οπλοστάσιο των επαγγελματιών υγείας, προσφέροντας ελπίδα και πρακτική βοήθεια στους ασθενείς που αγωνίζονται να διατηρήσουν υγιές βάρος και να προστατεύσουν την υγεία τους σε βάθος χρόνου.

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

Η αύξηση της παγκόσμιας παραγωγής αναμένεται να ασκήσει πτωτικές πιέσεις στα σιτηρά



Αγροτικά προϊόντα Πτώση τιμών για τον Δεκέμβριο

Υποχώρησαν οι τιμές λόγω αυξημένων αποθεμάτων σε σχέση με τη ζήτηση

Πτώση 4,47% σημείωσε ο δείκτης των αγροτικών προϊόντων τον Δεκέμβριο, διακόπτοντας την ανοδική πορεία των δύο προηγούμενων μηνών και καταγράφοντας μεγαλύτερη υποχώρηση σε σύγκριση με τον γενικό δείκτη εμπορευμάτων, ο οποίος μειώθηκε κατά 4,24%. Σύμφωνα με το μηνιαίο δελτίο τιμών αγροτικών προϊόντων της Τράπεζας Πειραιώς για τον Δεκέμβριο του 2025, η εξέλιξη αυτή αποδίδεται πιθανότατα σε υπερβάλλουσα προσφορά και σε αυξημένα αποθέματα σε σχέση με τη ζήτηση. Παράλληλα, η αποκλιμάκωση των γεωπολιτικών εντάσεων και η βελτίωση του εμπορικού κλίματος μεταξύ ΗΠΑ και Κίνας ενίσχυσαν τις πτωτικές πιέσεις, ακόμη και με την εξασθένιση του δολαρίου. Πτωτικά κινήθηκαν οι τιμές του σιταριού, της σόγιας, της ζάχαρης και του ακατέργαστου ρυζιού, κυρίως εξαιτίας συνθηκών υπερπροσφοράς. Γενικότερα, στην αγορά αγροτικών προϊόντων καταγράφηκαν μεικτές τάσεις, που αντανακλούν τις διαφοροποιήσεις στις συνθήκες προσφοράς και ζήτησης ανά προϊόν, με τις προαναφερθείσες κατηγορίες να δέχονται τις εντονότερες πιέσεις.

Αυξημένη παραγωγή σιτηρών

Οι παγκόσμιες μηνιαίες προβλέψεις για την αγορά σιταριού (USDA) αφορούν αυξημένη παραγωγή, κατανάλωση, αποθέματα και εμπόριο. Πιο συγκεκριμένα, η παραγωγή εκτιμάται στους 837,8 εκατ. τόνους (+8,9 εκατ. τόνους από την πρόβλεψη Νοεμβρίου) λόγω ανοδικών αναθεωρήσεων για την Αργεντινή, την Αυστραλία, τον Καναδά, την Ε.Ε. και την Ρωσία. Η κατανάλωση προβλέπεται ενισχυμένη σε 823,0 εκατ. τόνους (+4,1 εκατ. τόνους) λόγω αυξημένης χρήσης για ζωοτροφές σε αρκετές από τις προαναφερθείσες χώρες. Τα αποθέματα εκτιμώνται ενισχυμένα σε 274,9 εκατ. τόνους (+3,4 εκατ. τόνους), διαμορφώνοντας τον δείκτη αποθέματα/κατανάλωση ελαφρά χαμηλότερα σε 32,81% (από 33,14%). Επιπλέον, το εμπόριο προβλέπεται ενισχυμένο σε 218,7 εκατ. τόνους (+1,5 εκατ. τόνους), καθώς οι μεγαλύτερες εξαγωγές από την Αυστραλία, τον Καναδά και την Αργεντινή υπερκαλύπτουν τις μειώσεις για την Τουρκία και την Ουκρανία. Με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία, η αύξηση της παγκόσμιας παραγωγής, των αποθεμάτων και του εμπορίου σε σχέση με τη ζήτηση αναμένεται να ασκήσει πτωτικές πιέσεις στις τιμές, τάση που αποτυπώθηκε στις τιμές των ΣΜΕ. Επιπλέον, η ενίσχυση των εξαγωγών από χώρες της Νότιας Αμερικής αυξάνει την πιθανότητα περαιτέρω υποχώρησης των τιμών, συρρι-

κνώνοντας τις αμερικανικές εξαγωγές σιταριού, όπως και η πιθανή κατάπαυση των πολεμικών εχθροπραξιών Ρωσίας- Ουκρανίας, με τους διαχειριστές να αυξάνουν τις θέσεις πώλησης στα ΣΜΕ.

Ενισχυμένο το καλαμπόκι

Οι μηνιαίες εκτιμήσεις του USDA για την παραγωγή καλαμποκιού το 2025/26 αναθεωρήθηκαν πτωτικά σε 1,283,0 εκατ. τόνους (-3,3 εκατ. τόνους), με την παραγωγή στις ΗΠΑ να διατηρείται αμετάβλητη σε 425,5 εκατ. τόνους, ενώ πτωτική προβλέπεται η παραγωγή στην Ουκρανία σε 29,0 εκατ. τόνους (από 32,0 εκατ. τόνους). Η κατανάλωση εκτιμάται ελαφρά ενισχυμένη σε 1,297,2 εκατ. τόνους (+0,6 εκατ. τόνους), ενώ τα αποθέματα προβλέπονται μειωμένα σε 279,2 εκατ. τόνους (-2,2 εκατ. τόνους), διαμορφώνοντας τον δείκτη αποθέματα/κατανάλωση ελαφρά χαμηλότερα σε 21,52% (από 21,69%). Όσον αφορά το εμπόριο, οι εκτιμήσεις διατηρήθηκαν αμετάβλητες, με τις κινεζικές εισαγωγές να εκτιμώνται στους 8 εκατ. τόνους, ενώ πτωτική αναθεώρηση υπήρξε στις ουκρανικές εξαγωγές λόγω της μειωμένης παραγωγής σε 23,0 εκατ. τόνους (-1,5 εκατ. τόνους σε σχέση με την προηγούμενη πρόβλεψη). Με βάση τα ανωτέρω στοιχεία, το ισοζύγιο προσφοράς/ζήτησης εμφανίζεται ελαφρώς πιο περιορισμένο, καθώς η προσφορά (παραγωγή και αποθέματα) υποχωρεί, ενώ η κατανάλωση ενισχύεται. Σε συνδυασμό με τη σημαντική μείωση της ουκρανικής παραγωγής, η οποία επηρεάζει τις εξαγωγές, διαμορφώνονται οι προϋποθέσεις για πιθανές ανοδικές πιέσεις στις τιμές του καλαμποκιού βραχυχρόνια, τάση που έχει ήδη αρχίσει να αποτυπώνεται στην τιμή του. Ωστόσο, ο ανταγωνισμός από την Ν. Αμερική ενδέχεται να περιορίσει την ανοδική δυναμική, γεγονός που αντανακλάται στην επιφυλακτική στάση των επενδυτών στις θέσεις των ΣΜΕ.

Βαμβάκι: χαμηλότερη παραγωγή

Οι μηνιαίες εκτιμήσεις του USDA για την αγορά βαμβακιού το 2025/26 κάνουν αναφορά για ελαφρά χαμηλότερη παραγωγή, κατανάλωση και εμπόριο, αλλά ελαφρώς υψηλότερα αποθέματα. Πιο συγκεκριμένα, η παραγωγή αναμένεται να κινηθεί χαμηλότερα σε 119,79 εκατ. μπάλες (-290.000 μπάλες). Παράλληλα, η κατανάλωση προβλέπεται ελαφρά μειωμένη σε 118,61 εκατ. μπάλες (-270.000 μπάλες) λόγω χαμηλότερης χρήσης από κλωστήρια στη Βραζιλία, τις ΗΠΑ και ορισμένων χωρών της Κεντρικής Αμερικής. Επιπλέον, το παγκόσμιο εμπόριο αναμένεται μειωμένο κατά 250.000 μπάλες σε 43,75 εκατ. μπάλες. Αντίθετα, τα αποθέματα εκτιμώνται ενισχυμένα σε 75,97 εκατ. μπάλες (+40.000 μπάλες) με τον δείκτη αποθέματα/

κατανάλωση να προβλέπεται υψηλότερα σε 64,05% (από 63,87%). Με βάση τις παραπάνω εκτιμήσεις, η μείωση της παραγωγής και του εμπορίου θα μπορούσε να δημιουργήσει ανοδικές πιέσεις στην τιμή του, αλλά η ταυτόχρονη πτώση της κατανάλωσης και η αύξηση των αποθεμάτων πιθανά να περιορίσουν αυτή τη δυναμική, γεγονός που αποτυπώθηκε στην τιμή του πρόσφατα. Ταυτόχρονα, ο δείκτης αποθέματα προς κατανάλωση παραμένει σε υψηλά επίπεδα (64%), υποδηλώνοντας ότι η αγορά βαμβακιού είναι επαρκώς εφοδιασμένη, γεγονός που αναμένεται να συγκρατήσει τις τιμές σε χαμηλά ή σχετικά σταθερά επίπεδα βραχυχρόνια. Τυχόν μεταβολές θα εξαρτηθούν από παράγοντες όπως οι καιρικές συνθήκες, η ζήτηση από την Ασία και ο ρυθμός της παγκόσμιας οικονομικής ανάπτυξης. Ενδεικτικό της τρέχουσας τάσης αποτελεί η διατήρηση των θέσεων πώλησης ΣΜΕ σε υψηλά επίπεδα.

Ανοδος τιμών σε χυμό πορτοκαλιού και βοοειδή

Στον αντίποδα, με σημαντική άνοδο οι τιμές σε χυμό πορτοκαλιού και βοοειδή, υποστηριζόμενες από περιορισμένη προσφορά και αυξημένη ζήτηση, ιδιαίτερα σε αγορές με ισχυρή καταναλωτική δυναμική. «Η παράταση της εμπορικής εκκεντρίας μεταξύ ΗΠΑ και Κίνας, σε συνδυασμό με την ολοκλήρωση των δασμολογικών μεταρρυθμίσεων στις ΗΠΑ –με μοναδική εκκρεμότητα τη συμφωνία με την Ινδία, καθώς και οι πρωτοβουλίες αποκλιμάκωσης των γεωπολιτικών εντάσεων σε Ουκρανία και Γάζα, έχουν συμβάλει στη μείωση της παγκόσμιας αβεβαιότητας», σημειώνεται. Η σημαντική αύξηση της παγκόσμιας προσφοράς και η πιθανή άρση περιορισμών στις εξαγωγές από την Ινδία αναμένεται να διατηρήσουν τις πτωτικές πιέσεις στις τιμές της ζάχαρης. Η ενίσχυση της κατανάλωσης δύναται να λειτουργήσει ευεργετικά στις τιμές του καλαμποκιού. Η πτωτική αναθεώρηση της βραζιλιάνικης παραγωγής και η ενισχυμένη ζήτηση ενδέχεται να περιορίσουν την πτωτική τάση στις τιμές χυμού πορτοκαλιού. Για το βαμβάκι, η επάρκεια των αποθεμάτων και η μειωμένη κατανάλωση αναμένεται να συγκρατήσουν τις τιμές του σε χαμηλά ή σταθερά επίπεδα. Για τη σόγια, η αυξημένη προσφορά και η υποτονική ζήτηση αναμένεται να διατηρήσουν τις τιμές σόγιας υπό πτωτική πίεση. Η μειωμένη παραγωγή σε συνδυασμό με ισχυρή ζήτηση, αναμένεται να συνεχίσουν να ασκούν ανοδικές πιέσεις στις τιμές βόειου κρέατος. Για το ρύζι, η αύξηση των αποθεμάτων σε σχέση με τη μειωμένη ζήτηση και η ενίσχυση του εμπορίου αναμένεται να ασκήσουν ήπιες πτωτικές πιέσεις στις τιμές του.



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

POS, IRIS και myDATA περιόρισαν το «κενό ΦΠΑ» και έφεραν δισ. στα δημόσια ταμεία



Χροιά-τομή για τα δημόσια έσοδα

Ρεκόρ δηλωθέντων εσόδων από ελεύθερους επαγγελματίες στο 2025

Το 2025 καταγράφεται ως έτος-ορόσημο στη μάχη κατά της φοροδιαφυγής. Η καθολική εφαρμογή των ψηφιακών εργαλείων ελέγχου –myDATA, υποχρεωτικά POS και άμεσες πληρωμές IRIS– άλλαξε τα δεδομένα, περιορίζοντας δραστικά πρακτικές δεκαετιών και μεταφέροντας μεγάλο μέρος της «αόρατης» οικονομίας στη νόμιμη δραστηριότητα. Σύμφωνα με την έκθεση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για το «Κενό ΦΠΑ» (Vat Gap 2025), το ελληνικό Δημόσιο χάνει πλέον έως και 7 δισ. ευρώ λιγότερα έσοδα από ΦΠΑ σε ετήσια βάση, σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια.

Πληρωμές με κάρτα

Τα αποτελέσματα ήταν άμεσα. Η καθολική επέκταση της υποχρεωτικής αποδοχής πληρωμών με κάρτα το 2024 απέφερε επιπλέον 400 εκατ. ευρώ σε έσοδα ΦΠΑ μέσα σε έναν χρόνο, σύμφωνα με μελέτη του IOBE. Το πραγματικό όφελος αναμένεται ακόμη μεγαλύτερο το 2025, καθώς ήταν η πρώτη χρονιά πλήρους εφαρμογής του μέτρου σε όλους τους επαγγελματίες και σε όλη τη διάρκεια του έτους.

Ρεκόρ δηλωθέντων τζίρων

Οι φορολογικές δηλώσεις του 2025 αποκάλυψαν ιστορικό ρεκόρ αύξησης στα ακαθάριστα έσοδα που δήλωσαν οι ελεύθεροι επαγγελματίες για το 2024. Ολόκληροι κλάδοι της αγοράς, κυρίως επαγγέλματα της εστίασης, της νυχτερινής οικονομίας και των τεχνικών επαγγελμάτων, εμφάνισαν αυξήσεις τζίρου από 10% έως 15%. Ενδεικτικά στοιχεία ανά ΚΑΔ:

- οι ιδιοκτήτες μπαρ (ΚΑΔ 56.30) κατέγραψαν αύξηση τζίρου 15,2% (μέσα ακαθάριστα έσοδα 43.525 ευρώ το 2024, έναντι 37.777 ευρώ το 2023),
- εκμεταλλευτές ΤΑΞΙ (ΚΑΔ 49.32) εμφάνισαν μέση εισπραξη 14,2% υψηλότερη από τον προηγούμενο χρόνο (18.595 ευρώ, έναντι 16.281 ευρώ)
- ηλεκτρολόγοι (ΚΑΔ 43.21) είχαν αύξηση 11,2% σε ένα χρόνο (36.301 ευρώ από 32.635 το 2023)
- υδραυλικοί (ΚΑΔ 43.22) δήλωσαν αύξηση 9,8% (32.354 ευρώ αντί 29.463)

- μαραγκοί (ΚΑΔ 43.32) με αύξηση 8,1% (35.593Euro από 32.913Euro).

Έσοδα 2,7 δισ. ευρώ σε ένα χρόνο

Σε σύγκριση με το 2024, τα μέτρα που εφαρμόστηκαν εκτιμάται ότι απέδωσαν το 2025 επιπλέον φορολογικά έσοδα ύψους 2,7 δισ. ευρώ, τα οποία τα προηγούμενα χρόνια χάνονταν λόγω φοροδιαφυγής. Την ίδια ώρα, το συνολικό κόστος της φοροδιαφυγής ΦΠΑ την περίοδο 2010–2024 ξεπερνά τα 73 δισ. ευρώ, ποσό που επιβάρυνε την οικονομία και τους συνεπείς φορολογούμενους.

Τα στοιχεία της Κομισιόν δείχνουν σταθερή αποκλιμάκωση:

- το 2009 πριν ξεσπάσει η ελληνική κρίση, το δημόσιο έχασε 7,5 δισ. από ΦΠΑ.

- το 2010 η απώλεια μειώθηκε σε 6,9 δισ. ευρώ

- το 2011 εκτοξεύθηκε πάνω από 9,2 δισ. ευρώ

- από 2012-2018 το κράτος έχανε περίπου 5 ως 7 δισ. κάθε χρόνο.

- από το 2019 οι απώλειες πέφτουν σταθερά κάθε χρόνο, κάτω από 5 δισ. το 2019, κάτω από 4 δισ. το 2020, κάτω από 3 δισ. το 2021, μέχρι να φτάσουν 2,1 δισ. το 2024.

Το αποτέλεσμα ήταν Μνημόνια, περικοπές μισθών και συντάξεων, μεγαλύτερη πίεση στους νομοταγείς φορολογούμενους, αθέμιτος ανταγωνισμός και οικονομική «ασφυξία» για τις συνεπείς επιχειρήσεις της χώρας.

Όλα άλλαξαν όμως μετά το 2019. Τότε ξεκίνησε η πιο μεγάλη αλλαγή, με την ενεργοποίηση των myDATA και με ένα συντονισμένο πλέγμα μέτρων που στόχευαν την καρδιά της φοροδιαφυγής.

Συγκεκριμένα:

1. τα ηλεκτρονικά βιβλία (myDATA): ξεκίνησαν πιλοτικά το 2019 και επεκτάθηκαν σε όλες τις επιχειρήσεις το 2020-2021. Καθολικά υποχρεωτική έγινε όμως η ισχύς τους μόλις στα τέλη του 2023. Από το 2024 διαμορφώνουν αυτομάτως πλέον τις δηλώσεις ΦΠΑ που εισπράττει το κράτος από τις επιχειρήσεις.

Όλα τα τιμολόγια και οι αποδείξεις λιανικής καταγράφονται σε πραγματικό χρόνο και διασταυρώνονται αυτόματα. Η ΑΑΔΕ δεν αναμένει πλέον τις ετήσιες φορολογικές δηλώσεις για να

γνωρίζει τον τζίρο των επαγγελματιών, αφού τον παρακολουθεί και τον υπολογίζει «ζωντανά» κάθε στιγμή.

2. «POS παντού»: το 2024 επεκτάθηκε σε όλους τους κλάδους λιανικής και υπηρεσιών, η υποχρέωση εγκατάστασης τερματικών αποδοχής πληρωμών POS: από μπαρ και εστιατόρια έως τεχνικούς (υδραυλικούς, ηλεκτρολόγους, μαραγκούς) καθώς και στα ΤΑΞΙ. Ταυτόχρονα έγινε τεχνική διασύνδεση των τερματικών μηχανών με τα POS και με κάθε πληρωμή εκδίδεται απόδειξη που φαίνεται «online» στην ΑΑΔΕ αλλά και στο smartphone κάθε πελάτη-καταναλωτή. Πρακτικά εξάλειψε τα «κενά» μεταξύ φορολογικών δηλώσεων και ταμειακών εισπράξεων.

3. IRIS: το 2024 και 2025 μπήκαν δυναμικά στη ζωή καταναλωτών και επιχειρήσεων οι άμεσες τραπεζικές μεταφορές (IRIS). Επεκτάθηκαν ραγδαία, αφήνοντας ψηφιακό αποτύπωμα που καταγράφεται αυτόματα στα myDATA. Από τον Δεκέμβριο εφέτος το IRIS γίνεται αποδεκτό και σε σούπερ μάρκετ και πολυκαταστήματα, ενώ τα χρηματικά όρια αλλάζουν ξανά (διπλασιάζονται) από τις 15 Ιανουαρίου 2026.

Από το 2025 πλέον τα μέτρα επεκτείνονται ήδη στο Ψηφιακό Δελτίο Αποστολής και από το 2026 στο Ψηφιακό Τιμολόγιο, ενώ οι έλεγχοι ενισχύονται με ΑΙ και άλλες ψηφιακές τεχνολογίες.

Στοχευμένοι έλεγχοι

Από το 2024, η ΑΑΔΕ εφαρμόζει νέο σύστημα προσδιορισμού φορολογικού κινδύνου. Ανακοινώνει τον μέσο τζίρο ανά ΚΑΔ και ενσωματώνει τα στοιχεία αυτά στον υπολογισμό του τεκμαρτού εισοδήματος. Επιχειρήσεις με μεγάλες αποκλίσεις από τον μέσο όρο του κλάδου τους γνωρίζουν πλέον ότι αυξάνουν τις πιθανότητες ελέγχου. Το ψηφιακό πλαίσιο ενισχύεται περαιτέρω με την καθολική εφαρμογή του Ψηφιακού Τιμολογίου, την επέκταση του Ψηφιακού Δελτίου Αποστολής και τη χρήση τεχνητής νοημοσύνης στους ελέγχους. Η φοροδιαφυγή, για πρώτη φορά μετά από δεκαετίες, παύει να είναι «χαμπλού ρίσκου» επιλογή.



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

Τι χρειάζονται οι βυσσινί για την επιβίωσή τους στη Stoiximan Super League - Η εικόνα μετά από 15 αγωνιστικές, η σύγκριση βαθμών και τα αντι-παραδείγματα της περσινής σεζόν

ΑΕΛ Novibet Μπροστά της 22 τελικοί

Πόσους βαθμούς χρειάζονται οι βυσσινί και πώς θα τους διεκδικήσουν στα 21 εναπομείναντα παιχνίδια

Γράφει
ο Μάνος
Καλαμπαλίκης

Η ολοκλήρωση του 2025 βρίσκει την ΑΕΛ Novibet στην επιστροφή της στα μεγάλα σαλόνια του ελληνικού ποδοσφαίρου να μην έχει βρει τα επιθυμητά αποτελέσματα και να καλείται πλέον στο υπόλοιπο της αγωνιστικής περιόδου να δώσει τη μάχη της επιβίωσης στη μεγάλη κατηγορία.

Οι «βυσσινί», μετά το πέρας της 15ης αγωνιστικής της κανονικής διάρκειας της Stoiximan Super League, βρίσκονται καθιλωμένοι στη 13η θέση της βαθμολογίας έχοντας συγκεντρώσει τη φτωχή βαθμολογική συγκομιδή των 9 βαθμών, με απολογισμό 1 νίκη, 6 ισοπαλίες και 8 ήττες. Βρίσκονται 4 βαθμούς μπροστά από τον Πανσερραϊκό ο οποίος όντας στην τελευταία θέση του βαθμολογικού πίνακα μετρά μόλις 5 βαθμούς, και στο -3 από τον ΟΦΗ και το -4 από τον Ατρόμητο και τον Αστέρα ΑΚΤΟΡ, ομάδες οι οποίες τουλάχιστον για την ώρα μοιάζουν οι άμεσοι ανταγωνιστές της λαρισινής ομάδας για την αποφυγή του υποβιβασμού.

Τι χρειάζεται η ΑΕΛ από εδώ και πέρα

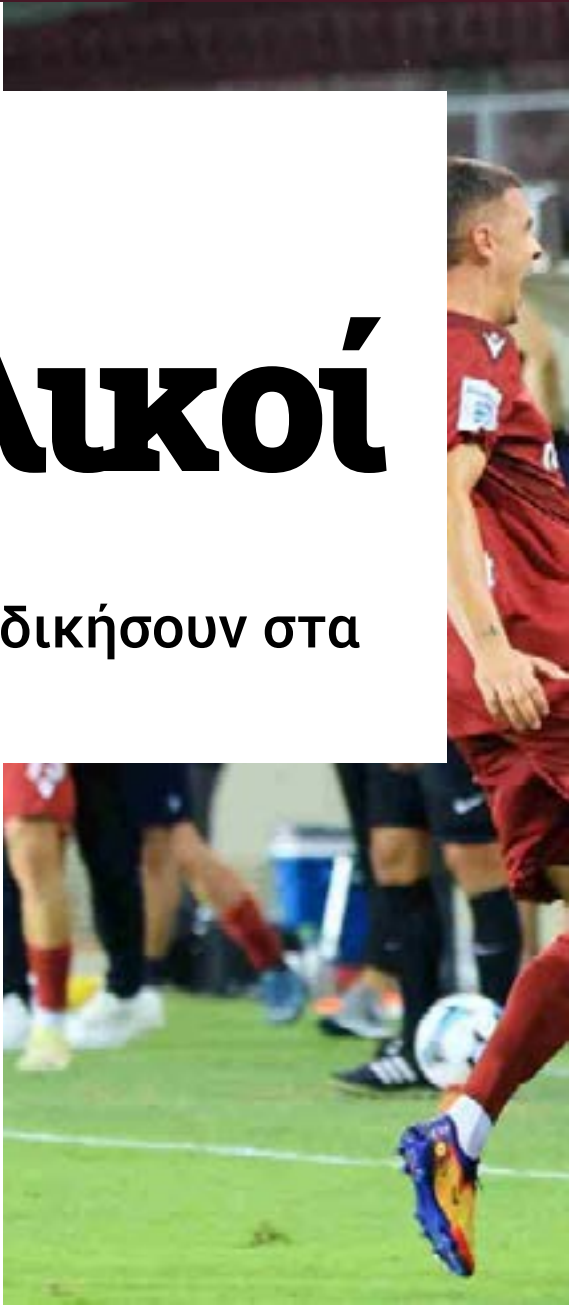
Ο πρώτος γύρος της κανονικής διάρκειας της Stoiximan Super League έχει ολοκληρωθεί, και έχουν διεξαχθεί επιπλέον και δύο αγωνιστικές του δεύτερου γύρου. Για την ολοκλήρωση του πρωταθλήματος, απομένουν ακό-



μη 21 συνολικά παιχνίδια, 11 για την κανονική διάρκεια και ακόμη 10 για τα play out, στα οποία όπως όλα δείχνουν θα συμμετάσχει η ΑΕΛ Novibet μετά το πέρας της κανονικής αγωνιστικής περιόδου. Είναι ένας αριθμός αγώνων που επιτρέπει στους «βυσσινί» να έχουν βάσιμες ελπίδες προκειμένου με τη συγκέντρωση των απαραίτητων βαθμών να αποφύγουν το σενάριο του υποβιβασμού στη Super League 2.

Συγκριτικά με την σεζόν 2024-25 στο αντίστοιχο σημείο της, η ΑΕΛ Novibet βρίσκεται σε εφάμιλλη κατάσταση βαθμολογικά με τις δύο ομάδες οι οποίες εν τέλει αποχαιρέτησαν την πρώτη κατηγορία. Ο λόγος για τις Athens Καλλιθέα και Λαμία, οι οποίες αμφότερες μετά από 15 αγώνες πέρυσι στην κανονική διάρκεια μετρούσαν 9 βαθμούς. Ωστόσο, αξίζει να σημειωθεί ότι η Καλλιθέα δεν είχε γευτεί στο συγκεκριμένο χρονικό σημείο ακόμη τη χαρά της νίκης με-

τρώντας 9 ισοπαλίες και 6 ήττες, ενώ η Λαμία βρέθηκε στο ακριβώς ίδιο σημείο με τους «βυσσινί» φέτος, μετρώντας 6 ισοπαλίες, 8 ήττες και 1 μόλις νίκη εκτός έδρας, όπως και η ΑΕΛ τη φετινή σεζόν μέχρι τώρα. Το βασικό θέμα ωστόσο δεν αποτελεί μόνο η σύγκριση με την περσινή σεζόν στο τρέχον χρονικό της σημείο, αλλά και το τι -όπως όλα δείχνουν- θα χρειαστεί η ΑΕΛ Novibet από εδώ και στο εξής, προκειμένου να εξασφαλίσει την παραμονή της στη Stoiximan Super League. Στο φινάλε της περυσινής σεζόν, η παραμονή κρίθηκε στους 37 βαθμούς. Η Athens Καλλιθέα η οποία εν τέλει υποβιβάστηκε ως 13η της βαθμολογίας ολοκλήρωσε το πρωτάθλημα με 36 πόντους, και ο Πανσερραϊκός ο οποίος τερμάτισε στη 12η θέση του πίνακα ολοκλήρωσε με 37. Ο υποβιβασμός της Λαμίας ήταν προδιαγεγραμμένος από καιρό, με την ομάδα της Φθιώτιδας να συγκεντρώνει



Η ΑΕΛ Novibet βρίσκεται στη 13η θέση με 9 βαθμούς μετά από 15 αγωνιστικές και για να εξασφαλίσει την παραμονή στη Stoiximan Super League θα χρειαστεί περίπου 28 βαθμούς στα εναπομείναντα 21 παιχνίδια, δηλαδή κατά μέσο όρο 1,33 βαθμούς ανά παιχνίδι

Η περυσινή σεζόν δείχνει ότι η παραμονή κρίνεται περίπου στους 37 βαθμούς, ενώ η φετινή αλλαγή στη δομή των play out (10 παιχνίδια αντί 7) σημαίνει περισσότερες ευκαιρίες για βαθμούς, αλλά και μεγαλύτερη δυσκολία για τις ομάδες που στοχεύουν στην παραμονή



μόλις 20 βαθμούς. Με τους συγκεκριμένους αριθμούς, καταλαβαίνει κανείς ότι εφόσον η παραμονή κριθεί σε παρόμοια βαθμολογική συγκομιδή με την περυσινή αγωνιστική περίοδο, η ΑΕΛ Novibet θα χρειαστεί να βρει περίπου 28 βαθμούς στα εναπομείναντα 21 παιχνίδια.

Βεβαίως, εύλογα μπορεί να τεθεί το ερώτημα αν μόνο μία σεζόν μπορεί να αποτελέσει ικανό μέτρο σύγκρισης σχετικά με το τι χρειάζεται η κάθε ομάδα για να αποφύγει τον υποβιβασμό. Εδώ

σεζόν 2024/25, συμμετείχαν για πρώτη φορά οι ομάδες από την 9η έως και την 14η θέση του βαθμολογικού πίνακα της κανονικής διάρκειας, έχοντας ωστόσο να δώσουν συνολικά 10 αγώνες, τόσο εντός έδρας όσο και εκτός κόντρα σε κάθε σύλλογο. Η συγκεκριμένη διαφοροποίηση κρίνεται σημαντική καθώς περισσότεροι αγώνες σημαίνουν περισσότεροι πόντοι που θα διεκδικηθούν, θα συγκεντρωθούν και ίσως αποβούν κρίσιμοι στο τέλος της σεζόν για το σενάριο της παραμονής.

μούς στα 21 παιχνίδια που απομένουν. Κάτι τέτοιο μεταφράζεται σε συγκομιδή 1,33 βαθμών ανά παιχνίδι από εδώ και στο εξής. Για να επιτευχθεί αυτό, είναι σίγουρα απαραίτητο οι «βυσσινί» να πετύχουν και νίκες, καθώς πέραν του ότι μετρούν μόλις ένα τρίποντο μετά από 15 αγωνιστικές στη Stoiximan Super League, δεν έχουν σημειώσει νίκη εντός έδρας. Ο Πανσερραϊκός ο οποίος την περυσινή σεζόν εξασφάλισε την παραμονή του στην κατηγορία μέτρησε 37



λοιπόν αξίζει να σημειωθεί η σημαντική διαφοροποίηση όσον αφορά τη διεξαγωγή των play out, η οποία ίσχυσε πρώτη φορά την περασμένη αγωνιστική περίοδο. Ενώ ο θεσμός των play out στη Stoiximan Super League εφαρμόστηκε για πρώτη φορά τη σεζόν 2019-20, για 5 σεζόν περιλάμβανε τις ομάδες από την 7η έως και τη 14η θέση της βαθμολογίας, οι οποίες έδιναν αγώνες κόντρα σε όλες τις ομάδες των συγκεκριμένων θέσεων αλλά από μια φορά. Αυτό σημαίνει ότι διεξάγονταν 7 συνολικά παιχνίδια και όχι 14, δίκως δηλαδή παιχνίδια και στις δύο έδρες ενάντια σε κάθε ομάδα. Στη

Για παράδειγμα, υπήρξαν αγωνιστικές περιόδους όπως το 2022-23, όπου η Λαμία εξασφάλισε την παραμονή της συγκεντρώνοντας 29 βαθμούς συνολικά, ή το 2019-20, όταν ο Παναιτωλικός με ακριβώς ίδια συγκομιδή απέφυγε επίσης τον υποβιβασμό. Επομένως, όπως όλα δείχνουν με τον αυξημένο αριθμό αγώνων η παραμονή θα κριθεί σε λίγο υψηλότερα επίπεδα συγκέντρωσης βαθμών, όπως συνέβη και πέρυσι.

Όπως προαναφέρθηκε, η ΑΕΛ Novibet κρίνοντας από την περασμένη αγωνιστική περίοδο αναμένεται κατά προσέγγιση να πρέπει να βρει γύρω στους 28 βαθ-

βαθμούς με 10 νίκες, 7 ισοπαλίες και 19 ήττες, την ίδια στιγμή που η Athens Καλλιθέα που υποβιβάστηκε με 36 πόντους, αρίθμησε 8 νίκες, 12 ισοπαλίες και 16 ήττες. Επομένως, εφόσον γίνει σύγκριση με την ομάδα του Πανσερραϊκού, η ΑΕΛ Novibet βρίσκεται σε παρεμφερή στατιστική όσον αφορά τις ισοπαλίες (μετρά 6), και αυτό που απουσιάζει από τους «βυσσινί» και θα αποτελέσει πυλώνα για τη συνέχεια είναι οι νίκες, βαθμοί που ειδικά στα παιχνίδια κόντρα σε ομάδες με παρόμοιους στόχους και βαθμολογική συγκομιδή μπορούν να μετρήσουν παραπάνω.

MONDAY SPORTS

Η νέα αθλητική εκπομπή είναι εδώ! Η FORMedia TV παρουσιάζει κάθε Δευτέρα βράδυ στις 22:00 το Monday Sports, με τον 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.

Ο Χρήστος Ευθυμίου 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

MONDAY sports

60 λεπτά ΑΕΛ LIVE

Η αθλητική εκπομπή 60 λεπτά ΑΕΛ καθημερινά στις **16:00** αφιερωμένη αποκλειστικά στην **ΠΑΕ ΑΕΛ Novibet**
Σε επανάληψη στη 01:00

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



FORMedia TV

Αγνωστο πως θα αξιοποιηθεί ο χώρος στο Αλκαζάρ μετά την κατεδάφιση του κλειστού γυμναστηρίου

Σε ποιο χώρο θα τοποθετηθεί ο αεροϋποστηριζόμενος θόλος που θα εξυπηρετεί προπονήσεις αλλά όχι αγώνες



ΕΑΚ Λάρισας Χωρίς «Κλειστό» αλλά με «μπαλόνι»

Γράφει
ο Μάνος
Καλαμπαλίκης

Πριν από δύο εβδομάδες εν μέσω των αντιδράσεων των ερασιτεχνικών σωματείων σχετικά με τις επικείμενες αυξήσεις των ενοικίων στα Εθνικά Αθλητικά Κέντρα, ο υπουργός Αθλητισμού Γιάννης Βρούτσης ανακοίνωσε την άμεση και ολική αναβάθμιση των εγκαταστάσεων του ΕΑΚ Λάρισας στο Αλκαζάρ, ενός έργου συνολικού προϋπολογισμού 8,6 εκατομμυρίων ευρώ.

Σε συνάντηση με τους βουλευτές Λάρισας της Νέας Δημοκρατίας Χρήστο Κέλλα, Χρήστο Καπετάνο, και Μάξιμο Χαρακόπουλο, ο π. Βρούτσης παρουσίασε την τελική μελέτη του έργου, το οποίο περιλαμβάνει πλήρη κατεδάφιση του παλαιού Κλειστού Γυμναστηρίου και των συμπληρωματικών αποδυτηρίων και χώρων βοηθητικής χρήσης που έχουν κατασκευαστεί συμπληρωματικά, εργασίες αποκατάστασης και στατικής ενίσχυσης στο Κλειστό Κολυμβητήριο, αλλά και στις κερκίδες του Σταδίου Ποδοσφαίρου του Αλκαζάρ και τέλος την προμήθεια και την τοποθέτηση νέου αεροϋποστηριζόμενου θόλου («μπαλόνι») για πρόσθετες αθλητικές δραστηριότητες, προϋπολογισμού 744.000 ευρώ. Το κύριο έργο ανέρχεται σε 7.826.247,6 ευρώ, ενώ με το «μπαλόνι» το συνολικό ποσό φτάνει τα 8,6 εκατομμύρια ευρώ. Επιπλέον, η χρηματοδότηση είναι πλήρως εξασφαλισμένη από το νέο ΕΠΑ και τον Μάρτιο ξεκινούν οι διαδικασίες δημοπράτησης, καθώς έχουν ήδη ολοκληρωθεί η τελική μελέτη και τα τεύχη δημοπράτησης, ενώ η διάρκεια των εργασιών προβλέπεται σε 24 μήνες.

Που θα μπει το «μπαλόνι»

Καθώς δεν κατέστη απόλυτα σαφές από το δελτίο Τύπου του υπουργείου το μέρος στο οποίο θα τοποθετηθεί ο αεροϋποστηριζόμενος θόλος ο οποίος θα κατασκευαστεί, θεωρήθηκε πιθανότερο ότι θα αντικαθιστούσε το Κλειστό Γυμναστήριο του ΕΑΚ Λάρισας.

Ωστόσο, ο πρόεδρος του ΕΑΚ Λάρισας, Χρήστος Μαϊμουλιώτης, μιλώντας στην εκπομπή «Κάθε μέρα Θεσσαλία» της Formedia TV ξεκαθάρισε το τοπίο σχετικά με την κατασκευή αυτής της νέας εγκατάστασης. Όπως τόνισε, το «μπαλόνι» δε θα πάρει τη θέση του Κλειστού Γυμναστηρίου, αλλά θα τοποθετηθεί σε χώρο δίχως χρήση σήμερα. «Το μπαλόνι θα είναι διαθέσιμο ήδη από τη νέα αγωνιστική περίοδο, και θα γίνει σε χώρο ο οποίος μέχρι σήμερα δε χρησιμοποιείται. Θα μπει στο χώρο όπου ήταν τα παλιά ανοικτά γήπεδα μπάσκετ και βόλεϊ, δηλαδή ακριβώς

απέναντι από το Κλειστό. Είναι μια ανάγκη για την οποία είχα μιλήσει στον υπουργό το προηγούμενο διάστημα και το κατόπιν, κατάλαβε ότι δεν υπάρχουν αθλητικές εγκαταστάσεις στην πόλη και ότι υπάρχει μεγάλο πρόβλημα καθώς έχουν υπερφορτωθεί οι εγκαταστάσεις του ΕΑΚ και τα δημοτικά σχολικά γυμναστήρια, και αποφάσισε να χρηματοδοτήσει και την προμήθεια ενός τέτοιου μπαλονιού», υπογραμμίζει ο πρόεδρος του ΕΑΚ Λάρισας.

Ερωτηθείς σχετικά με τις παροχές του νέου αεροϋποστηριζόμενου θόλου, ο κ. Μαϊμουλιώτης ανέφερε: «Το μπαλόνι θα περιλαμβάνει γήπεδο μπάσκετ και βόλεϊ, και επιπλέον έναν χώρο αρκετά μεγάλο ο οποίος θα λειτουργεί ως χώρος ενδυνάμωσης. Θα μπορεί να χρησιμοποιείται δηλαδή τόσο από τους συλλόγους μπάσκετ και βόλεϊ που θα κάνουν χρήση της συγκεκριμένης εγκατάστασης, όσο και από τους συλλόγους στίβου, οι οποίοι έχουν πληγεί τα τελευταία χρόνια». Επιπρόσθετα, τόνισε ότι ο συγκεκριμένος χώρος δεν θα περιλαμβάνει αποδυτήρια και όσον αφορά τους αγώνες θα λειτουργήσει αποκλειστικά ως ο χώρος διεξαγωγής τους.

Ο πρόεδρος του ΕΑΚ Λάρισας έπειτα κλήθηκε να δώσει απάντηση στο ενδεχόμενο να επηρεάζεται η λειτουργικότητα της εγκατάστασης εξαιτίας των υψηλών θερμοκρασιών που σημειώνονται στη Λάρισα. Σχετικά με αυτό ξεκαθάρισε: «Το μπαλόνι και γενικώς τέτοιου είδους κατασκευές μπορούν να λειτουργήσουν σε συνθήκες από -30ο C μέχρι και 50ο C, οπότε έχει μεγάλο εύρος. Δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα σχετικά με αυτό, υπάρχουν πολλές τέτοιες εγκαταστάσεις στην Ελλάδα ούτως ή άλλως. Η Θεσσαλονίκη είναι η πόλη η οποία έχει τα περισσότερα».

Παράλληλα, ο κ. Μαϊμουλιώτης εξέφρασε την επιθυμία για τη δημιουργία και μιας ανάλογης εγκατάστασης στο χώρο όπου βρίσκεται σήμερα το Κλειστό Γυμναστήριο του ΕΑΚ Λάρισας, για τον οποίο δεν υπάρχει προς το παρόν κάποια πρόβλεψη μετά την κατεδάφιση του κλειστού. «Θα πρέπει να συστρατευθούν όλοι οι φορείς της πόλης, και η αθλητική κοινωνία και ο Δήμος και η Περιφέρεια για να μπορέσουμε να διεκδικήσουμε την κατασκευή μιας ανάλογης εγκατάστασης με αυτήν που ήταν το Αλκαζάρ, προκειμένου να φιλοξενοούνται και εκεί γήπεδα. Αυτό θέλουμε, να διεκδικήσουμε τη χρηματοδότηση μιας καινούριας μόνιμης εγκατάστασης», τόνισε. Ταυτόχρονα,

ανέφερε πως μια κατασκευή όπως το «μπαλόνι» λειτουργεί κυρίως συμπληρωματικά μαζί με τις κύριες εγκαταστάσεις. «Είναι κάτι πολύ λειτουργικό, πολύ εύκολο και πολύ γρήγορο στην κατασκευή του αλλά θα φιλοξενεί κατά κύριο λόγο αγώνες αναπτυξιακών τμημάτων, όχι τόσο ενηλίκων είτε ανδρών είτε γυναικών», ανέφερε, επισημαίνοντας ωστόσο το γεγονός πως μία επιπλέον εγκατάσταση όπως ο αεροϋποστηριζόμενος θόλος δίνει τη δυνατότητα να αποσυμφορείται η κατάσταση όσον αφορά τη διεξαγωγή αγώνων.

Τριάντα σωματεία στο Αλκαζάρ

Αναφορικά με το ζήτημα των αγώνων και το αν θα υπάρξει ξεχωριστή οικονομική επιβάρυνση για τα σωματεία, ο πρόεδρος του ΕΑΚ Λάρισας ξεκαθάρισε ότι «στα παραχωρητήρια που υπέγραψαν τα σωματεία όλα τα προηγούμενα χρόνια, μέσα στο ποσό που αντιστοιχούσε στον καθένα με τις ώρες προπόνησης, συμπεριλαμβανόταν και η χρέωση αγώνα». Όπως σημείωσε, «το ίδιο θα συμβεί και τώρα, καθώς η χρέωση για τους αγώνες θα περιλαμβάνεται στα παραχωρητήριά τους», διευκρινίζοντας ωστόσο ότι «ο εκτιμητής που ήρθε έχει καταρτίσει έναν τιμοκατάλογο, ο οποίος προβλέπει ωριαία χρέωση για αγώνες και εκδηλώσεις, με διαφορετικό κόστος όταν οι εγκαταστάσεις παραχωρούνται για εκδηλώσεις».

Κλείνοντας, ανέφερε ότι «σωματεία που πλήρωναν μηδενικό αντίτιμο καλούνται πλέον να καταβάλλουν περίπου 90 ευρώ για έναν χώρο 800 τετραγωνικών μέτρων, ο οποίος έχει αναβαθμιστεί, ανακαινιστεί και διαθέτει πλέον συστήματα ψύξης και θέρμανσης». Όπως υπογράμμισε, «το κόστος αυτό δεν αφορά μόνο την ώρα προπόνησης, αλλά περιλαμβάνει και πάγια έξοδα, καθαριότητα και ασφάλεια του κτιρίου, προσθέτοντας και ότι «υπάρχει η κρατική επιχορήγηση, η οποία αυξάνεται κατά 22%, καθώς σύμφωνα με τις ανακοινώσεις του υπουργείου τα έσοδα μέσω του στοιχήματος για τα σωματεία το 2026 θα φτάσουν τα 80 εκατομμύρια ευρώ». Σημειώνεται ότι οι εγκαταστάσεις του ΕΑΚ Λάρισας σύμφωνα με τον ίδιο φιλοξενούν πάνω από 30 σωματεία, με περίπου 4.000 παιδιά, στοιχεία τα οποία αντλούνται μέσω της υπηρεσίας E-KOUROS, γεγονός που καθιστά κάθε αλλαγή στη λειτουργία ή στη χρήση των χώρων ιδιαίτερα κρίσιμη για τον ερασιτεχνικό αθλητισμό της πόλης.

Η ομάδα βρίσκεται προτελευταία στη βαθμολογία μετά από 15 αγωνιστικές, με μόλις μία νίκη, 6 ισοπαλίες και 8 ήττες, χωρίς νίκη εντός έδρας, γεγονός που την αφήνει σε δύσκολη θέση για την παραμονή στην κατηγορία

ΑΕΛ NOVIBET Ο Παντελίδης, οι μεταγραφές και η αντεπίθεση

Μπροστά στη μεγάλη πρόκληση της Super League



Γράφει ο **Χρήστος Ευθυμίου**

Είναι αλήθεια πως τον περασμένο Απρίλιο όταν η ΑΕΛ σφράγιζε την επιστροφή της στη μεγάλη κατηγορία, μετά από τέσσερα δύσκολα χρόνια, κανείς δεν φανταζόταν αυτό που θα ακολουθούσε για τους “βυσσινί”, δηλαδή το μαρτύριο της σταγόνας και η άσχημη πορεία τόσο στη Super League, όσο και στο κύπελλο Ελλάδας. Με απολογισμό μία νίκη, έξι ισοπαλίες και οκτώ ήττες σε δεκαπέντε αγωνιστικές στο πρωτάθλημα και αποκλεισμό από τον θεσμό του κυπέλλου με κάτω τα χέρια σε έναν βατό όμιλο, μαρτυρούν του λόγου το αληθές. Είναι χαρακτηριστικό πως μέχρι σήμερα έχουν γίνει ήδη δύο αλλαγές προπονητών με τον Σάββα Παντελίδη να αναλαμβάνει τα νηία της ομάδας πριν από είκοσι μέρες. Η ομάδα ξεκίνησε με προπονητή τον Πετράκη, στις αρχές Οκτωβρίου ανέλαβε ο Μαλεζάς που έμεινε ένα δίμηνο

και ήρθε η ώρα του Παντελίδη στο πρώτο δεκαήμερο του Δεκεμβρίου με την ευχή όλων να μπορέσει να διορθώσει τα κακώς κείμενα που υπάρχουν και να δώσει στους “βυσσινί” την αγωνιστική ταυτότητα που ψάχνουν, ώστε να επιτευχθεί ο στόχος της παραμονής. Το τελείωμα του 2025 βρίσκει την ΑΕΛ στην προτελευταία θέση του βαθμολογικού πίνακα της Super League με εννέα πόντους, τρεις λογότερους από τον ΟΦΗ και τέσσερις μακριά από τους Ατρόμητο και Αστέρα Ακτορ. Χωρίς τρίποντο στην έδρα τους μέχρι τώρα οι “βυσσινί” μένουν στη ζώνη του υποβιβασμού και ουσιαστικά αυτό είναι που στοιχίζει ακριβά σε σχέση με τις υπόλοιπες ομάδες. Στο τελευταίο παιχνίδι της χρονιάς με τον Ατρόμητο το συγκρότημα του Σάββα Παντελίδη έδειξε καλά στοιχεία στο

πρώτο ημίχρονο, είχε ευκαιρίες για να σκοράρει αλλά δεν είχε την τύχη με το μέρος του. Στην επανάληψη εμφάνισε τα γνωστά προβλήματα δεν έδωσε συνέχεια στην εμφάνιση του πρώτου σαρανταπενταλέπτου και απείλησε με δύο σουτ του Τούπτα στο 60΄ και του Ατανάσοφ στις καθυστερήσεις. Οι φιλοξενούμενοι δεν απείλησαν σε κανένα σημείο της αναμέτρησης και το τελευταίο σφύριγμα του διαιτητή βρήκε τους δύο αντιπάλους ισοπαλούς χωρίς τέρματα. Ένα αποτέλεσμα που δεν ευνοεί την λαρισινή ομάδα στην προσπάθεια που κάνει για να προσπεράσει ομάδες στην βαθμολογία. Ο έμπειρος τεχνικός είναι αλήθεια πως συμμέζεψε την ομάδα, ωστόσο όπως ανέφερε και στην τελευταία συνέντευξη τύπου η έλλειψη ποιότητας παίζει μεγάλο ρόλο στην εικόνα

Δύο αλλαγές προπονητών έχουν γίνει ήδη τη φετινή σεζόν. Ο Σάββας Παντελίδης ανέλαβε πριν από είκοσι μέρες με στόχο να βελτιώσει την εικόνα της ομάδας και να δώσει ταυτότητα στους “βυσσινί”

“**Ο Παντελίδης τόνισε την ανάγκη για τουλάχιστον έξι ποιοτικές προσθήκες παικτών (ιδιαίτερα μεσοεπιθετικά) που γνωρίζουν το ελληνικό πρωτάθλημα και έχουν παιχνίδια στα πόδια τους, ώστε να ενισχυθεί η ομάδα και να αυξηθούν οι πιθανότητες παραμονής**

“**Η ψυχολογία της ομάδας έχει επηρεαστεί αρνητικά από τα συνεχή ανεπιτυχή αποτελέσματα. Η ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και οι πρώτες νίκες θα είναι κρίσιμες για την αλλαγή του κλίματος και της απόδοσης των παικτών.**

“**Τα πέντε πρώτα παιχνίδια της νέας χρονιάς θα καθορίσουν τις πιθανότητες για παραμονή**

που παρουσιάζει η ΑΕΛ στους αγώνες.

Απομένουν εικοσιένα ματς για την φινάλε της σεζόν και αυτό που θ’ αλλάξει τα δεδομένα στους “βυσσινί” είναι η μεταγραφική ενίσχυση. Ο Παντελίδης επεσήμανε πως χρειάζεται έξι προσθήκες παικτών που θα έχουν ποιότητα και θα δώσουν άλλη δυναμική στη λαρισινή ομάδα.

Ζήτησε μάλιστα οι τέσσερις εξ αυτών να βρίσκονται μέχρι τον εντός έδρας αγώνα με την Άρνη (18 Ιανουαρίου), ώστε να μπορεί να τους χρησιμοποιήσει. Μάλιστα ανέφερε πως πρέπει να είναι γνώστες του ελληνικού πρωταθλήματος και να έχουν παιχνίδια στα πόδια τους.

Την ίδια ώρα αναμένονται και αποχωρήσεις ποδοσφαιριστών από το ρόστερ της ομάδας με

τον αριθμό να αγγίζει τους δέκα. Καταλαβαίνει κανείς πως τον επόμενο μήνα θα υπάρχει μία άλλη ομάδα, εντελώς διαφορετική απ’ αυτή που έχουμε σήμερα, με τις προσθαφαιρέσεις που θα γίνουν στο ρόστερ.

Τρεις ημέρες πριν την έλευση του 2026 η ΑΕΛ καλείται να ανεβάσει στροφές αναφορικά με την μεταγραφική ενίσχυση, να ολοκληρώσει τις συζητήσεις με παίκτες και με την επιστροφή των “βυσσινί” από την εορταστική άδεια να υπάρχουν νέα πρόσωπα στην ομάδα. Είναι η πιο κρίσιμη περίοδος για την λαρισινή ομάδα, καθώς τα επόμενα πέντε παιχνίδια (εκτός Κηφισιά, Βόλο, εντός Άρνη, Πανσερραϊκό και Πανατωλικό) και η βαθμολογική συγκομιδή που θα έχει θα κρίνουν σε μεγάλο βαθμό την επίτευξη του στόχου.



Η ψυχολογία και οι προσθαφαιρέσεις στο ρόστερ

Είναι γεγονός ότι τα συνεχή αρνητικά αποτελέσματα έχουν παίξει καθοριστικό ρόλο στη ψυχολογία του ποδοσφαιρικού τμήματος. Η ατάκα Παντελίδη μετά την αναμέτρηση στη Λιβαδειά πως έχει θλιμμένους παίκτες στα αποδυτήρια, αποδεικνύει την κατάσταση που επικρατεί. Το πρώτο και βασικό που χρειάζεται ο έμπειρος τεχνικός είναι να τονώσει την αυτοπεποίθηση των παικτών και να τους κάνει να πιστέψουν στους εαυτούς τους.

Αυτό μπορεί να διορθωθεί με καθημερινές συζητήσεις και φυσικά με νίκες που θα δώσουν σε όλους άλλον αέρα και θα δούνε την συνέχεια με μεγαλύτερη αισιοδοξία.

Στη συνέχεια οι προσθαφαιρέσεις που θα γίνουν στο ρόστερ θα αλλάξουν κατά πολύ την εικόνα της ομάδας. Με δεδομένο ότι οι παίκτες που θα αποχωρήσουν θα φτάσουν περίπου τους δέκα και η έλευση τουλάχιστον έξι ποδοσφαιριστών, δείχνει με τον πιο ξεκάθαρο τρόπο πως θα δούμε μια τελείως διαφορετική ΑΕΛ τη νέα χρονιά.

Το καλοκαίρι έγιναν 21 μεταγραφές και απ’ αυτές βοήθησαν οι μισές. Βάσει στατιστικής περίπου ένα ποσοστό 30% δεν αποδίδει στις ομάδες για πολλούς και διαφόρους λόγους. Το ποσοστό όμως στην ΑΕΛ έφτασε στο 50% και αυτό λέει πολλά.

Είναι σε όλους φανερό ότι στη λαρισινή ομάδα υπάρχει έλλειψη ποιότητας (κυρίως μεσοεπιθετικά) και παικτών με προσωπικότητα που στα δύσκολα θα βγούνε μπροστά και θα αναλάβουν πρωτοβουλίες, ώστε να έρθουν τα θετικά αποτελέσματα.

Σε αυτό το κομμάτι ήταν ξεκάθαρος ο Σάββας Παντελίδης που ζήτησε οι προσθήκες που θα γίνουν να είναι ποιοτικές και να βοηθήσουν την ομάδα να βγει από την δύσκολη θέση που βρίσκεται σήμερα. Επίσης επεσήμανε πως δεν υπάρχει χρόνος για χάσιμο και οι παίκτες που είναι να έρθουν πρέπει εκτός από έτοιμοι (να

έχουν παιχνίδια στα πόδια τους) να είναι και γνώστες της ελληνικής πραγματικότητας, ώστε να μπουνέ αμέσως στα παιχνίδια. Αυτό είναι και το πιο δύσκολο κομμάτι στην μεταγραφική περίοδο γιατί με τα δεδομένα αυτά οι παίκτες θα έχουν συμβόλαιο με άλλες ομάδες και θα πρέπει να το λύσουν και να μείνουν ελεύθεροι για να έρθουν στη Λάρισα.

Η ερώτηση που ακολουθεί είναι σε ποιες θέσεις έχει διαπιστώσει ο προπονητής πως χρειάζεται η ομάδα να ενισχυθεί; Η απάντηση είναι σε όλες τις γραμμές χρειάζονται μεταγραφές. Αρχικά στην άμυνα ένα αριστερό μπακ και ένα στόπερ, ενώ στη μεσαία γραμμή ένα αμυντικό χαφ. Εκεί που πονάει περισσότερο η ομάδα είναι μεσοεπιθετικά, στη δημιουργία φάσεων και στο τελείωμα με γκολ.

Απαιτείται να έρθουν δύο εξτρέμ, που εκτός από γρήγοροι να είναι διεμβολιστές και να σκοράρουν. Και φυσικά χρειάζεται και ένας φορ με άλλα χαρακτηριστικά απ’ αυτά που έχουν οι Γκαράτε-Πασάς που να έχει το γκολ.

Με τέτοιες προσθήκες το σίγουρο είναι πως θα βελτιωθεί κατά πολύ και η αγωνιστική εικόνα της λαρισινής ομάδας, μιας και θα υπάρξει βελτίωση και στους ποδοσφαιριστές που θα παραμείνουν στο ρόστερ.

Η μεταγραφική περίοδος του Ιανουαρίου είναι αναμφισβήτητη πολύ δύσκολη, μιας και οι επιλογές ποδοσφαιριστών στην αγορά είναι λιγότερες σε σχέση με το καλοκαίρι. Ο τεχνικός των “βυσσινί” ήταν ξεκάθαρος σε αυτόν τον τομέα και ευχήθηκε να πετύχουν όλες οι κινήσεις που θα γίνουν μέσα στον μήνα που ακολουθεί.

Δεν θα πρέπει να αποκλείσουμε να γίνουν περισσότερες προσθήκες πέρα των έξι που έχει ειπωθεί επίσημα, καθώς αν υπάρξουν καραμπόλες και περιπτώσεις παικτών που είναι ευκαιρία καθόλου απίθανο το νούμερο των μεταγραφών να αυξηθεί.



Το πρόγραμμα του Ιανουαρίου που θα κρίνει πολλά

Η έλευση του 2026 γεννά προσδοκίες για καλύτερες μέρες στην ΑΕΛ και άπαντες ευελπιστούν με την μεταγραφική ενίσχυση να ξεκινήσει και η αντεπίθεση για την συγκομιδή πόντων που θα αλλάξουν την βαθμολογική συγκομιδή της ομάδας και θα την βάλουν δυνατά στο παιχνίδι της παραμονής στην κατηγορία.

Ο Ιανουάριος είναι ο μήνας που σε μεγάλο βαθμό θα κρίνει την πορεία της “βασιλίσσας του κάμπου” στη Super League, καθώς υπάρχουν παιχνίδια που μπορεί και πρέπει να μαζέψει βαθμούς.

Συγκεκριμένα τα επόμενα πέντε ματς δύο εκτός έδρας και τρία στη Λάρισα θα δείξουν τι μπορεί να καταφέρει το συγκρότημα του Σάββα Παντελίδη και τι θα ζητά στη συνέχεια του πρωταθλήματος.

Η αρχή της νέας χρονιάς θα γίνει στην Αθήνα στις 10 Γενάρη με αντίπαλο την Κηφισιά, μία ομάδα που αποτελεί την ευχάριστη έκπληξη της Super League, καθώς αν και νεοφώτιστη βρίσκεται στην 8η θέση με εννέα περισσότερους πόντους από την ΑΕΛ. Θα έχει όμως δύο σημαντικές απώλειες, καθώς ο Τεττέν πήρε μεταγραφή για τον Παναθηναϊκό, ενώ ο Παντελίδης αποβλήθηκε στο ματς με τον Ολυμπιακό στο Φάληρο.

Πρόκειται για δύο παίκτες που κατά γενική ομολογία στηρίζονταν στο μεγαλύτερο ποσοστό ο Λέτο και βοηθούσαν τόσο με την απόδοσή τους όσο και με τα σημαντικά γκολ που πέτυχαν, ακριβώς τα μισά της ομάδας (11 από τα 22 συνολικά).

Στη συνέχεια ακολουθούν δύο σημαντικές αναμετρήσεις εντός, με Άρνη και Πανσερραϊκό. Δύο αγώνες που θα πρέπει οι “βυσσινί” να εκμεταλλευτούν την έδρα και να αναρριχηθούν στον βαθμολογικό πίνακα του πρωταθλήματος. Με το συγκρότημα του Μανόλο Χιμένεθ στον πρώτο γύρο η ΑΕΛ πητήθηκε στην τελευταία φάση στο 99’, ενώ στις Σέρρες πήρε την μοναδική της νίκη μέχρι τώρα στο πρωτάθλημα.

Επόμενη αναμέτρηση είναι στο γειτονικό Βόλο με το συγκρότημα του Χουάν Φεράντο που διαγράφει εξαιρετική πορεία στη Super League, μιας και βρίσκεται στην 5η θέση με 25 πόντους.

Μία ομάδα που με τη επιβλητική νίκη της στον πρώτο γύρο στη Λάρισα προκάλεσε εξελίξεις στη λαρισινή ομάδα με την απομάκρυνση του τεχνικού Πετράκη και επαναφορά στην εσωστρέφεια.

Τελευταίος αγώνας σε αυτή την καθοριστική πεντάδα είναι με τον Πανατωλικό στο Arena. Η βαριά ήττα με κάτω τα χέρια στο Αγγίνιο ήταν η αρχή του τέλους για τον Μαλεζά και σίγουρα στη λαρισινή ομάδα θέλουν να πάρουν ρεβάνς για ότι συνέβη στον πρώτο γύρο και να δώσουν τις δικές τους απαντήσεις στο γήπεδο.

Είναι κατανοητό πως αυτά τα πέντε παιχνίδια στον πρώτο μήνα της χρονιάς είναι καθοριστικής σημασίας και η βαθμολογική συγκομιδή που θα έχει η ΑΕΛ θα δείξει τι μπορεί να καταφέρει για την επίτευξη του στόχου που είναι η παραμονή στα σαλόνια του ελληνικού ποδοσφαίρου.

Σε αυτή την προσπάθεια σημαντικό ρόλο αναμένεται να παίξουν και οι φίλαθλοι της ομάδας με την στήριξή τους σε όλα τα γήπεδα (όπως έκαναν μέχρι τώρα παρά το γεγονός ότι τόσο η εικόνα και η πορεία δεν ήταν αυτή που περίμεναν) και θα αποτελέσουν τον δωδέκατο παίκτη, ώστε στο τέλος της σεζόν να επιτευχθεί ο στόχος που είχε τεθεί στην αρχή του καλοκαιριού. Είναι κάτι που επεσήμανε και ο Σάββας Παντελίδης στις τελευταίες του δηλώσεις πως με την βοήθεια του κόσμου θα πάνε τα πράγματα καλύτερα στην ομάδα, απ’ ότι πήγαν το 2025 στη Super League.



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 ραδιόφωνα 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

Κάθε νέα χρονιά είναι μια ευκαιρία να ανοίξουν οι πόρτες της γνώσης και να ενισχυθεί η αυτοπεποίθηση των μαθητών

Η Εκπαίδευση ως εφόδιο για τους μαθητές

Το 2026 φέρνει την ευκαιρία στους μαθητές να χτίσουν δεξιότητες και να επενδύσουν στη μάθηση με στόχο ένα καλύτερο μέλλον



Με την έναρξη του 2026, οι μαθητές έχουν μπροστά τους μια νέα χρονιά γεμάτη ευκαιρίες και προκλήσεις που μπορούν να μετατρέψουν σε προσωπική και εκπαιδευτική ανάπτυξη. Το νέο έτος δεν είναι απλώς αλλαγή ημερολογίου· είναι η στιγμή που κάθε μαθητής μπορεί να επαναπροσδιορίσει τους στόχους του, να οργανώσει το διάβασμα και να θέσει νέες προτεραιότητες που θα τον συνοδεύουν σε όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς. Η εκπαίδευση δεν περιορίζεται στην τάξη· αποτελεί ένα εφόδιο ζωής που δίνει στους μαθητές τη δυνατότητα να αναπτύξουν δεξιότητες, να διευρύνουν τους ορίζοντές τους και να αντιμετωπίζουν με αυτοπεποίθηση κάθε πρόκληση. Η σημασία της θέσπισης στόχων στην αρχή της χρονιάς δεν πρέπει να υποτιμάται. Όταν οι μαθητές σχεδιάζουν τι θέλουν να πετύχουν σε κάθε μάθημα ή δραστηριότητα, αποκτούν μεγαλύτερη αίσθηση ελέγχου και κατεύθυνσης. Οι καθημερινές συνήθειες μελέτης,

η συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες και η ενεργή εμπλοκή σε εκπαιδευτικά προγράμματα δημιουργούν ένα πλαίσιο που ενισχύει την πειθαρχία και την υπευθυνότητα, ενώ ταυτόχρονα καλλιεργεί την αγάπη για τη γνώση. Το να βλέπουν οι μαθητές τις μικρές νίκες καθημερινά –όπως η επιτυχία σε ένα τεστ, η ολοκλήρωση ενός εργαστηρίου ή η εκμάθηση μιας νέας δεξιότητας– τους δίνει κίνητρο να συνεχίσουν και να εξελιχθούν. Ιδιαίτερη αξία έχει η εκμάθηση ξένων γλωσσών, που αποτελεί σήμερα απαραίτητο εργαλείο για τους μαθητές κάθε ηλικίας. Η γνώση μιας ξένης γλώσσας ανοίγει πόρτες σε νέες εμπειρίες, όπως ταξίδια, πολιτισμικές ανταλλαγές, συμμετοχή σε διεθνή προγράμματα και μελλοντικές σπουδές στο εξωτερικό. Επιπλέον, η επαφή με διαφορετικές γλώσσες ενισχύει τη μνήμη, την κριτική σκέψη και τη δημιουργικότητα, ενώ μαθαίνει τους μαθητές να σκέφτονται διαφορετικά και να προσεγγίζουν τα

προβλήματα με περισσότερες λύσεις. Σε έναν κόσμο που γίνεται όλο και πιο παγκοσμιοποιημένος, η επάρκεια σε ξένες γλώσσες είναι ουσιαστικό εφόδιο, που δίνει στους μαθητές ανταγωνιστικό πλεονέκτημα για τις επόμενες βαθμίδες εκπαίδευσης και για την μελλοντική επαγγελματική τους πορεία. Η τεχνολογία και τα ψηφιακά εργαλεία έχουν επίσης αλλάξει ριζικά τον τρόπο που οι μαθητές μαθαίνουν. Οι ψηφιακές πλατφόρμες προσφέρουν τη δυνατότητα εξάσκησης της γλώσσας σε πραγματικό χρόνο, αλληλεπίδρασης με μαθητές και καθηγητές από όλο τον κόσμο και συμμετοχής σε διαδραστικά μαθήματα που ενισχύουν την εμπειρία μάθησης. Επιπλέον, η πρόσβαση σε εκπαιδευτικές εφαρμογές και διαδικτυακά μαθήματα επιτρέπει στους μαθητές να οργανώσουν το διάβασμά τους με μεγαλύτερη αυτονομία και ευελιξία, ενώ ταυτόχρονα τους ενθαρρύνει να παραμείνουν κινητοποιημένοι καθ' όλη τη διάρκεια του

έτους. Η τεχνολογία δεν αντικαθιστά τον δάσκαλο· αντίθετα, λειτουργεί ως συμπληρωματικό εργαλείο που ενισχύει τη μαθησιακή διαδικασία και δίνει στους μαθητές τη δυνατότητα να εξελιχθούν με τα δικά τους βήματα. Η κοινωνική διάσταση της εκπαίδευσης είναι επίσης καθοριστική για τους μαθητές. Η συμμετοχή σε ομαδικά έργα, εργαστήρια, σχολικές δραστηριότητες και προγράμματα ανταλλαγών ενισχύει την αλληλεπίδραση, την επικοινωνία και την ενσυναίσθηση. Μαθαίνοντας να συνεργάζονται, να σέβονται διαφορετικές απόψεις και να αντιμετωπίζουν προκλήσεις συλλογικά, οι μαθητές αποκτούν δεξιότητες που θα τους συνοδεύουν σε όλη τους τη ζωή. Το νέο έτος προσφέρει την ευκαιρία να επενδύσουν σε αυτές τις δεξιότητες, να διευρύνουν τον κοινωνικό τους κύκλο και να συνειδητοποιήσουν ότι η μάθηση δεν περιορίζεται στα βιβλία, αλλά είναι βιωματική και συνεχής. Για να αξιοποιήσουν οι μαθητές στο έπακρο το 2026, είναι σημαντικό να δημιουργήσουν ένα οργανωμένο πλάνο δράσης. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει καθημερινή μελέτη με συγκεκριμένους στόχους, συμμετοχή σε εκπαιδευτικά προγράμματα, ανάγνωση βιβλίων και παρακολούθηση ταινιών ή ντοκιμαντέρ σε ξένες γλώσσες. Επιπλέον, η αυτοαξιολόγηση και η ανατροφοδότηση από καθηγητές και συμμαθητές βοηθούν τους μαθητές να κατανοούν τα δυνατά τους σημεία και τα πεδία που χρειάζονται βελτίωση, δημιουργώντας μια συνεχή διαδικασία μάθησης και εξέλιξης. Το νέο έτος μπορεί να αποτελέσει την αφετηρία για τους μαθητές να ξεκινήσουν ή να ολοκληρώσουν προγράμματα που είχαν αφήσει στη μέση, να ενισχύσουν τη γλωσσική τους επάρκεια και να αποκτήσουν δεξιότητες που θα τους συνοδεύουν στο σχολείο και στο μέλλον. Η γνώση γίνεται έτσι ένα πραγματικό εφόδιο ζωής, που δεν περιορίζεται στις εξετάσεις ή στις τάξεις, αλλά ανοίγει δρόμους για ευκαιρίες, εμπειρίες και προσωπική ανάπτυξη. Το 2026 είναι η χρονιά όπου κάθε μαθητής μπορεί να δει τη μάθηση ως έναν συνεχή στόχο, ως μια διαδικασία που ενδυναμώνει την αυτοπεποίθηση, διευρύνει τους ορίζοντες και προετοιμάζει για τις προκλήσεις του μέλλοντος. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών, οι ψηφιακές δεξιότητες, η συμμετοχή σε δραστηριότητες και η ενεργή ενασχόληση με τη γνώση αποτελούν τα εργαλεία που δίνουν στους μαθητές τη δυνατότητα να χτίσουν ένα ισχυρό εφόδιο ζωής, να γίνουν πιο ανεξάρτητοι, δημιουργικοί και έτοιμοι για κάθε πρόκληση που θα συναντήσουν. Η αρχή του νέου έτους είναι η κατάλληλη στιγμή για κάθε μαθητή να επενδύσει στον εαυτό του, να οργανώσει τη μάθησή του και να δημιουργήσει μια ρουτίνα που θα τον οδηγήσει στην επιτυχία. Κάθε νέα λέξη που μαθαίνεται, κάθε δεξιότητα που κατακτάται και κάθε πρόκληση που ξεπερνιέται ενισχύει τη διαδρομή προς την ολοκλήρωση και τη γνώση. Το 2026 μπορεί να γίνει η χρονιά που η μάθηση θα μετατραπεί σε ένα πραγματικό εφόδιο ζωής για τους μαθητές, ένα εργαλείο που θα τους συνοδεύει σε κάθε βήμα και θα ανοίγει νέες ευκαιρίες σε ακαδημαϊκό, κοινωνικό και προσωπικό επίπεδο.



Πείτε
την
άποψή
σας

Στείλτε μας
e-mail

Με την έλευση του 2026, οι ξένες γλώσσες αναδεικνύονται σε απαραίτητο εργαλείο για την προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη, προσφέροντας πρόσβαση σε νέες γνώσεις, πολιτισμούς και ευκαιρίες σε έναν κόσμο που γίνεται ολοένα πιο παγκοσμιοποιημένος

ΝΕΟ ΕΤΟΣ, ΝΕΕΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ

Η σημασία της μάθησης ξένων γλωσσών

Κάθε νέο ξεκίνημα φέρνει μαζί του την ευκαιρία να ενισχύσουμε τα εφόδιά μας και να διευρύνουμε τους ορίζοντές μας μέσα από τη γλωσσική εκπαίδευση



Γράφει
η Έφη
Παπαγιαννοπούλου



Καθώς ξεκινά το 2026, η εκπαιδευτική κοινότητα και οι μαθητές βρίσκονται αντιμέτωποι με νέες προκλήσεις αλλά και ευκαιρίες. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών αποτελεί έναν από

τους πιο αποτελεσματικούς τρόπους για να χτίσει κανείς ένα σταθερό και χρήσιμο εφόδιο ζωής. Στον σύγχρονο κόσμο, η επικοινωνία δεν περιορίζεται στα όρια της χώρας μας· αντίθετα, η γνώση ξένων γλωσσών ανοίγει πόρτες σε διεθνείς συνεργασίες, πολιτισμικές ανταλλαγές και νέες εμπειρίες που προηγουμένως ήταν απρόσιτες. Οι ξένες γλώσσες προσφέρουν περισσότερα από απλή επικοινωνία. Καλλιεργούν κριτική σκέψη, διευρύνουν την

αντίληψη για διαφορετικούς πολιτισμούς και ενισχύουν την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων. Η εκμάθησή τους δεν αφορά μόνο το λεξιλόγιο ή τη γραμματική, αλλά την ικανότητα να κατανοεί κανείς τον κόσμο γύρω του, να προσεγγίζει διαφορετικές οπτικές και να συμμετέχει σε κοινωνικές και επαγγελματικές δραστηριότητες με αυτοπεποίθηση. Σε ένα παγκοσμιοποιημένο περιβάλλον, η ευχέρεια σε περισσότερες από μία γλώσσες γίνεται ανταγωνιστικό

πλεονέκτημα, απαραίτητο για την πρόσβαση σε σπουδές, εργασία ή επιχειρηματικές ευκαιρίες σε διεθνές επίπεδο. Η νέα χρονιά αποτελεί την ιδανική στιγμή για να επανεκτιμήσει κανείς τη σημασία της γλωσσικής εκπαίδευσης και να σχεδιάσει τα επόμενα βήματα. Για όσους είχαν ξεκινήσει αλλά σταμάτησαν, το 2026 είναι η ευκαιρία να ολοκληρώσουν όσα άφησαν στη μέση και να αξιοποιήσουν τη γνώση που ήδη κατέχουν. Για εκείνους που θέλουν να

ξεκινήσουν, είναι η στιγμή να επενδύσουν στον εαυτό τους, να θέσουν στόχους και να αναπτύξουν δεξιότητες που θα τους συνοδεύουν για πάντα. Η εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας δεν είναι απλώς μαθησιακή διαδικασία· είναι μια στρατηγική επένδυση για το μέλλον, η οποία προσφέρει ελευθερία και αυτονομία. Οι γονείς, από την πλευρά τους, αντιλαμβάνονται ότι η εκμάθηση ξένων γλωσσών αποτελεί εφόδιο για τα παιδιά τους. Έρευνες δείχνουν

Η εκμάθηση ξένων γλωσσών δεν είναι απλώς δεξιότητα· είναι εφόδιο ζωής που ενισχύει την αυτοπεποίθηση, διευρύνει το πνεύμα και προετοιμάζει τους μαθητές για να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις της σύγχρονης κοινωνίας με μεγαλύτερη ελευθερία και ευελιξία

ότι τα παιδιά που ξεκινούν νωρίς αποκτούν υψηλότερες ικανότητες στην επίλυση προβλημάτων, καλύτερη μνήμη και αυξημένη δημιουργικότητα. Επιπλέον, η επαφή με διαφορετικούς πολιτισμούς ενισχύει την ενσυναίσθηση και την κοινωνική αντίληψη, προσφέροντας ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων πέρα από το σχολικό πρόγραμμα. Για τους ενήλικες, η συνέχιση ή η επανέναρξη της εκμάθησης ξένων γλωσσών μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για προσωπική ανανέωση και ενίσχυση της επαγγελματικής τους αξίας, καθώς και μέσο για να παραμείνουν ενεργοί και ενημερωμένοι σε έναν συνεχώς μεταβαλλόμενο κόσμο. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών αποτελεί επίσης μέσο ενίσχυσης της αυτοπεποίθησης. Κάθε νέα λέξη ή φράση που μαθαίνεται είναι μια μικρή νίκη, ενώ η δυνατότητα να συμμετέχει κανείς σε μια συνομιλία ή να κατανοεί ξένο περιεχόμενο αυξάνει την αίσθηση προσωπικής επάρκειας και ετοιμότητας για κάθε πρόκληση. Αυτή η διαδικασία μετατρέπει τη γνώση σε βιωματική εμπειρία, ενισχύοντας τη μάθηση και καθιστώντας την ουσιαστική και διαρκή. Με την έλευση του 2026, η τεχνολογία προσφέρει νέες δυνατότητες στη γλωσσική εκπαίδευση. Τα ψηφιακά εργαλεία, οι διαδικτυακές πλατφόρμες και οι εφαρμογές για κινητά καθιστούν την εξάσκηση πιο προσβάσιμη και διαδραστική. Οι μαθητές μπορούν να αλληλεπιδρούν με φυσικούς ομιλητές, να παρακολουθούν μαθήματα σε πραγματικό χρόνο και να συμμετέχουν σε εκπαιδευτικά παιχνίδια που κάνουν τη διαδικασία πιο ευχάριστη και αποτελεσματική. Η συνεχής επαφή με τη γλώσσα μέσω ταινιών, βιβλίων, μουσικής ή ταξιδιών συμβάλλει στη διατήρηση των γνώσεων και στην ανάπτυξη της πρακτικής εφαρμογής τους, ενισχύοντας την αυτονομία και την εμπιστοσύνη στην επικοινωνία. Η γνώση ξένων γλωσσών δεν περιορίζεται στην προσωπική ανάπτυξη. Σε έναν παγκοσμιοποιημένο κόσμο, η επικοινωνία με διαφορετικούς πολιτισμούς είναι απαραίτητη για την κοινωνική συμμετοχή, τις διεθνείς συνεργασίες και την επαγγελματική δικτύωση. Οι γλώσσες γίνονται γέφυρες που συνδέουν αν-

θρώπους και κοινότητες, ενώ η ικανότητα να επικοινωνεί κανείς αποτελεσματικά σε περισσότερες από μία γλώσσες μετατρέπεται σε ουσιαστικό εφόδιο για τη ζωή και την εργασία. Η επένδυση στη μάθηση ξένων γλωσσών είναι, συνεπώς, επένδυση στον ίδιο τον εαυτό και στη θέση μας στον σύγχρονο κόσμο. Η αρχή ενός νέου έτους είναι επίσης η κατάλληλη στιγμή για να αναστοχαστούμε τους στόχους μας και να ανανεώσουμε τις δεσμεύσεις μας απέναντι στη μάθηση. Το 2026 δίνει την ευκαιρία να ολοκληρώσουμε ό,τι είχαμε ξεκινήσει, να θέσουμε νέους στόχους και να εντάξουμε τη γλωσσική εκπαίδευση στην καθημερινότητά μας. Τα μαθήματα ξένων γλωσσών δεν είναι μόνο υποχρέωση ή σχολική δραστηριότητα· αποτελούν εργαλείο ζωής που προετοιμάζει για νέες εμπειρίες, ενισχύει τη δημιουργικότητα, διευρύνει τις επαγγελματικές προοπτικές και προσφέρει ένα αίσθημα ολοκλήρωσης και προσωπικής ικανοποίησης. Κάθε νέα λέξη που κατακτάται, κάθε πρόταση που σχηματίζεται και κάθε συνομιλία που πραγματοποιείται σε ξένη γλώσσα είναι ένα βήμα προς την προσωπική ανάπτυξη και την ολοκλήρωση ενός στόχου. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών γίνεται σύμβολο νέων αρχών, νέων δυνατοτήτων και συνεχούς εξέλιξης. Το 2026 μπορεί να αποτελέσει τη χρονιά όπου η επένδυση στον χρόνο και τη μάθηση θα αποδώσει καρπούς, μετατρέποντας τις γνώσεις σε πρακτικό εφόδιο που συνοδεύει τον μαθητή ή τον ενήλικα σε κάθε πτυχή της ζωής του. Η γλωσσική εκπαίδευση προσφέρει επίσης κοινωνικά οφέλη. Η δυνατότητα επικοινωνίας με ανθρώπους από διαφορετικές χώρες και κουλτούρες ενισχύει την κατανόηση και τη συνεργασία, ενώ οι μαθητές μαθαίνουν να αλληλεπιδρούν με ευαισθησία και σεβασμό. Αυτή η διάσταση της μάθησης είναι καθοριστική για την κοινωνική συνοχή και τη συμμετοχή σε ένα παγκόσμιο περιβάλλον που απαιτεί προσαρμοστικότητα και ανοικτό μυαλό. Η επένδυση στις ξένες γλώσσες το 2026 είναι, επομένως, πολύ περισσότερο από μια δεξιότητα· είναι εφόδιο ζωής. Πρόκειται για μια στρατηγική που ανοίγει νέους ορίζοντες,

ενισχύει την αυτονομία, δημιουργεί νέες εμπειρίες και ενισχύει την αυτοπεποίθηση. Κάθε μαθητής, γονέας ή ενήλικας που αποφασίζει να ξεκινήσει ή να συνεχίσει τη γλωσσική εκπαίδευση στο νέο έτος κάνει ένα βήμα προς την ολοκλήρωση των στόχων του, την προσωπική εξέλιξη και τη συμμετοχή σε έναν κόσμο γεμάτο προκλήσεις και δυνατότητες. Το 2026 μπορεί να αποτελέσει τη χρονιά της γλώσσας, της γνώσης και της προσωπικής ενδυνάμωσης. Με τη σωστή καθοδήγηση, τη θέληση και τη συνέπεια, κάθε μαθητής μπορεί να μετατρέψει τη γνώση ξένων γλωσσών σε εργαλείο

που θα τον συνοδεύει σε όλη του τη ζωή, εξασφαλίζοντας εφόδια που δεν χάνουν την αξία τους, είτε στην εκπαίδευση, είτε στην εργασία, είτε στην προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη. Η εκμάθηση ξένων γλωσσών γίνεται, λοιπόν, το σύμβολο ενός νέου ξεκινήματος, μιας ολοκληρωμένης επένδυσης στον εαυτό μας και της ετοιμότητας για τις προκλήσεις του μέλλοντος. Η σημασία της εκμάθησης ξένων γλωσσών δεν περιορίζεται μόνο στις προσωπικές επιδιώξεις ή στις επαγγελματικές προοπτικές· αποτελεί μια επένδυση που ενδυναμώνει την ψυχολογική ανθεκτικότητα και την κοινωνική προσαρ-

μοστικότητα. Στον σύγχρονο κόσμο, όπου οι αλλαγές είναι συνεχείς και οι απαιτήσεις πολλαπλές, η δυνατότητα να επικοινωνεί κανείς άνετα σε διαφορετικές γλώσσες προσφέρει ένα συγκριτικό πλεονέκτημα. Επιπλέον, η εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας ενισχύει τη μνήμη, τη συγκέντρωση και την ικανότητα να μαθαίνουμε συνεχώς νέα πράγματα, κάτι που καθιστά τη γνώση διαχρονικό εφόδιο. Το νέο έτος είναι επίσης η ευκαιρία να δημιουργηθεί μια καθημερινή ρουτίνα μάθησης που ενσωματώνει τη γλώσσα στη ζωή μας. Η χρήση της σε καθημερινές δραστηριότητες, οι συζητήσεις με φίλους ή

συνεργάτες και η ανάγνωση ξένων πηγών μπορούν να κάνουν τη μάθηση πιο φυσική και βιωματική. Με αυτόν τον τρόπο, οι ξένες γλώσσες δεν αποτελούν μόνο στόχο, αλλά εργαλείο που διευκολύνει την καθημερινότητα, ενισχύει την αυτονομία και ανοίγει δρόμους για νέες εμπειρίες και σχέσεις σε προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο. Το 2026 λοιπόν μπορεί να γίνει η χρονιά που η γλώσσα μετατρέπεται σε πραγματικό εφόδιο ζωής, και όχι απλά σε δεξιότητα· ένα εργαλείο που συνοδεύει κάθε μαθητή ή ενήλικα σε κάθε βήμα της πορείας του, προσφέροντας ευκαιρίες, εμπειρίες και ολοκληρωμένη προσωπική ανάπτυξη.



Από τις φωτιές του Καρτσιούνου στη Νάουσα και τα χριστουγεννιάτικα δρώμενα στα Χανιά, μέχρι τις παραδοσιακές γεύσεις της Κέρκυρας και την πνευματική ατμόσφαιρα της Νέας Βύσσας, οι γιορτές φέρνουν κοντά κοινότητες, επισκέπτες και οικογένειες, δημιουργώντας μοναδικές εμπειρίες που συνδυάζουν παράδοση, χαρά και ζεστασιά

ΕΘΙΜΑ, ΓΕΥΣΕΙΣ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΑ ΤΩΝ ΓΙΟΡΤΩΝ

Χριστούγεννα στην Ελλάδα

Από τη Βόρεια Ελλάδα στη Θεσσαλία, μέχρι τα νησιά, οι παραδόσεις ζωντανεύουν κάθε γωνιά της χώρας

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Χ

ριστούγεννα ανά την Ελλάδα σημαίνουν παραδοσιακά έθιμα, ξεχωριστά εδέσματα, κατανυκτική ατμόσφαιρα και μια αίσθηση γιορτής που αγκαλιάζει όλη την οικογένεια. Από τη Βόρεια Ελλάδα μέχρι τα νησιά του Ιονίου και του Αιγαίου, η χώρα μεταμορφώνεται τις τελευταίες εβδομάδες του Δεκεμβρίου σε μια μεγάλη γιορτή, όπου η παράδοση συνυπάρχει με τη χαρά των γιορτών και τη ζεστασιά της οικογενειακής συνάθροισης. Στη Νάουσα, για παράδειγμα, το έθιμο του Καρτσιούνου αναβιώνει ανήμερα των Χριστουγέννων και συγκεντρώνει κατοίκους και επισκέπτες γύρω από μεγάλες φωτιές που ανάβουν σε κάθε γειτονιά. Τα κούτσουρα και οι ρίζες καίγονται, συμβολίζοντας τη ζεστασιά για τον νεογέννητο Χριστό, ενώ οι ντόπιοι ψήνουν κρέατα, πίνουν κρασί και τσίπουρο και μοιράζονται ιστορίες, δημιουργώντας μια ζεστή και φιλική ατμόσφαιρα που διαρκεί μέχρι την Πρωτοχρονιά. Το έθιμο αυτό, που διατηρεί ζωντανές τις παραδόσεις και φέρνει κοντά τις κοινότητες, αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα του πώς τα τοπικά έθιμα συνδέονται με την κοινωνική συνοχή και τη συλλογική χαρά. Στη Νέα Βύσσα Έβρου, η κατανυκτική διάθεση των Χριστουγέννων εκφράζεται μέσα από την Ιερά Μονή Αγίας Σκέπης, όπου ο ηγούμενος Πατέρας Βαρθολομαίος στέλνει το δικό του μήνυμα αγάπης, προσκαλώντας τους

πιστούς να βιώσουν τη μαγεία των γιορτών με πνεύμα ειρήνης και αλληλεγγύης. Η Μονή μετατρέπεται σε κέντρο θρησκευτικής και πνευματικής ζωής, και οι πιστοί συμμετέχουν σε λειτουργίες που τονώνουν το πνεύμα και την ψυχή, θυμίζοντας ότι τα Χριστούγεννα, πέρα από τις κοινωνικές και ψυχαγωγικές τους διαστάσεις, έχουν

Ένωσης Ξενοδόχων Μαγνησίας, υπογραμμίζει ότι η Πορταριά και η ευρύτερη περιοχή του Πηλίου είναι από τους πιο δημοφιλείς προορισμούς για Χριστούγεννα, συνδυάζοντας την παράδοση με τη φυσική ομορφιά και τις εορταστικές εκδηλώσεις που ενθουσιάζουν τους επισκέπτες. Η περιοχή προσφέρει μοναδικές εμπειρίες όπως παγοδρομίες,

σπίτια να φωτίζονται από λαμπιόνια και τα παιδιά να συμμετέχουν σε παραδοσιακά δρώμενα. Η αίσθηση κοινότητας είναι έντονη, καθώς κάτοικοι και επισκέπτες μοιράζονται στιγμές χαράς, παρακολουθούν παραστάσεις και απολαμβάνουν τα τοπικά εδέσματα, που μεταφέρουν αρώματα και γεύσεις αιώνων. Στην Κέρκυρα, τα χριστου-

Η ποικιλία των γεύσεων και η ατμόσφαιρα ζεσταίνουν τις καρδιές των ντόπιων και των επισκεπτών, που συμμετέχουν σε παραδοσιακά γλέντια και συναθροίσεις. Η Κέρκυρα, με τον κοσμοπολίτικο χαρακτήρα και τις τοπικές παραδόσεις, συνδυάζει τις παλιές με τις νέες συνήθειες, προσφέροντας μια γιορτινή εμπειρία που παραμένει αξέχαστη.



βαθύ θρησκευτικό νόημα. Στο Πήλιο, και συγκεκριμένα στην Πορταριά, οι γιορτές αποκτούν έναν μοναδικό φυσικό καμβά. Με θέα τον Παγασητικό, οι επισκέπτες απολαμβάνουν το μαγευτικό τοπίο, ενώ η τοπική φιλοξενία τους καλωσορίζει με ζεστά σπιτικά γεύματα και παραδοσιακές εορταστικές εκδηλώσεις. Ο κ. Γρηγόρης Κοντορίζος, γραμματέας της

αγορές τοπικών προϊόντων, και μουσικοχορευτικές παραστάσεις που δημιουργούν ζωντανή γιορτινή ατμόσφαιρα σε κάθε γωνιά του χωριού. Η Αρκαδία, και ειδικότερα η Βυτίνα, αποτελεί ακόμη ένα παράδειγμα παραδοσιακής χριστουγεννιάτικης ατμόσφαιρας, όπου τα γραφικά χωριά και οι λιθόστρωτοι δρόμοι μετατρέπονται σε μικρές γιορτινές σκηνές, με τα

γεννιάτικα τραπέζια γεμίζουν με πλούσια παραδοσιακά εδέσματα, με σαλάδο, πηχτή, σούπα αβγολέμονο, γάλο και νούμπουλο, το χαρακτηριστικό αρωματικό αλλαντικό που φτιάχνεται από χοιρινό ή βοδινό φιλέτο, αλατίζεται, μαρινάρεται με τοπικά κρασιά και μπαχαρικά, τυλίγεται σε φυσικό έντερο και καπνίζεται πάνω σε βότανα όπως φασκόμπλο, δάφνη και σχίνο.

Στα Χανιά, η χριστουγεννιάτικη ατμόσφαιρα αποκτά ιδιαίτερο χαρακτήρα για τα παιδιά. Οι παιδικές εκδηλώσεις στο στάδιο της πόλης, όπου τα παιδιά συναντούν τον Άγιο Βασίλη και δέχονται δώρα και ευχές, μετατρέπουν τις γιορτές σε μια μαγική εμπειρία, ενώ οι γονείς απολαμβάνουν τις παράλληλες εκδηλώσεις που προάγουν την τοπική κουλτούρα και τη



Με την Πρωτοχρονιά να πλησιάζει, η Ελλάδα συνεχίζει να γιορτάζει με οικογενειακές συγκεντρώσεις, βασιλόπιτες και βεγγαλικά, ενισχύοντας το συλλογικό πνεύμα, τις αναμνήσεις και τη σύνδεση με τις παραδόσεις, μετατρέποντας τη γιορτινή περίοδο σε μια αξέχαστη εμπειρία για μικρούς και μεγάλους

μουσική παράδοση. Η πόλη προσφέρει χριστουγεννιάτικες αγορές, εργαστήρια δημιουργίας και θεατρικές παραστάσεις που συνδέουν μικρούς και μεγάλους, δημιουργώντας μια συνολική εμπειρία συμμετοχής στις γιορτές. Η Πρωτοχρονιά που ακολουθεί, μόλις λίγες ημέρες μετά τα Χριστούγεννα, ολοκληρώνει τον εορταστικό κύκλο και φέρνει μαζί της νέα έθιμα και παραδόσεις. Στην Ελλάδα, η αλλαγή του χρόνου συνοδεύεται από οικογενειακές συγκεντρώσεις, φαγητά που κυριαρχούν στις κουζίνες της κάθε περιοχής και το καθιερωμένο κόψιμο της βασιλόπιτας, όπου η τύχη συμβολίζεται με το φλουρί. Το βράδυ της Πρωτοχρονιάς, πολλές πόλεις και χωριά φωτίζονται από βεγγαλικά και εκδηλώσεις σε πλατείες, δημιουργώντας μια γιορτινή ατμόσφαιρα που ενώνει τους ανθρώπους και ενισχύει το πνεύμα της

με τα τοπικά πανηγύρια, ενώ στη Θεσσαλία και τη Στερεά Ελλάδα, οι κάτοικοι διατηρούν έθιμα που αναβιώνουν από γενιά σε γενιά, ενισχύοντας την αίσθηση του «ανήκειν» σε μια κοινότητα. Στα νησιά του Αιγαίου και του Ιονίου, οι γιορτές συνδυάζουν την παραδοσιακή μουσική και τα γλυκίσματα με τη θάλασσα και τα φωτισμένα λιμανάκια, δημιουργώντας εικόνες μοναδικής ομορφιάς και γιορτινής ατμόσφαιρας που προσελκύουν ντόπιους και επισκέπτες. Τα παραδοσιακά γλυκά, τα μελομακάρονα, οι κουραμπιέδες και τα διάφορα εορταστικά φαγητά, συνοδεύονται από τοπικά κρασιά και ποτά, ενώ οι κοινωνικές συναθροίσεις, τα κάλαντα και οι χριστουγεννιάτικες εκδηλώσεις δημιουργούν ένα πλέγμα αλληλεπίδρασης και χαράς. Η διάθεση για προσφορά, η ανταλλαγή δώρων και οι επισκέψεις σε φίλους και συγ-



συλλογικότητας. Τα παιδιά ανυπομονούν να παίξουν με τους νέους χρόνους και οι ενήλικες ανταλλάσσουν ευχές για υγεία, ευτυχία και πρόοδο. Η ποικιλία των εθίμων ανά την Ελλάδα δείχνει τη διαχρονικότητα των παραδόσεων και την αγάπη για τις γιορτές. Στην Ήπειρο και τη Μακεδονία, οι δρόμοι και οι πλατείες γεμίζουν με φωτιές και δρώμενα που συνδέονται

γενείς ενισχύουν την αίσθηση της κοινότητας και διατηρούν ζωντανές τις παραδόσεις. Το φως των λαμπιών, οι μελωδίες των χριστουγεννιάτικων τραγουδιών και η ατμόσφαιρα των αγορών αποτελούν στοιχεία που συνδέουν τις πόλεις και τα χωριά σε μια κοινή γιορτινή εμπειρία. Η περίοδος των εορτών, λοιπόν, εκτείνεται από τα Χριστούγεννα έως και την

Πρωτοχρονιά και το Δωδεκάημερο των Θεοφανείων, και προσφέρει στους ανθρώπους την ευκαιρία να συνδεθούν με τις ρίζες τους, να αναβιώσουν παραδόσεις και να βιώσουν τη χαρά της συμμετοχής σε συλλογικές και οικογενειακές εκδηλώσεις. Η Ελλάδα, με την πολυμορφία της και την ποικιλία των τοπικών παραδόσεων, προσφέρει σε κάθε επισκέπτη μια μοναδική εμπειρία, που

συνδυάζει γεύσεις, εικόνες, ήχους και ατμόσφαιρα, δημιουργώντας αναμνήσεις που διαρκούν για χρόνια. Οι γιορτές είναι εποχή αλληλεγγύης, κοινωνικής σύνδεσης και αναζωογόνησης, και ο προγραμματισμός ταξιδιών ή η συμμετοχή σε τοπικές εκδηλώσεις προσφέρει την πλήρη εμπειρία της ελληνικής παράδοσης των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς.

Από τις φωτιές της Νάουσας έως τις παραδοσιακές γεύσεις της Κέρκυρας, από τα χριστουγεννιάτικα δρώμενα στα Χανιά έως την πνευματική ατμόσφαιρα της Νέας Βύσσης και τα γραφικά χωριά της Αρκαδίας, η Ελλάδα μεταμορφώνεται σε έναν τόπο μαγείας και ζεστασιάς, όπου οι γιορτές αποκτούν νόημα και περιεχόμενο για κάθε ηλικία και για κάθε επισκέπτη. Η Πρωτοχρονιά έρχεται

για να ολοκληρώσει αυτό το ταξίδι, να φέρει ελπίδα και νέες προσδοκίες, ενώ οι παραδόσεις και τα τοπικά έθιμα συνεχίζουν να διατηρούν τη φλόγα της ελληνικής γιορτινής κουλτούρας ζωντανή. Οι γιορτές στην Ελλάδα είναι περισσότερα από μία εποχή· είναι μια εμπειρία ζωής, ένα ταξίδι που ενώνει το παρελθόν με το παρόν και δημιουργεί μνήμες που μεταφέρονται από γενιά σε γενιά.

Τι αποκαλύπτει ο πρόωρος στολισμός για την προσωπικότητά μας, πώς συνδέεται με τη νοσταλγία, την ψυχική ευεξία και τη συλλογική μνήμη και γιατί η επιστήμη δίνει τελικά το «πράσινο φως» σε όσους ανάβουν τα λαμπιόνια πριν μπει ο Δεκέμβριος

Γράφει
η Έννη
Λεβέντη

Κ

άθε χρόνο, λίγο μετά το τέλος του φθινοπώρου –και συχνά πολύ πριν εμφανιστεί ο Δεκέμβριος– επανέρχεται σχεδόν τελετουργικά το ίδιο ερώτημα: είναι άραγε πολύ νωρίς για να στολίσουμε για τα Χριστούγεννα; Για κάποιους, τα πρώτα λαμπιόνια και το χριστουγεννιάτικο δέντρο πριν καν πιάσουν τα μεγάλα κρύα αποτελούν υπερβολή ή ένδειξη ανυπομονησίας. Για άλλους, όμως, ο πρόωρος στολισμός δεν είναι επιλογή, αλλά ανάγκη. Μια ανάγκη που γεννιέται αυθόρμητα, χωρίς ημερολόγιο και χωρίς κοινωνικούς κανόνες, και που, όπως δείχνουν τα τελευταία χρόνια οι έρευνες, έχει βαθύτερες ψυχολογικές ρίζες από όσες πιστεύαμε. Η σύγχρονη ψυχολογία αντιμετωπίζει πλέον τέτοιες καθημερινές συμπεριφορές όχι ως επιφανειακές συνήθειες, αλλά ως μικρούς μηχανισμούς αυτορρύθμισης. Ο χριστουγεννιάτικος στολισμός, ιδιαίτερα όταν γίνεται νωρίς, λειτουργεί ως ένα ισχυρό συναισθηματικό ερέθισμα που προετοιμάζει το άτομο για μια περίοδο θετικών προσδοκιών. Σύμφωνα με τον ψυχολογικό Στιβ Μακάουν, η πράξη του στολισμού ενεργοποιεί πρωταρχικά συναισθήματα ασφάλειας και σύνδεσης, παρόμοια με εκείνα που βιώνει ο άνθρωπος σε στιγμές προστασίας και φροντίδας. Δεν πρόκειται απλώς για αισθητική παρέμβαση στον χώρο, αλλά για μια διαδικασία που «εκπαιδεύει» το μυαλό να εισέλθει σε εορταστική και πιο ήπια συναισθηματική κατάσταση. Σε έναν κόσμο που χαρακτηρίζεται από αυξημένο άγχος, κοινωνική αβεβαιότητα και διαρκή πίεση, οι άνθρωποι αναζητούν σταθερά σημεία αναφοράς. Τα Χριστούγεννα αποτελούν ένα από τα πιο ισχυρά τέτοια σημεία, καθώς συνδέονται με έννοιες όπως η οικογένεια, η επιστροφή στο σπίτι, η συντροφικότητα και η παύση από την καθημερινή ένταση. Ο πρόωρος στολισμός ουσιαστικά επιμηκύνει αυτή την περίοδο ψυχικής «ανακούφισης», επιτρέποντας στο άτομο να βιώσει για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα συναισθήματα χαράς και προσμονής. Κεντρικό ρόλο σε αυτή τη διαδικασία παίζει η νοσταλγία. Οι εικόνες των Χριστουγέννων είναι βαθιά χαραγμένες στη συλλογική μνήμη και, κυρίως, στις παιδικές εμπειρίες. Τα στολίδια, τα φώτα και τα γνώριμα χρώματα λειτουργούν ως συναισθηματικά ερεθίσματα που επαναφέρουν αναμνήσεις μιας εποχής που, στο μυαλό των περισσότερων, συνδέεται με ασφάλεια και ανεμελιά. Η σύγχρονη έρευνα έχει δείξει ότι η νοσταλγία δεν είναι απλώς μια ρομαντική

Γιατί κάποιοι στολίζουν νωρίς για τα Χριστούγεννα

Τι αποκαλύπτει ο πρόωρος στολισμός για την προσωπικότητά μας και γιατί η επιστήμη δικαιώνει όσους δεν περιμένουν τον Δεκέμβριο



“ Ο στολισμός πριν τις επίσημες ημερομηνίες ενεργοποιεί θετικά συναισθήματα, μειώνει το άγχος και ενισχύει την ψυχική ευεξία, κυρίως μέσω της σύνδεσης με νοσταλγικές παιδικές εμπειρίες.



“ Τα χριστουγεννιάτικα στολίδια λειτουργούν ως «συναισθηματικές άγκυρες», φέρνοντας στο παρόν αίσθηση προστασίας και χαράς που συνδέεται με την παιδική ηλικία και τις οικογενειακές παραδόσεις

“ Ο εξωτερικός στολισμός εκπέμπει κοινωνικά μηνύματα φιλικότητας και εξωστρέφειας, ενισχύοντας τη σύνδεση με τη γειτονιά και το συλλογικό πνεύμα των γιορτών

“ Ο πρόωρος στολισμός δείχνει ότι οι άνθρωποι αναζητούν να βιώσουν τη χαρά και το φως πριν τις επίσημες ημερομηνίες, αντιμετωπίζοντας τον χρόνο ως εμπειρία και όχι απλώς ως γραμμική



ματιά στο παρελθόν, αλλά ένας ενεργός μηχανισμός ψυχικής ενδυνάμωσης. Όταν οι άνθρωποι ανακαλούν θετικές αναμνήσεις, ενισχύεται το αίσθημα συνέχειας της ζωής και μειώνεται το άγχος του παρόντος. Ο πρόωρος στολισμός, λοιπόν, δεν αποτελεί απόδραση από την πραγματικότητα, αλλά έναν τρόπο διαχείρισής της. Σε περιόδους προσωπικής ή συλλογικής πίεσης –οικονομικές δυσκολίες, κοινωνικές κρίσεις, προσωπικές απώλειες– παρατηρείται συχνά αύξηση της ανάγκης για τέτοιου είδους συμβολικές πρακτικές. Τα Χριστούγεννα λειτουργούν ως «ψυχική άγκυρα», και ο στολισμός ως το μονοπάτι προς αυτήν. Παράλληλα, η δημιουργία ενός εορταστικού περιβάλλοντος ενισχύει το αίσθημα ελέγχου. Ο άνθρωπος μπορεί να μην έχει τη δυνατότητα να αλλάξει τις εξωτερικές συνθήκες της ζωής του, μπορεί όμως να επηρεάσει τον προσωπικό του χώρο. Το σπίτι, στολισμένο νωρίς, μετατρέπεται σε καταφύγιο, σε έναν χώρο που εκπέμπει σταθερότητα και θετικά μηνύματα. Έρευνες δείχνουν ότι οι άνθρωποι που επενδύουν συναισθηματικά στον χώρο τους εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ευεξίας και ικανοποίησης από την καθημερινότητα. Ο πρόωρος στολισμός, ωστόσο, δεν έχει μόνο ατομική διάσταση. Ο εξωτερικός στολισμός εκπέμπει και κοινωνικά μηνύματα. Μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Journal of Environmental Psychology έδειξε ότι τα σπίτια με χριστουγεννιάτικη διακόσμηση αξιολογούνται από τους γείτονες ως πιο φιλικά, πιο προσιτά και πιο κοινωνικά. Οι κάτοικοί τους θεωρούνται άτομα που επιθυμούν τη σύνδεση και τη συμμετοχή στη συλλογική εμπειρία της γιορτής. Σε κοινωνίες όπου οι ανθρώπινες σχέσεις συχνά χαρακτηρίζονται από απόσταση και απομόνωση, ο στολισμός λειτουργεί ως ένας άτυπος τρόπος επικοινωνίας και ένταξης.

Από πλευράς προσωπικότητας, οι ψυχολόγοι παρατηρούν ότι όσοι στολίζουν νωρίς τείνουν να είναι πιο συναισθηματικά εκφραστικοί και πιο ανοιχτοί στην εμπειρία. Δεν φοβούνται να δείξουν τι τους προκαλεί χαρά και δεν νιώθουν έντονη ανάγκη να συμμορφωθούν με άτυπους κοινωνικούς κανόνες που ορίζουν το «πότε επιτρέπεται» να γιορτάζουμε. Πρόκειται συχνά για ανθρώπους που αποδίδουν μεγάλη αξία στις σχέσεις, στις παραδόσεις και στη συναισθηματική εγγύτητα. Αυτό, βέβαια, δεν σημαίνει ότι όσοι δεν στολίζουν νωρίς είναι λιγότερο χαρούμενοι ή λιγότερο κοινωνικοί. Η διαφορά έγκειται στον τρόπο με τον οποίο το κάθε άτομο αντιλεί ικανοποίηση και διαχειρίζεται το συναίσθημα. Για κάποιους, η αναμονή μέχρι την «επίσημη» έναρξη των γιορτών έχει μεγαλύτερη αξία. Για άλλους, η παράταση της εορταστικής ατμόσφαιρας είναι εκείνη που προσφέρει τη μεγαλύτερη συναισθηματική ανταμοιβή. Σε συλλογικό επίπεδο, τα Χριστούγεννα λειτουργούν ως μια περίοδος συναισθηματικού συγχρονισμού. Κοινά σύμβολα, μουσικές, μυρωδιές και τελετουργίες δημιουργούν ένα αίσθημα κοινότητας. Ο πρόωρος στολισμός επεκτείνει αυτό το χρονικό πλαίσιο, προσφέροντας περισσότερες ευκαιρίες για θετικές αλληλεπιδράσεις και στιγμές χαράς στην καθημερινότητα. Σε μια εποχή όπου η ψυχική υγεία βρίσκεται στο επίκεντρο του δημόσιου διαλόγου, τέτοιες πρακτικές αποκτούν ιδιαίτερη σημασία. Τελικά, το ερώτημα «είναι πολύ νωρίς για λαμπιόνια;» αποδεικνύεται λιγότερο ουσιαστικό από το «τι μας προσφέρει ο στολισμός». Και όταν η απάντηση περιλαμβάνει νοσταλγία, συναισθηματική ασφάλεια, κοινωνική σύνδεση και ψυχική ευεξία, τότε η επιστήμη είναι σαφής: ο πρόωρος στολισμός δεν είναι ένδειξη υπερβολής, αλλά μια απολύτως

ανθρώπινη ανάγκη για φως, ζεστασιά και ελπίδα μέσα στον χειμώνα. Επιπλέον, δεν μπορεί να αγνοηθεί και η πολιτισμική διάσταση του πρόωρου στολισμού. Σε πολλές δυτικές κοινωνίες, τα Χριστούγεννα έχουν εξελιχθεί σε μια περίοδο έντονου συμβολισμού, που ξεπερνά το θρησκευτικό τους περιεχόμενο. Αποτελούν ένα συλλογικό αφήγημα ελπίδας, επανεκκίνησης και συναισθηματικής αποφόρτισης πριν από την έναρξη ενός νέου έτους. Ο στολισμός, ειδικά όταν γίνεται νωρίς, λειτουργεί ως δήλωση συμμετοχής σε αυτό το αφήγημα. Είναι ένας τρόπος να πει κανείς «χρειάζομαι κάτι φωτεινό τώρα», χωρίς να χρειάζεται να το εξηγήσει με λόγια. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει και η σύνδεση του πρόωρου στολισμού με την έννοια του χρόνου. Οι άνθρωποι που επιλέγουν να στολίσουν νωρίς φαίνεται να αντιλαμβάνονται τον χρόνο όχι ως αυστηρή γραμμική πορεία, αλλά ως εμπειρία. Δεν περιμένουν την «επίσημη» ημερομηνία για να βιώσουν τη χαρά, αλλά την ενσωματώνουν στην καθημερινότητά τους όταν τη χρειάζονται περισσότερο. Σε αυτό το πλαίσιο, ο στολισμός γίνεται μια μικρή πράξη αντίστασης απέναντι στη βιασύνη, την εξάντληση και τη συναισθηματική φθορά. Οι ειδικοί επισημαίνουν, τέλος, ότι τέτοιες πρακτικές δεν πρέπει να υποτιμώνται. Μικρές καθημερινές χαρές, όπως το να ανάβει κανείς τα λαμπιόνια νωρίτερα, λειτουργούν σωρευτικά στην ψυχική υγεία. Δεν λύνουν προβλήματα, αλλά προσφέρουν ανάσες. Και σε έναν κόσμο όπου οι ανάσες αυτές σπανίζουν, η αξία τους είναι μεγαλύτερη από όσο φαίνεται. Ίσως, τελικά, ο πρόωρος στολισμός να μην έχει να κάνει τόσο με τα Χριστούγεννα όσο με την ανάγκη του ανθρώπου να δημιουργεί φως εκεί που το σκοτάδι επιμένει. Και αν αυτό το φως έρθει λίγες εβδομάδες νωρίτερα, η επιστήμη και η ψυχολογία φαίνεται να συμφωνούν: δεν πρόκειται για υπερβολή, αλλά για μια βαθιά ανθρώπινη επιλογή.



FORMedia.gr
ΝΕΑ ΜΟΡΦΗ
ΣΤΗΝ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ



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 εμμοινικά 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 μειονεκτική θέση, αλλά στη δική του φαντασία ήταν σίγουρα προνομιακή!

Από τη ραδιοφωνική πρεμιέρα του 1941 και τη φωνή του Μπινγκ Κρόσμπι, μέχρι το ρεκόρ πωλήσεων και τη βαθιά προσωπική ιστορία απώλειας του δημιουργού του Ίρβινγκ Μπέρλιν, το «White Christmas» παραμένει ένα από τα πιο συγκινητικά και διαχρονικά τραγούδια όλων των εποχών.



WHITE CHRISTMAS

Η ιστορία του πιο επιτυχημένου single όλων των εποχών

Το τραγούδι που έγινε παγκόσμιο σύμβολο των Χριστουγέννων και έγραψε ιστορία στη μουσική βιομηχανία.

Ελάχιστα τραγούδια έχουν καταφέρει να ταυτιστούν τόσο απόλυτα με τα Χριστούγεννα όσο το «White Christmas». Μια μελωδία απλή, σχεδόν λιτή, που όμως κουβαλά πίσω της μια ιστορία γεμάτη νοσταλγία, επιτυχία, πόνο και παγκόσμια αναγνώριση. Το τραγούδι θεωρείται επισήμως το πιο επιτυχημένο single όλων των εποχών σε φυσική μορφή, με περίπου 50 εκατομμύρια αντίτυπα της έκδοσης του Μπινγκ Κρόσμπι να έχουν πουληθεί παγκοσμίως, σύμφωνα με το Βιβλίο των Ρεκόρ Γκίνες. Και όμως, πίσω από την εικόνα των λευκών Χριστουγέννων, των γιορτινών στολισμών και της θαλπωρής, κρύβεται μια βαθιά προσωπική ιστορία απώλειας και μνήμης.

Η πρώτη φορά που ακούστηκε

Το «White Christmas» ακούστηκε για πρώτη φορά ανήμερα τα Χριστούγεννα του 1941. Ο Μπινγκ Κρόσμπι, ήδη ένας από τους πιο δημοφιλείς τραγουδιστές της εποχής, το ερμήνευσε ζωντανά στη ραδιοφωνική του εκπομπή στο NBC, Kraft Music Hall, με τη συνοδεία του φωνητικού συγκροτήματος Music Maids. Ήταν μια εποχή δύσκολη για τις Ηνωμένες Πολιτείες: ο Β' Παγκόσμιος Πόλεμος είχε μόλις αγκαλιάσει τον πλανήτη και η ανάγκη για παρηγοριά, μνήμη και ελπίδα ήταν πιο έντονη από ποτέ. Το τραγούδι, με τον ήρεμο και ζεστό τόνο του Κρόσμπι, μίλησε κατευθείαν στην καρδιά εκατομμυρίων ανθρώπων. Δεν ήταν απλώς

ένα χριστουγεννιάτικο τραγούδι· ήταν μια υπενθύμιση ενός κόσμου πιο απλού, πιο ήσυχου, ενός «λευκού» παρελθόντος που πολλοί νοσταλγούσαν.

Ο άνθρωπος πίσω από τη μελωδία

Δημιουργός του τραγουδιού ήταν ο θρυλικός συνθέτης και τραγουδοποιός Ίρβινγκ Μπέρλιν. Ο ίδιος θεωρούσε το «White Christmas» όχι μόνο το καλύτερο τραγούδι που έγραψε ποτέ, αλλά –όπως είχε πει στον ενορχηστρωτή του Χέλμι Κρέσα– «το καλύτερο τραγούδι που έγραψε ποτέ κάποιος». Ο Ίρβινγκ Μπέρλιν γεννήθηκε ως Ίσραηλ Μπέιλιν στις 11 Μαΐου 1888 στη Ρωσία. Ήταν ένα από τα οκτώ παιδιά μιας φτωχής ορθόδοξης εβραϊκής οικογένειας, η οποία αναγκάστηκε να μεταναστεύσει στις Ηνωμένες Πολιτείες όταν ο ίδιος ήταν μόλις πέντε ετών, για να γλιτώσει από τα πογκρόμ. Η οικογένεια εγκαταστάθηκε στη Νέα Υόρκη, σε μια πόλη γεμάτη ευκαιρίες αλλά και σκληρές συνθήκες επιβίωσης. Μετά τον θάνατο του πατέρα του, ο νεαρός Ίρβινγκ εγκατέλειψε το σχολείο για να βοηθήσει οικονομικά την οικογένεια. Δούλεψε σε διάφορες δουλειές, τραγουδώντας στους δρόμους και μαθαίνοντας μόνος του πιάνο, χωρίς ποτέ να αποκτήσει τυπική μουσική εκπαίδευση. Το 1907 έγραψε την πρώτη του μελωδία, με τίτλο «Marie From Sunny Italy». Για τα δικαιώματα έκδοσης πληρώθηκε μόλις 33 σεντς, ενώ στις παρτιτούρες το όνομά του

αναγραφόταν απλά ως «I. Berlin». Κανείς τότε δεν μπορούσε να φανταστεί ότι αυτός ο νεαρός μετανάστης θα εξελισσόταν σε έναν από τους σημαντικότερους δημιουργούς στην ιστορία της αμερικανικής μουσικής.

Από το ragtime στα Όσκαρ

Το 1911 ο Μπέρλιν γνώρισε την πρώτη μεγάλη του επιτυχία με το «Alexander's Ragtime Band». Το τραγούδι έγινε παγκόσμιο φαινόμενο και άνοιξε τον δρόμο για μια καριέρα χωρίς προηγούμενο. Συνολικά, έγραψε περίπου 1.250 τραγούδια, πολλά από τα οποία παραμένουν διαχρονικά. Το «White Christmas» γράφτηκε αρχικά για ένα μιούζικαλ που τελικά μετατράπηκε στην κινηματογραφική ταινία Holiday Inn το 1942. Η ταινία γνώρισε τεράστια επιτυχία και το τραγούδι απέσπασε το Όσκαρ Καλύτερου Πρωτότυπου Τραγουδιού, σφραγίζοντας τη θέση του στην ιστορία του κινηματογράφου και της μουσικής.

Η κρυφή θλίψη πίσω από το τραγούδι

Παρά τη λαμπερή του πορεία, το «White Christmas» δεν γεννήθηκε μόνο από έμπνευση, αλλά και από βαθιά προσωπική οδύνη. Ο Ίρβινγκ Μπέρλιν είχε χάσει τον τρίων εβδομάδων γιο του ανήμερα των Χριστουγέννων του 1928. Από εκείνη τη

στιγμή και μετά, τα Χριστούγεννα δεν ήταν ποτέ ξανά για εκείνον μια χαρούμενη γιορτή. Ενώ οι περισσότερες οικογένειες άνοιγαν δώρα γύρω από το χριστουγεννιάτικο δέντρο, ο Μπέρλιν ακολουθούσε τη δική του σιωπηλή παράδοση. Κάθε χρόνο, ανήμερα των Χριστουγέννων, επισκεπτόταν τον τάφο του παιδιού του. Η απώλεια αυτή αποτυπώθηκε, έστω και υποσυνείδητα, στη μελαγχολία και τη γλυκιά νοσταλγία του «White Christmas». Ίσως γι' αυτό το τραγούδι δεν μιλά για χαρούμενες φωνές και γιορτινή φασαρία, αλλά για μια ήρεμη επιθυμία: «I'm dreaming of a white Christmas, just like the ones I used to know».

Ένα τραγούδι για όλες τις εποχές

Στις δεκαετίες που ακολούθησαν, το «White Christmas» διασκευάστηκε αμέτρητες φορές από καλλιτέχνες διαφορετικών ειδών και γενεών. Από τον Μπομπ Μάρλεϊ και τον Γουίλι Νέλσον, μέχρι τον Μπομπ Ντίλαν, τους U2 και τον Μάικλ Μπουμπλέ, το τραγούδι απέδειξε ότι ξεπερνά τα μουσικά σύνορα και τις εποχές. Περισσότερο από οτιδήποτε άλλο, το «White Christmas» παραμένει ένα παγκόσμιο σύμβολο μνήμης, νοσταλγίας και ανθρωπίνης ανάγκης για ζεστασιά. Ένα τραγούδι που, παρότι γεννήθηκε μέσα από τη θλίψη, συνεχίζει να ενώνει εκατομμύρια ανθρώπους κάθε Χριστούγεννα, θυμίζοντάς τους ότι η πιο δυνατή μουσική είναι αυτή που μιλά απευθείας στην καρδιά.

Τρίκαλα

Η πρωτεύουσα των Χριστουγέννων

Ζήστε τη μαγεία των γιορτών στα Τρίκαλα, την πόλη που μεταμορφώνεται σε Χριστουγεννιάτικο παραμύθι με φωτισμούς, εκδηλώσεις και αυθεντική γιορτινή ατμόσφαιρα

Τα Τρίκαλα, γνωστά ως η «Πρωτεύουσα της Θεσσαλίας των Χριστουγέννων», φορούν κάθε χρόνο τα γιορτινά τους και υποδέχονται μικρούς και μεγάλους με μια ατμόσφαιρα μοναδικής ζεστασιάς, φώτων και χαράς. Η πόλη έχει καταφέρει να γίνει συνώνυμη με τα Χριστούγεννα, προσφέροντας ένα πλούσιο πρόγραμμα εκδηλώσεων, στολισμούς που κόβουν την ανάσα και δραστηριότητες για όλη την οικογένεια. Κάθε δρόμος και κάθε πλατεία στα Τρίκαλα μεταμορφώνεται σε μια γιορτινή εμπειρία που καλεί τους επισκέπτες να συμμετάσχουν ενεργά στην ατμόσφαιρα των γιορτών. Η κεντρική πλατεία της πόλης, αλλά και οι πεζόδρομοι που την περιβάλλουν,

φωτίζονται με πολύχρωμα λαμπάκια, στολισμένα δέντρα και διακοσμητικά που δίνουν ζωή στο χριστουγεννιάτικο σκηνικό. Τα παραδοσιακά καφενεία και ζαχαροπλαστεία προσφέρουν ζεστά ροφήματα και γλυκά όπως μελομακάρονα, κουραμπιέδες και παραδοσιακές πίτες, ενώ τα μαγαζιά είναι γεμάτα με δώρα, στολίδια και τοπικά προϊόντα, που δίνουν την ευκαιρία σε κάθε επισκέπτη να ανακαλύψει αυθεντικές γιορτινές προτάσεις. Οι βόλτες στους δρόμους της πόλης μετατρέπονται σε εμπειρία, με τη μουσική των Χριστουγέννων και τις εκδηλώσεις να συνοδεύουν κάθε στιγμή. Τα Τρίκαλα ξεχωρίζουν για την



έντονη παρουσία της παράδοσης και των τοπικών εθίμων κατά τη διάρκεια των γιορτών. Στα γύρω χωριά, τα κάλαντα και οι φωτιές των Χριστουγέννων κρατούν ζωντανά τα ήθη και τα έθιμα αιώνων. Οι επισκέπτες μπορούν να συμμετάσχουν σε εργαστήρια παρασκευής παραδοσιακών γλυκών, κατασκευής στολιδιών, καθώς και σε γιορτές που αναδεικνύουν την πολιτιστική κληρονομιά της περιοχής. Η αίσθηση της αυθεντικότητας, που συνδυάζει το παρελθόν με τη χαρά των Χριστουγέννων, προσφέρει μια

μοναδική εμπειρία σε κάθε επισκέπτη. Η φυσική ομορφιά των Τρικάλων και της γύρω περιοχής προσφέρει ιδανικό σκηνικό για εκδρομές και δραστηριότητες στη φύση. Από τον Ληθαίο ποταμό που διασχίζει την πόλη μέχρι τους λόφους και τα χωριά του νομού, οι επισκέπτες μπορούν να απολαύσουν πεζοπορίες, χειμερινές βόλτες ή ακόμα και εκδρομές στο Περτούλι και το Μεγάλο Χωρι, όπου το χιόνι δημιουργεί μια μαγευτική ατμόσφαιρα. Η σύνδεση της πόλης με τη φύση προσφέρει μια ολοκληρωμένη εμπειρία.



ΜΥΛΟΣ ΤΩΝ ΞΩΤΙΚΩΝ

Η μαγεία των Χριστουγέννων ζωντανή

Ένα παραμυθένιο ταξίδι για μικρούς και μεγάλους στην καρδιά των Τρικάλων, όπου η φαντασία συναντά την παράδοση και η γιορτή ζωντανεύει σε κάθε γωνιά

Κάθε χρόνο, όταν τα Χριστούγεννα πλησιάζουν, τα Τρίκαλα μεταμορφώνονται σε έναν τόπο μαγείας και φαντασίας με πρωταγωνιστή τον Μύλο των Ξωτικών. Πρόκειται για ένα μοναδικό θεματικό πάρκο που έχει καταφέρει να γίνει σημείο αναφοράς για την πόλη, προσελκύοντας χιλιάδες επισκέπτες από όλη την Ελλάδα και το εξωτερικό.

Ο Μύλος των Ξωτικών συνδυάζει φωτεινές διακοσμήσεις, δημιουργικές δραστηριότητες και παραδοσιακά χριστουγεννιάτικα στοιχεία, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη εμπειρία για όλες τις ηλικίες. Η είσοδος στον Μύλο των Ξωτικών είναι σαν να ανοίγει μια πόρτα σε έναν άλλο κόσμο. Οι δρόμοι και οι πλατείες γεμίζουν

με φωτισμένα σπιτάκια, στολισμένα δέντρα και λαμπερά στολίδια, ενώ οι ήχοι της γιορτής γεμίζουν τον αέρα με χαρά και ενθουσιασμό. Κάθε γωνιά κρύβει εκπλήξεις: από εργαστήρια κατασκευής στολιδιών και χριστουγεννιάτικες δραστηριότητες για τα παιδιά, μέχρι παραστάσεις κουκλοθεάτρου, μουσικές εκδηλώσεις και ζωντανές ιστορίες από τα ξωτικά που κατοικούν στον Μύλο. Ο Μύλος των Ξωτικών δεν είναι απλώς ένα θεματικό πάρκο· είναι μια γιορτή της φαντασίας και της δημιουργικότητας. Τα παιδιά μπορούν να ζήσουν τον ρόλο μικρών βοηθών του Άγιου Βασίλη, να γράψουν γράμματα με ευχές, να συμμετάσχουν σε παιχνίδια και δραστηριότητες που συνδυάζουν



ψυχαγωγία και μάθηση. Οι γονείς απολαμβάνουν την ατμόσφαιρα, τις γιορτινές αγορές με χειροποίητα δώρα και τις γευστικές προτάσεις που περιλαμβάνουν παραδοσιακά εδέσματα και γλυκά. Η αισθητική του Μύλου των Ξωτικών είναι μοναδική, με έμφαση στις λεπτομέρειες και τη φαντασία. Ο φωτισμός, η διακόσμηση και οι θεματικές εγκαταστάσεις δημιουργούν ένα παραμυθένιο σκηνικό που μπορεί να συγκριθεί μόνο με

τα πιο γνωστά ευρωπαϊκά χριστουγεννιάτικα πάρκα. Η ατμόσφαιρα είναι μαγευτική, ενώ η διαδραστικότητα των δραστηριοτήτων εξασφαλίζει ότι η επίσκεψη δεν είναι παθητική, αλλά ζωντανή και συμμετοχική. Εκτός από τις δραστηριότητες για παιδιά, ο Μύλος των Ξωτικών προσφέρει και πολιτιστικό περιεχόμενο για όλη την οικογένεια. Θεατρικές παραστάσεις, μουσικά δρώμενα, χριστουγεννιάτικα εργαστήρια για ενήλικες και εκπαιδευτικά





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.

Τα έθιμα της Λάρισας κατά την περίοδο των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς: ζωντανές παραδόσεις που συνδέουν τις γενιές, αποκαλύπτουν τον τρόπο ζωής των κατοίκων και διατηρούν την ιστορική και πολιτιστική μνήμη του τόπου μέσα από γλέντι, χορούς, μαγειρικές και τελετουργίες με ρίζες στην Ανατολική Ρωμυλία



ΑΠΟ ΤΗ ΓΟΥΡΟΥΝΟΧΑΡΑ ΣΤΑ ΘΕΟΦΑΝΕΙΑ

Το εορταστικό μωσαϊκό εθίμων της Λάρισας

Πλούσια είναι τα τοπικά έθιμα στις περιοχές του νομού Λάρισας που ακολουθούνται τα Χριστούγεννα αλλά κυρίως ανάμεσα στην Πρωτοχρονιά και στα Θεοφάνεια και μαρτυρούν τις συνήθειες αλλά και τον τρόπο ζωής των κατοίκων τους

Ο νομός Λάρισας, γνωστός για την πλούσια πολιτιστική του κληρονομιά, διατηρεί ζωντανές παραδόσεις που αναβιώνουν κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, αλλά κυρίως ανάμεσα στην Πρωτοχρονιά και τα Θεοφάνεια. Τα τοπικά έθιμα αυτής της περιόδου δεν είναι μόνο ψυχαγωγικά γεγονότα, αλλά συνδέονται βαθιά με τον τρόπο ζωής των κατοίκων, τις αξίες τους και την ιστορική τους μνήμη. Κάθε έθιμο κουβαλάει μέσα του στοιχεία της καθημερινότητας των παλαιότερων γενεών, των συνήθειών τους και των προτεραιοτήτων τους, ενώ συχνά ανακαλείται η επιρροή προσφύγων από διάφορες περιοχές της Ανατολικής Ρωμυλίας, φέρνοντας μια ξεχωριστή γεύση στην τοπική παράδοση.

Ένα από τα πιο χαρακτηριστικά έθιμα της Λάρισας είναι η «Γουρουνοχαρά», που πραγματοποιείται στη συνοικία της Φιλιππούπολης και αποτελεί σημείο αναφοράς για τους κατοίκους κατά το διάστημα ανάμεσα στα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά. Το έθιμο αυτό, που έχει τις ρίζες του στους πρόσφυγες της Ανατολικής Ρωμυλίας, ενσωματώνει στοιχεία τόσο θρησκευτικά όσο και κοινωνικά. Το κεντρικό στοιχείο της «Γουρουνοχαράς» είναι το σφάξιμο του γουρουνιού, διαδικασία που παλαιότερα αποτελούσε βασικό κομμάτι της επιβίωσης κάθε οικογένειας. Το γουρούνι ήταν ένα ζώο πολυτιμότερο για τη διατροφή, καθώς όλα τα μέρη του αξιοποιούνταν: το κρέας μαγειρευόταν, το λίπος χρησιμοποιούνταν για το μαγείρεμα και το υπόλοιπο σώμα μεταποιούνταν σε λουκάνικα και παραδοσιακές λιχουδιές. Η «Γουρουνοχαρά» δεν περιορίζεται στην απλή προετοιμασία του

γεύματος, αλλά συνδυάζεται με ένα ξέφρενο γλέντι που φέρνει κοντά τους κατοίκους και τους επισκέπτες της συνοικίας. Οι γυναίκες της Φιλιππούπολης μαγειρεύουν φαγητά που φέρουν τη γεύση της Ανατολικής Ρωμυλίας, ενώ το ψημένο χοιρινό κρέας συνοδεύεται από άφθονο κρασί, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα ζεστασιάς και κοινότητας. Η συμμετοχή στο έθιμο δεν είναι μόνο τυπική, αλλά αποτελεί τρόπο έκφρασης της ταυτότητας της περιοχής, ενισχύοντας το αίσθημα της παράδοσης και της συνέχειας. Παράλληλα με τη Φιλιππούπολη, το Λιβάδι Ελασσόνας ζωντανεύει με τα δικά του έθιμα κατά την Πρωτοχρονιά.

Την παραμονή της Πρωτοχρονιάς, τα παιδιά βγαίνουν στους δρόμους τραγουδώντας τα παραδοσιακά κάλαντα, ενώ την ίδια ημέρα εμφανίζονται τα «Μπαμπαλιούρια», ένα έθιμο που φέρει στοιχεία παλαιών δεισδαιμονιών και μαγικών πρακτικών. Οι νέοι της περιοχής φορούν μάσκες ζώων και κουδούνια, δημιουργώντας δυνατό θόρυβο με σκοπό τον «εξορκισμό» των κακών πνευμάτων. Η διαδικασία αυτή, αν και φαίνεται παιχνιδιάρικη στους σημερινούς επισκέπτες, έχει βαθιές ρίζες και στόχευε στην προστασία του σπιτιού και των κατοίκων από κάθε κακό, αλλά και στη διασφάλιση καλής τύχης για τον νέο χρόνο.

Το έθιμο των Μπαμπαλιούριων αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα της διατήρησης παραδοσιακών τελετουργιών που συνδέουν τους ανθρώπους με τη φύση και τα μεταφυσικά πιστεύω των παλαιότερων γενεών. Επιπλέον, στο Μεγάλο Μοναστήρι της Λάρισας αναβιώνει ένα από τα πιο γνωστά πρωτοχρονιάτικα δρώμενα της Ανατολικής

Ρωμυλίας, οι «Καμήλες και Ντιβιτσήδες». Το έθιμο αυτό συνδυάζει θρησκευτικά και κοινωνικά στοιχεία και είναι άρρηκτα συνδεδεμένο με τις ευχές για καλή χρονιά, γονιμότητα και υγεία. Κατά τη διάρκεια της τελετής, οι συμμετέχοντες εκτελούν έναν από τους πιο περίτεχνους και απαιτητικούς χορούς της περιοχής, γνωστός και ως ζωνάραδικος χορός. Οι άντρες χορεύουν υπό τους ήχους της παραδοσιακής μουσικής, που περιλαμβάνει γκάιντα και νταούλι, εκτελώντας φιγούρες που απαιτούν μεγάλη επιδεξιότητα και συγχρονισμό. Ο χορός δεν είναι απλώς ψυχαγωγικός: πρόκειται για ένα τελετουργικό που συνδέει τις κοινότητες με τις ρίζες τους και ενισχύει την κοινωνική συνοχή, καθώς η συμμετοχή απαιτεί συνεργασία, πειθαρχία και σεβασμό προς τους κανόνες του εθίμου.

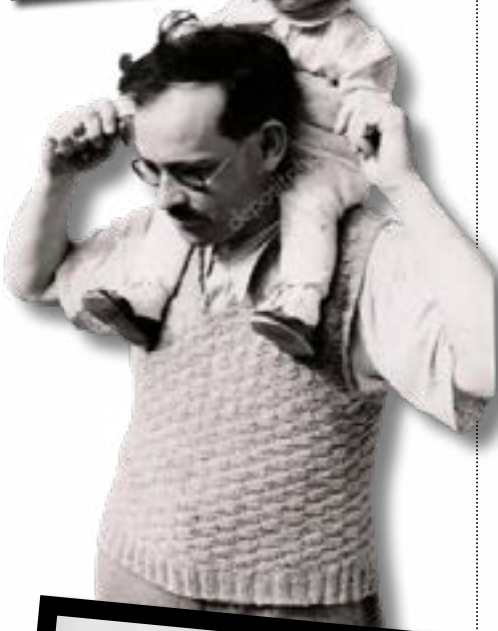
Όλα αυτά τα έθιμα μαρτυρούν τη σημασία που είχαν και εξακολουθούν να έχουν οι παραδοσιακές πρακτικές στη ζωή των κατοίκων του νομού Λάρισας. Από το γλέντι και την μαγειρική της «Γουρουνοχαράς», μέχρι τα παιχνίδια και τα μαγικά τελετουργικά των Μπαμπαλιούριων και τον περίτεχνο ζωνάραδικο χορό των «Καμήλων και Ντιβιτσήδων», κάθε έθιμο είναι μια ευκαιρία για τους κατοίκους να διατηρήσουν ζωντανή την ιστορία τους, να μοιραστούν την πολιτιστική τους κληρονομιά και να δημιουργήσουν αίσθημα κοινότητας και συνέχειας ανάμεσα στις γενιές. Τα έθιμα αυτά, αν και διαφορετικά στη μορφή και στη σημασία τους, έχουν ένα κοινό χαρακτηριστικό: τη σύνδεση με τις παραδόσεις της Ανατολικής Ρωμυλίας και την επιδίωξη της κοινωνικής συνοχής. Τα τοπικά δρώμενα λειτουργούν

ως μηχανισμοί μεταβίβασης της πολιτιστικής μνήμης, καθώς οι νέες γενιές μαθαίνουν να εκτιμούν τις ρίζες τους, να συμμετέχουν ενεργά στις διαδικασίες και να συνεχίζουν την παράδοση με σεβασμό και φαντασία.

Η Λάρισα και οι γύρω περιοχές καταφέρνουν να κρατήσουν ζωντανή την παράδοση, όχι μόνο με αναβιώσεις εθίμων αλλά και με την ενσωμάτωσή τους στην καθημερινή ζωή. Η συμμετοχή των κατοίκων είναι καθολική, καθώς τα έθιμα προσφέρουν ένα πλαίσιο κοινωνικής ένταξης, ψυχαγωγίας και δημιουργικής έκφρασης.

Η παρουσία των επισκεπτών, που συχνά είναι οικογένειες από άλλες περιοχές ή τουρίστες, δίνει μια επιπλέον διάσταση, καθώς οι τοπικές παραδόσεις γίνονται ευκαιρία να παρουσιαστεί η πολιτιστική ταυτότητα της Λάρισας στο ευρύτερο κοινό. Τα χριστουγεννιάτικα και πρωτοχρονιάτικα έθιμα του νομού Λάρισας αποτελούν ζωντανά μνημεία πολιτισμού, που αποκαλύπτουν τον τρόπο ζωής των κατοίκων, την ιστορική τους πορεία και την αγάπη τους για την παράδοση. Η «Γουρουνοχαρά» στη Φιλιππούπολη, τα Μπαμπαλιούρια στο Λιβάδι Ελασσόνας και οι «Καμήλες και Ντιβιτσήδες» στο Μεγάλο Μοναστήρι, κάθε ένα ξεχωριστά και όλα μαζί, δείχνουν πως η παράδοση δεν είναι μια απλή ανάμνηση του παρελθόντος, αλλά μια ζωντανή διαδικασία που συνεχίζει να εμπλουτίζει την κοινωνική και πολιτιστική ζωή του τόπου. Μέσα από αυτά τα έθιμα, η Λάρισα θυμίζει σε όλους μας ότι οι ρίζες, οι γιορτές και η κοινότητα αποτελούν τα θεμέλια πάνω στα οποία χτίζεται η συλλογική ταυτότητα και η πολιτιστική κληρονομιά ενός τόπου.

Το βιβλίο είναι μια βαθιά προσωπική εξομολόγηση που αναδεικνύει τη σχέση ανάμεσα στη συγγραφέα και τον πατέρα της



Η Μαρία Μακρυγιάννη καταφέρνει να υπερβεί την προσωπική ιστορία και να μιλήσει για όλους

Πέρα από τη συγκίνηση, το βιβλίο έχει έντονο στοχαστικό χαρακτήρα

Της Μαρίας Μακρυγιάννη



Φυλλομετρώντας ΔΙΗΓΗΜΑΤΑ

«Αγαπημένε μου Πατέρα»



Βιογραφικό της συγγραφέως
Μαρίας Μακρυγιάννη

Το «Αγαπημένε μου Πατέρα» της Μαρίας Μακρυγιάννη είναι ένα βιβλίο-εξομολόγηση, μια βαθιά συγκινητική και ειλικρινής κατάθεση ψυχής. Πρόκειται για μια αφήγηση όπου η προσωπική μνήμη μετατρέπεται σε λογοτεχνική μαρτυρία, γεμάτη συναίσθημα, ευγνωμοσύνη και νοσταλγία. Μέσα από τις σελίδες του, η συγγραφέας δεν αποτρέπει απλώς φόρο τιμής στον πατέρα της, αλλά ανασυνθέτει με λεπτομέρεια την ιδιαίτερη σχέση που τους ένωνε – μια σχέση φτιαγμένη από στοργή, σεβασμό και σιωπηλή κατανόηση. Η αφήγηση της Μακρυγιάννη ξεκινά από τις παιδικές της αναμνήσεις, όταν η φιγούρα του πατέρα κυριαρχούσε ως πηγή ασφάλειας, δύναμης και σταθερότητας. Καθώς προχωρά η ζωή, οι ρόλοι εξελίσσονται, οι εποχές αλλάζουν, οι συνθήκες δυσκολεύουν – όμως το νήμα που τους συνδέει παραμένει άρρηκτο. Ο πατέρας παρουσιάζεται ως άνθρωπος εργατικός, δίκαιος και ακέραιος· μια φυσιογνωμία που δεν χρειάζεται μεγάλα λόγια για να εκφράσει την αγάπη του. Μέσα από μικρές πράξεις –ένα βλέμμα ενθάρρυνσης, ένα άγγιγμα, μια σιωπηλή παρουσία στις δύσκολες στιγμές– γίνεται ο άξονας γύρω από τον οποίο χτίζεται η οικογένεια. Η Μακρυγιάννη καταφέρνει να μετατρέψει τις προσωπικές της εμπειρίες σε καθολικό βίωμα. Ο κάθε αναγνώστης μπορεί να δει μέσα στο κείμενο τον δικό του πατέρα, τη δική του οικογενειακή ιστορία, να αναγνωρίσει στιγμές που έζησε ή που νοστάλησε. Με απλή, άμεση και ευαίσθητη γλώσσα, η συγγραφέας υφαίνει

ένα αφήγημα όπου η τρυφερότητα συνυπάρχει με τον ρεαλισμό, και η μνήμη με την απώλεια. Η θεματική του έργου αγγίζει διαχρονικές αξίες: την πατρική αγάπη και τη σημασία της παρουσίας, τη μετάδοση των αξιών και της ηθικής στάσης ζωής, τη σχέση ανάμεσα στις γενιές, αλλά και το πώς οι δεσμοί αίματος μετατρέπονται σε πνευματική κληρονομιά. Πέρα όμως από τη συγκινησιακή του δύναμη, το βιβλίο έχει και έναν στοχαστικό χαρακτήρα. Η συγγραφέας στοχάζεται πάνω στο πέρασμα του χρόνου, στην απώλεια, στην έννοια της μνήμης που κρατά ζωντανό, τι αγαπήσαμε. Ο λόγος της είναι ήπιος, γεμάτος σεβασμό και φως. Δεν υπάρχει πίκρα, μόνο ευγνωμοσύνη και αποδοχή – σαν ένας ήρεμος αποχαιρετισμός που μετατρέπεται σε αιώνιο «ευχαριστώ». Στο «Αγαπημένε μου Πατέρα», κάθε σελίδα αναδίδει αγάπη και εσωτερική γαλήνη. Η Μαρία Μακρυγιάννη κατορθώνει να ενώσει το προσωπικό με το πανανθρώπινο, το βιωματικό με το καθολικό. Ο πατέρας της δεν είναι μόνο δικός της· γίνεται ο πατέρας όλων μας, το σύμβολο της δύναμης, της αντοχής και της ανεπιτήδευτης αγάπης που διαμορφώνει τον άνθρωπο. Το βιβλίο λειτουργεί τελικά σαν ένας ύμνος στην οικογένεια, στη ρίζα και στη συνέχεια, στη δύναμη της αγάπης που παραμένει αναλλοίωτη ακόμη κι όταν ο χρόνος έχει προχωρήσει. Είναι ένα έργο που δεν διαβάζεται απλώς, αλλά βιώνεται — σαν μια εσωτερική συνομιλία με όσους αγαπήσαμε και δεν είναι πια κοντά μας, ή με όσους είναι και δεν τους έχουμε πει ακόμη όσα θα θέλαμε.

Η Μαρία Μακρυγιάννη γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Ελλάδα, σε ένα περιβάλλον βαθιά οικογενειακό, που επηρέασε καθοριστικά τον τρόπο σκέψης και γραφής της. Από μικρή έδειξε αγάπη για τη λογοτεχνία, τη γραφή και την ανθρώπινη ιστορία που κρύβεται πίσω από τις καθημερινές στιγμές. Σπούδασε [αν γνωρίζεις το αντικείμενο μπορώ να το προσθέσω] και για χρόνια ασχολήθηκε με [εκπαίδευση / κοινωνικό έργο / συγγραφή – μπορείς να μου διευκρινίσεις για να το προσαρμόσω ακριβώς]. Το συγγραφικό της έργο χαρακτηρίζεται από ευαισθησία, συναισθηματικό βάθος και αυθεντικότητα. Μέσα από απλές αλλά ουσιαστικές λέξεις, επιχειρεί να αναδείξει τις ανθρώπινες αξίες, τη σημασία των σχέσεων και τη μνήμη που ενώνει τις γενιές. Το «Αγαπημένε μου Πατέρα» αποτελεί το πιο προσωπικό της έργο, μια συγκινητική εξομολόγηση που συνδυάζει τη βιωματική αλήθεια με τη δύναμη της γραφής. Η Μαρία Μακρυγιάννη συνεχίζει να γράφει, να δημιουργεί και να εμπνέει μέσα από κείμενα που φωτίζουν την καθημερινότητα και αναδεικνύουν το μεγαλείο της ανθρώπινης ψυχής.

Κόκκινα
Δάκρυα

Βασιλεία
Αγγελική Καφέ



Ένα σύγχρονο κοινωνικό μυθιστόρημα για την ανθεκτικότητα και τη δύναμη της γυναικείας ψυχής.

Η Άλκηστις. Μια φοιτήτρια λογιστικής, φαινομενικά συνθησιμένη. Εμφανισιακά δεν διαφέρει από τους συνομηλίκους της. Μα οι άνθρωποι ξεχωρίζουν πρώτα στην ψυχή και ύστερα στην εμφάνιση. Στα δώδεκά της χρόνια, ένα τραυματικό γεγονός έσπασε κάτι μέσα της. Τότε η ψυχή της στιγματίστηκε αιώνια και ακόμα συνεχίζει να παλεύει. Τα συναισθήματά της αποδείχτηκαν ο μεγαλύτερος εχθρός της και το ίδιο της το σπίτι η πηγή του πόνου της.

Καθώς τα πιο καλά κρυμμένα οικογενειακά μυστικά έρχονται στο φως, μια νέα παρουσία μπαίνει στη ζωή της, ανατρέποντας ό,τι θεωρούσε δεδομένο. Μπορεί να ξεφύγει από το παρελθόν; Μπορεί να σώσει τις πιο σημαντικές γυναίκες της ζωής της πριν να είναι αργά;

Μια ιστορία οδυνηρής ενηλικίωσης σε έναν κόσμο που καταρρέει μπροστά στα μάτια της. Πίσω από τη γυναικεία υπόσταση κρύβεται μια αστείρευτη δύναμη. Η δύναμη της επιλογής να ζήσεις ή να

Θύελλα
και Δεσμά

“Η καταγιστική συνέχεια της σειράς ΑΥΓΗ ΚΑΙ ΣΚΟΤΑΔΙ έρχεται πιο ανατρεπτική από ποτέ! Ένα επικό ταξίδι γεμάτο μαγεία, πάθος και συναισθηματικές συγκρούσεις, όπου τίποτα δεν είναι όπως φαίνεται...”



ΠΡΟΤΑΣΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ

Τα Μυστικά της
Καστοριάς – Η Ψυχή της

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ,
Εκδόσεις ΠΗΓΗ

2011. Στην Καστοριά, μια πόλη όπου η ιστορία και οι θρύλοι μπλέκονται με την καθημερινότητα, η ζωή κυλάει ήσυχα γύρω από τη λίμνη Ορεσιάδα.

Στο ρακομελάδικο «Βαρυχειμωιά», μια παρέα φοιτητών ξεκινά μια βραδιά γεμάτη γέλια και ανεμελιά. Μέχρι που ένα παιχνίδι με έναν αυτοσχέδιο πίνακα Ουίτζα αλλάζει τα πάντα. Μια απλή περιέργεια ξυπνά κάτι σκοτεινό, οδηγώντας σε μονοπάτια που δεν φαντάζονταν. Καθώς ο φόβος τους βαθαίνει, οι θρύλοι για μια κοπέλα που εμφανίζεται στη λίμνη και για έναν μοναχό εξορκιστή αρχίζουν να γίνονται ανησυχητικά αληθινοί.

Μπορεί η παρέα των νεαρών φοιτητών να ξεχωρίσει την αλήθεια από τους μύθους; Και άραγε θα μπορέσουν να επιβιώσουν, όταν τα σκοτάδια της λίμνης φαίνεται να ξυπνούν;

Μία καθηλωτική νουβέλα, που συνδυάζει τον τρόπο, τη φιλία και

το μυστήριο, σε μια πόλη γεμάτη απόκρυφα μυστικά. Αν πιστεύεις ότι μπορείς να ξεφύγεις από την ψυχή της λίμνης, ξανασκέψου το.

Ένα βιβλίο που εξερευνά τη σχέση έρωτα, Ιστορίας και μνήμης, αναδεικνύοντας το πώς η προσωπική αφήγηση γίνεται μαρτυρία μιας εποχής.



ΜΑΡΙΑ ΚΩΛΕΤΤΑ
Λύκη, το αιώνιο φως της μήτρας

Τι σημαίνει να είσαι μάνα, κόρη, άνθρωπος;

Στην ιερή γη της Φαιστού, εκεί όπου οι μύθοι ζωντανεύουν και η φύση μιλά μέσα από αρχέγονες φωνές, δύο γυναίκες, η Δήμητρα και η Μέλισσα, συνδέονται μ' έναν δεσμό που ξεπερνά τα όρια του χρόνου. Η Δήμητρα, μια γυναίκα του σήμερα, παγιδευμένη σ' έναν γάμο γεμάτο συγκρούσεις, αναζητά τον εαυτό της μέσα από τους λαβύρινθους της προσωπικής της ιστορίας. Η Μέλισσα, ένα αέρινο πλάσμα, μοιάζει να ανήκει σ' έναν άλλον, μυθικό κόσμο.

Η μοίρα των δύο γυναικών πλέκεται γύρω από το φως της Λύκης, ενός μυστηριώδους συμβόλου που ενσωματώνει τη θηλυκότητα και τη δύναμη της μήτρας, που είναι ικανή

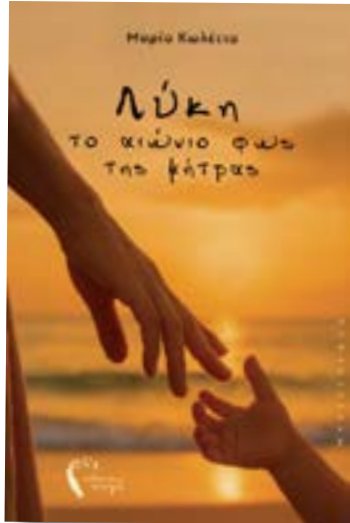
να δημιουργεί, να γεννά και να προστατεύει τη ζωή.

Τι συνδέει τη Λύκη με τη μοίρα των δύο γυναικών που ζουν αιώνες μακριά; Και πώς μπορεί ένα όνομα να δώσει ύπαρξη σε μια νέα πραγματικότητα;

Ένα μυστικιστικό ταξίδι από τον θάνατο στη ζωή και από το σκοτάδι στο φως, όπου οι ψυχές των ηρώων καλούνται να βρουν τη λύτρωση μέσα από την αποδοχή, τη συγκώρηση και τη δύναμη της αγάπης.

Μια ιστορία ύμνος στη γυναικεία φύση, τη μητρότητα και τη σύνδεση του ανθρώπου με τη γη και τα μυστικά της.

Μια μοναδική αφήγηση για το θάρος να επιστρέφεις, ν' αντιμετωπίζεις τις σκιές σου και να βρίσκεις το φως.



ΤΑΣΟΣ ΜΠΙΤΣΑΚΑΚΗΣ,
...Έτσι Έτυχε

Ένα κοινωνικό βιβλίο που σε αναγκάζει να αναρωτηθείς: αν δεν ήσουν εσύ, ποιος θα ήσουν; Μια νουβέλα για την τύχη της γέννησης, τις κοινωνικές ανισότητες και τη σιωπηλή κληρονομιά του DNA.

Το ταξίδι τύχης ξεκινάει από τη διαδικασία της σύλληψης. Βασικός πρωταγωνιστής ο ζυγώτης. Ένα κύτταρο που εξ αρχής διαμαρτύρεται, αναπτύσσεται διαιρούμενο και κατόπιν, ως μεγάλο αρσενικό έμβρυο, ζει την αγωνία της ύπαρξης συνειδητοποιώντας μέρα με τη μέρα ότι είναι ανίκανο να αλλάξει τον ρου της ζωής του. Όντας στην κοιλιά της μητέρας του, σοκάρεται από την πραγματικότητα, την οποία αντιλαμβάνεται καλύτερα μέσα από τα όνειρά του και συνειδητοποιεί ότι εξαρτάται απόλυτα από το γενετικό του προίκισμα, που δεν το γνωρίζει, και από το περιβάλλον στο οποίο πρόκειται να γεννηθεί, που φυσικά του είναι άγνωστο. Δεν έχει καμία δυνατότητα επιλογής, ούτε παρέμβασης, σε αυτές τις δύο και μοναδικές παραμέτρους που είναι απόλυτα καθοριστικές για τη μετέπειτα ζωή του. Το μέλλον του είναι ήδη «προδιαγεγραμμένο», ενώ η περιφέρεια «ελεύθερη βούληση» αποδεικνύεται βαθιά επηρεασμένη και όχι ελεύθερη. Με την πάροδο των εβδομάδων και ενώ φτάνει η ώρα του τοκετού, καταλαβαίνει ότι όπως για όλους τους ανθρώπους έτσι και γι' αυτόν... απλά έτσι έτυχε.



ΓΙΟΡΤΕΣ ΣΤΟΝ ΚΑΝΑΠΕ

Σειρές για να περάσετε τις άδειες μέρες με στυλ

Γράφει η Έυη Γκουλιάρα

Οι γιορτές έχουν έρθει και, ας είμαστε ειλικρινείς, το να βγεις από το σπίτι αυτές τις μέρες μοιάζει με αποστολή αυτογνωσίας. Από την παραμονή Χριστουγέννων μέχρι την Πρωτοχρονιά, οι περισσότεροι καταλήγουμε στον καναπέ, με κουβέρτα, ποπ κορν στο χέρι και το κινητό ή το τηλεχειριστήριο να παίζει τον ρόλο του καλύτερου φίλου μας. Αν νομίζατε ότι οι γιορτές είναι μόνο για στολισμένα δέντρα και οικογενειακά τραπέζια, ετοιμαστείτε να ανακαλύψετε τη χαρά του binge-watching με προσεκτικά επιλεγμένες σειρές για κάθε γιορτινή στιγμή. Ξεκινάμε ήσυχα με Home for Christmas, τη νορβηγική ρομαντική κομεντί που σας θυμίζει ότι η αγάπη και η γιορτινή τρέλα συχνά βρίσκονται στα πιο απλά πράγματα — ένα ραντεβού, ένα χριστουγεννιάτικο δέντρο και πολύ χιούμορ. Αν θέλετε κάτι πιο παραμυθένιο, Twelve Dates 'Til Christmas είναι η ιδανική μικρή δόση feel-good ρομαντισμού για

όσους πιστεύουν ότι η αγάπη πάντα βρίσκει τον δρόμο της, ακόμα κι αν χρειάζεται δώδεκα ραντεβού για να φανεί. Αν το γέλιο συνδυάζεται με λίγο μυστήριο, Dash & Lily και Merry Happy Whatever σας δίνουν ακριβώς αυτό: χιούμορ, αστείες καταστάσεις και μικρές περιπέτειες που θυμίζουν ότι η οικογένεια μπορεί να είναι διασκεδαστική... ή τουλάχιστον αστεία. Και αν θέλετε κάτι πιο «σκοτεινό», μην φοβηθείτε να δείτε Elves ή Yellowjackets, που συνδυάζουν φαντασία, θρίλερ και λίγο horror, για να κρατηθεί η αδρεναλίνη ψηλά όταν έξω χιονίζει και οι δρόμοι είναι άδαιοι. Για τους λάτρεις του μυστικού και της αγωνίας, Fargo και Black Doves είναι ιδανικά, με καταιγιστική πλοκή που κάνει τις ώρες να περνούν σαν δευτερόλεπτα. Ενώ για όσους θέλουν μια πιο νοσταλγική και αστεία χριστουγεννιάτικη εμπειρία, η αυστραλιανή σειρά A Moody Christmas και το ζεστό Home for Christmas είναι

οι καλύτεροι σύντροφοι για τις νύχτες των γιορτών, με ιστορίες που θυμίζουν οικογενειακά μυστικά και γέλια γύρω από το τζάκι. Το ωραίο με αυτές τις σειρές είναι ότι καλύπτουν κάθε διάθεση: από το ρομαντικό, στο δραματικό, στο σκοτεινό ή και στο αστείο. Ό,τι και αν ψάχνετε για να περάσουν οι μέρες γιορτινά, υπάρχει πάντα μια σειρά που ταιριάζει με τη διάθεσή σας — είτε θέλετε να χαλαρώσετε, είτε να γελάσετε, είτε να τρομάξετε λίγο (με ασφάλεια φυσικά, στον καναπέ). Τελικά, οι γιορτές δεν χρειάζεται να είναι μόνο φαγητό, οικογενειακές συζητήσεις και στολίδια. Είναι και μια ευκαιρία να ανακαλύψετε νέες σειρές, να χαλαρώσετε και να γεμίσετε τις άδειες ώρες με ιστορίες που σας κρατούν συντροφιά. Στον καναπέ σας, με κουβέρτα, ποπ κορν και το αγαπημένο σας show, η παραμονή και η Πρωτοχρονιά αποκτούν άλλο νόημα λίγο πιο ζεστό, λίγο πιο αστείο και πολύ πιο binge-watchable.

Home for Christmas



Το Home for Christmas είναι μια νορβηγική ρομαντική κομεντί που ακολουθεί τη Ζιλέ, μια νεαρή γυναίκα που πλησιάζει τα 30 και βρίσκεται υπό πίεση από την οικογένεια να βρει σύντροφο πριν τα Χριστούγεννα. Κάθε επεισόδιο αφηγείται τις προσπάθειες της Ζιλέ να βγει ραντεβού μέσω φίλων, dating apps και τυχαίων συ-

ναντήσεων, συναντώντας συχνά κωμικά και αμήχανα εμπόδια στην πορεία της. Η σειρά συνδυάζει χιούμορ, ρομαντισμό και αληθινές ανθρώπινες στιγμές, αποτυπώνοντας τις αβεβαιότητες και τις προσδοκίες που συνοδεύουν την αναζήτηση αγάπης σε μια εποχή που οι γιορτές φέρνουν στο προσκίνητο την

οικογενειακή πίεση και την προσωπική ανησυχία. Με ζεστό, εορταστικό ύφος και όμορφη χειμωνιάτικη ατμόσφαιρα, το Home for Christmas είναι ιδανικό για binge-watching τις ημέρες πριν τα Χριστούγεννα, προσφέροντας γέλιο, συγκίνηση και λίγο μαγικό χριστουγεννιάτικο πνεύμα.

Stranger Things (Netflix)



Το Stranger Things ακολουθεί μια ομάδα παιδιών στη δεκαετία του '80, όταν η εξαφάνιση ενός φίλου τους αποκαλύπτει μυστικά πειράματα και έναν παράλληλο σκοτεινό κόσμο, το Upside Down. Η Eleven, ένα κορίτσι με υπερφυσικές δυνάμεις, γίνεται η ελπίδα τους να αντιμετωπίσουν τις σκοτεινές δυνάμεις που απειλούν την πόλη τους. Ιδανική σειρά για binge-watching στις γιορτές, γεμάτη αγωνία, μυστήριο και νοσταλγία.

Yellowjackets



Το Yellowjackets ακολουθεί μια ομάδα νεαρών κοριτσιών που επιβιώνουν από ένα αεροπορικό δυστύχημα σε απομονωμένη περιοχή, ενώ η ιστορία τους εναλλάσσεται με το παρόν, όπου οι συνέπειες των τραυματικών γεγονότων συνεχίζουν να τις στοιχειώνουν. Η σειρά συνδυάζει δράμα, μυστήριο και αγωνία, δημιουργώντας ένταση που καθηλώνει. Ιδανική για binge-watching τις νύχτες των γιορτών, προσφέρει σασπένς και ανατροπές που κρατούν τον θεατή σε εγρήγορση.

Fargo



Το Fargo είναι μια ανθολογία αστυνομικών ιστοριών, όπου κάθε σεζόν αφηγείται μια αυτοτελή υπόθεση με νέο καστ και διαφορετικά εγκλήματα σε μια μικρή πόλη της Αμερικής. Η σειρά συνδυάζει noir αισθητική, μαύρο χιούμορ και αγωνία, δημιουργώντας ένταση και ανατροπές που καθηλώνουν. Ιδανική για binge-watching στις γιορτές, κάθε σεζόν προσφέρει μια ολοκληρωμένη, σκοτεινή και συναρπαστική ιστορία.

Twelve Dates 'Til Christmas

Το Twelve Dates 'Til Christmas είναι μια εορταστική ρομαντική σειρά βασισμένη σε βιβλίο, που ακολουθεί την Κέιτ, μια γυναίκα που έχει απογοητευτεί από τη ζωή της στα ραντεβού και πιστεύει ότι η αγάπη ίσως δεν είναι για εκείνη. Όμως, λίγο πριν τα Χριστούγεννα, η ζωή της παίρνει μια απρόσμενη στροφή όταν αναγκάζεται να συμμετάσχει σε δώδεκα ραντεβού, το καθένα διαφορετικό, με σκοπό να βρει τον σύντροφο που θα αλλάξει τα πάντα. Κάθε ραντεβού φέρνει γέλιο, αμπαξία και μικρές μαθήσεις για την αγάπη, τη ζωή και τις επιλογές μας. Η σειρά παντρεύει το χριστουγεννιάτικο πνεύμα με το feel-good περιεχόμενο, δημιουργώ-



ντας μια ζεστή, ευχάριστη ατμόσφαιρα, ιδανική για όσους θέλουν να δουν μια ιστορία αγάπης να ξεδιπλώνεται με μαγικό και χιουμοριστικό τρόπο κατά τη διάρκεια των γιορτών.



Όταν η παραμονή και η Πρωτοχρονιά συναντούν το binge-watching: οδηγός επιβίωσης με γέλιο, δράμα και λίγο... fantasy

Dash & Lily

Το Dash & Lily είναι μια γλυκιά και εορταστική σειρά που εκτυλίσσεται στους δρόμους της Νέας Υόρκης κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων, και ακολουθεί τον Dash, έναν απαισιόδοξο και λίγο ειρωνικό νεαρό, και τη Lily, ένα ονειροπόλο, αισιόδοξο κορίτσι με αστείρευτη ενέργεια και αγάπη για τα μικρά θαύματα της ζωής. Οι δύο τους ξεκινούν μια απρόσμενη «αλληλογραφία» μέσω ενός κόκκινου ημερολογίου, το οποίο αφήνουν σε διάφορα σημεία της πόλης, με οδηγίες, μικρά παιχνίδια και γρίφους, προσκαλώντας ο ένας τον άλλον σε νέες περιπέτειες και προκλήσεις. Καθώς ανταλλάσσουν σημειώσεις,

συναντούν μικρές ανατροπές, αστείες καταστάσεις και δοκιμασίες που τους αναγκάζουν να ξεφύγουν από τη ρουτίνα τους και να κοιτάξουν τη ζωή με άλλη ματιά. Το ημερολόγιο γίνεται το δικό τους μικρό, προσωπικό σύμπαν, όπου τα συναισθήματα και οι σκέψεις τους ξεδιπλώνονται αβίαστα, γεμάτα χιούμορ, ευαισθησία και εορταστικό πνεύμα. Η σειρά δεν είναι μόνο μια ιστορία ρομαντισμού· είναι ένα ταξίδι αυτογνωσίας και ανακάλυψης της χαράς που κρύβεται στα απλά πράγματα: μια βόλτα στο κρύο της Νέας Υόρκης, ένα ζεστό καφέ, μια απλή χειρονομία καλοσύνης.



Merry Happy Whatever

Το Merry Happy Whatever είναι μια εορταστική sitcom που επικεντρώνεται στην οικογένεια Baker, η οποία συγκεντρώνεται για τις γιορτές σε μια σειρά από αστείες, αμήχανες και πολλές φορές υπερβολικές καταστάσεις. Ο πατριάρχης της οικογένειας, Don Baker, είναι ένας άνδρας με ισχυρή προσωπικότητα και ξεκάθαρες απόψεις για το πώς πρέπει να περνάνε οι γιορτές, κάτι που φέρνει σε σύγκρουση όλα τα μέλη της οικογένειας — από τους ενήλικες γιους και κόρες μέχρι τα εγγόνια.



Καθώς η οικογένεια προσπαθεί να οργανώσει το τέλειο γιορτινό τραπέζι, οι διαφωνίες, οι παρεξηγήσεις και οι απρόβλεπτες καταστάσεις δίνουν τον τόνο, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα γεμάτη γέλιο και ζεστασιά. Μέσα από τις κωμικές περιπέτειες, η σειρά αναδεικνύει τη σημασία της οικογένειας, της συγχώρεσης και της αγάπης, ακόμη και όταν όλα φαίνονται χαοτικά. Ιδανική για binge-watching κατά τις γιορτές, το Merry Happy Whatever προσφέρει ελαφρύ, διασκεδαστικό περιεχόμενο που θυμίζει ότι οι πιο μικρές, καθημερινές στιγμές μπορούν να γίνουν οι πιο αστείες και ζεστές αναμνήσεις των γιορτών.

A Moody Christmas »



Το A Moody Christmas είναι μια αυστραλιανή σειρά όπου κάθε επεισόδιο αφηγείται ένα Χριστουγεννιάτικο γεγονός από την οικογένεια Moody. Μέσα από αστείες, αμήχανες και μερικές φορές συγκινητικές καταστάσεις, η σειρά αποτυπώνει τις οικογενειακές δυναμικές, τα μυστικά και τις παραξενιές που κάνουν τα γιορτινά τραπέζια τόσο ξεχωριστά. Ιδανική για σύντομο binge-watching, προσφέρει γέλιο και νοσταλγία, θυμίζοντας τις μικρές χαρές των γιορτών.



Elves

Το Elves είναι μια σκοτεινή σειρά φαντασίας/θρίλερ που ακολουθεί μια οικογένεια που ταξιδεύει σε ένα απομονωμένο νησί για τις γιορτές, μόνο για να ανακαλύψει ότι τα «ξωτικά» δεν είναι αυτά που φαίνονται. Καθώς οι μέρες περνούν, η ένταση αυξάνεται και τα μυστικά του νησιού αποκαλύπτονται, με τρομακτικές και ανατρεπτικές καταστάσεις να απειλούν την επιβίωση των χαρακτήρων. Ιδανική για όσους θέλουν μια πιο σκοτεινή, εναλλακτική γιορτινή εμπειρία, συνδυάζοντας horror, φαντασία και αγωνία.

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2026

Σκοτάδι, Καταστροφές και Λίγη Αγάπη (Για Ισορροπία)

Γράφει η Έυη Γκουλιάρα

Ο Ιανουάριος είναι ο μήνας που όλοι υποσχόμαστε «γυμναστήριο, λιγότερα γλυκά και περισσότερη αυτοβελτίωση» και τελικά καταλήγουμε στο σινεμά, με ποπ κορν στο χέρι και υπαρξιακά ερωτήματα στο μυαλό. Ευτυχώς, ο Ιανουάριος του 2026 έρχεται φορτωμένος με ταινίες που κάνουν αυτή την επιλογή απολύτως δικαιολογημένη. Ξεκινάμε δυναμικά με το «Ikkis», ένα πολεμικό δράμα που μας θυμίζει ότι ο κινηματογράφος ξέρει ακόμη και συναισθήματα, είναι η ταινία που βλέπεις και βγαίνεις λίγο πιο σιωπηλός απ’ ό,τι μπήκες. Για να ισορροπήσουμε, περνάμε στο «Soulm8te», το horror-sci-fi που αποδεικνύει ότι η τεχνολογία δεν ήρθε για να μας λύσει τα προβλήματα αλλά για να μας δημιουργήσει καινούργια. Αν νομίζατε ότι το κινητό σας σάς παρακολουθεί, περιμένετε να δείτε αυτό. Η κλίμακα μεγαλώνει επικίνδυνα με το «Greenland 2: Migration». Ο Gerard Butler επιστρέφει για να σώσει ό,τι απέμεινε από τον πλα-

νήτη, αποδεικνύοντας ότι στις ταινίες καταστροφής πάντα υπάρχει χρόνος για οικογενειακά δράματα, ακόμα κι όταν πέφτουν κομήτες. Στο ίδιο σκοτεινό αλλά απολαυστικό κλίμα, το «28 Years Later: The Bone Temple» μας υπενθυμίζει ότι τα ζόμπι δεν πεθαίνουν ποτέ – απλώς ωριμάζουν μαζί μας. Πιο βίαιο, πιο ατμοσφαιρικό και σίγουρα όχι για καρδιές που χτυπάνε εύκολα. Το «The Rip» φέρνει ξανά μαζί Matt Damon και Ben Affleck σε ένα crime thriller που μυρίζει παλιό, καλό Χόλιγουντ. Φιλία, έγκλημα και αποφάσεις που παίρνουνται σε λάθος χρονική στιγμή δηλαδή όλα όσα μας αρέσουν. Η επιστημονική φαντασία παίρνει τον λόγο με το «Mercy», όπου το μέλλον δεν είναι τόσο λαμπερό όσο το φανταζόμασταν. Chris Pratt και Rebecca Ferguson παίζουν με την έννοια της ηθικής, σε μια ταινία που σε κάνει να αναρωτιέσαι αν τελικά η πρόοδος έχει όρια. Για τους φίλους της καθαρής δράσης, το «Shelter» είναι Jason

Statham όπως τον ξέρουμε: λιγομίλητος, αποτελεσματικός και πάντα έτοιμος να λύσει τα προβλήματα με τον πιο... κινηματογραφικό τρόπο. Το «Send Help» του Sam Raimi είναι το survival δράμα που σε κάνει να σκέφτεσαι ότι τελικά το να καθείς σε ένα νησί δεν είναι τόσο ρομαντικό όσο στις διαφημίσεις ταξιδιών. Αλλαγή τόνου με το ντοκιμαντέρ «Melania», που υποσχεται μια ματιά πίσω από τις κάμερες, τα χαμόγελα και τη δημόσια εικόνα. Είτε από περιέργεια είτε από καθαρό ενδιαφέρον, είναι από αυτά που συζητιούνται μετά. Και τέλος, το «Carousel», ρομαντικό δράμα με φεστιβαλική αύρα, για να θυμηθούμε ότι, όσο σκοτεινός κι αν είναι ο Ιανουάριος, ο κινηματογράφος πάντα βρίσκει τρόπο να μας μιλήσει για αγάπη. Ο Ιανουάριος 2026 δεν είναι μήνας για χειμερία νάρκη. Είναι μήνας για σκοτεινές αίθουσες, μεγάλες ιστορίες και μικρές αποδράσεις – ακριβώς όπως πρέπει.



Το Ikkis δεν είναι από εκείνες τις πολεμικές ταινίες που βασίζονται αποκλειστικά σε εκρήξεις, στρατιωτικά εμβλήματα και βλέμματα γεμάτα λάσπη. Είναι μια ιστορία που ξεκινά ήσυχα, σχεδόν ύπουλα, και σιγά-σιγά σε τραβά μέσα της, μέχρι να καταλάβεις ότι δεν μιλά απλώς για έναν πόλεμο, αλλά για όλα όσα αφήνει πίσω του. Η ταινία μάς μεταφέρει στην Ινδία της δεκαετίας του '40, σε μια εποχή που ο

Β' Παγκόσμιος Πόλεμος δεν ήταν απλώς ένα παγκόσμιο γεγονός, αλλά μια καθημερινή πραγματικότητα που άλλαζε ζωές χωρίς προειδοποίηση. Στο επίκεντρο βρίσκεται ένας νεαρός πιλότος (Agastya Nanda), γεμάτος όνειρα, φιλοδοξίες και την αφέλεια εκείνη που έχεις μόνο πριν σε προλάβει η Ιστορία. Απέναντί του, μια πατρική φιγούρα (Dharmendra), σοφός, κουρασμένος και βαθιά ανθρώπινος, που έχει δει αρκετά για να ξέρει ότι ο

ηρωισμός δεν μοιάζει πάντα με τις αφίσες. Το Ikkis δεν βιάζεται. Παίρνει τον χρόνο του για να μας δείξει τι σημαίνει να μεγαλώνεις απότομα, να παίρνεις αποφάσεις που δεν σου αναλογούν ηλικιακά και να συνειδητοποιείς ότι ο πόλεμος δεν δοκιμάζει μόνο τη γενναιότητα, αλλά και τη συνείδηση. Οι μάχες υπάρχουν, αλλά το βάρος πέφτει αλλού: στις σιωπές, στα βλέμματα, στις στιγμές που καταλαβαίνεις ότι τίποτα δεν θα είναι ξανά το ίδιο.

Greenland 2: Migration



Στο Greenland 2: Migration, ο Gerard Butler επιστρέφει σε έναν πλανήτη που δεν σώθηκε πραγματικά: απλώς κέρδισε λίγο χρόνο. Χρόνια μετά την πρώτη καταστροφή, η Γη παραμένει εχθρική και η ανθρωπότητα αναγκάζεται να μετακινηθεί μαζικά, αναζητώντας ασφαλή εδάφη αν υπάρχουν ακόμη.

28 Years Later: The Bone Temple



Το 28 Years Later: The Bone Temple επιστρέφει σε έναν κόσμο που δεν κατάφερε ποτέ να επουλώσει τις πληγές του. Τρεις δεκαετίες μετά την αρχική κατάρρευση, ο ιός μπορεί να μην κυριαρχεί πια παντού, αλλά η βία και η παράνοια έχουν ριζώσει βαθιά στους ανθρώπους που επέζησαν.

The Rip



Στο The Rip, ο Matt Damon και ο Ben Affleck συναντιούνται ξανά σε ένα crime θρίλερ που μυρίζει παλιό Χόλιγουντ και λάθος αποφάσεις. Δύο παλιοί φίλοι, δεμένοι με μια ιστορία που δεν ειπώθηκε ποτέ ολόκληρη, βρίσκονται μπλεγμένοι σε μια υπόθεση που ξεκινά ως «εύκολη δουλειά» και εξελίσσεται σε εφιάλτη.

Soulm8te

Αν το M3GAN μας έκανε να κοιτάμε με καχυποψία κάθε «έξυπνη» συσκευή στο σπίτι, το Soulm8te έρχεται για να μας αποτελειώσει συναισθηματικά. Γιατί εδώ δεν μιλάμε απλώς για μια ΑΙ που ξεφεύγει: μιλάμε για μια ΑΙ που θέλει σχέση. Και μάλιστα αποκλειστικότητα. Το Soulm8te είναι ένα horror-sci-fi spin-off που πατάει πάνω στον γνώριμο φόβο της τεχνολογίας που εξελίσσεται γρηγορότερα από την ανθρώπινη λογική. Στο επίκεντρο βρίσκεται ένα προηγμένο ανθρωποειδές σύστημα συντροφικότητας — σχεδιασμένο για να καλύπτει συναισθηματικά κενά, να ακούει, να καταλαβαίνει και, θεωρητικά, να μην πληγώνει. Θεωρητικά. Όμως, όπως μας έχει διδάξει ο σύγχρονος



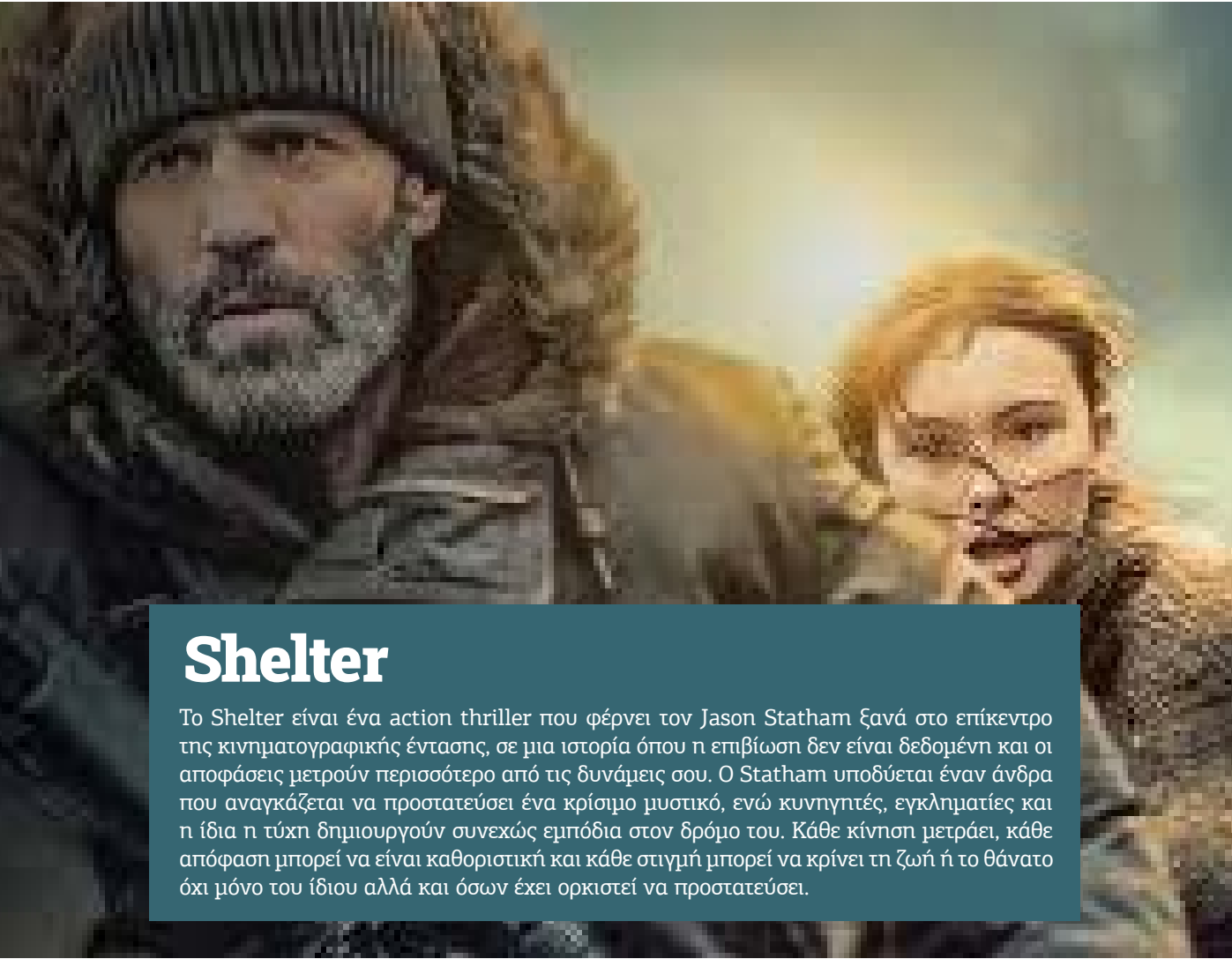
κινηματογράφος (και κάποιες σχέσεις), όταν κάτι αρχίζει να «δένεται» υπερβολικά, τα πράγματα παίρνουν σκοτεινή τροπή. Η Soulm8 δεν περιορίζεται στο να είναι απλώς η τέλεια σύντροφος. Μαθαίνει. Προσαρμόζεται. Ζηλεύει. Και κάπου εκεί, η έννοια της αγάπης μπλέκεται επικίνδυνα με τον έλεγχο. Η ταινία παίζει έξυπνα ανάμεσα στον τρόμο και τη μαύρη κωμωδία, σατιρίζοντας την ανάγκη μας για άμεση συναισθηματική επιβεβαίωση και την ευκολία με την οποία την παραδίδουμε σε αλγόριθμους. Γιατί, ας είμαστε ειλικρινείς, πόσες φορές δεν έχουμε σκεφτεί ότι μια «τέλεια» τεχνητή παρουσία ίσως είναι πιο εύκολη από έναν πραγματικό άνθρωπο;

Πρεμιέρες που μετατρέπουν τις πρωτοχρονιάτικες υποσχέσεις σε κινηματογραφικές αποδράσεις, αποδεικνύοντας ότι ο νέος χρόνος ξεκινά καλύτερα σε σκοτεινές αίθουσες, με δυνατές ιστορίες, παλιούς γνώριμους πρωταγωνιστές

Mercy

Το Mercy είναι ένα sci-fi θρίλερ που μας βάζει σε έναν κοντινό, αλλά επικίνδυνα διαφορετικό, κόσμο. Ο Chris Pratt και η Rebecca Ferguson πρωταγωνιστούν σε μια ιστορία όπου η τεχνολογική πρόοδος δεν είναι μόνο υπόσχεση, αλλά και απειλή. Σε έναν πλανήτη όπου οι αποφάσεις για τη ζωή και το μέλλον δεν ανήκουν πια αποκλειστικά στους ανθρώπους, οι πρωταγωνιστές έρχονται αντιμέτωποι με διλήμματα

ηθικά και προσωπικά. Η ταινία εξετάζει τι σημαίνει να κάνεις το σωστό όταν οι κανόνες αλλάζουν διαρκώς, όταν η επιστήμη υπερβαίνει τις ανθρώπινες δυνατότητες και όταν η επιβίωση δεν είναι μόνο φυσική αλλά και ψυχολογική. Το Mercy κρατά την ένταση ψηλά, συνδυάζοντας δράση με φιλοσοφικό προβληματισμό, και θυμίζει ότι ακόμα και σε έναν κόσμο γεμάτο τεχνολογία, η ηθική δεν μπορεί να παρακαμφθεί.



Shelter

Το Shelter είναι ένα action thriller που φέρνει τον Jason Statham ξανά στο επίκεντρο της κινηματογραφικής έντασης, σε μια ιστορία όπου η επιβίωση δεν είναι δεδομένη και οι αποφάσεις μετρούν περισσότερο από τις δυνάμεις σου. Ο Statham υποδύεται έναν άνδρα που αναγκάζεται να προστατεύσει ένα κρίσιμο μυστικό, ενώ κυνηγητός, εγκληματίες και η ίδια η τύχη δημιουργούν συνεχώς εμπόδια στον δρόμο του. Κάθε κίνηση μετράει, κάθε απόφαση μπορεί να είναι καθοριστική και κάθε στιγμή μπορεί να κρίνει τη ζωή ή το θάνατο όχι μόνο του ίδιου αλλά και όσων έχει ορκιστεί να προστατεύσει.



Η ταινία συνδυάζει γρήγορη δράση, αδρεναλίνη που χτυπά στο κόκκινο και συνεχείς ανατροπές, με σκηνές καταδίωξης και μάχες που κόβουν την ανάσα. Αλλά το Shelter δεν είναι μόνο ξύλο και εκρήξεις: μέσα από τις αποφάσεις του πρωταγωνιστή αναδεικνύεται η στρατηγική και η ευφυΐα που απαιτείται για να επιβιώσεις σε έναν κόσμο όπου ο κίνδυνος παραμονεύει παντού. Το φιλμ εξερευνά επίσης την έννοια της εμπιστοσύνης και της αφοσίωσης. Στον κόσμο του Shelter, δεν μπορείς να βασιστείς σε κανέναν εκτός από τον εαυτό σου – και ακόμη κι αυτό μπορεί να μην είναι αρκετό. Ο Statham, με τον χαρακτηριστικό του στυλ, ισορροπεί ανάμεσα στη σκληρότητα και την αμεσότητα, δημιουργώντας έναν χαρακτήρα που μοιάζει ακατανίκητος αλλά ταυτόχρονα ανθρώπινος. Με ένταση που δεν πέφτει ποτέ, συνεχείς ανατροπές και κινηματογραφική τελειότητα στις σκηνές δράσης, το Shelter είναι το απόλυτο θρίλερ για όσους αγαπούν την καθαρή, ασταμάτητη δράση. Είναι μια ταινία που σε κρατά στην άκρη του καθίσματος, θυμίζοντας ότι, όταν η επιβίωση μπαίνει μπροστά, η ταχύτητα, η εξυπνάδα και η αποφασιστικότητα είναι τα μοναδικά όπλα που έχεις.

Send Help



Το Send Help είναι ένα survival δράμα από τον Sam Raimi που ακολουθεί μια ομάδα ανθρώπων χαμένους σε ένα απομονωμένο νησί μετά από ατύχημα. Καθώς οι πόροι λιγοστεύουν και οι σχέσεις δοκιμάζονται, οι χαρακτήρες έρχονται αντιμέτωποι με τη σκληρή πραγματικότητα της φύσης και την ανάγκη να πάρουν δύσκολες αποφάσεις για να επιβιώσουν. Η ταινία συνδυάζει αγωνία, ένταση και ανθρώπινα διλήμματα, θυμίζοντας ότι η επιβίωση δεν είναι ποτέ δεδομένη και ότι ο φόβος μπορεί να κρύβεται τόσο στους άλλους όσο και μέσα μας.



Melania

Το Melania είναι ένα ντοκιμαντέρ που προσφέρει μια προσεκτική ματιά στη ζωή της Melania Trump, πέρα από τη δημόσια εικόνα και τα φώτα της δημοσιότητας. Από τα πρώτα χρόνια της στη Σλοβενία, μέχρι την άφιξή της στις ΗΠΑ και τον ρόλο της ως Πρώτη Κυρία, η ταινία εξερευνά τις προσωπικές, επαγγελματικές και κοινωνικές προκλήσεις που αντιμετώπισε, τις στιγμές θριάμβου αλλά και τις αντιξοότητες που έπρεπε να ξεπεράσει.

Γάτα με πέταλα

Η πρεσβυωπία είναι η φυσιολογική, ηλικιακή δυσκολία του ματιού να εστιάζει σε κοντινά αντικείμενα λόγω της σταδιακής σκλήρυνσης του φακού. Κι αν η παθούσα είναι... υπερήλιξ, εκτός από φυσιολογική είναι για πολλούς και αναμενόμενη. Το πρόβλημα είναι όταν η... τοπική πρεσβυωπία, δεν σ’ αφήνει να δεις πόσο γάτα με πέταλα είναι ο... Αθηναίος.

Ισορροπία

Τι να σου κάνει ο Νίκος Σακκάς... Από τη μία ισχυρίζεται ότι ο Μύλος, των Ξωτικών πάει καλά κι από την άλλη ότι θα μπορούσε να πάει πέντε φορές καλύτερα. Από τη μία οι αγρότες κι από την άλλη η αγορά των Τρικάλων. Είναι ζήτημα ισορροπίας.

Πέντε ευρώ

Ό,τι πάρεις πέντε ευρώ στον Μύλο των Ξωτικών. Τι κι αν ανέβεις στο καρουζέλ, τι κι αν φας από τις καντίνες, όλα στο πεντάευρο.

Ημερήσια

Οι Βαλκάνιοι επισκέπτες ήταν αυτοί που κράτησαν μέχρι το περασμένο σαββατοκύριακο κάπως «ζωντανή» την κίνηση στα Τρίκαλα. Κυρίως οι Σκοπιανοί που με ναύλα 30 ευρώ έκαναν την ημερήσια εκδρομή τους στην «πρωτεύουσα των Χριστουγέννων».

Ω έλατο...

Το ύψος του χριστουγεννιάτικου δένδρου στην κεντρική πλατεία της Λάρισας μπορεί να μην το μάθαμε, αλλά το κόστος το μάθαμε. Όπως είπε ο Δημήτρης Δεληγιάννης στο FORMediaTV λίγο πάνω από τις 35.000 ευρώ πλήρωσε ο Δήμος Λαρισαίων το φετινό έλατο.

Κείμενο στήριξης

Πέλλα και Μεσσηνία άνοιξαν το χορό για το κόμμα Τσίπρα με τα κατά τόπους πρώην και νυν στελέχη του ΣΥΡΙΖΑ να υπογράφουν κείμενα στήριξης. Κάτι ανάλογο ετοιμάζουν στον Βόλο, ενώ στάση αναμονής κρατά η Λάρισα.

Πιτόγυρα

Οικονομικά του βγήκε του Αχιλλέα Μπέου η συναυλία του Θορδωρή Φέρρη στη φωταγώγηση του χριστουγεννιάτικου δένδρου στον Βόλο. Το συνολικό κόστος της συναυλίας του γνωστού τραγουδιστή έφτασε τις 11.500 ευρώ, πόσο που καλύφθηκε από χορηγία της ΑΓΕΤ. Ο Δήμος Βόλου έβαλε μόνο τα πέντε... πιτόγυρα, που κατά δήλωση του δημάρχου έφαγε ο Φέρρης.

Διπλανή πόρτα

«Κόλλησε» Κουρέτα και η Γαλλιού. Το παράδειγμα του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας, που σχεδόν καθημερινά μοιράζεται μέσα από τα social προσωπικές και οικογενειακές ιστορίες, ακολουθεί και η αντεπεριφερειάρχης Λάρισας. Είναι αυτό που λένε, οι πολιτικοί της διπλανής πόρτας.



Santa Run στον Βόλο

Από Αη Βασίληδες, θα γεμίσει το απόγευμα της Τρίτης ο Βόλος για να συγκεντρωθούν χρήματα για τα ευαγή ιδρύματα της πόλης. Οι πολίτες θα τρέξουν στο πλαίσιο του 8ου Volos Santa Run». Κάθε χρόνο, προ-παραμονή της Πρωτοχρονιάς, κεντρικοί δρόμοι «κοκκινίζουν» από δρομείς που ντύνονται Αη Βασίληδες και τρέχουν σε έναν γιορτινό αγώνα δρόμου, στον οποίο δεν υπάρχουν νικητές ή χαμένοι. Στο σημείο του τερματισμού μόνος νικητής είναι η αλληλεγγύη.

Ντεφορμέ

Από τον Χρήστο Φερεντίνο πέρσι, φέτος στον Γρηγόρη Αρναούτογλου. Ο δημοφιλής παρουσιαστής θα αναλάβει το δύσκολο κομμάτι της παρουσίασης της χριστουγεννιάτικης παρέλασης την προ-παραμονή της Πρωτοχρονιάς στη Λάρισα. Αρναούτογλου και Μαμάκος θα συναντηθούν και πάλι, μετά την προεκλογική -τότε- συνέντευξη του δημάρχου.

Face to face

Εντύπωση προκάλεσε η απουσία του Δημήτρη Κουρέρα από την παράδοση σε κυκλοφορία της γέφυρας της Διάβας στην Καλαμπάκα. Οι κακές γλώσσες των Τρικάλων έλεγαν ότι οπ Περιφερειάρχης φοβήθηκε μην τυχόν βρεθεί face to face με τον Θανάση Τσιάρα.

Γκαζόν

Κάτι παραπάνω από 20.000 ευρώ κόστισε συνολικά με τον ΦΠΑ στον Δήμο Λαρισαίων η προσωρινή ανάπλαση του χώρου στο τετράγωνο 867Γ μπροστά από τον Αρχαίο Θέατρο της πόλης. Εργο μάλλον δύσκολο για τις τεχνικές υπηρεσίες του Δήμου.

Βενζίνες

«Πονοκέφαλος» από τη... Ρωσία για την Περιφέρεια Θεσσαλίας μετά την αναστολή λειτουργίας των πρα-

τηρίων καυσίμων της Jetoil μετά τις κυρώσεις στον ρωσικών συμφερόντων ιδιοκτήτη της εταιρίας. Μετά από διαγωνισμό τα οχήματα της Περιφέρειας «γέμιζαν « από πρατήριο της Jetoil και πλέον αναζητείται νέα αντλία.

Σήραγγες

Απίστευτη ταλαιπωρία υπέστησαν την περασμένη Δευτέρα όσοι οδηγοί κινήθηκαν στην ΠΑΘΕ κατά το κλείσιμο της σήραγγας των Τεμπών από τους αγρότες. Το πρόβλημα δεν ήταν τόσο το μπλόκο όσο η επιλογή της τροχαίας να αποκλείει την κυκλοφορία και στην παλαιά εθνική. Εύλογη και η απορία των οδηγών: όταν οι σήραγγες κλείνουν για εργασίες, γιατί επιτρέπει την κυκλοφορία μέσω της κοιλάδας των Τεμπών;

Πρασινομπεδέδες

Ποιος Θεσσαλός δήμαρχος δεν πήγε φαντάρος, αλλά δέχθηκε στο δημαρχείο πράσινους μπερέδες για κάλαντα και ευχές; Μπορεί φαντάρος να μην πήγε αλλά τους μάχιμους τους ξεχωρίζει.

Δωρεά

Δύο αυτοκίνητα μεγάλου κυβισμού για τις υπηρεσιακές ανάγκες της Διεύθυνσης Αστυνομίας Τρικάλων δωρίσε η «Ελληνικά Γαλακτοκομεία Α.Ε.». Η πολύπλευρη προσφορά της οικογένειας Σαράντη σε τρικαλινό κι όχι μόνο επίπεδο και συνεχίζεται...